

國立北港高級農工職業學校人因性危害預防計畫

108年10月9日職業安全衛生委員會訂定

111年6月14日職業安全衛生委員會修訂

壹、依據

- 一、依「職業安全衛生法」第6條第2項及「職業安全衛生設施規則」第324-1條之規定辦理。
- 二、勞動部職業安全衛生署「人因性危害預防計畫指引」

貳、目的

為預防本校工作者因進行重複性作業、工作環境的硬體設計不妥適、不良的作業姿勢、工作時間過長等所引起工作相關肌肉骨骼傷害以及人因性危害的疾病發生，訂定本計畫。

參、定義

- 一、人因工程：在於發現人類的行為、能力、限制和其他的特性等知識，而應用於工具、機器、系統、任務、工作和環境等之設計，使人類對於他們的使用能更具生產力、有效果、舒適與安全。
- 二、工作相關肌肉骨骼傷害：由於工作中的危險因子，如持續或重複施力、不當姿勢，促發或加重肌肉骨骼傷病。

肆、適用對象

本校勞動場所內教職員工及工作者。

伍、職責分工

- 一、校長
 - (一) 監督計畫依規定執行。
 - (二) 支持及協調校內各單位共同推動本計畫。
- 二、職業安全衛生管理單位：擬訂、規劃、督導及推動預防計畫，並指導有關部門實施。
- 三、健康中心：肌肉骨骼傷害調查表(如附表1)、工作者職業傷害統計與分析。
- 四、各級工作場所負責人：依職權指揮、監督協調所屬施行本計畫之相關事項。
- 五、校內工作者：配合本計畫實施，並做好自我保護措施。

陸、人因性危害因子分類

校內員工大多數以教室、實驗/實習場所及辦公室為主要工作場所，少數員工則於戶外進行校園環境之維護。本計畫依工作內容將校內人因性危害因子大致區分為下三類：

一、行政作業人員：利用鍵盤和滑鼠控制及輸入以進行電腦處理作業、書寫作業、電話溝通作業。

- (一) 鍵盤及滑鼠操作姿勢不正確。
- (二) 打字、使用滑鼠的重複性動作。
- (三) 長時間壓迫造成身體組織局部壓力。
- (四) 視覺的過度使用。
- (五) 長時間伏案工作。
- (六) 長時間以坐姿進行工作。
- (七) 不正確的坐姿。

二、擔任授課教師：主要作業內容為教學、授課。

- (一) 長時間以站姿進行工作。
- (二) 不正確的坐姿/立姿。
- (三) 長時間進行手臂抬舉動作。
- (四) 使用設計不良之機械設備或器具。

三、維護校園環境之技工友：主要作業內容為修剪花木、水電維修。

- (一) 不正確的工作姿勢。
- (二) 過度施力。

四、控制措施：

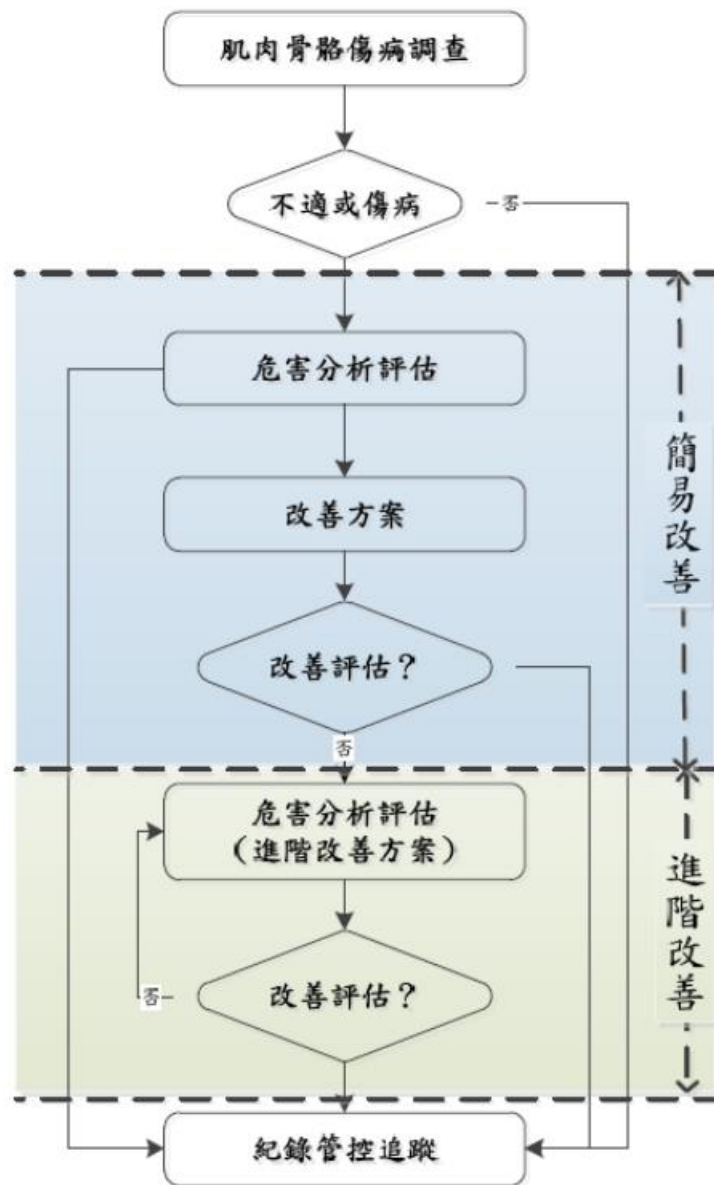
- (一) 電腦文書行政作業人員：顯示器的畫面上端應低於眼高，使臉正面朝向前方並稍稍往下，以減少因抬頭造成頸部負荷。鍵盤的位置要在正前方，最佳的高度是當手置於鍵盤上時，手臂能輕鬆下垂，靠近身體兩側，手肘約成90。滑鼠放置高度不宜太高，可以考慮盡量靠近身體中線的位置。
- (二) 擔任授課教師：適時改變姿勢以減少疲勞，藉由研習活動傳遞肌肉骨骼傷害風險意識與正確操作技巧，並有效利用合理之工作間休息次數與時間。
- (三) 維護校園環境之技工友：必須避免用力方式不當，不要過度使用或持續太久已受傷之部位；考量調整工作者工作內容，如減少重複動作之作業內容，或增加不同之工作作業，以避免人因性危害發生。

柒、計畫實施時程

本計畫預訂執行肌肉骨骼傷害之現況調查及分析，請各處室配合調查，需協助案例提職業安全衛生委員會議討論，尋求改善暨追蹤管控。

捌、計畫項目及實施

人因性危害預防計畫之流程如圖1所示。



玖、本計畫經本校職業安全衛生委員會審議後，陳請 校長核定後公布實施；修正時亦同。

附表 1 國立北港高級農工職業學校肌肉骨骼傷害調查表

填表日期： 年 月 日

A. 基本資料

單 位	職 稱	姓 名	性 別
			☐ 男 ☐ 女
年 資	慣用手	工 作 內 容	
	☐ 左手 ☐ 右手		

- 您在過去的 1 年內，身體是否有長達 2 星期以上的疲勞、酸痛、發麻、刺痛等不舒服，或關節活動受到限制？
☐否 ☐是
- 承上題，是否與工作環境或職業姿勢不良有關？
☐否 ☐是（若否，結束此調查表；若是，請繼續填寫下列表格。）
- 身體部位酸痛、不適或影響關節活動之情形持續多久時間？
☐1 個月 ☐3 個月 ☐6 個月 ☐1 年 ☐3 年 ☐3 年以上

B. 症狀調查

(1:不疼痛 2:有點疼痛 3:疼痛 4:非常疼痛 5:極度疼痛)

1	2	3	4	5		1	2	3	4	5
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐		☐	☐	☐	☐	☐

C. 其他症狀、病史說明
