

## 바닥 높이의 적재 작업

### 작업내용

조립된 부품 등을 플라스틱 박스에 담아 적재하는 작업

### 위험요인

· 부적절한 작업자세 · 과도한 힘

### 문 제 점

플라스틱 박스 적재 작업 시 무릎 아래의 낮은 적재 높이로 인하여  
들거나 내리는 동작 시 부적절한 작업자세 발생

- ※ 무릎아래 및 바닥 높이의 들기 작업은 부적절한 작업자세(허리 굽힘)를 취하게 하여 근육 부하 가중
- ※ 허리를 굽힌 자세는 똑바로 편 자세에 비해 약 3배 이상의 근육 부하를 갖음

### 개선내용

중량물 취급 권장높이(무릎~어깨 사이)에서 작업할 수 있도록  
빈 박스를 바닥에 4~5단 쌓아 작업 높이 개선

전



후

