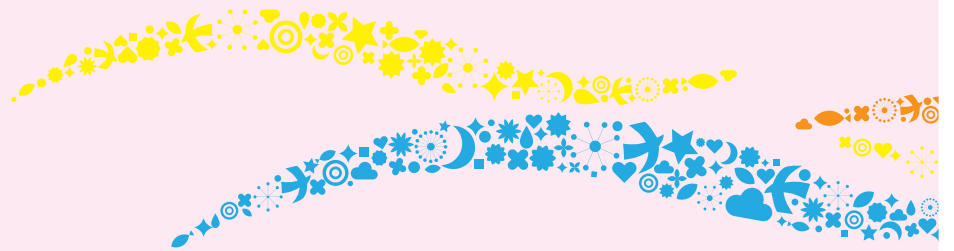


그림으로 알아보는 사고사례

보건 및 사회복지업 사고사례

☐☐☐ 급식



한국산업안전보건공단
KOREA OCCUPATIONAL SAFETY & HEALTH AGENCY



행복한 식탁은 안전에서 시작됩니다.



급식

STORY |

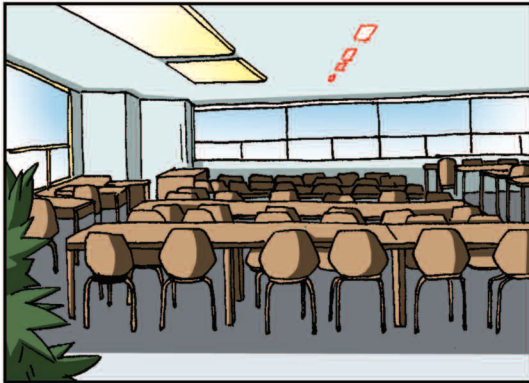
만화	할머니, 나연이와의 약속을 잊지마	004
편지	행복한 가족	007
안전수칙	보건 및 사회복지업 사고현황	008
	나의 안전 체크리스트	009
	아름다운 동행	010

CASE |

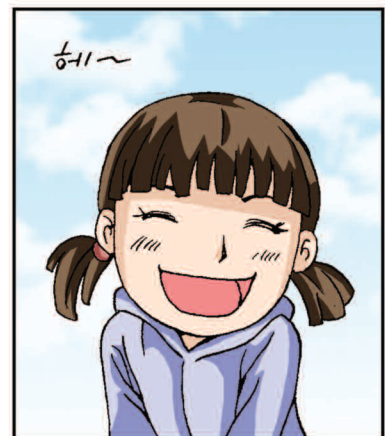
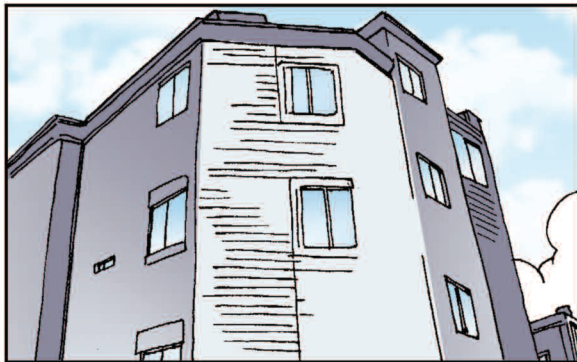
급식 사고사례	CASE 1 - 25	012
---------	-------------	-----

할머니, 나연이와의 약속을 잊지마

::: 급식







행복한 가족

내 별명은 급식소 황소개구리입니다.
서두르다 실수하는 급식소 젊은 사람들에게 ‘이렇게 밖에 못해!’라고 고함을 치니까
젊은 사람들이 자기들끼리는 뒤에서 나를 그렇게 부르더군요.
아마 황소개구리처럼 목청이 커서 시끄럽다는 거겠지요.
그렇지만 난 그 별명이 싫지 않습니다.

그런데 오늘은 황소개구리 대망신의 날입니다.
오늘 낮 배식대에 채반을 옮기다, 물기에 젖어있는 바닥에 그만 미끄러지면서 배식대
모서리와 충돌하여 다치고 말았습니다. 내가 급식소 내에 있는 젊은 사람들에게 잔소리를
하는 게 많이 있지만 그 중에 특히 신경을 쓰는 게 두 가지랍니다.

물건을 들 때 지나치게 많은 양을 혼자 들지 말 것!
바닥상태를 잘 살피고, 물기 등이 있으면 빨리 닦아줄 것!

그런데 오늘 사고는 내가 그 두 가지를 다 안 지켜 일어난 거라 다른 사람들을 불 낮이
없었습니다. 게다가 조금 다친 정도에서 끝난 게 아니라 심각한 사고라도 일어났으면
어떻게 되었을까 생각하니 더더욱 부끄러울 뿐입니다.

사고는 잠시 방심하는 사이에 일어나지만, 그 결과는 너무 지독합니다.
사랑하는 가족을 위해서라도 한시도 방심하지 말고 내 몸의 안전은 내가 지켜야 한다고
나 황소개구리는 믿습니다.

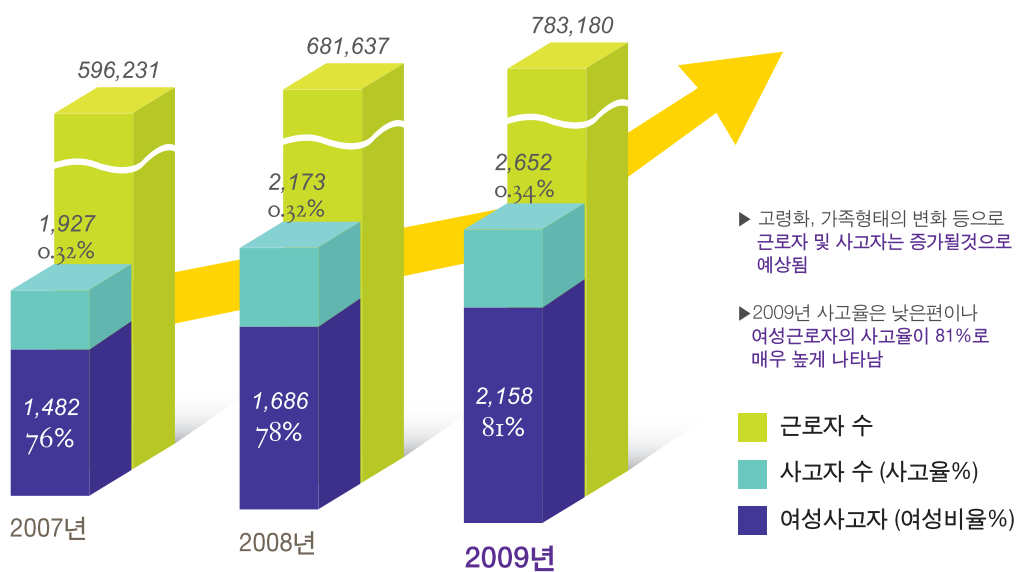
우리 급식소 여러분~~~ 사랑합니다.

급식소 황소개구리 박원희



보건 및 사회복지업 사고현황

보건 및 사회복지업 사고발생 추이 ▼

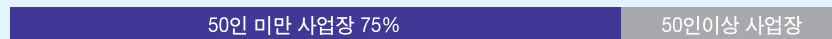


2009년 사고자의 특성

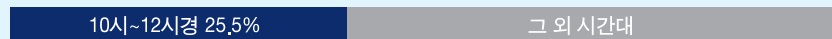
근속기간 / 1년미만 근로자에서 50%이상 발생



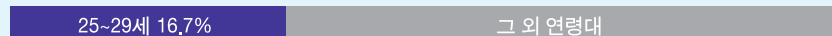
사업장 규모 / 50인 미만 사업장에서 75%이상 발생



발생시간 / 10시~12시경에 가장 많이 발생



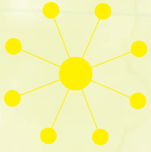
연령 / 25~29세에서 가장 많이 발생



나의 안전 - 체크리스트

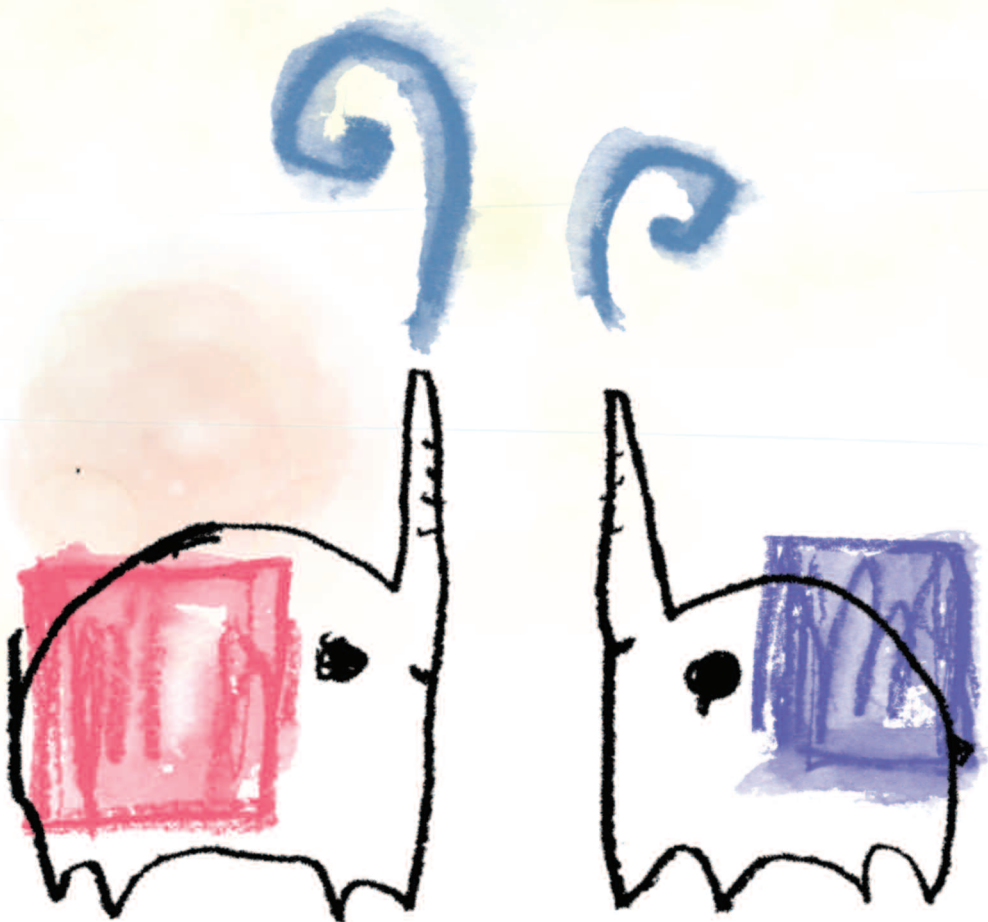
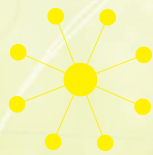
급식

- ☐ 충분한 작업공간 및 통로를 확보하고 있는가?
- ☐ 바닥의 물기, 음식물 잔재물, 물호스 등 넘어짐 사고원인은 바로 제거하는가?
- ☐ 위험하거나 사고가 자주 발생하는 지점에는 안전표지판을 부착하는가?
- ☐ 작업 시 서두르지 않도록 작업시간을 적정하게 부여하는가?
- ☐ 뜨거운 물체와 화염과의 접촉을 방지하도록 작업구역이 구분되어 있는가?
- ☐ 뜨거운 물체를 다루기 전에 긴 장갑, 긴 앞치마를 착용하는가?
- ☐ 가스의 사용안전수칙을 숙지하고 생활화하고 있는가?
- ☐ 쌀 등 무거운 식자재 운반 시 이동식 대차 등의 보조기구를 이용하는가?
- ☐ 식자재 적재 시 적당한 높이(작업자의 가슴 아래)로 적재하는가?
- ☐ 냉동 식자재는 미리 해동시킨 후 작업하는가?
- ☐ 절단 등의 수작업을 대체할 수 있는 보조기계를 사용하는가?
- ☐ 냉장고의 정리정돈은 정기적으로 실시하는가?
- ☐ 세척제 사용 시 적절한 보호구(고무장갑 등)를 착용하는가?
- ☐ 칼 등 날카로운 도구를 이용한 작업 시 작업안전수칙을 준수하는가?
- ☐ 채소절단기 등 주방기기 청소 시 전원을 차단하고 청소하는가?
- ☐ 중량물 취급 시 2인 1조로 작업하는가?
- ☐ 올바른 중량물 취급방법을 알고 있는가?
- ☐ 작업 전 · 중 · 후 주기적으로 스트레칭을 하는가?



아름다운 도행

사고를 예방하는 길을 함께 걸어갑니다.



근로자

“안전은 회사가
지켜주는 게 아니라
스스로 지켜야 합니다.
그러나 회사라는
튼튼한 울타리가 있다고
생각하면 항상
마음이 따뜻합니다.”

- 개인적인 위생관리를 철저히 한다.
- 조리도구들을 항상 위생 처리하여 사용한다.
- 운반 및 배식기구 등을 청결히 관리해 안전한 급식이 되도록 한다.
- 사용되는 식재료에 이상이 있을 때는 즉각 사용을 금지한다.
- 급식소 내에서는 항상 위생 처리된 안전 보호장구를 착용한다.
- 안전한 급식이 될 수 있도록 서두르지 말도록 한다.
- 항상 친절한 태도를 유지하여 편안한 식사가 되도록 한다.

사업자

“당신은
단순히 직원이 아니라
한 가족입니다.
당신의 안전은
나와 내 가족의 안전입니다.
당신과 동행할 수 있어
행복합니다.”

- 법에 정하는 기준에 맞춰 급식소의 시설 및 개인위생, 식재료, 작업위생 등을 점검한다.
- 점검 후 이상이 발견되었을 때는 바로 잡도록 한다.
- 영양사를 배치하여 질 높은 음식을 제공한다.
- 유통기간이 지나지 않은 식재료를 제공, 관리하여 안전한 급식이 되도록 노력한다.
- 조리사 및 종사자 전원의 건강검진을 주기적으로 실시한다.
- 종사자들 중에서 질병의 조짐이 보이면 즉시 치료하며, 동시에 급식소 내에서 나가도록 하여 안전한 급식이 되도록 한다.
- 급식소 내의 전기 및 소화 등 각종 안전시설을 점검하여 이상여부를 확인한다.

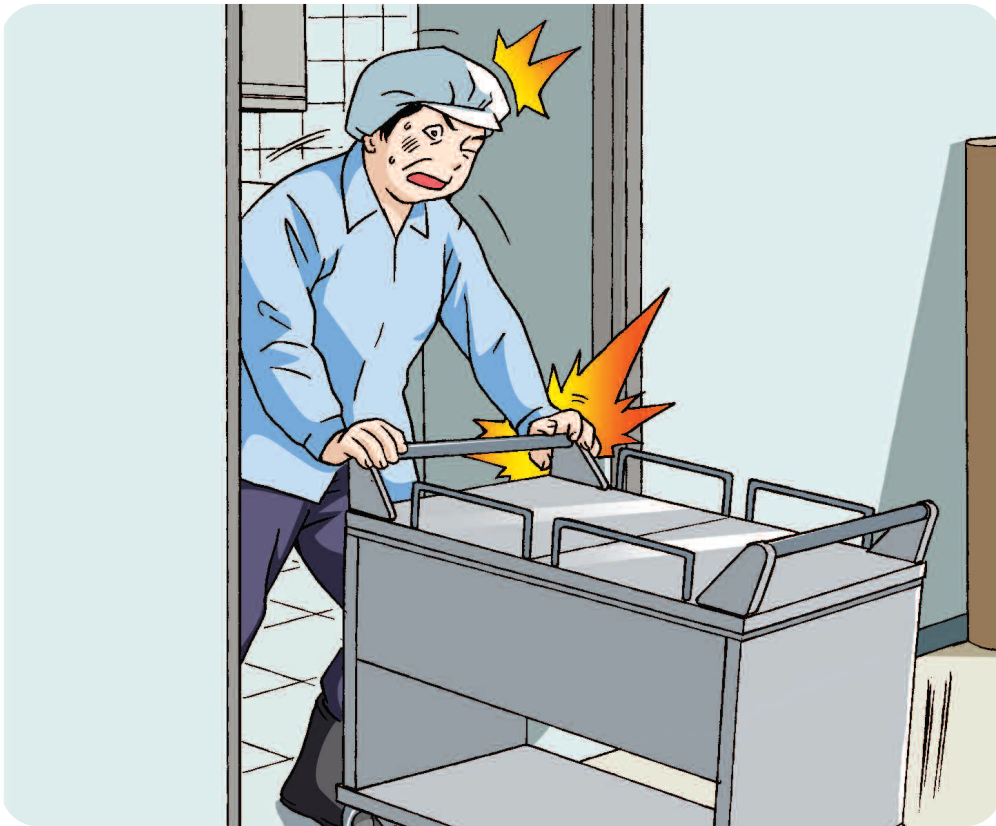
급식 사고 사례





CASE

01	끼임	배식카와 문 사이에 손이 끼어 부상	014
02	끼임	배수로 덮개를 놓치며 손가락 끼임	015
03	끼임	한 눈 팔다가 제면기에 손가락 끼어 부상	016
04	화상	끓는 물이 쏟아져 다리에 화상	017
05	화상	뜨거운 물이 있는 회전국솥에 주저앉음	018
06	화상	넘친 국물이 팔에 쏟아져 화상	019
07	근골격계질환	부식재료를 운반 중 허리를 다침	020
08	근골격계질환	밥솥을 들어올리다 허리에 부상	021
09	근골격계질환	소고기가 담긴 용기 운반 중 허리 부상	022
10	근골격계질환	냉동육을 칼로 썰다 손가락에 부상	023
11	근골격계질환	생선박스를 옮기던 중 어깨에 무리	024
12	찢림	생선 손질 중 낚시바늘에 손가락 찢림	025
13	찢림	설거지 중 젓가락에 손가락을 찢려 부상	026
14	절단	고구미를 썰다 방심하여 손가락 절단	027
15	넘어짐	하수도 구멍에 빠져 무릎 부상	028
16	넘어짐	미끄러운 주방 바닥에서 넘어져 무릎 부상	029
17	넘어짐	물 호스에 걸려 넘어지면서 인대 부상	030
18	넘어짐	선풍기 전선에 걸려 넘어져 부상	031
19	넘어짐	바닥에 흘러져 있는 물에 넘어짐	032
20	낙하	냉동식품이 발에 떨어지면서 부상	033
21	낙하	도마를 들다가 떨어뜨려 발가락 골절	034
22	낙하	식기건조기에서 떨어진 식판에 무릎 부상	035
23	충돌	배식카 바퀴에 발가락을 부딪혀 부상	036
24	충돌	배식대와 충돌하면서 부상	037
25	추락	고장난 덤웨이트로 들어가다 추락	038



CASE

01

끼임 ∴

배식카와 문 사이에 손이 끼어 부상

병원 구내식당에서 점심제공을 위해 배식카를 운반 중, 배식카와 문 사이에 손이 끼여 손바닥이 찢어지는 부상 당함

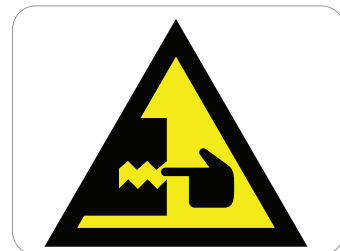
! 사고 예방대책



배식카 손잡이의
중앙을 잡는다



문 모서리에는
완충재를 부착



손끼임 경고표지 부착



끼임 ∴ 배수로 덮개를 놓치며 손가락 끼임

CASE
02

병원 조리실 내 배수로 청소 작업을 위해 **배수로 덮개를 들다 놓쳐**
손가락이 덮개에 끼어 부상을 당함

! 사고 예방대책



2인 1조 작업



지렛대 등의 도구 사용



미숙련자의 작업 투입 금지

꼭!
 지켜주세요.



CASE

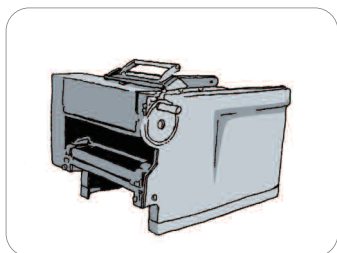
03

끼임 ...

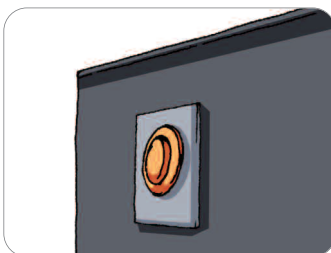
한 눈 팔다가 제면기에 손가락 끼어 부상

급식실에서 제면기를 이용하여 자장면을 뽑던 중 잠시 시선을 돌리는 순간 기계에 손가락이 끼어 부상을 당함

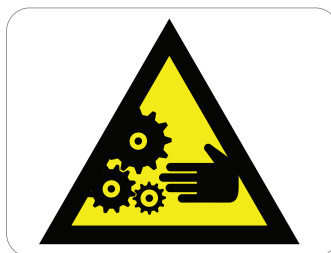
! 사고 예방대책



손가락이 들어가지 않도록
방호덮개 등을 설치



비상정지 스위치 설치



손끼임 경고표지 부착



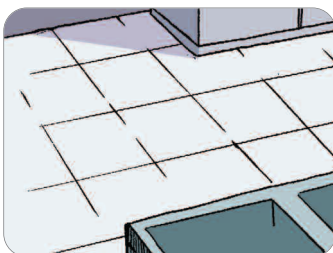
화상 : 끓는 물이 쏟아져 다리에 화상

CASE
04

조리도구를 들고 술 옆을 지나가던 중 **자신도 모르게 물을 끓이고 있는 술의 도르래를 돌려** 술에서 끓고 있던 물이 왼쪽 다리 전체에 쏟아지며 화상을 입음

꼭!
지켜주세요.

! 사고 예방대책



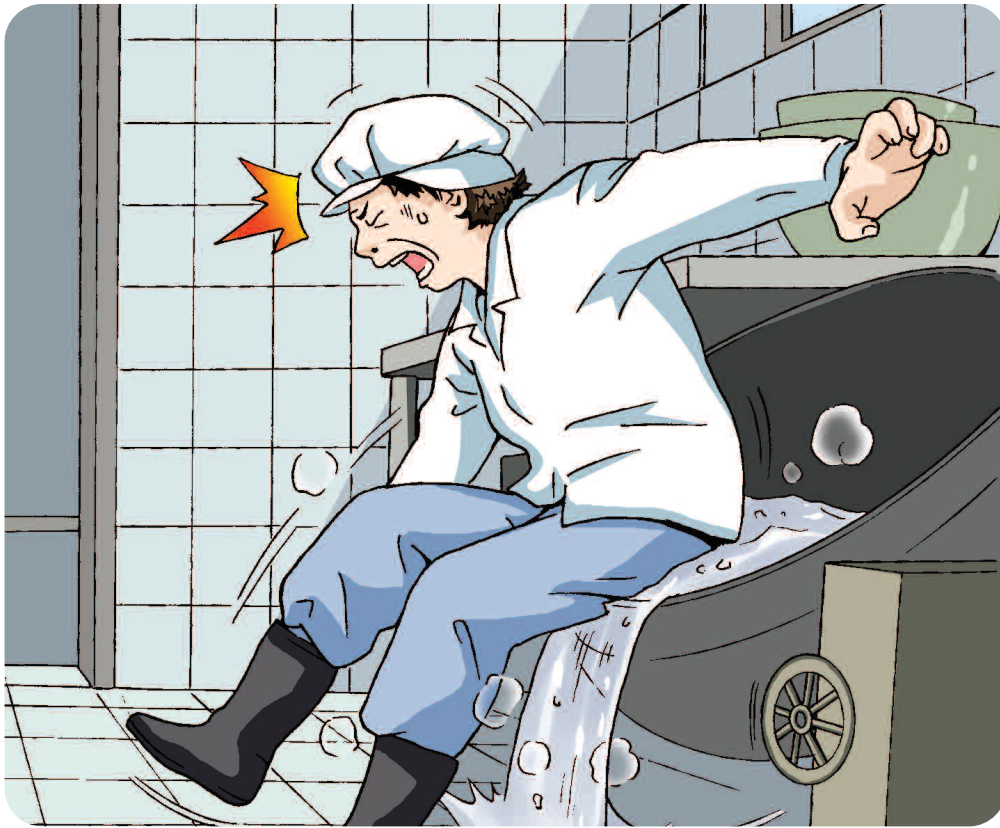
이동경로에는 충돌을
일으키지 않도록
돌출된 부분이 없도록 함



조리도구를 운반 할 때에는
운반자의 시야가 방해되지
않게 들거나 적재하도록 함



발목이 긴 장화를 착용함



CASE

05

화상 ...

뜨거운 물이 있는 회전국솥에 주저앉음

주방에서 열탕 소독한 물을 버리다 바닥이 미끄러워 미끄러지면서 기울어 있던 회전국솥 위에 주저 앉아 화상을 입음

! 사고 예방대책



미끄럼방지 장화 착용



국솥 주변에
화상주의 경고표지 부착



사고사례 교육 실시



화상 ::: 넘친 국물이 팔에 쏟아져 화상

CASE
06

급식소 조리실에서 끓는 국을 배식대로 옮기다가 국물이 넘쳐 오른쪽 팔에 쏟아져 화상을 입음

꼭!
 지켜주세요.

! 사고 예방대책



용기에서 내용물이 넘치지
않도록 나누어 운반



이동대차를 사용 운반



뜨거운 국 등을 취급 시
고무장갑을 착용



CASE

07

근골격계질환 ...

부식재료를 운반 중 허리를 다침

외과의원 구내식당에서 점심준비를 위하여 **부식재료를 운반하던 중** 허리를 삐끗하는 부상을 당함



사고 예방대책



이동대차 등의
보조설비 사용



2인 1조 작업



작업 전후 스트레칭 실시





근골격계질환 ::: 밥솥을 들어올리다 허리에 부상

CASE
08

조리실에서 직원 저녁식사를 준비하던 중 다른 조리원들이 바빠서
혼자 배식용 밥솥을 들어올리는 순간 허리에 강한 통증과 함께 부상 당함

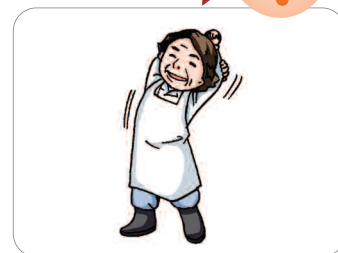
! 사고 예방대책



이동대차를 사용 운반



무게중심을 낮추거나
몸에 밀착하여 들기



작업 전후 스트레칭 실시

꼭!
 지켜주세요.



CASE

09

근골격계질환 :::

소고기가 담긴 용기 운반 중 허리 부상

구내식당 취사장에서 배식대 쪽으로 로스용 소불고기가 담긴 용기를 혼자서 옮기는 도중 허리를 삐끗하며 부상 당함



사고 예방대책



이동대차 등의
보조설비 사용



무게중심을 낮추고
몸에 밀착하여 들기



작업 전후 스트레칭 실시



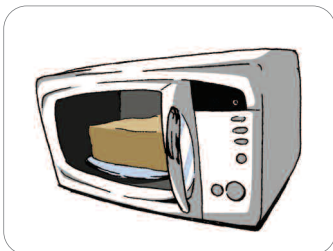


근골격계질환 ... 냉동육을 칼로 썰다 손가락에 부상

CASE
10

급식소 조리실에서 냉동 돼지고기를 다듬기 위해 칼로 무리하게 고기를 썰다가
엄지 손가락이 빠졌으며 부상 당함

! 사고 예방대책



미리 해동시킨 후 작업



무리하게 힘을 주어
작업하지 않기



사고사례 교육 실시

꼭!
지켜주세요.



CASE

11

근골격계질환 ...

생선박스를 옮기던 중 어깨에 무리

급식소 싱크대 위에서 생선을 녹이기 위해 **무거운 냉동 생선 박스**를 옮기던 중
어깨에 무리를 느끼며 부상 당함



사고 예방대책



2인 1조 작업



이동대차 등의
보조설비 사용



작업 전후 스트레칭 실시





찔림 : 생선 손질 중 낚시바늘에 손가락 찔림

CASE
12

구내식당에서 점심을 준비하면서 냉동 갈치 이빨에 끼어 있던 낚시 바늘에 가운데 손가락을 찔려 부상 당함

꼭!
 지켜주세요.

! 사고 예방대책



재료를 다듬기 전
낚시바늘 등 이물질 제거



고무장갑 착용 후 작업



사고사례 교육 실시



CASE

13

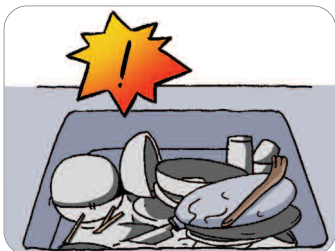
찔림 ...

설거지 중 젓가락에 손가락을 찔려 부상

양로원 식당 조리실에서 접시, 그릇 등을 설거지 하던 중 **설거지거리 안에 있던 젓가락에 손가락을 찔려** 부상 당함



사고 예방대책



설거지를 실시하기 전에
날카로운 도구가
포함되었는지 확인



젓가락 등 찔리거나
베일 위험이 있는 도구는
따로 분류하여 세척함



고무장갑 착용



절단 ... 고구마를 썰다 방심하여 손가락 절단

CASE
14

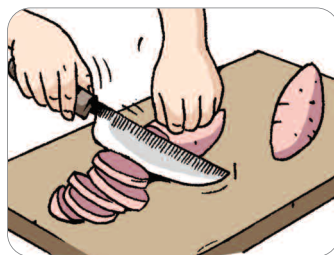
유치원 급식소 주방에서 반찬재료인 고구마를 썰다가 잠시 다른 생각에 빠져 실수로 왼쪽 손가락 끝을 칼로 절단함

꼭!
지켜주세요.

! 사고 예방대책



칼 사용시 잡담을 삼가 하고
집중하여 작업함



재료를 확실히 잡고
칼을 사용



고무장갑 착용



CASE

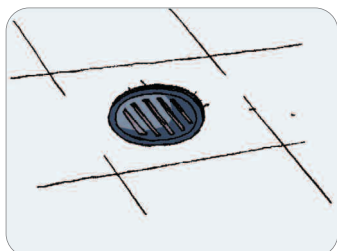
15

넘어짐 ...

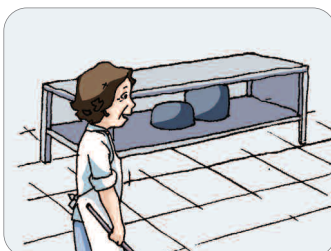
하수도 구멍에 빠져 무릎 부상

병원 식당에서 청소 중 하수도 뚜껑이 열려 있는 것을 모르고 지나가다
발이 구멍에 빠져 넘어지면서 무릎 부상

! 사고 예방대책



집수구 덮개는 항상 닫아둬



이동시 바닥 장애물 여부 확인



사고사례 교육 실시



넘어짐 : 미끄러운 주방 바닥에서 넘어져 무릎 부상

CASE
16

병원 급식소 주방에서 요리 후 남은 쓰레기를 버리러 가던 중
바닥 물기에 미끄러져 넘어지며 무릎 부상

! 사고 예방대책



미끄럼 방지 장화를 착용



수시로 물기를 제거하도록 함



미끄럼주의 경고판 설치

쾅!
 지켜주세요.



CASE

17

넘어짐 ...

물 호스에 걸려 넘어지면서 인대 부상

유치원 급식소 주방에서 식판을 들고 이동 중에 **바닥에 놓인 호스에 발이 걸려 넘어지면서** 인대가 파열되는 부상을 당함



사고 예방대책



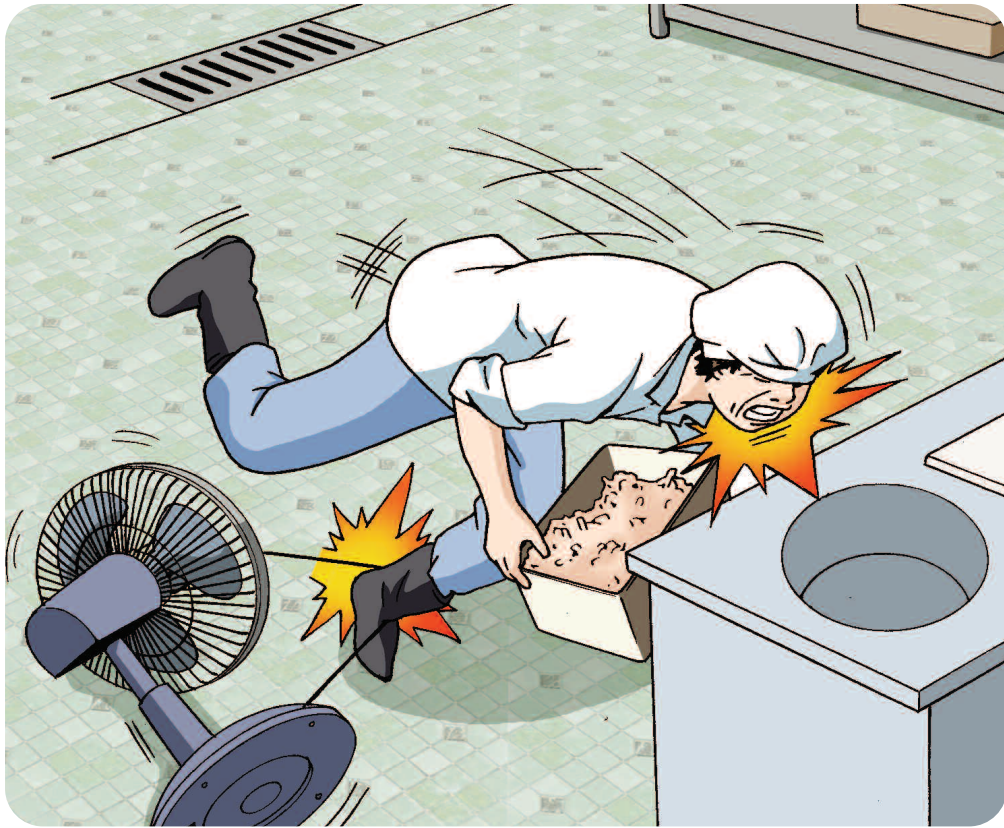
바닥의 장애물 또는
사고를 일으킬만한
위험요인을 제거



운반자의 시야를 가리지
않도록 적당량만 운반



호스릴을 사용 정리



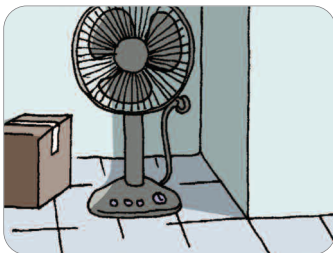
넘어짐 : 선풍기 전선에 걸려 넘어져 부상

CASE
18

병원 급식소에서 바트를 배식대로 옮기다 **선풍기 전선에 걸려 넘어지면서**
배식대에 턱을 부딪혀 턱과 치아를 다치는 부상 당함

꼭!
 지켜주세요.

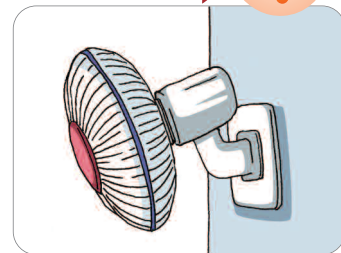
! 사고 예방대책



바닥의 장애물 또는
사고를 일으킬만한
위험요인을 제거



이동 시 바닥의
장애물 확인 철저



선풍기는
벽면 고정형으로 사용



CASE

19

넘어짐 ∴

바닥에 흘려져 있는 물에 넘어짐

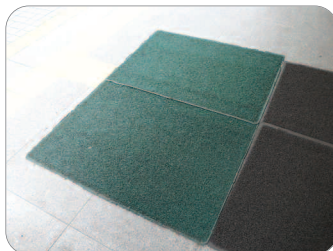
유치원 급식소에서 주방으로 들어가기 위해 발을 딛는 순간 **바닥에 흘려져 있는 물에 미끄러져** 뒤로 넘어지면서 부상 당함



사고 예방대책



바닥의 물은 바로 바로 제거



물기제거용 바닥 매트 설치



미끄럼주의 경고판 설치





낙하 :: 냉동식품이 발에 떨어지면서 부상

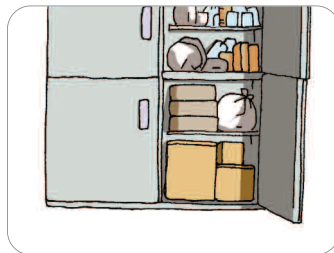
CASE
20

병원 급식소 주방에 있는 냉장고 문을 여는 순간 냉동실 안에 있는 냉동식품이 발에 떨어지면서 부상을 당함

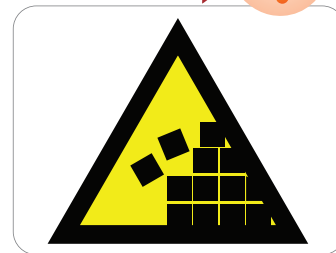
! 사고 예방대책



정기적으로
냉장고 내부 정리



무겁거나 부피가 큰 재료는
아래쪽에 보관



냉장고에 사고위험
경고표지 부착

꼭!
 지켜주세요.



CASE

21

낙하 ::::

도마를 들다가 떨어뜨려 발가락 골절

병원 급식소 주방 청소 중 **도마를 들다가 떨어뜨려**, 도마에 오른발 엄지발가락이 골절되는 부상을 당함

! 사고 예방대책



청소 등의 작업 시
집중하여 작업함



사고사례 교육 실시



낙하 :: 식기건조기에서 떨어진 식판에 무릎 부상

CASE
22

병원 급식소에서 식판을 꺼내기 위해 **식기건조기의 문을 여는 순간**
안에 있던 식판이 한꺼번에 떨어져서 무릎에 부상을 입음

! 사고 예방대책



적당량의 식판을
안정적으로 넣어 건조시킴



날개로 고정 후
거치해둘 수 있는
건조대 사용



사고사례 교육 실시

꼭!
지켜주세요.



CASE

23

충돌 :::

배식카 바퀴에 발가락을 부딪혀 부상

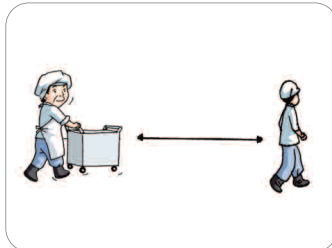
병원 급식소에서 배식카로 환자들 식사를 운송하다가
배식카 바퀴에 발가락을 부딪혀 부상을 입음



사고 예방대책



운반자의 시야를 가리지
않도록 적재물을 적재하고
항상 주의를 기울임



배식카 운반 시
안전거리 유지



사고사례 교육 실시



충돌 :: 배식대와 충돌하면서 부상

CASE
24

병원 급식소 조리실에서 밥을 지어 채반에 담아 배식대로 옮기다가
채반 모서리가 배식대와 충돌해 채반을 든 채로 뒤로 넘어져 부상 당함

꼭!
 지켜주세요.

! 사고 예방대책



중량물을 옮길 때에는
이동대차 등을 이용



2인 이상이
공동작업을 실시



사고사례 교육 실시



CASE 25

추락 :::

고장난 덤웨이트로 들어가다 추락

병원에서 덤웨이트가 고장으로 6층에 도착해 있지 않은 상황에서 문이 열리자
무심코 배식차를 밀고 들어가다 배식차와 같이 아래로 추락하여 부상 당함



사고 예방대책



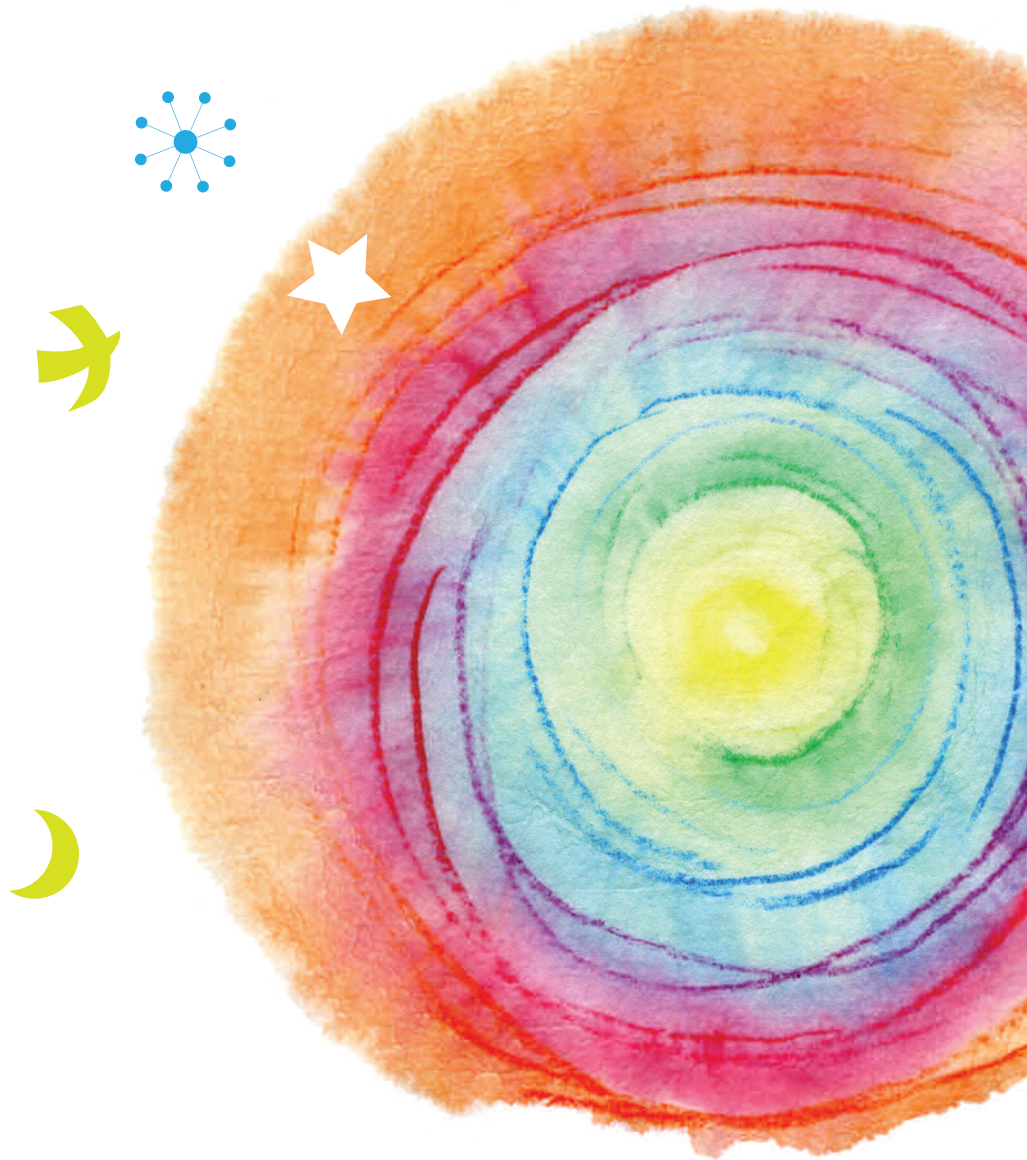
문이 열리면 먼저 승강기
내부를 확인한 후
배식차를 밀도록 함



덤웨이트의
정기적인 안전검사 실시



화물용 승강기
탑승 금지



보건 및 사회복지업에 적용되는 주요 산업안전보건법

1 법 제10조 산업재해발생 기록 보고 등 ※ 미이행시 1,000만원 이하의 과태료

- ① 사업주는 산업재해가 발생하였을 때에는 고용노동부령으로 정하는 바에 따라 재해발생원인 등을 기록 보존 하여야 한다.
- ② 사업주는 제1항에 따라 기록한 재해 중 고용노동부령으로 정하는 산업재해에 대하여는 그 발생 개요, 원인 및 재발방지계획 등을 노동부령으로 정하는 바에 따라 고용노동부장관에게 보고하여야 한다.
다만 산업재해보상법 제41조에 따른 요양급여 또는 같은법 제62조에 따른 유족 급여를 신청한 경우에는 그러하지 아니하다.

▶ 시행규칙 제4조의2 [산업재해 기록 등]

사업주는 산업재해가 발생하였을 때에는 법 제10조제1항에 따라 다음 각 호의 사항을 기록·보존하여야 한다.

1. 사업장의 개요 및 근로자의 인적사항
2. 재해발생의 일시 및 장소
3. 재해발생의 원인 및 과정
4. 재해 재발방지 계획

2 법 제11조 법령의 요지 등 ※ 미이행시 500만원 이하의 과태료

- ① 사업주는 이 법과 이법에 따른 법령의 요지를 상시 각 사업장에 게시하거나 갖추어 두어 근로자로 하여금 알게 하여야 한다.

3 법 제12조 안전·보건 표지 부착 등 ※미이행시 500만원 이하의 과태료

사업주는 사업장의 유해하거나 위험한 시설 및 장소에 대한 경고, 비상시의 조치에 대한 안내, 그 밖에 안전의식의 고취를 위하여 고용노동부령으로 정하는 바에 따라 안전·보건 표지를 설치하거나 부착하여야 한다.

4 법 제23조 안전조치 ※미이행시 5년 이하의 징역 또는 5,000만원 이하의 벌금

- ① 사업주는 사업을 할 때 다음 각 호의 위험을 예방하기 위하여 필요한 조치를 하여야 한다.
 1. 기계·기구 그 밖의 설비에 의한 위험
 2. 폭발성, 발화성 및 인화성 물질등에 의한 위험
 3. 전기, 열, 그 밖의 에너지에 의한 위험

5 법 제24조 보건조치 ※ 미이행시 5년 이하의 징역 또는 5,000만원 이하의 벌금

- ① 사업주는 사업을 할 때 발생하는 다음 각 호의 건강장해를 예방하기 위하여 필요한 조치를 하여야 한다.
 1. 원재료, 가스, 증기, 분진, 흙, 미스트, 산소결핍, 병원체 등에 의한 건강장해
 2. 방사선, 유해광선, 고온, 저온, 초음파, 소음, 진동, 이상기압, 등에 의한 건강장해
 3. 사업장에서 배출되는 기체, 액체, 또는 찌꺼기 등에 의한 건강장해
 4. 계측감시, 컴퓨터 단말기 조작, 정밀공작 등의 작업에 의한 건강장해
 5. 단순반복작업 또는 인체에 과도한 부담을 주는 작업에 의한 건강장해
 6. 환기, 채광, 조명, 보온, 방습, 청결 등의 적정기준을 유지하지 아니하여 발생하는 건강장해

6 법 제25조 근로자의 준수사항 ※미이행시 300만원 이하의 과태료

근로자는 제23조 및 제24조에 따라 사업주가 한 조치로서 고용노동부령으로 정하는 조치사항을 지켜야 한다.

7 법 제41조 물질안전보건자료의 작성 비치 ※미이행시 500만원 이하의 과태료

① 사업주는 화학물질 또는 화학물질을 함유한 제제(製劑) (대통령령으로 정하는 제제는 제외한다. 이하 같다)를 제조·수입·사용·운반 또는 저장하려면 미리 다음 각 호의 사항을 모두 적은 자료(이하 "물질안전보건자료"라 한다.)를 취급근로자가 쉽게 볼 수 있는 장소에 게시하거나 갖춰 두어야 한다.

- | | |
|----------------------|-------------------------|
| 1. 화학물질의 명칭·성분 및 함유량 | 3. 인체 및 환경에 미치는 영향 |
| 2. 안전·보건상의 취급주의 사항 | 4. 그 밖에 고용노동부령으로 정하는 사항 |

8 법 제42조 작업환경측정 ※미이행시 1,000만원 이하의 과태료

사업주는 유해인자로부터 근로자의 건강을 보호하고 쾌적한 작업 환경을 조성하기 위하여 인체에 해로운 작업을 하는 작업장으로서 고용노동부령으로 정하는 작업장에 대하여 고용노동부령으로 정하는 자격을 가진 자로 하여금 작업환경측정을 하도록 한 후, 그 결과를 기록·보존하고 고용노동부령으로 정하는 바에 따라 고용노동부장관에게 보고하여야 한다.

9 법 제43조 건강진단 ※ 미이행시 1,000만원 이하의 과태료

사업주는 근로자의 건강을 보호·유지하기 위하여 고용노동부장관이 지정하는 기관 또는 「국민건강보험법」에 따른 건강진단을 하는 기관에서 근로자에 대한 건강진단을 하여야 한다.

▶ 시행규칙 제99조 【건강진단의 실시 시기 등】

사업주는 상시 사용하는 근로자 중 사무직에 종사하는 근로자(공장 또는 공사현장과 같은 구역에 있지 아니한 사무실에서 서무, 인사, 경리, 판매, 설계 등의 사무업무에 종사하는 근로자를 말하며, 판매 업무 등에 직접 종사하는 근로자는 제외한다)에 대해서는 2년에 1회 이상, 그 밖의 근로자에 대해서는 1년에 1회 이상 일반건강진단을 실시하여야 한다.

10 법 제45조 질병자의 근로금지·제한 ※ 미이행시 1,000만원 이하의 벌금

사업주는 전염병, 정신병 또는 근로로 인하여 병세가 크게 악화될 우려가 있는 질병으로서 고용노동부령으로 정하는 질병에 걸린 자에게는 의사의 진단에 따라 근로를 금지하거나 제한하여야 한다.

❖ 위의 요약은 산업안전보건법 중 사업주가 준수해야 할 주요 내용을 발췌한 것으로 사업주는 【영 별표 1】에서 규정된 산업안전보건법 전체를 지켜야 할 의무가 있습니다.

법에 대한 더 자세한 내용은 한국산업안전보건공단 홈페이지(www.kosha.or.kr)에서 확인 가능합니다.

▶ 법의 일부적용 대상 사업 및 일부적용 규정의 구분표 (제2조의2제1항 관련)

대상 사업	적용 규정
1. 임대업(부동산 제외), 출판업(서적, 잡지 및 기타 인쇄물 출판업 제외), 컴퓨터 프로그래밍, 시스템 통합 및 관리업, 정보서비스업(뉴스 제공업 제외), 전문서비스업, 건축기술, 엔지니어링 및 기타 과학 기술 서비스업, 기타 전문, 과학 및 기술 서비스업(사진 처리업 제외), 광업 지원 서비스업(원유 및 천연가스 채굴 관련 서비스업 제외), 환경 정화 및 복원업, 건물·산업설비 청소 및 방제 서비스업, 사업 지원 서비스업에 해당하는 사업(제3호·제6호 또는 제7호에 해당하는 사업은 제외한다)	법 제1장, 제23조부터 제28조까지, 제33조, 제34조, 제34조의2부터 제34조의4까지, 제35조, 제35조의2부터 제35조의4까지, 제36조, 제36조의2, 제36조의3, 제37조, 제38조, 제38조의2부터 제38조의5까지, 제39조, 제39조의2, 제40조, 제41조, 제5장, 제6장, 제6장의2 및 제8장, 제9장
4. 도매 및 소매업, 숙박 및 음식점업, 부동산업, 연구개발업, 하수, 폐수 및 분뇨 처리업(폐수처리업 제외), 폐기물 수집운반, 처리 및 원료재생업(지정 폐기물 수집운반업, 지정 폐기물 처리업, 금속 및 비금속 원료 재생업 제외) 협회 및 단체, 수리 및 기타 개인 서비스업(자동차 종합 수리업, 자동차 전문 수리업, 세탁업 제외), 예술, 스포츠 및 여가 관련 서비스업, 영화, 비디오물, 방송프로그램 제작 및 배급업, 녹음시설 운영업, 방송업, 뉴스 제공업으로서 다음 각 목에 해당하는 사업(제7호에 해당하는 사업은 제외한다) 가. 최고사용압력이 제곱센티미터당 7킬로그램 미만인 증기보일러를 사용하는 사업 나. 연간 1백만킬로와트시 미만의 전기를 사용하는 사업 다. 전기사용설비의 정격용량의 합계 또는 계약용량이 300킬로와트 미만인 사업 라. 연간 석유 250톤 미만의 에너지를 사용하는 사업 마. 월평균 4천세제곱미터 미만의 도시가스를 사용하는 사업 바. 저장능력 250킬로그램 미만의 고압가스 또는 액화석유가스를 사용하는 사업 5. 금융 및 보험업, 공공행정, 국방 및 사회보장 행정, 교육 서비스업, 보건업 및 사회복지 서비스업(병원 제외), 국제 및 외국기관(제 7호에 해당하는 사업은 제외한다.)	법 제1장, 제23조부터 제28조까지, 제33조, 제34조, 제34조의2부터 제34조의4까지, 제35조, 제35조의2부터 제35조의4까지, 제36조, 제36조의2, 제36조의3, 제37조, 제38조, 제38조의2부터 제38조의5까지, 제39조, 제39조의2, 제40조, 제41조, 제5장, 제6장, 제6장의2, 제8장 및 제9장

건강증진 스트레칭

모든 동작은 10~20초간 실시하며 호흡은 평상시와 같이 합니다.

목

왼손을 오른쪽 머리부분에 얹은 후 옆으로 천천히 당긴다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.

꼭지 긴 두 손을 뒷머리에 대고 아래쪽으로 지국이 눌러준다.
두 엄지손가락을 턱에 대고 뒤로 밀어준다.



어깨

오른쪽 팔을 왼쪽 가슴으로 뻗은 후 왼쪽팔로 오른쪽 팔꿈치를 끌어당긴다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.

두 팔을 머리뒤로 올린 후 왼손으로 오른쪽 팔꿈치를 잡고 아래로 지국이 눌러준다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.



팔/손목

오른손을 허리에 대고 왼손으로 오른쪽 팔꿈치를 잡고 앞으로 당긴다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.

오른손을 뻗은 후 손등을 아래쪽으로 한 다음 왼손으로 오른쪽 손을 당긴다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.



등/가슴

양손을 허리에 대고 상체를 뒤로 젖힌다.
두손을 깎지끼고 손바닥을 바깥쪽을 향하게 한 다음 무릎을 굽히면서 등 부분이 굽혀지도록 두 팔을 쭉 뻗는다.

양팔을 벌리고 하늘을 보며 가슴을 내밀어 등근육과 허리근육이 스트레칭 되도록 한다.



옆구리/허리

양손을 머리 뒤에 두고 왼쪽으로 허리를 굽힌다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.

양손을 허리에 대고 원을 그리며 허리 관절을 돌려준다.
반대방향도 같은 동작으로 실시한다.



다리

오른쪽 발끝을 잡고 힙 방향으로 끌어당긴다.
반대쪽도 같은 동작으로 실시한다.

양발을 넓게 벌린 후 양손을 무릎에 대고 허리를 왼쪽으로 틀어준다.
반대편도 같은 동작으로 실시한다.



일반분야 - 홍보자료
서비스업 (보건 및 복지) 2010-11-827

발 행 인 노민기

발 행 처 한국산업안전보건공단

주 소 인천광역시 부평구 무네미로 478

전 화 032-5100-500

총괄기획 서비스업재해예방실

홈페이지 www.kosha.or.kr

제작편집 바우나무 032-651-0601

이 책은 신저작권법에 따라 보호받는 저작물입니다. 무단 전재와 복제를 금하며 이 책 내용의 일부 또는 전부를 재사용하려면 반드시 한국산업안전보건공단의 동의를 받아야 합니다.