

2015년도 근로자 건강증진활동 우수사례 발표대회

2015. 7. 9(목)



근로자의 건강(Health)을 증진시키면 노·사의 행복(Happiness)이 증진되어 사업장 전체가 인간적 휴머니즘(Humanity)이 증진된다는 의미

KOSHA

2015년도 「직업건강부문 우수사례 발표대회」 개최

- 제48회 산업안전보건강조주간 행사 -

1 목적

- 근로자 건강증진활동 우수사례 발표대회를 개최하여 사업장 보건관리의 우수사례를 발굴·전파하고 업무상질병예방 및 직장건강문화 확산에 기여하고자 함

2 추진 근거

- 산업안전보건법 시행령 제3조의6(건강증진사업 등의 추진)
- 산업안전보건법 시행령 제 16 조 (보건관리자의 선임 등)
- 산업안전보건법 제 41 조 의 2(위험성평가)
- 고용노동부 고시 제 2013-6호(근로자 건강증진활동 지침)
- 고용노동부 고시 제2014-48호(사업장 위험성평가에 관한 지침)

3 세부 추진계획

- 근로자 건강증진활동 우수사례 발표대회
 - 일 시 및 장소 : 2015. 7. 9(목) 14:00~17:00
 - 장 소 : COEX 컨퍼런스센터 402호(4층)
 - 우수사례 발표 사업장

연번	사업장명	소재지	일선기관
1	남양유업(주) 세종공장	세종특별자치시	대전본부
2	두산인프라코어(주) 군산공장	전북 군산시	전북서부
3	(주)성우하이텍	경남 양산시	경남동부
4	한국지엠주식회사 대전서비스센터	대전광역시	대전본부

○ 발표대회 세부 일정

시 간	순 서	발표자	비고
14:00~14:20	접 수	-	-
14:20~14:30	진행 및 발표대회 경과 설명	-	경과설명 : 조민환 팀장
14:30~14:50	남양유업(주) 세종공장	이경선 보건관리자	15분 발표, 5분 질의응답
14:50~15:10	두산인프라코어(주) 군산공장	김종익 보건관리자	
15:10~15:30	휴 식	-	
15:30~15:50	(주)성우하이텍	문병생 과장	15분 발표, 5분 질의응답
15:50~16:10	한국지엠주식회사 대전서비스센터	명나연 보건관리자	
16:10~16:30	휴식	-	심사집계
16:30~16:40	심사위원장 총평 및 결과발표	-	
16:40~17:00	시 상	-	임원

※ 발표순서는 가나다(사업장명) 순서에 따름.



Healthy Workplace

Contents

(목차)

2015년도 「근로자 건강증진활동」 우수사례

Ⅰ	남양유업(주) 세종공장	1
Ⅱ	두산인프라코어(주) 군산공장	31
Ⅲ	(주)성우하이텍	53
Ⅳ	한국지엠주식회사 대전서비스센터	79



남양유업(주)
세종공장

건강증진사례 발표
Enjoy the Health

남양유업 세종공장

Enjoy the Quality



CONTENT

- 01** 사업장 현황
- 02** 추진배경 및 목적
- 03** 주요 활동내용
- 04** 활동성과 및 효과분석
- 05** 보완점 및 향후계획

I. 사업장 현황



I. 사업장 현황

남양의 역사 history

1964	유아식 전문기업으로의 첫걸음	1960~70년대
	정직한 전문기업으로의 성장	1980년대
	유가공 분야의 선두업체로 도약	1990년대
	품질 혁신기	2000년대
	제품다각화	2001년
	경쟁력 강화	2002년
	미래지향적 지식기업의 완성	2003년
2015	품질고집 40년 남양	2004년
	세계로 가는 남양	2012년



I. 사업장 현황

남양의 경영이념

Management idea

“ 남양유업은 노사 협력과 인간존중을 바탕으로
인류의 건강증진에 기여하는 신뢰 받는 기업이 되겠습니다. ”

고객만족

고객만족 실현으로
고객과 함께 성장

인간존중

인간존중의 정신으로
자율과 창조성 고양

사회공헌

인류의 건강증진에 기여하는
신뢰 받는 기업

한우를 경영

NamYang

I. 사업장 현황

세종공장

주소

세종특별자치시 장군면
장기로 836-11번지

준공일

1980년 2월 14일

면적

32,010 평

구성원수

약 450 명

주요
생산품목

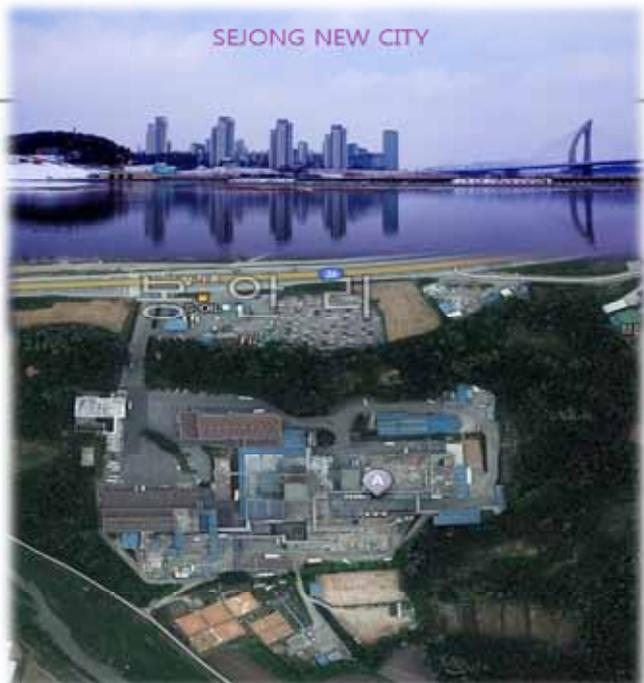
조제분유, 이유식
발효유류, 치즈류, 커피 등

매출액

3,733억원('14년도 기준)

조직구성

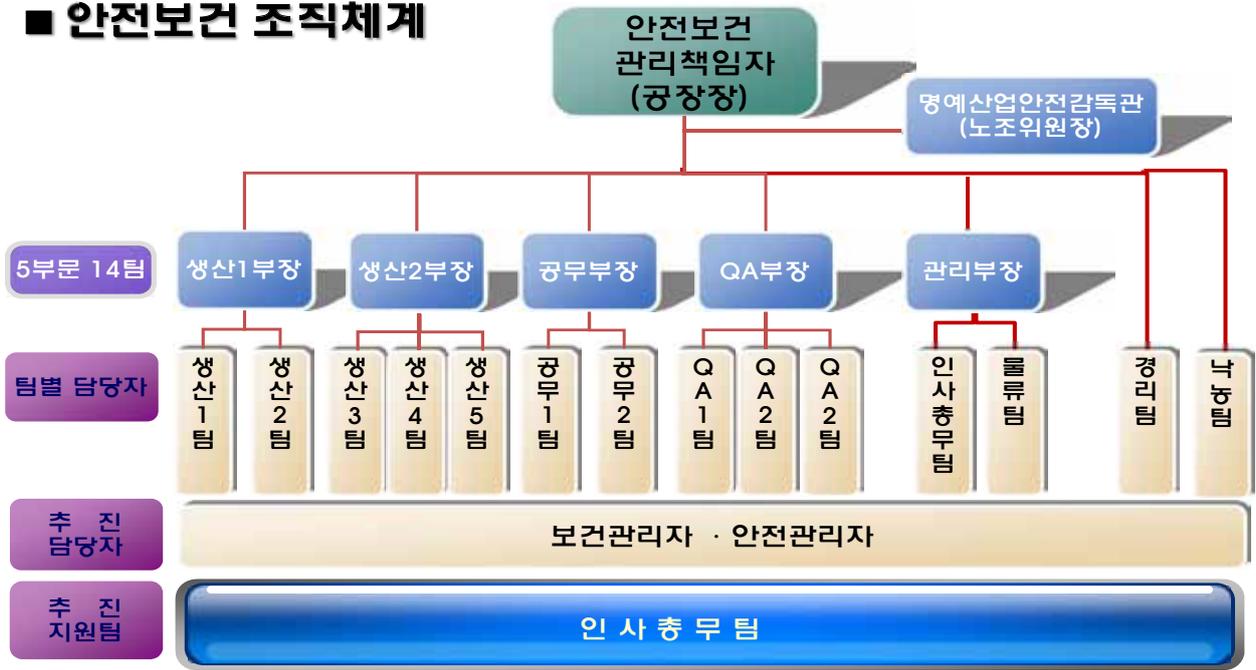
5부문 14팀



NamYang

I. 사업장 현황

■ 안전보건 조직체계



II. 추진배경 및 목적



II. 추진목적 및 체계

Enjoy the Health

추진배경

근로자의 고령화로 인한 건강위험성

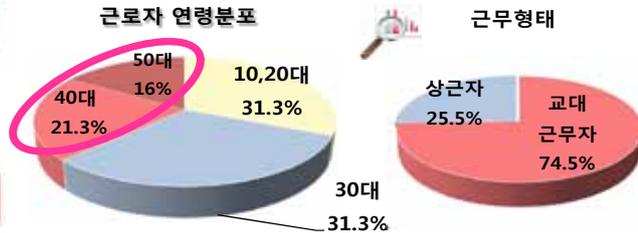
- 40대 이상이 37.3%차지

근무형태로 인한 생체리듬 불균형

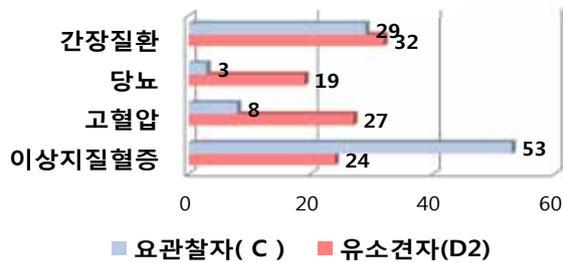
- 3교대근무 근로자 74.5%

생활습관병 증가

- 높은 비만율과 이상지질혈증
- 대사증후군 비율 증가
- 뇌심혈관계 질환 발생



질환별 분류(명)

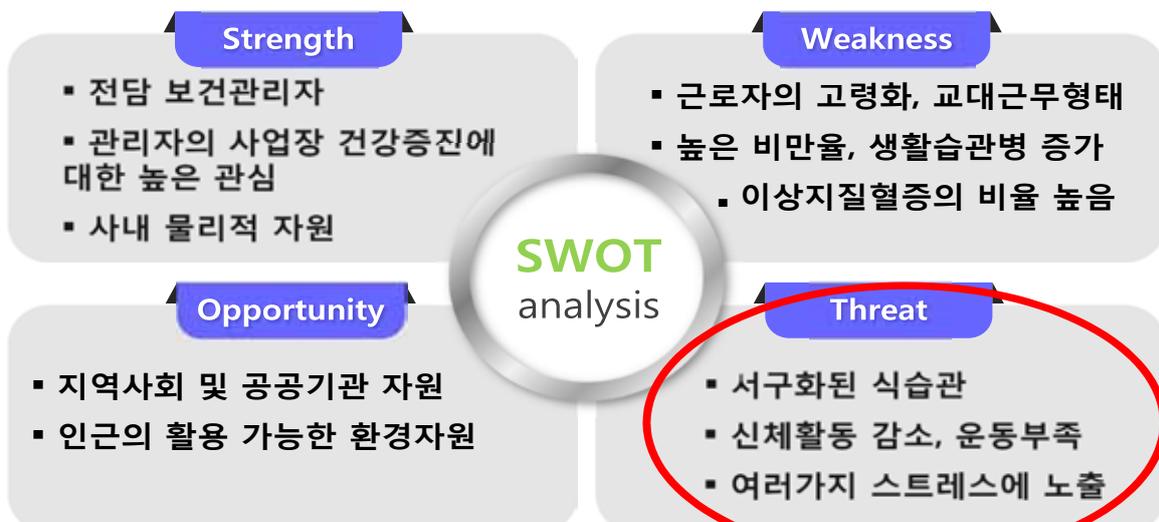


Enjoy the Quality
남양유업

II. 추진배경 및 목적

Enjoy the Health

SWOT 분석



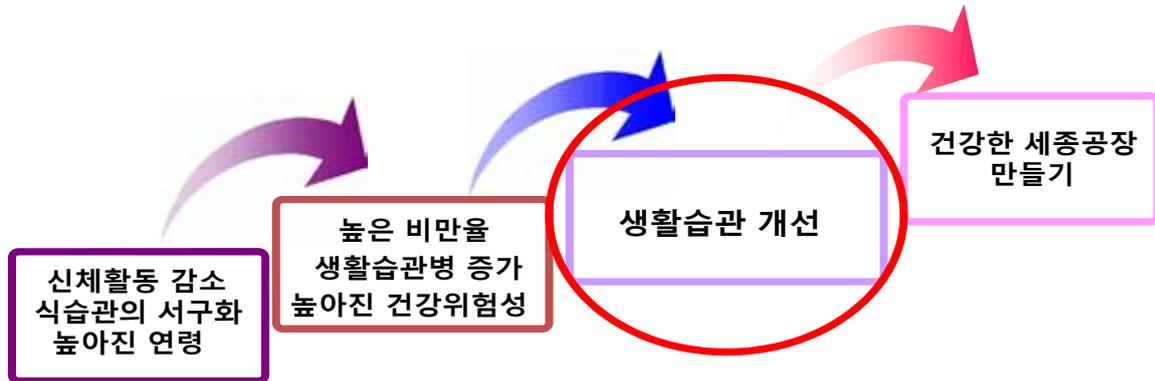
NamYang

II. 추진배경 및 목적

Enjoy the Health

추진방향

근로자의 고령화와 교대근무로 인해 발생하는 **건강위험성**을 낮추고,
높은 비만율과 **생활습관병**을 예방 및 관리



NamYang

II. 추진배경 및 목적

Enjoy the Health

추진목적

목적 “**건강한 사원이 건강한 회사를 만들고**”,
“**건강한 회사가 좋은 제품을 만든다**”

Enjoy
The **H**ealth

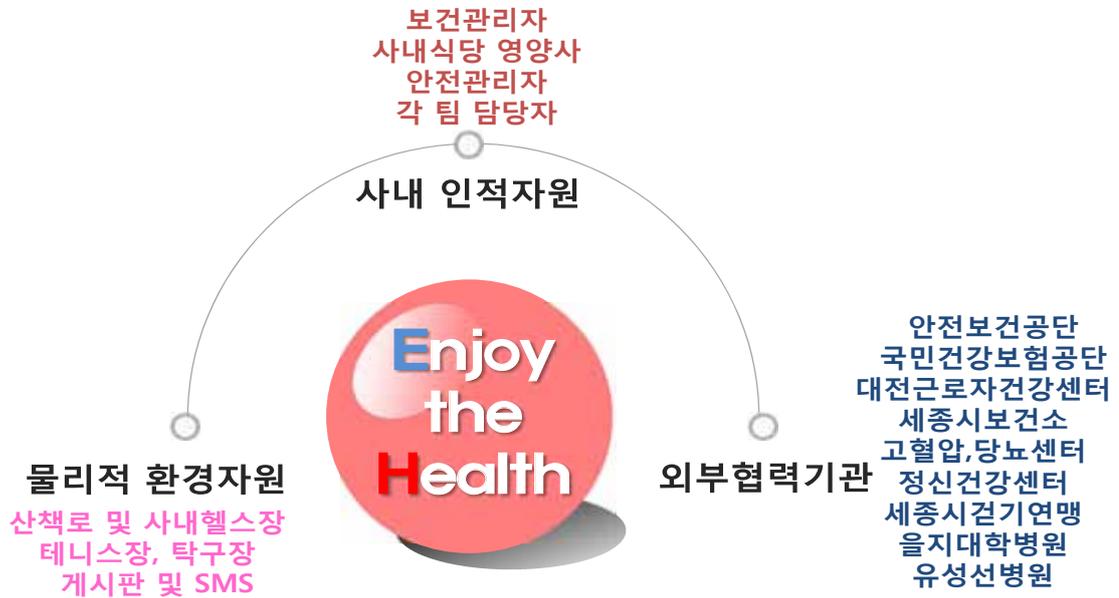
‘세계 최고 품질의 제품을 생산하기 위한 역량 강화’

NamYang

II. 추진배경 및 목적

Enjoy the Health

추진체계



NamYang

III. 생활습관 개선을 위한 활동내용



건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)



공장내 산책로 정비
걷기 환경조성



기초검사 (혈압, 혈당,
혈중 콜레스테롤)



체성분 분석
복부둘레 측정

사전 준비 및 검사

NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)



걷기 강의
세종시걷기연맹회장



걷기 지도자 강습
걷기자세 지도 및 교정 - 주1회

올바른 걷기방법을 알고 걷기 효과를 높이기 위한 활동

NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)



함께 걷기
주 2회, 점심시간 활용



호수공원 함께 걷기



걷기 실천율을 높이기 위한 활동

NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)



리플릿 배부
인트라넷 홍보



대사증후군 강좌

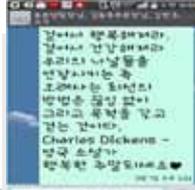


식습관 개선 홍보
홍보물 - 현미쌀

대사 증후군 인지도 향상을 위한 노력

NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)



걷기 실천력 강화를 위한
만모기 어플, 걷기 다이어리
메일, SMS



NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)

사후검사 결과

최다항목 개선자의 변화

	사 전	사 후	비고
복부둘레 (cm)	96.4	88.9	- 7.5
혈압 (mmHg)	151/95	128/82	수축기: -23 이완기: -13
공복혈당 (mg/dl)	99	98	- 1
중성지방 (mg/dl)	170	148	- 22
HDL (mg/dl)	39	28	- 11

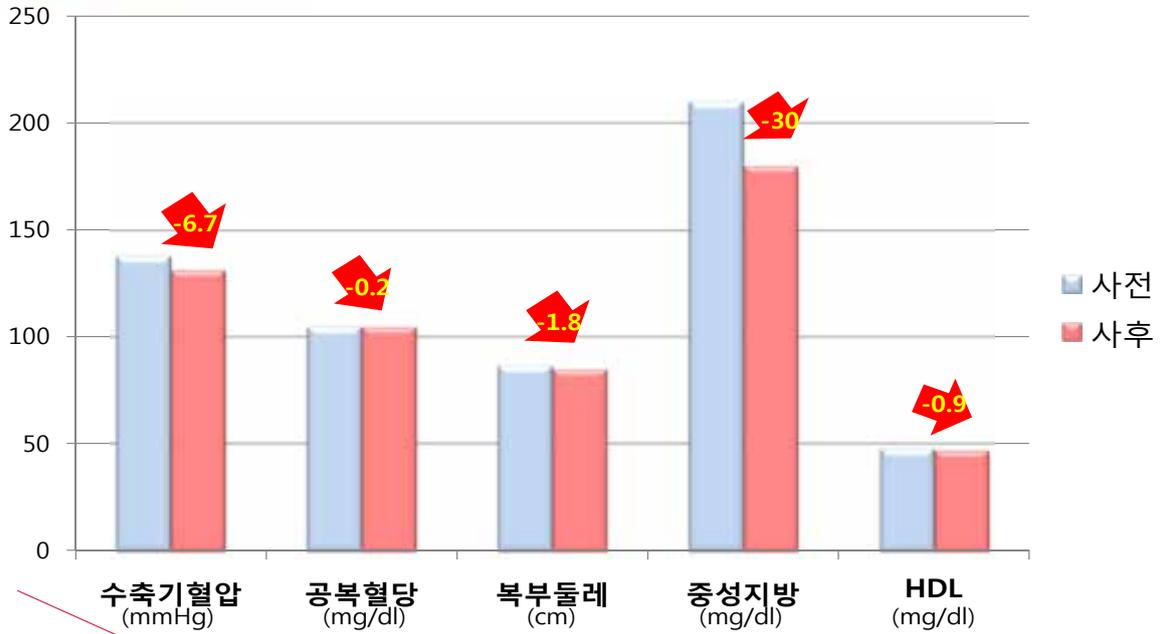


(남, 49세)

NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)

사후검사결과



NamYang

건강증진 프로그램 - 걷기 (Happy Walking, Healthy Namyang)

사후검사 결과



※ 걷기 실천률: 1회 30분 이상, 주 5회 이상 걷는 비율

NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

건강증진 프로그램 -스트레스 관리(Healthy Mental, Happy Namyang)

**Healthy Mental,
Happy Namyang 참가지 모집**

사라져 급격히 다양해지고 복잡해지면서 스트레스, 우울감, 불안감, 불면증, 대증의 혼돈 등 우리의 정신건강이 위협받고 있습니다. 내 마음을 왜 이런상태? 어 무얼까? 어떤 대처가 더 이상 스트레스 받고 싶지 않다면 왜가 날 때는 어떻게 하면 좋을까? 알고 싶은 우리들의 마음 속을 대영합니다.

"Healthy Mental, Happy Namyang" 프로그램에 참여하여 소중한 나를 한번 돌아보고 마음건강을 내기 시작해요.
말씀이치 말고 사고 태도 전환하세요. 여러분의 고민사가 되어드리겠습니다.

- 대상 : 희망자 15~20명 선별
 - 자기전담 테스트 27점 이상 고위험군 전자 우선
 - 대량의 불만사항 받고 싶은 분
- 신청기간 및 방법
 - 기간 : 9월 29일 ~ 9월 30일(2일간)
 - 방법 : 직 할 사무처직원 및 보건관리자(내선 2219)
- 내용
 - 신청기간 : 9월 15일~16일 (17일(토))
 - 기동검사 : portable 제동진료진료센터(사)에서
 - 스트레스 대처능력 강화 및 의사소통기술을 위한 교육
 - 정신건강을 위한 각종 심리요법(미술, 명상 등)
 - 필요시 정신건강전문가의 개별 상담
 - 유익 우수자에게 기념품 배부



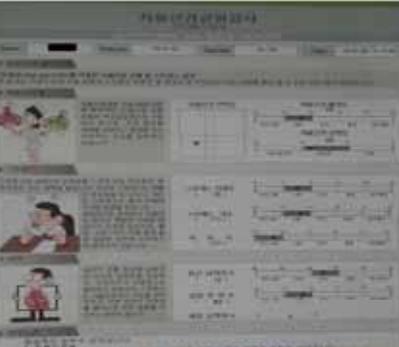
남양유업

- 목 적 : 스트레스 대처능력 향상으로 자기 효능감 강화
- 목 표 : 스트레스 지수의 감소
- 대 상 : 프로그램 참여 22명 (스트레스 지수 상위군 우선)
- 내 용 : 기초검사, 힐링요가, 힐링메일, 의사소통기술 교육, Pair 스트레칭, 미술요법, 명상강의, 힐링시네마, 개별 상담
- 기 간 : 6주
- 협력기관 : 대전근로자건강센터, 세종시보건소

NamYang

건강증진 프로그램 - 스트레스 관리(Healthy Mental, Happy Namyang)







사회·심리적 스트레스 지수
직무스트레스 반응검사
자율신경균형검사

사전·사후 스트레스 측정 도구

NamYang

건강증진 프로그램 - 스트레스 관리 (Healthy Mental, Happy Namyang)



직무스트레스관리 교육



의사소통기술 교육



명상 강의

스트레스 대처능력 향상을 위한 강의

NamYang

건강증진 프로그램 - 스트레스 관리 (Healthy Mental, Happy Namyang)



미술요법



Pair 스트레칭



개별심리상담

스트레스 관리를 위한 프로그램

NamYang

건강증진 프로그램 - 스트레스 관리 (Healthy Mental, Happy Namyang)



힐링 요가 - 주1회



힐링 시네마



힐링 메일- 주1회

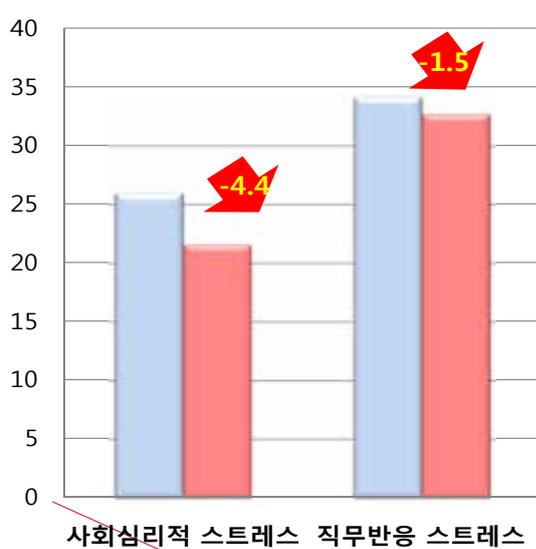
힐링 프로젝트

NamYang

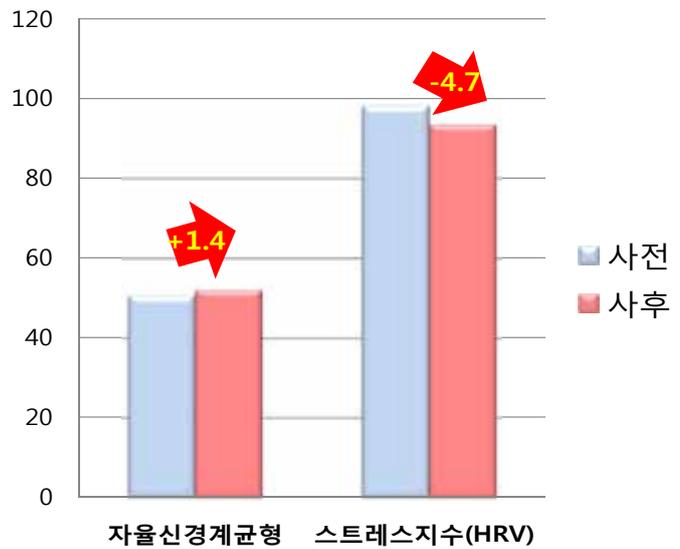
건강증진 프로그램 - 스트레스 관리 (Healthy Mental, Happy Namyang)

사후검사결과

사후검사이지결과



자율신경계균형검사 결과



NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)

World Best Body project 참가자 모집

불규칙한 생활패턴, 고지방음식, 잘못된 식습관 등으로 체지방 증가 및 혈액이 불규칙, 수 많은 영양분과 비타민, 노화방지 있는 채소인 "World Best Body project"에 참여하여 건강한 Body K라고 하고 **시간은 sport Health sport**하세요. 매일매일 먹고 자고 바로 건강하세요. 여러분의 Health 증진시켜 도와드리겠습니다.

- 대상 : 희망자 15~20명 선점
 - 성별 : 25% 이상
 - 복부둘레 : 남90cm이하, 여85cm이하
 - 2019년 건강검진 이후 건강 대상자 중 비만관련 유소견자
 ※ 유소견으로 대상자 선점
- 신청기간 및 방법
 - 기 간 : 3월 10일 ~ 3월 19일(4일)
 - 방 법 : 각 팀 사무처직원 및 보건관리자(내선 2218)
- 내 용
 - 시행기간 : 3월~6월 (12주)
 - 기초검사 : 시진사후 체성분분석, 혈당혈당검사, 혈중콜레스테롤, 영양검사
 - 4주후 건강 검진(체중기대감)
 - 개인별 식사일자 및 운동일자 상담
 - 건강생활 실천 및 건강행위를 위한 교육 (영양, 운동, 금연예방)
 - 복싱체력 : 복싱클럽 우수자 우대 - 1명(당첨률 100%)
 노력 우수자 우대 - 2명(당첨률 66.6%)



- 목 적 : 식습관 개선과 운동활동 증가로 비만을 예방 및 관리하여 신체상의 자신감 형성
- 목 표 : 세가지(체지방율 3%, 몸무게 3kg, 복부둘레 3cm) 중 한가지 이상 감소
- 대 상 : 프로그램 참여 23명 (BMI: 25이상 or 복부둘레: 남90cm, 여85cm이상 우선)
- 내 용 : 기초검사, 건강식 제공, 운동 및 영양 교육, 건강강좌, 개별상담
- 기 간 : 12주
- 협력기관 : 안전보건공단, 세종시보건소

NamYang

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)



기초검사 (혈압, 혈당, 혈중 콜레스테롤)



체성분 분석
복부둘레 측정



개별 목표설정
서약서 작성

사전 기초검사 및 목표설정

NamYang

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)



영양교육



건강식사 제공
503메뉴 - 한끼 500Kcal,
3g이내의 소금사용



건강식단 전시

식습관 개선을 위한 활동

namYang

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)



운동교육



운동활동

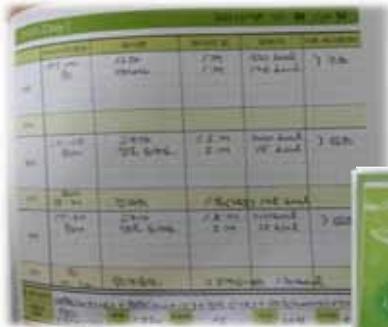


운동의 효능 강좌

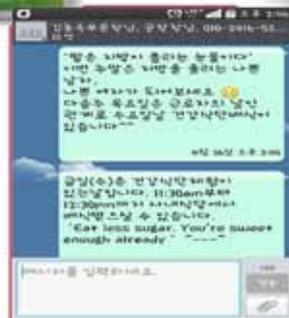
운동실천율 증가를 위한 활동

namYang

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)



실천력 강화를 위한
건강생활일지 - 주1회 상담
메일 및 SMS



NamYang

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)

사후검사결과

최고 감량자의 신체변화

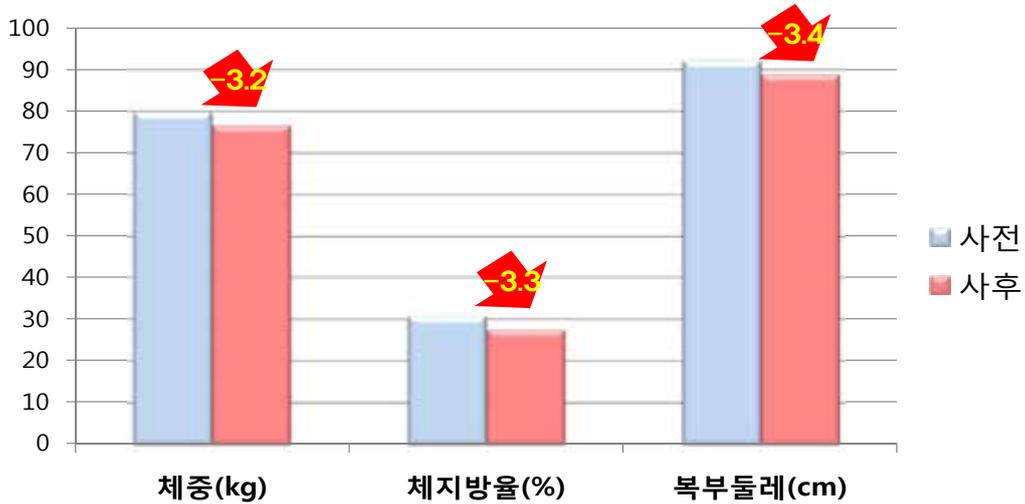


	사 전	사 후	비 고
몸무게 (kg)	89	78.4	- 10.6
골격근 (kg)	33.7	34.5	+ 0.8
체지방률(%)	32.8	22.0	- 10.8

NamYang

건강증진 프로그램 - 비만관리 (World Best Body Project)

사후검사 결과



NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

특화된 유소견자 관리



현장밀착형 관리

- 목 적 : 질환 및 건강상태별 특화된 건강관리 서비스 제공으로 건강개선 및 증진
- 대 상 : 건강검진 결과 요관찰자, 유소견자
- 내 용 : 현장밀착형관리, 고혈압·당뇨교실, 가정연계형관리, 건강행태개선사업
- 기 간 : 연중 지속
- 협력기관 : 세종시보건소, 고혈압·당뇨센터

NamYang

특화된 유소견자 관리



고혈압 · 당뇨교실 운영



가정연계형 관리
- 맞춤형 식단, 관리방법등을 가정으로 발송



건강행태개선
사업 참여

질환 및 건강상태별 특화된 건강관리

NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

완전금연 사업장 유지



■ 목 적 : 전 사원 사내.외 완전 금연 실천 사업장 전 구역 완전금연 청정지역 유지

■ 금연 캠페인 추진경과

구분	시행전 ('12. 7. 1부)	시행후 ('13.5월 이후)	비고
흡연자	162 명	0명	520명
흡연율	33%	0%	

■ 완전금연 사업장 선포식 ('13. 5. 31)

NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

완전금연 사업장 유지를 위한 노력



NamYang

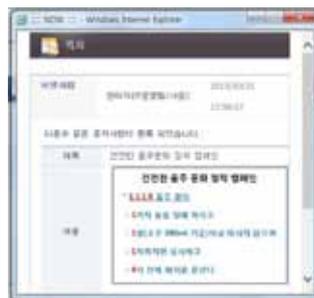
Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

건전한 회식문화

건전한 음주문화 정착 캠페인

- 1,1,1,9 (one-one-one-nine) 원칙**
 음주회사에 경우, 1가지 술을 정해서 마시고
 1원(소주 300ml 기준) 이상 내리지 않으며
 1차까지만 실시하고
 9시 전에 회식을 끝낸다.
- V3.1 (one two three) 원칙**
 임원들의 의견을 모아 다양한 Visual 테마의 피스너지를 선정하고,
 음주회사는 3회 중에 1회로 하고, 나머지 시간은 분위 회식을 진행한다.
- 5-No 실천 : 음주회식에서 자양재야 할 행동**
 - ① 양상 금지
: 간에 해로운 3회 이상 넘지 않도록 하고 양상을 하지 않는다.
 - ② 술잔 돌려가 금지
: 개인 잔만 사용하고 잔은 돌려 마시지 않는다.
 - ③ 무릎 꿇기 금지
: 술을 권하고 받을 때 무릎 꿇지 않고 현명한 자세로 잔을 주고 받는다.
 - ④ 자리서정 금지
: 조직원들이 편안한 자리에서 자유롭게 다닐 수 있도록 자리를 정하지 않는다.
 - ⑤ 갈아엎기 금지
: 술을 갈아엎지 않거나, 3차 술자리를 강요하지 않는다.



■ 절주 팝업



■ 도란도란 간담회

NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

근골격계 질환 예방

다시뛰는 남양인, 함께뛰는 세종공장, World Best Quality 안전수칙을 복창하도록 하겠습니다.

하나, 나와 내 가족의 행복을 위해 내 안전은 내가 지킨다.~ (내 안전은 내가 지킨다)

하나, 작업장에서는 안전 보호구를 반드시 착용한다.~ (반드시 착용한다)

하나, 중량물 이동시 올바른 자세를 유지한다. ~ (올바른 자세를 유지한다)

하나, 에러 발생시 기계를 반드시 정지시키고 조치한다. ~ (정지시키고 조치한다)

하나, 작업전 안전확인, 작업중 안전조치 반드시 실천한다. ~ (반드시 실천한다)

- 주기적인 근골격계 유해요인 조사 및 부담작업 환경 개선
- 스트레칭 및 안전구호제창: 매일 아침방송과 작업 전 실시
- 적절한 보호구 비치 및 관리, 중량물 스티커 부착
- 주기적인 현장밀착형 교육실시



NamYang

Ⅲ. 주요활동내용

Enjoy the Health

1인 1운동 캠페인

14개 동호회 운영중



NamYang

Ⅲ. 주요 활동내용

Enjoy the Health

소통과 공감의 조직문화



- 사랑앓날 행사 - 간부들이 새벽에 출근하는 직원들을 맞이하며 격려
- 세종공장 소셜커뮤니티 운영 - 전 직원들이 소통하는 공간
- Family Day제도 시행 - 수요일은 정시퇴근을 통한 재충전의 시간보장
- 긍정 UCC상영, 아침방송, 생일자 이벤트, 계절별 이벤트 등



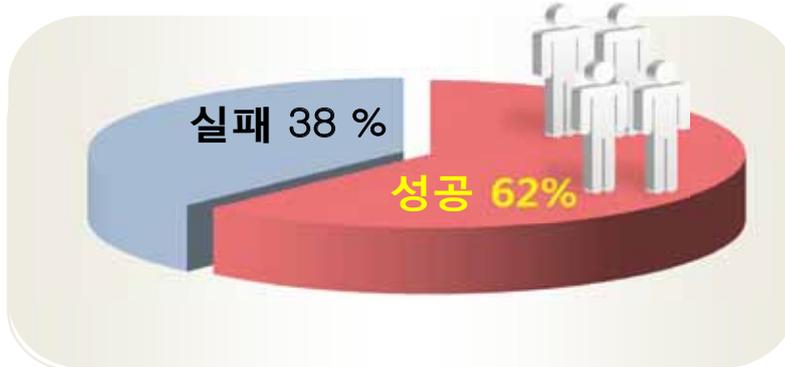
IV. 활동성과 및 효과분석



IV. 활동성과 및 효과분석

Enjoy the Health

성공률



- 비만프로그램이 70%로 가장 높았고, 행태개선 프로그램이 55%로 가장 낮았음

※ 4개의 프로그램 (걷기, 스트레스, 비만, 행태개선) 기준

NamYang

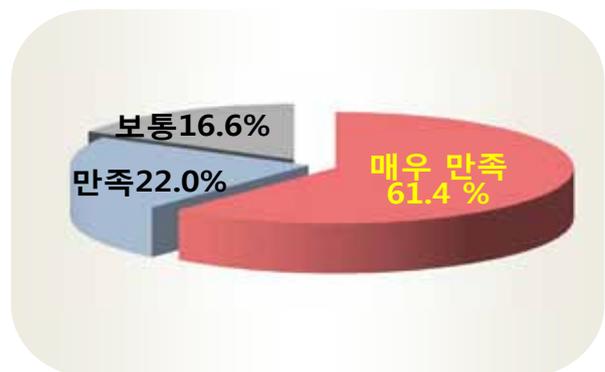
IV. 활동성과 및 효과분석

Enjoy the Health

건강상태의 개선



만족도



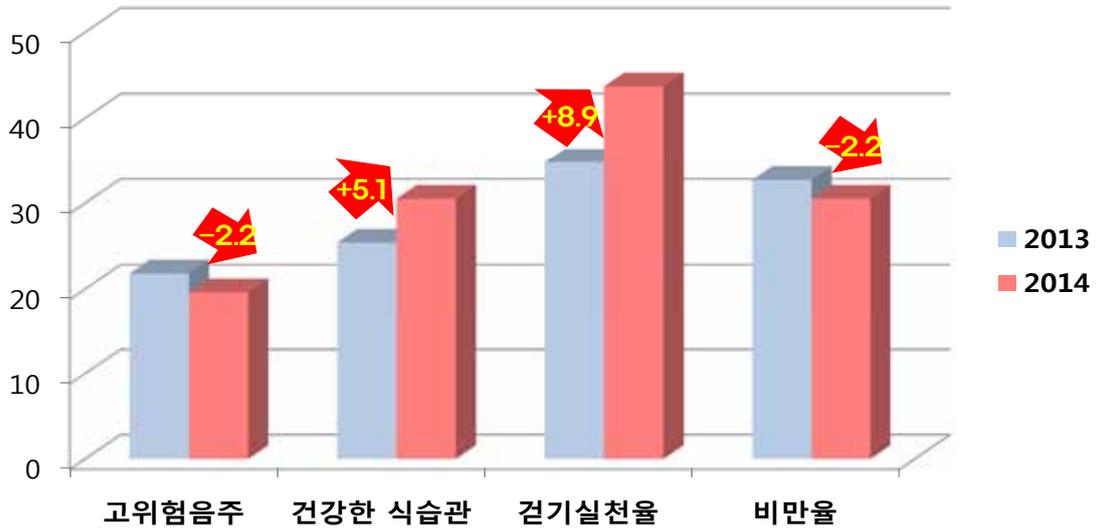
※ 프로그램 참여자 128명 대상

NamYang

IV. 활동성과 및 효과분석

Enjoy the Health

생활습관의 개선

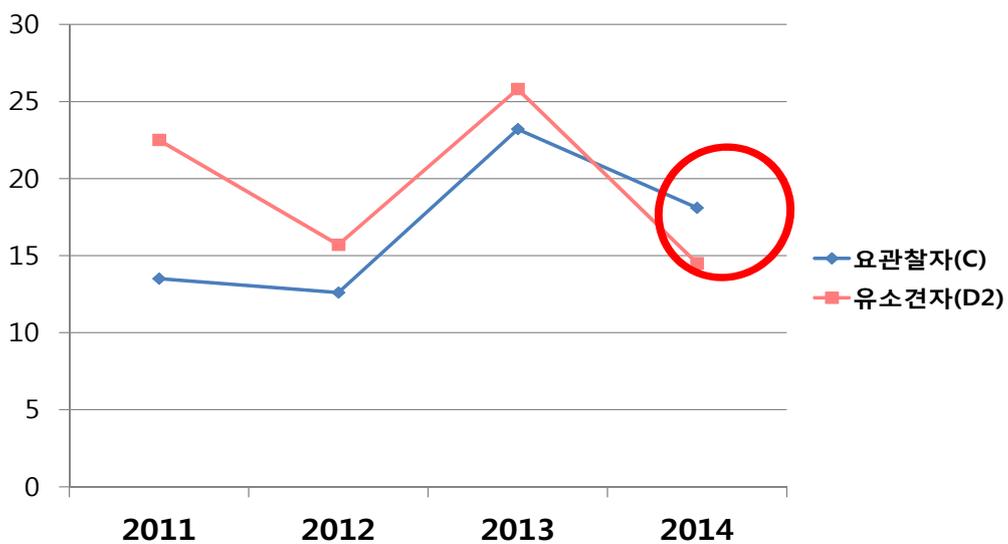


NamYang

IV. 활동성과 및 효과분석

Enjoy the Health

유병률 변화추이



NamYang

V. 보완점 및 향후계획



V. 보완점 및 향후계획

Enjoy the Health

보완점

참여연령확대

30·40대가 82%

다양한연령층 참여유도필요

- 연령별특화 프로그램 개발
- 건강의 중요성 인식할 수 있도록 노력

실패율 38%

- 동기부여- 포상부분 강화
- 흥미 유발을 위해 직원들의 Needs에 맞는 지속적인 새 프로그램 개발
- 교대근무 패턴을 고려한 프로그램 개발

사후관리 강화

건강습관 유지·관리 지속

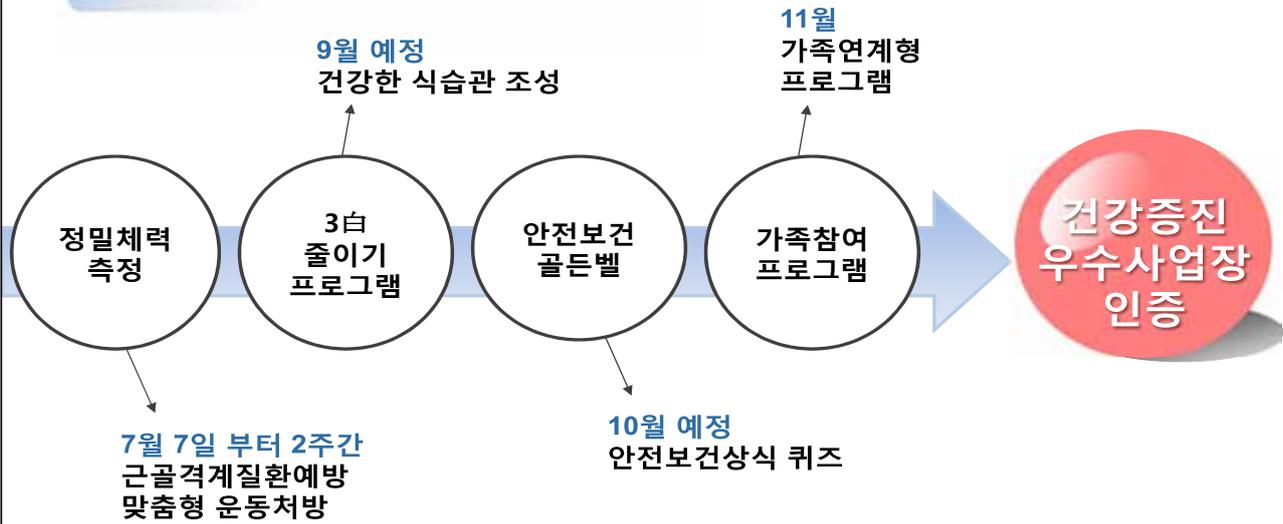
- 가정연계·통합형 프로그램 개발
- 동호회, 소셜 커뮤니티를 활용

V. 보완점 및 향후계획

Enjoy the Health

향후계획

'15년 계획



NamYang





**두산인프라코어(주)
군산공장**

「 근로자 건강증진활동 두산인프라코어 군산공장

군산EHS팀 2015. 7. 9



Contents

DOOSAN INFRACORE

- 01 사업장 일반현황
- 02 추진목적 및 체계
- 03 주요 활동내용
- 04 문제점 및 개선노력
- 05 활동성과 및 효과분석
- 06 향후계획





- 회사연혁 및 사업장위치
- 사업현황
- 군산공장 소개



Chapter 01 사업장 개요

회사 연혁 및 사업장 위치

두산 인프라코어는 1937년부터 시작되어 77년의 역사를 가진 국내 최고(最古)의 일반기계 회사임

1937년 창립~

조선기계제작소

1963년~

한국기계공업

1976년~

대우중공업

2000년~

대우종합기계

2005년~

두산인프라코어

- 인천 : 건설기계, 엔진
- 서울 : 전략, 영업
- 안산 : 부품센터
- 수지 : 기술원
- 군산 : 건설기계, 엔진 총470명 (170)
- 창원 : 공작기계

글로벌 네트워크

● 판매망

21, ...

● 고객서비스

51, ...

● R&D 센터

11, ...

판매망 면적 및 매출

15,206 평방미터

81,584 백만원

중국	1,100,000 평방미터	중국	10,547,000 백만원
미국	2,000,000 평방미터	미국	12,017,000 백만원
일본	2,400,000 평방미터	일본	14,007,000 백만원
한국	2,000,000 평방미터	한국	30,000,000 백만원
--- 인도네시아	400,000 평방미터	--- 인도네시아	12,000,000 백만원

DOOSAN INFRACORE

Chapter 01 사업장 개요



사업현황

건설기계 부문의 다양한 파워브랜드 보유하여 플라인업 구축



[굴삭기]



[휠 로더]



[굴절식 덤프 트럭]



[어태치먼트]



[스키드 스티어 로더]



[소형 장비]



[발전기]

Compact 건설기계 세계 1위, Heavy 굴삭기 한국1위

DOOSAN INFACORE

Chapter 01 사업장 개요



사업현황

세계 각국의 기업들에게 환경친화적이고 연료 효율이 높으며 내구성을 갖춘 양질의 엔진 공급

[발전기용 디젤/가스 엔진]



[산업용 디젤엔진]



[차량용 디젤/가스 엔진]



[선박용 디젤엔진]

한국시장 2위

DOOSAN INFACORE

Chapter 01 사업장 개요

사업현황

세계 Top Class의 정밀도와 혁신적 기술력을 바탕으로 글로벌 스탠다드 구축

[Turning centers]



[Horizontal boring mills]



[Swiss turning centers]



[Machining centers]



[Wire-cut EDM]



[Double column Machining centers]

Chapter 01 사업장 개요

군산공장 소개



면적

- 군산 부지: 20만 6천 5백 평 (682,636㎡)
- 공장 사용 부지: 3만 8천 평 (125,000㎡)
- Main shop: 1만 1천 평 (36,252㎡)

직원 수

- 두산 : 300 명
- 사내 공생협력사 : 170명

대형굴삭기
22기종



대형 휠로더
32기종





Chapter 02
추진목적 및 체계

- 안전보건 경영방침
- 안전보건조직
- 건강증진 추진체계

Chapter 02 추진 목적 및 체계

사람이 믿는다 DOOSAN

경영방침



두산은 전 세계 지역 사회와 사람들의 삶의 질을 향상시키는 제품 및 서비스를 제공하기 위해 EHS를 경영의 핵심가치로 삼아 다음 항목을 실천합니다.

1. EHS 경영체계의 구축과 범구 존수를 통해 경영활동 전반에 EHS 영향을 최소화하고 지속적으로 개선합니다.
2. 두산과 밀접 얽히는 모든 사람들의 생명과 건강을 두산의 최우선 가치로 명문화해, 최상의 작업 환경과 사설 운영 역할을 확보하고 유지합니다.
3. 안전하고 친환경적인 기술을 개발하고 제품과 서비스를 제공하여 고객의 삶의 질 향상 및 지구 환경보전에 기여합니다.
4. 지역사회 환경보호에 적극 참여하여 사회적 책임을 다하며, 영직과 투명성을 기반으로 이해관계자와 열린 의사소통을 합니다.
5. 두산 및 합영회사 임직원들은 EHS 방침을 명지하고 실천합니다.

두산그룹 회장
 박 용 만

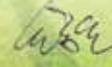
박 용 만

환경안전보건 방침

(Environmental, Health & Safety Policy)

두산인프라코어 전 임직원은 기업활동 전반에서 인간존중과 환경보전을 실천하고 인류의 풍요로운 삶과 지구의 미래가치를 높이기 위하여 환경안전보건 방침을 수립하여 준수한다.

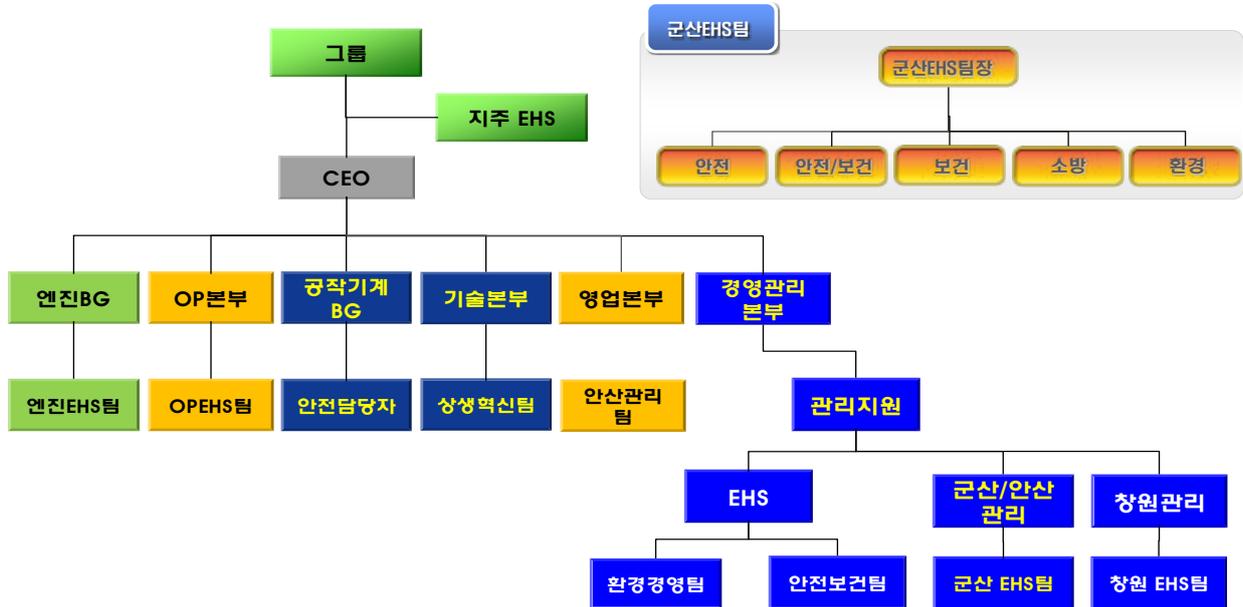
- 1. 환경안전경영시스템 운영**
 제품, 활동 및 서비스에서 발생하는 EHS영향을 개선하기 위한 시스템으로 구축, 운영하여 지속적으로 발전시킨다.
- 2. 환경안전보건 법규 준수**
 국내, 외 관련환경보건 법규 및 협약을 준수하고 엄격한 사내 관리기준을 설정하여 충실히 이행한다.
- 3. 고객 안전 및 친환경기술 개발**
 고객의 안전과 건강을 최우선으로 고려한 친환경 기술을 개발하고 소비되는 자원의 에너지 효율을 높임하여 지속 가능한 환경 보전과 지구온난화 방지에 적극 기여한다.
- 4. 무재해 사업장 정착**
 사람이 중심이 되는 계획적이고 안전한 근무환경을 조성하여 협력업체를 포함한 모든 협력사의 건강과 삶의 질을 향상시키고 손실을 예방하여 궁극적으로 무재해 사업장을 실현한다.
- 5. 이해관계자와의 커뮤니케이션**
 이해관계자와의 커뮤니케이션을 강화하고 EHS 경영 성과를 투명하게 공개하여 사회적 책임을 다하는 신뢰와 존경 받는 기업으로 지속 성장한다.

2015. 5. 1.
 두산인프라코어(주) 대표이사 



Chapter 02 추진 목적 및 체계

안전보건조직



Chapter 02 추진 목적 및 체계

건강증진 추진체계



Chapter 03
주요 활동 내용

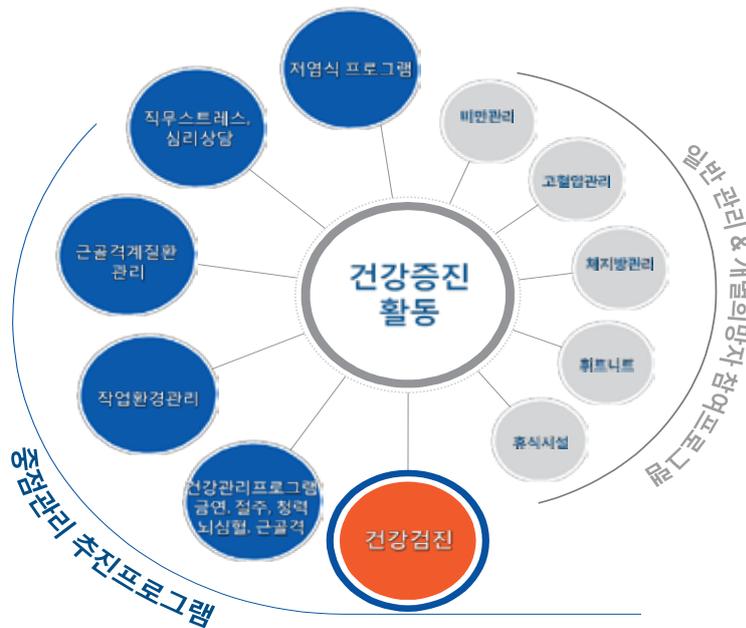
- 근로자 건강관리
- 근골격계질환 예방관리
- 직무스트레스 관리
- 심리상담 프로그램
- 영양 저염식 프로그램
- 사내협력업체 건강관리



Chapter 03 주요 활동내용



건강증진 활동

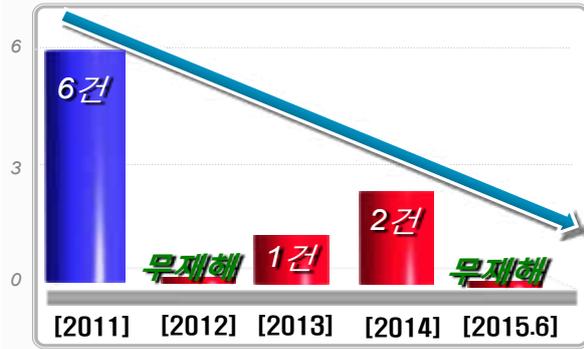


Chapter 03 주요 활동내용

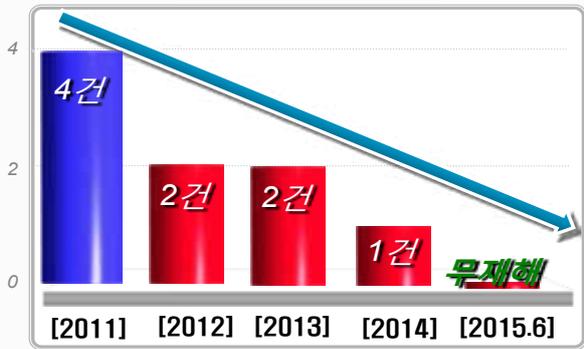
근로자 건강관리

직업성질환 "0"

두산 재해현황



공생협력사 재해현황 [사내4, 사외5 총470명]



Chapter 03 주요 활동내용

근로자 건강관리

● 일반성 질환자 및 건강관리 등급자 발생추이

- 1 일반/종합 건강검진 결과
- 2 등급적용 (1~4등급)
- 3 관리대상 선정 및 관리
- 4 사후관리 실시
- 5 건강관리 체크
- 6 지속적인 모니터링

등급적용 관리기준

등급	관리기준	주기
1	휴직	매4개월
2	O/T불가	
3	O/T 12hr/주 이내	
4	O/T 20hr/주 이내	

건강관리프로그램 주기

차수	실행 일정	내용
1차	12월	일반/종합검진 종료 후 대상자 선별 및 등급적용
2차	익년 4월	
3차	익년 8월	

사후관리 실시

- 개인별 BMI 수치 측정
- 사내 휘트니스 센터 운영
- 건강메일링 서비스 실시
- 월 1회 부서장 면담

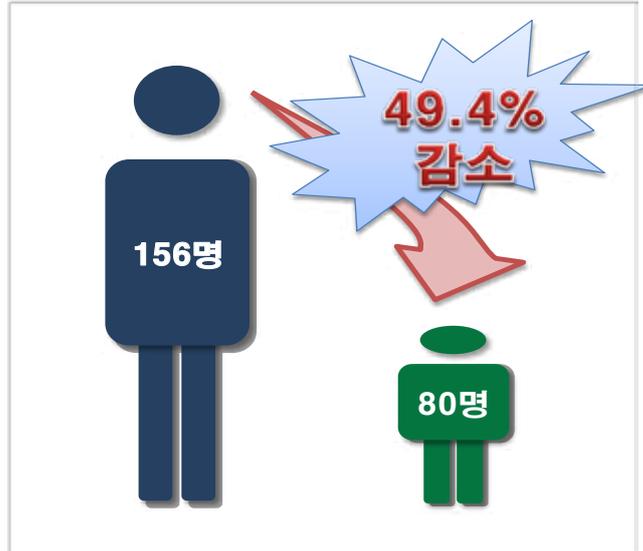


Chapter 03 주요 활동내용



근로자 건강관리

● 건강관리프로그램 등급자 감소 추이



DOOSAN INFACORE

Chapter 03 주요 활동내용



근로자 건강관리

● 절주운동

건강음주 119 운동

1 가지 술로

1 차에서

9 시 전에 모임을 마친다.

폭탄주 No!

원샷 No!

술강권 No!

두산인프라코어 음주규칙 [5계명 10수칙]

5계명

- 1계명 거절할 때는 단호히
- 2계명 내 잔은 내가 사수
- 3계명 한 번 마시면 1주일 이상은 금주
- 4계명 STOP 음주운전
- 5계명 STOP 한 잔만 더

10수칙

- 1수칙 더 이상 마실 수 없다는 의사를 확실하게 밝히고, 동료에게 술을 권요하지 않는다.
- 2수칙 동료의 건강을 생각해서 술잔을 돌리지 않는다.
- 3수칙 스트레스를 풀려고 마시지 않고, 즐거운 분위기로 마신다.
- 4수칙 대화를 많이 하면서 되도록 천천히 음주한다.
- 5수칙 식사를 충분히 하고 난 뒤 음주한다.
- 6수칙 첫 잔부터 반 샷, 여러 번 나누어서 마신다.
- 7수칙 자신의 주량을 1/3로 낮춰서 생각하고 주량만큼만 마신다.
- 8수칙 다른 약물(감기약, 진통제, 안정제)등과 함께 마시지 않는다.
- 9수칙 음주를 하는 동안 물을 자주 마신다.
- 10수칙 나와 가족의 건강을 생각하여 술을 마신다.

DOOSAN INFACORE



Chapter 03 주요 활동내용



금연 프로그램

2012년 금연펀드 운영

금연펀드 실시

금연운동 - "금연펀드" 시행(안)

일찍은 금연 실행을 통한 건강증진과 담배연기 없는 직장 분위기를 조성하여 건강한 조직문화를 확산시켜 나가고자 함.

목적	- 참여연기 없는 금연사업장 - 종업원도 금연 실행 우수결과 달성방안 및 접수 - 직장 동료 가족에게 금연홍보으로 인한 피해 예방 및 금연활동 인한 피해 예방
대상 및 일정	- 대상: 금연 희망자 전원 - 대상: 종업원 약 2,150명(2011년 진행 종업원 43% 전사 적용) - 일정: '12. 1. 26 ~ '12. 7. 25(6개월) - 희망자 모집: '12~'13(해우도점 공제) / '13(2)
활동 내용	- 금연펀드: 4주간(계단부설) 50만원/명 + 회사지원 50만원/명 → 최종 목표 시 80만원 획득 - 심재자는 무자금을 본인(혹은 가족)이(회)금(원)에 - 금연확인 방법: 노종 니코틴 농도 측정(키로 이원) - 총 2회 실시: 1회(제2기), 2회(제3기)~5월 중 실시 예정 / 지역별 부족병원/ 의무실 - 심재자 선정: 노종 니코틴 측정결과 종업원 차등 확인시 - 금연활동 우수자(사)만 또는 직장(가)에서(명)에게 종업원 확인시 - 노종 니코틴 측정 검사 2회 통과시
예산 비용	- 총 소요비용: ₩ 656,825,000원 ※ 예산 안외 항목 - 회사 현금 지원금: 300만 원/명 × 2,150명 = 645,000,000원 - 노종 니코틴측정 키로 구매비용: 86개/개당 505A) × 137,500원 = 11,825,000원 ※ 지역 지원사항: 자살예방 협회(명)의 계약계정 및 관리 (Accoenda 타사 사제 참조) - 금액 공제 15일 전 B5C에 계약등록해야 함(주) 1,235,555,250,000원

금연클리닉 운영 (6차수)



2012년도 금연프로그램 투자 비용 : 총 3,000만원

Chapter 03 주요 활동내용



금연 프로그램

2013년 금연클리닉 활동 실적

금연클리닉 운영 (6차수)



금연사진 캠페인



세계 금연의 날 행사



2013년도 금연프로그램 투자 비용 : 총 2,500만원

Chapter 03 주요 활동내용



근골격계질환 예방관리

1회차
유해요인조사

- 2010년 전주 예수병원 설문조사결과 Score+ REBA Score 등급산정 - 공학적 개선 27건, 관리적 개선 32건 적용완료

2회차
유해요인조사

- 2013년 가톨릭대학교 직업환경의학센터 RULA+ REBA+ OWAS 시작점, 종료점 평가결과 등급분류
 - 1등급 : 개선조치 4개이상
 - 2등급 : 개선조치 3개이상, 등급 관계없이 44건중 적용불가 2건외 42건(95%) 개선완료

4. 유해요인 및 안전등급적 평가요소

5. 평가 결과 및 유해요인 감소

구분	REBA	RULA	OWAS	유해요인 등급
1	3	3	1	2등급
2	3	3	1	
3	3	3	1	1등급
4	3	3	1	

6. 개선사항

7. 직업자료 및 직업 분석 비율

구분	종류	비율	비율	비율	비율	비율	비율	비율	비율	비율	비율	비율			
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29%	5%	5%	1%	0%	57%	43%	0%	0%
	서비스업	18%	18%	1%	2%	4%	0%	1%	1%	0%	1%	3%	4%	1%	0%
직업	제조업	14%	20%	0%	15%	4%	29								

Chapter 03 주요 활동내용

직무스트레스 관리

당신과 함께하는 두허그
**두산인프라코어 임직원을 위한
 직무스트레스 설문조사(~4월 17일)**

안녕하세요? 두산인프라코어 임직원 여러분의 행복을 전소 두허그입니다.
 본 설문은 직원들이 일하면서 느끼는 스트레스 수준과 증상을 조사하기 위해 마련되었으며 조사결과는
 여러분의 직무 스트레스를 해소하기 위한 심리상담 프로그램을 도입하고 두허그를 한층 업그레이드시키
 는데 활용될 것입니다. 개인의 응답내용과 분석결과는 철저히 비밀보장되오니 안심하고 작성 부탁드립니다
 니다 (회사에는 조직차원의 분석결과만 전달합니다)

작성해주신 분께는 제출 후 1~2일 내에 개인 이메일로
 결과 해석이 개별 송부될 예정입니다. 평소 느끼던
 것들을 가능한 솔직하게 응답 부탁드립니다~“0”

직무스트레스검사 클릭

두허그 행복충전소로 당신을 초대합니다.

대상 : 두산인프라코어 임직원
 이용방법 : 전화 · 방문 · 홈페이지 신청

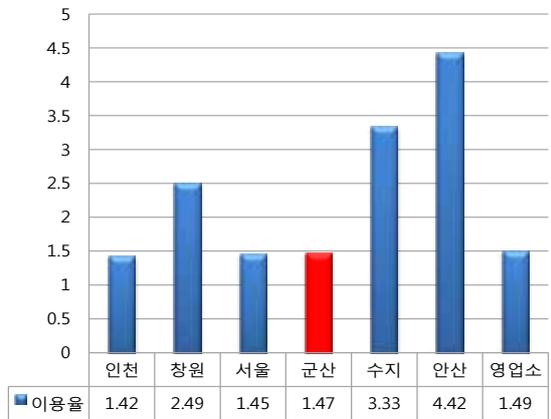


Chapter 03 주요 활동내용

심리상담 두허그



두허그 이용자수
 (2014년 이용율)



Chapter 03 주요 활동내용



영양 저염식 프로그램

식약청 연계를 통한 저염 이벤트 진행



소용량 국그릇 변경 (일반용기 70%)



염도표시 (국, 찌개류)



DOOSAN INFACORE

Chapter 03 주요 활동내용



건강 도시락

아워홈

건강도시락 메뉴표(5월)

두산인프라코어군산공장
 식안사: 2930
 지정음: 월90/주리설날: 000

구분	05월 01일(목)	05월 08일(목)	05월 15일(목)	05월 22일(목)	05월 29일(목)
건강 도시락 (201식식)	근로자의날 미운영				
		토마토소스치킨 오거드 가말살러드 삶은계란/바올토리프 누물 580kcal	삶은고구마/견지 지간살러드 (참나내산) 치즈/고구마 야쿠르트 595kcal	여채김밥(참나내산) / 삶은강호박 연해수살러드 피인애근/연계 모덴시즈링크 900kcal	웰살러드샌드위치 후르츠살러드 삶은계란/바올토리프 누물 570kcal
	[기타안내] 상단의 메뉴는 식재로 수급상황에 따라 변경될 수 있습니다. 상의한 정보는 당일 게시된 일일메뉴표를 참고하시기 바랍니다.				

We Enrich Human Life

DOOSAN INFACORE

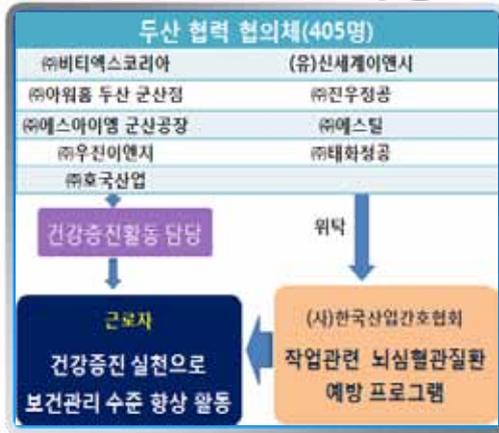
Chapter 03 주요 활동내용

사내/외 협력사 건강증진프로그램

노사주도 건강관리프로그램 운영(뇌심혈관계질환 예방)

- 한국산업간호협회 전북지회 주관
- 두산인프라코어 협력 협의체로 구성

두산 협력 협의체 구성



작업관련 뇌심혈관질환예방 사업실적

구분	계획	실적	평가	비고		
준비/평가 회의	2회	2회	우수	완료		
컨설팅	7회	7회	우수	완료		
홍보물 (현수막)	6개	6개	우수	완료		
방문상담 (건강클리닉)	24회	4월 - 9월	24회	4월 - 9월	우수	완료
뇌심혈관 질환 예방교육	22회 (총610명)	4월1일~4월30일 (405명)	4월 1일~4월30일 (390명)	우수	완료	
		6월1일~9월30일 (405명)	(총785명)			
		9월2일~10월28일 (405명)	(395명)			

Chapter 03 주요 활동내용

사내/외 협력사 건강증진프로그램

건강관리프로그램 운영(뇌심혈관계질환 예방)

협력사별 전체근로자 뇌심혈교육



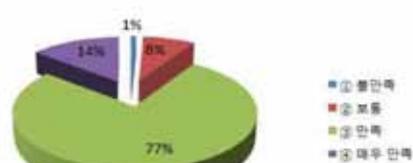
프로그램 만족도



간호사가 없는 사업장 개인별 맞춤관리



산재예방 기여도



'13년 267명 설문결과 55% 산재예방기여, 만족도 60%
'14년 355명 설문결과 77% 산재예방기여, 만족도 79%



Chapter 04
문제점 및 개선노력

Chapter 04 문제점 및 개선노력

사람이 미친다 DOOSAN

장애요인 및 극복을 위한 노력

새로운 변화를 수용하고 우리에게 직면한 장애요인을 극복하여 안전보건문화 수준 향상

변화관리

건강관리프로그램 장애요인

- 1) 왜 내가 참여해야 되는가?
- 2) 나에게 어떤 이익이 있는가?
- 3) 회사가 왜 강제적용 하는가?
- 4) 저염식으로 왜 식욕을 떨어뜨리는가?
- 5) 왜 국그릇을 줄여서 못먹게 하는가?
- 6) 도시락을 왜 먹게 하는가?

- .경영진부터 강력한 참여의지
- .비흡연자들에 대한 보호조치 필요에 대한 공감
- .금연 교육과 매주 홍보물을 통한 인식의 변화
- .재미요소를 곁들여 다양한 이벤트를 통한 참여유도
- .고염식의 위험성에 대한 인체영양 교육
- .건강도시락을 통한 웰빙 식습관 개선 (선택권 부여)

→ 회사가 진정성 있게 건강증진을 시도하였고
 임직원의 요구사항을 반영하여 자발적 참여를 유도함

**문제점
&
개선노력**

기술부족

- 직원들의 기대수준은 높고,
 현재 기술력은 기대에 미치지 못함
- 1) 근골격계질환, 작업환경개선 등 공학적 접근방법에 있어 비용은 OK! 개선방법이 없는 경우?
 - 2) 시장품, 공산품이 아닌 제작품이 필요
- .내/외부 기술지원 협조요청
 .타사 벤치마킹
 .전문가 Session 참여하여 실무능력 Up
 .전문가 교육 기회부여

예산지원

- 한정된 자원의 효율적 사용,
 S>Q>D>C 의사결정 우선순위
- .경영층의 확고한 의지 표명
 .안전보건 투자가 우선적 고려(2012년)



Chapter 05
활동성과 및 효과분석

Chapter 05 활동성과 및 효과분석



무재해 사업장 달성

임직원 및 협력사 인원의 건강증진 활동을 통해 ZERO 사업장을 달성

ZERO 사업장 달성

1. 직업성 질환발생 ZERO
 (근골격계질환 등)
2. 사고성 재해 ZERO
 (무재해 3배수 달성)
3. 사내 흡연을 ZERO
 (금연사업장 선언 전후
 흡연자수 57% 감소)

**무재해
 사업장**

협력사 임직원 건강증진

1. 노사주도 건강증진 프로그램
 사업 만족도 평가 결과 77%
 이상 만족 (355명 참여)
2. 안전보건 공생협력
 프로그램 A등급 2년 획득

그 밖의 성과

1. 영양 저염식 성공적 정착
2. 심리상담 프로그램 만족도
 조사 결과 100점 만점
3. 안전보건 위험요인
 94%이상 개선 (전직원 참여)



Chapter 06 향후 계획



Infra 확보 및 지원강화

2016년부터 협력사 지원을 확대하고 2018년까지 의료시설을 확대하여 다시 협력사 인원들까지 이용할 수 있는 선순환 구조 장기적 계획 수립

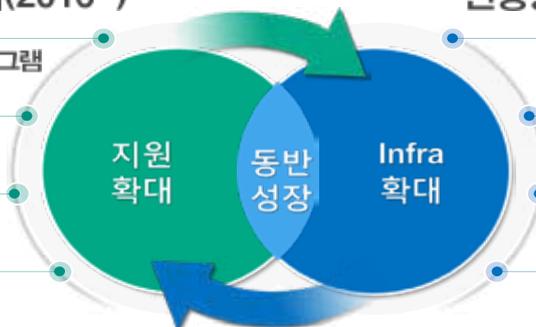
협력사 지원확대(2016~)

노사주도 건강증진 프로그램
자체 예산편성 추진

사외협력사 지속지원
금융펀드 등

사내협력사 건강증진
프로그램 일체 지원

외부전문강사 본격 투입
(눈높이 향상)



건강증진 확대(~2018)

외부 전문기관 장기협약

치료시설 및 장비확대
(재활센터)

직무스트레스 &
심리상담 강화

휴게공간 조성 Cafeteria





(주)성우하이텍



CONTENTS

01

회사소개

02

건강증진활동

03

근골격계 예방

04

共生의 가치

05

향후 추진계획

CONTENTS

01

회사소개

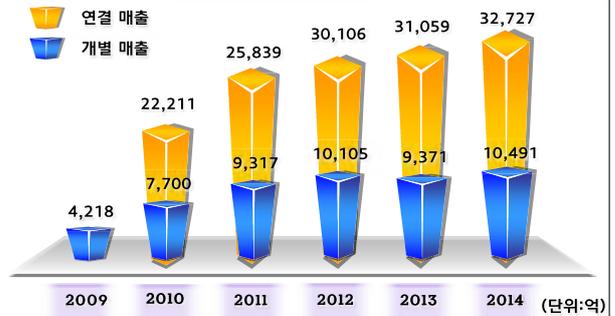
1. 회사소개

- 1-1. 회사현황
- 1-2. 사업장 소개
- 1-3. 주요 생산제품
- 1-4. 안전보건 방침
- 1-5. 건강증진활동 추진POINT
- 1-6. 안전보건 조직

1-1. 회사현황

회사현황

설립일 : 1977년 8월
 대표이사 : 김태일
 종업원수 : 성우하이텍 1,900 명
 국내 2,800명 / 해외 12,000명
 네트워크 : 국내 (5개법인 17개 사업장) / 해외 (8개국 19개 사업장)
 매출액 : 국내 (1조 4백억원), 연결 매출액 (3조 2천 7백억원)



수상내역

- 2011.12 국가 품질대상 수상 (제37회 국가품질경영대회)
- 2012.09 노사문화대상[대통령상] 수상
- 2013.11 대한민국 일하기 좋은 100대 기업 본상 수상
- 2013.09 안전보건경영시스템 인증서 취득
- 2013.12 2013년 세계일류상품 인증서 취득
- 2014.11 일터혁신 우수기업 최우수상 (대기업부문)



세계최강의 자동차 차체부품 회사

1-2. 사업장 소개

5개 법인 17개 사업장

- 서울사무소 (해외사업본부)



- 기술연구소 수원분소



- 아산성우하이텍 (충남 아산)



- 삼영공업(대구)



- 성우하이텍 서창공장(양산)



- 기술연구소(양산)



- 성우하이텍 금형공장(양산)



- 성우하이텍 정란공장(부산)



- 성우헛스탬핑(대구)



- 성우하이텍 지사공장



- 성우하이텍 코일센터(부산)

1-2. 사업장 소개

8개 국가 19개 사업장

- 성우하이텍 체코법인(Ostrava, CZ)



2005

- 성우하이텍 러시아법인 (Kamarka, RUSSIA)



2008

- 성우하이텍 호주법인 (Perth, AU)



2011



2012



2006

- 성우하이텍 슬로바키아법인 (Zina, SLOVAKIA)

- 성우하이텍 독일법인 (Dapting, Germany)

2014



1997



2010

- 인도 SHI / SSP (Chennai, INDIA)

- 성우하이텍 북경법인 (Beijing, CHINA)



2002

- 성우하이텍 심양법인 (Shenyang, CHINA)



2008

- 성우하이텍 연태법인 (Yantai, CHINA)



2011



2002

- 성우하이텍 무성법인 (Wuxi, CHINA)



2006

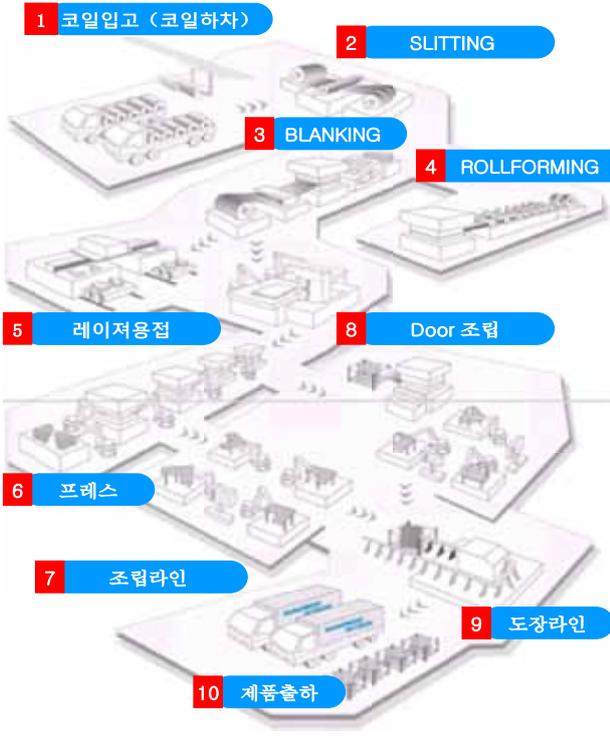
- 성우하이텍 영성법인 (Yancheng, CHINA)



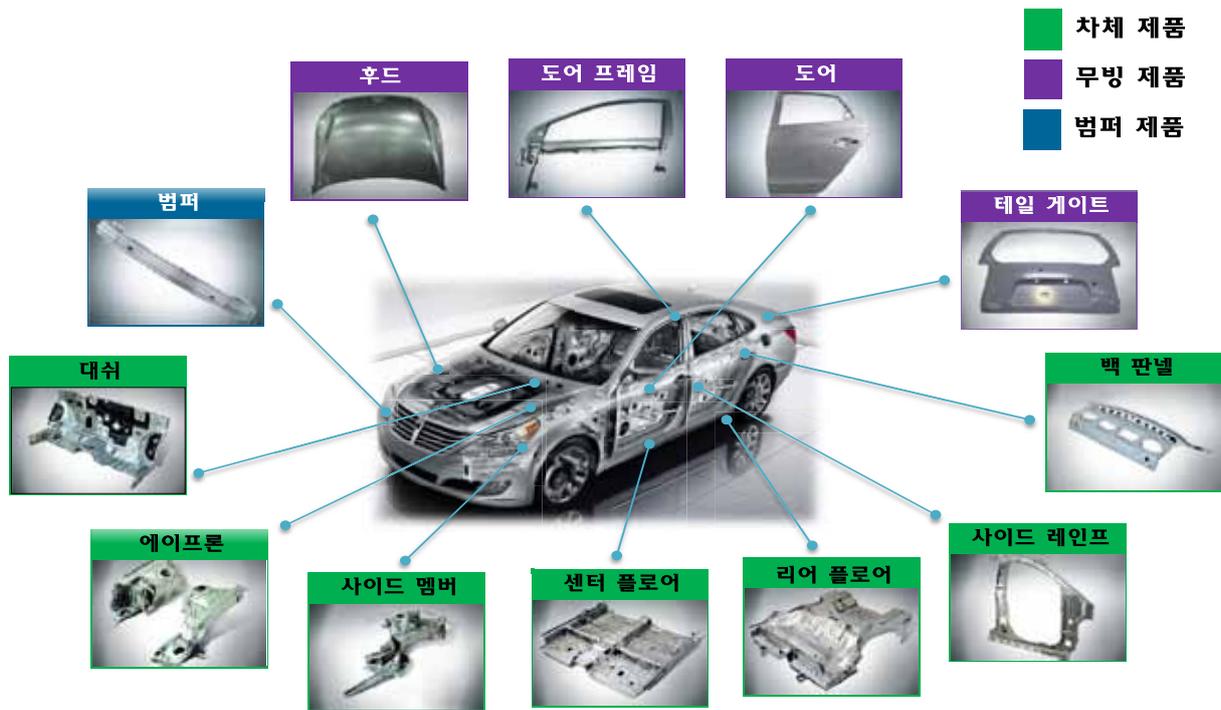
2014

- 성우하이텍 멕시코법인 (Monterrey, MEXICO)

1-3. 주요 생산제품



1-3. 주요 생산제품



1-4. 안전보건환경(SHE) 방침

안전보건환경(SHE)방침

성우하이텍의 안전보건환경, 인간존중과 환경보존을 먼저 생각합니다.

당사는 기업의 사회적 책임과 근근자의 인성을 위하여 모든 사업활동을 계획함에 있어서
초차적이고 체계적인 안전보건환경을 실현코자 아래와 같이 안전보건환경 방침을 선언한다.

- 1. 안전환경경영시스템 운영**
SHE 시스템을 구축, 운영하여 지속적으로 발전시키고, 사업의 최우선 과제의
하나로 인식하여 추진한다.
- 2. 안전보건환경법규 준수**
SHE 법규 및 규정을 준수하여 회사의 법적 안정성을 확보한다.
- 3. 안전보건환경 목표 설정**
SHE 목표 및 세부목표를 설정하고 주기적으로 이행상태를 검토하여 경영체제를
강화 발전시킨다.
- 4. 무재해 사업장 구축**
계획적이고 안전한 근무환경 및 "내 지내가 다리고 싶은 회사"를 만들어 임직원의 건강과
삶의 질을 향상시키고 궁극적으로 무재해 사업장을 구축한다.
- 5. 이해관계자 의사소통**
이해관계자와의 의견 수렴 및 필요한 정보를 제공함으로써 SHE 경영활동에 대한
투명성을 확보한다.

 성우하이텍

대표이사 사장 김태일



CEO's Message

전 사원 여러분 감사합니다.
관리자 관계자 여러분의 노력에
감사 드립니다.

올해는 더 많은 무재해 달이
나올수 있도록 합니다.

2013. 1. 7

사장 김태일



1-5. 건강증진활동 추진 POINT

다함께
(전원참여)

현장관계자 모두가 안전관리자라는 마음자세로 안전/보건활동에
참여하며, 주기적인 안전활동을 통한 안전실행력 강화
현장관계자 안전/보건의식 고취, 전원참여로 사고 예방



제대로
(System & Process)

OHSAS 18001 체계를 근간으로 한 PROCESS 중심 안전관리를
추구하며, 기본의 실천을 통한 "人名 尊重" 사상을 지향
안전관리 SYSTEM 확립 · 운영



POCA
(명확하게)

각 공정별 안전 위험성 평가를 통한 안전사고 사전 예방활동 및
화학물질 취급 현황 파악을 통한 보건 위험성평가 실시
명확한 현장파악을 통한 안전/보건 위험성평가 실시



공생협력
(사내/외 협력사)

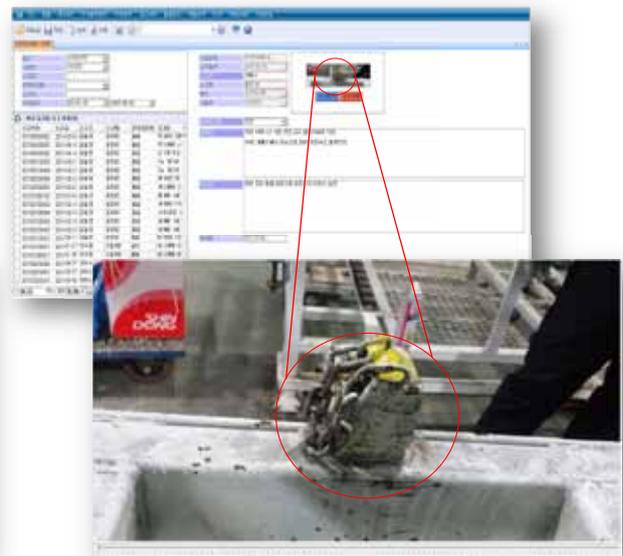
협력업체 자율현장 안전관리의 정착 및 안전보건사업 지원
주/야 현장안전순찰 지원 및 근골격계 유해요인조사



1-5. 건강증진활동 추진 POINT

다함께.. 제대로.. 의견수렴

- **상상오션이란** : 가상으로 만들어진 상상의 바다에서 전직원이 재미있게 제안활동에 참여하는 시스템
- **제안내용** : 일사랑/조직사랑/고객사랑/**안전보건사랑**
- **문제점 신고제도란** : ERP상에서 개인 업무중 안전보건에 대한 문제점 신고 및 개선진행 (연말 포상실시)
(상상오션과 유사하나 설비개선에 대한 신고건수가 많음)



1-5. 건강증진활동 추진 POINT

1 제도의 특징

- (1) 모든 제안의 처리가 온라인 상에서 진행됨
[사무실에 비치된 제안양식 활용하여 OFF-LINE 진행X]
- (2) 제안 내용 및 실행 내용이 공유되어 추가 아이디어 도출 가능
- (3) 주요사항에 대해 함께 고민하여 최적의 방안 도출 가능

2 제안의 내용

- (1) **안전사랑** : 건강하고 안전한 사업장 달성을 위한 제안
- (2) **일사랑** : GREAT COMPANY를 실현하기 위한 사무업무개선
- (3) **조직사랑** : 조직문화, 직원역량 개발
- (4) **고객사랑** : 협력사 및 고객사에 대한 지원 관련

3 제안 프로세스



4 성과 보상

- (1) 역할에 따라 제안자, 심사자, 실행자로 나뉘며 모두에게 보상 실시
- (2) 마일리지로 돌고래와 새우를 지급하고 획득 수에 따라 계급이 결정됨(10단계)
- (3) 마일리지는 현금전환을 신청하면 분기에 1회 지급됨
 - ◆ 새우 1마리 = 100원 ◆ 돌고래 1마리 = 1,000,000원
 - ◆ 100,000원 이상시 현금전환 가능
- (4) 향해사 직급(돌고래 3마리 이상) 및 상상왕 선정시 : 승진점수 1점 가산
- (5) 선장, 부선장 선정시(향해사 중 선정) : 특진 대상자 선정

1-6. 안전보건관리 조직도



CONTENTS

02

건강의 가치

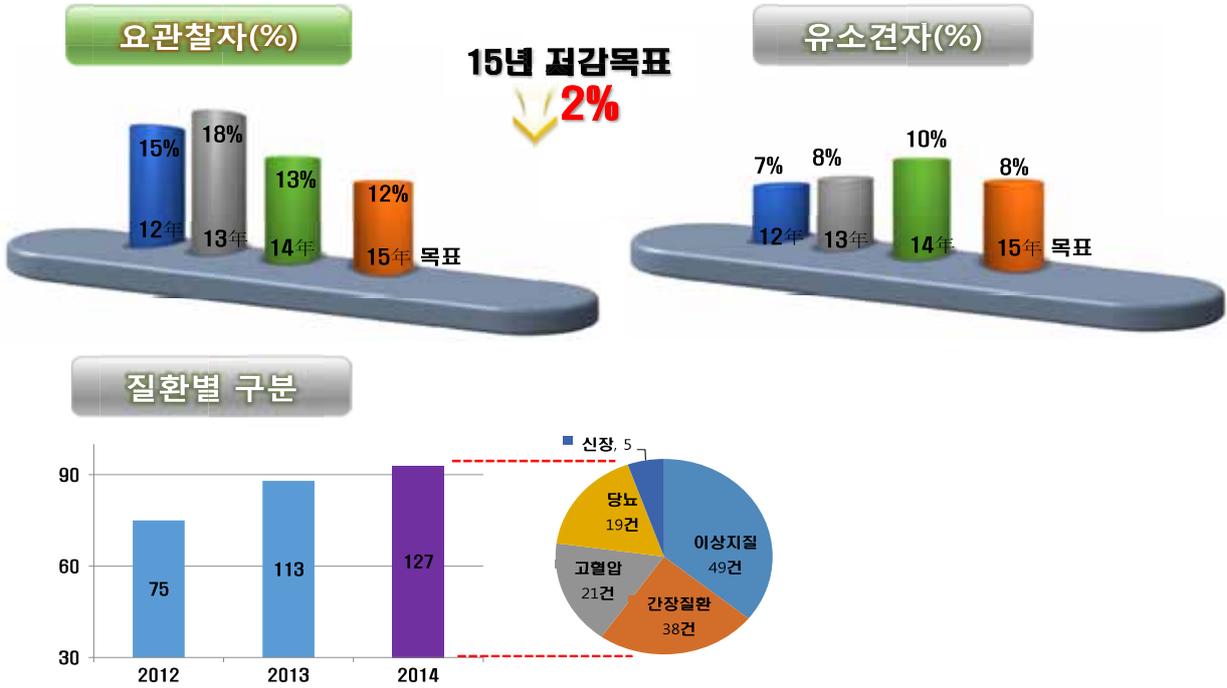
2. 건강증진을 위한 보건관리 현황

2-1. 근로자 건강증진 지표

2-2. 건강증진 프로그램 추진현황

2-3. 주요활동 내용

2-1. 근로자 건강증진 지표



2-1. 근로자 건강증진 지표

구분	세부내용	비고
고혈압 당뇨	<ul style="list-style-type: none"> ■ 유소견자 감소사유 <ul style="list-style-type: none"> - 금연프로그램 등 다양한 활동 진행 - 건강검진 기관 변경 ■ 개선방안 <ul style="list-style-type: none"> - 자기관리를 위한 인바디, 혈압측정계 설치 - 질환예방자료 노출빈도 높임. (월2시간 안전교육전 홍보영상, 게시판) 	
간장질환 이상지질	<ul style="list-style-type: none"> ■ 유소견자 증감사유 <ul style="list-style-type: none"> - 평소 생활습관과 밀접하게 관계 (음주, 흡연, 운동부족, 식습관 등) - 과도한 근무시간, 스트레스 등 - 신규입사자 유병률 높음. (입사장중 15% 이상) ■ 개선 방안 <ul style="list-style-type: none"> - 직원 참여형 건강증진프로그램 - 외부전문기관을 통한 사내건강강좌 (신규입사교육시 건강관리 교육 포함) - 정신건강증진을 위한 유연근무제 	가정의학과 전문의 증가원인 자문결과 (당사 지정병원)

2-2. 건강증진 프로그램 추진현황

구분	항목	추진내용
보 건	무극보양품 치유	뜸치료 방법 습득을 통해 가정에서 한방치료
	보건상담 서비스	엄마의 마음으로 찾아가는 보건상담
	건강 검사기구 外 설치	인바디/안전화건조기/안마기 外
	금연 program	2020년 금연사업장 목표로...
	월별 건강데이 캠페인	월별 테마 선정을 통한 건강데이 캠페인 실시
영 양	저염식 식단 / 식단 이원화	당요 및 고협압 外 개인질병 예방을 위한 저염식 식단 운영
정 신	육상정원 조성	마음이 편안해 지는 육상정원 조성
	유연근무제 시행	직무스트레스 예방을 위한 유연근무제(시차 출근제) 도입

2-3. 주요활동내용

건강한 즐거움을 **뜸뽁뜸뽁** 드립니다

안녕고 이용할수 있는 혜택

운영목적

- ① 근로자의 건강증진에 관한 관심증대
- ② 개인이 직접 건강을 유지할 수 있는 방법 문의

운영방법

- ① 뜰사랑 봉사단 부산지부 방문을 통한 성우하이텍에 맞는 뜰 치료방법 협의
- ② 뜰치료 전문가(4명) **매주 금요일**방문 후 진료실시

운영성과

- ① 뜰치료 방법 습득을 통해 가정에서 한방치료 가능
- ② 치료를 통한 **변비/두통/근골격계질환 外** 도움이 됨

- 1일 평균 이용 인원: **15.5명**
- 총 이용인원: **527명**

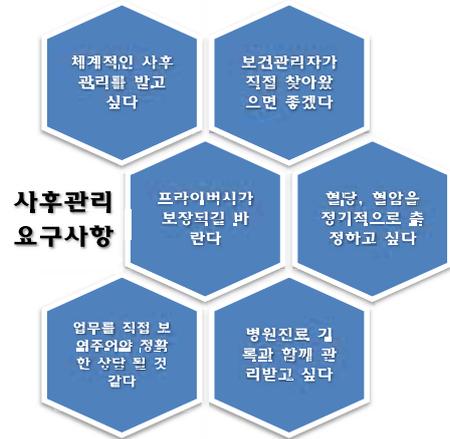


2-3. 주요활동내용

직원의 건강은 회사... 찾아가는 보건방문 상담!!

실시배경

2014년 보건프로그램만족도 조사 결과



프로그램 계획

방문상담

- 직접 작업현장에 찾아가는 서비스
- 프라이버시를 지킬 수 있는 장소
- 상담 전원 중복혈당, 혈압 측정
- 상담 전일 유선 상담예정 안내

전산개선

- 체계적인 기록을 통한 연속적인 건강관리 목적
- 병원진료내용, 검사결과까지 저장하여 관리

건강관심 문화조성

- 매일 간호사 정기 방문으로 건강에 관심을 갖는 분위기 조성

건강검진 사후관리

- 검진결과 바탕 사후관리를 통한 건강증진

2-3. 주요활동내용

'방문상담' 실시

- 대상 : 고혈압/당뇨/질병유소건자
- 상담내용 :
 - ① 혈압/혈당 측정 등 간단한 검사 및 건강상담
 - ② 유소건자 적극 관리(전문병원 안내 및 진료 독려)
 - ③ 개인별 건강증진을 위한 생활습관 지도



'개인별 상담내역 전산화'

전산 system 적용



효과

- 건강검진 진단 외 다른 건강문제 발견 가능
- 현장내 보건문제 지도감독
- 보건관리자와 직원간 라포(rapport) 형성
- 건강에 대한 관심도 증가
- 다른 건강프로그램 참여율 증가

2-3. 주요활동내용

점심시간 및 휴식시간 근로자 스트레스 및 건강증진을 위한 헬스장/안전화 건조기 및 안마의자 外 설치



2-3. 주요활동내용

아빠... 담배연기 싫어요 !!

12년 흡연율 : 38%	13년 흡연율 : 39%	14년 흡연율 : 38%	15년 흡연율 : 32%
---------------	---------------	---------------	---------------

'보건소연계' 금연클리닉 지원

약300만원지원
금연비용 250만원
포상금 50만원

- 전문 금연상담사 방문 상담
- 금연관련비용 지원 (금연패키지, 캔디니코틴검사키트, 금연백서, 성공포상품)

'그룹금연활동' 금연지속성증대

성공률 25% 증가

- SNS 활용 그룹 자조활동
- 동영상, 이미지 자료 전달 용이
- 능동적으로 금연정보를 찾아 서로 공유
- 집단행동을 통한 지지

금연프로그램

2020년

전사업장 흡연율 0% 목표

주요 정기교육

- 금연관련 지식 습득
- 대면을 통한 그룹 자조활동

'간호사정기교육'

'금연펀드' 전폭적인 포상 지원

- 성공시 총 60만원 포상 (본인적립금 30만원 + 회사지원 축하금 30만원)
- 실패시 본인적립금 30만원 불우이웃돕기

2-3. 주요활동내용

년
노
별
금
연
성
공
률

1기(12년)



2기(13년)



3기(14년)



SNS 활용을 통한
금연 성공율 증대



금연활동 공유



능동적 학습



멀티미디어 제공



정서적 지지



2-3. 주요활동내용

월별 개인건강은 자신이 스스로..



안전보건은
기본부터..



2-3. 주요활동내용

나트륨은 반으로. 건강은 두배로.

추진방향

① 1차년도 : 2014.6.1 ~ 2015.5.30

구분	개선전	목표	결과
국	1.0P	0.8P	0.8P
찌개	1.2P	1.0P	1.0P
	식탁위 소금/ 간장통 비치	식탁위 소금/ 간장통 제거	

② 2차년도 : 2015.6.1 ~ 2016.5.30

- 김치/주반찬 나트륨 줄이기 실시
- 국 적게 배식하기 및 국 그릇 크기 이원화

추진현황

- ① 2개월 단위 영업측정을 통한 가시화 관리
- ② 직원 만족도 조사 결과를 바탕으로 2차년도 사업시행

만족도 조사결과

35% 김치/주 반찬에도 확대 하는것에 찬성한다.

75% 저염식이 나의 건강에 도움이 된다.

30% 저염식 음식 맛이 입맛에 맞다.

60% 가정에서도 저염식으로 식사하겠다.



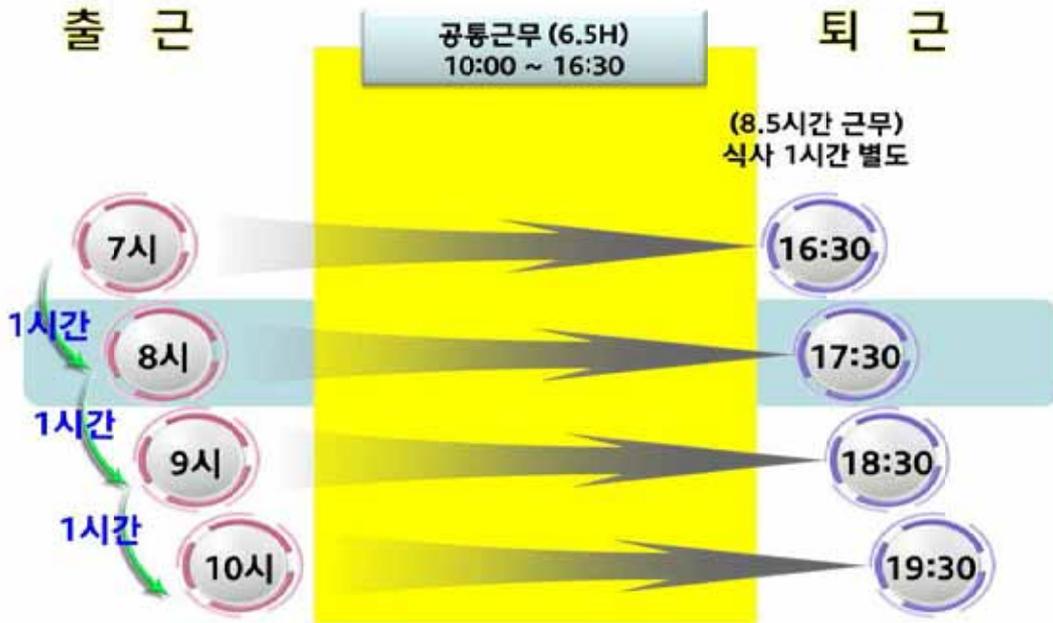
2-3. 주요활동내용



우리가
신호등을 기다릴 수 있는 이유는
곧 바뀔 거란 걸 알기 때문이다
그러니 힘들어도 조금만 참자 곧 바뀔거야
안전/보건관리자의 중요성을...



2-3. 주요활동내용

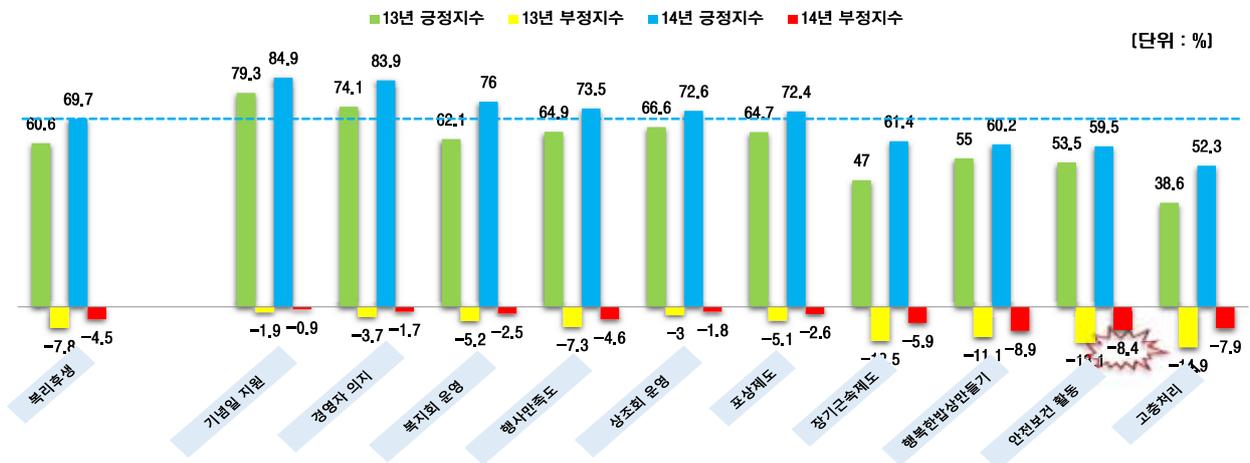


관리요소

- ❖ 1주 단위로 출퇴근 시간 관리
- ❖ 퇴근시간 PC 전원 OFF 검토
- ❖ 특정시간대 편중으로 업무공백 발생 우려시 팀장이 조정
- ❖ 업무대행자 지정 관리

2-3. 주요활동내용

- 신뢰지수에서는 기념일에 대한 회사자원 항목이 **긍정적으로** 응답한 직원의 비율이 84.9%로 가장 높고, 행복한 밥상만들기 만족도 항목이 **부정적으로** 응답한 직원의 비율이 8.9%로 가장 높음.
- **직원의견 반영 개선방안** : 전사 분기별 식당간담회 실시하여 직원의견 반영
안전보건활동 직원 참여율 향상방안(프로그램수준 향상) 재검토



CONTENTS

03

RISK 저감

3. 근골격계 질환 예방활동.

3-1. 근골격계(의심자) 지표

3-2. 근골격계질환 예방활동 현황

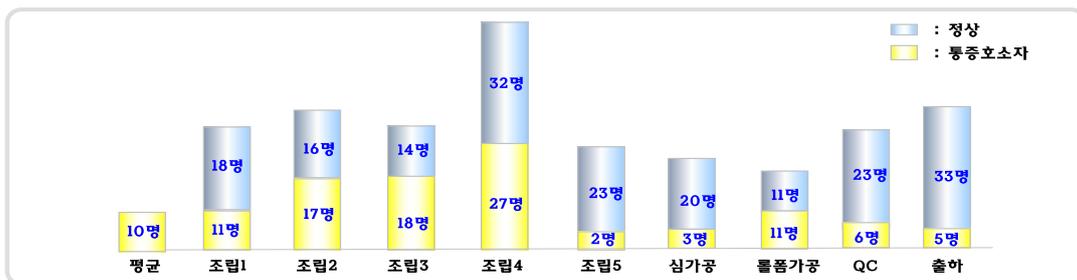
3-3. 주요활동 내용

3-1. 근골격계(의심자) 지표

반별 유소견자 비율(%)



반별 유소견자 현황(32% , 100명/312명)



3-1. 근골격계(의심자) 지표

통증 원인별 상관분석

항 목	산점도	상관분석(예상치)	비 고									
근무시간 (강도)		<table border="1"> <tr> <td>구 분</td> <td>유소견비율</td> <td>근무시간</td> </tr> <tr> <td>유소견비율</td> <td>1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>근무시간</td> <td>0.5447</td> <td>1</td> </tr> </table>	구 분	유소견비율	근무시간	유소견비율	1		근무시간	0.5447	1	
구 분	유소견비율	근무시간										
유소견비율	1											
근무시간	0.5447	1										
생산량 (수량)		<table border="1"> <tr> <td>구 분</td> <td>유소견비율</td> <td>생산량</td> </tr> <tr> <td>유소견비율</td> <td>1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>생산량</td> <td>-0.1797</td> <td>1</td> </tr> </table>	구 분	유소견비율	생산량	유소견비율	1		생산량	-0.1797	1	
구 분	유소견비율	생산량										
유소견비율	1											
생산량	-0.1797	1										
연령		<table border="1"> <tr> <td>구 분</td> <td>유소견비율</td> <td>연령</td> </tr> <tr> <td>유소견비율</td> <td>1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>연령</td> <td>0.0868</td> <td>1</td> </tr> </table>	구 분	유소견비율	연령	유소견비율	1		연령	0.0868	1	
구 분	유소견비율	연령										
유소견비율	1											
연령	0.0868	1										

3-1. 근골격계(의심자) 지표

반별 동작분석

점 수	Resk level	개선조치
4~7점	보통	필요함
8~10점	높음	즉시 필요함

공 정	작업동작	점 수	동작특징	유소견 비율
조립1 LM 웬다 에이프런		7	> 제품적재(10kg*150개/日)	38%
조립2 BH 웬다		7	> 제품적재(10kg*150개/日) > 완제품PLT 인력 운반(15M)	51%
조립3 (LM 도아 샌딩)		8	> 어깨, 팔, 손목에 충격/진동	56%
조립4 (RBK 도아프레임)		9	> 어깨, 팔, 손목에 충격/진동	45%
조립5 (MD CTR)		10	> 제품로딩 (8kg*150개/日) > 날카로운 제품면	8%

3-2. 근골격계질환 예방활동 현황

구분	항목	추진내용
관리 측면	근골격계예방 위원회 규정제정 및 운용	근골격계질환자 양성화를 통해 근본적인 원인제거
	맞춤식 운동방법 컨설팅	요트 국가대표 트레이너 초청 1:1 운동방법 컨설팅
	노/사주도 건강증진 활동 비용지원 사업 참여	안전보건공단 비용지원사업을 통한 외부전문가 컨설팅 / 컨설팅내용 전사업장 수평전개
	성우 웰리스 프로그램 구축 및 실시	성우하이텍 현장특성을 반영한 자체 스트레칭 체조 개발
	찾아가는 헬스키퍼	헬스키퍼가 분임토의장을 방문하여 필요한 직원은 자율적으로 이용
	사내 운동시설 인프라 구축	사내 서클활동 활성화를 위한 풋살장,탁구,헬스장 등 구축
공정 설비	제품로딩 설비(실린더) 개선	근골격계유해요인조사시 발췌된 유해공정을 선정 근골격계예방위원회를 통해 개선검토 및 실행
	종합파라트(허리 구부림 동작無) 제작	
	자재이송용 전동대차	

3-3. 주요활동 내역

01 근골격계예방 위원회

(유해위험요인 사전점검을 통한 근골격계질환 예방)

운영목적

- 1. 근로자들의 의견수렴(근골격계 유발공정)
- 2. 위험요인 개선을 위한 개선방안 협의

운영방법

- 1. 정기(분기별), 수시협의
- 2. 사용자/근로자 대표, 해당공정 관리감독자, 외부전문기관

1. 근골격계질환 의심자 상담 및 처리 프로세스



유해요인 안전점검

현장안전관리자&안전관리자 & 협력업체 담당자 현장점검 실시



안전점검 결과 송부

안전점검 결과 국내 전 사업장 대외문으로 송부



개선방안 수립

월별 분기별 안전보건협의 회등 개선방안 도출



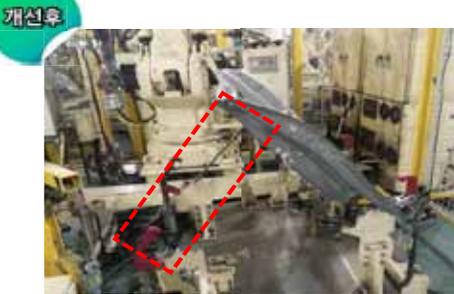
개선현황 점검

현장안전관리자 24시간 개선현황 점검 및 검토



3-3. 주요활동 내역

01 제품 취출시 근골격계 예방을 위한 실린더 설치



02 각각의 PLT에서 제품 취출 후 제품로딩 (허리를 굽히는 횟수가 많아 근골격계 질환 내재) → 종합PLT제작



3-3. 주요활동 내역

03 공정책임자 부담작업 감소를 위한 설비개선



04 단품 BOX 이동시 지게차 및 근로자 이동
→ 전동대차 3대 구입



05 단품 BOX 적재시 적입한계선 표기
→ 공장외곽 전체 표기



3-3. 주요활동 내역

국가대표 트레이너에게 제대로..

운영목적

- 맞춤형 현장 운동지도를 통한 체질 및 건강개선

참석대상

- 근골격계질환 의심환자
- 식단조절 및 체계적인 운동program을 원하는 직원 外

운영방법

- 매주 수요일 개인별 1:1 맞춤형 운동방법 컨설팅(3개월)
 - 개인별 체력 점검을 통한 맞춤형 운동방법
 - 헬스기구 사용방법
 - 몸 부위별 근육강화 운동방법
 - 식이조절 및 체질개선 방법



다리를 들어요..



여기가 아파요..



다리에 힘을 넣고..



주~욱 올라갑니다.

성우가족 건강증진 프로젝트

국가대표 트레이너와 함께하는 올바른 운동방법 컨설팅

대상: 질병유소견자 및 희망자 누구나 강사: 김수홍 (대한요트협회 국가대표 트레이너)

3-3. 주요활동 내역

노/사주도 건강증진 활동 프로그램..

운영목적

- 생산직/사무직/운반직 직원에 맞는 운동 프로그램 지도

참석대상

- 근골격계질환 의심환자 및 의심자 전원

운영방법

- 올바른 동작패턴 지도
 - 올바른 동작에 대한 필요성과 이해도를 높이고 실습을 통한 실천율을 증가시킨다
- 근골격계 유소견자 1:1 운동처방
 - 근골격계 질환 유발 동작들을 분석하고 개개인에게 적합한 운동 동작을 처방한다.
- 건강분석 및 심층상담
 - 분석 데이터를 통한 잘못된 생활습관을 수정하고 올바른 건강정보를 습득한다.
- 방문상담 12회(3개월)



3-3. 주요활동 내역

하루의 시작은 스트레칭으로,,

개요

- 2006년 스트레칭체조 동작 개발
- 지속적인 동작 업그레이드(5차)

실시방법

- 매일아침 조업前 스트레칭(보건관리자 참여)
- 현장내 모니터를 통해 반별 자체 진행

성과

- 직원들의 의식변화 (스트레칭으로 질환예방가능)
- 국내 관계사&사내협력업체 인원 전원 참여



3-3. 주요활동 내역

‘운동시설 인프라’ 구축

- 운동시설 인프라 구축
 - 헬스장 재 오픈 및 헬스기구 추가구입
 - 탁구장 및 샤워시설 구축
 - 풋살장 구축을 통한 사내서를 활성화 (축구서클 : 6개)

‘헬스키퍼’ 운용

- 대상 : 근골격계질환 의심 근로자
- 내용 : 방문을 통한 근골격계 의심 근로자 안마를 통한 지속적인 관리



CONTENTS

04

共生의 가치

4. 다함께 건강하자.

4-1. 질병상해지원금

4-2. 장애우 지원현황

4-1. 질병상해지원금

우리직원은, 우리가 책임진다

질병과 상해에 노출된 환경, 질병상해지원금으로 극복한다
 "SMART HEALTH, SMART SUNGWOO"

보험회사
70%



회사기금
100%

혜택은 충분히
지급절차도 간소화

적립금액 :  남는 기금은 가족건강지원으로...
 수혜인원 : 총 82명
 지급금액 : 총 125,557 천원



4-2. 청각장애우 지원

수화통역사 상시근무

'자료만 봐선 무슨 내용인지 몰라요~'

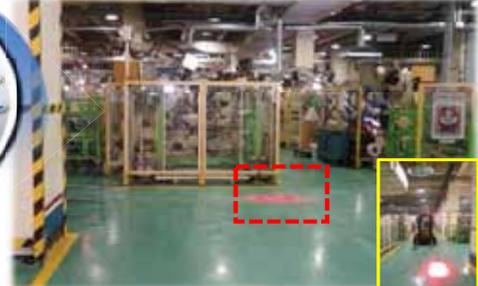
안전보건집체교육시 수화통역사 비치를 통해 청각장애우가 양질의 교육을 받을 수 있도록 지원



'지게차'내 LED등 설치

'작업장'내 지게차가 무서워요~'

작업장'내 지게차 이동시 클락션 소리를 들을 수 없어 코너부 외 안전상의 어려움이 있어 LED등 설치



장애우 고용 현황



장애인 직원이 장애인 친구에게 회사를 추천합니다.

CONTENTS

05

향후 추진계획

5. 애로사항 및 향후 추진계획

5-1. 추진시 애로사항

5-2. 향후 추진계획

5-1. 추진시 애로사항

어려움을 경험하며 극복하는 방법을 배우다.



어찌지..
아프다고 말하면
혹시??



어떻게...
건강은 어떻게
관리하지?

어려움...
공정을 개선하고
싶은데?

귀찮음...
누군가 이야기
하겠지 뭐!

돈은...
생산하기도
바쁜데 왜!
이런거 해야돼

**질병&근골격계질환자
양성화/ 지원제도 강화**

- 『**근골격계예방위원회**』 운영을 통한 질환의심자 양성화
- 건강증진&사후관리를 위한 『**질병상해지원규정**』 제정

**직원들의 의견수렴 장구
다양화/인센티브 제공**

- 언제, 어디서나 안전보건 의견수렴 『**상상오션**』 에서 접수가능
- 작업중 확인된 설비/공정개선은 『**현장문제접신고**』 이용가능

**근골격계질환의
인식 변화**

- 근로자대상으로 근골격계 『**외부전문가**』 특강
- 『**질병예방활동 강화**』 근본적인 해결방법(경영정보 제공)

5-2. 향후 추진계획

더 나은 건강증진활동으로 또 하나의 날개를 달다!

예방관리

-  건강증진 프로그램 개발 및 효과성이 검증된 프로그램 지속적 유지
-  근골격계질환 예방위원회 활동 강화
 - 유소견자 양성화, 예방계획 수립 후 경영검토, 관리감독자 역할 강화
-  프레스 소음부분에 대한 공학적 대책 (장기계획) 수립
-  해외사업장 우수 개선사례 분기별 공유를 통한 원청-협력업체 Win-Win

사후관리

-  질병상해지원규정 개정검토
 - 사후처리 비용 ▶ 예방활동 비용
-  자기관리 할 수 있는 있는 방법 제공
 - 1:1 운동방법 컨설팅

지표관리

-  세부적인 건강지표 개발 & 체계적인 건강증진계획 수립
 - 사원만족도 조사 / 근골격계예방위원회 / 의견수렴장구 개발
-  현장방문을 통한 소방점검 실시 및 개선방안 도출



**한국지엠주식회사
대전서비스센터**

근로자 건강증진 활동 사례 발표



한국지엠주식회사 대전서비스센터

목 차

I. 사업장 현황

II. 근로자 건강증진 활동 추진목적 및 체계

III. 주요 활동 내용

1. 뇌심혈관계 질환 예방 활동

- 가) 금연 클리닉
- 나) 성인병 예방을 위한 식이변경
- 다) 뇌심혈관계 질환도 평가 / 직무 스트레스 평가
- 라) 유소견자 사후관리

2. 근로자 정밀 체력 측정

3. 근골격계 질환 예방 활동

- 가) 스트레칭
- 나) 근골격계 물리치료
- 다) 중량물 취급 안전활동
- 라) 위험성 평가

4. 기타 건강증진 활동

- 가) 절주 프로그램
- 나) 종합검진 실시
- 다) 독감/파상풍/B형 간염 예방접종
- 라) AED 설치
- 마) 재해예방캠페인

IV. 추진상의 문제점 및 개선노력

V. 활동성과 및 효과분석

VI. 향후 추진계획 및 기대효과

I. 사업장 현황

1. 사업장 개요

가. 회사 개요

인천에 본사를 둔 한국지엠은 부평, 군산, 창원, 보령 등 국내 4개 사업장에서 연간 92만대의 완성차, 90만대의 KD(반제품), 140만대의 엔진 및 변속기 생산능력을 갖추고 전 세계 150여 개국에 판매하고 있습니다. 또한 기술연구소, 청라 푸루빙 그라운드, 수천 명의 제품 개발 인력을 보유한 한국지엠은 GM의 3대 차량 개발 거점의 하나이며, 디자인센터는 GM의 10개 Global 디자인센터와 협업을 통해 세계 자동차 디자인의 미래를 만들어 나가고 있습니다.



나. 주요생산차량



AVEO(세단, 해치백)



TRAX



MALIBU(가솔린, 디젤)



CAPTIVA



ALPHEON(가솔린, 하이브리드)



CAMARO(수입품)

다. 전국 직영 센터

한국지엠 전 직영센터는 고객님을 위해 열정과 성심을 다함으로써 2012년부터 현재까지 연속 3년동안 ‘자동차 서비스 부문 고객 만족도 1위’를 지켜오고 있습니다.

순	센터명	위치
1	직영 서울	영등포구 선유동 2로 51
2	직영 동서울	성동구 아차산로 9길 48
3	직영 원주	원주시 소초면 북원로 3356
4	직영 인천	부평구 부평대로 233
5	직영 대전	대덕구 대화로 52번길 137
6	직영 광주	남구 송암로 24번길 62
7	직영 부산	연제구 중앙대로 1146
8	직영 전주	전주시 덕진구 팔복로 105
9	직영 창원	창원시 성산구 성주로 130

라. 한국지엠 직영 대전서비스센터

개소일 : 2월, 1990년

2007년부터 현재까지 연속 9년째 무사고를 달성중인 사업장이며, 전국 직영 센터 중 안전보건 우수사업장에 선정됨.

2011년 : 노동부 유해,위험요인 자기관리 시범사업장 인정

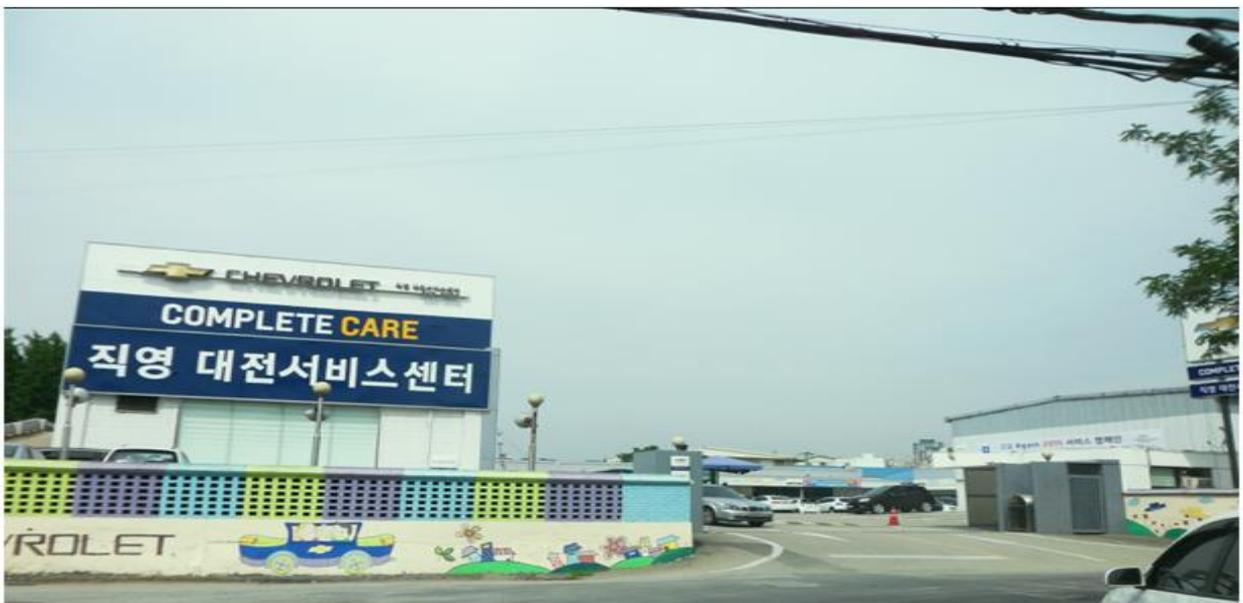
2011년 : 노동부 위험성평가 '상' 인정

2011년 : 근로자 건강증진 인증 사업장 선정

2012년 : 산업안전보건공단 월간 '안전보건'에 소개됨

2014년 : 근로자 건강증진 재인증 사업장 선정

면적(m ²)		인원		정비인원		정비대수 (월 평균)	
면적	건축물	사무직	기술직	기능	판금&도장	2013	2014
12,808	6,401	11	48	23	10	1,500	1,700



< 대전서비스센터 전경 >

별지8-21

인정번호 : 대전지방고용노동청 제 2011-225 호

「유해·위험요인 자기관리」 시범사업 인정서

- 사업장명 : 한국지엠(주)대전서비스센터
- 소재지 : 대전시 대덕구 대화동 142-2
- 유효기간 : 2011.11.14.~ 2012.12.31

대전지방고용노동청은 귀 사업장의 「유해·위험요인 자기관리」 시범사업의 이행수준을 확인한 결과 인정기준에 적합함을 인정합니다.

2011년 11월 14일

대전지방고용노동청장인 

< 유해/위험요인 자기관리 시범사업장 인정 >



건강증진 우수사업장 인증패 시상식 [11/15]





- ▶ 활동내역
- 근로자 정밀체력 측정 실시(08~10년)
 - 금연 클리닉 실시 (09~11년)
 - 야점 스트레칭 실시 (08년~현재)
 - 근 골격계 물리치료 실시(11.9월~10월, 4주간)

- ▶ 시상내역
- 3년간 근로 감독 면제 (한국산업안전공단 대전지역본부)



< 근로자 건강증진 인증사업장 선정 >



< 근로자 건강증진 우수사업장 인증패 - 2011년 >



< 근로자 건강증진 우수사업장 재인증패 - 2014년 >

Passion 열정의 현장

KOSHA 파트너	한국소비자원 정대표 원장	20
산재예방 달인	(주)포스코엠텍 광양 포장사업부문 안전팀 김일곤 안전담당자	24
화제의 현장	안전점검의 날 200회 기념행사	28
무재해 실천일지	GS건설(주) 대전 센트럴 자이 아파트 현장	30
화제의 명예감독관	인천교통공사 김영표 명예산업안전감독관	34
만화로 보는 안전보건	공정 안전②	38



Happiness 행복 발전소

근로자 건강증진활동 인증 사업장	한국GM 대전서비스센터	44
생활안전 플러스	스크린 골프연습장 안전은 '트리플 보기'	48
건강 365	귀족병 '똥퐁' 주의보	50
함께 배우는 스트레칭	실내에서 하는 스트레칭	52
Theme Keyword	삶은 '기록' 한 만큼 기억된다	54
Theme Touch	'기록'으로 보는 우리나라의 역사	56
Theme Plus	기록에 대한 다양한 기록	58



Energy 안전보건 에너지

건설업 중대재해사례	후진 중인 덤프트럭에 부딪혀 사망	62
제조업 중대재해사례	트랙터 연료통 수리 중 화재·폭발로 인해 사망	64
서비스업 중대재해사례	난방기 모터 샤프트에 목도리가 감기며 질식사 사망	66
안전보건 Focus I	선박 및 보트 건조업 재사용 가설기자재 등록	68
안전보건 Focus II	'위험성평가 인정' 2013년부터 본격 시행	72
지구촌 안전보건		76
KOSHA NEWS		78



< 월간 '안전보건'에 소개됨 >

2. 주요 연혁

1962.01		새나라 자동차 설립 (우리나라 최초의 현대식 자동차 공장)
1965.11		신진 자동차공업 설립 (코로나, 크라운 등 생산)
1972.06.		GM 합작으로 GM KOREA 설립
1976.11.		새한자동차로 변경 (제미니 등 생산)
1983.01		대우자동차로 변경 (로얄살롱, 로얄프린스, 르망, 에스페로 등 생산)
1996.06		군산공장 가동 (라노스, 누비라 등 생산)
2002.10.		지엠대우오토엔테크놀로지 출범
2005.10		대우인천자동차 인수 통합

<p>2006.06</p>		<p>정리해고자 복직 완료</p>
<p>2006.10.</p>		<p>Global 경차/소형차 아키텍처 개발기지로 선정</p>
<p>2008.02</p>		<p>첨단 하이드로매틱 6단 자동 변속기 공장 준공 (보령공장 연산 30만대)</p>
<p>2011.03.</p>		<p>한국지엠 회사명 변경 및 쉐보레 브랜드 도입 (아베오, 캡티바 등 출시)</p>
<p>2011.11</p>		<p>프리미엄 중형 세단 말리부 전세계 최초 출시</p>
<p>2014.03</p>		<p>말리부 디젤 출시</p>

3. 안전 보건 방침

한국지엠은 ‘안전보건방침’을 바탕으로 모든 임직원이 안전보건을 최우선 정책으로 하여 사고 및 예방을 위한 각종 개선활동과 관련 조직 활동 활성화에 최선을 다하고 있습니다. 매년 사업계획에도 안전한 근무환경 조성을 목표로 하여 전 임직원이 동참하고 있습니다.



안전 보건 방침

(Safety & Industrial Hygiene Policy)

한국지엠은 안전하고 건강한 작업환경을 만들기 위해 지속적인 노력을 하고 모든 사고로부터 임직원, 협력업체 직원 및 방문자를 보호하기 위해 적극적인 안전 보건정책을 지켜 나갈 것이다.

한국지엠의 전 사업장은 안전 보건을 회사의 핵심 가치로 삼으며 아래의 사항을 실천한다.

- 안전 보건을 핵심 가치로서 연구개발, 제품 생산, 디자인, 판매 등의 모든 활동에 적극 반영하도록 한다.
- 안전 보건관련 모든 법규 및 절차를 준수하고 역할과 임무를 명확히 이해함으로써 지속적인 안전 보건개선을 할 수 있는 환경을 조성한다.
- 안전하고 건강한 업무환경에 영향을 미칠 수 있는 불안전 요소들을 파악하고 개선하는 예방활동을 지속적으로 추진한다.
- 안전하고 건강한 업무환경을 유지하기 위해 자원과 예산을 확보하고 관리시스템을 통해 정기적으로 평가하고 개선한다.
- 모든 구성원이 법규와 인상을 지켜 나갈 수 있도록 지원하며 어떤 경우라도 어떠한 안전 보전에 관련된 일에 타협하지 않는다.

GM Korea Company makes persistent efforts to make a safe and sound work environment. We are committed to driving health and safety policies aggressively to protect our employees, contractors and visitors from occupational injuries, illnesses and fatalities.

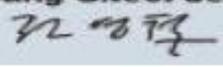
We at all GM Korea operations put the followings into practice based upon the belief that health and safety is a core value.

- Ensure that health and safety, as a core value, is integrated into all our activities including but not limited to research and development, product manufacturing, design and sales.
- Foster an environment in which personnel are expected to contribute to continuous improvements of health and safety issues by clearly understanding their roles and responsibilities and comply with all applicable health and safety laws and regulations.
- Drive preventive activities continually to identify and improve unsafe behaviors and conditions.
- Provide qualified resources and adequate budgets for the activities to sustain a safe and sound work environment and regularly assess and improve the activities through management system.
- Support all the employees in maintaining their happiness and well-being, and make no compromise in whatever business related to health and safety of individuals under any circumstances.

2014년 5월 1일 (May. 1st, 2014)
한국지엠주식회사 (GM Korea Company)

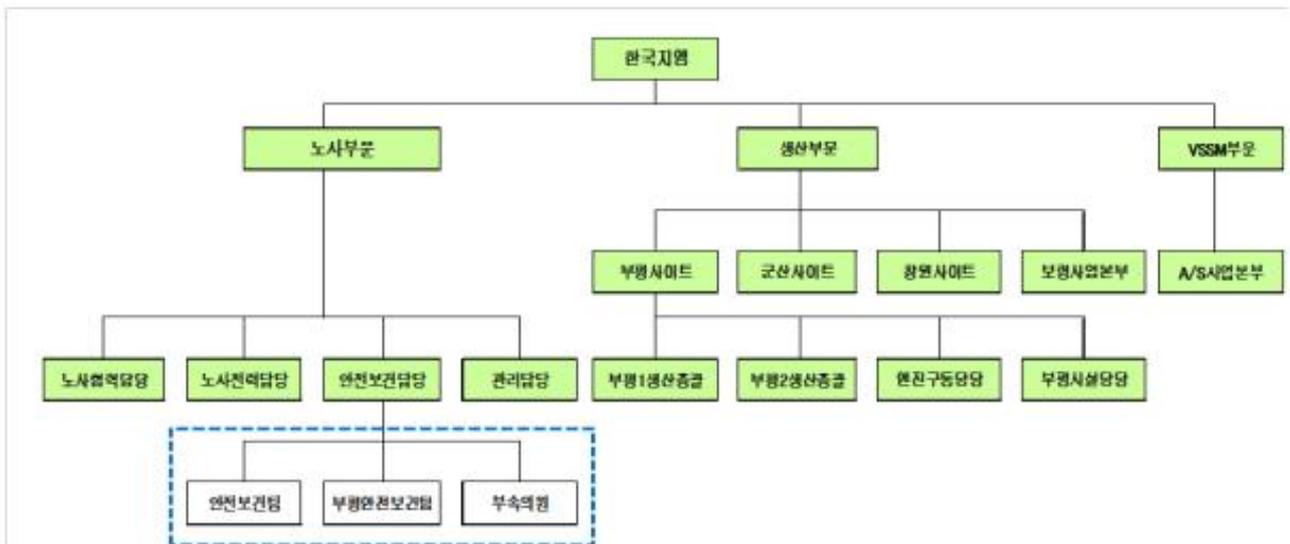

대표이사 사장 세르지오 호사
President & CEO Sergio Rocha

노사부문(LR Operation) 부사장 전영철
Vice President Young-Cheol Jeon



4. 안전 보건 조직

한국지엠은 Global 안전/보건 이슈의 증가와 전국 공장의 체계적이고 효과적인 조직운영을 위해 본사(부평 공장)에 H/Q 기능의 안전보건팀(7명)이 있으며, 부평공장의 안전/보건소방 업무를 맡고 있는 부평안전보건팀(34명)과 부속의원(10명)이 있습니다. 현장 안전/보건 인원 및 조직과 유기적으로 협력하여 현장밀착형 안전/보건 시스템을 운영하고 있고, 각 공장별로 안전보건팀과 보건센터를 운영하고 있습니다.



또한 대전서비스센터가 속한 CCA 본부 역시 CCA 안전보건팀이 있으며 각 센터의 안전/보건 담당자와 함께 유기적으로 안전/보건 업무를 실시하고 있습니다.

그리고 각 업무별로 소위원회를 만들어서 안전/보건 담당자가 아닌 일반 직원도 안전/보건에 관심을 갖고 생활화 할 수 있도록 했습니다.



■ 대전서비스센터 안전보건위원회 조직도



< 안전보건위원회 조직도 >

Ⅱ. 근로자 건강증진활동 추진목적 및 체계

1. 추진 배경 및 목적

가. 추진 배경

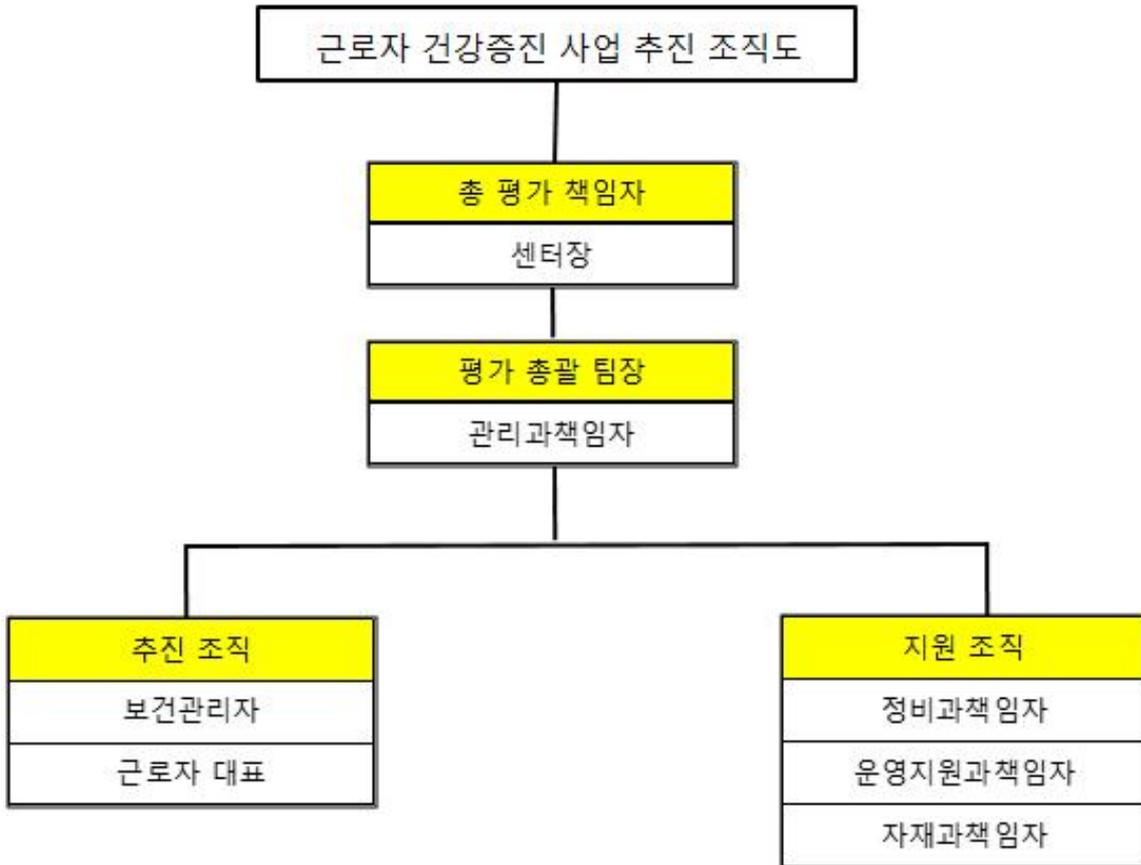
- 1) 평균연령의 지속적인 증가로 2015년 현재 52세인 상황과 서구화된 식습관으로 인해 대다수 직원들이 뇌심혈관계 질환에 노출될 확률이 높음
- 2) 정비 업체 특성상 근골격계 질환에 노출될 확률이 높음
- 3) 건강한 직원이 건강한 회사를 만들 수 있고, 안전 보건을 최우선으로 하는 기업 방침에 따름

나. 추진 목적

- 1) 뇌심혈관계 질환 위험도 평가 및 직무 스트레스 설문조사, 금연클리닉, 식당과의 업무연계 등을 통해 뇌심혈관계 질환 및 성인병 예방을 목표로 함
- 2) 근골격계 유증상자 관리 및 생활화된 스트레칭을 통해 근골격계 질환의 노출을 줄이고 근골격계 통증 호소자의 감소 및 통증의 호전을 목표로 함
- 3) 이 모든 활동을 통해 건강한 근로자, 건강한 근로자로 인한 건강한 회사, 최상의 고객 서비스 제공을 목표로 함

2. 추진 체계

근로자 건강증진위원회를 바탕으로 한 노/사 합동의 건강 증진 사업을 추진하고 있음



근로자 건강증진 사업은 보건관리자를 중심으로 매해 건강 증진 사업계획서를 통해 실시됨.

Requisition 기안문

Dchive Number 문서번호	대서제HLT008#6호	(Tel: 630-7808)	Approval level 전결사항		
Achive period 보존연한	3년		담 당	차 장	센 터 장
Originating date 기안일자	2015.4.12.				
Originating team 작성 부서/팀	대전서비스센터				
Originated by 작성자	명 나 연				
Originated by 최종결재지시사항					
Document type 문서종류(품의, 보고)	품 의	Comment from the Cooperation team 협조부서 의견	정비과 운영지원과	자재과	
Subject 제 목	2015년도 서비스센터 건강증진 및 뇌심혈관계질환 예방관리 사업 계획(안)				
전 직원의 건강증진 및 뇌심혈관계질환 예방관리를 위해 아래와 같이 사업 계획을 작성하여 품신 하오니 재가하여 주시기 바랍니다.					
- 아 래 -					
1. 실시일정 : 사업내용에 따라 기간별로 연중 실시함					
2. 실시기관 : 각 사업에 따라 연계기관과 협력하여 실시할 예정임					
3. 실시대상 : 전 직원					
4. 활동사업 : 그룹별 맞춤 사업 실시 예정					
① 전 직원 : 심폐 소생술 및 AED 사용법 교육/직무 스트레스 관련 교육 실시/1인 1운동 갖기					
② 흡연군 : 금연 사업					
③ 뇌심혈관계 질환 위험도군(중등도 이상) : 위험도 평가 추가 실시 / 절주 클리닉 권유 / 식이요법					
④ 근골격계 유증상자군 : 질환별 운동 처방 및 관련 교육 실시					
5. 기대되는 효과					
각 그룹에 따라 금연 사업 및 뇌심혈관계위험도 평가 추가 실시, 절주 클리닉 권유, 질환별 운동 처방 및 관련 교육을 실시함에 따라 직원 개개인에게 더 효과적인 건강증진사업을 실시할 수 있고, 전 직원에 대해서는 심폐소생술 및 AED 사용법 교육을 통해 응급상황에 대비 할 수 있고, 1인 1운동 갖기나 직무 스트레스 관련 교육을 통해 활기찬 직장생활을 영위할 수 있음					
6. 요청사항					
전 직원을 대상으로 실시하는 만큼 직원들의 참여와 의지가 중요하므로, 각 차장님 및 직장님은 필히 사업에 적극적으로 참여하여 주시기 바랍니다.					
※ 첨 부 : 사업 실시 결과서 및 2015년 사업실시계획서 1부, 끝.					

III. 주요 활동내용

1. 뇌심혈관계 질환 예방 활동

가. 금연 클리닉

1) 추진 배경

금연을 요구하는 사회적인 분위기 및 평균 연령 증가에 따른 뇌심혈관계 질환 예방 활동의 일환임

2) 연도별 추진 내용

시행 일시	추진 내용	비고
2006.04.	사업장 금연 구역/흡연구역 구분	안내 표지판 게시
2006.10.	외부 강사 초청하여 '금연의 단점' 집체교육 실시	
2009.04.	외부 강사 초청하여 '금연의 장점' 집체교육 실시	금연클리닉 연계
2009.04.	보건소 연계 금연클리닉 실시	14명중 5명 성공
2010.10.	자체 금연클리닉 실시	5명중 1명 성공
2011.10.	보건소 연계 금연클리닉 실시	10명 중 2명 성공
2012 - 2014	자체 금연클리닉 실시	5명 중 4명 성공

금연 클리닉 실시 계획표

일정	내용	인원배정 시간표	실시자
금연전 교육 9/23(금)	<ul style="list-style-type: none"> ♣ 금연실행전 교육실시하여 금연성공률 향상 (약 한시간 정도 실시 예정임) ♣ 금연보조제의 종류, 금연 실행 방법 안내 ♣ 금연 중도 실패시 대처방법 안내 ♣ 다음 1차 이동금연실시때까지 금연 유도 및 금연준비기 실행 당부 ♣ 금연서약서 및 금연등록카드 작성 ♣ 1차이동금연상담 안내(2주 후) ♣ 금연관련 설문실시 ♣ 호기 일산화탄소 측정 ♣ 금연개인상담, 금연수첩/소책자 배부 ♣ 금연보조제 및 행동요법 안내 	14:00~16:00 [금연대상자 전원]	장** (외부 금연 감사)
1차 상담 10/7(금)	<ul style="list-style-type: none"> ♣ 호기 일산화탄소 측정 ♣ 금연개인상담, 금연수첩/소책자 배부 ♣ 금연보조제 및 행동요법 안내 ♣ 2차 상담일 안내(2주 후) 	1차~2차 공통적용 ① 14:00 ~ 14:10 [박**/정**] ② 14:10 ~ 14:20 [김**/김**] ③ 14:20 ~ 14:30 [황**/이**] ④ 14:30 ~ 14:40 [장**/윤**] ⑤ 14:40 ~ 14:50 [김**/강**]	상담사 최**
2차 상담 10/21(금)	<ul style="list-style-type: none"> ♣ 호기 일산화탄소 측정 ♣ 금연개인상담 ♣ 금연보조제 및 행동요법 안내 ♣ 금연 클리닉 마무리 		

※ 필히 시간표대로 실시하여 주시기 바랍니다.

< 금연 클리닉 실시 계획표 >

금연 클리닉 실시



■ 금연 클리닉 실시 결과

- ▷ 실시기간 : 2009.04.17 ~ 2009.05.29[총 6주간]
- ▷ 실시방법 : 대덕구 보건지소 금연 사업부와 연계하여 실시함.
- ▷ 참여자 : 대전정비사업소 직원 16명
- ▷ 4주 이상 금연 성공자 : 김□□, 김□□, 장□□, 정□□, 임□□
[사업소에서 소정의 금연 성공 축하 기념품[오메가-3]을 지급토록 함]
- ▷ 추가 금연 결심자 : 전승우 직장
[주변분들의 많은 도움을 부탁드리겠습니다.]
- ▷ 금연을 하고 싶으신 분은 지속적으로 대덕구 보건지소와 연계하여 사업을 실시할 수 있으므로 의무실로 연락주시기 바랍니다.

GM Daewoo Confidential

1

< 금연 클리닉 실시 결과 보고서 >

4주 이상 금연 성공자들^^



GM Daewoo Confidential

2

< 4주 이상 금연 성공자 게시 >

보낸SMS함 | 저장된 메시지 5통

전체선택 삭제 통신사 사정으로 SMS 수신에 지연될 수 있습니다.

<input type="checkbox"/>	내용	수신 전화번호	발송일	수신상태
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-22 10:06	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-22 10:06	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-22 10:06	수신대기
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입	[redacted]	2009-04-22 10:06	수신대기

전체선택 삭제

안녕하세요명 [redacted]입니다. 24일은 호기 일산화탄소 측정기 있는 날입니다. 그날 까지 금연 화이팅

재발송 닫기

보낸SMS함 | 저장된 메시지 38통

전체선택 삭제 통신사 사정으로 SMS 수신에 지연될 수 있습니다.

<input type="checkbox"/>	내용	수신 전화번호	발송일	수신상태
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	016-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	011-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	017-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	011-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	016-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	011-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	011-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	019-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입니다.	010-[redacted]	2009-04-29 13:53	완료
<input type="checkbox"/>	안녕하세요명 [redacted]입	[redacted]	2009-04-29 13:53	완료

전체선택 삭제

안녕하세요명 [redacted]입니다. 5/4일까지 약속하신 금연 계획대로 지키고 계신지 요 오늘도 화이팅요

재발송 닫기

* 발송내역은 발송시각으로부터 1개월 [redacted]됩니다.

금연 클리닉 주수별 현황표

순서	성명	금연시도	연락처	최초 흡연 시작	하루 흡연량 (개)	클리닉 시작일 [4/17]	니코틴 의존도 검사결과	1주차 [4/24] 지근 보조제	흡연	2주차[6/4] 지근 보조제	흡연	4주차[6/16] 지근 보조제	흡연	6주차[6/28] 지근 보조제	흡연	결과
									CO 수치		CO 수치		CO 수치		CO 수치	
1																
4		5회 이남	016-804-7808	28세	15	합격		술라씨 1	150/110 2	술라씨 8 0.5개 니코틴 안수	150/100 2	불참(출장)	-	술라씨 1 니코틴 지속	150/120 0	4주 이상 금연 성공
14		시도만 연습	010-4348-2080	18세	35	불참 (아간)		술라씨 1	140/90 21	술라씨 2 니코틴점 2 18개르졸입	120/90 25	불참(작업)	-	술라씨 1 15개 피클 팔을때는 담배 안핥	130/90 24	55% 금연 (35개 → 15개)
7		2회 이남	010-5255-9081	28세	20	합격		니코틴점 1	120/80 18	술라씨 2 10개 점프 [집에서는 안피우고 직장에서만 피게 됨]	130/90 16	불참(외근)	-	불참 (금연못해 찾아겠다고 함)	-	금연 및 금연 못함
3		시도만 연습	011-407-5842	20세	14	합격		파이프 1 술라씨 1	140/80 2	술라씨 3 하루 2개	140/80 0	술라씨 1 하루 6-7	120/80 3	출장	-	50% 금연 (14개 → 6-7개)
5																
13		3회 시도	010-2041-0683	21세	20	합격		술라씨 1	110/80 23	술라씨 2 9개르 금연	120/90 20	술라씨 1	110/80 15 5개르 금연	불참(안음)	-	75% 금연 (20개 → 5개)
11		1회	019-411-0992	22세	15	합격		니코틴점 1	160/100 32	불참(출차)	-	술라씨 1 7-8개 반으로 졸입	120/80 18	불참(안음)	-	50% 금연 (15개 → 7-8개)
2		5회 이남	011-9809-7883	20세	20	합격		파이프 1 술라씨 1	110/80 13	술라씨 2 14개 피클	120/80 14	술라씨 1 9개 피클	130/90 14	술라씨 1 8-9개 피클	110/80 8	50% 금연 (20개 → 8-9개)
6		2회 이남	010-5457-9880	20세	20	합격		패치2단계1 파이프1	120/80 18	불참(외근)	-	불참(외근)	-	불참(안음)	-	금연 및 금연 못함

< 금연 클리닉 실시시 주수별 현황표 >

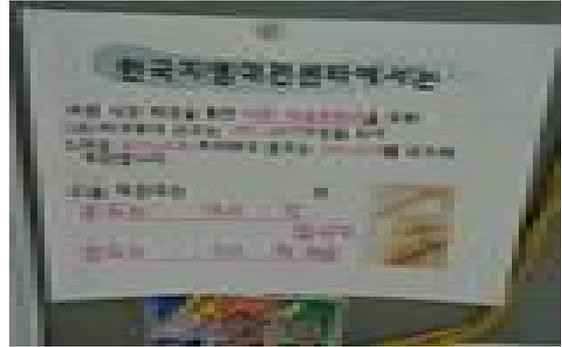
나. 성인병을 예방하기 위한 식이 변경

1) 추진 배경

평균연령의 증가 및 서구화된 식생활로 성인병의 위험이 증가되는 분위기 속에서 직장 내에서 예방할 있는 방법의 필요성이 대두됨

2) 연도별 추진 내용

시행 일시	추진 내용	비고
2011.12.	저염식 안내문 비치(식당) 저염식 실시 - 염도계 비치	당일 염도수치 안내판 설치
2012.03.	외부 강사 초청하여 '현미식' 집체교육 및 설문조사 실시 (건강, 질병, 음식에 관한 오해)	설문조사 결과 현미식 찬성률 80% 이상
2012.03.	외부 강사 초청하여 '성인병 예방교육' 집체교육 추가 실시 후 현미식 실시	2회/주 실시
2012.05.	메뉴위원회 실시하여 후식도 과일 및 견과류 등으로 제공	1회/월 실시
2013.04.	빵/우유 간식을 빵/두유로 교체함	2회/주 실시
2014.01.	매일 우유와 두유가 50%씩 들어옴	두유를 먹는 사람만 먹는 문제 발생함
2014.02.	3회/주 잡곡밥 제공시에도 소량의 현미식을 트레이에 담아 제공함	지속 실시중



< 염도계 비치 >

< 염도 수칙 안내판 >

부서명		직원명	
[현미밥 제공 관련 설문조사]			
건강증진사업의 일환으로 직원분들 중식으로 현미밥을 제공하려고 합니다.			
현미밥의 효능에 대한 내용은 교육자료로 제공될 것이나 기본적으로 혈중 콜레스테롤을 감소시키며, 위장운동을 촉진시키고, 변이 순조롭게 배설되게 하며, 해독 작용을 하며, 강력한 면역증강작용을 하며, 자연치유력을 높혀 줍니다.			
이번 설문조사 결과를 바탕으로 현미밥을 제공하고자 하오니 성실한 답변 부탁드립니다.			
1. 현미밥 제공 관련			
※ 현미밥의 효능			
- 백미에 비해 식이섬유, 단백질, 지방, 비타민, 미네랄(칼슘, 철분 등)이 풍부			
- 혈당을 급격히 올리는 백미에 비해 현미밥은 혈당을 적당히 올리고 유지함.			
- 체내에 축적된 콜레스테롤을 제거하며, 식이섬유가 풍부해 대장의 활동을 원활하게 함.			
1. 건강을 위하여 사내 식당에서 현미밥이 제공된다면 드실 의향이 있으십니까?			
① 먹겠다. ② 그저 그렇다. ③ 먹지 않겠다.			
2. 현미밥 제공시 빈도는 어떻게 제공되는 것이 좋다고 생각하십니까?			
① 1회/주 ② 2회/주 ③ 3회/주 ④ 4회/주 이상			
3. 현미밥이 제공된다면 현미와 백미를 섞는 비율은?			
(기 제공된 현미식은 현미 50% : 백미 50% 있습니다.)			
① 현미 100% ② 현미 70%, 백미 30% ③ 현미 50%, 백미 50%			
④ 현미 30%, 백미 70% ⑤ 기타(현미 _____%, 백미 _____%)			
4. 현미밥 제공 관련한 건의사항			
설문에 응해주셔서 감사합니다.			
(주)한국지엠 대전서비스센터 의무실			

< 현미밥 제공 설문조사 >

현미식 제공 안내문

2012.3.13(화)

직원 건강증진을 위해 아래와 같이 주/2회 현미식을 제공할 예정이오니
참고하여 주시기 바랍니다.

- 아 래 -

1. 실시기간

2012년 3월 14일(수)부터 지속

2. 실시방법

매주 수요일과 금요일 중식에 제공(현미:백미 비율 5:5)

3. 설문조사 결과(총 55명 참여)

① 현미식 제공 여부

먹겠다(44명/80%) 그제 그렇다(10명/18%) 먹지 않겠다(1명/2%)

② 현미식 제공 회수(3회이상 원하나 시행초기 감안-2회로 결정함)

1회/주(14명/25%), 2회/주(18명/33%), **3회/주이상(23명/42%)**

③ 현미밥 비율

현미 100%(3명/5.5%), 현미 70%VS 백미 30%(12명/22%)

현미 50%VS백미50%(21명/34%), 현미 30%VS백미70%(16명/29%)

기타 의견(3명 : 5.5%)

④ 시행중 건의사항은 언제든지 말씀해주시기 바랍니다.

관리과장 김 (남인생략)

< 현미식 제공 안내문 >



건강증진 활동 (현미 식)

1. 취 지

센터 평균연령 약 50세로 각종 성인병 예방 및 직원 건강 증진을 위해서 "현미식" 제공

2. 활동 방향

- ① 대 상: 센터 내 전 직원
- ② 시 식: 현미식 사전 시식
- ③ 설 문: 설문조사 결과 80% 찬성 (3/5~8)
주 2회 이상 현미 식 제공 75% 의견

3. 시행방법

- ① 일 시: 2012. 3. 12부터
- ② 식 당: 매주 수요일, 금요일 중식 (주2회)

4. 교 육: "건강식에 대한 성인병 예방 교육 (3/20)

< 현미식 실시 보고서 >



 <h2 style="text-align: center;">회의록</h2>		작성일	'12.5.31.
		작성자	명나연
회의명	대전서비스센터 메뉴위원회	주관	관리과
장소	대전서비스센터 회의실	회의일시	'12.5.25. 09:00 ~ 10:00
회의주제	5월 대전서비스센터 메뉴위원회		
참석자명단	명나연 대리, [] 김 [] 김 [] 주 [] 정영사 유 [] 주인, 김 [] 주인, 이 [] 주인		

◆ 회의 주제(내용)

- ① 현미식의 질 문제
- ② 특식 메뉴 선정
- ③ 식비 인상분의 사용건에 대한 문제
- ④ 기타 식당에 관한 사항

◆ 회의 결과

- ① 현미 VS 백미를 5:5로 섞어서 현미식을 실시하고 있는데 식감이 안 좋아서 불만이 있음.
 전에도 식감에 대한 문제가 제기되어서 현미와 백미를 따로 밥을 하여 섞는 방법을 이용하였으나
 그래도 지속적인 식감 문제가 대두되므로 현미 VS 백미 비율을 당분간 3:7로 적용하여 반응을 확인토록 함
 더불어 현미식 시라 전 2회/주 잠복밥에서 현재 3회/주 잠복밥, 2회/주 현미식으로 매일 잠복밥으로
 진행되고 있는 건에 대해서는 다들 만족한다고 하여 지속적으로 실시 예정임
- ② 특식 메뉴 선정
 - 메인 메뉴에 집중하기로 하였으나 메인 메뉴를 못 먹는 사람도 있고, 그 외 부식이 특식에 걸맞지 않는
 경우가 발생해서 특식 메뉴를 선정 후 부식에 대해서도 한번씩 더 상의토록 함
 - 앞으로는 특식 메뉴에 대해 메인 메뉴부터 부식까지 단가를 표기하여 부식 메뉴를 바꾸게 될 경우
 손쉽게 메뉴위원회에서 결정할 수 있도록 하기로 함
- ③ 식비 인상분의 사용건에 대한 문제
 - 특식 횟수를 늘이자 / 후식을 자주 주자 / 부식의 질을 늘이자 중에 후식을 자주 주는 쪽으로 결정되어서
 예정 1회/2주 정도 나가던 후식이 현재는 2-3회/주로 나가고 있음
 - 후식의 종류는 먹는 요구르트, 과일, 대실이나 식혜 등의 차, 견과류 등임.
 - 부식의 질 역시 간관할 수 없는 문제라서, 부식의 질에 대해서는 지속적으로 논의토록 함
- ④ 기타 식당에 관한 사항
 - 대운탕 등의 새로운 메뉴도 시도해주세요.
 - 여름이 다가오는 만큼 식중독에 신경써서 조리해주세요.

◆ 기타

- 6월 메뉴표

< 메뉴위원회 예 : 2012년 5월 >

 <h2 style="text-align: center;">회의록</h2>		작성일	13.11.04.
		작성자	명나연
회의명	대전서비스센터 메뉴위원회	주관	관리과
장소	대전서비스센터 회의실	회의일시	13.11.01. 16:30 ~ 17:00
회의주제	10월 대전서비스센터 메뉴위원회		
참석자명단	명나연 대리, 김 [] 안 [] 임영사		
<p>◆ 회의 주제(내용)</p> <p>① 특식 메뉴 선정 ② 기타 식당에 관한 사항</p>			
<p>◆ 회의 결과</p> <p>① 특식 메뉴 선정 날씨가 추워짐에 따라 전골류로 결정함 소고기 버섯전골과 만두 사라(11/7)의 경우 곤약 장조림과 청경채 무침 대신 간단한 나물류 한가지를 넣고 남은 비용으로는 소고기를 더 풍족하게 하도록 함 11/21일엔 김치찌개 전골과 라면 사라로 결정함</p> <p>② 기타 식당에 관한 사항</p> <ul style="list-style-type: none"> - 국이 싱거울 때 있고 짭뽕이 있다고 함 항상 열도계를 이용하는데도 간이 안 맞는다는 건 문제가 있으므로, 기본 0.7로 열도를 맞추고 배식 5분 후, 10분 후 열도 체크를 일주일 간 해보도록 함 결과에 따라 처음 열도를 어떻게 맞출지 논의토록 함 - 밥이 질때가 있고, 찰때가 있고, 누룽지가 많이 생기고 있음 밥솥 문제가 있는지 확인토록 함 - 배식시 동선 꼬임 및 열도 표시 안 보임 반찬 배열을 다시 1층배치했 했고, 문 앞에 열도 표시도 해서 바르 바르 확인할 수 있도록 함 			
<p>◆ 기타</p> <p>- 11월 메뉴표</p>			

< 메뉴위원회의 예 : 2013년 10월 >

다. 뇌심혈관계 질환 위험도 평가 / 직무 스트레스 평가

1) 추진 배경

전 직원이 고객들을 직/간접적으로 상대하고 있는
감성 노동자여서 수시로 직무 스트레스 및 생활습관
실태 설문조사를 통해서 스트레스 정도를 파악하고,
뇌심혈관계 질환 위험도 평가로 건강의 위험도를 판단
하기 위함.

스트레스 경감을 위해서 웃음치료등의 집체교육을 실
시하고 있음

2) 연도별 추진 내용 (직무 스트레스)

시행 일시	추진 내용	비고
2007.10.	직무 스트레스 설문조사 실시	1회차 실시
2008.06.	‘직무 스트레스 예방을 위한 웃음치료 행동요법’ 집체교육 실시(외부 강사 초청)	처음 접해본 치료에 반응이 좋았음
2009.12.	산업안전보건공단의 지원으로 ‘생활습관 실태 설문조사’ 실시하여 당 센터의 건강문제 파악	흡연, 음주, 운동, 근골격계 통증 여부 확인
2010.10.	직무 스트레스 설문조사 실시	2회차 실시
2011.11.	생활습관 설문조사	
2013.09.	직무 스트레스 설문조사 실시	3회차 실시
2014.08.	전문심리상담서비스인 EAP제공 시작	직원 1인/연 8회/ 1회당 50분 상담

2) 연도별 추진 내용 (뇌심혈관계 질환 위험도 평가)

시행 일시	추진 내용	비고
2009.11.	뇌심혈관계 질환 위험도 평가/ 건강관리 동의서	1회차 실시 & 정보보호법 시행
2009.12.	외부 강사 초빙하여 '건강검진의 의의와 결과표 바로 보기 집체교육 실시함	
2011.11.	뇌심혈관계 질환 위험도 평가	2회차 실시 직원 이해도 올라감
2013.06.	뇌심혈관계 질환 위험도 평가 실시	3회차 : 일검 실시하면서 병원과 연계 실시 - 전문적 평가가능 -
2014.03.	외부 강사 초빙하여 '뇌심혈관계 질환 위험도 평가 및 관련 내용'에 대해서 집체교육 실시함 2013년 고위험자에 대한 추가 실시	집체교육으로 인해 직원 이해도 높이는데 큰 도움이 됨 4회차 실시
2015.05.	종합검진 실시함과 동시에 뇌심혈관계 질환 위험도 평가 실시 → 결과 기다리는 중임	5회차 실시 (지속 실시중)



< ‘뇌심혈관계 질환 위험도 평가 및 관련 내용’에 대해서 집체교육 실시 >

설문조사 안내문

직원의 건강관리를 위해 다음과 같이 근로자 건강증진(생활습관) 실태 설문조사 및 뇌심혈관계 질환 위험도 평가를 실시하고자 하오니 직원 여러분의 많은 참여를 바랍니다.

- 다 음 -

1. 실시 대상 : 전 직원
2. 실시 방법 및 실시기간
 - 1) 근로자 건강증진(생활습관) 실태 설문조사
11/6~11/10(화)까지 설문지 작성 후 직별로 수합하여 의무실로 제출
[제출된 설문지를 토대로 통계처리하여 효과적인 사업추진 및 성과 평가를 실시하기 위한 것임]
 - 2) 뇌심혈관계 질환 위험도 평가
컴퓨터를 이용한 간단한 설문조사로 개인의 질환 위험도를 보기 위한 것으로 개인별 의무실 방문 요함

부서	일시
1직. 자재직	11/9(월) 13:00 ~ 15:00
2직. 판금도장직	11/10(화) 13:00 ~ 15:00
3직. 긴급출동직	11/11(수) 13:00 ~ 15:00
사무직, 기타직	11/12(목) 13:00 ~ 15:00

3. 이외 직원 여러분들의 원활한 건강관리를 위해 [건강관리 동의서]를 추가로 받으려고 하오니 참고하여 주시기 바랍니다.
4. 문의사항은 의무실(7808)로 연락하여 주시기 바랍니다.

대전정비사업소장 김**(남인생략)

< 2011년 실태 설문조사 및 뇌심혈관계 질환 위험도 평가 >

라. 유소견자 관리

1) 추진배경

유소견자의 증가로 인해 관리의 필요성이 대두됨

2) 추진내용

C 판정자에 대해 3개월 후 재검진을 실시하여 A, B 판정의로의 이환을 돕고, C, D 판정으로의 이환을 감소시킴(2009년부터 실시)

구 분	판정	추진 내용
1차(건강검진 결과)	C	상담, 식이요법, 운동치료 실시
2차(3개월후 재검진 결과)	A, B	건강관리 상담
	C	상담, 식이요법, 운동치료 지속
	D	약물 복용 권유

2. 근로자 정밀체력 측정 실시

가. 추진 배경

근력, 유연성, 순발력, 지구력, 비만도 등 다양한 정밀 체력 측정을 통해 직원의 체력상태 확인 및 필요한 건강증진사업을 찾기 위해 실시

나. 연도별 추진 내용

정밀체력측정을 당시 한국산업안전공단 대전지역본부의 도움을 받아 연속 3개년동안 실시하였음

2008년 : 43명 / 2009년 : 51명 / 2010년 : 33명 실시



< 정밀 체력 측정 사진 - 비만도 체크 >



< 정밀 체력 측정 사진 - 지구력 체크 >

순서	성명	성별	나이	신장	체중	표준체중	비만도	체지방률	체지방량	산소섭취	몸일으키	막력	다리높이	체전굴	목부지방률	BMI	BMR	점수
1		남자	46	170	65.1	63	103.3	15.7	10	41.9	21	37.9	38	19.1	0.87	22.6	1557	86
2		남자	42	175	66.3	67.5	98.2	19.3	13	31.6	19	53.7	36	12.4	0.87	21.6	1526	74
3		남자	47	162	62.4	55.8	111.8	21.1	13	39.1	24	50.3	47	21.1	0.91	23.8	1433	94
4		남자	47	169	59.2	62.1	95.3	10.2	6	45	30	54.1	48	24.1	0.84	20.7	1519	97
5		남자	52	160	66.5	54	123.1	22.3	15	34	17	54	40	5.7	0.93	26	1486	78
6		남자	54	167	70.8	60.3	117.4	29.8	21	31.2	16	35.9	23	1.1	0.95	25.4	1444	67
7		남자	47	180	79.9	72	111	18.1	14	36	20	53.2	40	8.8	0.9	24.7	1784	80
8		남자	52	166	61.2	59.4	103	18.5	11	28.5	20	39.3	34	15.6	0.89	22.2	1449	76
9		남자	43	161	61	54.9	111.1	14.2	9	39.6	20	52.2	38	9	0.86	23.6	1503	80
10		남자	43	156	58.4	50.4	115.9	21.1	12	36.8	22	42.1	40	15.7	0.89	24	1366	81
11		남자	47	163	57.7	56.7	101.8	14.8	9	38	24	48.6	44	9.4	0.87	21.8	1434	83
12		남자	43	167	66.1	60.3	109.6	15.3	10	37.1	27	49.4	44	11.5	0.87	23.7	1581	85
13		남자	47	170	75.9	63	120.5	18.2	14	36.8	27	57.4	38	24.5	0.91	26.3	1710	93
14		남자	48	172	74	64.8	114.2	20.3	15	29.4	23	51.3	38	16.2	0.92	25	1646	83
15		남자	56	157	73.5	51.3	143.3	34.1	25	29.4	11	35.8	26	3.6	0.98	29.9	1418	62
16		남자	49	170	63.2	63	100.3	17.7	11	25.8	17	39.5	25	1	0.88	21.9	1496	58
17		남자	47	179	76.5	71.1	107.6	16.7	13	39.4	24	57.4	38	20.1	0.89	23.9	1748	91
18		남자	49	168	57.5	61.2	94	12.4	7	37.9	23	42.8	39	24.2	0.85	20.4	1460	85
19		남자	43	172	67.5	64.8	104.2	9.3	6	43	28	51	43	11.8	0.85	22.8	1692	88
20		남자	44	174	80.4	66.6	120.7	23.8	19	38.5	21	39.9	36	19	0.91	26.6	1694	80
21		남자	46	176	87.3	68.4	127.6	23.3	20	33.3	13	58	26	3.3	0.96	28.2	1817	72
22		남자	36	169	63.9	62.1	102.9	20	13	32.7	21	48.9	47	19.8	0.86	22.4	1474	82
23		남자	40	171	73.3	63.9	114.7	24.2	18	26.7	16	41.1	43	16.5	0.9	25.1	1570	72
24		남자	42	171	58	63.9	90.8	19	11	32.5	19	36.1	36	7	0.85	19.9	1388	65
25		남자	50	171	71.5	63.9	111.9	26.5	19	34.4	21	41.4	34	8.3	0.92	24.5	1505	77
26		남자	53	158	61.2	52.2	117.2	27.5	17	41.9	25	39.1	30	14.3	0.93	24.6	1330	81
27		남자	48	173	68.6	65.7	104.4	18.5	13	34.6	11	52.2	38	4	0.9	23	1579	74
28		남자	46	170	67.3	63	106.8	19.6	13	40.5	22	42.7	45	14.6	0.9	23.3	1538	88
29		남자	50	179	76.6	71.1	107.7	18.9	14	36.8	21	53	38	19.2	0.9	23.9	1714	89
30		남자	55	167	70.4	60.3	116.7	19.6	14	27.3	19	47.7	34	16.6	0.93	25.2	1592	77
31		남자	46	165	68.3	58.5	116.8	25.8	18	35.6	22	49.2	32	12.9	0.91	25.1	1465	75
32		남자	51	165	66.5	58.5	113.7	20.5	14	31.7	26	45.9	43	14.5	0.91	24.5	1513	81
33		여자	30	157	59.7	48.4	123.3	34.8	21	29.7	20	29.4	33	15.4	0.85	24.3	1212	80

< 정밀체력측정 결과 - 2010년 >



< 정밀체력측정 후 운동 및 식이요법 상담 >

인증일	인증 유효기간	우수자 현황	최우수자 현황
2008.04.15.	2010.04.14.	송**, 정**, 정**, 김**	
2009.05.29.	2011.05.28.	이**, 오**, 장**	박**
2010.04.15.	2012.04.14.	장**, 임**, 김**	오**, 이**

< 인증자 현황 >

축하합니다!!

건강체력인증서 수여






명품의 열매들!!

- ◆ 근로자 정밀체력측정
 - 대상 : 전 직원
 - 측정기관 : 한국산업안전보건공단 대전지역본부
 - 인증대상 : <최우수> 오**, 이**, <우수> 장**, 임**, 김**
 - 인증기간 : 2010.4.15.~2012.4.14.
 - 등 급 : <최우수> 2명, <우수> 3명
- ◆ 선정기준
 - 근로자의 종합적인 건강수준 심의를 통해 인증기준에 적합한 근로자를 선정하여 2년간 유효한 건강체력인증서를 수여함.

< 사내에 게시된 인증서 수여 내용 >

건강체력인증서

인증번호 : 대전지본-08-26

인증기간 : 2008. 4. 15 - 2010. 4. 14

등 급 : 우수

소 속 : (주)지엠대우 대전정비사업소

성 명 : 송 

귀하는 평소 건강증진을 위한 노력을
적극 실천해 왔으며 우리 기관에서 실시한
건강체력 인증심사 기준에 적합하여
위와 같이 인증합니다.

2008년 4월 15일

한국산업안전공단 대전지역본부장



< 건강체력인증서 >

3. 근골격계 질환자 예방활동

가. 스트레칭

1) 추진배경

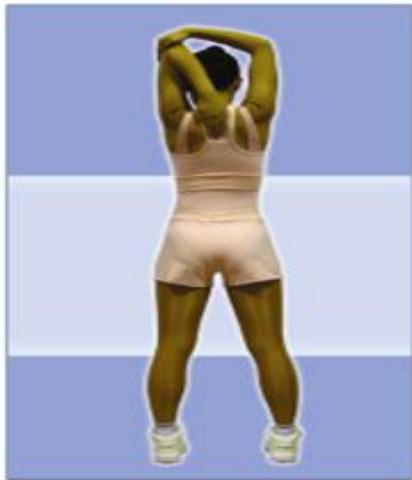
정비 업체 특성상 근골격계 질환 및 사고성 질환의 위험도가 높음

2) 연도별 추진 내용

시행 일시	추진 내용	비고
2006.	외부강사 초청 집체교육 실시	스트레칭 이해도 높임
2007.04.	국민체조에서 스트레칭으로 변경	매일 아침 실시중임
2007.04.	신체부위별 및 작업별 특성에 맞춘 스트레칭 교육 실시	맞춤 스트레칭 실시
2008.	사무직 종사자를 위한 스트레칭 교육 실시	
2009.03.	기존 국민체조 vs 스트레칭 비교 설문조사 실시	스트레칭 요구도가 더 높음
2010.	회사 자체 제작 스트레칭 교안 배포 및 현장 게시	
2011.	‘컴퓨터 실행용 스트레칭 프로그램’ 적용	사무직 직원의 스트레칭 생활화
2011.02.	외부강사 초청 ‘개인 스트레칭’ 방법 집체교육	스트레칭 방법 재교육
2011.10.	외부강사 초청 ‘스트레칭’ 교육 실시	
2013.	보건관리자 목소리로 동작 이름, 구령 녹음함	직원들의 반응이 좋음
2014.~현재	음악과 동작을 주기적으로 바꾸면서 스트레칭 효과를 높임	



Shoulder - 3 어깨 스트레칭 (연결 신체부위 : 상완-팔꿈치)



방법

- ① 발을 어깨 넓이로 벌리고, 똑바로 선 자세를 유지한다.
- ② 왼팔을 들어 머리 뒤로 가져 간다.
- ③ 오른손으로 왼팔 팔꿈치를 잡고, 천천히 눌러 준다.
- ④ 약 10~30초간 유지한 후, 좌/우측을 번갈아 실시한다.

주의사항

- ① 목과 허리를 숙이지 않는다.
- ② 허리를 앞으로 숙이지 않는다.

A/S Labor/Safety & Health Team

< 신체부위별 및 작업자 특성에 따른 스트레칭 >

사무직 근로자를 위한 스트레칭



<p>1</p>	<p>§ 효과 : 등, 어깨부위 근육피로 감소</p> <p>【방법】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 힙(Hip)이 의자 등받이 안쪽에 밀착되도록 빠르게 앉는다. ② 양손 각지를 끼워 양팔을 위로 꼭 벌려 올리면서 허리와 등을 바로 세워준다. ③ 정점에서 15~20초간 정지한 후, 팔을 내려 2~3회 반복 실시한다. <p>※ 주의사항 : 경추와 척추를 굳게 최대한 연장시킨다.</p>
<p>2</p>	<p>§ 효과 : 등, 어깨부위 근육피로 감소</p> <p>【방법】</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 힙(Hip)이 의자 등받이 안쪽에 밀착되도록 빠르게 앉는다. ② 양손 각지를 끼워 머리(후두부)를 감싸고, 가슴을 앞으로 내면서 고개를 들어준다. ③ 정점에서 15~20초간 정지한 후, 동일하게 2~3회 반복 실시한다. <p>※ 주의사항 : 팔꿈치를 최대한 바깥쪽으로 벌려 가슴이 펴지도록 한다. 척추를 굳게 최대한 연장시킨다.</p>

< 사무직 근로자를 위한 스트레칭 >



< 스트레칭 방법 재교육 >



< 컴퓨터 실행용 스트레칭 프로그램 >

- 아침체조 관련 설문조사 -

3월달부터 다시 아침체조를 실시할 예정입니다.
 다음의 3가지 중 원하는 방식에 표기하여 주시면
 아침체조를 실시하는데 참고하도록 하겠습니다.

※ 3/2(화)까지 조사하여 의무실함에 넣어주시기 바랍니다.

※ '正' 을 이용하여 비교란에 표기하여 주시기 바랍니다.

번호	체조 방식	비고
1	국민체조	
2	스트레칭	
3	일주일은 국민체조 / 일주일은 스트레칭	

< 2009년 3월 아침체조 결정 설문조사 >

- 아침체조 관련 설문조사 결과-

3/8까지 수합한 결과를 아래와 같이 안내합니다.

※ 총 설문인원 : 49명

번호	체조 방식	비고
1	국민체조	18
2	스트레칭	19
3	일주일은 국민체조 / 일주일은 스트레칭	5
4	아무거나	5
5	하지 말자	2

< 설문조사 결과 스트레칭을 지속적으로 하기로 함 >



< 2006년 4월부터 전직원 아침 스트레칭 지속 실시중 >

나. 근골격계 물리치료

1) 추진배경

누적성 근골격계 질환의 증가로 통증 호소자 증가

2) 연도별 추진내용

근골격계 유해요인조사와 더불어 2007년부터 3년 주기로 근골격계 유소견자에 대해서는 유증상자 관리 파일을 만들어 물리치료 및 운동요법에 대한 상담을 실시중임

시행 일시	추진 내용	비고
2006.	각종 의료기기 의무실 비치 (TESN, 초음파치료기, 파라핀배쓰등)	물리치료 시작
2010.06.	외부강사 초청 '통증완화 컨디셔닝' 교육 실시	
2010.12.	외부강사 초청 '근골격계 질환에 대한 의학적 관리' 집체교육 실시	
2011.09 ~ 10.	'수기'치료가 가능한 전문 물리치료사 초빙, 물리치료 실시	만족도가 높음
2013.11.	외부강사 초청 '근골격계 질환에 관한 이해' 집체교육 실시	
2014.06.	경피자극치료기, HOT PACK UNIT 입고	
2014.10.	외부강사 초청 '근골격계질환 예방 운동프로그램' 집체교육 실시	
2014.11.	외부강사를 초빙하여 '유증상자를 대상으로 한 개인맞춤별 운동처방' 및 운동지도	



1. 운영 방법

■ 기간 및 실시 방법

- 1) 기간 : 2011. 9. 27 ~ 10. 21 (4주간).
- 2) 시간 : 매주 화/금요일, 10:30 ~ 17:00.
- 3) 물리치료사가 서비스센터로 방문하여 의무실에서 물리치료 시행.

■ 물리치료사 인적사항

- 1) 대전물리치료사협회 협회장 / 대전보건대학 겸임교수.
- 2) 대전 동구 소재 OK 재활의학과 물리치료사로 근무 중.

■ 물리치료 대상자

- 1) 근골격계 유해요인조사 설문조사 결과 1차로 통증호소자 분류 → 의학적 문진을 실시하여 유증상자 선별.
(물리치료 대상자 선정)
- 2) 대전서비스센터 물리치료 대상자 : 13명 (2010년 대상자 10명 / 기존 관리대상자 3명).



■ 물리치료사 시연 모습



< 물리치료사를 활용한 물리치료 실시 >



< 근골격계 관련 집체교육 실시 >



■ 2014년 대전 SVC 근골격계 질환 예방관리 활동

№ / 목적	대상	운영기간	세부 계획	수요 예산	연계 기관	비고
1. 예방관리 프로그램 / 근로자의 평소 직종능력 증진	전직원	2014. 8. ~ 12.	1. 아침 체조, 스트레칭 프로그램 / 15분 2. 미주 수요일 현장점검과 환경개선 / 주4회 3. 안전순회 확인한 항목과 성과 개선활동 / 주1회 4. 현장중 유해성분의 흡입을 막는 지도 5. 교육영역을 위한 현장중 순회 지도 6. 물리론 작업지시 교육 7. 스트레칭 활동시 상해예방을 위한 스트레칭 교육 8. 개인 위생을 위한 근무장소와 휴식 장소가 소지되게 9. 영양을 통한 업무 효율성 증진 / 식이 및 영양 관리 10. 집에서 할 수 있는 운동프로그램 제공 / 리플렛 제공 11. 증상별 물리치료, 대안요법, 수지침 및 압출치료 실시 12. 근무의 전반적 효율을 높이기 위해 이상 증상이 사용되는 경우	없음	자체	
2. 예방관리의 프로그램 / 근로자(일반기) 직종능력 증진 및 개발프로그램을 통한 복귀 지원	유증상자(11명)	2014. 8. ~ 12.	1. 반복적질환 단계별 관리 - 1단계 : 작업중 통증, 피로감, 허탈감 지니면 증상없을 때까지 지속 약과 치료 반복 - 2단계 : 작업시간 초기부터 통증발생, 허탈감 지니면 통증 지속 시간과 강도를 줄임, 작업중 약 감소, 휴 취할 수 있도록 지도와 반복 - 3단계 : 휴식 시간에도 통증, 허탈감 지속, 휴식으로 불면, 작업수행 불가능, 다른 일도 어려움 등을 동반 2. 근력보강을 위한 정기적인 자세교정프로그램과 인공기동범위(ROM)프로그램 / 교육 및 리플렛 제공 3. 비과수술로 자가관리 재활수용교육 프로그램 / 교육 및 인플렛 제공 4. 유증상자 평가와 관리가 상임직원이 담당하여, 업무량 조절 5. 증상 호전 없을시 전문기관 치료 6. 근로자건강센터에서 운동처방사 통한 운동처방	없음	자체	
3. 관계기관 교육 / 필요한 경우 관계전문가 위촉	전직원	2014. 8. 21	주제 : 심폐소생술 교육	없음	대전북부소방서	
		2014. 9. 25	주제 : 심인생리 운동 - 충남대학교 체육과학연구소 연구교수님	없음	대덕구 보건소	
		2014. 10. 23	주제 : 근골격계질환예방 운동프로그램 - 근로자건강센터장	없음	대전근로자건강센터	
	유증상자 (11명)	2014. 11. 27	주제 : 질환별 운동방법 (개인운동별 운동처방 및 운동지도)	없음	대전근로자건강센터	

■ 2015년 대전 SVC 근골격계질환 예방관리 활동

주요 계획	세부 내용	예정일	운영 담당자	예산 비용(원)
• 예방관리프로그램 수립	<ul style="list-style-type: none"> 아침 체조 지속 실시(스트레칭) 중량물 취급방법 교육 : 사고사례 전파 포함(3회) 사고 성 근골격계 질환의 조기발견 및 치료로 누적 성 근골격계 질환 예방 체 성분 분석 및 뇌 심혈관질환 위험도평가 개인 맞춤형 운동처방 및 운동지도 	9/1(화) 8,10,12월 7월~ 8/18(화) 8/19(수)	보건관리자 보건관리자 보건관리자 근로자건강센터 근로자건강센터	-
• 관계기관 연계한 근골격계 교육	• 근무 전후 스트레칭 및 안전한 작업방법 지도(1회)	9/15(화)	보건관리자 근로자건강센터	-
• 유증상자 관리 프로그램	<ul style="list-style-type: none"> 1회/월 개인면담 1회/주 이상 새내 물리치료를 이용한 적극적인 물리치료 실시 	8월~12월	보건관리자	-
• 작업장 개선관리	<ul style="list-style-type: none"> 엔진작업 시 필요한 발 받침대 현재 각 직 당 1대 -> 각 직 당 1대씩 추가 지급(총 3대) 포그려서 하는 작업 시 필요한 의자, 현재 각 직 당 1대 -> 각 직 당 1대씩 추가 지급(총 3대) 	9/30(수)	안전관리자	50,000원/1대 100,000원/대

< 년도별 근골격계질환 예방관리 활동 계획표 >

다. 중량물 취급 안전활동

1) 추진 배경

- 사고성 근골격계 질환의 위험도가 높은 사업장으로
특히나 차체 부품들로 인한 중량물 취급이 많은
사업장임
- 정확한 무게를 모르는 중량물을 들때 생각과 실제의
차이로 인해 몸에 무리가 갈 수 있음
- 중량물의 적재, 이동시 사고 발생 위험이 높음

2) 연도별 추진 내용

시행 일시	추진 내용	비고
2007.	직능별 중량물 List-Up	
2008	중량물 표지판 작성/게시 중량물의 올바른 이동 방법 안내	
2010년~현재	중량물 재 List-Up	1회/2년 Up-date
2014.03.	중량물 취급 작업 지역 표지판 설치	



< 중량물 적재/이동/운반기구 사용시 안전방법 안내 표지판 >

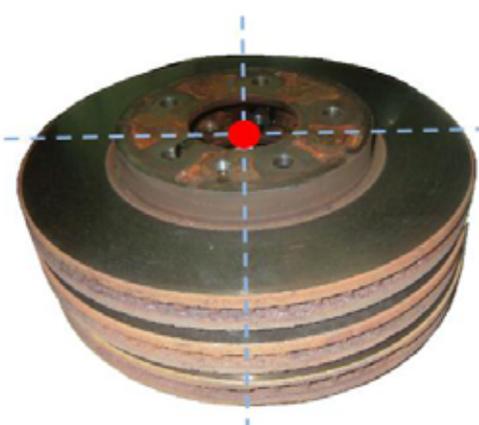
< 중량물의 무게, 공정, 관리 책임자, 취급 안전수칙이 적힌 표지판 >

라. 위험성 평가

1) 추진 배경

업무상 사용하는 수공구가 회전공구나 전기를 사용한 임팩트 등으로 인해 절단, 말림 등의 위험요소가 상주함

중량물 취급 안전				
관리번호	CCA - 대전 - 001	관리자	정	김 완 수 ☎ 630-7802
공정명	기능직	책임자	부	김 태 동 ☎ 630-7862
취급종명	로터 브레이크(ROTOR, BRK)	취급품 관리 단계	A급(5-10Kg)	9 Kg



⊙ 중량물 취급 안전수칙 ⊙

- ⇒ 취급물 취급 전에 무게와 무게 중심을 확인할 것.
- ⇒ 취급물의 손잡이를 이용하여 취급할 것.
- ⇒ 허리 숙임보다는 다리를 구부려 들기작업을 할 것.
- ⇒ 중량물 취급시 몸의 회전, 비틀림 동작을 취하지 말 것.
- ⇒ 취급물을 최대한 몸 가까이 접근시켜 손잡이 수평거리를 최소화 할 것.
- ⇒ 들기작업시 운반이 필요한 작업은 이동대차를 사용할 것.
- ⇒ 버켓을 이용한 중량물 취급시 허용중량을 초과하지 말 것.
- ⇒ 중량물 취급 전, 수시로 스트레칭을 실시할 것.

[문의사항 연락처 : 042-630-7802]

2) 단계별 추진내용

구분	도입기	활용기	정착 및 유지기
활동 내용	*위험성 평가 개념 이해 (교육실시) *사업주위험 성평가 교육 실시	*노동부위험요인 자기관리 시범사 업에 참여 - ‘상’ 에 해당하는 결과 를 얻음 *대전센터 총 63개 작업 위험성 평가 시작 및 개선계획 서, 안전작업절차 서 작성.	*협력업체들에 대한 위험성 평가 시작 및 개선실시 *수시로 신규 업무 파악 및 위험성 평가 실시 중임
기간	2007년	2010년~2013년	2014년~현재

한국 지엠 대전서비스센터 유해·위험요인 자기관리 사업 실시 현황표

순서	활동	계획일	완료일	비고
1	2010년도 위험성 평가 참여 사업장 인정	2010.03.30.	2010.03.30.	참여 사업장 인정됨
2	유해·위험요인 자기관리 사업 참여 및 이행계획서 제출	2011.03.31.	2011.3.30.	
2-①	추진조직 구성	2011.05.31.	2011.05.31.	
2-②	위험요인 발굴/평가(위험성 평가)	2011.06.30.	2011.06.30.	
2-③	개선계획 수립 및 시행(안전개선활동결과표)	2011.09.15.	2011.08.27.	
3	유해·위험요인 평가 및 이행결과서 제출	2011.09.30.	2011.09.23.	

■ 대전 SVC 위험성평가 대상 작업

No	직능	작업명	작업주기 (Cycle)	표준작업 시간(h)	근로자 수(명)	사용 특수공구	사용 화학물질	비고
1	기능	일반 정비	매일	상시	21	임팩트, 오일잭, 엔진다이		
2	기능	A/C 모듈 교환 작업	3회/월	8	21	A/C 차저기	AC 냉매, 부동액	
3	기능	시트 교환 작업	3회/주	30분	21	임팩트, 드라이버		
4	기능	IP 패드 교환 작업	3회/월	6시간	21	임팩트, 에어 라쳇트 렌치 투스 렌치, 드라이버		
5	기능	리프트(2주식) 사용 차량 상승/하강	매일	상시	21			
6	기능	리프트(4주식) 사용 차량 상승/하강	매일	상시	21			
7	기능	베어링 탈착 작업	3회/주	2시간	21	유압프레스, 스냅링 클라이어, 망치, 대형 일자 드라이버	그리스	
8	기능	속업 쇼바 탈부착 작업	6회/주	1.5시간	21	쇼바 탈부착기		
9	기능	에어컨 가스 충전 작업	계절성 하기-매일	40분	21	에어컨 가스 차저기	A/C 가스, 형광물질, 냉매 오일	
10	기능	툰업 SET 교환 작업	5대/일	30분	21	에어 라쳇트, 핸드 라쳇트 클러그 소켓		
11	기능	브레이크 패드 교환 작업	4대/일	40분	21	에어 임팩트 렌치, 음세트 렌치, 드라이버		
12	기능	브레이크 오일 교환 작업	2회/주	1시간	21	에어 임팩트 렌치, 오일 브리더기, 스페너	브레이크 오일	
13	기능	부동액 교환 작업	3회/주	1.5시간	21	에어 차저기	부동액	
14	기능	에어 임팩트/라쳇 작업	매일	상시	21	에어 임팩트, 라쳇, 에어릴		
15	기능	엔진 탈부착 작업	5회/월	8시간	21	크레인 에어잭 (코끼리 크레인)		

< 총 63개 작업 중 예시 15개 작업 >



■ 위험성평가 결과 종합

담당	부서/팀	평가대상 공정	평가자	평가일	유해위험요인	현재 위험성	개선대책	코드번호	개선 후 위험성	개선완료 (예정)일	책임자	비고
OSC 담당	대전SVC/기능	일반 정비	김재규 직장 정상근 선임	2013.09.27.	리프트 발판이 깨질 수 있음	4	정기 점검 및 수시교환	A1-1	2	2013.10.30.	임준홍	
OSC 담당	대전SVC/기능	일반 정비	김재규 직장 정상근 선임	2013.09.27.	리프팅시 처량을 정확한 위치에 고정	4	리프트 발판 표시	A1-2	2	2013.10.30.	임준홍	
OSC 담당	대전SVC/공무	공기압축기 관리 작업	임준홍 주임	2013.09.25.	관널조작시 영문 표기	4	한글 표기화	E3-1	2	2013.10.30.	명나연	
OSC 담당	대전SVC/공무	폐수처리 작업	임준홍 주임	2013.09.25.	보호구 착용 표지판이 없음	4	표지판 게시	E6-1	2	2013.10.30.	김동연	
OSC 담당	대전SVC/공무	폐수처리 작업	임준홍 주임	2013.09.25.	방독 마스크 지급 안됨	4	방독 마스크 지급	E6-2	2	2013.11.29.	김동연	
OSC 담당	대전SVC/자재	배터리 운반 작업	장찬기 선임	2013.09.25.	황산 노출시 위험	4	내산장갑 지급	D3-1	2	2013.11.29.	김동연	
OSC 담당	대전SVC/도장	열처리 작업	전승우 직장	2013.09.24.	부스작업시 유해환경 노출	4	부스복 지급	C2-1	2	2013.11.29.	김동연	
OSC 담당	대전SVC/판금	앞범퍼 탈부착 작업	전승우 직장	2013.09.24.	임팩트/에어라켓 작업시 진동에 노출	4	방진장갑 지급	B2-1	2	2013.11.29.	김동연	

< 위험성 평가 후 개선 작업 실시함 >

4. 기타 건강증진 활동

가. 전주 클리닉 실시

1) 추진 배경

- 2009년 12월 실시한 생활습관설문조사 결과 음주자가 80% 이상이고, 마실 때는 2회/주, 소주 1병씩 마시고 있음
- 간장질환유소견자의 비율이 15%임

2) 단계별 추진내용

구분	도입기	활용기	유지기
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> * 절주에 관한 인식 높이기 위해 집체 교육 실시 * 절주 클리닉에 대해 안내하였으나 원하는 사람 없음 	<ul style="list-style-type: none"> * 알코올과 암의 상관관계 집체교육 실시 * 가상음주체험 및 알코올 의존 선별 검사 실시 → 의존도 높은 5명에 대해서 절주 클리닉 안내 및 개인적 실시 (절주협회 연계) * 119 캠페인 실시 (회식자리 1차, 1가지의 술, 9시까지 실시) 	<ul style="list-style-type: none"> * 1회/분기별 회식을 통해 짚은 회식 지양 * 회식시 뷔페와 건강식당을 이용, 음주가무에서 탈피
기간	2010년 9월	2011년 11월 ~ 2013년	2014년~현재



< 절주 집체교육 사진 1 >



< 절주 집체교육 사진 2 >

나. 혈액 종합검진에서 종합검진으로 변경 실시

1) 추진 배경

- 혈액종합검진으로는 직원의 건강 요구도를 따라 갈 수 없음
- 혈액종합검진과 일반검진의 내용이 대동소이하고 CT나 MRI 등의 정밀검사를 못하는 실정임

2) 단계별 추진 내용

구분	도입기	활용기	유지기
활동 내용	<ul style="list-style-type: none"> * 직원의 건강관리위해 혈액종합검진 실시(1회/3년) * 배우자 지원 없음 * 혈중 기준 만 45세 이상인자 * 종검 기준 입사 10년 이상 	<ul style="list-style-type: none"> * 종합검진을 도입 (1회/3년), * 혈액종검 실시 (1회/3년) * 종검 배우자 지원 10만원 	<ul style="list-style-type: none"> * 2013년 종검 배우자 지원 50% * 2015년 종검 배우자지원 100%
기간	2007년	2010년	2013년~지속실시

다. 각종 예방접종 실시

1) 추진 배경 및 내용

- 독감예방접종이 2011년 관련 법령의 개정으로 인해 병원 내부에서만 실시 가능하게 되면서 직원들에게 저렴하게 협약된 병원 안내 및 관련 사항 안내를 통해 독감 예방접종을 지속적으로 실시토록 함
- 정비센터 특성상 파상풍의 위험이 있을 수 있어서 파상풍 예방접종 실시
- B형 간염 항체 미소지자인 경우 시간할애를 통해서 예방접종을 실시토록 함

라. AED 입고

1) 추진 배경

센터 내 직원의 연령 증가로 위급상황 등에 대비해야 할 필요성이 대두됨

2) 연도별 추진 내용

시행 일시	추진 내용	비고
2012.09.	적십자 연계 심폐소생술 및 AED 교육 실시	
2014.06.	센터내 AED 입고	
2014.08.	대전동부소방서 연계 심폐소생술 교육 실시	
2015.06.	E.F.R 연계 심폐소생술 및 AED 교육 실시	전 직원 수료증 발급



< 2012년 심폐소생술 및 AED 사용법 집체교육 >



< 2014년 심폐소생술 집체교육 >



< 2015년 AED 사용법 집체교육 >



< 2015년 심폐소생술 집체교육 >

마. 매해 실시되는 재해예방캠페인

1) 추진배경

안전사고의 증가를 막고 안전보건 분야에 대한 관심을 증가시키고자 실시함

2) 추진내용

2008년부터 매해 10월에서 12월 사이에 한달동안 실시. 안전보건표어짓기나 야차사고 등을 발굴 및 개선하고, 안전사고 개선 사례등을 찾아내며, 소방훈련 및 응급처치 교육 및 근골격계 스트레칭을 중점 실시함



< 재해예방캠페인 선서식 >

안전보건 캠페인 1탄 - 표어 공모 -

산업재해 예방에 대한 직원들의 안전의식 함양을 위하여
아래와 같이 안전보건표어 공모 대회를 개최합니다.

우리 모두의 안전과 보건을 위해서 또한 하나되는 사업소를 만드는
계기가 될 수 있도록 직원 여러분의 적극적인 참여를 부탁드립니다.

- 아 래 -

1. 공모 기간
2008년 9월 8일(월) ~ 2008년 9월 19일(금)
2. 표어 내용
안전보건과 관련된 내용이면 어떤 것이든 가능함
3. 제출 장소
관리과
4. 시상
최우수상(1명) - 5만원 상품권
우수상(2명) - 3만원 상품권
장려상(3명) - 2만원 상품권
5. 기타
최우수상으로 뽑힌 작품은 현수막을 만들어 사업소내에 게시할
예정입니다.

대전정비사업소장 김 ** (날인생략)

< 안전보건캠페인 실시 >



< 아침행사 활동 모습 >

IV. 추진상의 문제점 및 개선노력

1. 금연클리닉의 경우 금연에 대한 강한 거부감 및 누군가가 시켜서 하는 것에 대한 반발심리가 있어서 참여자를 모집하는데 애를 먹기도 하였으나 여러차례의 직별 및 집체교육을 통해 금연의 장점을 홍보하고 스스로의 의지가 가장 중요하다는 점 또한 인식시켜서 문제없이 클리닉을 실시할 수 있었습니다.

2. 현미식 시행시 현미밥이 거칠고 딱딱하여 먹기가 힘들다는 불만이 많았으나 식당과 여러차례의 메뉴회의를 통해서 가장 알맞은 식감의 현미식을 만들 수 있었고 현재는 현미식이 아닌 날에는 잡곡밥을 제공하고 있고, 잡곡밥에도 현미식을 포함한 밥과 그렇지 않은 밥을 내놓아서 원하는 직원은 4회/주 현미식을 드실 수 있게 되었습니다.

V. 활동성과 및 효과분석

1. 뇌심혈관계 질환 예방

가. 금연 클리닉

1) 금연 클리닉 시행 결과 흡연자 감소

구분 \ 시기	시행 전(2009년)	시행 후(2014년)
흡연자	24명	12명
흡연율	41%	20%
흡연 감소율	50%	

2) 금연에 대한 긍정적 인식변화 유도

3) 금연 사업장으로서 대고객서비스시 긍정적인 이미지 변화 효과

나. 현미식 시행 및 간식 변경

1) 고지혈증/고혈압/당뇨 등의 성인병 질환자 감소

질병별 유소견자(명)	년도			
	2011	2012	2013	2014
고혈압	6	3	0	0
고지혈증	6	7	5	0
당뇨	0	2	0	0

2) 식이요법에 대한 관심 증대

다. 뇌심혈관계질환위험도평가 및 직무스트레스평가
위험도 평가 결과 ‘중등도위험군 이상’에 해당하는 직원
감소 및 직무스트레스도 평가 결과 전체 평균치의 감소.

구분(명)	년도		
	2009년	2011년	2013년
정상군	20	19	17
저위험군	12	25	27
중등도위험군	20	7	6
고위험군	7	7	7
중등도위험군 이상	27(46%)	14(24%)	13(23%)

< 뇌심혈관계 질환 위험도 평가 결과 변화 추이 >

구분	년도	상위 50%	평가 결과		
			2007년	2010년	2013년
물리환경		44.5-66.6	-	-	<u>51.2</u>
직무요구		50.1-58.3	-	46.5	44.2
직무자율		53.4-60.0	36.8	46.3	44.9
관계갈등		33.4-50.0	<u>69.7</u>	<u>40.0</u>	<u>38.7</u>
직무불안정		50.1-61.1	30.9	47.3	<u>52.6</u>
조직체계		52.4-61.9	17.7	50.5	52.0
보상부적절		66.7-77.7	33.5	50.4	47.1
직장문화		41.7-50.0	27.7	37.8	33.6
총점		50.8-56.5	<u>60.2</u>	46.1	45.6

< 직무스트레스 평가 결과 변화 추이 >

라. 유소견자 사후관리

3개월 후 재검진 실시로 인해 운동 및 식이요법에 대한 동기부여 및 효과 증가로 D질환자로의 이환이 감소됨

질병별 유소견자(명) \ 년도	2009	2010	2011	2012	2013	2014
고혈압	1	0	6	3	0	0
고지혈증	18	21	6	7	5	0
간장질환	8	6	1	1	3	0
당뇨	3	1	0	2	0	0

2. 정밀체력측정 실시

- 1) 비만자와 저체력자의 감소 및 체력우수자와 최우수자는 증가하여 정밀체력측정을 통한 운동 및 식이요법 상담의 효과를 증명함

구분(명) \ 년도	2008	2009	2010
비만자	10(23%)	8(16%)	6(18%)
저체력자	19(44%)	13(25%)	9(27%)
종합관리 대상자	7(16%)	3(6%)	3(9%)
우수 체력자	4(9%)	4(8%)	5(15%)
측정 참여자	43(73%)	51(86%)	33(56%)

< 정밀체력측정 결과 비만자, 저체력자등의 변화 추이 >

- 2) 신체건강을 위해 직원 스스로가 운동의 필요성을 알고 출퇴근시 도보나 자전거를 이용하고, 점심시간에 개인 운동을 하는 사람이 증가하게 됨.

(1인 1운동 갖기 캠페인을 같이 시행함)

구분 \ 시기	정밀체력 측정 전	정밀체력 측정 후 - 현재
출퇴근 - 도보	1명	8명
출퇴근 - 자전거	0명	10명
족구	3명	6명
배드민턴	2명	6명
탁구	2명	6명
헬스	4명	9명
전직원(59명) VS 운동자	12명(20%)	45명(75%)

< 정밀체력 측정 실시 전, 후 운동하는 직원의 수치 변화 >

3. 근골격계 질환 예방

4가지 활동(스트레칭, 근골격계 물리치료, 중량물 취급 안전활동, 위험성 평가)을 통해서 전체적인 근골격계 통증 호소자 감소 및 기 통증 호소자의 통증도가 감소 및 호전되는 효과를 거둬

* 2007년 시작후 2008년 15명이 증가한 건 근골격계 유해 요인 설문조사 결과 통증호소자 추가에 따른 것임

년도 \ 통증도(명)	2007	2008	2010	2011	2012	2013	2014
악화	시작	0	0	0	0	2	0
유지		4	13	9	10	9	5
호전		7	6	4	3	1	6
추가		15	0	4	2	0	6
통증 관리자	11	19	13	13	12	11	11

< 근골격계 통증호소자의 변화 >

4. 기타 건강증진활동

여러 가지 활동을 통해 직원들과의 Rapport 형성도도 높아지고 안전/보건 및 건강에 대한 직원들의 인식도도 높아짐

VI. 향후 추진계획 및 기대효과

1. 남성 갱년기 관련 프로그램 실시

센터내 직원의 평균연령이 52세이고, 남성이 90% 이상임. 동 프로그램을 통해서 갱년기 증상에 대한 정확한 정보 제공 및 증상의 완화 및 활기찬 직장생활을 목적으로 함.

2. 간식 변경

현재 두유 50%, 빵으로 제공되고 있는데 100% 두유만 공급되는 날을 2회/주, 빵 대신 떡으로 2회/주 공급할 계획임. 샐러드 코너를 신설해서 항상 건강한 야채를 섭취할 수 있게 할 계획임
이를 통해 성인병 예방에 도움이 될 것으로 기대됨

3. 자체 웃음클리닉 개설

웃음치료사 자격증을 취득하여 자체 웃음클리닉을
개설할 계획임.

이를 통해 항상 웃음 가득한 직장으로 만드는게
목표임

4. 감정노동자에 대한 Care 실시

전 직원이 직/간접적으로 고객을 상대하는 감정노동자로
그 동안 스트레스 관련하여 직무스트레스 평가 및
웃음치료 요법 등을 시행하였으나 미흡한 점이 많았음.
향후 단계적이면서도 실천적인 감정노동자에 대한 Care
실시 예정