



職業安全健康局
OCCUPATIONAL SAFETY & HEALTH COUNCIL

堅哥週記之

批發與零售業

職業安全

健康你要知

謹慎

健康

安全

工作愉快

整齊



安全指引



工作安全健康
Safety at work



職業安全健康局
OCCUPATIONAL SAFETY & HEALTH COUNCIL

堅哥週記之

批發與零售業職業安全健康你要知

隨着香港的經濟結構的逐漸轉型，服務業變得愈來愈重要。據統計，目前香港約有10%的勞動人口從事批發與零售業服務。批發與零售業工作看似簡單，但實際上存有不同的風險。為此，職業安全健康局製作了這個包含小冊子及視像光碟的套件，視像光碟以故事形式介紹行業常見的職安健危害及相關控制措施。故事的主角堅哥是一位愛護太太的超級市場東主，由於他不重視工作安全健康，導致他的太太和員工發生意外，激發了他採取積極措施以提升工作場所的職安健水平。而小冊子則以堅哥週記的形式，介紹行業的職業安全健康要點。



我堅哥身為中小企老闆，深明要提高公司的競爭力，全靠班伙記同心合力，一起拼搏。

需知道平日看來無傷大雅的工作小節，例如搬運貨物，偶一不慎往往損害員工健康，可大可小。所以我經常提醒伙記「安全第一」。正所謂「輕輕鬆鬆上班來，安安全全回家去」。

目錄

提舉四大要訣

3

爬梯安全守則

5

摺梯安全守則

5

使用剗車注意事項

6

使用手唧車注意事項

7

收貨/落貨注意事項

7

拆紙箱注意事項

8

使用電氣設備的安全守則

10

預防火警措施

11

消防及火警應變

11

冷藏室的安全守則

12

冰櫃的安全守則

12

肉食部的安全守則

13

使用切片機、碎肉機等
機械時的注意事項

13

慎防生物性危害

13

工作壓力管理

14

預防工作間暴力事故

14

5S 工場整理工具

15

簡介安全管理制度

18

批發與零售業安全
視察表格

19



「提舉四大要訣」



堅哥提提您：
「提舉貨物姿勢啱，
身壯力健冇愁煩。」

1



提貨既時候雙腳應該分開至肩膀位置，
將一隻腳放於貨物旁，
另一隻腳於貨物後。

2



雙膝彎曲蹲低，
保持背部挺直。

3



雙手握緊貨物，
將身體重量集中於雙腳，
運用腿部肌肉發力提起貨物，
盡量保持貨物靠近身體。

4



慢慢將重物提昇至
近腰高度運送。





堅哥提提您：
「人手搬運要留神，
切勿逞強意外生。」



1. 如有需要，使用機械輔助設備，如手推車、運輸帶及升降台等，來幫助搬運貨物。
2. 注意集體提舉時的人手分配，及聽從指揮員的指示。
3. 整理貨架時，較常處理的貨品應放置在較易拿取的位置，最好是放在近腰高度的位置。
4. 不要讓貨物堆疊過高阻礙前進的視線。
5. 用適當的速度工作可減低肌肉疲勞及手部和手腕的受傷機會。

6. 搬運重物時，要佩戴適當手套及穿着附有「防砸鞋頭」的安全鞋。
7. 貨物堆疊要穩固，例如：採用互鎖交疊式方法堆疊貨箱及用膠紙圍紮貨箱等。
8. 堆疊貨物時，要考慮下層貨箱所能承受的重量。
9. 貨物不可堆疊過高而阻礙消防花灑頭、照明設備及通風設備。
10. 貨物不可阻塞走火通道、消防設施、電掣箱及急救箱，即使是暫時性擺放亦不可。





堅哥提提您：
「安全用梯有指引，
勿貪方便隨意行。」

爬梯安全守則

1. 梯具必須放於穩固、平坦、堅固及乾爽的地面。
2. 不可將梯具放於箱、磚或其它不固定的物體上以求增加工作高度。
3. 要將梯具適當豎立以防底部向外滑、傾斜豎立的爬梯要符合4:1安全角度要求(梯級通常距離約1/3米，故此可粗略估計長度)。很多梯具已提供安全斜度的提示於扶手上。
4. 利用繩索將梯頂(扶手位置，不是梯級)緊緊於牢固支點上。
5. 如未能用繩索固定梯具，要委派一人扶緊梯具(一腳緊踏最底梯級，雙手緊握兩邊扶手)。
6. 梯頂要倚靠於結實表面，避免梯頂倚靠於易於破損或強度不足的地方，例如排水管，過窄或塑膠物料上。
7. 如果梯具是通往閣樓或一個平台，最頂三級(約1米)應高於平台的表面水平。
8. 要任何時間都面向梯具，身體重心於兩邊扶手之間，確保身體四肢中三肢任何時間均接觸梯具。
9. 身體不應過份傾斜或前伸，需要時重新置放豎立梯具到所需位置，避免身體過份延伸。
10. 攀爬梯具時要使用雙手，如要攜帶工具，應使用工具腰帶或腰包運載。
11. 爬梯時不應同時攜帶過長或過重物件。
12. 穿著安全鞋，保持鞋底乾爽，不可穿著拖鞋/涼鞋或赤腳。
13. 如梯具豎立於門前，要確保門已鎖上、圍封或委派一人看守。
14. 健康情況欠佳，例如出現眩暈感或沒信心爬梯時就不可使用梯具。

摺梯安全守則

1. 身體不可過度延伸，將摺梯擺放於工作地方的正前方，偏向側面進行工作是意外的主因，造成身體過度延伸，導致失去重心而跌下。
2. 摺梯當使用時應全面打開及鎖好，並須安放在平穩表面。
3. 不可把摺梯用作直梯使用。
4. 當打開或關摺梯具時小心梯鉸和梯鎖鉸的夾口。
5. 不應站立在摺梯頂級上工作。
6. 不應站在摺梯上作「步行」方式移動梯具，這是非常危險的行為。



使用剷車注意事項

1. 每天開工前作例行檢查。
2. 內燃機驅動的剷車不應在室內使用，避免廢氣於室內積聚。
3. 剷車不可載運乘客。
4. 運貨前，先確定貨物不會超逾安全操作負荷。
5. 貨物重心應穩固地放在卡板中心位置，不應靠近一邊。
6. 兩叉應平均地承托卡板。
7. 剷叉長度應與卡板配合，不可過長或過短。
8. 開車前，先響號以警告附近的人。
9. 不可在行車時升降剷叉。
10. 不應用單叉升降貨物。
11. 視線要跟隨行車方向。倒車時，要回頭望，不可只倚賴倒後鏡。
12. 行車時(不論有否載貨)剷車要保持「安全行車狀態」(即剷叉離地100-150毫米及剷叉微向上傾)。
13. 行車時，身體不可伸出剷車外。
14. 在斜坡行駛時，載貨之剷車的剷叉應朝向上坡位，而空車的剷叉應朝向下坡位。
15. 轉彎時要減速及注意有否足夠空間「擺尾」。
16. 剷車不可停泊在阻礙通道或阻礙消防設備的位置，亦不應泊在斜路位置。
17. 泊車時將剷叉降至最低位置，必須拉上「手掣」、入「空波」及將車匙取走。
18. 在剷車運作區工作的員工應穿着安全鞋及穿上反光衣。
19. 只有被委任的員工才可操作剷車。所有操作員均需持有適用於該剷車所屬種類的有效訓練證書。



使用手唧車注意事項



1. 每天開工前作例行檢查。
2. 手唧車不可載運乘客。
3. 運貨前，先確定貨物不會超逾安全操作負荷。
4. 貨物不可堆疊過高，阻礙視線。
5. 貨物重心應穩固地放在卡板中心位置，不應靠近一邊。
6. 兩叉應平均地承托卡板。
7. 起動及剎停手唧車時可能會較吃力，如有需要，應找同事協助。
8. 盡量避免在斜坡上使用唧車。如要使用手唧車，操作員應保持在上坡位，避免唧車衝下時撞倒自己。
9. 在手唧車運作區工作的員工應穿着附有「防砸鞋頭」的安全鞋。
10. 存放手唧車時，應將駕駛軸轉向90度，令手唧車不能滑動。

收貨/落貨注意事項

1. 貨車如有升降尾板，調校升降尾板將貨車與裝卸台連接起來。
2. 貨車如沒有升降尾板，可用平穩的貨台板、滑貨斜道或滾軸運輸帶將貨車與裝卸台連接起來。
3. 注意移動中的升降尾板，遠離車斗與升降尾板的夾口位。
4. 貨車須先停定，才可操作升降尾板。
5. 當升降尾板移動時，要注意升降尾板上的手推車可能會突然移動。
6. 當打開車斗門時，避免站在門的對出位置，以免被任何跌出的貨物撞倒。
7. 只有已接受訓練及獲授權的員工才可操作尾板。
8. 保持充足光線。
9. 保持空氣流通。正在上落貨的貨車應熄匙，減少廢氣排放及積聚。
10. 員工應佩戴適當的個人防護設備，例如附有「防砸鞋頭」的安全鞋、手套等。在馬路邊貨車或剎車運作區工作的員工應穿上反光衣。



「整潔店鋪精神爽」。伙記做得開心，至會笑面迎人，自然客人滾滾來。所以我堅哥特別注重店鋪內的工作環境，為伙記提供適當設施。伙記工作稱心，老闆就更加放心。



堅哥提提您：
「重覆動作易勞損，
小小設施大幫忙。」

收銀櫃的員工需長期站立，容易引起下肢靜脈曲張和腳部腫痛。

他們經常要輸入貨品資料及處理大量貨品，可帶來手部或前臂腱鞘炎。改善方法有：

- 1、提供厚料地墊給需要長時間站立的員工。
- 2、收銀櫃的設計，最好能讓站立及坐下的員工都能操作自如。
- 3、設置100至200毫米高的腳踏，使長期站立員工可交替地將腳放上，幫助腳部血液循環。或提供坐椅讓員工坐下，減少站立的時間。



- 4、採用可撕掉的商品條碼、貨品條碼對照表或使用手提條碼掃描器，減少提放沉重的貨品。
- 5、收銀枱設置運輸帶或滾軸以協助搬運貨品。
- 6、穿著尺碼合適、鞋頭較深、鞋底較厚的鞋。



拆紙箱注意事項

- 1、使用刀鋒可自動縮入的「安全鋸刀」割開封箱膠紙。
- 2、向橫鋸，令刀鋒向身外方向移動，但要留意旁人位置，避免傷害他人。
- 3、立即摺好並清理空紙箱。
- 4、紙箱如用綑帶，應用剪刀或專用切刀剪斷，不應用鋸刀鋸斷。





堅哥提提您：
「陳列貨品要整齊，
顧客僱員同受惠。」

良好的貨品陳列既能夠方便顧客，亦可以保障員工及顧客的安全。須要注意的要點有：



- 1、陳列架要結構穩固，放貨平面充足。
- 2、陳列架和貨品不可佔用通道及出口。
- 3、層板的邊緣須有所保護，崩裂的要立刻更換。
- 4、貨品的堆放要整齊穩固。
- 5、貨品不應突出貨架之外。
- 6、重的貨品放在下層，輕的貨品放在上層。
- 7、自由調節陳列架的貨品要盡量充足，以減少掛釘外露的部份。



今日天氣十分乾燥，天文台已發出紅色火災危險警告。今早開舖前特別提醒所有同事要注意身體健康，以免著涼。此外，風高物燥，更加要留意用電安全及電器檢查，正所謂：「小心駛得萬年船。」



堅哥提提您：
「安全用電要留神，
意外發生就頭痕。」

電氣的裝置不妥善和使用不當都會導致嚴重的後果。磨損的電線、過荷的電路、破爛的插頭及電器散熱欠佳亦能引發火警。

使用電氣設備的安全守則

1. 裝置有效的電器地線保護。
2. 選用合規格的插頭及萬能蘇。
3. 電掣箱內有明確清晰的線路。
4. 聘請合資格的電力工程人員作定期的電器及電力設備檢查及保養。
5. 確保電器的緊急停止掣及電器互鎖設計完整有效。
6. 拔除插頭時，須緊握插頭，緩緩拉出。
7. 地面有積水時不宜使用電器。
8. 在潮濕的環境中，應使用防水插頭及電線。
9. 更換插頭/電器保險絲時，只可使用相同電流熔解值的保險絲。同時，不可使用其他導電體取代保險絲。
10. 確保電器四週有足夠空間散熱。





預防火警措施

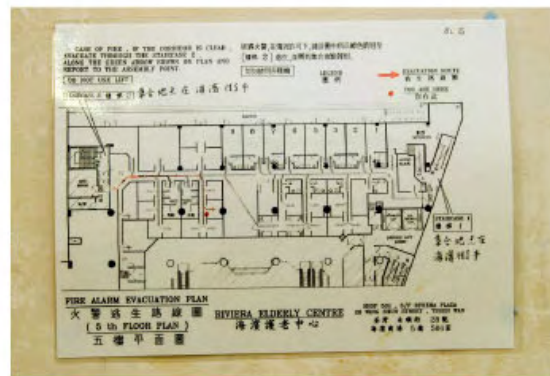
業內常見的火警熱源來自電器故障、明火工序、灼熱表面、未熄的煙蒂、磨擦生熱及煮食爐具等。除去熱源便能避免火災，要點有：

1. 電力系統及電器要定期由合資格的電力工程人員檢查。
2. 如工作地點有用石油氣煮食或進行燒焊工程等明火工序，須確保遠離易燃/可燃物料。
3. 易燃/可燃物料亦須遠離灼熱表面及火源。
4. 避免過量貯存易燃物品。
5. 在存有易燃/可燃物料的地方禁止吸煙並嚴格執行，應在當眼處張貼告示。
6. 經常保養潤滑機械活動部份，以免磨擦生熱。

消防及火警應變

萬一遇上火警，需要保持鎮定，平日的消防及走火應變措施必須做足。當中要點有：

1. 擺放充足及合適的滅火筒在易於取用的地點。
2. 確保走火通道暢通、出路門沒有上鎖。
3. 提供緊急後備照明。
4. 貨品不要堆疊過高至消防花灑頭對下500毫米。
5. 張貼火警指示、走火路線圖及方向標誌。



6. 成立火警應變小組，訓練他們使用滅火設備，定期演習走火程序，並加以檢討改進。
7. 聘請註冊消防設備承辦商定期檢查各種消防設施，確保正常功能。



今日天氣嚴寒，冷藏部及肉食部生意特別暢旺，我提議收舖後，與伙記一起去打邊爐，大家都十分雀躍，我堅哥一向相信「凡事多溝通，萬事有商量」。僱傭雙方好關係，和諧融洽更好景。



堅哥提提您：
「冷凍設施須善用，
肉食處理要謹慎。」

冷藏室的安全守則

1. 慎防員工被困在內，冷藏室內部要有燈掣、從內開門設計及警報器。
2. 地上的冰塊及碎肉殘渣要盡快清理，以防滑倒受傷。
3. 不可用乾冰(即固態的二氧化碳)放入冷藏室，因為乾冰化氣後會驅走空氣而做成缺氧環境。
4. 員工要穿著足夠的禦寒衣物及佩戴防冷凍手套處理凍貨。



冰櫃的安全守則



1. 冰櫃內的風扇及照明燈要有護罩。
2. 冰櫃上方不可擺放貨品。
3. 保持櫃門經常關閉，因為凝結的水氣會使地面濕滑。



肉食部的安全守則



1. 選用形狀、大小及用途合適的刀具。
2. 保持刀具鋒利。
3. 如有需要(例如斬骨時)，戴上防割鋼絲手套。
4. 為了防止砧板滑動，可以在砧板下加上布塊或軟墊。
5. 攜帶刀具時，要用刀套並且刀尖向下。
6. 遞交刀具給別人時，應先將刀放在檯面，讓別人自己拾起。
7. 刀鋒及鋒利部份不可向着自己或他人。
8. 刀具應盡快清洗，不應留在洗滌槽中。
9. 清洗後要放進刀架貯藏。
10. 切勿嘗試用手攔截下墮中的刀具。

使用切片機、碎肉機等機械時的注意事項



1. 安全護罩必須裝上及在適當位置。
2. 使用工具將肉類推近切刀及推入碎肉機。
3. 要拔掉插頭或關上電掣並上鎖，待機械停定才可進行清洗或維修工作。如有需要，戴上防割手套。



慎防生物性危害

1. 處理生肉不當可感染豬型鏈球菌、炭疽、鈎端螺旋體感染、布魯氏桿菌感染等疾病。
2. 保持良好的個人、食物及環境衛生，處理生肉後馬上洗手。
3. 處理生肉時，宜戴上手套和慎防損傷。



4. 穿上工作服，避免自己本身的衣服遭沾污。
5. 手部如有傷口，須徹底治理及妥善包紮，不可讓傷口接觸生肉。
6. 生肉和熟食要分開處理及擺放。

工作壓力管理

零售業員工很多都需要長時間工作，有時或會遇到較難應付的顧客，甚至會面對工作暴力的威脅，這些都可以是工作壓力的來源。此外，不良的工作環境、工作流程安排不善、工作量過大、需要處理大量現金等等都會對員工構成壓力。

僱主可採取以下措施協助員工管理工作壓力：

1. 提供安全及健康的工作環境及工作間設計。
2. 因應員工的能力及經驗，分配合適的職務及工作量。
3. 提供足夠的人手及設備。
4. 促進機構內的團隊精神及和諧氣氛，加強員工互相支援。
5. 安排小休，讓員工鬆弛。
6. 提供溝通渠道，讓員工表達意見及討論，並藉此改善工作上的問題。

而員工就應該對工作上的挑戰保持積極的態度，當遇到困難，就要向上司或同事求助。平日要有充足睡眠，飲食要均衡，做適量運動，亦有助保持身心健康。

預防工作間暴力事故

僱主可採取以下措施協助員工預防及應付工作間暴力事故：

1. 提供應付工作間暴力事故的訓練，加強員工預測、控制及應付暴力的技巧。
2. 盡量避免安排員工單獨工作。
3. 提供足夠的保安措施，例如：在工作間裝置錄影機可收阻嚇之用。
4. 提供足夠的人手，避免顧客因久候而變得煩躁不安。
5. 提供適當的工作技巧訓練，讓員工掌握適當的表達及溝通技巧。
6. 制訂事故應變措施的指引。
7. 制訂暴力事故的報告、調查及跟進機制。

而員工就應該保持個人情緒克制，當遇到不能應付的困難，就要向上司或同事求助。若覺得對方似乎有暴力傾向的話，就要特別小心留意對方舉動，並保持適當距離。



全賴各伙記齊心合力，鋪頭生意蒸蒸日上，貨品種類越來越多，地方也不敷應用。我已計劃好擴充業務，大展鴻圖。而我的幕後老闆——我的老婆提醒我若要生意更上一層樓，就要實行更優質的管理方式。所以，我決定由我做起，報讀由職業安全健康局舉辦的5S課程，全店實行5S工場整理法。



堅哥提提您：
「終生學習求進步，
5S助我展鴻圖。」

5S工場整理工具

店鋪整理的意義不單是指工作環境的清潔，還包括有系統地安排生產程序、工具、物料供應等。工作場所整理是需要有系統以及按部就班地推行的。其中一個有效的方法，就是起源於日本的5S。5S是取五個日文詞語「Seiri、Seiton、Seiso、Seiketsu、Shitsuke」的第一個字母為名，而日文漢字是「整理、整頓、清掃、清潔、修養」，意思代表整理、存放、清潔、標準和修養。除了強調現場管理外，5S蘊含的真意係要培養員工養成工作場所整潔同有條理的習慣，再藉此而改善工作環境的安全健康水平。

1. 整理

「區別與處理要的和不要的物品」

為了避免工作場所出現凌亂情況，「5S」工作場所整理計劃應從整理開始，清楚地將需要和不需要的物品分別出來，然後作出適當處理，包括：

- 按物品的使用次數、使用時間和數量，訂下準則，分辨需要和不需要的物品。
- 建立程序處理需要的物品，包括保留在身邊或放在架上。
- 建立規則如何處理不需要的物品，包括丟棄、放回貨倉、退回供應商或賣掉。

2. 存放

「有條理地儲存和放置物品」

「存放」就是把物品有條理地安放和處理，讓員工容易取用，避免浪費尋找時間，包括：

- a. 建立一套識別物品的系統，把每項東西均列明名稱、應存放的位置及儲存量。
- b. 有條理地安放需要的物品，排成先入先出的使用次序，須考慮到安全、品質和效率。

3. 清潔

「使工作場所乾淨無污垢」

「清潔」是指掃除、清理污垢的動作，其著眼點不單要把工作場所打掃得整齊清潔，亦要在清掃時檢查各項設施、工具、機器是否在正常狀態，包括：

- a. 訂定每位員工應負責清掃的範圍。
- b. 確保員工明白怎樣清掃自己負責的工作區域、設施和工具。
- c. 訓練員工在清掃時懂得怎樣檢查各項設施及工具是否操作正常。
- d. 制訂一套清潔準則和程序。



4. 標準

「將整理工作工作標準化、制度化」

標準的建立，不但是為整理，存放和清潔提供依據，亦是最終建立良好的先決條件。所以訂定標準是成功推行「5S」的重要環節，包括：

- 為「整理」訂定準則：什麼物品是需要？什麼是暫時不需要？什麼是不需要？建立規則如何處理物品。
- 為「存放」訂定識別系統：包括標籤、顏色區別、目視管理及存放方式。
- 為「清潔」訂定準則，將工作場所和物件清潔整齊規範化，清掃及檢查行動制度化。



5. 修養

「員工自律守規，自發改善」

通過整理、存放、清潔、標準的實踐和經驗交流，員工逐漸養成良好的工作習慣，自覺地遵守安全工作程序和法例，包括：

- 讓每位員工參與安全的工作程序及遵從每一項法則。
- 讓每位員工親身體會實踐5S所帶來的改善和好處，從而養成自發性的安全改善行動。

除推行5S工場整理，我決定推行全面的安全管理制度，包括定期進行安全視察等等。只要上下一心，一定可以令鋪頭成為業內的安全模範。

簡介安全管理制度

安全管理制度的好處：

1. 主動式管理手法(預先識別危害、評估風險及採取控制措施)。
2. 安全責任清晰分配。
3. 有標準程序跟從。
4. 工作有作書面記錄，方便日後跟進等。
5. 安全管理制度的各個元素：
 - 訂立安全政策及組織安全架構，確定各階層同事的角色及責任
 - 提供安全訓練，加強員工的安全知識及技巧，改善對工作安全的態度
 - 制定內部安全規則及工作程序，讓員工跟隨
 - 推行安全視察，糾正工作地點的不安全情況
 - 選購合適的個人防護設備供員工使用
 - 調查及分析意外事故，減少日後發生類似意外的機會
 - 制定緊急應變計劃，減低緊急事故所帶來的損失
 - 制定承辦商的管控計劃，確保承辦商會安全地工作
 - 成立安全委員會，加強僱主及僱員的溝通
 - 評估各種風險及採取控制措施，減低意外事故發生的機會
 - 策劃安全推廣活動，提高員工的安全意識
 - 制定職業健康計劃保障員工



批發與零售業安全視察表格

工作場所負責人應按個別的情況設計適當的安全視察表格，下列安全視察項目可供參考：

檢查項目		妥善	須改善	須即時改善	不適用
1. 工作場所環境					
1.1	是否乾淨整齊？	☐	☐	☐	☐
1.2	是否預留足夠的貯物地方並在地上劃線標明？	☐	☐	☐	☐
1.3	是否備有充足及就近的廢物箱？	☐	☐	☐	☐
1.4	是否整齊及穩固地擺放貨品？	☐	☐	☐	☐
1.5	地面是否沒有崩裂、凹陷及殘破地氈可獲即時修補？	☐	☐	☐	☐
1.6	是否即時清理傾倒在地上的液體或破爛東西的碎片？	☐	☐	☐	☐
2. 進出口及通道					
2.1	是否有清晰出口標誌？	☐	☐	☐	☐
2.2	是否有充足照明系統（包括後備照明）？	☐	☐	☐	☐
2.3	是否在地面淺階及低矮橫樑均加上警告標示？	☐	☐	☐	☐
2.4	是否在樓梯兩邊加上扶手及梯階裝有防滑表面？	☐	☐	☐	☐
2.5	是否確保地面平整乾淨？	☐	☐	☐	☐
2.6	是否有分隔行人及貨物的路線？	☐	☐	☐	☐
2.7	是否嚴禁作貯物用途？	☐	☐	☐	☐
3. 防火安全					
3.1	是否無易燃品於電燈或其他發熱電器附近？	☐	☐	☐	☐
3.2	是否對進行明火作業有嚴格管制？	☐	☐	☐	☐
3.3	是否有經常保養潤滑機械活動部份，以免磨擦生熱？	☐	☐	☐	☐
3.4	是否有禁止吸煙等的防火標誌張貼於適當處並嚴格執行？	☐	☐	☐	☐
3.5	是否確保走火通道暢通和出路門不能上鎖？	☐	☐	☐	☐
3.6	是否擺放充足及合適的滅火設備在易於取用及當眼的地點？	☐	☐	☐	☐
3.7	是否定期檢查消防設施？	☐	☐	☐	☐
3.8	是否由註冊承辦商對消防設備進行檢驗及保養？	☐	☐	☐	☐
3.9	是否定期進行走火演習，並加以檢討？	☐	☐	☐	☐
4. 機器及電氣設備					
4.1	是否裝置有效的地線保護？	☐	☐	☐	☐
4.2	是否有註冊電力工程人員作定期的電器設備檢查及保養？	☐	☐	☐	☐
4.3	是否裝有機器緊急停機掣？	☐	☐	☐	☐
4.4	是否於機器危險活動部份裝上適當有效的護罩？	☐	☐	☐	☐
4.5	是否保持整潔？	☐	☐	☐	☐
4.6	員工拔除插頭時，是否有緊握插頭，緩緩拉出？	☐	☐	☐	☐
4.7	是否選用合規格的插頭及萬能蘇？	☐	☐	☐	☐
4.8	是否確保在潮濕的空間或有積水的地面上都不可使用電器？	☐	☐	☐	☐

檢查項目		妥善	須改善	須即時改善	不適用
5. 梯具及踏凳					
5.1	員工從高處拿取貨品，是否使用梯具或踏凳來協助？	☐	☐	☐	☐
5.2	員工在使用前是否有細心檢查梯具各部份是否完好無缺？	☐	☐	☐	☐
5.3	員工在使用直梯時，是否綁緊梯頂或找人支撐梯腳？	☐	☐	☐	☐
5.4	員工在上梯前，是否檢查鞋底，確保沒有可使滑倒的異物或油漬？	☐	☐	☐	☐
5.5	員工是否用木梯或纖維梯更換電燈泡，以減低觸電風險？	☐	☐	☐	☐
5.6	員工在考慮高度時，是否預留梯頂作扶手之用？	☐	☐	☐	☐
6. 體力處理操作					
6.1	員工在搬運前，是否有估計物品重量，觀察形狀大小才動工？	☐	☐	☐	☐
6.2	有需要時，員工是否採用手推車、剗車或升降機來協助？	☐	☐	☐	☐
6.3	有需要時，員工是否有找別人幫忙？	☐	☐	☐	☐
6.4	員工在搬運時，是否採用正確姿勢？	☐	☐	☐	☐
6.5	員工是否經常做緩慢舒展背肌腿肌的運動，以增加筋腱的柔軟度？	☐	☐	☐	☐
7. 收銀櫃員操作					
7.1	是否提供厚料地毯給需要站立的員工？	☐	☐	☐	☐
7.2	收銀櫃的設計，是否能讓站立及坐下的員工都能操作自如？	☐	☐	☐	☐
7.3	是否提供坐椅讓員工能交替站立及坐下？	☐	☐	☐	☐
7.4	是否設置腳踏，讓長期站立員工可交替地將腳放上，改善腳部血液流通？	☐	☐	☐	☐
7.5	是否採用分開的商品條碼或使用手提條碼掃描器以減少提放沉重的貨品？	☐	☐	☐	☐
7.6	是否設置運輸帶或滾軸以協助運送貨品？	☐	☐	☐	☐
7.7	是否合理安排運輸帶、鍵盤、掃描器等位置，以減少員工轉動、扭腰和俯身的動作？	☐	☐	☐	☐
8. 貨品陳列					
8.1	陳列架是否結構穩固？	☐	☐	☐	☐
8.2	陳列架和貨品是否沒有佔用及阻礙通道及出口？	☐	☐	☐	☐
8.3	層板的邊緣是否有所保護及確保陳列架的每部份都沒有鋒利的尖角？	☐	☐	☐	☐
8.4	貨品的擺放是否整齊穩固，不會滑落墮下？	☐	☐	☐	☐
8.5	在員工擺放貨品時，是否先由陳列架底部開始，並將重的貨品放在下層，輕的貨品放在上層？	☐	☐	☐	☐





中國香港北角馬寶道28號華匯中心19樓

19/F., China United Centre, 28 Marble Road, North Point, Hong Kong SAR, China

電話 Tel: (852) 2739 9377

傳真 Fax: (852) 2739 9779

電郵 Email: oshc@oshc.org.hk

職安熱線 Hotline: 2739 9000

職安資訊傳真服務 SafeFax: 2316 2576

網址 Website: www.oshc.org.hk

非賣品 **NOT FOR SALE**

ISBN 978-962-968-335-1



9 789629 683351

攜手創職安
Partnership in Safety

© 2008 職業安全健康局版權所有

07/2008 (1)