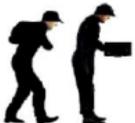
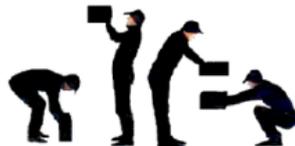


KIM-LHC 抬舉握持搬運作業檢核表

| 抬舉或放置作業(< 5 s) | | 握持作業(> 5 s) | | 運送作業(> 5 m) | |
|------------------------------|------------|--------------------------------|------------|---------------------|------------|
| 工作日 總次數 | 時間 評級點數 | 工作日 總時間 | 時間 評級點數 | 工作日 總距離 | 時間 評級點數 |
| < 10 | 1 | < 5 min | 1 | < 300 m | 1 |
| 10 to < 40 | 2 | 5 to 15 min | 2 | 300 m to < 1 km | 2 |
| 40 to < 200 | 4 | 15 min to < 1 hr | 4 | 1 km to < 4 km | 4 |
| 200 to < 500 | 6 | 1 hrs to < 2 hrs | 6 | 4 to < 8 km | 6 |
| 500 to < 1000 | 8 | 2 hrs to < 4 hrs | 8 | 8 to < 16 km | 8 |
| ≥ 1000 | 10 | ≥ 4 hrs | 10 | ≥ 16 km | 10 |
| 範例：砌磚，將工件置入機器，由貨櫃取出箱子放上輸送帶送帶 | | 範例：握持和導引鑄鐵塊進行加工，操作手動研磨機器，操作除草機 | | 範例：搬運家具，運送鷹架至建築施工現場 | |

| 男性實際負荷 ¹⁾ | 荷重評級點數 | 女性實際負荷 ¹⁾ | 荷重評級點數 |
|----------------------|--------|----------------------|--------|
| < 10 kg | 1 | < 5 kg | 1 |
| 10 to < 20 kg | 2 | 5 to < 10 kg | 2 |
| 20 to < 30 kg | 4 | 10 to < 15 kg | 4 |
| 30 to < 40 kg | 7 | 15 to < 25 kg | 7 |
| ≥ 40 kg | 25 | ≥ 25 kg | 25 |

1)“實際負荷”代表移動負荷所需的實際作用力，此作用力並不代表施力對象的質量大小。例如，當傾斜一個紙箱時，僅有 50%的質量會影響作業人員，而當使用手推車時僅有 10%。

| 典型姿勢與荷重位置 | 姿勢與荷重位置 | 姿勢 評級點數 |
|---|---|------------|
|  | 上身保持直立，不扭轉。 當抬舉、放置、握持、運送或降低荷重時，荷重靠近身體。 | 1 |
|  | 軀幹稍微向前彎曲或扭轉。 當抬舉、放置、握持、運送或降低荷重時，荷重適度地接近身體。 | 2 |
|  | 低彎腰或彎腰前伸。 軀幹略前彎扭同時扭轉。 負荷遠離身體或超過肩高。 | 4 |
|  | 軀幹彎曲前伸同時扭轉。 負荷遠離身體。 站立時姿勢的穩定受到限制。 蹲姿或跪姿。 | 8 |

2)決定姿勢評級點數時必須採用物料處理時的典型姿勢。例如，當有不同的荷重姿勢時，需採用平均值而不是偶發的極端值。

| 工作狀況 | 工作狀況 評級點數 |
|--|--------------|
| 具備良好的人因條件。例如：足夠的空間，工作區中沒有物理性的障礙物，水平及穩固的地面，充分的照明，及良好的抓握條件。 | 0 |
| 運動空間受限或不符合人因的條件。例如：(1)運動空間受高度過低的限制或工作面積少於 1.5 m ² 或(2)姿勢穩定性受地面不平或太軟而降低。 | 1 |
| 空間/活動嚴重受限與/或重心不穩定的荷重。例如：搬運病患 | 2 |

| | | | |
|------|---|------|--|
| 姓名 | | 評估日期 | |
| 部門單位 | | 員工編號 | |
| 性別 | <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 | 年齡 | |

$$\underline{\hspace{2cm}} \times (\underline{\hspace{2cm}} + \underline{\hspace{2cm}} + \underline{\hspace{2cm}}) = \underline{\hspace{2cm}}$$

$$\text{時間評級} \times (\text{荷重評級} + \text{姿勢評級} + \text{工作狀況}) = \text{風險值}$$

| 風險等級 | 風險值 | 說明 |
|------|-----------|--|
| 1 | <10 | 低負荷，不易產生生理過載的情形。 |
| 2 | 10 to <25 | 中等負載，生理過載的情形可能發生於恢復能力較弱者 ³⁾ 。針對此族群應進行工作再設計。 |
| 3 | 25 to <50 | 中高負載，生理過載的情形可能發生於一般作業人員。建議進行工作改善。 |
| 4 | ≥50 | 高負載，生理過載的情形極可能發生。必須進行工作改善 ⁴⁾ 。 |

3)恢復能力較弱者在此所指為 40 歲以上或 21 歲以下，新進人員或有特殊疾病者。

4)改善的需求可參考表中評級點數來決定，以降低重量、改善作業狀況、或縮短負荷時間可避免作業壓力的增加。