

식당의 종업원들의 건강과 안전 보호



교육용 책자



노동자 직장 건강과 안전 교육훈련 프로그램 (WOSHTEP)
COMMISSION ON HEALTH AND SAFETY AND WORKERS' COMPENSATION

본 교육책자는노동자 직장 건강과 안전 교육훈련 프로그램 (WOSHTEP) 의 일환인 지역사회교육사업으로서 University of California, Los Angeles 의 Labor Occupational Safety and Health (LOSH) Program 과 한인타운노동연대 (KIWA) 가 공동편찬했습니다.

UCLA Labor Occupational Safety
and Health Program (LOSH)
University of California, Los Angeles
Peter V. Ueberroth Bldg., Suite 2107
10945 Le Conte Ave., Box 951478
Los Angeles, CA 90095-1478
(310) 794-5964
losh.ucla.edu



한인타운노동연대
Koreatown Immigrant Workers Alliance
(KIWA)
3465 West 8th Street, 2nd floor
Los Angeles, CA 90005
(213) 738-9050
www.kiwa.org



KIWA
Koreatown Immigrant Workers Alliance

[노동자 직장 건강과 안전 교육훈련프로그램-WOSHTEP] 은 주정부 노동국의 건강, 안전, 상해보험 커미션, 유씨버클리 대학의 직장노동건강프로그램, 유씨엘에이 대학의 직업 건강과 안전 프로그램, 유씨 데이비스 대학의 농업 건강과 안전을 위한 웨스턴 센터가 참여하여 공동운영되고 있습니다.

글 Deogracia Cornelio, UCLA-LOSH
Imanda Lihardinata, UCLA-LOSH
Danny Park, 한인타운노동연대
Gloria Ronquillo, 한인타운노동연대

교정 Robin Dewey, LOHP
Diane Bush, LOHP

그림 디자인과 그림은 WOSHTEP 의 발간물 활용
Alfredo Burgos, Illustrator
Jang Woo Nam, KIWA, 한인타운노동연대 한국어 번역
Brenda Pérez, LOSH, 서반어 번역

저작권자 2010, Commission on Health and Safety and Workers' Compensation. 사전 동의없이 이 책 내용의 전부 또는 일부를 교육용으로 재사용하실 수 있습니다. CHSWC, LOHP, LOSH, and WCAHS 이 편찬한 것임을 알려주시고 활용하시기 바랍니다.

식당 종업원들의 건강과 안전 보호

교육용 책자

차례

식당 종업원들의 건강과 안전 보호: 교육책자 책자에 대하여.....	7
식당 종업원들의 부상과 질병을 일으키는 원인들은 무엇일까요? 루이스 이야기.....	9
미스 김이야기.....	11
식당의 위험요소를 파악하는 방법 위험요소란 무엇인가요?	12
식당 위험요소 점검표	14
위험요소 지도그리기	16
식당의 위험요소를 통제하는 방법 위험요소는 어떻게 통제해야 하나요?	18
위험요소 없애기	19
작업 절차 바꾸기	20
보호장비 제공	21
위험요소 파악과 통제방법 연습지	24
실천 다음 단계	25

책자 소개

어느 작업장이나 부상을 당하고 질병을 얻을 수 있는 위험요소들이 있습니다. 식당에서 일어나는 흔한 부상으로는 절상, 화상, 낙상, 물건을 들다가 신체 부위가 빠거나 근육에 이상이 생기는 부상이 있습니다. 그리고 장시간 동안 음식을 계속 자르거나 저미는 반복적인 동작에서 오는 인체공학적 부상도 있습니다.

본 교육은 종업원들이 이러한 부상과 병을 방지할 수 있는 방법을 제공하기 위한 것입니다.

본 교육은 2시간이 소요되는 과정입니다. 교육을 끝낸 참석자들은.

1. 직원들의 부상과 질병의 원인에 대해 얘기할 수 있을 것이며.
2. 식당위험요소 점검표와 지도를 사용하여 직장의 위험요소를 발견하고 관리할 수 있게되며.
3. 안전문제를 확인하고 효과적인 해결책을 제안할 수 있게될 것입니다.

훈련에 필요한 준비물

- 대형 용지 (Flipchart paper)
- 4가지 색깔의 마커 (Marker) -검정, 빨강, 초록색, 청색

기억하세요, 직장에서 부상과 질병을 방지하기 위하여 직원들에게 “더 조심하세요”라고 하는 것 만으로는 불충분합니다. 직장에서 안전한 작업을 할 수 있기 위해서는 직원들 특히 신입 직원이나 나이 어린 직원들은 훈련과, 교육, 연습이 필요합니다. 가장 안전한 식당은 고용주가 신중하게 작업 진행 방식을 기획하고 가능한 모든 위험요소를 제거한 식당입니다. 직원들은 위험요소를 파악할 수 있으며 해결책을 제안할 수 있어야합니다.



식당 종업원들의 부상과 질병의 원인은 무엇인가요?

루이스 이야기

루이스는 구이를 전문으로 하고있는 한인타운의 어느 한인식당에서 일했습니다. 180명 정원 규모의 식당에서 음식 준비 테이블에서 하루종일 야채와 고기를 썰는 책임을 맡고 있습니다. 루이스는 전기절단기를 깨끗히 닦아두는 일도 맡고 있습니다.

어느 월요일 아침 학교를 청소하는 청소부 직장을 마친 즉시 오후 직장인 식당으로 출근했습니다. 한꺼번에 10개의 야채주문을 받았습니다. 루이스는 낮 근무조의 동료야 야채 절단기를 청소하지 않았던 사실을 발견했습니다.

루이스는 급한 나머지 기계의 칼날 사이에 있는 채소 찌꺼기를 꺼내려 맨손을 집어 넣었습니다. 기계의 전원 플러그가 꽂혀있는 상태였으며 기계를 켜는 버튼은 매우 민감했습니다. 갑자기 기계가 가동되었으며 루이스의 가운데 세 손가락은 기계의 날카로운 날에 난도당했습니다.

- 흔한일인가요?

 예

 아니오

- 루이스와 같은 식당 직원의 부상원인은 뭘까요?



식당 종업원들의 부상과 질병의 원인은 무엇인가요?

미스 김의 이야기

미스 김은 5년전 미국으로 이민 온 후 구이 전문 식당에서 풀타임 웨이트레스로 근무하고 있습니다. 그녀는 혼자 어린 두 자녀를 양육하고 있습니다.

최근 그녀는 예전과 달리 쉽게 그리고 빨리 피곤을 느끼게 되었으며 두통과 관절통이 생겼습니다. 식당은 매우 바쁘며 일을 빨리하라는 압박을 받아왔습니다. 그녀의 동료들은 비슷한 증상때문에 자신들이 치료받고 있는 한의사를 빨리 찾아가 보라고 성화입니다.

그녀는 여러 진통들을 줄이기 위해 점점 더 많은 돈을 한약비로 지출하고 있으나 그녀의 어깨, 팔, 손에 오는 진통은 완전히 사라지지 않고 있습니다. 같이 일하는 웨이트레스 동료들은 음식 쟁반이 너무 무겁다고 불평하고 있습니다. 이에 매니저는 그 식당이 너무 바쁘기에 다른 대책이 있을 수 없다고만 합니다.

- 흔한일인가요?

예 아니오

- 미스 김과 같은 식당 직원들이 겪고있는 병의 원인은 무엇이죠?

직장내 위험요소란 무엇인가요?

직장내 위험요소란 안전사고, 산업재해와 비슷한 말로 직장에서 직원들이 당할 수 있는 모든 육체적 그리고 정신적 부상을 말합니다.

식당의 어떤 위험요소는 눈에 쉽게 보입니다. 손에 화상을 입힐 수 있는 스토브와 돌솥이나 손가락을 벨 수 있는 칼은 눈에 보입니다. 그러나 어떤 위험요소는 눈에 쉽게 보이지 않습니다. 그래서 이러한 위험요소는 종원원들에게 부상을 입히거나 질병을 가져다 줄 수 있지만 우리들은 이것을 위험요소라고 생각하지 않을 수 있습니다. 너무 빨리 일을해야 하거나 채소를 하루종일 자르거나 무거운 물건을 들어 올리는 것이 손목과 허리에 부상을 줄 수 있으며 강력한 청소용 화학약품이 직원의 허파에 손상을 줄 수 있다고 잘 생각하지 않습니다.

기억하세요, 식당 직원들은 직장에 관련된 많은 위험요소에 노출되어있습니다. 직원들은 만성적인 통증을 경험하거나 화상과 날카로운 공구에 베여 고생합니다. 식당 주인들과 매니저들은 직장에서 발생하는 직원들의 질병과 부상으로 인해 경제적 부담과 법적 부담을 안고있습니다.

식당 직원들과 고용주는 눈에 보이는 그리고 눈에 잘 보이지 않는 위험요소를 파악할 수 있어야 하며 이를 방지할 수 있는 효과적인 해결책을 찾아야 하며 부상과 질병을 방지할 수 있는 소통체계를 세워야 합니다.



이 사진은 무엇이 잘못되었죠?

식당에는 어떤 위험요소가 있을까요?

식당 위험요소 점검표

식당 위험요소 점검표는 식당에 존재하는 위험요소들을 확인하기 위한 것이며 여기에는 크게 3종류가 있습니다.

1. 위험한 물건들. 미끄러운 바닥, 칼, 그릴.
2. 위험한 작업들. 무거운 물건 들어올리기와 오랫동안 서있기.
3. 열악한 작업환경. 환기부족.

안내: 점검표에 작업장을 돌아보거나 동료직원과 함께 상의하며 작업장의 위험요소라고 생각되는 것을 점검표에 표시해 주세요. 점검표에는 없지만 중요한 위험요소라고 생각되는 것이 있으면 빈 줄에 적어 주십시오.

위험한 물건들

뜨거운 물체

- | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 오븐과 보일러 | <input type="checkbox"/> 그릴과 스토브 탑 | <input type="checkbox"/> 튀김 냄비 |
| <input type="checkbox"/> 크고 무거운 냄비 | <input type="checkbox"/> 뜨거운 돌냄비 | <input type="checkbox"/> 커피 메이커 |
| <input type="checkbox"/> 전자 레인지 | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

날카로운 물건

- | | | |
|----------------------------------|---|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 칼 | <input type="checkbox"/> 전기 슬라이서/그라인더 | <input type="checkbox"/> 깨진 유리 |
| <input type="checkbox"/> 푸드 프로세서 | <input type="checkbox"/> 종이상자 자르는 칼과 도구 | <input type="checkbox"/> _____ |

미끄러지거나 넘어지게 하는 물체

- | | | |
|---|--------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 미끄러운 바 | <input type="checkbox"/> 전기 줄 | <input type="checkbox"/> 복잡하고 혼란하며
어지러워진 출구 |
| <input type="checkbox"/> 복잡하고 혼란한 물체
(상자들) | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

화학제품

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 설거지용 세척제 | <input type="checkbox"/> 살충제 | <input type="checkbox"/> 청소용 화학세제 |
|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|

그외

- | | | |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|

식당에는 어떤 위험요소가 있을까요? (계속)

위험한 작업

물건 들기와 높은 곳 올라가기

- 어색한 자세에서 물건 들기 무거운 물건 들어올리기 어색한 자세로 굽히기
 높은 곳 오르기 _____

반복적인 동작

- 칼로 자르거나 저미는 동작 청소(걸레질과 빗자루질) _____

그외

- 장시간 서있기 _____ _____

열악한 작업조건

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 휴식 시간이 없이 장시간 일한다 | <input type="checkbox"/> 너무 빨리 급하게 일한다 |
| <input type="checkbox"/> 직원 숫자가 부족하다 | <input type="checkbox"/> 노동량이 너무 많다 |
| <input type="checkbox"/> 너무 뜨거운 공간에서 일한다 | <input type="checkbox"/> 작업공간이 너무 좁다 |
| <input type="checkbox"/> 안전훈련을 받지 못했다 | <input type="checkbox"/> 공기가 나쁘다 (연기) |
| <input type="checkbox"/> 도구나 장비가 나쁘다 | <input type="checkbox"/> 환기가 안 된다 |
| <input type="checkbox"/> 혼자 일한다 | <input type="checkbox"/> 밤늦게 일한다 |
| <input type="checkbox"/> 길가로부터 식당 안이 보이지 않는다 | <input type="checkbox"/> 고액의 현금을 취급한다 |
| <input type="checkbox"/> 경보기-알람 시스템이 없다 | <input type="checkbox"/> 테이블이 너무 많다 |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

노트: 일반적으로 생각할 때에는 위험요소라고 여겨지지 않는 식당의 환경이
 바뀌어질 때에는 매우 위험한 것으로 바뀔 수 있다. 예를들어 어린이가 뛰어다닌 다든가.
 바닥에 놓은 손님의 뺨이라던가 직원들 사의의 언어와 문화차이등이 있다. 자신의
 식당에 특수한 상황들을 고려하여 위의 점검표에 표기하는 것이 중요하다.

위험요소는 어디에 있나요?

위험요소 지도 그리기

다음 과정은 사고를 미리 방지하기 위하여 식당에 존재하는 위험을 파악하는 시간입니다. 위험요소 지도란 작업장의 간단한 평면도입니다. 지도를 통해 직원들의 건강과 안전에 영향을 미칠 수 있는 작업장의 문제들을 지적할 수 있습니다.

지도 그리기는 모든 직원들에게 자신의 작업 영역에 있을 수 있는 건강과 안전 문제의 원인을 지적할 수 있는 기회를 줍니다. 이 지도는 작업장의 건강과 안전 위험을 줄이거나 방지하기 위하여 어떠한 변화를 요구하는 데 유용합니다. 또한 함께 협력함으로써 자신의 업무와 관련된 위험에 대한 경험을 나눌 수 있으며 서로에게서 배울 수 있는 기회를 갖게 합니다. 작업장 내에 자신들이 알고 있는 모든 위험요소를 그려 넣습니다. 여기서 위험요소란 작업장에서 직원들에게 육체적 또는 정신적으로 해를 끼칠 가능성이 있는 모든 것입니다. 지도는 뜨거운 냄비, 칼, 미끄러운 바닥, 어지럽혀져 있는 작업 테이블 등 사고를 일으킬 수 있는 모든 것을 나타내야 합니다.

식당내 위험요소 지도 그리기 두 단계:

1. 그룹으로 나뉘어 대형 용지에 식당의 간단한 평면도를 그립니다. 식당의 주요 구역과 장비들 그리고 중요한 작업과정을 빠짐없이 그립니다. 다음엔 부상을 입을 수 있는 위험한 장소나 작업을 평면도 상에 표시합니다.

2. 각 그룹은 대형용지에 작업장 위험 평면도를 15분내에 그립니다. 그리고 2-3분내에 각 그룹의 평면도를 설명하고 그 중 중심으로 다루고자 하는 세 가지의 위험요소를 결정합니다.

각 그룹은 대형용지와 4가지 색깔-검정, 빨강, 초록, 청색의 마커(marker)를 받게 됩니다.

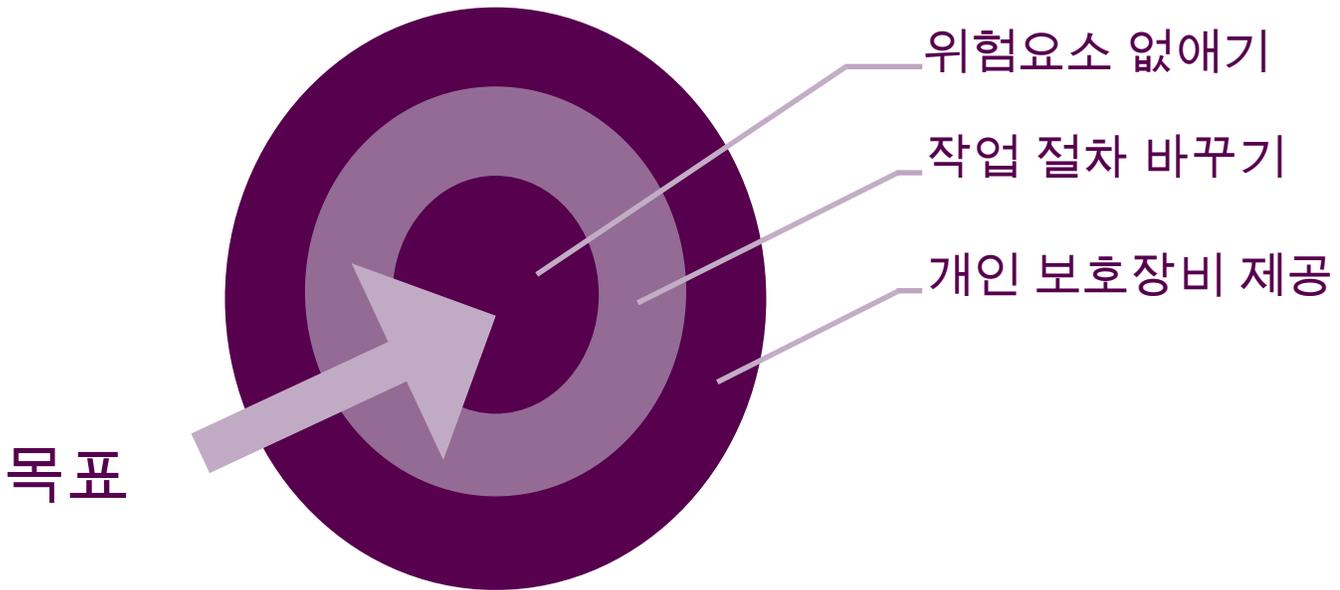
- 검정색은 작업장 평면도와 커다란 물건들
- 빨강색은 위험한 도구 및 물건 (뜨거운 냄비, 그릴, 등등)
- 초록색은 위험한 작업 (무거운 물건을 드는 작업 등등)
- 청색은 열악한 작업환경 (환기부족, 과도한 온도 등등)



위험요소 통제 방법?

지도를 그리며 위험요소를 파악해 놓은 상태에서 이제는 이러한 위험을 방지하거나 통제할 수 있는 방법을 생각해 봅시다.

위험을 통제하는 방법은 그 효과에 따라 세 가지 범주로 나눌 수 있습니다. 이 세 가지 범주는 가장 효과적인 보호를 제공하기 위해서 함께 사용되어야 합니다. 사고를 방지하는데 가장 효과적인 방법은 위험요소를 없애버리는 것입니다. 그러나 그것이 불가능할 때에는 위험요소를 줄이거나 위험요소로부터 보호장비를 사용하는 것입니다.



위험요소 통제 방법 (계속)

1. 위험요소 없애기란 위험요소를 제거하기 위해 작업장 자체를 변화시키거나 작업방식을 완전히 변화시키는 것을 말합니다. 공학적 통제는 직원들을 보호하는 방법 중 가장 효과적인 방법입니다.

루이스 이야기에서 위험요소 없애기란 어떤 것이 좋은 예일까요? (9쪽의 루이스 이야기 참고).

기억하세요, 위험요소 없애기를 위한 변화란 직원들이 어떤 작업 방법을 따른다는 것을 의미하지 않습니다. 가령 직원들이 고기 자르는 기계에 고기를 막대기로 민다는 작업 방법입니다. 실수나 사고로는 켜지지 않는 안전한 기계를 구입하는건 어떨까요?



위험요소 통제 방법 (계속)

2. 작업 절차 바꾸기란 위험요소를 없애는 것이 불가능하거나 실용적이지 못할 때 사용하는 방법입니다. 이것은 정책적인 변화로서 사고를 줄이기 위하여 서면화된 작업 안전 규정, 감독, 위험을 방지하기 위한 훈련을 뜻합니다.

루이스 이야기에서 작업절차 바꾸기란 어떤 것이 좋은 예일까요?

기억하세요, 안전규정을 포함한 직장내 변화는 이러한 과정에 종업원들이 참여한다는 것이 매우 중요합니다. 하루의 작업이 시작되기 전과 끝난 후에 뒷정리를 해야한다는 작업 규정이 잘 준수될까요? 그러면 준비하는 종업원의 작업시간과 끝나는 종업원의 작업 시간이 중복 될 수 있다면요? 루이스에게 일어난 사고를 예로 사용하여 모든 종업원을 훈련시킨다면 도움이 될까요?

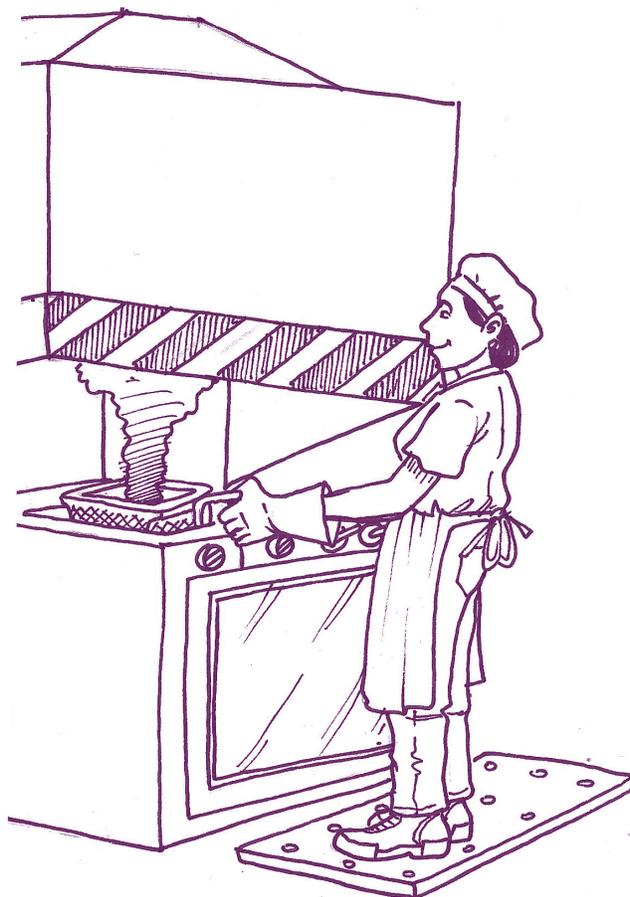


위험요소 통제 방법 (계속)

3. 보호 장비는 위험요소 없애기와 작업절차바꾸기가 불가능할 때 도구나 옷을 신체에 착용하여 위험으로부터 직원들의 신체에 거리를 둠으로서 직원들을 보호합니다. 보호장비는 직원이 착용하여 직원의 몸을 보호하는 장비들입니다.

루이스는 어떤 보호장비를 사용할 수 있었을까요?

기억하세요, 보호장비는 일하는데 불편하고 귀찮기 때문에 직원들은 사용하거나 입는 것을 꺼려할 수 있으며 이로 인해 안전사고가 발생할 수 있습니다. 루이스가 손이 베이는 것을 방지하는 특수장갑을 사용했다면 사고가 방지되었을까요?



위험요소 통제 방법 (계속)

여기에 또 다른 예가 있습니다.

여러 식당 종업원들이 지적하는 위험요소는 반복적인 운동에서 오는 부상으로서 음식 준비를 위한 준비물을 칼로 썰고 저미는 작업이 원인입니다. 이런 위험요소를 통제하기 위하여:

1. 칼로 썰고 저미는 작업을 안전 장치가 있는 기계로 대체합니다.
2. 한 직원이 해당 작업을 여러 시간 하던 것을 여러 명이 돌아가며 하게 합니다. 이로인해 한 직원이 이 작업을 하루에 8시간을 하지 않고 2시간씩 하게 됩니다.
3. 보호장비는 이런 경우에 해당되지 않습니다.



위험요소 통제 방법 (계속)

요약:

- 사고와 질병 방지책의 목적은 변화 위험요소를 없애기위한것이 아니라 직원들에게 안전한 작업방법을 잘 따라 주기를 바라거나 작업방법을 강요해야 하는 것이 아닙니다. 작업방법이나 규정등은 식당이 바빠지면 실행하기가 어려워집니다. 개인보호장비는 잘 수리해야하고 간수해야하며 직원의 몸에 잘 맞아야하며 직원이 잊어버리지 않고 정확히 사용해야하기 때문에 최후의 방법이 되어야 합니다.
- 많은 경우 세가지 방법이 모두 적용되어야 직원을 보호할 수 있습니다. 일단 새로운 변화를 등용한 이후에도 이에 대한 평가를 하여 위험요소가 없어졌는지 또는 이로 인해 새로운 위험요소가 발생되었는지 평가해 보아야 합니다.
- 새로운 안전 규정이 책정되었거나 어떤 새로운 작업환경, 도구 등이 생겼을 경우 직원들의 참여도와 인식도를 높이기 위하여 이에 대한 훈련이 필요합니다.



위험요소 파악과 통제

위험요소 지도 그리기를 했을 때 발견한 세가지 위험요소에 대한 몇가지 가능한 해결책이나 방지책을 마련해 보세요. 항상 위험요소를 없앨 수 있는 방법을 우선적으로 노력하시고 그것이 불가능 할 때에는 몇가지의 작업절차 바꾸기나 개인보호장비를 결합하여 해결책을 마련해 보세요.

위험요소	해결책
	위험요소 없애기:
	작업절차바꾸기:
	보호장비 제공하기:
	위험요소 없애기:
	작업절차바꾸기:
	보호장비 제공하기:
	위험요소 없애기:
	작업절차바꾸기:
	보호장비 제공하기:

다음 단계

식당 직원들과 고용주는 부상과 질병을 방지하기 위하여 그리고 전체적으로 작업장의 효율성을 높이기 위하여 함께 노력해야 합니다. 직원들은 직장내 위험요소를 파악하고 해결책을 제안 할 수 있는 중요한 위치에 있습니다. 그러나 식당 주인과 관리자들은 직원들이 부상을 당하거나 병들지 않도록 올바른 정책을 세우고 실행하는데 필요한 결정권과 자원이 있습니다. 아래의 사항들은 모든 사람들의 건강을 보호하기 위하여 식당 직원들과 고용주가 할 수 있는 일들입니다.

작업상의 위험을 방지하기 위해 우리는 무엇을 할 수 있을까요?

- 위험요소와 사고를 즉시 매니저에게 보고 합니다.
- 위험요소 지도 그리기와 위험요소 점검표를 연습합니다.
- 위험요소에 대한 가장 적절한 해결책을 제안합니다.
- 직장 건강과 안전 훈련에 참석합니다.

작업 위험을 방지하기 위하여 매니저에게 어떤 얘기를 할 수 있을까요?

- 직원들이 작성한 위험요소 지도와 방지책을 고용주에게 전달할 수 있는 기회를 만들어 달라고합니다.
- 위험요소 파악과 해결책을 세울 수 있는 건강안전위원회를 직원들 사이에 만들게 하고 지원해 달라고 합니다.
- 모든 직원들을 건강과 안전 훈련에 참여시켜 달라고합니다.

꼭 기억해 두세요

- 직장 위험이란 직원들에게 잠재적으로 육체적 또는 정신적 피해를 줄 수 있는 모든 것입니다.
- 작업장 위험은 눈에 보이는 것과 보이지 않는 것이 존재합니다. 보이는 것과 보이지 않는 위험은 똑같이 중요하며 보이지 않는 위험은 직원들의 건강을 장기적으로 해칠 수 있습니다.
- 직원들은 직장내 위험요소를 파악하고 해결책을 제안 할 수 있는 중요한 위치에 있습니다. 식당 주인과 관리자들은 직원들이 부상을 당하거나 병들지 않도록 올바른 정책을 세우고 실행하는데 필요한 결정권과 자원이 있습니다.

**Commission on Health and Safety
and Workers' Compensation (CHSWC)**

1515 Clay Street, Room 901

Oakland, CA 94612

(510) 622-3959

www.dir.ca.gov/chswc

**Labor Occupational Safety and
Health (LOSH) Program**

University of California, Los Angeles

Peter V. Ueberroth Bldg., Suite 2107

10945 LeConte Avenue, Box 951478

Los Angeles, CA 90095-1478

(310) 794-5964

losh.ucla.edu

**Labor Occupational Health Program
(LOHP)**

University of California, Berkeley

2223 Fulton Street, 4th Floor

Berkeley, CA 94720-5120

(510) 643-4335

www.lohp.org

**Western Center for Agricultural
Health and Safety**

University of California, Davis

One Shields Avenue

Davis, CA 95616-8757

(530) 752-4050

agcenter.ucdavis.edu