

## 【職安衛宣導】路上行走也潛藏很多危險!?

### 路上行走也潛藏很多危險!? 日常生活安全自護 - 行走篇

行走途中守則：

1. 行走中避免使用手機、手不插口袋、勿並行、突然斜行及嬉戲
2. 行經路口，確認綠燈及左右無來車後再走
3. 橫過馬路，要走行人穿越道(斑馬線)
4. 注意路況，小心滑倒、絆倒
5. 行經建築物施工地區，注意掉落物

----

分享常見的【跌倒】危害預防

勞動部 111 年職災統計跌倒事故占所有災害類別的 24%。

衛福部死因統計結果分析，111 年有 1,667 人因跌倒(落)而死亡。

避免跌倒造成的危害，可從環境及改變人員行為(如上下樓梯扶扶手、走路不看手機)等方面改善。

※對工作場所跌倒的危害預防建議：

1. **環境安全**：注意工作區域地面平整、避免凸出物及地面傾斜度過大。地板儘量採用防滑、防污材質。通道足夠寬度及保持暢通。照明足夠，避免陰影，危險處設置明顯警告標置或裝設止滑設施。
2. **環境管理**：物料整齊、不任意堆放，阻礙通行。隨時保持地面乾淨、避免油污、濕滑。環境改變時應立即周知員工或設立明顯警告標誌。
3. **人員管理**：工作場所避免奔跑或急走，搬運物品注意步伐穩定及路面狀況。搬運物體體積及重量皆不宜過大，以免重心不穩。
4. **定期檢修及選擇適當工作鞋**：容易發生地面滑溜的工作區域，儘量穿著具有防滑功能設計的工作鞋，並定期保養及檢修鞋底，是否有明顯磨耗或破損，定期更換或維修，以保障行進安全。
5. **避免穿著鞋跟過高的鞋子**：穿著鞋跟越高的鞋子，腰椎後傾角度增加，增加腰背和膝蓋的負荷容易產生腰酸背痛。女性儘量選擇鞋跟較粗及附軟墊、包覆性較好的鞋子款式，以利於身體重心平衡的維持。

※相關災害：

1. [從事作業發生跌倒致死災害](#)
2. [職場跌倒預防注意事項\(電子報\)](#)

