# 人因危害風險評估工具 KIM Tool 2019



# KIM-初篩工具(工作場所 身體壓力辨識與風險評 估導引)

# 說明書(簡易版)

※感謝德國聯邦職業安全與健康研究所(BAuA)及LASI正式授權 KIM2019和KIM-初篩工具(工作場所身體壓力辨識與風險評估 導引)。



## 【目錄】



2.KIM-初篩紙筆工具(工作場 所身體壓力辨識與風險評估 導引)......02

3.網頁版KIM使用說明-首頁....06





### 此為紙筆工具·請下載PDF使用

#### 工作場所身體壓力辨識 - 德國職業安全與健康研究所(BAuA)基礎檢核

工作場所名稱: 考量的工作場所典型活動(包 括在不同地點): 每日工作時間(小時):



請觀察工作對身體的要求,是否需要進行以下所列的一項或多項活動(工作任務)?

身體負荷 類型	描述	範例	需要的活動是 型的身體	香涉及 1壓力?	と這類 ,
人工抬舉、 握持和搬運 重物(LHC)	用手抬舉、握持/支撑及搬運約 3 kg 的重物,重物可以是物 體、人或動物。抬舉的形式亦 包括將重物放下以及(主要是水 平的)搬移。	在沒有升降工具的辅助下,進 行袋子的裝載/卸載、包裹分 抹、機器裝載等。	ł	□否	□是
手動處理作 業(MHO)	上肢均匀、重複地運動和施 力,坐或站時身體通常維持靜 止。工作內容是處理工件或移 動(搬運)小工件/物件。	手工的裝配活動、焊接、縫 切、分類、切割、收銀、檢 查、(滴管)吸/移液、切割、按 壓、用手敲擊或敲打。		口否	口是
手動推拉重 物(PP)	使用物料搬運設備(例如獨輪 車、單軸車、手推車或二輪運 貨車等)或僅以人力驅動的高架 輸送機/升降機,以人力移動或 運送重物。	使用手推車遞送包裹、揀貨, 零售業或廢棄物處理業以人力 推送會儲籠車。	1.K	□否	□是
全身施力 (BF)	需要運用全身的力量,主要以 靜態施力為主。通常所需的力 氣極大,以至於不能坐著執行 這類活動。	手動操作絞盤、槓桿、撬棍、 吊標、氣動錘、鏈鋸、鐵鍬 等,安裝窗戶。	Ţ	□否	口是
身體移動 (BM)	移動身體到工作地點,或者在 工作區域中需要移動身體,與 施加較大的作用力無關。主要 考慮需長距離行走或以持殊方 式運行(攀爬梯子、階梯)以及 爬行。使用肌力騎行(例如腳踏 車)也屬於這類型的負載。	步行和爬樓梯(例如包裹遞送、 搬家服務)、攀爬塔式起重機、 發射塔台、在水渠中行走、騎 人力車(例如騎單車快遞)。	<u>F</u>	□否	□是
身體姿勢受 限(ABP)	工作過程中需長時間維持在費 力的姿勢,例如蹲跪、彎腰、 執行肩膀高度以上的工作、長 時間站立,以及被迫的坐姿。	鋪設瓷磚、綿鋼筋、手工焊 接、配線、安裝天花板、安裝 灰泥板、躺/趴臥工作(例如收 割黃瓜)、執行顯微鏡工作、進 行顯微外科手術。	S	口否	口是
接下来的步 驟?	如果在工作場所的活動不涉及任 評估。 如果工作涉及以上其中一項或多 初篩工具檢查各項標準(請參閱	何這些類型的身體壓力,即結束 項身體壓力,使用相應的 BAuA 下一頁)。	評估結束 進行 BAuA	初篩!	

日期:\_

簽名:\_

With kind permission of Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 2023. Translation by Hsieh-Ching Chen.

Gemeinsame Deutsche Arbeits schutz strategie

Saua:

確認 **典型活動、每日工時、身體負荷類型**等內容,若無任何類 型涉及工作之動作,即評估結束;若有涉及任一項目或多個項目, 則依據項目種類,進行進一步篩檢。





# (LHC)負荷類型

		1933年: 21. 後点信年 スス分展等 - 整合 - 展示美麗麗 23 公介清重子 スペリン - 日本 - 10 年末 1948 - 1949 - 1948 - 1948 - 1948 - 日本 - 日本	₹. 12335年 - 将重和面 週週表刊模率?谁:	10		□종(0余)
	4114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         2114219         211419 <tr< th=""><th>2: 使点情斗 バスの異称。毎年、福井美編賞 23 会介得愛な (現得了名水村協会?) </th><th>19治動中,荷重和聯 超過表列鎮車?講:</th><th></th><th>•</th><th>□是 請約週至24</th></tr<>	2: 使点情斗 バスの異称。毎年、福井美編賞 23 会介得愛な (現得了名水村協会?) 	19治動中,荷重和聯 超過表列鎮車?講:		•	□是 請約週至24
		2:检查操作 使人力展展 如衡、服持或撤进 23公斤将重加 (建设下点件列标合?) 查案展析吧一個开查规则?每日跟迷的根本是否 在展示的有效。20453年 3453年。34533年。34533年 2 正是 □克 □克 □克 □克	2.活動中、将重和編 超過表列頻率?講:			네시프루29
		全量屬於切一個符重風明?每日機運的標準是否	超過表列频率?靖: !	建频率的组	合是否	□茶 □否 未達到任何標
	Вала сала сала сала сала сала сала сала	金量屬於那一個将重視別?每日級運的領非是否 前項得自重訊別? 大性 3-5%m >>518%m >10-15%m 3-5%m > 遅 足、口え、口え、口え、口え、二	超過表列頻率?请: !			準 (1分)
	48         56         56         66           # 344         3434 <th>大性 3-5kg &gt;5-10kg &gt;10-15kg 3-5kg &gt; 変 ロル ロル ロル ロル</th> <th></th> <th>医一勾进下的</th> <th>N.1</th> <th></th>	大性 3-5kg >5-10kg >10-15kg 3-5kg > 変 ロル ロル ロル ロル		医一勾进下的	N.1	
	нате         нате <t< th=""><th></th><th>男性 5-10 kg &gt;10-15 kg</th><th>&gt;15-20 kr</th><th>&gt;20-25 kr</th><th></th></t<>		男性 5-10 kg >10-15 kg	>15-20 kr	>20-25 kr	
121       0.4       0	41° DA DA DA DA       DA DA DA DA DA DA       DA DA DA DA DA DA DA DA DA DA DA DA DA D	ロえ ロえ ロえ				□答 □是
	(1)         (1) <td>▲2 □150 次 □100 次 □50 次 □200 次 □</td> <td>口走 口走 口150 次 日100 次</td> <td>口走 口59 大</td> <td>口走 口10 次</td> <td>達到一項成多 項標準</td>	▲2 □150 次 □100 次 □50 次 □200 次 □	口走 口走 口150 次 日100 次	口走 口59 大	口走 口10 次	達到一項成多 項標準
	21. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0. 0.	(形)/橋行(>2 公尺)				(2余)
		□是 □是 □是 □是 過≥ <sup>1</sup> □70次 □60次 □30次 □100次	□是 □是 □80次 □60次	□£ □30 次	口走 口10 次	
	「全身先力」(町)角井銀生           沙畑:1・金山内品           (1)日の村口(本長丁県市村大都大市山市大山市)           (2)日の村口(本長丁県市村大都大市山市大山市)           (2)日の村口(本長丁県市村大市)           (2)日の村口(本長丁県市村大市)           (2)日本市村大市)           (2)日本市村市)           (3)日本市村市)           (3)日本市村市)           (3)日本市村市)           (3)日本市村市)           (3)日本市村市)	·····································	、地名時間11)、現現 現現後期146年57 11日現在11日1日 12月27日 12月27日 12月27日 12日11 12日11 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 12 1	2484年354(() 19.11日ま・14 11.11日ま+14 11.11日ま+	所知族、가 用計封用社 基本的」ニー Liation byト	・ 州浜)・长尾 (町元り主橋県 線高石田型・ ちらわ-Oing Chen, う
図2: 2 込む注意		·身施力」(BF)負荷類型 1:起始問題 物所接受否理理則全身力量、正力量大到他 这些著具行过也不助? 的所動:	ţ	k	0	<ul> <li>□ 等</li> <li>□ 6</li> <li>□ 0</li> <li>□ 2</li> <li>□ 2</li> <li>□ 2</li> <li>□ 3</li> <li>□ 4</li> <li>□ 3</li> <li>□ 5</li> <li>□ 6</li> <li>□ 6</li> <li>□ 7</li> <li>□ 7</li></ul>
<ul> <li>※生まえ用の内容書: 2 美な子が目的作子及用?</li> <li>※それがそ気はごうきないたか。 やえば、男がありたす。</li> <li>※の用いたして、またの子が日の()</li> <li>※の用いたして、またの()</li>     &lt;</ul>		2: 检查標準				四茶
		(東全身線力的活動) さぶんておいはルールル	? #1# 15 @-## ?			
<ul> <li>人工学業業業等の時代、法営業委員営構築に発生支援目前、物質に入学、100</li> <li>人工学業業業業業業会和第手前所で、100</li> <li>人工会業業業業業業会和第手前所で、100</li> <li>人工会業業業業業業会和第手前所で、100</li> <li>人工会業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業業</li></ul>		·····································	NE-NE 10 107 RE 1			0#
Sh 和 氏 2 1 1 4 1 元 4 1 元 4 1 元 4 4 4 元 4 4 5 4 5 2 1 1 1 1 元 4 元 4 元 4 1 元 4 1 1 1 元 4 元 4	3	需要用到中高程度"力量执行的工作。每日是否 是否需要使用非常高的力量或峰值力"?		4.具?		未達到任何標
□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □		二方法, 100%(1), 20%(	度力量植将 ' 构塑/::			*
		28年1月到4年4月24日 28年1月到4年4月26日 28年1月前春報走 <sup>1</sup> 力量执行的工作。每日是否 28万省美報課年勤動作"成合種長時間情鐘地以高 28万省美報課年勤動作"成合種長時間情鐘地以高 28万省美報課年勤動作"成合種長時間情鐘地以高 28万省美報課年勤動作"成合種長時間情鐘地以高 28万省美報課年勤時代。 2014年1月1日 2014年1月11日 2014年1月11日 2014年1月11日 2014年1月11日 2014年1月11日	度力量振祥 <sup>4</sup> 約然/二 偏?			準 (1分)
○ 日本の本部で構築 本人中学業性素生活が活動活動の特徴(作業(シス重要な活動) 二、本人中学業性素生活が活動活動の特徴(作業(シス重要な活動) 二、などの支払し、システムの主要な、主要な、主要なな活動に使う点効素、システス活動に使う点効素 について、注意を含く、システムの主要な、主要な、主要なな活動に使う点効素、シンジェの支払し、 になって、一般な研究で、自己の意味な、主要な、主要なな活動に使う点効素、シンジェの支払し、 になって、一般な研究で、自己の意味な、主要な、主要なな活動に使う点効素、シンジェの になって、一般など、生また、生また、生また、 になって、一般など、生また、一般など、生また、 になって、一般など、生また、 、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、	■ するのあいたな風 ■ 考測・提供者が対応対応の構成の強化など(か成金化系の) ■ 新興・提供子供加工者・公共登地式が開催、一般、安藤分支会・経営・総裁・公共の登録・在正規規準上部またがします。	二百年代月中南省、方量代付公共市下港(下市) 高等用以市南省、方量代付公共市场、市场支否 无可需要使用券常高的方量或峰值为? 无可需要成平均率增长时间接通过高。 这些需要不良??《在主要用系书信行? 活的结果否任立口下正能信况的层中间偏或更多 目 於國、低風、有利(風動)	定力量៍			準 (1分) 口是 達到一項成多
民所「波布十四人工具 - 中北京地域に開場、市場 - 市場市安吉 - 時場 - 市場 - 二は(公安市 - 北京市総定年上庫 CSN)は資料 - CSN)は資料 - ロングログログログログログログ ロングログログログログログログログログログログログログログログログログロ	我所:说用卡持式二兆,如弗里用风切物用、胡林·谢福修宫宫,杨维·福布《444的景物,在忽然的机中上推来 二別[14] 建整合。 二月14] 《金融》(二月14日年月,在月间也以加加)。	○二、日本市地市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市市	度力量推荐 <sup>4</sup> 約閏/: /编? )			準 (1分) □是 達到一項或多 項標準 (2分)
	我們: 治療管理学工品工作,一些具規則: 是最小、社会的重要。是混算能过学品(能力、約44的重要。或與約334 以上自實實。等實證明的是 每分類都是規則: 100 例如用: 或、約、型片高等違素。根据亦要显重的條料或就要要。		宽力量植将"初燃/ 强? ) E(如屁堂地很倍)			準 (1分) □是 達到一項成多 項標準 (2分)
With kind permission of Bundesanstalit für Arbeitsschutz und Arbeitsmedisin, 2023. Translation by Hield-Ching Che	With ling permission of Bundmanntalk for Arbettschutz and Arbettsmellan, 2021. Translation by Nash-Ching Or	マスタイン (本市) (本市) (本市) (本市) (本市) (本市) (本市) (本市)	<b>度力量銀路</b> (約館) 備? ) E (如底室地层南) 1. 約重約、高度間転信 約重約、高度関転信	L屹 ≤4 kg 的 步上接動 > 51	重伤、在洁 ) kg 的重伤	準 (1分) 口是 連貫一項或多 (2分) 用約几年上往約 、(長約の3)kg

## 持和搬運重物」 (MHO)負荷類型 (PP)負荷類型

2	廖1:起始問題		
工作	作期間的千動作業涉及重複地進行擬似(單調)的千 、手臂和肩部動作?	a h it	回答 日 香 ((()金))
÷.	影響的活動:	ALL ASTRON	
			口是 靖勾選第2步
步.	聚2:检查標準		
12.1	当手動處理的工作是否會在下列的條件下進行?		回茶 口苔 未達到任何相 年 (1分)
	每日執行這騎活動總計是否超過1.5小時?		
	每日使用高到非常高力量的工作"總計超過1小時	?例如移動或握持工具、連接和壓制	
· · ·	客件、使用小型動力手工具、用力切割、操作對#	£¥ ·	□Ł
		新教育教育教育教育会社会会に利用する	建到一项成多
	这些活動是否需要以高纖準(每分鐘超過600次,非	- NO RE IN RELEASE AN REAL DREAD AND AD AN AN AD AN	酒總度
•	這些活動是否需要以高機準(每分鐘起過 60 次; 非 力量 <sup>1</sup> , 或者需要用到可能的最大力量( <b>唾蛋力</b> )?	例如检查或影開螺線、成切附材料	·项標準 (2分)
	這些活動是否需要以高機專(每分鐘超過60次,非 力量1,或者需要用到可能的最大力量( <b>導值力</b> ) <sup>1</sup> ? 等。	例如社營或影開螺錄。或切附材料	·····································

和思友化和時間所幾天可能的力行man300 学会先示。 统合程度的定義和FT 主意力量。15.50%Finans、建成力量。55.55%Finans、接高度力量。556.95%Finans、单值力二 556%Finans、收益是专者可能的用度用的肌肉;注動用度的能力大小可以适应能人成熟。或用它用度人基本执行活動期間 的主题是他用力程度主持之代码。100%不一些机能研究内容。150%不一些机械研究内容扩展成大量。

Consistence Destable Assets and destage

Saua:

#### 5.「身體移動」 (BM)負荷類型

全世界の活動:	ŕ	10 年 10 日 10 日 10 分	6 6 3	F	朱移動身體及   梯子、爬行、易	作中是否需要以人力運行的方式 ,例如 <b>負重行走、走樓梯成攀</b> 界 專竿或類似活動?	工作: 重,注 踏車:
			1 11 -	۶		影響的活動:	定形!
	國第2步	靖勾					
ログリオス保護事業21 に見たすたまなスポリの出かりまかす。     コグリオス保護事業21 にようした、また、すうし、     スタスペル くさんな、オリンスペリンスペル いっかい いっかい いっかい いっかい いっかい いっかい いっかい いっか		回答				腺2:檢查標準	步扇
□         2.8.8.8.4.9.4.9.8.4.9.8.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.8.0.9.0.9				進行?	否在以下的俸*	少行方式移動身體:這些活動具	以步
□ 通信性的表示的之事化之事化	到任何	(呼吸器、 □否 未進 準 (1分) 写由、該前	8、沼泽地、强戴呼 約? 常宾娄明顯向前背册	6、周周地9 或梯子上移9 者上半身短?	8件?例如砂石 (雪)。 15°)或陡峭的着 足否遠離身盤。	是否偶菌 <sup>1</sup> 會遭遇不利的作業 極端天候影響(動熱、強風、 是否需要在坡度陡峭的表面() 是否需要無行或攀機? 在形動升體期間,手掌的重新 非線4400%??	
						属带的重物是否超過5kg?	
##C>14 ##C+14 ##C					持續期間23?	行走期简是否有超過以下活动的	在行:
		15 kg 🗆 🕹	荷重介於3到51	a a a a a a a a a a a a a a a a a a a	荷重。		
・ 点で変更 (15-2年)(小) (15-5小) -16-40     ・ (15-5小) -16-40     ・ (15-5小) -15-5小     ・ (15-5小) -16-40     ・ (15-5小) -15-5小     ・ (15-5小) -15-5-5 -15-5 -15-5-5-5-5-5-5-5-5-5-5-5	—項戌 集	文性 現刻 10.0-10 道徳	7010 X ⊡⊲45-0-04 >10-0	1.45	513. □>4.645	(没有现度的水干地面上行定 • 按法 (<3 公司/小坊)	4.24
・ 和点(うらおど)・0 □-15 分離 スムー液体 □-25 分離 -25 分離 スムー液体 □-25 分離 -25 分離 スムー液体 □-25 分離 -25 分離 スペー液体 □-25 分離 -25 分離 スペー液体 □-25 分離 -25 分離 -15 分離 -25 分離 -15 分離 -25 分離 -15 分離 -25 分離 -15 分離 -15 分離 -25 分離 -15 分 -15 分離 -15 分 -15 $-15 $		15 余線 (2分	□>30 分離 >15 分	小時	□>1.5 小時	· 正常速度 (3-5 公里/小時)	
AL→4編4 □ □ 30 0 0 0 0 5 0 3 2 0 0 1 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0		分缝	□>15分缝 >5分	0分缝	□>45分缝	<ul> <li>快速 (&gt;5 公里/小時)</li> </ul>	
構築部制的な地(ご) □ 40 6 8 30 6 8 00 30 6 0 20 5 8 10 6 8 10 6 8 10 5 10 5 10 5 10 5 10 5 10 5 10 5 10		分鐘	□>5分鐘 >2分	0分鐘	□ >20 分鐘	上一般模样	爬上
※目前の後のからか) 2015 2月 2015 2015 2015 2015 2015 2015 2015 2015		0分鐘	□>20分鐘 >10分	0分鐘	□>60分娩	2档揽倾斜的地面(<5°)	爬粉
위해비해 지정 유럽 가격		分理	□>15分鲤 >5分	0分曜	山 >45 分鐘	2限計的地面(5~-15*)	16.19
			的操件下进行?	史書在以下(	网络单的异螺毛	<b>网络影動或運送貨物</b> :這些使用	49.847
19年始年天至有近過以下活動的情境時間? <sup>23</sup> 名積 <b>期時本分支量 &lt; 59 kg<sup>2</sup></b> 日常電動効果 <sup>3</sup> 男様 女体 男徒 (210 公型小寺) □ 7 小寺 → 17 小寺 1.23 小寺 → 12 小寺 1.23 小寺 → 12 小寺		·非常况	都聲 ? 她面有許多玩词、#	并推骗大供: L柱的倾面、	68熟、強風政) (鬆散的砂石路) (聯路車的重量)	二作日期同走否偽商「智道= 弊面状況是否偽商「不佳(何 友祥城)? 運送的重物是否>150 kg(包)	- 洋太(
					續時間? <sup>23</sup>	脚踏车是否有超通以下活動的将	64 69 (
日有電動功能: 昇佳 女桂 男桂 女桂 ・ 提達 (<10 公里/小時) □ 27 小時 24 小時 □ 23 小時 21.5 小時 ・ 正常達度 (10-15 公里/小時 □ 22.5 小時 □ 15 小時 230 全線		kg <sup>4</sup>	50 Jb]<150 kg <sup>4</sup>	<50 kg <sup>4</sup>	包括脚踏单的重		
<ul> <li>• 慢速(&lt;10 公里/小時)</li> <li>□&gt;7 小時 &gt;4 小時</li> <li>□&gt;3 小時 &gt;1.5 小時</li> <li>・ 正常速度(10-15 公里/小時 □&gt;2.5 小時 &gt;1.5 小時</li> <li>□&gt;1 小時 &gt;30 会鐘</li> </ul>		大性	男性 女	女性	男性	有電動功能。	口有
<ul> <li>正言達度 UN-12 営業(小时 ロブル3 小时 ブロ3 小時 121 小時 230 登鐘</li> </ul>		5 小時	1>3小時 >1.5小	-6§ [	コ>7小時 >	<ul> <li>預速 (&lt;10 公里/小時)</li> <li>スカオオ (20 以 クヨ/小時)</li> </ul>	:
・ 後述 (>15 公里/小坊) □>70 会員 >40 会員 □>25 会員 >10 会員		/ 37 98 0 合 線	1.21 (Pop 230 SP 1.225 순행 210 순	小町 L 分線 L	コン2.3 小時 - 2 コン70 会線 - 3	<ul> <li>エ市場度 (10-15 公里/小時)</li> <li>株法 (&gt;15 公里/小時)</li> </ul>	:
the second of the second s							
<ol> <li>偶員:約佔身種達種移動時間的 5%-25%。</li> </ol>					16-25% -	偶員:约佔身體達積存動時間的	. 0
2. 提供的小時數或分鐘數時間指的是整個工作日。					整個工作日。	提供的小将数或分量数将简指的	2. 8
5. 注意:如果在工作日期間發生兩個表格中所列的單種運動,應將個別指出的工作日將積時間除以運動頻型數1 工具用於在用某体系鏈和以及素。如今集。集集用「人工給幣、採用和用資金幣、产品非規則採用。	数日・	賣時間除以運動類型 4.5.4.4.1.1.4.4.1.4.4.1.4.4.1.4.4.1.4.4.1.4	月指出的工作日祥晴時 544回漢書冊,244日	動・應得個月 マお祭、経史	長格中所列的幾 和中華,廣建県	注意:如果在工作日期間發生兩 不具則於有關某体系辨明的表示	
5. 小式內利以內內內方用型加以升戰。如為來。內式內、人工指導、積得於職連重將」之員的類型評估。 5. 如害電動功能。表列時間應加倍。		N 102 MA 32 14 18 1	17799.16里街)之贝坊		200天、清伏月	小元内村风内内仍岸膛即位員載 如有電動功能,表列時間應加倍	n 1 5. 4

## 1.「人工抬舉、握 2.「手動處理作業」 3.「手動推拉重物」

步工商的爱	第二:起始問題 第四百法長否僅正人力(取力)編動工業用推奏。 第四百法長否僅正人力(取力)編動工業用推奏。 目前14回一個重要構築,進行任何形式的重 取動? 目前15前:	i.k	-	四茶 〇香 (0分) 〇是 境有選第2岁
步	驟2:檢查標準			回答
捕り	E使用手推車、高架軌道車、起重機等來推拉重動的	活動,是否在下列的	)條件下進行?	
A i	<b>教室量是否達到或超過下列重量?</b>			
1	紫型独身 12	男性	女性	
	网络木	≥ 150 kg	≥ 75 kg	05
	于推单、巡谈祷 (單軸)	≥ 200 kg	≥ 100 kg	未進到任何構
	廢棄物容器(僅活動即輪)	$\geq 300 \text{ kg}$	$\geq 65 \text{ kg}$	· (1余)
	只有活動腳輪而沒有方向卡鎖的手推車	$\geq 450 \text{ kg}$	$\geq 75 \text{ kg}$	<b>D</b> #
	手推車(不論是否有轉向舵柄)	$\geq 800 \text{ kg}$	$\geq 400 \ \mathrm{kg}$	建到一项成多
熱	吊式起重機友滑軌	男性	女性	項標準
	懸吊式起重機	$\geq 600 \text{ kg}$	$\geq 350 \text{ kg}$	(497)
	思希式滑轨	$\geq 800 \text{ kg}$	$\geq 400 \ \mathrm{kg}$	
t.e	在推拉時是否觀察到以下情况?			
	在二行日內,你在里药的肥好煎拌那足分配通 500 多不该用油油在油油在塑成用用。	** T		
	元首说内族师干你半水事或信件: 多不重调的选择工作 <sup>3</sup> 9			
5	一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一一	4 949		
	aabidgenade 不有 8 2 2 2			
1	负载重量包括推寻(台岸的重量。			
3	所提到的工業型排車可以用範例理解。例如醫院病床或# 例如坡度高於2°(4%)、未擁設的路面、但他的路面、遵	后将思缓即顾离手推车 燥、门槛、非常泥滓。		
4	例如有瑕疵/不適合的腳輪、沒有把手或把手不会通。		-	
		·		

6.	「身體姿勢受限」
(A	BP)負荷類型

Geneirsane Deutsche Abeits schutz strategie

Saua:

步驟1:起始	問題			
工作期間當採用 自成扭轉倒弯。 約生妥等)。	不良或 <mark>被通的工作要帮</mark> (例如期种员 手部工作高度高於頭部、彈跳、被迫	t	771	四等 (0余)
<b>克彩馨的活動</b> :		e	- \$ 14	口是 请与選第2步
步驟2: 檢查	標準			田谷
這些身體姿勢受	限的活動是否在以下的状况下執行?13			
*****	取洗 中点素型(> 205-607)	持ち	(時間) - 株計>1 小路	
an an	過度有間(>60°-90°) 株式成果(>90°)		總計>3/4小時 余谷生	
手臂姿势	平原此但低於肩部高度 千高振過度	0	總計>1.5小時 總計>1 小時	
磺邻安势	因為工作的內容/設計、填料被边採用明 顏的前稱、後仰、個偏友抽轉的受照姿 勢。	0	總計>2小時	□ <b>5</b> ★ # 10 (4 / 4 / 4
坐著	動態坐姿,不可能進行坐姿與站姿的變 核,且沒有可供做覆的中斷時間?(例如X 放車編) <sup>1</sup> 。		建槽 >3 小時	章 (1分)
	以被迫的妄勞生著(例知因為目視的需求 而被迫採取固定姿勢),且没有可併做優 的中斷碎間 <sup>2</sup> 。		進増 >2 小時	□是 達到一項成: 項標準
站著	以直立姿势将横站立(解转最多前领 20%)。可以有相耳趣的行走。但没有可慎 依藏的中斷時間 <sup>3</sup> 。		>3 小时 (連續)	(2分)
疏著或類似的 安勢	<b>疏著、祥著、坐在後脚跟上、盤腿坐著</b>		總計>0.5 小時	
稿下	仰臥或扒等,手臂在身體前面成下面(前 者例知違适質櫃、通船,後者例如操作農 業資本收割設備)。		總計>1小時	

了有效恢復。需要提供更频繁以及更長的中断時間。 4. 不纳入符合人體工學設計的辦公室作業作,以及可以自主地改變等幣及決定体息時間的工作

Saua:

#### 共六種量表,步驟與方法皆類似,但需注意每類型步驟2之細項不同

步驟1:確認起始問題。

-若無此項任務則勾選否(0分)。

-若有受影響·則勾選是。

步驟2:依據每量表檢查標準不同而有所變化。



Emeinanne Dautsche Aberbanden bestehen bestehen bestehen Aberbanden bestehen bestehee bestehen bestehen bestehen bestehen bestehe

#### BAuA 初篩的結果摘要

請將個人	負荷類型	的評估。	结果轉銷	到此表	长格中	(每個貨	荷類型	!一個叉號)!		
第一步:	第二步: 法司博	每種	負荷類型	目初步會	<b>筛檢的</b>	結果 (3	分數)	負荷	類型特定結果	
高安轨 行?	建到保 準?	LHC	мно	РР	BF	BM	ABP	評估	措施	後續步驟
否	-							• 無此類負荷	基本上不需 要進一步的 措施	基本上不需 要進一步的 評估
Ŧ	否			Ý	ER	È		<ul> <li>至少有輕微的 負荷</li> <li>可能有中低程 度的負荷</li> <li>不太可能有中 高或高程度的 負荷</li> </ul>	設計和預防 措施是有助 益的(例如 若需要時 <sup>2</sup> )	可能需要進 階評估- (例如若需 要時)
疋	是							<ul> <li>大致中低程度 的負荷</li> <li>可能有中高程 度的負荷</li> <li>可能有高度的 負荷(特別是滿 足多個標準)</li> </ul>	應檢查設計 和預防措 施,且通常 是必要的	通常需要進 階評估 1

01.透過前項六 種身體負荷身 體類型檢核, 將上述量表所 測得數值進行 統整。

需求案例 <sup>2</sup>	回答 (如果是,建議進行進階評估)
是否有身體過度使用的證據(例如多發事故、高罹病	□否 □是,可提供以下資訊:
率、高離職率、員工抱怨如肌肉骨骼系統抱怨等問	
題)?	
雇員或脆弱族群是否會受影響 (例如青少年、耐受性	□否 □是,以下的員工團體受到影響:
低、孕婦等)?	

整體評估		
是否有一項或多項負荷類	否	評估完成。只有在需要時才需要進一步的措施 <sup>2</sup> 。
型達到2分?	是	請檢查並實行簡單的措施來降低負荷!目標是讓每一種負荷類型都
		不達到標準 (最多1分),或避免有該負荷類型 (0分)。

 進行進階風險評估(例如使用關鍵指標法工具),以便更準確地對工作場所的負荷水準進行分類和評估,更準確地識別 瓶頸並找出直接的設計建議。

 當風險評估必須考慮到其他方面的條件時,就可能有執行進一步措施的需要,例如有員工因身體負荷產生過載跡 象,或有特別脆弱的人員可能受到影響的情形。

With kind permission of Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 2023. Translation by Hsieh-Ching Chen.

Gemeinsame Deutsche Arbeits schutz strategie Arbeitsprogramm MSB Saua: Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin



02.確認實際需 求案例中,是 否有已知過度 使用的證據!

03.若有任何一 項評估達到兩 分即勾選是, 並進一步評估 是否有簡單措 施可以讓分數 降低或變為0分。

先採取簡單的措施來降低風險!			
注意到哪些明顯的設計問題 (與技術、工作組織或人	備註	:	
且忘到小空分頭的 <b>成目前</b> 及 (兴致南十二下盈减致八 員相關的方面)?	-Lo [67]		
可以採取哪些簡單的措施/方法來解決設計問題,從	備註	:	
而改善工作狀況 (技術、工作組織或與人有關的面			
句) ?			
如有必要,應更新評估結果!		完成!	
實行簡單的措施後,評估結果是否至少從2分降低到		是	評估完成
1分,或更好降低到0分?		否	需要進階風險評估」

日期:\_\_

簽名:\_

 進行進階風險評估(例如使用關鍵指標法工具),以便更準確地對工作場所的暴露水準進行分類和評估,更準確地識別 瓶頸並找出直接的設計建議。

With kind permission of Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 2023. Translation by Hsieh-Ching Chen.

Gemeinsame Deutsche Arbeits schutz strategie Arbeitsprogramm MSB Saua: Bundesanstalt für Arbeitsschutz 01. 透過設計問

題改善、簡單

**的措施**,嘗試

找出可能改善

02. 並確認透過

這些簡單的措

施,能否有效

且快速的降為1

03. 若降為1分,

則評估完畢,

若沒有降低分

**數**,則需要進

例如使用關鍵

04. 最後,進行

日期填寫與簽

階風險評估

指標法工具!

名之動作。

之方法。

分或0分!



## 3.網頁版KIM使用說明-首頁

### 網頁網址:https://coapre.com/

### 人因危害風險評估工具 KIM Tool 2019

√涵蓋六種評估工具 √評估工具挑選指引 √子項作業整併計算 √提供內插公式

- 使用說明:本「軟體產品」受著作權法、國際著作權條約以及其他智慧財產權之法律及條約之保 護。「軟體產品」僅係經授權使用,而非販售賣斷,經「軟體產品」評估之結果,僅供 人因危害風險評估參考,如對評估之結果有疑義者,請洽職業醫學專科醫師或相關專業 人員詢問。
- 版權聲明: 感謝 BAuA 及 LASI 正式授權推廣使用 KIM PP (Version2019)、KIM LHC (Version2019)、KIM MHO (Version2019)、KIM ABP (Version2019)、KIM BM (Version2019)、KIM BF(Version2019)。 本軟體禁止任何商業行為及用途。 Thanks to the Federal Institute for Occupational Safety and Health (BAuA) AND Committee of the Leender for Occupational Safety and Health (LASI) Germany

Committee of the Laender for Occupational Safety and Health (LASI), Germany for their kindly permission of translation on the KIM-LHC (2019), KIM-PP (2019), and KIM-MHO(2019), KIM ABP (Version2019), KIM BM (Version2019), KIM BF (Version2019).

點撰新增專案

Any commercial use is prohibited.

版權所有: 🤣 財團法人職業災害預防及重建中心

**軟體開發:**臺北科技大學人因工程與績效評估研究室

#### 進入首頁後,可查看使用說明、版權聲明。

點選 新增專案 鍵,可進入選擇量表頁面。



## 3.網頁版KIM使用說明-選擇



#### 1.輸入 專案 名稱。



2. 點選 量表類型 後按下OK。



## 3.網頁版KIM使用說明-清單

量表1.LHC 抬舉握持搬運作業檢核表

### 量表2. PP 推拉作業檢核表

量表3. MHO 手工物料作業檢核表

量表4.ABP 不良姿勢作業檢核表

### 量表5.BM 身體活動作業檢核表

### 量表6.BF 全身施力作業檢核表



## 3.網頁版KIM使用說明-量表1.LHC

### 量表1.LHC 抬舉握持搬運作業檢核表

用於評估及設計超過3kg荷重的人工抬舉、握持與攜行作業負荷

	+	X	?			KIM-LHC – 用方	許伯	及設	計起	2過3	kg荷	重的	人工扌	台舉	、握持	<b>连與</b> 攜	行作	業負	荷		
-					1	工作場所/子項活動:															
					2	L作日的持續時間:						評估。	人員:								
			R .		÷	子項活動的持續時間:						日期	:								
		-	_			步驟一:決定時間權重												時間内	12		
	÷ I			te T	(≤)[所評估的任務在 -作日中的總搬運次數]:	5	20	50	100	150	220	300	500	750	1000	1500	2000	2500			
					80	<b>持间權重</b>	1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	5	6	7	8	9	10		
						步驟二:決定其他指標的評級點數												荷重内	時間的描 2000 2500 9 10 荷重内描 (女性)		
						有效負荷重量 <sup>1)</sup>					荷重評	級點數	(男性	)	1	荷重評	級點數	(女性	)		
						3 up to 5 kg						4					6				
						> 5 up to 10	) kg					6					9				
						> 10 up to 1	5 kg					8					12				
						> 15 up to 2	0 kg					11			-		25				
					_	> 20 up to 2	5 kg					15					75				
					_	> 25 up to 3	0 kg			-		25			-		85				
					_	> 30 up to 3	5 Kg					35			-		100				
					-	> 35 up to 4	UNG			5		100			-		100				
					11 -	>40 Kg	V 11 15 A	1.0 11. 114	4 - 14	12	LE M LA	tot i	40+	0 0 14	1 15 4 5	A #/ 1-	+ 4 4 .	* * *			
					1 50	为双貝何里更	(公须員 臣量會成	褶的膛. 《为每個	力工作 人的有	亚。富 致负荷	明轩默补 由於負	載控制社	阿尺有5 日協調方	面的素	式相重重 求增加	<b>曾形成</b> ,必须备	为双贝/ 【设有效	可, 而留 <u>身荷超过</u> 候件内	夏人合		
					負	重處理條件												評級	點數		
					1	t IFI 4年 手 #1.50 Hot 156												1 1 1	0		

- 步驟0:選擇男女
- 步驟1:選擇時間權重
- 步驟2:依序選擇各項評級項目
- 步驟3:程式自動計算風險值(滾輪滑至最下)





## 3.網頁版KIM使用說明-量表2.PP

## 量表2.PP 推拉作業檢核表

用於評估和設計與手動推拉負載有關的工作負荷



- 步驟1:選擇時間權重
- 步驟2:依序選擇各項評級項目
- 步驟3:程式自動計算風險值(滾輪滑至最下)





## 3.網頁版KIM使用說明-量表3.MHO

## 量表3. MHO 手工物料作業檢核表

用於評估和設計與手動處理操作期間的工作負荷



	工作場所/	子項活動:										
	工作日的非	寺續時間:		1	评估人员	:						
Task1	子項活動的	內持續時間:			日期:							
	步驟一:	決定時間權重									時間内	12
	 本子活動	每個工作日的總時間	[達小時]	≤1	2	3 4	5	6	7	8	9	10
	時間權重:			1	2	3 4	5	6	7	8	9	10
	步驟二:	決定其他指標的評約	<b>及點上數</b>									
						握持1)				移動		
	在"標準	分鐘"内手指/手部圖	域的施力方式		平:	均握持時1 [秒/分]	胡		平	均移動 [次/分	頃卓 ]	
					31-60	16-30	≤ 15	< 5	5-15	16-30	31-60	61-90 <sup>3)</sup>
	等級(程度)	說明	,典型的例子		1	評級點數				評級點	ŧ٤.	
	低	極低 / 低施力 (≤15) 例如:啟動按鈕/換档 小零件	% F <sub>max</sub> M) 當/整理排序/導引物率	/ 西西 一插入	5.5	3	1.5	0.5	1	2.5	5	7
		<b>中等施力</b> (≤30% F <sub>max</sub> 例如:抓握/用手或,	M) 小工具組装小工件	内國	9	4.5	2.5	0.5	2	4	7.5	11
		高施力 (≤50% FmaxM) 例如:旋轉/纏繞/ 壓入/切割/使用小點	包裝/抓取/握持或組累 約力手工具作業	内間 【零件/	14	7	3.5	1	3	6	12	18
		<b>極高施力</b> (≤80% F <sub>max</sub> M 例如:涉及以施力為3 /移動或握該雲供或	) 生所進行的切割/以小釘 r.且	内語	22	11	5.5	1.5	5	10	19	
		峰值施力 <sup>2)</sup> (> 80% Fmax	M)	内插	1	00	35	8	30			

步驟0:選擇男女

- 步驟1:選擇時間權重
- 步驟2:依序選擇各項評級項目
- 步驟3:程式自動計算風險值(滾輪滑至最下)





## 3.網頁版KIM使用說明-量表4.ABP

## 量表4.ABP 不良姿勢作業檢核表

#### 用於評估和設計與不良身體姿勢有關的工作負荷





r	IIVI-ABP - 用於評估和語	设计典	个民:	牙疽	安亨	兮 月 肺	的工	作貝布	গ		
工作場所/子項活動	b :										
工作日的持續時間:			評估人	員:							
子項活動的持續時	間:		日期:								
步驟一:決定時	間權重								ſ	時間內語	]
本子项活動每個工	≤ 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
時間權重:			2	3	4	5	6	7	8	9	10
步驟二:決定其	也指標的評級點數							20 00			
۸	背部自荷—身體姿勢	——身體姿勢 或低施力的工作情況下					子項活動的部分時間				
A	在未施力或低施力的工作情况下						≤1/2 (頻繁)	≤ 3/4 (主要)	> 3/4 (持續 未間斷)		數
	站立、蹲或跪姿 <sup>1)</sup> 的直立背部考 體運動(軀幹前傾≤ 20°)而中 操作員。	<b>姿勢</b> ,也 斷。例如	可因走 銷售人	賤步 o 員、横	<b>支身</b> 幾器	2	4	6		8	
	○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○					7	15	22	30		
r 🦷	在站立、蹲或跪姿 <sup>1)</sup> 下, <b>軀幹嚴</b> 用銅固定器。	重前傾()	> 60°) •	例如伯	ŧ	10	20	30		40	
/ Pat	被迫 (受限)的坐姿, 軀幹適度	度或嚴重;	前傾・ナ	(部分	時					40	

- 步驟0:選擇男女
- 步驟1:選擇時間權重
- 步驟2:依序選擇各項評級項目
- 步驟3:程式自動計算風險值(滾輪滑至最下)





## 3.網頁版KIM使用說明-量表5.BM

## 量表5.BM 身體活動作業檢核表

用於評估和設計與身體運動相關的體力負荷



- 步驟0:選擇男女、選擇A-沒有設備輔助或 B-以肌肉力量驅動兩種方式 上期1:選擇時間機畫
- 步驟1:選擇時間權重
- 步驟2:依序選擇各項評級項目
- 步驟3:程式自動計算風險值(滾輪滑至最下)





## 3.網頁版KIM使用說明-量表6.BF

### 量表6.BF 全身施力作業檢核表

用於評估和設計與全身施力相關的工作負荷



Project6 •	+	⊠ ?		KIM	BF -	一用	於評(	古和言	受計員	與全身	身施力	力相關	的工	作負	荷		
		-	工作場所/-	子項活動:													
subTask1			工作日的持	續時間:					評	估人員	:						
			子項活動的	<b> 持續時間:</b>					B	期:							
		+	步驟一:	決定時間權重												時間の	5 14
			本子項任務: 時間 <sup>1)</sup> [分鐘]	每個工作日的總持續 和/或重複性 <sup>2)</sup> :	≤ 1	> 1 ~ 5	> 5 ~ 10	> 10 ~ 20	> 20 ~ 30	> 30 ~ 45	> 45 ~ 60	> 60 ~ 100	> 100 ~ 150	> 150 ~ 210	> 210 ~ 270	> 270 ~ 360	> 360 ~ 480
			時間權重:		1	1.5	2	2.5	3	3.5	4	5	6	7	8	9	10
			1)對於連續的子 請注意:如果 步驟二:	<sup>2</sup> 活動・ <sup>21</sup> 對於不連續的 <i>主要是以手-指施力、則</i> 決定其他指標的評	子活動 /還必須6 級點數	有關這: 使用 KIM	方面的解 - <i>MHO</i>	釋 · 請會 平估子項	*閒指引 活動!								
			<sup>10</sup> 對於連續的子 請注意:如果 步驟二:	<sup>2</sup> 活動· <sup>21</sup> 對於不連續的 <i>主要是以手-指施力·則</i> 決定其他指標的評	子活動・ / <i>還必須6</i> 級 <b>點數</b>	有關這; 使用 KIM	方面的解 - <i>MHO</i> #	釋 · 請會 平估子項	》閒指引 活動!								
			<sup>11</sup> 對於連續的子 請注意:如果 <b>步驟二:</b> 在標準分鐘	2活動、 <sup>21</sup> 對於不連續的 主要是以手-指施力、則 決定其他指標的評 內子項任務的連續	子活動· /還必須6 級點數 與/或調	有關這 使用 KIM	方面的解 <i>I-MHO</i> #	釋 · 請餐 ☞ <i>估子項</i>	》閱指引 活動!			亚药桐	握持 <sup>3)</sup>	[44]	£ 14 \$	移動	-6]
			<sup>11</sup> 對於連續的子 <i>請注意:如果</i> 步驟二: 在標準分鐘	21對於不連續的 主要是以手-指施力、與 決定其他指標的評 內子項任務的連續	子活動。 /還必須6 級點數 與/或書	有關這 使用 KIM	方面的解 I-MHO 施力	釋 · 請會 <i>平估子項</i>	》閱指引 <i>活動!</i>			平均握 31~	握持 <sup>3)</sup> [持時間] 16~	[秒]	平均利 - 5·	移動 多動頻率[ ~   16~	火]
			<sup>11</sup> 對於連續的子 請注意:如果 步驟二: 在標準分鐘 等級(程度)	活動, <sup>21</sup> 對於不連續的 <i>主要是以手-指施力、與</i> 決定其他指標的評 內子項任務的連續	子活動 還必須6 級點數 與/或 典型例	有關這 使用 KIM 非連續 子指引	方面的解 <i>I-MHO</i> 施力 ,用於分	釋 · 請香 ₩ <i>估子項</i>	▶閱指引 活動!			平均握 31~ 45 <sup>3)</sup>	握持 <sup>3)</sup> [持時間] 16~ 30 ≤	[秒] 15 ·	平均利 < 5 5 1!	移動 多動頻率[ ~ 16~ 5 30	次] 31~ 45 <sup>5</sup>
			<sup>11</sup> 對於連續的子 <i>請注意:如果</i> 步驟二: 在標準分鐘 等級(程度) 低	E活動, <sup>2</sup> 對於不連續的 主要是以手指能力,是 決定其他指標的評 內子項任務的連續 低施力 根據定義,不可能發生 使用KIM-MHO評估。	子活動 //還必須修 級點數 與/或 , 典型例 低全身。	有關這 使用 KIM 非連續 子指引 と力的情	方面的解 <i>I-MHO</i> ,用於 , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	釋 · 請香 平估子項 <b>子類 輔助</b> 用的情報	6 開指引 活動!	• 些子項注	行動必須	平均握 31~ 45 <sup>3)</sup>	握持 <sup>3)</sup> 持時間[ 16~ ≤ 30	[秒] 15 -	平均利 < 5 5 1!	移動 多動頻率[ ~ 16~ 5 30	次] 31~ 45 <sup>5)</sup>
			<sup>13</sup> 對於連鎖的子 <i>講注意:如果</i> 步觀二: 在標準分頻 等級(程度)	ご活動、 <sup>21</sup> 對於不通續的 主要是以手相能力、員 決定其他指標的評 內子項任務的連續 低地力 板據定義、不可能發生 使用KIM-MHO評估。 中等地力(≤30%Fm 使用手勢工具,例如為 744L的移動、220%F	子還必須約 與/或 與/或 無型例 低全身系 (成) (成) (成) (成) (成) (成) (成) (成) (成) (成)	有關這: 使用 KIM 非連續 子指引 と力的情:	方面的解 <i>I-MHO</i>	釋→請香 <i>子類</i> 輔助 用的情念 - 剪機或<	6関指引 活動! ) 3 公斤 6	· 些子項注 内振動鑽	5動必須 内損 /於滾輪	平均报 31~ 45 <sup>3)</sup> - 18	握持 <sup>3)</sup> 持時間 16~ 30 ≤ 12	[秒] 15 6 1	平均利 < 5 5 1!  .5 6	移動 多動頻車[ ~ 16~ 5 30 - i 12	次] 31 - 45 <sup>5</sup> 18

- 步驟0:選擇男女
- 步驟1:選擇時間權重
- 步驟2:依序選擇各項評級項目
- 步驟3:程式自動計算風險值(滾輪滑至最下)





## 4.筆記

