



工作場所安全與健康指南

餐廳僱員



2024 年 8 月

本刊物說明加州職業安全與健康(Cal/OSHA)計劃的功能, 以及加州法律和法規對工作場所安全與健康的一些常見要求。它並非旨在提供法律和法規的解釋。讀者必須直接參閱《加州法規》(California Code of Regulations)第 8 編成和《加州勞動法》(California Labor Code), 以了解詳細資訊、規範和例外規定。

工作場所安全與健康資訊可在以下網址線上取得:

- 一般資訊:www.dir.ca.gov/dosh
- Cal/OSHA 法規:www.dir.ca.gov/samples/search/query.htm
- Cal/OSHA 安全與健康出版物:www.dir.ca.gov/dosh/puborder.asp

Cal/OSHA 諮詢服務提供免費電話、電子郵件和現場協助。線上尋找當地辦公室(www.dir.ca.gov/dosh/consultation.html)或本文件背面所列的聯絡資訊。

版權所有 © 2025年 加利福尼亞州勞資關係部允許僅用於非營利和教育目的的展示、表演、複製和分發, 不得用於任何商業目的。保留所有其他權利。

目錄

- 1 **關於本指南**
- 2 **預防傷害及相關成本**
 - Cal/OSHA 法規和《兒童勞動法》
- 3 **餐廳安全概述**
 - 最常見的 Cal/OSHA 違規行為
 - 最常見的傷害類型
 - 最常見的工作相關死亡原因
 - 年輕僱員(18 歲以下)相關問題
 - 危害控制措施
 - 安全培訓
- 8 **安全主題:可做和不可做事項**
 - 預防燒傷
 - 清潔安全
 - 電力安全
 - 冷凍庫安全
 - 油炸機安全
 - 安全使用刀具
 - 更安全的提舉和搬運
 - 預防滑倒、絆倒和跌倒
 - 化學品危險資訊通報
 - 機器防護
 - 用梯安全
- 20 **傷害與疾病預防計劃(IIPP)**
- 27 **危險資訊通報計劃(HAZCOM)**
- 28 **餐廳安全相關資源**

關於本指南



本指南並非職業安全與健康標準的替代或法律解釋。請參閱《加州法規》(California Code of Regulations)第 8 編和《加州勞動法》(California Labor Code)第 5 節「就業安全」,以了解確切的資訊、規範和例外規定。

本手冊中特定產品的展示或使用僅為說明目的,並不構成勞資關係部的認可。

餐廳安全涉及餐廳、自助餐廳、廚房工作地點、其他飲食場所等工作場所的安全與健康。僱主和僱員均可通過使用本指南獲益。僱主可以為僱員提供更安全的工作場所,並從以下方面獲益降低僱員流失率、減少損失時間、減少工傷賠償費用,以及提高生產力和利潤。僱員可以更安全地執行日常工作,從而減少或避免意外和傷害。更安全地工作可以讓僱員維持收入和保留未來的工作機會。

為了幫助僱主和僱員安全工作,本指南提供了以下主題的資訊:

- 一般餐廳安全
- 常見的 Cal/OSHA 違規行為
- 受傷類型
- 危害控制措施
- 餐飲業各種典型作業的可做與不可做事項
- 安全培訓
- 制定並實施傷害與疾病預防計劃(IIPP)和危險資訊通報計劃(HAZCOM)
- 聯絡 Cal/OSHA
- 餐廳安全與健康資源

本指南所包含的資訊並不包括所有可能適用於餐飲業的健康與安全主題。我們鼓勵讀者閱讀所有適用的 **Cal/OSHA 法規**,其中部分法規已在本指南中提及。

預防傷害及相關成本

積極的安全與健康計劃是預防工作場所傷害與疾病, 以及降低營業成本的有效方法。在此類計劃中, 僱主和僱員攜手合作, 安全和健康始終是決策的一部分, 所有僱員和主管都接受過全面的安全工作培訓。

僱主通常都知道工傷或疾病的直接成本, 例如較高的勞工保險費。但僱主通常不知道隱藏成本。除了僱員受傷會對工作場所造成的創傷之外, 想想一次工作日受傷會給您帶來的損失:

- 生產力損失。
- 營運中斷。
- 僱用或重新培訓替代僱員的時間和成本。
- 維修和更換設備的時間和成本。
- 打擊僱員士氣。

透過有效實施 IIPP, 將安全與健康融入您的企業整體管理中, 將可降低與傷害相關的損失風險。

Cal/OSHA 在餐廳進行了許多嚴重的意外調查, 其中有些意外造成僱員死亡。導致這些意外的主要危害為:

- 燒傷(18%)。
- 墜落(13%) ——這也是造成大部分死亡事故的原因。
- 截肢(8%)。
- 化學品暴露(6%)。
- 撕裂、擠壓、觸電和車禍。

Cal/OSHA 法規和《兒童勞動法》

加州餐廳工人受到《加州法規》**第 8 編**的保護。

餐廳工作涉及許多不同類型的任務和相關危險。因此, 有許多針對餐廳工作的 Cal/OSHA 法規。雖然可能還有其他規定, 但最有可能適用的規定如下:

- 冷藏(**T8CCR 3249**)
- 麵糰輥壓(**T8CCR 4544**)
- 電氣安全(**T8CCR 2299-2974**)
- 人體工學(**T8CCR 5110**)
- 洗眼器(**T8CCR 5162**)
- 滅火器(**T8CCR 6151**)
- 垃圾處理(**T8CCR 4559**)
- 危險資訊通報計劃(**T8CCR 5194**)
- 室內工作場所熱疾病預防(**T8CCR 3396**)
- 傷害與疾病預防計劃(**T8CCR 3203**)
- 肉類、魚類和其他磨碎機(**T8CCR 4552**)
- 個人防護裝備 - 手部防護(**T8CCR 3384**)
- 旋轉式揉面機(**T8CCR 4547**)
- 工作區(**T8CCR 3273**)

除 Cal/OSHA 法規外, 加州《**兒童勞動法**》還規定了僱主在僱用未成年工人時必須遵守的具體要求。這些法律涵蓋學校出勤、許可、工資、工作時間、限制和禁止的職業、最低工資以及其他要求。

餐廳安全概述

在加州, 餐廳和其他飲食場所僱用大量僱員, 其中許多僱員的年齡都在 20 歲以下。通常, 青少年的第一次工作經驗就是在餐飲業。餐飲業僱用大量缺乏經驗的年輕僱員, 工作環境節奏快速, 而且僱員會接觸到許多類型的危險, 這使得餐飲業的工作在保持工作場所的安全和健康方面非常具有挑戰性。

以下是最常見的 Cal/OSHA 違規事件、受傷種類、與工作有關的死亡原因、年輕工人的問題, 以及危害控制措施的簡要概述。

最常見的 Cal/OSHA 違規行為

- **缺乏有效的傷害和疾病預防計劃。**
 - 確保僱員受到適當的培訓。這對年輕工人尤其重要。
 - 主動識別工作場所的危害, 並定期進行檢查。
- **冷藏室不適當。**
 - 步入式房間必須有內部照明。
 - 確保冷藏室內有功能性的門鎖釋放裝置。
- **妨礙人行道或走道。**
 - 妥善存放材料、馬上處理空箱等。
- **一般廚房區域的滑倒和絆倒危害。**
 - 地面濕滑時, 請使用高摩擦力的表面或地墊。
- **未向 Cal/OSHA 報告嚴重的僱員傷害或死亡事故。**
 - 與職業有關的死亡、受傷或疾病, 如涉及截肢、失明、嚴重程度的永久性毀容, 或因觀察或診斷測試以外的原因住院, 必須立即通報。

- **出口受阻。**
 - 確保出口未被儲存的物品阻塞。
 - 確保鎖上的門上有緊急出口杆。
- **不當清潔、維修和保養機器設備。**
 - 確保僱員在修理或調整機器時, 機器不會被啟動。

最常見的傷害類型

- **扭傷和拉傷**
 - 絆倒、滑倒和跌倒
 - 提舉時用力過度
 - 彎腰、攀爬、伸手和扭動身體
- **割傷、撕裂和刺傷**
 - 刀和其他切割/切片工具
- **燒傷和燙傷, 接觸**
 - 熱物體和明火導致
 - 熱物質, 如油、水等
- **工作相關的暴力**
 - 與同事或顧客發生爭執

最常見的工作相關死亡原因

- **謀殺**
 - 搶劫

- 顧客和客戶
- 運輸事故
 - 因車禍導致送貨司機

年輕僱員(18 歲以下)相關問題

適用的勞動法

- 限制工作時間
- 根據《2013 年兒童勞動法》規定, 禁止使用某些類型的設備

在加州, 18 歲以下的工人不得:

- 以在公共街道上駕駛機動車輛作為工作的主要部分(17 歲的工人可以在非常有限的情況下駕駛)。
- 使用動力設備, 如碎紙機、切肉機或烘焙機。

此外, 14 或 15 歲的工人不得:

- 從事任何烘焙活動。
- 烹飪(不使用明火烹飪的電爐或瓦斯爐, 以及可自動降下或升起籃子的油炸機除外)。
- 裝卸卡車。
- 在梯子或棚架上工作。

● 經驗不足

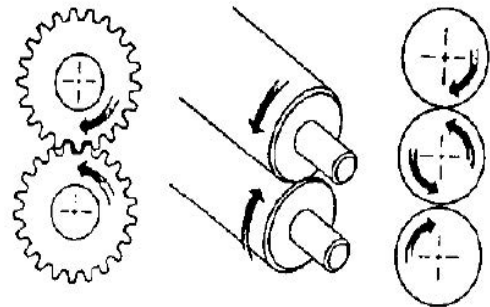
- 需要更多的監督和培訓。
- 在工作場所傷害與疾病預防計劃中明確處理問題。

危害控制措施

● 機器防護

- 檢查所有會產生危險的旋轉、往復、運

轉(如輸送帶)、剪切、沖壓、壓縮、擠壓、拉伸、切割、滾動和混合動作的設備, 包括僱員可能接觸到的夾點和剪切點。



- 確保這些危險區域設有實體屏障或其他方法的防護, 以防止僱員的手部、頭髮、寬鬆衣物或其他物品進入。
- 設備關閉/標記
 - 如果僱員需要在必須移除機器防護裝置的設備上工作, 或者僱員會接觸到電力或其他形式的儲存能量(尤其是打包機和壓縮機), 則應在任何時候實施設備關閉/標記計劃。
- 梯子
 - 識別僱員可能必須進入的高架位置, 以及周圍的危險, 例如熱表面或盛載熱液的容器。在可行的情況下, 避免使用梯子。請勿使用椅子、推車或水桶作為梯子。
 - 培訓規定:
 - 安全使用梯子的重要性, 包括從梯子上摔下受傷的頻率和嚴重程度。
 - 選擇, 包括梯子類型、適當長度、最大工作負荷和電氣危險。
 - 維護, 包括檢查和移除損壞的梯子。

- 豎立梯子, 包括梯腳支撐、頂部支撐、固定傾斜角度和伸縮梯伸展部分的最小重疊度。
- 在梯子上攀爬和工作, 包括使用者的位置和與梯子的接觸點。
- 導致跌倒的因素, 包括 匆忙、突然移動、注意力不集中、鞋類及使用者的身體狀況。
- 禁止的用途, 包括設計以外的用途, 以及在交叉支架上攀爬。

● 緊急洗眼器

- 除了要求僱員穿戴個人防護裝備外, 處理和使用腐蝕性化學品(如漂白劑、脫脂劑等)的僱員還需要準備沖洗眼睛的設備, 以防眼睛接觸到這些化學品。根據所使用的化學品, 餐廳可能需要設置緊急洗眼器(甚至可能需要緊急淋浴設備)。僱員需要參閱所使用化學品的安全資料表(SDS), 以了解具體要求。
- 當需要使用緊急洗眼器時, 僱主需確保工作場所內的緊急洗眼器功能正常, 並符合 ANSI Z-358.1-1981(應予以標明)的要求。設有緊急洗眼器也能幫助眼睛可能意外接觸到熱油、辣椒等物質的僱員。該要求也適用於緊急淋浴設備(在有需要的地方)。
- 每月啟動管道式緊急洗眼器和淋浴設備, 以沖洗任何污染物並確保其正常運作。製造商建議的其他類型的緊急洗眼器和淋浴設備。

● 防護手套

- 化學品 - 請參閱 SDS 和供應商, 以確保提供給僱員的手套種類適合他們可能接觸的化學品。

- 熱表面和液體 - 確保使用的手套乾燥、狀況良好, 並且是針對使用目的而設計。
- 割傷 - 在可行的情況下, 讓僱員使用防割手套, 並考慮使用鋼網手套或其他類型的手套, 以便在需要時進行適當的衛生處理。

● 防滑鞋和防滑表面

- 理想情況下, 應安裝防滑地板。此外, 要求或提供防滑鞋也是防止滑倒和跌倒的有效輔助策略。

加州大學柏克萊分校勞工職業健康計劃(Labor Occupational Health Program, LOHP)的[用鞋政策範本](#)。

● 氣體燃料(如丙烷、天然瓦斯)、二氧化碳(瓦斯和乾冰)和氬氣

- 保護閥門和固定氣瓶, 防止翻倒。
- 確保使用氣體的區域通風良好, 以防止窒息和/或火災。
- 避免在密閉的房間 或步入式冰箱或冰櫃中使用或儲存。
- 避免儲存於外部熱源附近, 如烤箱或高溫區域。
- 確保丙烷鋼瓶裝 有過量填充保護裝置。
- 在點燃瓦斯燃燒器之前, 請使用洩漏偵測溶液檢查所有接頭的緊密性。
- 使用烤箱需要防止發生 燃料故障、空氣失效或點火故障。例如, 製造商安裝的安全機制必須能夠在引火火焰或火花點火器失效時關閉主燃燒器和引火燃燒器的燃料。

- 處理燃料缸時請勿吸煙。
- 不使用瓦斯時，請關閉氣瓶的主閥。
- **燒傷**
 - 使用熱液清理排水口時請小心。
 - 等待油和其他液體冷卻後再排出、過濾或轉移。
- **食品調味料**
 - 查看黃油替代品的 SDS，以確定是否含有丁二酮、丁二酮三聚體、乙偶姻、2,3-戊二酮、2,3-己二酮或 2,3-庚二酮。即使 SDS 上未列出任何這些化學物質，也可考慮聯絡製造商，以確定是否存在任何濃度的以上化學物質。
 - 如果確定存在任何這些物質，且這些物質是熔化或煮熟的，請確保良好的室內通風。
- **預防熱疾病**
 - 無論是在室外或室內工作，僱員都有可能患上熱疾病。根據您的工作環境，制定書面的熱疾病預防計劃，以處理其中一種或兩種情況。其中必須包括：
 - 提供充足的飲用水。
 - 陰涼處或降溫區域。
 - 防止僱員過熱的降溫休息時間。
 - 制定應急響應程序，以防僱員出現熱疾病症狀。
 - 提供幫助僱員適應在高溫環境工作的方法，並密切觀察其症狀。
 - 如果室內溫度達到 87°F，或廚房或其他有熱源的地方溫度達到 82°F，或僱

員所穿的衣服妨礙僱員降溫，請使用空調或其他方法降低工作場所的溫度。

- 如果空調或其他類似的工程控制不足以將溫度降至 82°F 以下，則採用一些方法，例如將僱員輪流調離炎熱的工作區、要求更多的休息時間、降低工作強度或更換所需的衣物，以便讓僱員降溫。
- 如果空調和其他讓僱員降溫的方法不足以將患熱疾病的風險降至最低，則應為僱員提供個人防暑設備，例如降溫背心、濕衣、熱反射服或供氣式個人冷卻系統。
- **工作場所暴力**
 - 檢查工作場所的所有區域是否有可能發生暴力事件，例如夜間單獨工作、貨幣兌換和儲存區、黑暗的停車或工作區域。
 - 實施工作場所暴力預防計劃、庇護計劃和疏散計劃。讓僱員及其授權代表積極參與計劃的制定、實施和檢討。
 - 對僱員和主管進行培訓，讓他們認識到工作場所暴力的施暴者可能是任何人，例如搶匪、顧客、現任或前任僱員或主管、親屬、現在或以前與僱員或主管有關聯的人。
 - 就工作場所暴力事宜與僱員溝通。
 - 建立報告威脅和暴力行為的方法，並就報告程序對所有僱員進行培訓。考慮加入讓員工匿名報告任何威脅、疑慮或工作場所暴力事件的方式。當您收到報告時，進行調查、採取糾正措施，並且不要報復。如果可能，通知警方或取得限制令。

- 調查並記錄暴力事件, 包括威脅。將該記錄用作支持申請限制令的論據, 並在必要時與執法部門分享。
- 考慮採取以下行動:
 - 聘請專業人員為僱員和主管提供有關避免或應對工作場所暴力的方法的培訓。
 - 為僱員和主管提供有關降級技巧的培訓, 例如使用語言而非武力來防止潛在暴力情況惡化。
 - 安裝監視攝影機, 並設置個人緊急按鈕, 以便向警方報警。
 - 不要安排僱員單獨工作, 尤其是在夜間。
 - 改善工作場所內外的照明狀況。
 - 鼓勵僱員報告家庭問題, 例如, 如果他們疏遠的配偶可能會轉為使用暴力行為。

安全培訓

充分了解工作場所潛在危險的僱員, 受傷或生病的可能性較低。提供有效的培訓也符合《加州法規》第 8 編第 3203 節規定的傷害與疾病預防計劃的要素之一。

僱主可以使用本指南和其中包含的「可做」和「不可做」清單來對僱員進行安全培訓。除了本指南之外, 僱主還可以利用其他各種資源來協助培訓僱員, 包括以下各項:

- **餐廳安全培訓指南(Restaurant Safety Training Guide)**, 可透過加州大學柏克萊分校的勞工職業健康計劃(LOHP)取得。

此培訓計劃內的材料包括:

- 使僱員參與識別和控制健康與安全危害的培訓指南。
- 讓新進僱員認識危害的安全導向清單。
- 有關預防灼傷/割傷、滑倒/墜落、搬運重物和搶劫/攻擊造成的傷害、工作中的緊急情況規劃, 以及處理工作中的傷害的提示清單。
- 培訓資源, 例如餐廳設備製造商提供的操作說明和安全預防措施。
- 聯邦職業安全與健康管理局 (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) 的**餐廳安全電子工具- 餐廳內的青少年勞工安全**。

所有僱員, 尤其是新入職及較年輕的僱員, 都需要經常接受經常性的複習進修培訓, 以保持工作安全。以下是一些適合您餐飲業的培訓主題範例:

- 在您的特定餐廳中 可能發現的危害。
- 導致您的僱員受傷或生病的危害。
- 如何控制這些危害。必須始終優先考慮消除危害。如果做不到, 下一個最好的方法就是修改工作方式和使用個人防護裝備。
- 您特定的工作場所政策和安全 工作實務。

安全主題:可做和不可做事項

以下的安全主題包括有關最佳實務和法規要求的資訊,有助於減少或預防工人面臨的危害、傷害和疾病。您可以透過執行下列主題的「可做」和「不可做」,使您的工作場所更加安全。您可以在培訓工人時使用這些安全主題,並將它們張貼在工作區域,以提高他們的安全意識。請隨意針對您工作場所的獨特問題,自由創建您自己的主題。

常見的餐廳安全主題包括:

預防燙傷

清潔安全

電氣安全

冷凍庫安全

油炸機安全

安全處理刀具

更安全的提舉和攜帶

防止滑倒、絆倒和跌倒

化學品危險資訊通報

機器防護

用梯安全

預防燒傷

在加熱設備(如油炸機、烤箱、微波爐、灶具等)周圍工作的僱員可能會被燒傷。具體來說, 熱油、明火、蒸氣和熱盤可能會燙傷僱員。服務員在端熱盤子、熱食物溢出或拿起在熱燈下的盤子時, 都可能被燙傷。

餐廳的僱員和管理者必須了解這些危險, 並採取措施減少餐廳工作中的燙傷。



可做	不可做
✓ 烹飪時穿著長袖和長褲。	X 熱油無人看管。
✓ 使用乾的鍋墊、手套和手套。	X 依靠在裝有沸騰液體的鍋上。
✓ 調整燃燒器的火焰, 使其僅覆蓋鍋底。	X 將水倒入熱油中。
✓ 小心檢查爐子上的熱食。	X 鍋把手或烹飪用具超出檯面或爐頭。
✓ 避免接觸蒸氣, 蒸氣會造成燙傷。	X 在微波爐中使用金屬容器、箔紙或用具。
✓ 打開蓋子時, 將蓋子向身體外側拿開。	X 油污積聚在烹飪表面、鍋具和平底鍋上。
✓ 小心取出微波爐中的物品。	X 平底鍋把手在另一個爐頭上方。
✓ 穿著可保護雙腳的堅固鞋類。	
✓ 使鍋把手遠離燃燒器。	

清潔安全

從事清潔工作的餐廳工人會暴露在許多潛在的危險中。使用化學品, 例如肥皂、洗潔劑和其他腐蝕性清潔溶液, 可能會造成皮膚、鼻子和眼睛刺激、過敏反應、皮膚灼傷和其他負面影響, 包括職業性哮喘。清理機器、尖銳物體以及滾熱和濕滑的表面會使工人暴露在其他危險中。



僱主有保護僱員安全與健康的首要責任。要做到這一點, 可以向僱員說明工作組織、如何安全地執行任務、僱員在工作時所接觸的化學品對健康的危害, 以及僱員使用適當的個人防護裝備(如圍裙、手套和護目鏡)的必要性。培訓內容必須包括在緊急情況下採取的特別措施。僱員有責任遵守安全工作常規, 並在發現安全問題時提醒僱主。

可做	不可做
✓ 注意熱的設備和蒸汽。	X 過量填充推車或容器。
✓ 立即擦拭溢出物。	X 混合不相容的化學品(如漂白劑和氨水)。
✓ 穿著適當的防水防滑鞋。	X 不戴保護手套處理破碎的玻璃/餐具。
✓ 使用標誌警告滑倒危險。	X 移除垃圾處理機的防護裝置。
✓ 了解清潔化學品的危害和正確使用方法。	X 在插電或操作時清潔機器(如麵團攪拌機)。
✓ 使用腐蝕性和刺激性物質時, 使用個人防護裝備。	X 使用無標籤的清潔瓶。
✓ 隨時備妥所有安全資料表(SDS)。	X 使液體接觸電源插座和電器。
✓ 備有隨時可用的緊急洗眼器。	X 在沒有人幫忙的情況下拿起或移動大型墊子。

電力安全

餐廳僱員在電器設備周圍工作時, 會面臨觸電甚至死亡的危險, 尤其是在商用廚房。以下都是構成最大威脅的危險狀況:

- 電線磨損
- 濕式清潔作法
- 電線或設備故障
- 插座或連接器損壞
- 延長線使用不當或損壞



可做	不可做
✓ 了解電力緊急情況的處理程序。	X 使用有故障或損壞的設備、插座或連接器。
✓ 知道在緊急情況下如何關閉電源。	X 用濕手或在接觸濕的或潮濕的表面時插入設備插頭。
✓ 使用接地故障電路中斷器(GFCI) 插座。	X 拉動電線以拔下插頭。
✓ 使用時, 讓電源線遠離液體和設備。	X 使用延長線, 臨時使用除外。
	X 進行電力工作時, 使用金屬梯子。
	X 插入插座時, 將手指放在 插頭上。

冷凍庫安全

餐廳僱員在冰箱、冷凍庫和其他冷藏區工作時，可能會暴露在低溫環境中。如果他們身後的門意外關閉，他們可能會被困在冰箱或冷凍庫。被困工人可能會暴露在極低的溫度下，導致體溫過低。所有冷藏區內都需要有照明燈和門門，以及斧頭或加熱的門封條。

冰箱或冷凍庫內的冷凝水會使地板變得濕滑，導致可能發生的滑倒和跌倒。

兒童勞動法禁止 16 歲以下的工人從事冷凍或肉類冷藏工作。



可做	不可做
✓ 了解寒冷壓力的警告症狀，例如手部刺痛、皮膚蒼白/冰冷、發抖、昏昏欲睡、說話含糊不清以及行為混亂。	X 過度勞累，因為肌肉需要能量來保暖，過度勞累會增加體溫過低或凍傷的風險。
✓ 穿著多層保暖衣物和個人防護裝備，例如帽子、手套和橡膠防滑鞋。	X 獨自工作。
✓ 全天及關門前定期檢查單位，確保沒有人被困在裡面。	X 長時間連續工作。
✓ 在安排完整的工作之前，讓身體有時間適應寒冷。經常到溫暖的地方休息。	X 安排在一天中寒冷的時間送貨。
✓ 進食溫暖、高卡路里的食物和飲料，以保持身體內部溫度。	X 忽視保護腳、手、頭、腳趾、耳朵和鼻子的重要性。
✓ 在步入式冷凍櫃的內側提供出口。	X 進入步入式冷凍庫時，未先檢查照明和功能正常的加熱門封條(或斧子)。
	X 讓冰積聚在地板和表面。

油炸機安全

無論是準備炸薯條、炸雞等傳統食品, 還是油炸冰淇淋、油炸義大利麵等新奇食品, 商用油炸機都是許多餐廳不可或缺的設備。雖然油炸機相對容易使用, 但如果不遵守安全操作指引, 也會對廚房僱員的安全構成威脅。所有廚房僱員, 尤其是油炸廚師, 在商用油炸機附近工作時, 都有可能受到下列傷害:



- 燒傷
 - 油炸鍋的油溫通常在 350 °F 左右。操作或清潔商用油炸鍋的工人可能會因油花四濺而嚴重燒傷
- 一氧化碳中毒
 - 一氧化碳是一種無色無味的氣體, 當東西燃燒時會釋放出來。如果排氣罩或油炸鍋的排氣功能不正常, 燃燒時釋放出來的一氧化碳會迅速充斥整個廚房, 造成中毒
- 兒童勞動法禁止 15 歲及以下的工人從事油炸工作

可做	不可做
✓ 烹調時, 輕輕抬起或放下油炸籃, 以免油花四濺。	X 油炸籃過滿。
✓ 讓液體、飲料和冰遠離熱油。	X 站得太靠近熱油或靠在熱油上。
✓ 使用熱油時, 請穿戴安全設備。	X 運送熱油。等待油冷卻!
✓ 將手伸到油炸鍋上方之前, 先讓油冷卻。	X 過濾熱油。等待油冷卻!
✓ 每次只處理一個油炸籃。	X 將熱油存放在烤肉區旁的地板上。
✓ 用水清洗油炸鍋和油籃後將其擦乾, 以避免油濺。	X 讓冷凍食物中的水、冰或多餘的冰晶進入熱油中。
	X 將物品存放在油炸鍋上方, 它們會掉入熱油中。

安全使用刀具

專業刀具雖然是廚房的必需品,但也會對餐廳僱員構成傷害威脅。對於未受過適當培訓的僱員而言,刀具造成傷害的可能性尤其高。僱員了解如何正確操作廚房刀具和其他切削工具的知識,創造出更安全的工作場所。



可做	不可做
✓ 保持刀具鋒利, 在刀具新磨後告知其他職員。	X 觸摸刀刃。
✓ 刀具只能用於指定的用途。	X 試圖接住掉下來的刀。讓它掉下來。
✓ 使用適當的刀具來完成工作。務必使用砧板。	X 把刀具遞給別人。放在櫃檯上, 讓他們拿起。
✓ 攜帶刀具時, 刀尖向下, 刀刃遠離身體。	X 將刀放在水槽中浸泡。
✓ 將刀具妥善存放在靠近使用區域的刀架或刀鞘中。	X 使用刀具時分心。
✓ 使用後立即清潔刀具。	X 將刀具用於指定用途以外的目的。
✓ 任何時候都要控制您的刀刃、身體和正在切的食物。	X 使用刀柄或刀片損壞的刀具。
	X 切菜的動作要讓刀朝向您的身體。

更安全的提舉和搬運

抬起和放下重物、以彎扭的身體姿勢拿著鍋具、抓著大袋子、倒空容器和攜帶物件是餐飲業的常見工作。持續反覆執行這些工作可能會造成疲勞、不適、背痛、肩頸問題、關節活動範圍減小、握力下降以及其他問題。僱主和僱員可以透過改善工人的能力、任務和使用的設備之間的配合來減少或消除這些問題。

解決方案包括重新安排工作點、提供推車、培訓僱員掌握正確的技巧、限制搬運重物的需要、呼喚同事幫忙，以及使用更好的工具。工作區良好的照明也有助於防止意外和傷害。



可做	不可做
✓ 使用機械裝置和推車來舉起和移動重物或尋求協助。限制用手搬運。	X 在沒有人幫忙的情況下舉起/搬運沉重、笨重或不平的物品。尋求協助或使用推車。
✓ 保持頭部抬高、背部挺直，用腿部而不是背部發力。	X 依靠背帶。
✓ 提舉前盡可能將負荷物靠近您。	X 伸手提起負荷物。
✓ 保持負荷物在身體正前方。移動雙腳轉身，以免扭傷背部。	X 伸手到側邊或在轉身的同時舉起。
✓ 提舉物品到腰部高度，手肘內收並貼近身體。	X 將較重的物品放在上層貨架。
✓ 限制提舉材料的高度超過肩膀。	X 因搬運大型/笨重物品視線受阻。
✓ 保持身體健康以避免受傷。	X 搬運高於肩膀的盤子或箱子。這樣會對您的頸部、肩膀和下背部造成過度的負擔。

預防滑倒、絆倒和跌倒

餐廳工作中的滑倒、絆倒和跌倒可能會造成輕微或嚴重的傷害,甚至導致死亡。當鞋底與行走表面間的牽引力不足時,容易滑倒。絆倒通常是因為腳碰到障礙物失去平衡而最終摔倒。

僱主有責任提供安全的工作場所,並鋪設適當的地板和足夠的照明。僱主也有責任培訓僱員有良好的內務管理習慣。定期檢查餐廳和場地,找出並糾正會導致滑倒、絆倒和跌倒的危害,並強制僱員穿著適當的鞋類和採取其他安全預防措施,有助於預防或消除餐廳業務中的滑倒、絆倒和跌倒傷害。



可做	不可做
✓ 穿著帶有防滑鞋底、低跟的封閉式鞋子。	X 移動過快或奔跑。
✓ 制定定期清潔計劃,並立即清理溢出和濺出的水。	X 搬運太高的物品,使得您無法看見上方。
✓ 拖地或地板濕滑時,放置警告標誌。	X 在地板上存放可能會被踢倒的物品,特別是熱的物品,例如油。
✓ 使用防滑地墊。保持墊子清潔並固定到位。	X 穿著過大、過寬或長度至鞋面以下的衣服,這存在潛在的絆倒危險。
✓ 消除雜亂或阻塞的工作區。	X 穿著平底鞋、露趾鞋、帶防水台的鞋子、高跟鞋、帆布鞋等。
✓ 向主管報告任何盲角、有問題的地板表面或危險區域。	X 不要將儲物盒裝得太滿,因為物品可能會掉出並造成絆倒危險。
✓ 使用乾淨的拖把,以免油脂擴散。	
✓ 保持工作區照明良好。	

化學品危險資訊通報

化學品使用不當可能會導致餐廳工人輕微或嚴重受傷, 甚至死亡。這包括用於清潔和消毒的化學品。

某些常用的化學品可能會對僱員造成嚴重傷害, 例如皮膚發紅、刺激、灼傷, 也可能會造成皮膚龜裂, 導致化學品進入血液。這些化學物質也可能透過呼吸進入人體, 對鼻子、喉嚨和肺部造成刺激。

餐廳僱員和管理者可以採取以下幾個步驟, 以降低在使用危險化學品工作時所涉及的風險:

- 確保僱員了解某些化學物質可經由完整的皮膚進入人體, 也可經由呼吸進入人體。
- 為僱員提供有關良好內務管理實務和化學品安全的培訓。
- 確保僱員在進食、飲水或吸煙前徹底洗手。
- 免費為僱員提供適當的手套、橡膠圍裙及其他個人防護裝備, 並培訓他們正確使用。
- 制定應急響應程序。



可做	不可做
✓ 了解並確保您理解您所使用的化學品的危害。	X 在有更安全的化學品的情況下, 使用危險化學品。
✓ 了解 SDS 的位置。	X 在接受過有關化學品危害以及如何保護自己的培訓之前, 不使用化學品。
✓ 使用化學品時, 遵循 SDS 中的指示。	X 使用裝在沒有標籤的容器中的化學品。
✓ 根據化學品危險資訊通報的要求, 為工作場所的容器(如噴霧瓶)貼上標籤。	X 混合不相容的化學品。
✓ 穿戴適當的個人防護裝備, 例如手套、面罩、防濺護目鏡和呼吸器。	X 使用空水樽或食物容器儲存化學品。

機器防護

餐廳使用多種需要機器防護的設備。食物處理機、切碎機、切片機、研磨機、攪拌機和壓縮機都有移動的零件，由於其動作具有危險性，因此必須加以防護。

工人可能會因為缺乏防護裝置、故意移除防護裝置或防護裝置不當而受傷。餐廳中與機器防護相關的傷害包括割傷、瘀傷、燒傷、截肢和絞傷。僱主可以透過以下方式保護工人免受此類傷害：

- 依照製造商的指示，檢查並維護設備上的所有機器防護裝置。
- 要求僱員遵循為保護他們免受機器防護危險而制定的安全操作程序，不要讓他們走危險的捷徑。
- 根據需要的頻率，對工人進行機器防護安全培訓。培訓內容應包括如何正確操作設備以及如何避免受傷和意外的實務示範。
- 兒童勞動法禁止未滿 18 歲的工人在某些機器（如麵團攪拌機和切肉機）上工作。



可做	不可做
✓ 小心使用所有移動設備，尤其是動力驅動的設備。	X 如果會暴露設備的切割或移動部件，移除部件。
✓ 針對設備上的危險零件進行防護，例如麵團滾輪、切片機刀片和攪拌器鉤/葉片。	X 使用無保護的設備。
✓ 使頭髮、衣服、首飾、手指、手掌和手套遠離危險的移動/切割零件。	X 不使用製造商的保護措施。
✓ 根據需要使用延伸工具。	X 在未遵循特定設備的鎖定程序的情況下清楚設備的堵塞物。
✓ 如果護罩損壞或遺失，聯絡主管。	X 未經培訓即使用設備。
✓ 按照製造商的說明操作、清潔和維護設備。	

用梯安全

餐廳僱員在使用梯子或梯級在儲物架或其他高處工作或伸手攀爬時, 會面臨墜落的危險。

僱主可以透過以下方式防止僱員從梯子和梯級上墜落:

- 提供工作狀況良好的梯子和梯級。梯子和梯級也應適合特定的工作。
- 提供梯子和梯級的檢查、使用和維護培訓。
- 兒童勞動法禁止 15 歲以下的工人在梯子上工作。



可做	不可做
✓ 例行檢查梯子的損壞、缺陷和濕滑狀況。	X 在沒有適當梯子的情況下爬上高處。
✓ 在攀爬梯子和梯級前, 檢查鞋上是否有油、脂等。	X 使用看起來有損壞或缺陷的梯子。
✓ 僅使用適合所要執行工作的適當梯子。	X 進行換燈等電氣工作時, 使用金屬梯子。
✓ 僅使用可在所提供的空間內適當使用的梯子。	X 除非經過培訓, 否則不使用。
✓ 總是將梯子放置在未超出觸碰範圍的位置。	X 使用椅子、水桶或其他任何東西代替梯子。
✓ 始終保持三點接觸。	X 踩在最上面的兩個梯級上。
✓ 面向梯級攀爬或下來。	X 嘗試處理超重負荷, 高估自己的力量, 需要幫助時不尋求幫助。
✓ 當您在梯子上時, 防範周圍的危險, 例如熱的液體。	

傷害與疾病預防計劃(IIPP)

IIPP 是一項基本的書面工作場所安全計劃。加州法規第 8 編(T8CCR)**第 3203 節**要求每位僱主制定並實施有效的 IIPP。

有效的 IIPP 的好處包括改善工作場所的安全和健康、提高士氣、增加生產力以及降低經營成本。工作場所的成本可能包括醫療、更高的工傷保險費、賠償金和訴訟。

因工受傷的僱員遭受了大量疼痛,經歷了大量痛苦。他們也可能喪失薪水並錯失未來工作晉升的機會。因此,擁有有效的 IIPP 不僅是一項法規要求,也是餐飲業中極為重要的一環。要使您的 IIPP 有效,您必須在工作場所將其完全付諸實行。

根據第 8 編第 3203 節的規定,傷害與疾病預防計劃的要素包括:

1. 責任
2. 合規
3. 通報
4. 危害評估
5. 事故/暴露調查
6. 危害糾正
7. 培訓與指導
8. 僱員獲取書面 IIPP
9. 紀錄保存

為了有效,您的 IIPP 必須:

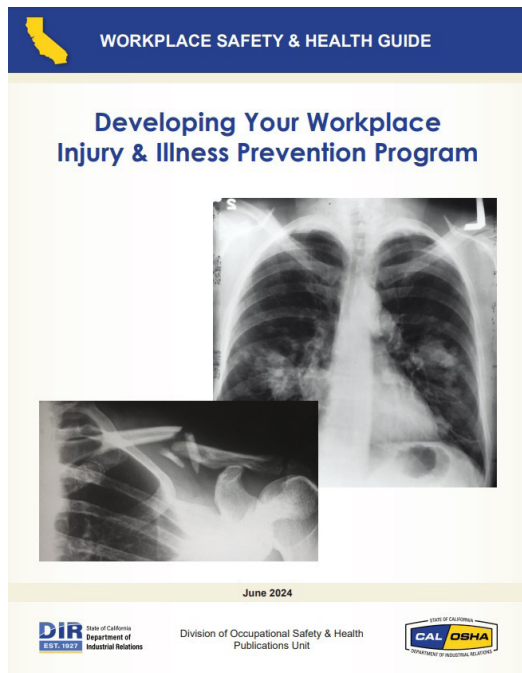
- 所有僱員、主管和管理階層充分參與。
- 識別僱員會接觸到的特定工作場所危害。
- 以適當的方式及時糾正已識別的危險。

IIPP 不只是一紙計劃。您在工作場所將其付諸實行的程度將決定其有效性。您必須定期檢查和更新您的 IIPP,以保持其有效性。

符合以下條件的僱主屬於書面 IIPP 和文件要求的某些例外情況:

- 在日曆年度內僱員人數少於 20 名,且所從事的行業不在指定的高風險清單上的機構且工傷賠償經驗修正率(ExMod)為 1.1% 或以下的機構;以及在低危害和非高危害行業的指定清單上,在日曆年度內僱員人數少於 20 名的機構,可將 IIPP 的書面文件限制於下列要求:
 - 有權和有責任執行計劃的人員的身份。
 - 排定定期檢查,以找出不安全的狀況和工作方式。
 - 為僱員提供的培訓和指示。
- 地方政府實體無需保存下列文件:
 - 排定定期檢查,以找出不安全的狀況和工作方式。
 - 為僱員提供的培訓和指示。

請參閱 T8CCR 第 3203 節,以了解書面計劃必須包含的詳細內容。



您的 IIPP 是工作場所健康與安全計劃的支柱。它在透過其他有效實施的書面計劃幫助您解決特定危險問題方面也發揮著關鍵作用, 例如:

- 車隊安全。無論您的僱員使用的是「公司」車輛還是個人車輛, 都可能存在需要處理的固有職業危害, 例如駕駛員篩選、車輛例行檢查、使用手機或其他分散注意力的行為, 以及生產力壓力。
- 與客戶或公眾人士有關的工作場所暴力。
- 化學品危險資訊通報, 尤其是涉及到工作場所可能會使用的某些侵蝕性油脂清潔劑時。

我應如何開始?

1. 使用以下頁的 IIPP 工作表。請記住: 當您審閱每個要素時, 請不斷問自己「這是否有效?」
2. 請參閱以下另附的 Cal/OSHA 指南: 制定《工作場所傷害與疾病預防計劃制定指南》(Guide to Developing Your Workplace Injury & Illness Prevention Program)。
3. 使用《餐廳傷害與疾病預防書面計劃樣本》作為您制定書面 IIPP 的起點。不要忘記, 您實際執行 IIPP 的程度對計劃的成功與否至關重要。
4. Cal/OSHA 諮詢服務也可解答您可能有的健康及安全問題, 包括有關 IIPP 的問題。請參閱本指南的封底頁, 查找離您最近的 Cal/OSHA 諮詢辦公室的電話號碼。



我們有正式的安全政策嗎？		
目標： 明確規定工作場所安全的優先順序，以及對管理層、僱員和其他承包商的一致期望。		需要採取的行動
是否有：	- 妨礙安全與健康的不佳表現？ - 盡可能促進建設最安全的工作場所？	
它們是否：	- 是否貫徹執行？ - 被所有僱員理解？ - 書面形式？	

我們是否已正式確定由誰負責確保 IIPP 有效？		
目標： 負責任的人員也有權力和資源來執行 IIPP。		需要採取的行動
負責人：	- 姓名或職稱？ - 每個人都知道誰是負責人嗎？	
權限：	他們是否擁有所有必要的權限，例如，他們是否可以指示僱員做什麼；僱用、紀律和獎勵僱員；以及採購設備/服務而無需獲得許可？	

我們是否有方法確保僱員遵守工作場所安全政策和程序？		
目標： 僱員和管理層的參與，以及時薪僱員和各級管理層平等且一致的責任。		需要採取的行動
執行：	是否有所有僱員都清楚了解的正式書面紀律程序？	
認可：	程序是否旨在鼓勵僱員參與並強化正面行為？	
再培訓：	不當的安全行為是否為再訓練的重點？	

僱員、主管和經理之間是否有溝通？		
目標：所有餐廳人員之間進行雙向溝通。		需要採取的行動
僱員報告危害：	是否鼓勵僱員在無需擔心報復的情況下報告危害？	
理解：	溝通方式是否為所有僱員容易理解的形式？	
方法：安全會議、培訓計劃、公佈、匿名通知, 以及其他	- 溝通方法是否適合工作場所？ - 是否需要其他方法？	
安全會議：	- 是否足夠頻繁？ - 是否記錄？ - 是否已向領導/主管示範如何正確召開？ - 是否將已識別的工作場所危害和傷害的預防措施作為主要焦點？	
工作場所安全與健康書面規則：	- 是否為餐廳專門制定？ - 僱員是否了解？	

是否進行例行工作場所檢查		
目標：主動識別工作場所的危害。		需要採取的行動
例行檢查：	- 是否持續且頻繁地進行檢查？ - 由誰執行？ - 他們知道要檢查什麼嗎？	
記錄：	是否使用正式的檢查清單？	
工作場所變化：	檢查程序是否能識別先前未識別的危險, 以及因工作場所材料和製程變更而產生的危險？	

餐廳僱員是否及時消除或控制已辨識的危害		
目標： 識別出的危害會按優先順序進行追蹤，直到消除或得到控制為止。		需要採取的行動
優先順序：	優先順序是否基於危害嚴重性？	
追蹤：	是否將危害糾正正式指派給個人，並一直追蹤糾正狀態，直至完成？	
即將發生的危害：	如果危害本身無法立即消除，是否制定了消除僱員接觸危害的程序？	

是否對傷害、疾病、意外和差點發生的事件進行調查？		
目標： 迅速識別 傷害、疾病、危險、事故和差點發生的事件的真正原因。		需要採取的行動
確定真正原因：	是否正在確定 事故的真正原因？	
記錄：	- 調查表格是否有助於記錄真正的原因？ - 表格 301 或同等表格？ - 事件調查表？ - 僱主報告傷害？ - 以上皆是？	

僱員是否正在接受培訓?		
目標: 僱員知道工作場所可能存在哪些危害, 以及如何預防或控制他們接觸危害。		需要採取的行動
新僱員(臨時和永久):	他們是否在分配工作前接受過培訓/指導?	
工作場所變化和未識別的危險:	每當製程或材料發生可能引發新危險的變化時, 僱員是否都接受了培訓?	
主管:	主管是否接受額外的培訓, 以辨識工作場所的危險?	
質量:	是否有跟進以確保培訓有效?	

是否保存了實施和維護 IIPP 所採取的步驟的記錄?		
目標: 所做的事項都會得到記錄。		需要採取的行動
檢查:	- 進行檢查的人? - 日期? - 不安全的狀況? - 採取的糾正措施?	
調查:	- 進行調查的人員? - 事故的真正原因?	
培訓:	- 僱員的姓名或其他標識? - 日期? - 培訓類型和提供者?	
負責 IIPP 人員的身份:	- 姓名? - 職稱?	
安全會議:	- 由誰執行? - 涵蓋哪些內容? - 何時開會? - 有誰出席?	

餐廳僱員是否可以獲取本計劃		
目標: 僱員知道如何檢查和獲得 IIPP 的副本, 並知道他們有權這樣做。		需要採取的行動
獲取	是否向僱員提供以下其中一項? - 在合理的時間、地點和方式內獲取, 但無論如何不得遲於收到僱員或指定代表的要求後 5 個營業日。 - 透過公司伺服器／網站無阻礙地獲取 IIPP, 讓僱員可以檢閱、列印並透過電子郵件傳送最新版本。	
程序	- 僱員是否有權獲取 IIPP? - 是否有僱員獲取 IIPP 的程序?	

我們是否有處理上述所有問題的書面
目標: 無論僱主的規模有多小, 都需要制定書面 IIPP。僱主規模越小, 則書面 IIPP 的正式程度需要越低、越簡單。以下事項是必要的: - 防止出現不明確的情況 - 提高了解程度 - 增加問責性 - 在僱員變動時保持連續性

危險資訊通報計劃(HAZCOM)

僱員可能接觸有害物質的僱主必須制定書面的危險資訊通報計劃，以滿足《加州法規》第 8 編第 5194 節的所有要求。有關書面計劃應包括哪些內容的詳細資訊，請參閱**第 5194 節**。

僱主若能針對其工作場所的特定需求量身訂做書面計劃，將可獲得最大的工作場所安全效益。

餐飲業的書面危險資訊通報計劃必須說明符合所有法規要求的程序，包括：

- 制定和維護工作場所的有害物質清單。
- 危險物質容器的標籤及其他形式的警告。
- 提供 SDS 並確保可隨時取用。
- 僱員接受有關他們接觸到或可能接觸到的有害物質的培訓。
- 使用的防護措施，例如工作方式、個人防護設備和應急響應程序。
- 定期評估計劃有效性的安排，以及在必要時更新計劃的安排。

在僱員及相關人員提出要求時，必須提供書面的危險資訊通報計劃。Cal/OSHA 有一個為餐飲業專門設計的書面**示範危險資訊通報(HAZCOM)**計劃。使用本計劃範本並不能保證計劃符合法規要求。但是，它可以節省您制定自己計劃的時間。

僱員培訓是危險資訊通報計劃不可或缺的一部分，在初次分配工作時、每當工作場所引入新的化學品危害，以及僱員可能接觸到其他僱主的工作場所化學品危害時，都必須提供僱員培訓。必須在僱主收到新的或經修訂的 SDS 資訊後 30 天內提供有關該資訊的僱員培訓。

Cal/OSHA 諮詢服務也可以回答您可能有的健康與安全問題，包括個人防護裝備(PPE)方面的問題。請參閱本指南的封底頁，查找離您最近的 Cal/OSHA 諮詢辦公室的電話號碼。

Cal/OSHA 的《**加州危險資訊通報條例指南**》可在線上查閱，供您參考。



餐廳安全相關資源

以下是一些有關餐廳安全與健康的有用資源，包括本指南中提及的資源，並附有網址。

Cal/OSHA

www.dir.ca.gov/dosh

第 8 章法規

www.dir.ca.gov/Samples/search/query.htm

- **冷藏(第 3249 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3249.html
- **麵糰輥壓(第 4544 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/4544.html
- **電氣安全(第 2299-2974 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/sub5.html
- **人體工學(第 5110 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/5110.html
- **洗眼器(第 5162 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/5162.html
- **滅火器(第 6151 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/6151.html
- **垃圾處理(第 4559 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/4559.html
- **危險資訊通報計劃(第 5194 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/5194.html
- **室內工作場所熱疾病預防(第 3396 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3396.html
- **傷害與疾病預防計劃(第 3203 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3203.html
- **鎖定/掛牌(控制初動力源、機械和設備的清潔、維修、保養、安裝和調整作業的危害能源)(第 3314 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3314.html
- **機器防護(第 6 組):**

www.dir.ca.gov/Title8/sb7g6.html

- **肉類、魚類和其他磨碎機(第 4552 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/4552.html
- **個人防護設備 – 手部防護(第 3384 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3384.html
- **可攜式梯子(第 3276 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3276.html
- **旋轉式揉面機(第 4547 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/4547.html
- **工作區(第 3273 節):**
www.dir.ca.gov/Title8/3273.html
- **工作場所暴力預防(《勞動法》第 6401.9 節):**
www.dir.ca.gov/dosh/Workplace-Violence/Laws-in-General-Industry.html

出版物

www.dir.ca.gov/dosh/PubOrder.asp

- **《加州危險資訊通報條例指南》:**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/Chinese/HazCom-ChineseSim.pdf
- **《制定工作場所傷害和疾病預防計劃指南》:**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/iipp.pdf
- **《室內工作場所熱疾病預防:僱主須知》:**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/Chinese/Indoor-Heat-Employers-fs-ChineseTrad.pdf
- **餐廳示範危險資訊通報 (HAZCOM) 計劃:**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_

publications/Chinese/Model-hazcom-for-restaurants-Chinese.docx

- **熱疾病預防計劃樣本:**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/HIP-sample-procedures.docx
- **一般行業工作場所暴力預防計畫樣本(非醫療服務環境):**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/Model-WPV-Plan-General-Industry.docx
- **餐廳傷害與疾病預防計劃(IIPP)樣本:**
www.dir.ca.gov/dosh/dosh_publications/Chinese/Restaurant-iipp-guide-ChineseSim.docx
- **工作場所暴力預防:**
www.dir.ca.gov/dosh/Workplace-Violence.html

OSHA

www.osha.gov

- **電子工具-餐廳內的青少年勞工安全:**
www.osha.gov/SLTC/youth/restaurant/index.html

NIOSH

www.cdc.gov/niosh/index.htm

- **燒傷情況說明:**
www.cdc.gov/niosh/topics/youth/pdfs/burninjury.pdf
- **餐廳電力安全:**
www.cdc.gov/niosh/docs/85-104/

LOHP

<http://lohp.org/>

- **僱主須知 - 使青少年有更安全的工作:**
<http://youngworkers.org/rights/employers/>

- **用鞋政策範本:**
https://lohp.berkeley.edu/wp-content/uploads/2013/10/rest_model_shoe_safety.pdf
- **餐廳安全培訓材料:**
<https://lohp.berkeley.edu/california-restaurant-safety/>
- **餐廳工人和所有者須知:工人安全提示:**
<https://lohp.berkeley.edu/restaurant-tips/>

WOSHTEP

www.dir.ca.gov/chswc/woshtep.html

- **傷害與疾病預防計劃(IIPP)資源:**
www.dir.ca.gov/chswc/WOSHTEP/iipp/

其他州

- **新澤西州 FACE 麵團攪拌致死事件:**
www.cdc.gov/niosh/face/stateface/nj/01nj118.html
- **俄亥俄州用梯情況說明:**
<https://dam.assets.ohio.gov/image/upload/info.bwc.ohio.gov/SafetyDocs/SafetyTalk-Portableladder.pdf>
- **內華達大學里諾商學院商業環境計劃:**
www.unrbep.org/
- **華盛頓州勞資關係部:**
<https://lni.wa.gov/safety-health/safety-topics/Industry-Topics/restaurants>

Child Labor Laws:

www.dir.ca.gov/DLSE/ChildLaborLawPamphlet.pdf



Cal/OSHA 諮詢計劃

免費熱線電話: 1-800-963-9424

網址: www.dir.ca.gov

現場援助計劃地區辦公室



志願保護計劃 – Oakland, CA 94612 (510) 622-1081

此指南可在活動鏈接 www.dir.ca.gov/dosh/PubOrder.asp 上查閱。