安全衛生作業シート

ユニット	品質管理	分類番号	MU803-1000-3
作業内容	安全衛生作業のポイント		
ＶＤＴ作業	・作業環境に配慮すること。 ・照明・採光：　必要な所に光が十分に行き届く。 表示画面等に妨害光線が入ってこない。 画面のコントラストを調整する。 ・騒　　音：　騒音は全身の緊張を高め、その結果疲労につながるので極力減らす。 ・室　　温：　空調機が設置されている場合は、夏場の冷え過ぎなどに注意して室温を調整する。 ・作業負担の軽減に努めること。 ・目の疲れ：　視線の移動、光による刺激を少なくする。 ・首・手・腕・腰の疲れ：　机、椅子を調整し、正しい姿勢をする。 ・休止時間：　連続ＶＤＴ作業に常時従事する労働者は一連続作業時間が1時間を越えないようにし、次の連続作業時間までの間に10～15分の休業時間を設け、かつ一連続作業時間内において１～２回程度の小休止を設けること。なお小休止とは１～２分程度の作業休止をいう。 ・休止中は「のび」や「首まわし」「肩まわし」等体操を励行する。 ・健康障害について ・ＶＤＴ作業によって健康障害を自覚したときは、速やかに担当の指導員に相談する。		

災害事例：

・パソコンやワープロなどのＶＤＴ（視覚表示端末）を導入している事業所で目の疲れ、肩こり等が報告されている。（厚生労働省　ＶＤＴ実態調査）