

預防工作時中暑 推廣活動

盧彩彤
職業安全健康局 高級顧問





- 每年夏季都會推出《預防在酷熱的工作環境下中暑》推廣活動
 - ✓ 派發清涼用品及廣泛宣傳
 - ✓ 提醒工友注意在酷熱天氣下工作的潛在危害，採取適當預防措施，減低中暑風險
- 今年繼續推廣活動

預防在酷熱的工作環境下中暑

- ✓ 電視/ YouTube/ 電台/ Facebook/ 巴士車身廣告/地鐵廣告/ 海報/ 講座/ WhatsApp Sticker 等
- ✓ 派發清涼用品、海報及資訊卡予前線工友



不同語言的防中暑資訊



WhatsApp Sticker





- 職安局聯同勞工處、工會和商會及多個政府部門展開一連串宣傳工作
- 到訪不同工作地點派發**預防中暑小禮包**，將有關工作安全健康資訊直接傳送到前線工友，並於休息時段進行工地簡報會，與工友**分享意外個案**，**講解預防中暑措施**



清涼用品及防中暑資訊



實用和方便的清涼用品

簡而精的防中暑資訊



戶外防熱四式

- 1 遮障
- 2 散熱
- 3 飲水
- 4 休息

你缺水嗎?

尿液顏色

- 嚴重缺水 即飲大樽水
- 缺水 快飲幾杯水
- 可能缺水

室內防熱四式

- 1 通風
- 2 散熱
- 3 飲水
- 4 休息

預防中暑注意事項

- 1 要熱天天下，每小時飲水250至500毫升，每次飲水時，應先喝幾口水，然後再喝。有需要可先至每1.5至2小時飲水250毫升。
- 2 應注意色澤衣服，使用吸汗、透氣、吸濕、排汗、增加空氣流通。
- 3 應注意工作至日間較涼的時段。
- 4 減少體力勞動。
- 5 做好休息。

預防中暑注意事項

- 1 應避免在烈日下，應在清晨或傍晚時分工作，應在清晨或傍晚時分工作。
- 2 應注意工作至日間較涼的時段。
- 3 應注意工作至日間較涼的時段。
- 4 減少體力勞動。
- 5 做好休息。

室內防熱資訊卡

在酷熱環境開工前，請注意以下個人事項

- 1 長者、肥胖人士或患上高血壓、糖尿病或心臟病的人有較高的中暑風險。
- 2 一些藥物如某些感冒藥、高血壓、心臟病和精神科藥物等，可能影響身體的散熱調節。
- 3 若對上述有疑問，請諮詢醫生或藥劑師意見。如有需要，應通知主管以作適當工作安排。
- 4 若尚未適應熱工作環境，請通知主管，在預備為你安排較輕的工作量或較短的工作時間，然後逐步增加，讓身體漸漸適應熱環境。

與高溫有關的疾病症狀

如果你或你的同事，遇到以下任何與下列有關的疾病症狀，請立即通知主管：

- 中暑
- 暈眩
- 嘔吐
- 心跳
- 肌肉痠痛
- 頭暈
- 心跳

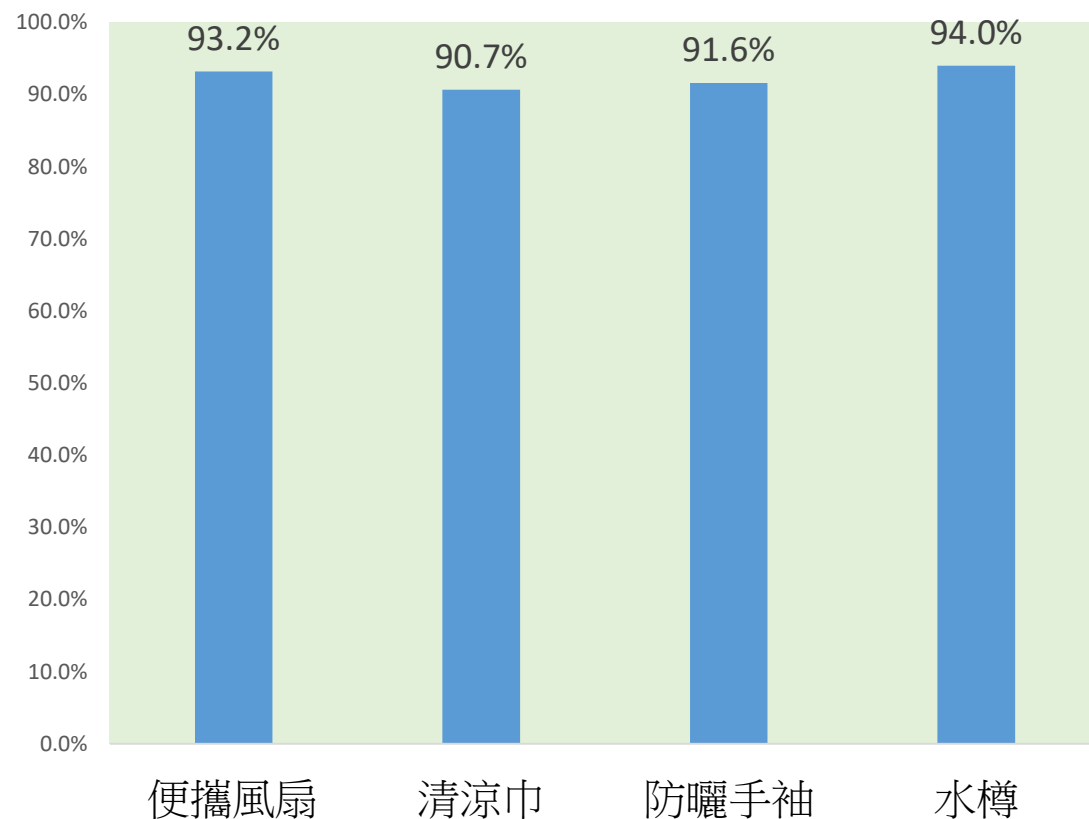
- 1 除去身上衣物/解開鈕扣
- 2 用扇扇涼/吹風扇以助散熱
- 3 用濕毛巾抹身或放冰袋患者頸側同時下降溫
- 4 伸專盡快通知主管協助
- 5 萬一覺得情況緊急，例如神志不清就要打緊急救援電話999求助

「覺得唔清醒，唔好再死頂！」

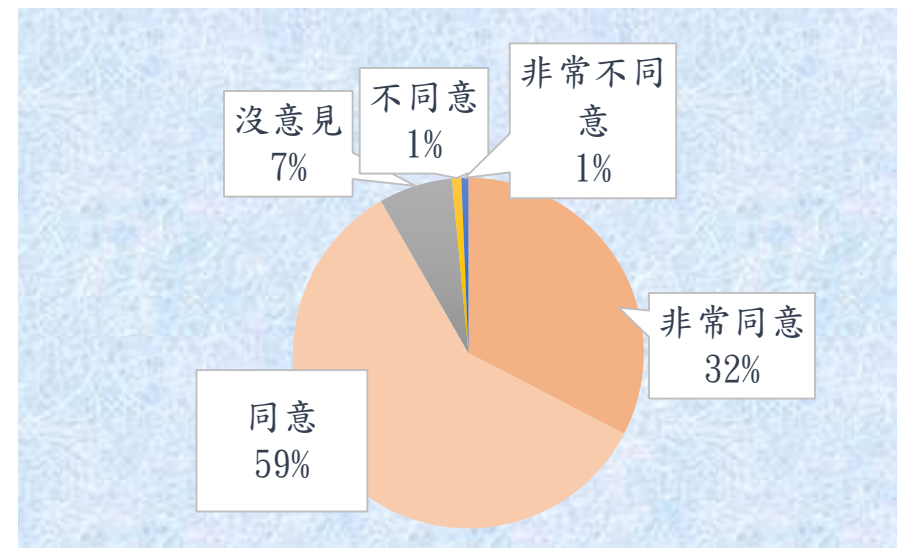


以問卷了解去年工友對清涼用品的意見

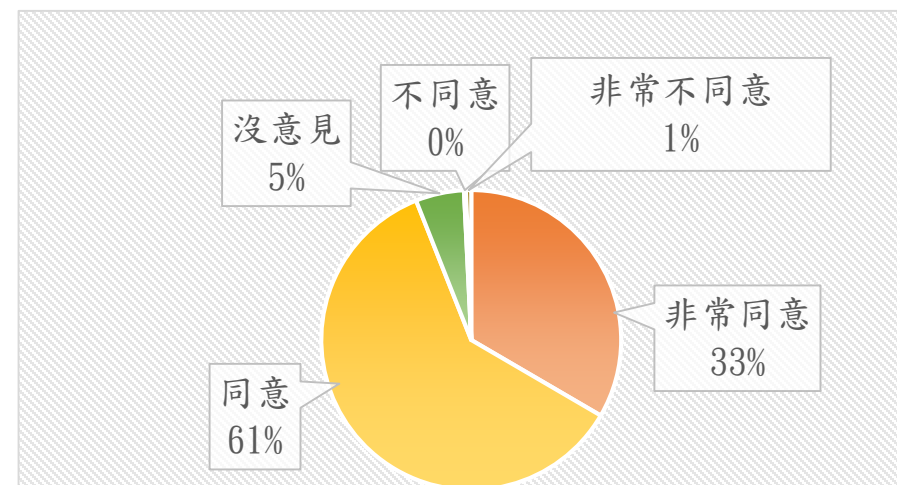
切合工作需要



有助提高防中暑意識



整體滿意度





清涼巾、防曬手袖
提供涼感效果

防中暑資訊切合
工作需要
簡單易明

便攜風扇能提供
清爽涼風，幫助
身體降溫

活動能加強
預防中暑意識

最喜愛的清涼產品：**便攜風扇**

希望 掛得更穩固
..... 風力更大
..... 續航時間更長
..... 可以掛頸

切合工友對消暑降溫的需要



今年《預防在酷熱的工作環境下中暑》推廣活動派發升級版「便攜風扇」：



便攜風扇

頸繩

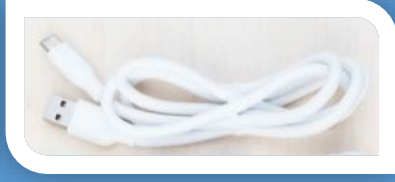
背面



碳鋼金屬扣



鋰電池



Type-C充電線

- 風扇體積較小，方便攜帶
- 掛在腰間使用
- 配備頸繩，可掛頸使用
- 可以騰出雙手工作
- 夾腰夾為碳鋼金屬扣、兩金屬小扣，更能穩固風扇
- 風力更大
- 採用鋰電池及Type-C充電線充電

中小企 便攜風扇 資助計劃





向較高中暑風險行業的中小企業提供資助，讓他們以極優惠的價錢換購便攜風扇

便攜風扇套裝:



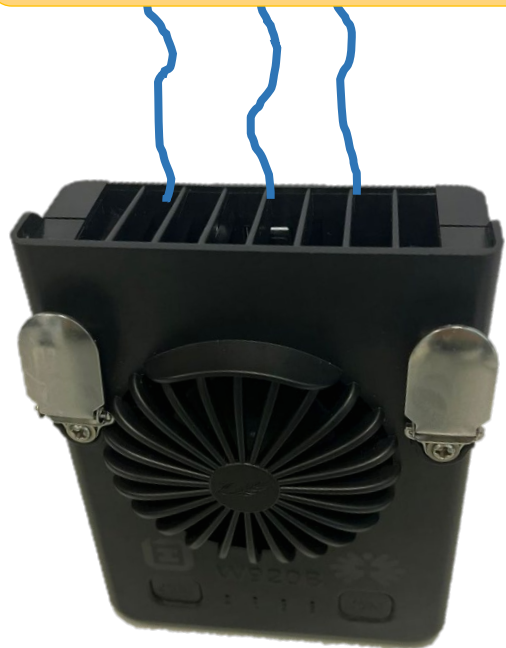


便攜風扇及相關配件	已通過之安全測試	
<p>便攜風扇 (W920B)</p> 	IEC 60335-1	家用電器及類似電器的安全第一部分：一般要求
	IEC 60335-2-80	家用電器及類似電器的安全第2-80部分風扇的特殊要求
<p>鋰電池 (INR 21700)</p> 	IEC 62133-2	含鹼性及其他非酸性電解質之二次單電池及電池組—用于可携式設備之封裝可携式單電池及電池組之安全性要求
	UN38.3 檢測報告	聯合國《試驗和標準手冊》第三部分，38.3節鋰金屬和鋰離子電池要求
<p>鋰電池 (INR 21700) USB 充電器</p> 	IEC 60335-1	家用電器及類似電器的安全第一部分：一般要求
	IEC 60335-2-29	家用電器及類似電器的安全第2-29部分電池充電器的特殊要求

便攜風扇的使用



涼風垂直吹入衫內



腰間使用



掛頸使用

騰出雙手

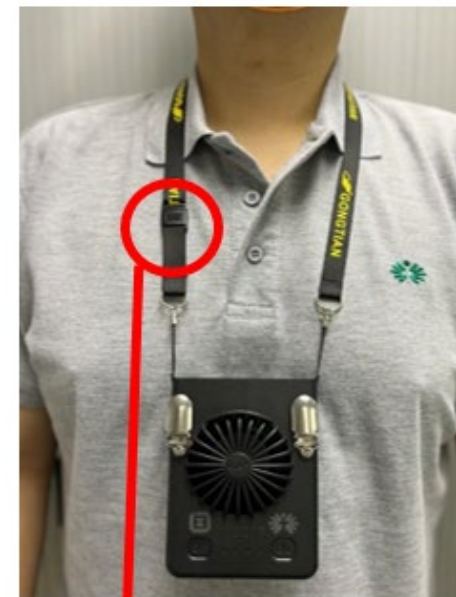
便攜風扇的使用



腰間使用



掛頸使用



中小企便攜風扇資助計劃



便攜風扇套裝:



從未獲資助 12個指定行業 中小企	曾獲資助 10個指定行業 中小企	其他企業/ 機構 (其他中小企/12個指 定行業的非中小企)
\$40 一套 -上限 12 套 -第13套起 \$98/套	\$60 一套 -上限 12 套 -第13套起 \$98/套	\$98 一套 - 上限 49 套

12個指定「較高風險」行業: (1) 建造業、(2) 保安服務業、(3) 園藝業、(4) 戶外清潔行業、(5) 郵政及速遞業、(6) 貨運代理、(7) 於機場停機坪工作之行業、(8) 於貨櫃碼頭工作之行業、(9) 回收業、(10) 機電業、(11) 洗熨業(新增)、(12) 餐飲業服務(新增)。



網上申請表格



<https://bit.ly/oshcfan1>

從未獲資助
12個指定行業
中小企



<https://bit.ly/oshcfan3>

曾獲資助
10個指定行業
中小企



<https://bit.ly/oshcfan2>

其他機構/企業

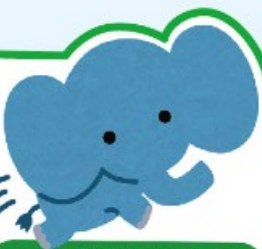


截止申請日期為2023年6月30日



職安局「太陽能清涼休息站」

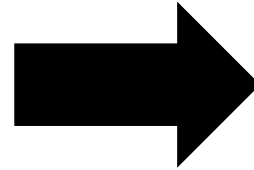
太陽能
清涼休息站 小飛象涼亭



職安局 「太陽能清涼休息站」



- 鄉郊和偏遠地區戶外工作，可能缺電無遮蔭等問題
- 中暑風險更大



- 職安局推出「太陽能清涼休息站」





可摺合太陽能板



- 以一間組合屋（面積約4平方米）
- 四塊450瓦太陽能板(兩塊置頂和左右兩塊可摺合)





職安局「太陽能清涼休息站」

休息站內的基本設置

抽氣扇



冷風機



對流窗



風扇



飲用水



照明和枱椅



職安局 「太陽能清涼休息站」



- 在充滿電情況下，能連續運行約**15小時**
- 由**註冊電業承辦商**進行設計、安裝、檢查和測試
- 設有對流窗、百葉門及抽氣扇，增加鮮風替換，並設置風扇，加強室內空氣流通
- 可容納3至4人，造價約為港幣5萬元



USB充電座，讓電話及便攜風扇充電





- 在酷熱環境工作，安排有遮蔭及通風良好的空間休息飲水
- 若工地位於偏遠而缺乏電源的地區，僱主可考慮把「太陽能清涼休息站」納入防中暑計劃



<https://shorturl.at/rxzYZ>



◆ 首頁(即時更新工作暑熱警告資訊)
(桌面及手機版)



網址：<https://www.NoHeatStress.hk/>



防暑資訊



中小企便攜風扇資助計劃



防中暑講座/活動



日期：2023年5月31日 (星期三)
時間：下午2時30分至5時 (下午2時30分開始登記及展覽開放)
地點：香港灣仔會議展覽中心會議室N201

[按此查看詳情及報名](#)

休息時間計一計

休息時間計一計

在炎熱天氣 (一般而言, 氣溫達到30°C時) 下工作, 建議從事以下勞動量的員工:

輕勞動 ⓘ 及中等勞動 ⓘ	重勞動 ⓘ 及極重勞動 ⓘ
每2小時休息10分鐘	每2小時休息15分鐘

當工作暑熱警告生效時, 便需要調整休息時間;



[開始計算休息時間](#)

預防工作時中暑-專題網頁



◆ 休息時間計一計
(桌面及手機版)





職安健24小時人工智能防暑專線 9317 0987 (只有文字功能)



勞工處職業安全及健康部

☎ 2559 2297

(非辦公時間設有自動錄音服務)

☎ 傳真: 2915 1410

✉ enquiry@labour.gov.hk

勞工處網頁

🌐 www.labour.gov.hk

職業安全健康局網頁

🌐 www.oshc.org.hk

職業安全健康局防暑查詢電郵

✉ hs@oshc.org.hk

訓練課程

(HS)如何預防在酷熱環境工作時中暑



課程內容：	1.認識酷熱環境工作的潛在危害 2.概述相關的法例和要求 3.暑熱危害對健康的影響 4.預防工作時中暑的控制措施
授課期 (小時)：	共須上課3.5小時
授課語言：	粵語輔以中文講義
入學條件：	學員須具有閱讀及書寫中文的能力

(HSA)暑熱壓力評估員訓練



課程內容：	1.認識酷熱環境工作的潛在危害 2.概述相關的法例和要求 3.暑熱危害對健康的影響 4.預防工作時中暑的控制措施 5.暑熱壓力的風險評估 6.監測暑熱壓力的儀器及示範
授課期 (小時)：	共須上課7小時
授課語言：	粵語輔以中文講義
入學條件：	1. 學員須具有香港中學會考/ 中學文憑程度或以上或同等學歷（申請者必須附上學歷證明副本）；及 2. 須具有閱讀及書寫中文的能力。

謝謝!



職業安全健康局
OCCUPATIONAL SAFETY & HEALTH COUNCIL

www.oshc.org.hk

