서비스업 10분 TBM · 1편

동절기 야간순찰 – 넘어짐·한파 예방

새벽 결빙과 어두운 조명, 한파가 겹치는 순찰 동선

경비

일시		장소		진행자		참석	명

1 인사·건강확인 1분 | 2 오늘의 위험 2분 | 3 질문 나누기 2분 | 4 안전수칙 4분 | 5 구호·서명 1분

1 인사·건강확인 1분

"오늘 컨디션 안 좋으신 분 계신가요? 어젯밤 잠을 못 주무신 분은 순찰할 때 더 조심해 주세요. 고혈압·당뇨·심장 질환이 있으신 분, 이번 겨울 처음 야간근무를 하시는 분은 추위에 더 약합니다. 몸이 이상하면 바로 말씀해 주세요."

2 오늘의 위험 2분

- 새벽 기온이 떨어지면 계단·경사로·지하주차장 입구에 눈에 잘 띄지 않는 살얼음이 생깁니다.
- 야간에는 조명이 어둡고, 손전등·무전기를 들고 있어 넘어질 때 손을 짚지 못합니다.
- 넘어짐은 서비스업 재해에서 가장 흔한 유형 중 하나이고, 고령 근로자는 골절로 이어지기 쉽습니다.
- 새벽 3시~9시는 가장 추운 시간대입니다. 심하게 떨리다가 떨림이 멈추고 말이 어눌해지면 저체온증 위험 신호입니다.

3 질문 나누기 2분

"우리 순찰 동선 중 겨울에 가장 미끄러운 곳은 어디인가요? 순찰하다 몸을 녹일 수 있는 곳은 어디인가요?"

→ 나온 장소를 메모해 염화칼슘·미끄럼방지 매트 설치와 쉼터 마련을 요청합니다.

현장 의견 메모 :

4 안전수칙 확인 4분

넘어짐

- ☐ 주머니에 손 넣지 않기, 한 손은 비워두기
- ☐ 계단에서는 반드시 난간 잡기
- ☐ 미끄럼 방지 밑창 근무화 착용
- ☐ 조명이 꺼진 구간 발견 시 즉시 보고
- ☐ 결빙 구간은 우회 후 보고

한파

- ☐ 장갑·귀 덮는 모자, 여벌 양말 챙기기
- ☐ 따뜻한 물 마시고, 쉬는 시간엔 쉼터에서 몸 녹이기
- ☐ 한파특보 때 순찰 간격·경로 조정에 따르기
- ☐ 동료가 심하게 떨거나 말이 어눌하면 바로 보고, 의심되면 119

5 지적확인 구호·서명 1분

난간 잡고! 한 손 비우고! 몸 녹이고! 좋아!

성명	서명	성명	서명	성명	서명

한파 내용은 고용노동부·질병관리청 「한랭질환 예방 가이드북」을 참고했습니다. 현장에 맞게 고쳐 쓰세요.