



조리종사자 3SB 운동

1. 3SB 운동

3SB(Safety Behaviors) 운동이란, 사고 및 재해 예방을 위하여 근로자 스스로 안전행동을 습관화하는 운동을 말함

1

위험말하기 운동

: 위험요인 서로 알려주기



“바닥에 물기가 있어요.
미끄러워 넘어질 수 있으니 조심하세요!”

2

안전보건스티커 부착

: 위험장소에 해당하는 안전보건스티커 부착



위험요인을 식별할 수 있도록 스티커 부착

3

안전보호구 착용

: 작업에 알맞은 보호구 착용



* 화기취급 : 장갑, 앞치마 등
* 조리실 : 미끄럼 방지 안전화

2. 작업유형별 3SB 적용 예시

구분	부딪힘	화상	미끄러짐	요통	베임
안전보건스티커					
보호구 착용 스티커	-			-	
작업 유형	카트 운반	뜨거운 국, 물, 음식 운반	물, 기름기 등이 있는 장소에서 이동	쌀, 집기류 등 중량물 운반	칼, 가위 등을 사용한 조리 작업
말하기 가이드	지나갑니다. (조심하세요!)	뜨거워요. (조심하세요!)	미끄러워요. (조심하세요!)	무거워요. (함께 들어요!)	베일 수 있어요. (조심하세요!)

3. 조리실 불안정한 행동 사례

사례 1

뜨거운 국그릇을 여러 개 들고
가던 중 뒤로 돌아서는 동료
작업자에게 부딪혀 국물이 넘쳐
흘러 손에 화상을 입음



예방대책

- 1 카트 등 운반보조도구 사용
- 2 팔토시, 장갑 등 보호구 착용
- 3 동료작업자와 위험요인 공유
“뜨거운 물체 들고 지나갑니다. 조심하세요.”

사례 2

무거운 물건을 혼자 들어올리다
허리 부상을 입음



예방대책

- 1 중량물 운반 시 카트 등 운반도구 사용
- 2 작업 전·후 스트레칭 실시
- 3 중량물 취급 시 도움을 청해 2인이 함께 작업
“무거우니 같이 들어요!”

[출처 : 식품의약품안전처, 식생활안전관리원]