

대구근로자건강센터 그 변화와 성장

(2012 ~ 2020)



발간사

2012년 4월 화창한 봄날에 대구근로자건강센터를 개소한 이후 쉽 없이 달려서 2020년 4월 여전히 눈부신 봄날의 COVID-19 유행 한가운데에서 잠시 멈추어 대구근로자건강센터의 지나온 과정을 되돌아봅니다.

먼저 그동안 바쁘신 가운데도 불구하고 근로자건강센터의 역할과 방향성을 고민하면서 묵묵히 또 적극적으로 소규모사업장 근로자의 건강을 위해 노력하고 계신 근로자건강센터의 여러 선생님을 생각합니다. 지나온 과정을 들여다보면서 앞으로의 업무에 조금이라도 도움이 되고자 이 책자를 발간하게 되었습니다.

대구근로자건강센터는 개소 초기부터, 어쩌면 그 이전부터 가장 취약한 사업장, 가장 취약한 사람에게 초점을 맞추었습니다. 우리 사회가 미처 관심을 두지 못했거나, 소홀히 한 소규모사업장 근로자의 건강을 지키고 삶의 질을 향상한다는 근로자건강센터의 목표는 당연한 것이었습니다. 요양보호사, 보육교사, 급식조리원, 환경미화원, 운전원의 근골격계질환과 뇌심혈관질환 관리, 감정노동자의 직무스트레스 예방관리, 이주노동자 지원, 산업재해 당사자와 목격자의 마음의 상처를 보듬기까지, 사회적 반향에 한 걸음 앞서 관심을 가지고 직업보건서비스 활동을 진행했습니다.

근로자건강센터는 '대기업의 직업보건서비스를 소규모 사업장 근로자에게' 제공하기 위해 여러 자격소지자가 함께 합니다. 다양한 직종이 협업하여 근로자 건강증진과 직업병 예방이라는 임무를 수행하기 때문에 각자의 전문성은 기본이고, 상대방에 대한 배려가 필수입니다. 작은 조직이지만, 업무분담과 통합, 동료 간 협력과 갈등, 또 프로젝트 과제로 인한 조직체계의 불안정성이 공존합니다. 이를 조정하고 아울러 발전적 방향을 탐색하고 나아가 개인 및 조직의 노력도 매우 중요합니다. 대구근로자건강센터의 지역 밀착형 직업보건서비스, 전문성 강화 과정, 협업과 갈등상황 관리의 노력도 가감 없이 담았습니다. 그러나 추후 근로자건강센터 조직체계의 근원적 불안정성은 개선되어야 할 부분이라고 생각합니다. 모든 소규모사업장 근로자가 안전하고 건강한 일터에서 건강하게 일할 수 있기를 소망합니다. 또한 대구근로자건강센터는 앞으로도 지역 소규모사업장의 든든한 지원군이자 근로자의 건강 지킴이로서 최선을 다하겠습니다. 그동안 자료 제작에 참여해 주신 대구근로자건강센터 직원 여러분께 감사드립니다.

2020년 4월에 모든 분들께 감사드리며...

대구근로자센터장 이 비 영

대구근로자건강센터 그 변화와 성장

(2012 ~ 2020)



목차

1부 일하다

I. 한 눈에 보는 대구근로자건강센터 8년	8
II. 연도별 주요 사업 내용	9
III. 분야별 · 사업별 변화	50

2부 성장하다

IV. 상호관계 현상과 그 변화	82
V. 전문성 강화 · 업무역량 강화를 위하여	93

3부 미래를 향해 함께 가다

VI. 지역사회의 산업보건을 함께하다	104
VII. 화합을 위하여	106
VIII. 미래를 향하여	115

부록

1. 직원역량강화교육- 내부교육	118
2. 직원역량강화교육- 외부교육	126
3. 대외발표와 포상	134
4. 직업건강 정기 세미나	141
5. 직업적트라우마 전문상담센터 교육	146
6. 그 외 다양한 활동	148
7. 대구경북 산업보건 의사 네트워크	150
8. 조직구조의 변화	152
9. 직원 상호관계 파악을 위한 설문지	153

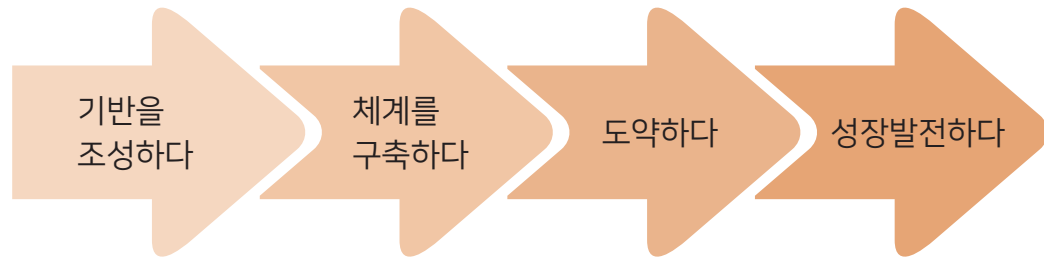
센터와 함께한 사람들	155
-------------	-----

1

1부 일하다

- I. 한 눈에 보는 대구근로자건강센터 8년
- II. 연도별 주요 사업 내용
- III. 분야별 중요 변화

I. 한 눈에 보는 대구근로자건강센터 8년



2012~2013	2014~2015	2016~2017	2018~2020
· 다양한 홍보방법으로 지역에 근로자건강센터를 알린다	· 우리회사주치의 협약 사업장 관리 틀을 만든다	· 대구지하철2호선 성서산업단지지역에 달서분소를 개소하다	· 직업적트라우마 전문상담센터 마음 쓰담을 시범 운영하다
· 검진기관과 동행하여 소규모 사업장건강상담을 시작하다	· EAR-Fit를 도입하여 청력보호구 착용상태를 평가하다	· 달성1차산업단지에 달성분소를 개소하다	· 감정노동자보호홍보 캠페인 사업을 하다
· 소규모 사업장 주치의협약제도를 시작하다	· 소도구를 구입하여 근로자들의 작업에 맞는 맞춤형 운동을 시작하다	· 안전보건공단대구 서부지사과 함께 산재트라우마 관리 프로그램을 시작하다	· 행정책임자에서 실무책임자(사무국 장체제)로 체제를 변경하다
· 지역에서의 사고(구미불산누출사고)에 함께 대응하다	· 산업보건활동에 PAOT 방식을 도입하다	· 뇌심혈관질환의 직업적요인 체크리스트를 도입하다	· 2팀으로 개편하여 팀장제도를 만든다
· 지역에서의 산업보건전문기관으로서 역할을 하기 위해 세미나를 시작하다	· 지역 산업보건기관의 네트워크를 위해 산업보건 의사 간담회를 시작으로 대경 산업보건 의사 모임을 만든다	· 근골격계 유해요인 체크리스트를 도입하여 공정별 근골격계유해요인을 평가하다	· 충남근로자건강센터를 단기 운영하다
	· 지역에서의 세미나를 연 2회로 정례화하다	· 직원역량강화에 힘쓰다	· 트라우마스트레칭을 개발·적용하다
	· 행정을 분리하여 직능별 전문영역을 구축하는 기반을 만든다		

II. 연도별 주요 사업내용

일하는 사람을 위한 근로자 건강 지킴이, 대구근로자건강센터의 목표는 첫째 근로자 건강진단 사후관리, 직종별 유해요인 파악 및 전문건강상담 등을 통해 양적, 질적 직업건강서비스를 제공하고, 둘째 안전보건교육을 수행하며, 셋째 지역에서의 산업보건 네트워크를 형성하며, 넷째 안전보건분야의 사회적 이슈에 적극적으로 대응하는 것이다.

연도별 사업과 실적

사업명	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
총계	17,410	20,359	22,980	24,053	23,258	25,839	27,187	24,533
1. 건강상담	5,071	6,856	7,128	7,274	7,114	7,254	6,126	5,041
2. 뇌심혈관계질환예방 상담	6,743	5,797	8,486	9,203	8,649	10,104	12,810	11,602
- 뇌심혈관질환 위험인자평가	1,257	1,909	2,226	2,029	2,222	3,712	3,604	2,817
- 금연	917	905	731	502	744	520	874	1,031
- 영양		1,200	2,006	2,830	2,669	2,750	3,826	3,568
- 운동	4,569	3,692	3,023	3,172	2,508	2,620	3,957	3,573
- 절주			500	670	506	502	549	613
3. 근골격계질환 예방 상담	3,637	4,095	4,364	4,552	4,319	5,247	5,194	4,822
4. 작업환경 상담	1,189	1,001	2,002	2,020	2,089	2,102	2,022	2,028
5. 심리상담	770	701	1,000	1,004	1,087	1,132	1,139	1,040
- 직무스트레스						954	836	952
- 산재트라우마						89*2	101*3	88
6. 특성화사업								
- 일일취업근로자 건강관리			818	407	154	130	111	112
- 교대근무자 건강관리	233	306	312					
- 외국인근로자 건강관리	412	1,210	1,240	922	716	1,238	2,009	2,580
- 소음노출공정 근로자관리					350	359	393	389
- 소규모 영세사업장 밀집지역 이동상담		618						
- 고령근로자 건강관리				1,021				
- 타겟사업장(성서산단)집중관리					4,771	4,548		
7. 필수 직종 근로자 건강관리 사업							857	666
- 운전원 건강관리							507	448
- 요양보호사 건강관리							350	218
달서분소						1,772	1,335	1,324
달성분소							3,060	2,773

2012년 1년차

2012년 4월 24일 전국 4번째 센터로 개소하였다. 대구지역 전체 사업장 수의 97%가 50인 미만 사업장이며, 지역 50인 미만 소규모 사업장 근로자의 건강증진과 업무관련성 질환을 예방하기 위하여 대구근로자건강센터를 개소하였다. 건강 상담, 근골격계질환 예방상담, 작업환경상담, 심리상담, 직업병 상담 등을 주요업무로 하였으며, 초창기에는 지역에서 근로자건강센터를 알리는데 주력하여 직업 건강 서비스 사업의 기반을 마련하고자 하였다.

2012년에는 뇌심혈관질환예방을 위한 혈압·혈당 측정, 체성분검사, 영양, 운동 상담을 위주로 진행하였다.

이벤트성, 홍보성 혹은 행사 보조 등 불특정다수 대상 이동상담을 위주로 하였으며, 근골격계질환 예방 상담 역시 이동상담 위주로 진행되었다. 사업장 보다는 소방안전대회, 구인구직, 취업박람회, 지하철 역사 건강상담, 각종 단체의 체육 대회, 저녁시간을 이용한 외룡공원 외국인근로자 건강상담, 대구시 외국인근로자 체육대회, 외환은행과 연계하여 일요일 외국인근로자 건강상담 등에 참여 하였으며, 사업장 접근을 위해 전자관, 대구 제3공단관리사무실, 중소기업중앙회, 외국인노동자 지원센터, 자동차 정비 사업조합 등의 행사에도 참여하였다.

2012년에는 근로자건강센터를 홍보하는데 역점을 두었다.

1 다양한 홍보방법으로 지역에 근로자건강센터를 알리다.



▲ 대구근로자건강센터 개소하다 (2012. 4. 24.)



▲ 홈페이지를 개설하다 (2012. 5. 5.)



▲ 센터 렌트카를 활용해 홍보하다



▲ 계명대 네거리에 전광판 홍보하다



▲ 범어네거리 등의 장소에 전광판을 이용하여 홍보하다



▲ 성서산단역 인근에서 길거리 홍보하다 (2012. 6. 21.)

▶ 제45회 산업안전보건의 날 행사 이동상담하다 (2012. 6. 27.)



▲ 대구지방고용노동청 관할 건설현장 이동상담하다 (2012. 8. 9.)



▲ 달서구청 여성 구인구직 행사 이동상담하다 (2012. 9. 19.)



◀ 중소기업 CEO 연수 이동상담하다 (2012. 7. 18.)



▲ EXCO 전자관 행사 이동상담하다 (2012. 9. 24.)



▲ 동대구역 행사 이동상담하다 (2012. 9. 28.)

▶ 안전보건공단 대구지역본부와 함께 지하철 2호선 반월당역에서 이동상담하다 (2012. 7. 19.)



◀ 시민안전테마파크 행사 이동상담하다 (2012. 7. 21.)

그 외에도 대구지하철 2호선에 광고판 부착, 시내버스 외부에 홍보판 부착, 대구시 시정 전광판에 홍보, 성서공단 관리사무실 운영 전광판에 홍보, 안전보건공단 홍보 전광판에 홍보, 대구 교통방송 출퇴근시간 홍보, 리플릿 제작 배포 등 다양한 방법으로 홍보하다.

2 소규모 사업장 접근을 위해 노력하다.



◀ 3공단 소규모 영세사업장
밀집 지역 이동상담
시작하다 (2012. 6. 20.)
소규모 영세사업장 밀집지역인
대구 제3산업공단 우체국에서
매주 직업건강상담 실시

▶ 도금공장이 밀집된 성서산업
단지 현대도금 사업협동조합
에서 근로자건강센터를 홍보
하다



3 지역에서의 사고(구미 불산누출사고)에 함께 대응하다.



▶ 구미 불산사고 대응에
함께하다
(2012. 10. 12. - 2012. 10. 31.)

4 외국인근로자들에게 다가가다.



◀ 한마을 외국인근로자 체육
대회에 참여하여 외국인근
로자에게 건강상담 서비스
를 제공하다
(2012. 9. 24.)



◀ 성서산단 외환은행에서 일
요일에 외국인근로자에게
건강상담 서비스를 제공하
다
(2012. 10. 28.)

5 영양보호사의 근골격계질환에 관심을 가지다.

영양보호사의 근골격계질환에 대해 관심을 가지고 근골격계부담작업 유해요인 조사를 실시하고, 유해요인 조사결과에 대해 발표하다.



환자를 보충하거나 이동하면서 순간적으로 무거운 힘을 쓰는 작업 예) 환자 체위변경, 목욕, 기저귀 교환, 휠체어 이동 등	허리, 어깨, 손목	
허리를 숙이거나 꼬리리는 등 반복적인 작업과세를 지속하는 작업 예) 기저귀 교환, 청소, 목욕 작업 등	허리, 무릎, 발	
손목, 팔꿈치, 어깨 부위를 특정한 신체 부위를 반복하는 작업 예) 청소작업, 목욕작업 등	손목, 어깨, 팔꿈치	

6 지역사회에서 필요한 이슈들에 대해 함께 고민하고, 산업보건전문기관으로서 역할을 하기 위해 지역 산업보건전문가를 대상으로 세미나를 시작하다.

▶ 제 1차 뇌심혈관계질환 관리를 위한 영양세미나를 하다 (2012. 9. 21.)



7 산업보건기관 의사 간담회 등을 시행하여 산업보건기관과의 협업 및 연계사업을 하고자 노력하다.



▲ 산업보건기사 간담회 (2012. 5. 25)



▲ 산업안전협회 국고지원 직원 간담회 (2012. 6. 19.)

8 특성화 사업으로 교대근무자 건강관리 사업을 하다.

야간/교대근무자의 건강문제가 이슈로 대두되었고, 야간/교대근무자의 특수건강진단 실시가 정책화되고 있는 상황을 반영한 것이었다.



▲ 교대근무자 건강교육

9 유관기관 등과 MOU체결 등을 통해 산업보건 활동의 영역을 넓히다.



▲ 현대도금 업무협약 (2012. 7. 5.)



▲ 한국산업간호협회 업무협약 (2012. 9. 10.)



▲ 대구가톨릭알코올 상담센터 업무협약 (2012. 10. 22.)



▲ 이노비즈 대구경북지회 협약식 (2012. 11. 6.)

2013년 2년차

2012년에는 대외적인 홍보에 목표를 두었다면 2013년에는 소규모 사업장과 취약계층 근로자들에 대한 연결고리를 만드는 작업을 하였다. 근로자의 건강상태에 대한 객관적 데이터인 검진결과에 대한 사후관리도 시작하였다.

1. 검진기관 동행 소규모 사업장 건강상담을 시작하다

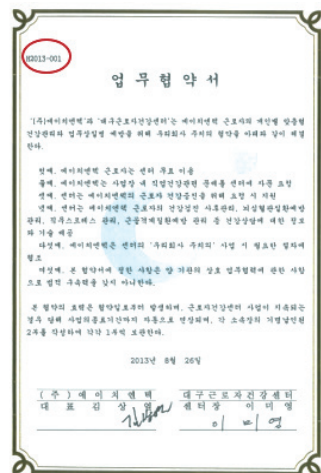
산업보건기관의 도움을 받아 소규모 사업장 검진 시에 동행하여 체성분 검사, 보호구 착용지도 등을 실시하면서 소규모 사업장과의 연결고리를 만들기 시작하였다.



▲ 검진기관 동행 건강상담

2. 소규모 사업장 우리회사주치의 협약제도를 시작하다.

소규모 사업장에 지속적인 건강관리 제공을 위해 우리회사주치의 협약 사업을 시작하였고, 34개 소 사업장과 주치의 협약을 맺었다.



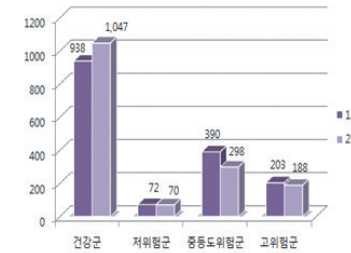
▲ 주치의 1호 협약서



▲ 지역 소식지에 게재

3. 소규모 사업장에 대한 검진결과 사후관리를 시작하다.

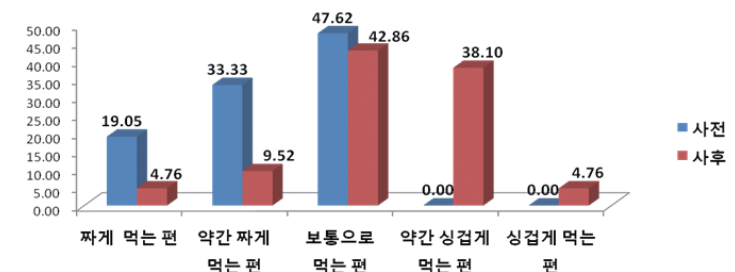
4. 뇌심혈관질환을 예방하기 위하여 KOSHA GUIDE에 따라 발병위험도를 저, 중, 고 위험군으로 분류하여 생활습관개선을 지도하다.



> 뇌심혈관질환도 1차 평가 관리대상군 665명 중 고위험군 1차 평가 203명에서 2차 평가 결과 188명으로 15명 감소하였고, 중등도 위험군은 1차 평가 390명에서 2차 평가 결과 298명으로 감소하였고, 저위험군은 1차 평가 72명에서 2차 평가 결과 70명으로 감소함

> 뇌심혈관질환 발병위험도평가 관리대상군인 665명 중 2차 평가 결과 125명이 뇌심혈관질환 발병위험도가 감소된 것으로 나타나 18.80%의 호전률을 보임

5. 뇌심혈관질환의 주요 문제인 소금섭취량, 짜게 먹는 식습관 개선을 위해 미각테스트를 활용하여 근로자의 짜게 먹는 정도를 평가하고 교육하다.



6. 근골격계질환 예방을 위한 내방프로그램을 시행하다.

근로자의 근골격계질환 예방을 위하여 이동상담을 지속하였으나, 내방상담을 위한 방법을 모색하였고, 태극권, 요가교실 등을 시행하였다.



▲ 요가 태극권 프로그램

7 학교 급식조리사의 근골격계질환에 대해 관심을 가지다.

**근골격계 부담 작업
유해요인조사 보고서**

서재초, 북동중, 포산고

2013. 11. 12

대구근로자건강센터



8 직무스트레스예방 사업이 분리 전문화되다.

직무스트레스예방 사업의 경우, 다른 파트와 달리 개인별 상담시간이 길고, 상담내용에 대한 비밀보장 등이 요구되어 개별 진행으로 전환되면서 사업이 전문화 되었다. 또한 사업장 직무스트레스예방 관리교육을 통해, 개인적 심리상담을 지원하는 것과 더불어 조직적 관리의 중요성도 함께 전달하였다.

민원업무 직원을 대상으로 개인상담시에 KOSS(한국형 직무스트레스요인검사) 조사를 실시하였다. KOSS 조사결과를 토대로 조직특성과 그에 따른 개인 및 조직적 스트레스 관리에 대하여 교육하였다.



▲ 직무스트레스관리 교육

2014년 3년차

2014년부터 대구근로자건강센터에도 변화의 바람이 불기 시작하였다. 첫째, 50인 미만 사업장 중 대구근로자건강센터와 주치의 협약을 맺은 사업장을 대상으로 주기적인 방문을 통해 건강상담을 실시하여 사업장 근로자의 지속적 건강관리의 틀을 만들기 시작하였다. 2014년 질적 지표 도입(증상호전을 등)을 통하여 사업의 내실화를 꾀하였다.

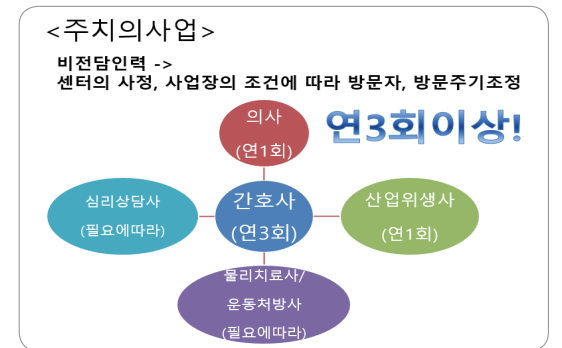
둘째, 근골격계질환 예방실은 기존에 하는 이론 위주의 체력측정에서 벗어나 근로자의 반복작업에 대한 직업적 공정을 이해하고, 자세 불균형에서 오는 통증 감소를 위해 스스로 운동 할 수 있도록 소도구 순환운동을 도입하여 센터에 내방하는 근로자들에게 맞춤형 운동지도를 시작하여 호응이 좋았다.

셋째, 작업환경상담에서는 청력보호구 밀착검사를 이용한 청력보호구 착용 교육 프로그램을 운영하기 시작하였고, 근로자의 청력보호구 착용 실태조사를 실시하였다.

넷째, 직무스트레스 상담에서는 감정노동사업장을 중심으로 집중관리하게 되면서 실적 위주의 사업장 방문이 아니라 근로자가 실질적으로 필요한 사업장을 정기적으로 방문하여 심리상담의 질적인 부분을 높이는데 힘을 쓰고 심리상담 설문지에서 사진치료, 미술치료, 인형치료를 통한 흥미로운 심리상담으로 변화 하였다.

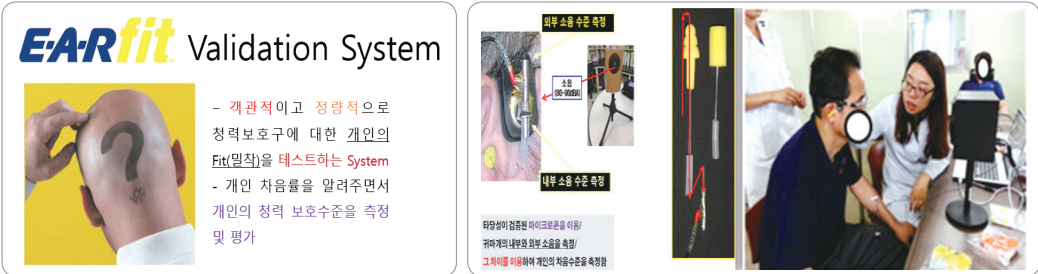
다섯째, 센터 내방을 높이기 위해 학교 급식 조리사, 환경미화원 근로자들을 등록, 기초검사 실시 후 작업환경상담실에서 근골격계 증상조사 후 근골격계질환 예방실에서 통증 부위에 따른 맞춤형 운동을 실시하였다.

1 우리회사 주치의 협약사업장 관리 틀을 만든다.



우리회사주치의 협약 사업장을 확대하였고, 주치의 협약을 맺은 사업장을 대상으로 주기적 방문을 통해 건강상담 및 추적관리를 시행하는 시스템을 만들고자 노력하였다.

2 EAR-Fit®를 도입하여 객관적으로 청력보호구 착용상태를 평가하다.



▲ EAR-Fit®를 활용한 작업환경상담

전국 센터 최초로 EAR-Fit 장비를 도입하여 소음사업장 근로자들의 귀마개 착용상태를 평가하고, 올바른 착용법을 지도하였으며, 개개인의 외이도 크기에 맞는 귀마개를 선정하여 제공하는 등 객관적 차등효과 평가를 통한 청력보호프로그램을 진행하기 시작하였다.

3 소도구를 구입하여 근로자들의 작업공정에 맞는 맞춤형 운동을 시작하다.

근골격계질환 예방실에서는 내방건강 상담서비스를 증가시키고, 작업과 관련된 근골격계질환 예방을 위하여 스프링보드와 같은 소도구를 준비하여 맞춤운동을 시작하였다. 또한 생산직 근로자 맞춤형 7분 스트레칭을 6차에 걸쳐 시행하는 프로그램과 요가, 태극권을 이용한 맞춤형 순환운동을 시작하였다.



▲ 다양한 소도구 맞춤운동

4 산업보건활동에 PAOT 방식을 도입하다.

2014년 8월 28일, 인천근로자건강센터의 직무스트레스관리 PAOT에 참가하였다. 이를 계기로 대구근로자건강센터의 동료 간 소통을 위하여 출근 직후 티타임을 시작하였고, 대구근로자건강센터의 직업건강서비스 제공에 PAOT 기법을 도입하였다. PAOT 기법을 도입, 적용하여 2014년 10월 27일부터 5회에 걸쳐 (주)태린 사업장의 작업장 환경개선을 위한 PAOT 프로그램을 시행하였다.



▲ 인천근로자건강센터 직무스트레스관리 PAOT 참여모습



▲ 사업장 작업환경개선을 위한 PAOT

5 산업보건기사 간담회를 하다.



▲ 산업보건기사 간담회



▲ 대구·경북 산업보건기사 모임

지역에서 산업보건기사 간담회를 하였고, 이를 기반으로 대구·경북 산업보건기사 모임을 만들어, 지역 산업보건기관의 교류 협력기반을 만들었다.

6 건설근로자 영양개선사업을 하다.

사업장 단체급식은 직장 내에서 각 직종에 종사하는 근로자에게 필요한 영양소를 공급하고, 건강의 유지와 향상에 기여는 동시에 근로자의 체력관리와 작업능률을 높일 수 있는 차원에서 그 중요성이 강조되고 있다. 또한, 학교급식이나 병원급식과는 달리 급식대상자가 일정한 직장에서 장기간 계속적으로 급식을 제공받게 되는 특수성이 있으므로 이들에 대한 급식 및 건강관리는 매우 중요한 것으로 인식되고 있다.

건설근로자의 경우 주로 근력을 이용하여 일을 하며, 다른 직종의 근로자들에 비해 열악한 근로환경을 가지고 있으며, 고령 근로자의 수가 증가되고 있으나 이에 따른 영양상담이나 교육의 기회는 전무한 실정이다. 그러므로 건설근로자의 영양 섭취 실태를 파악하고, 그 특성에 알맞은 지속적인 영양상담과 교육 프로그램을 실시하는 것이 반드시 필요하다.

이에, 건설근로자 및 안전보건관리자 등을 대상으로 직장 내의 영양지도 및 교육 프로그램의 중요성을 인식시키고, 건강의식을 고취시켜 지속적이고 체계적인 영양교육 및 관리를 통해 근로자의 질병예방과 건강증진에 도움이 되고자 하였다.



2014년 건설근로자 영양개선 사업 보고서



2014. 11. 28

대구 근로자 건강센터

▲ 건설근로자 영양개선사업과 보고서

7 감정노동사업장을 집중 관리하다.

감정노동사업장을 중심으로 집중관리하게 되면서 대면서비스(병원, 사회복지사, 판매업, 서비스센터 등)종사자에게 개인 및 집단상담이 진행되었다. 또한 비대면서비스인 콜센터 직원을 대상으로, 사업장 내 전수로 2회차 개인상담을 처음으로 진행하게 되었다.

2014년 10월 대구컨택협회 행사에서 콜센터 직원들의 상담사 직무스트레스 관리방안을 강의하고 11월 MOU를 체결하여 콜센터 감정노동자들을 위한 지속적인 직무스트레스 예방의 연결고리를 마련하였다.



▲ 은행VIP상담사 직무스트레스관리 교육



▲ 대구컨택협회의 MOU

8 환경미화원의 작업관련 질환에 관심을 가지다.

환경미화원은 대개 지자체 소속으로 직업건강의 사각지대였다. 그러나 환경미화원은 고령이 많고, 근골격계 부담요인이 많으며, 디젤엔진 배출물 등에도 노출되어 다양한 작업환경유해요인에 노출되어 있다. 이에 환경미화원의 근골격계질환 예방프로그램을 중심으로 직업건강 서비스 제공을 시작하였다.



▲ 음식물 쓰레기 수거모습



▲ 플래카드 등 쓰레기 치우는 모습

9 일일취업근로자들의 건강에 관심을 가지다.

일일취업근로자는 하루하루 일을 하여 일당을 받아 생활하는 근로자이다. 이들은 일을 할 때 마다 다양한 위험요인에 노출될 수 있고, 소속된 사업장이 없어 건강관리를 받기 어려운 실정이다. 그래서 고용노동부 대구서부고용센터와 연계하여 일일취업근로자를 대상으로 한 특성화 사업을 시작하였다. 그리하여 가장 열악한 환경에 놓인 일일취업근로자들의 건강관리에 도움을 주게 되었다. 건강상담 중 1명이 최근 폐결핵 진단을 받은 것을 알게 되어 전수조사 차원에서 강미정내과와 연계하여 일일근로자들의 결핵검진(흉부 방사선 검사)을 시행하기도 하였다.



▲ 일일취업근로자 건강상담모습



▲ 결핵검진 모습

10 외국인근로자를 위한 교육프로그램을 운영하다.

이전에는 건강상담에 초점을 맞추어 외국인근로자들에게 건강관리 서비스를 제공하였으나, 외국인근로자들에 대하여 뇌심예방 교육, 스트레칭 교육, 보호구 착용교육 등 다양한 직업건강에 대한 교육과 상담을 제공하였다. 인도네시아어, 베트남어로 번역하여 통역을 통해 교육하기도 하였다.



▲ 외국인을 대상으로 교육하는 모습

11 그 외 활동들

건강진단 결과 사후관리를 좀 더 체계적으로 하기 위해 노력하였고, 근로자로부터 정보제공동의서를 받고, 산업보건기관으로부터 근로자건강진단결과지를 받아 검진결과를 희원프로그램(WHAS)에 입력함으로써 근로자건강센터가 제공하는 직업건강서비스의 효과를 평가하기 위한 기반을 만들 고자 하였다.

2015년 4년차

2015년에는 참여형 개선기법이 광범위한 영역에 적용되었다. 사업장 현장에서 안전보건을 실천할 수 있는 방식으로 2014년 농촌의 참여형 작업환경 개선 활동과 인천근로자건강센터의 직무스트레스 PAOT를 계승하여 다양한 방식으로 사업장 참여형 개선활동(PAOT)을 접목하였다. 뇌심혈관계 질환 예방을 위한 교육에 PAOT 기법을 적용하기도 하였고, 사업장 환경개선을 위한 PAOT 기법을 적용하였으며, 2015년 4월에는 PAOT 방식을 활용한 뇌심혈관계질환예방 관리 세미나를 주최하게 되었다. 그 후 PAOT 방식은 직무스트레스 관리 PAOT, 근골격계질환 예방을 위한 PAOT 등 여러 전문 분야의 세미나에 영향을 미쳤다.

1 PAOT 기법을 뇌심혈관계질환 예방 교육, 세미나, 환경미화 종사자 건강상담 등 다양한 분야에 접목하다.

뇌심혈관계질환 예방
PAOT
2015.05. 27

환경미화종사자
건강하고 안전한 작업환경을 위한
참여형 개선활동(PAOT)

▶ PAOT 방식을 활용한 뇌심혈관계질환 예방 관리 세미나
(2015. 4. 24.)



2 효과적인 업무수행과 분야별 전문성 강화를 위한 회계, 행정 업무를 분리 시켜 업무 과부하를 예방하고 분야별 전문성을 강화하다.

3 소도구를 활용한 맞춤형 근골격계질환 예방프로그램이 호응을 얻다.

소도구를 활용한 맞춤형 근골격계질환 예방프로그램이 호응을 얻어 1일 근골격계질환 예방실을 내방 이용하는 근로자가 평균 12명 정도로 늘어났다.



▲ 요통예방 폼롤러 운동



▲ 뱃살 다이어트 짐볼 운동

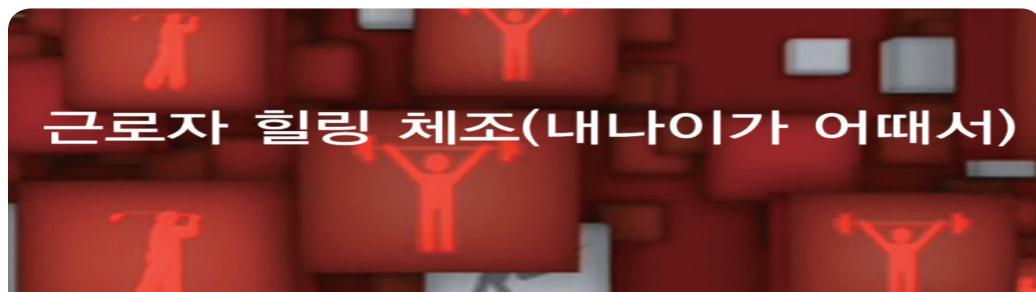
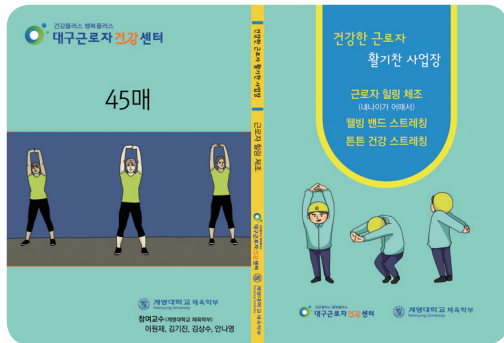


▲ 순환운동 프로그램



▲ 파워슬링운동

4 계명대 체육학과와 공동으로 맨손 스트레칭, 밴드 스트레칭, 음악과 함께 하는 스트레칭 등 스트레칭 동영상 제작하여 사업장에 배포하다.



5 재해율이 높고, 만성질환이 많은 50세 이상 고령근로자에 대한 직업건강서비스가 제공되다.

6 월오픈심리상담실이 도입되다.

감정노동사업장 관리대상이 점차 확대되었고 사업장별 단기프로그램으로 진행되는 집중상담형태로 일정시기에만 진행하게 되니 근로자의 상담요구가 적시에 반영되지 못하는 경우가 발생하였다. 그래서 매월 정해진 시간에 정기적으로 근로자가 필요시에 상담(월오픈심리상담실)을 받을 수 있게 되었다.

7 미용업 종사자에게 스트레칭 교육을 실시하다.

2015년부터는 이미용사 협회와 연계하여 정기교육 시, 건강상담서비스를 제공하면서 스트레칭 기법을 전수하고, 스트레칭 포스터를 제공하다.



▲ 이·미용 업주 위생교육에서 스트레칭 하는 모습

8 지역에서의 산업보건세미나를 연 2회로 정례화하다.

2016년 5년차

2011년부터 근로자건강센터가 설치·운영되면서 센터가 설치된 인근 산업단지 근로자는 센터를 이용할 수 있지만 센터 내방 또는 센터 전문가의 찾아가는 서비스가 어려운 오지 산업단지까지 직업건강서비스가 미치지 못하는 못하였다. 이에 공단에서는 기존 센터의 지리적 산업보건서비스 확장기능을 통해 소외 지역 근로자까지 직업건강서비스 수혜범위를 확대하기 위하여 2016년부터 분소를 설치·운영하기 시작하였다.

근로자건강센터를 중심으로 접근성과 편의성이 높은 곳에 분소를 설치하여 모자(母子)운영체계를 구축함으로써 이용편의를 돕고자 하였다.

분소에서는 화상을 이용하여 분소를 내방한 근로자와 센터 전문가를 연결하여 전문건강상담을 상시·지속적으로 운영하기 위하여 화상상담을 도입하였다.

타켓사업장(성서공단) 집중 사후관리를 시작하였고, 달서분소(성서헬스존)를 개소하였다. 근골격계부담작업 체크리스트를 본격적으로 활용하여 작업 공정별 근골격계 유해인자 평가를 통한 근골격계질환 예방운동을 실시하였고, 산업보건기관 교류협력을 통해 활발한 직업건강프로그램을 제공하기 시작하였다.

한편으로는 안전보건공단 대구서부지사과 연계하여 중대재해 발생 후의 트라우마에 대한 심리적 안정화 프로그램을 시행하기 시작하였다.

1 사업장 중대재해 트라우마 관리프로그램을 시작하다.

2016년 6월 1일 경북 고령군 00제지 공장에서 황화수소 중독으로 인한 중대재해가 발생하였고, 안전보건공단 대구서부지사에서 산재 사망사고 알림 문자를 대구근로자건강센터에 전송하였다. 00제지 공장 탱크 안 슬러지 제거작업 중 유독가스인 황화수소가 발생하여 2명이 사망하고, 1명이 상해를 입은 사건이었다. 사업장 전체 인원 15명에 대해 트라우마 상담을 실시하였다. 이를 계기로 2016년에 3곳의 사업장에 산재트라우마 상담을 진행하게 되었다.



▲ 제지공장 사고현장



▲ 자동차 주물제조업체 사고현장

2 지하철 역사에 달서분소(성서헬스존)를 개소하다.



▶ 달서분소 개소식
(2016. 8. 12.)



3 자세 측정기를 도입하여 개인에 맞는 운동을 처방하다.

달서분소(성서헬스존)를 개소하였으며, 자세측정기를 도입하여 근로자의 자세를 평가하고, 그에 따른 운동처방을 지도하였다.



▲ 자세 측정기를 이용하여 자세 측정하는 모습

4 뇌심혈관질환의 직업적 요인 체크리스트를 도입하여 포괄적인 직업건강서비스를 제공하려 노력하다.

뇌심혈관질환의 직업적 위험요인이 되는 다양한 유해요인을 체크함으로써 혈압, 혈당 측정과 상담에만 치중하지 않고, 다양한 직업적인 요인을 평가하고, 필요시 전문가연계 상담을 하게 되었다.

〈뇌심혈관질환 관련 직업적 요인 평가 체크리스트〉

① 장시간근무	② 야간 및 교대작업	③ 직무 스트레스	④ 소음
⑤ 고열 작업	⑥ 한랭 작업	⑦ 중량물 취급 및 강도 높은 육체작업	⑧ 좌식작업
⑨ 화학물질 : 염화탄화수소류(TCE, 1,1,1-trichloroethane), 메틸렌클로라이드, CO, Cd, 납, 비소			
⑩ 기타 ()			

5 직원 역량강화에 노력하다.

내부교육을 매주 1회 모두가 돌아가면서 발표하고 들으면서 전문지식을 함양하였다. 정기 세미나의 주제를 정하고 주제에 해당하는 전문가가 세미나를 구성하고 진행하며, 세미나의 한 파트를 맡아 강의를 함으로써 강사로서의 능력도 배양하였다.



▲ 내부 교육 모습



▲ 세미나에서 강의하는 모습

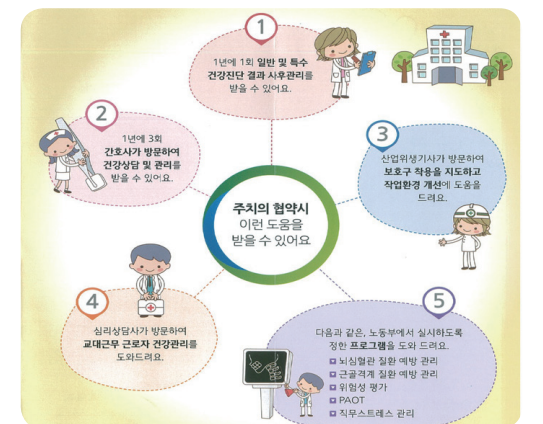
6 사업장 스트레칭 정착사업이 활성화되다.



▲ 사업장 스트레칭 지도 모습

7 주치의 사업장 관리에 각 분야의 전문가와 연계하기 시작하다.

우리회사주치의 사업에서 사업장의 요구에 따라 작업환경전문가, 근골격계질환 예방전문가, 상담심리사 등 각 분야별 전문가를 연계하여 보다 질적인 직업건강서비스를 제공하기 시작하였다.



8 직무스트레스예방 관리에 난타를 이용하다.



▲ 마음을 두드리는 난타 프로그램 실시 (2016. 6.)

저녁시간에 진행된 프로그램으로 근로자들의 스트레스 해소와 활력을 찾는데 도움을 주었다.

2017년 6년차

1 달성1차 산업단지에 달성분소를 개소하다.

달성분소를 개소하여 달성1차 산업단지 근로자들에게 뇌심혈관질환 및 근골격계질환 예방을 중심으로 하는 직업건강서비스를 제공하기 시작하였다.



▲ 달성분소 개소식 (2017. 9. 22.)



2 근로자건강센터의 정체성을 찾기 위해 노력하다.

뇌심혈관질환의 직업적 요인에 대해 함께 공부하고, 직업적 요인에 대한 체크리스트를 만들어 뇌심혈관질환 직업적 요인에 대해 체크하였고, 파악된 직업적 요인에 대해 각 전문가와 연계 상담을 시행하였다.

▶ 『뇌심혈관질환의 직업적 요인이해』라는 제목으로 책을 엮어 공유



3 산재트라우마 관리사례를 안전보건강조 주간에 발표하다.

2016년에 대구근로자건강센터는 안전보건공단 대구서부지사와 연계하여 산업재해트라우마 상담을 시작하였고, 2017년 안전보건공단에서 주관하는 제 50회 산업안전보건강조주간 행사에 <산업재해트라우마 관리 프로그램>이라는 제목으로 우수사례 발표를 하였다. 이후 산업재해트라우마 관리의 필요성에 대한 관심이 높아졌다.



▲ 안전보건강조주간 우수사례 발표

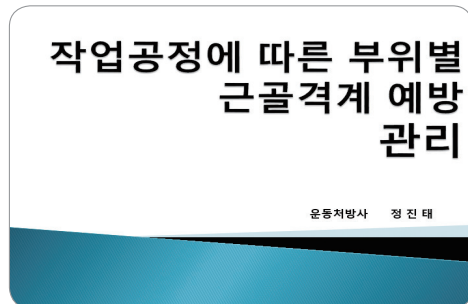


4 근골격계부담작업 체크리스트를 도입하여 공정별 유해요인을 평가하다.

근골격계질환 예방실에서는 근골격계부담작업 체크리스트를 이용하여 작업공정별 작업내용과 부담작업, 증상부위를 평가함으로써 사업장 공정별 스트레칭 기법을 만들어 전문적인 직업건강서비스를 제공하고자 하였다.

사업장명	호주사*	근원	경로	부위/부위	어제	
이 레	관 주	VAS (동승수차 : 1~10)	1차: 6	2차: /	/	
작업 구분						
작업내용	시우적 (아무스 키보드 사용)	반복작업	매리외로 손을 올려 작업	구부러지거나 비드는 동작	조크로고 없거나 무릎을 굽힘	항 손가락 전기작업
중점 부위 (O)	어깨, 등, 손, 손가락	목, 어깨, 손목, 손, 팔꿈치	어깨, 팔	목, 허리	다리, 무릎	손가락
체크 (V)						
예방적 조치	근육 중산 결박사안 안을이 어깨 스트레칭.					

▲ 근골격계부담작업 체크리스트



▲ 작업공정별 스트레칭 기법

5 외국인근로자 트라우마에 집단상담하다.

2017년 군위의 OO 축사에서 황화수소 가스 중독으로 외국인근로자가 사망한 사건이 발생하였다. 안전보건공단 대구지역본부와 연계하여 외국인 산재트라우마에 대한 집단상담을 실시하였다.



▲ 외국인근로자 트라우마 집단상담

6 외국인근로자를 만나는 다양한 방법을 모색하다.



▲ 인도네시아 사원 외국인근로자

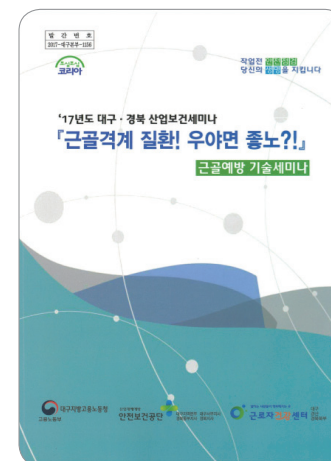


▲ 서부고용센터 외국인근로자

7 안전보건공단 대구서부지사, 대구지역본부와 연계하여 세미나를 열다.

안전보건공단 대구서부지사와 연계하여 『근골격계질환! 우야면 좋노?』 라는 제목으로 대구·경북지역 보건관리자, 산업보건대행기관, 사업장 안전보건담당자, 공단·산업보건단체 등 250명이 모인 세미나를 개최하였다. 근골격계질환에 대한 정책과 사업장의 예방사례, 산재 승인 동향, 현장의 소리를 듣는 자리였다.

근골격계질환과 관련된 현장의 소리를 들으면서 근골격계 산재환자들의 직업복귀가 왜 어려운지, 왜 직업복귀에 대한 대책이 필요한지에 대해 인지하게 되었다.



1 목적	<ul style="list-style-type: none"> ○ 다시 증가되고 있는 근골격계질환의 심각성 예방을 위한 다양한 시점에서 같이 있게, 온라인으로 산업보건사업의 개선점을 발굴 ● 대구지역 근골격계질환 2014년 429명 → 2015년 455명 → 2016년 410명 ● 2016. 10월 31일자 → 2017. 10월 31일자 2017년 22개 유가
2 추진방안	<ul style="list-style-type: none"> ○ 내실있는 행사를 위해 업무관계자 중심의 전문세미나로 개최 ○ 기술적·의학적·인근뿐만 아니라 산업현장에서의 사례도 포함 ○ 사례별로 및 토론은 사업장의 참여와 의견이 반영되도록 함 ○ 건강센터(영계소), 공단(영계소) 기관 합동으로 추진하여 사서지 제고 ○ 세미나장 주변에 근골격계질환 관련 전시·체험부스 운영
3 추진계획	<ul style="list-style-type: none"> ○ 개최일시 : 2017. 12. 20(수), 10:00 ~ 17:00 ○ 개최장소 : 대구 EXCO 30호 회의실 (연비는 (해) 명) ○ 발표주제 : 근골격계질환! 우야면 좋노? ○ 참석대상 : 대구·경북지역 보건관리자(약 60명), 산업현장 30명, 2017년 산업보건대행기관, 40개사, 사업장의 안전보건담당자, 40명, 산업보건단체 등 250명 이상 ● 기금출발 : 대구본부 60명, 대구서부지사 70명, 경북지사 40명, 경북본부지사 50명

시 간	내 용	발표자
09:00~10:00	등록 및 전시·체험부스 설치	시내 도청별 기관
10:00~10:10	인사말씀	대구지역본부장
10:10~10:20	의사말씀	대구지역본부장
10:20~11:10	근골격계질환의 심각성 예방을 위한 다양한 시점에서 같이 있게, 온라인으로 산업보건사업의 개선점을 발굴	공단본부장, 산업보건단체
11:10~11:50	산업현장에서 본 근골격계질환의 예방과 치료에 대해 1	김재환(영계소)
11:50~12:30	산업현장에서 본 근골격계질환의 예방과 치료에 대해 2	김재환(영계소)
12:30~13:00	휴식	-
13:00~14:10	중점 발표 1 : 사업장 근골격계질환 예방사례 소개	김진태(영계소)
14:10~14:30	중점 발표 2 : 산업현장에서의 우수·실제사례 중심으로	도제(영계소)
14:30~15:00	중점 발표 3 : 예방사례 소개, 사례 및 산업현장	김재환(영계소)
15:00~15:20	중점 발표 4 : 예방(영계소), 현장 조차(영계소)	김재환(영계소)
15:20~15:30	휴식	-
15:30~16:00	중점 발표 5 : 근골격계질환의 예방·보완	김진태(영계소)
16:00~16:30	중점 발표 6 : 근골격계질환의 산재조사·처리	김진태(영계소)
16:30~17:00	중점 발표 7 : 근골격계질환의 예방·보완	김진태(영계소)
17:00~17:30	세부추진계획	대구지역본부

8 산업재해 트라우마 관리 매뉴얼을 만든다.

2017년 8월에는 안전보건공단과 함께 산업재해 트라우마 관리 매뉴얼을 전문가용, 사업장용, 노동자용으로 나누어 작성하였다.



9 산업보건기관과 정식으로 업무협약을 체결하다.

지역의 산업보건기관들과 다양한 방식으로 협업을 하다가 2017년에 정식으로 업무협약을 체결하다. 참여기관은 가톨릭산업보건센터, 대한산업보건협회 대구근로자건강센터, 계명대학교동산병원 직업환경의학과이다.



▲ 산업보건기관 업무협약 체결식 (2017. 7. 21.)

2018년 7년차

1 직업적트라우마 전문상담센터(마음쓰담)를 시범운영하다.

2018년 대구근로자건강센터는 직업적트라우마 전문상담센터 시범사업 운영기관으로 지정되었고, 고용노동부와 공단과 함께 본격적인 트라우마 관리 프로그램을 진행하였다. 산업재해 트라우마 사업을 본격적으로 실시하였다.



▲ 직업적트라우마 전문상담센터 현판식 (2018. 5. 31.)

2 커플스트레칭을 개발하고 사업장에 적용하다.

사업장 방문 커플스트레칭 정착사업과 자세교정 프로젝트 프로그램으로 운동실을 활성화하면서 커플스트레칭 동영상 제작하였다. 스트레칭을 혼자서 하는 것보다 둘이서 하면 스트레칭의 효과가 더 좋고, 직원 간의 접촉을 통해 친밀감, 공동체감을 형성할 수 있다.



▲ 커플스트레칭 연습장면



▲ 커플스트레칭 동영상 제작 장면

3 요양보호사에 대한 직업건강서비스를 제공한다.

2012년부터 요양보호사에 대한 관심과 직업건강서비스 시행하였고, 2014년 부터는 건강보험공단과 연계하여 근골격계질환 예방을 위한 집체교육을 요양보호사를 대상으로 시행하였으나, 요양보호사에 대한 특성화 사업을 시행하면서 근골격계질환이 많이 발생하는 요양보호사에 대한 직업건강서비스를 체계적으로 시행하기 시작하였다. 근골격계질환에 취약한 특성과 사업장의 규모가 작고, 원거리에 있는 점을 고려하여 사업장에 찾아가는 서비스를 시작하였다.



▲ 요양원에 방문하여 상담하고 스트레칭 교육하는 모습



4 운전원에 대한 직업건강서비스를 제공하기 시작하다.

특성화 사업으로 뇌심혈관질환과 근골격계질환이 많이 발생하는 운전원에 대한 직업건강 서비스를 시행하기 시작하였다. 운전원은 산업보건관리자 선임업종에 속하지 않았으며, 직업건강상담의 사각지대에 있었다. 운전작업의 특성상 사업장 방문 서비스조차도 원활하지 않아, 교통연수원과 연계하여 건강상담 및 작업관련 질병에 대한 교육을 실시하였다.



▲ 교통연수원 - 운전원 건강상담

5 지역의 산업보건기관과 더욱 긴밀하게 교류·협력하다.

지역의 산업보건기관과 더욱 긴밀하게 협력·교류하기 위하여 산업보건협의체를 만들어 연 2회 정기적으로 정보를 교류하고, 업무를 협력하며 소통하는 계기를 만들었다. 보호구밀착검사, 심리상담 등 산업보건기관 교류협력 프로그램이 활성화되었다.

6 사업장외에도 다양한 기관을 통해 산업보건관련 교육을 시행하다.

세미나와 외부강의에 대해 함께 주제를 고민하고 발표연습을 하였다. 주제에 따라 세미나를 맡을 직원을 결정하고, 세미나에서 한 파트를 맡아 강의를 하도록 하였다.

외부기관의 강의의뢰에 대해서도 함께 의논하고 연습하여 방향을 정하고, 각 파트별 전문가가 강의하였다.

대구근로자건강센터 제16차 세미나 프로그램

1. 개요
 ○ 일시 : 2018. 4. 26 (목) 13:00 ~ 17:20
 ○ 장소 : 대구비즈니스센터 2층 202호
 ○ 주최 : 대구근로자건강센터
 ○ 주무 : 뇌심혈관질환의 직업적 요인 이해
 ○ 참가대상 : 사업장 및 유관기관 안전보건관리책임자(포함), 전국 근로자건강센터

2. 세부일정 및 내용

시간	내용	발표자
13:00-13:30	등록	
13:30-13:50	연사발씀	대구근로자건강센터 위원장 겸 제16차 세미나 기획위원장 산업보건관리자(포함) 대구근로자건강센터
13:50-14:50	이간·교대담당시간 근무와 뇌심혈관질환	이연태(대구근로자건강센터 직업건강관리과) 김관우(교수)
14:50-15:10	Break time	
15:10-15:50	회학적 인자와 뇌심혈관질환	홍신영(원 직업환경학과)과 천영미(이양업)
15:50-16:30	물리적 인자와 뇌심혈관질환	대구근로자건강센터 장인희(부책임용)
16:30-16:50	뇌심혈관질환 관련 직업적 요인 관리 사례	대구근로자건강센터 이은희(산업건강조사)
16:50-17:20	마무리(살문지와 질의 응답 등)	



▲ 경북산업안전본부와 연계하여 관리감독자 교육 참여



▲ 달성외국인근로자 지원센터와 연계하여 외국인근로자 대상 산업보건 강의

7 한국서부발전의 하청업체인 한국발전의 중대재해에 대해 타 센터, 국가트라우마센터, 두리공감과 함께 트라우마 상담에 참여하다.

1차 시범사업이 마무리 될 즈음인 2018년 12월 11일 한국서부발전 태안 발전소 중대재해(비정규직故김용균 사망)가 발생하였고, 전국의 근로자건강센터(충남, 대전, 서울, 서울서부, 대구)와 연계하여 트라우마관리 프로그램을 진행하였다. 이를 계기로 대형사고 발생 시에도 공단과 직업적트라우마 전문상담센터와 근로자건강센터의 협업을 통해 트라우마 관리를 수행할 수 있었다.

태안 서부발전 사망사고 관련 트라우마 진행사항 보고
 <2019. 03. 20(수) 기준>

□ 목적

- 태안 서부발전 사망사고를 목격한 노동자가 불안장애 등 트라우마 증상을 극복하고 정상적으로 일상에 복귀하여 사업장에서 근무할 수 있도록 지원

□ 주요 추진사항

○ 경과

- 고용노동부 보령지청에서 태안 서부발전에 산재트라우마 진행 협조요청
- 고용노동부 보령지청에서 직업적트라우마 전문상담센터에 트라우마 상담 협조요청(12.13)
- (일정협의) 태안서부발전 안전과장, 직업적 트라우마 센터 3명
- (1차 교육 및 사전충격척도검사) 대구근로자건강센터(부센터장, 상담실리사 등 3명)
- 한국발전 직원 80명에 대해 회사 내 교육장에서 안정화교육을 실시하였고, 그 중 77명에 대하여 사전충격척도 검사 실시 및 상담대상자 37명 선정(12.14)
- (1차 상담) 상담대상자 37명 중 8명 상담실시(12.17)

2019년 8년차

1 한일 PAOT 프로그램을 주최하다.

한일 PAOT를 개최하였다. 학교 급식 조리종사자에 대한 액션체크리스트를 만들고, 이를 활용하여 조리실을 방문하여 현장을 점검하고 액션체크리스트를 사용하여 PAOT 프로그램을 수행하였다. 센터 직원들이 함께 참가하여 PAOT를 더욱 구체적으로 이해하고 적용할 수 있는 계기를 마련하였다.



3. 作業環境

危険を知らせる安全健康表示を、危険要因が位置するすぐ近くの壁に貼ります。(例：熱いところがある壁に「熱い注意」の表示設置)

3.18 この改善を提案しますか?
 いいえ はい
 提案意見

3.19 スイッチとコンセントは防水がされているものを使用し、(水気がつかないよう壁面の上側に設置します。)

この改善を提案しますか?
 いいえ はい
 提案意見

3.20 調理する間、適切な保護具を着用します。

この改善を提案しますか?
 いいえ はい
 提案意見

뜨거움 주의
 안전장갑착용
 안전화착용

▲ 한일 PAOT 모습 (2019. 2. 14.~2. 16.)

2 『직업적트라우마 전문상담센터(마음쓰담)』를 재운영하다.

2019년 대구근로자건강센터는 직업적트라우마 전문상담센터 제 2차 시범사업 운영기관으로 지정되었고, 그 동안의 운영경험을 통해 트라우마 관리영역이 더욱 넓어지게 되었고, 관리의 질 또

한 높아졌다. 대기업 뿐 아니라 소규모사업장 등 직접 의뢰 건수가 증가하였고, 직장 내 괴롭힘과 갈등, 성희롱, 성폭력, 고객의 폭언·폭행, 동료자살 등 의뢰되는 트라우마의 종류도 확대되었다.

3 외국인근로자 집단심리상담을 시작하다.

2019년 4월 집단상담은 자기표현집단상담으로 언어 한계를 고려한 미술치료로 시작했지만 초중반부터는 정서경험을 다양하게 나누는 소통집단으로 진행되었다. 기존계획에서 2회 연장된 총 8차시 집단상담으로 4개월간 진행하였다. 집단구성원의 국적은 4개 나라(베트남, 미얀마, 캄보디아, 스리랑카)였고 한국생활기간은 짧게 2년에서 길게 8년이 있었다. 각자가 가진 한국생활의 고충과 가족관계, 향후 진로계획이 주로 다루어졌다.



▲ 집단상담 마지막 회기 단체사진

4 PAOT 교육을 바탕으로 근골격계질환 예방 체크리스트를 만들어 사업장 관리자에게 제공한다.

▲ 업종별 근골격계질환 예방을 위한 액션 체크리스트

5 조직체계를 실무자 중심으로 개편하다.

사무국장 직위를 만들고, 조직체계를 사무국장중심의 체계로 개편하였다.



6 감성노동 홍보캠페인 사업을 수행하다.

▲ 감성노동 홍보 스티커

▲ 감성노동 홍보 전단지

2020년 9년차

1 직업적트라우마 상담센터를 지속운영하게 되다.

2020년에는 2년간의 시범사업 운영을 토대로 전국에 8개소 직업(적)트라우마센터가 확대·설치되었고, 이를 통해 전국의 사건사고 발생 사업장에 더욱 세심하게 접근할 수 있게 되었다.

2 커플스트레칭 동영상을 제작 완료하여 배부하다.

2020년 1월에 계명대학교 산학협력단과 연계하며 커플스트레칭 동영상 제작 작업을 완료하여 사업장에 배부하였다.



▲ 커플 스트레칭 동영상

3 심리안정을 위한 트라우마 스트레칭을 개발·적용하다.

트라우마를 경험한 사람들은 불안, 해리, 감정변화 등에 심리적 변화를 경험한다. 이러한 변화가 정상적인 반응임을 교육을 통해 알려주고 트라우마 스트레칭을 통해 신체적 변화를 알고 안정화하는데 도움이 되는 스트레칭 자세를 안내해 주었다.



▲ 트라우마 스트레칭



▲ 트라우마 교육

4 직무스트레스예방 관리사업장을 '월오픈심리상담실' 화하다.

직무스트레스예방 사업의 효과를 높이기 위해, 사업주 및 관리자의 요구 뿐 아니라 근로자의 요구까지 타협될 수 있는 상담형태로 정기적 방문상담 서비스가 현재까지 진행된 상담형태 중 가장 만족도가 높았다.

대구근로자건강센터

수 선 권영도 등사업장
원조(경유)

제 목 근로자 스트레스관리 프로그램 안내

1. 귀사의 무궁한 발전을 기원합니다.
2. 한국산업안전보건공단 위탁 계명대학교산학협력단 산하 대구근로자건강센터는 근로자들의 정신건강 관리 지원을 위한 무료심리상담 사업을 아래와 같이 진행하고 있습니다.

가. 사업명: 월오픈 상담실

나. 일정: 2020년 3월 ~ 2020년 12월

다. 내용: 사업장 방문 형태의 심리상담 및 센터 내방 상담

- 직무 및 고위험 스트레스를 나타내는 개인 또는 직종 부서 근로자 대상
- 사업장 담당자는 직원을에게 사업에 대한 상세 안내 후 월오픈 상담신청 접수
- 개인 상담(회기 당 50분, 근로자별 2회까지 제공) 또는 집단상담 지원
- 대구근로자건강센터 내방 상담 신청 가능(상담회기 제한 없음)

* 스트레스 고위험군이라도 근로자가 상담을 원하지 않을 경우에 강제진행하지 않음을 원칙으로 함.

강제 진행시, 상담효과가 작고 회사에 대한 불만요인으로 작용할 수 있음.

라. 매월상담 신청방법: 본 센터 심리상담실 전화 문의 후 일정 협의

- 담당자: 이미선 상담심리사 053)719-3338

마. 귀사의 요청에 따라 대구근로자건강센터 정신건강관리 지원을 제공토록 한다.

대구근로자건강센터장

5 조직의 틀을 변화시키고 좀 더 체계화하다.

팀장직위를 만들어 조직체계를 사무국장-2팀장체제로 개편하였다. 운동처방사, 물리치료사, 상담심리사로 구성된 심신건강팀과 산업간호사, 산업위생기사로 구성된 산업건강팀으로 구성하였다.



▲ 팀장 임명장 수여식 (2020. 1. 2.)

III. 분야별 · 사업별 변화

◆ 분야별

1. 뇌심혈관질환 예방
2. 근로자건강진단 사후관리
3. 우리회사 주치의 협약사업장 관리
4. 근골격계질환 예방
5. 작업환경 관리
6. 직무스트레스 관리

◆ 사업별

1. 건설근로자영양개선사업
2. 직종별 직업건강관리
 - 1) 영양보호사 직업건강서비스
 - 2) 학교급식 조리종사자 직업건강서비스
 - 3) 환경미화원 직업건강서비스
 - 4) 운전원 직업건강서비스
 - 5) 톨게이트 수납원 직업건강서비스
3. 외국인근로자건강 관리
4. 달서분소
5. 달성분소
6. 직업적트라우마 전문상담센터
7. 감정노동 홍보캠페인 사업

분야별

1 뇌심혈관질환 예방

1) 뇌심혈관질환 위험도 평가도구

뇌심질환평가도구로 KOSHA GUIDE를 2012~2015년까지 사용하여 뇌심혈관질환에 대한 위험도를 평가하였다. 위험군을 정상군, 저위험군, 중등도위험군, 고위험군으로 분류하였다. 2014년부터 2015년까지는 근로자의 동의를 얻어 개인의 건강검진 결과표를 받아 회원 프로그램(WHAS)에 입력하였으며, 매년 실시하는 검진결과를 이용하여 센터의 뇌심혈관질환 프로그램의 성과를 객관적으로 평가하고자 노력하였다. 평가도구가 2016년부터는 뇌심혈관질환 위험인자평가(C-CDCI)로 변경되었다.

2017년에는 뇌심질환관련 직업적 유해요인에 대해 함께 공부하는 시간을 가졌으며, “뇌심혈관질환의 직업적 요인이해”라는 책을 엮기도 하였고, 그 중 뇌심혈관질환에 영향을 미치는 요인들을 리스트업 하여 뇌심혈관질환의 직업적 위험요인 평가도구를 만들어 근로자에게 일반적 뇌심혈관질환의 위험요인 뿐 만 아니라 직업적 요인을 평가하여 체계적인 직업건강 관리가 가능하게 하였다.

〈뇌심혈관질환 관련 직업적 요인〉

① 장시간근무	② 야간 및 교대작업	③ 직무 스트레스	④ 소음
⑤ 고열 작업	⑥ 한랭 작업	⑦ 중량물 취급 및 강도 높은 육체작업	⑧ 좌식작업
⑨ 화학물질 : 염화탄화수소류(TCE, 1,1,1-trichloroethane), 메틸렌클로라이드, CO, Cd, 납, 비소			
⑩ 기타()			

2) 직업적 요인과 연결한 금연프로그램

2017년에는 직업적 요인과 결합시킨 금연프로그램을 시작하였다. 보건소에서 진행하던 금연프로그램의 경우 개인적인 흡연 특성만을 강조하여 근로자건강센터 대상자인 근로자에게 적용함에 있어 근로자의 작업특성을 충분히 반영하지 못하는 부분이 있었다. 흡연의 건강영향에 부가적인 혹은 상승작용을 하는 요인들을 함께 평가하고 체크하도록 함으로써, 유해물질을 취급하는 근로자가 왜

금연을 하여야 하는지에 논리적인 설명을 하고 금연을 독려했으며, 보호구 착용에 대해서도 경각심을 줄 수 있었다.

〈흡연과 상승 혹은 부가적인 영향을 미치는 요인, 노출 환경과 관련된 물질〉

직업적 유해 요인	분진	<input type="checkbox"/> 석면 <input type="checkbox"/> 곡물성 분진 <input type="checkbox"/> 기타광물성 분진 <input type="checkbox"/> 목분진 <input type="checkbox"/> 유리섬유 <input type="checkbox"/> 용접 흄	
	유기 화합물	<input type="checkbox"/> 글루타르 알데히드 <input type="checkbox"/> 디에틸 트리아민 <input type="checkbox"/> MDI <input type="checkbox"/> TDI <input type="checkbox"/> HDI <input type="checkbox"/> 아크릴로 니트릴 <input type="checkbox"/> 포름알데히드	
	금속류	<input type="checkbox"/> 니켈 <input type="checkbox"/> 산화철 <input type="checkbox"/> 안티몬 <input type="checkbox"/> 알루미늄 <input type="checkbox"/> 주석 <input type="checkbox"/> 카드뮴 <input type="checkbox"/> 코발트 <input type="checkbox"/> 크롬 <input type="checkbox"/> 텅스텐 <input type="checkbox"/> 비소	
	금속 가공유	<input type="checkbox"/> 미네랄 오일미스트	기타()
흡연관련 발암물질 노출 환경	<input type="checkbox"/> 철강 주물 <input type="checkbox"/> 고무 산업 <input type="checkbox"/> 알루미늄 생산 <input type="checkbox"/> 부츠 및 신발제조업 <input type="checkbox"/> 기타		



▲ 금연 성공자

그리고 작업환경과 관련한 흡연의 건강영향을 더욱 조장하는 유해요인을 평가함으로써 유해물질 사용 사업장에 대한 금연 프로그램을 적극 권유하고, 직장환경에 금연 환경을 조성하고 흡연에 대한 태도 변화를 유도하였다. 사업장을 대상으로 현장에서 금연프로그램 적용 시 시간적인 제약이 적어 많은 근로자가 참여하였다. 더불어 금연 이후 근로자의 건강향상과 흡연으로 인한 시간적 손실을 줄여 사업장의 생산성 향상에 도움이 되었다. 작업장 흡연은 안전문제를 일으키고 뇌심혈관계질

환, 진폐증, 암 등의 직업병 발생에도 영향을 미치므로 근로자에게 금연을 유도함으로써 사고예방과 직업병 예방에도 도움을 주었다.

3) 짠맛/단맛테스트 활용한 식습관 관리

뇌심혈관질환의 위험요인으로 짜게 먹는 식습관과 달게 먹는 식습관 관리는 매우 중요하다. 2019년에는 식약처에서 제공받은 5가지 농도의 짠맛키트와 5가지 농도의 단맛키트를 사용하여 근로자의 미각 테스트를 시행하였다.

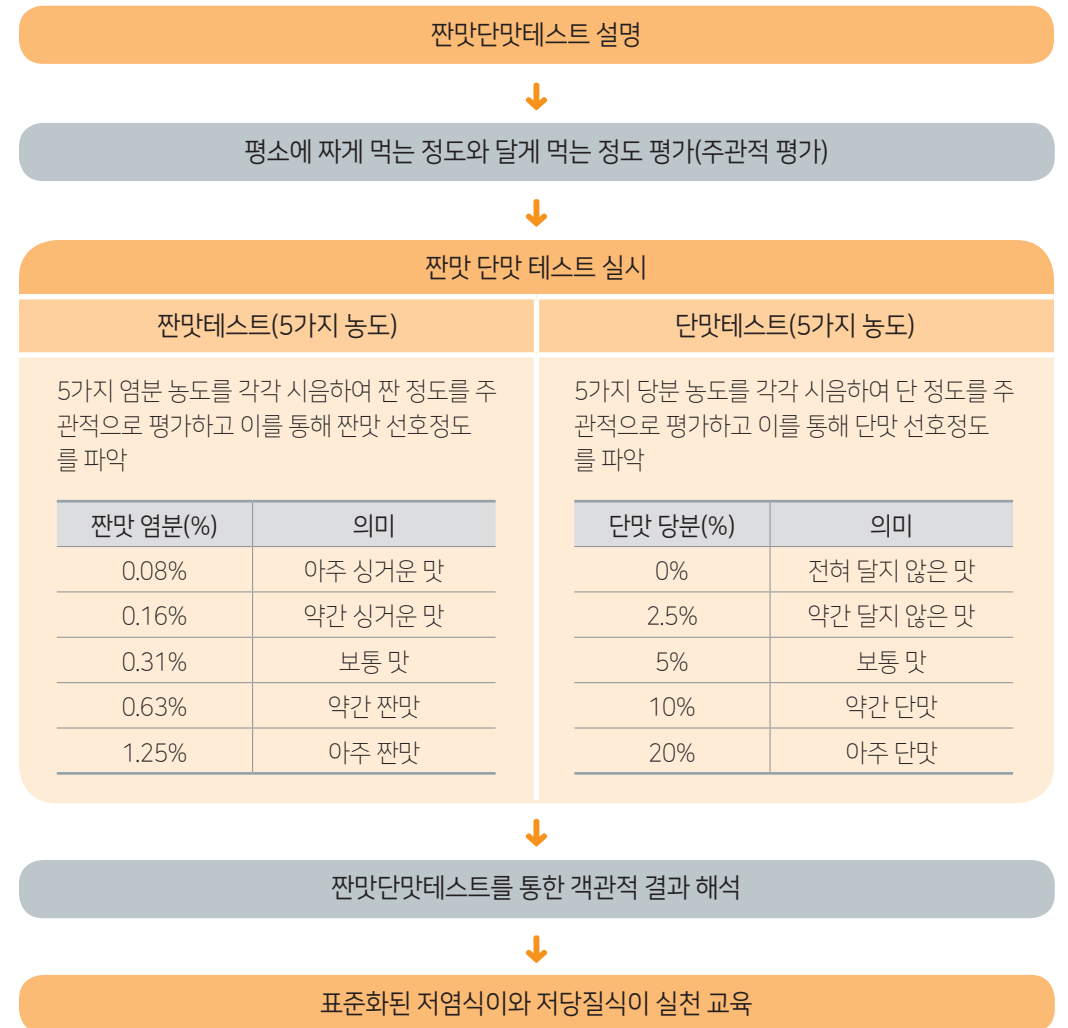


▲ 짠맛/단맛테스트 홍보 배너



▲ 짠맛/단맛테스트 후 식습관 상담

〈짠맛단맛테스트 실시 흐름도〉



내방 근로자들에게 각자의 짠맛과 단맛에 대해 주관적 선호도를 평가한 후, 5가지 농도의 짠맛과 5가지 농도의 단맛을 테스트함으로써 주관적인 선호도와 객관적인 결과값의 차이를 평가하였다. 분소 내방자 86명을 대상으로 짠맛테스트를 실시한 결과 주관적인 선호도는 '평소 보통으로 먹는다.'고 응답한 근로자가 37명(싱겁게 18명, 짜게 31명)으로 가장 많았으나 객관적인 맛 테스트 결과값은 짜게 먹는 근로자가 35명(싱겁게 20명, 보통 31명)으로 가장 많았다. 이를 통해 평소 본인이 짜게 먹는 정도를 인지하는 값과 실제 객관적인 결과값이 차이가 있음을 알 수 있었다. 반면 분소 내방자 65명을 대상으로 단맛테스트를 실시한 결과 주관적으로 '평소 보통으로 먹는다.'고 응답한 근로자가 28명(달지 않게 18명, 달게 19명)으로 가장 많았고 맛 테스트를 통한 객관적인 결과값 역시 보통으로 먹는 근로자가 27명(달지 않게 27명, 달게 11명)으로 가장 많은 비중을 차지하였다. 이를 통해 단맛에 대한 선호도와 객관적인 결과엔 어느 정도 일치함을 알 수 있었다. 단맛/짠맛테스트를 실시하여 주관적인 맛의 정도를 객관화함으로써 스스로 짜게 먹는 정도와 달게 먹는 정도를 정확히 알 수 있는 기회를 제공하고 뇌심혈관질환 관리에 필요한 식습관 개선에 도움을 줄 수 있는 프로그램이었다.

특수건강검진, 일반건강검진 결과 유소견자, 요관찰자로 분류된 근로자에게 건강검진 결과를 설명하여 근로자가 건강을 관리할 수 있도록 도와주었다. 일반건강검진단의 검사항목인 고혈압, 비만, 당뇨병, 이상지질혈증, 간장질환, 빈혈, 신장질환, 흉부 방사선 검사결과 등에 대해 상담을 시행하였고, 특수건강진단의 검사항목인 소음성 난청, 직업성 호흡기 질환을 위주로 유기용제, 중금속 등에 대한 결과를 설명하였다. 또한 병원진료의 필요성 상담, 뇌심혈관질환 발병위험도 평가, 업무적 합성 평가 등을 통해 근로자가 질병에 적절히 치료할 수 있도록 조언하였다. 보호구 착용에 대해서는 2012-2013년에는 착용모습을 보고 제대로 된 착용인지를 점검하였고, 2014년에는 EAR-Fit 장비를 도입하여 객관적으로 차음효과를 판정하고, 근로자의 외이도 크기에 맞는 보호구를 추천하여 주었다. 회사에는 다양한 보호구를 제공할 것을 권유하였다.

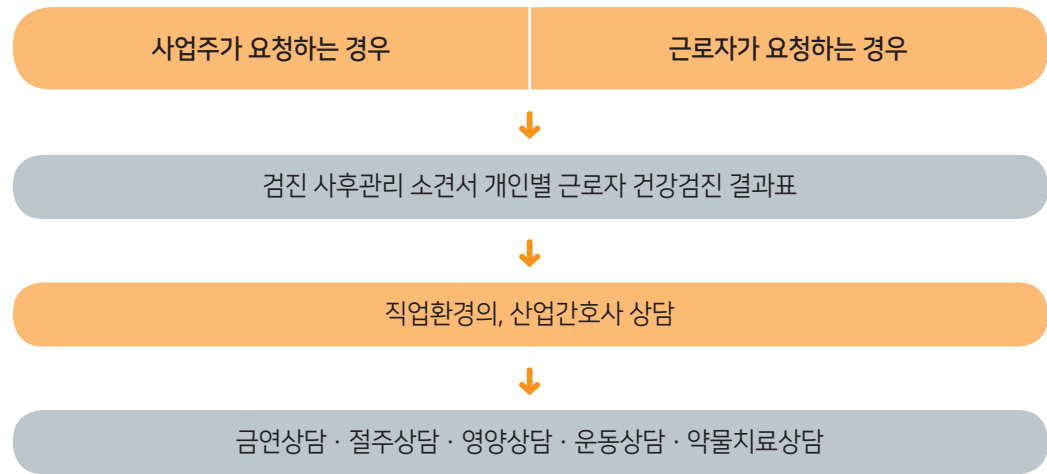
2014-2015년에는 건강검진결과 개인표를 입력하여 사후관리 후의 근로자의 뇌심혈관질환위험도의 변화를 평가하여 근로자건강진단 사후관리의 효과를 평가하고자 하였다.

2017년부터는 50인 미만 사업장의 특수건강검진 결과 작업관련성 질환 발생 위험도가 높은 사업장 명단을 대구지방고용 노동청 서부지청으로부터 전달받아 집중관리를 실시하였다. 121개 사업장 대상으로 1,400명의 근로자에 대해 집중관리를 실시하였다.

2 근로자건강진단 사후관리

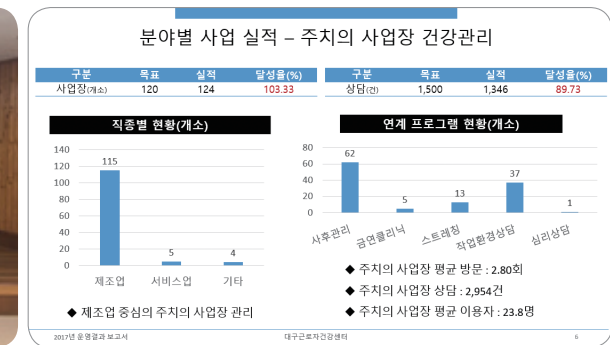
소규모 사업장 근로자들은 건강검진 후 검진결과에 대한 상담을 받기 어렵다. 2013년부터 이들 소규모 사업장근로자에게 사후관리의 기회를 제공함으로써 스스로 건강을 관리하고, 건강증진 하는데 기여하고자 하였다.

〈사후관리 흐름도〉



3 우리 회사 주치의 협약사업장 관리

2013년에 주치의 협약을 맺은 사업장은 34개소였고, 2014년부터 50인 미만 사업장 중 대구근로자건강센터와 주치의 협약을 맺은 사업장 100여개소를 대상으로 주기적 방문을 통해 건강상담 및 추적관리를 실시하고, 작업환경상담, 심리상담, 운동상담 등이 필요한 경우 각 파트와 연계하여 상담 실시하는 등 주치의 협약사업장 관리를 체계화하고 각 분야의 상담을 연계함으로써 포괄적인 산업보건 서비스를 제공하고자 하였다.



▲ 사업장 주치의 협약

주치의 협약을 한 사업장 근로자에게 건강진단결과 사후관리 및 방문 추적관리를 실시하였고, 작업환경분야(귀마개 밀착검사를 활용한 보호구 착용지도 등), 금연프로그램, 근골격계질환 예방분야(스트레칭 지도, 근골격계유해조사), 직무스트레스 분야 등 다른 부서와 연계하여 다양한 서비스를 제공하였다.

4 근골격계질환 예방

초창기에는 근골격계질환 예방 전문가들도 역할 분담 없이 사업장 이동 상담에 같이 투입되었고, 내방 증가를 위해 태극권, 요가 등의 프로그램을 위주로 진행하는 구조였으나, 2014년부터는 소도구를 구입하여 근로자들의 작업과 관련한 작은 근육을 강화시키는 방향으로 전환하게 되었다.



- 스프링 보드 -



- 슬링 -

▲ 근육강화, 균형증진을 위해 다양한 장비를 이용하는 모습

반복작업에 의해 특정근육을 반복사용하는 근로자의 경우 근육의 불균형이 발생하게 된다. 이러한 불균형에 기인한 근골격계질환을 예방하기 위해 균형운동에 초점을 맞춘 소도구 운동을 도입하였다. 그 결과 운동의 효과에 만족한 분들이 높은 재방문율을 보이고 있다. 현재 하루 평균 17명 이상의 근로자들이 방문하고 있으며, 이는 타 센터의 벤치마킹 사례가 되고 있다.

소규모 사업장은 시간적·금전적 여유가 부족하여 스트레칭의 효과를 알고 있음에도 규칙적인 스트레칭 실시가 어려웠다. 이를 고려하여 2014년에는 사업장 스트레칭 정착사업을 시작하였다. 일회적인 집단 스트레칭이 아니라 지속적으로 스트레칭을 할 수 있도록 유도하였고, 사업장에서 스스로 할 수 있도록 지도하였다. 스트레칭 정착사업에 참여한 기업 대다수가 재참여 의사를 밝히며 만족하였다.

2017년에는 '근골격계부담작업 체크리스트'를 이용해 공정에 따른 유해요인을 파악하고 공정별 부담이 되는 근육을 강화하는 방안으로 근골격계질환을 예방하고자 하였다. 이를 통해 근로자의 통증 원인을 파악하여 근골격계질환 개선에 도움을 주고 있다.

근골격계부담작업 체크리스트

사업장명 이름	공정										동증부위		
	VAS (동증수치 : 0-10)										1차:	2차:	
작업 구분													
작업내용	사무직 (마우스, 키보드 사용)	반복작업	머리위로 손을 올린 작업	구부리거나 비틀는 동작	쪼그리고 앉거나 무릎을 굽힘	한 손가락 집기작업	물건을 잡는 작업	무거운 물건을 드는 작업	무릎 아래/어깨 위에서 팔을 상 상태에서 물건을 드는 작업	물건을 드는 작업	반복적인 충격		
동증 부위 (O)	어깨 등, 손, 손가락	목, 어깨, 손목, 손, 팔꿈치	어깨, 팔	목, 허리	다리, 무릎	손가락	손	허리	어깨, 손, 허리, 무릎	허리	손, 무릎, 발꿈치		
체크 (V)													
기타 작업자세 / 예방적 조치													

대구근로자건강센터

추가적으로 2017년에는 사업장에서 동료 간의 친목을 도모하고 즐겁게 할 수 있는 커플스트레칭을 개발하여 사업장 스트레칭 정착사업에 접목하였다. 이를 2018년 2월 전국근로자건강센터 워크숍에서 발표하였고, 2020년 1월에 커플스트레칭 동영상 제작을 완료하였다.



▲ 사업장 커플스트레칭 모습

2018년에는 직종별로 많이 사용하는 근육에 포커스를 맞춘 '직종별 근골격계 힐링프로젝트'를 시행하였으며 사무직편 리플릿 제작을 시작으로 요양보호사, 운전원 등 특정 직종의 작업자세와 유해요인에 포커스를 맞춘 근골격계 스트레칭 리플릿을 제작하여 해당하는 직종별 근골격계질환 예방에 도움이 되는 정보를 제공하였다.



▲ 직종별 힐링 스트레칭 리플릿과 공정별 스트레칭

나아가 2019년부터는 작업환경파트와 연계한 소규모 사업장 방문 스트레칭 사업을 수행하였고, 공정 분석을 통해 공정별 1:1 스트레칭 교육을 적용하였다. 사업장 3곳에 시범 적용하였으며, 점차 사업장을 늘려갈 계획이다.

5. 작업환경 관리

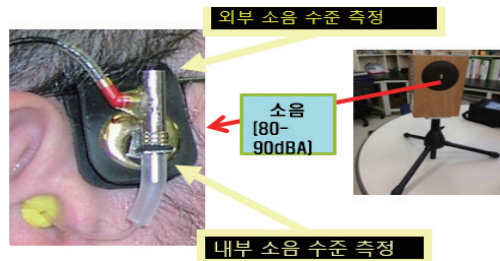
대구는 섬유와 자동차 부품이 70%를 차지하여 소음에 대한 보호구 착용교육이 절실히 필요하였다. 귀마개 착용 방법을 주관적으로 보고 평가하거나 잘 착용하는 방법을 교육하였으나, 객관적으로 귀마개의 차음율을 평가할 방법은 없었다. 대구근로자건강센터는 2014년에 EAR-Fit 장비를 도입하여 객관적인 차음율을 평가하였다. 근로자가 실제 착용한 상태에서의 차음율과 잘 착용하였을 때의 차음율의 차이를 실제로 수치로 보면서 교육을 하였다. 또한 개개인의 귀의 외이도의 크기는 다르며, 아무리 잘 착용하더라도 외이도의 크기에 맞지 않는 귀마개는 차음율을 향상할 수 없다는 사실도 인지하게 되어, 개별 근로자의 외이도 크기를 측정하고, 이에 알맞은 귀마개를 권유하였다.



▲ 방진마스크 밀착도 검사 모습

2014년에는 PAOT 기법을 도입하여 사업장 작업환경 개선에 접목하였다. 사업장의 작업환경을 개선하기 위한 액션체크리스트를 활용하여 소규모 사업장 작업환경 개선에 적용하였다.

2017년부터는 방진마스크에 대한 정성적 밀착검사를 실시하여, 근로자의 방진마스크 사용법에 대한 교육을 시행하였다.



▲ EAR-Fit® 장비를 이용한 귀마개 차음검사의 구조



[(주)태린 참여형 안전보건 개선활동 결과 보고]

- 생산직 근로자 5명 참여
- 피차별 각 1시간씩 진행(10/27, 11/10, 11/24, 12/17)
- 프로그램 진행 순서

① 1회차
- 참여형 안전보건 개선활동 Orientation
- 사업장 작업환경 개선사례 발표

② 2회차
- Action Checklist 사용법 설명

③ 3회차
- Action Checklist 실행결과 발표(현장의 좋은점 2가지, 개선할 점 2가지)

④ 4회차
- 개선할 점 2가지에 대한 개선계획 수립 및 발표
- 개선계획 프랑 및 교육 소감 나누기

액션 체크리스트 구성

- ▶ 물품 보관 및 운반
- ▶ 작업 환경 관리
- ▶ 기계 안전
- ▶ 작업장 디자인
- ▶ 직무스트레스 관리
- ▶ 건강보호

주의!!

액션 체크리스트는

◆ 작업환경이 좋은지 여부를 평가하는 점검표 혹은 잘못된 점을 지적하는 목록

이 아닙니다.

문제점보다는 **해결책**을 찾기 위한 **“리스트”**

▲ (주) 태린에서 PAOT하는 모습과 ppt

2018년부터는 사업장 컨설팅을 시작하였고 산업보건기관과의 활발한 교류 협력으로 EAR-Fit을 이용한 사업장 청력보호구 착용교육에 대한 요청이 많이 증가하였다.

6. 직무스트레스 관리



▲ 사업장 개인상담

사업 초, 직무스트레스예방 사업을 위해서는 근로자들에게 심리상담의 필요를 알리고 또한 그 문턱을 낮추기 위해 단순검사위주(HRV, 척도지)로 진행될 필요가 있었다. 더욱이 여러 파트와의 종합상담에서는 불가피했다. 그렇지만 내방 근로자에게는 상담주체에 따라 심층상담이 충분히 이루어지도록 하였다.

또한 사업장 요청 방문상담에서는 직종별 전수조사로 진행되도록 하여 조직 내에 낙인을 예방하고자 하였고 00기관의 민원업무 종사자의 KOSS(한국형직무스

트레스요인검사)와 PWI-SF(사회적심리스트레스검사) 전수 실시하고 이후 전직원 교육에서 직무스트레스 예방관리를 위해 조직 내 주요 스트레스 요인에 대한 조직적 관리의 필요와 함께 심리상담의 개인적 지원의 중요성을 전달하였다.

3년차에 들어 사업장 방문상담에서 심리상담의 특성을 반영한 상담시간의 충분한 확보와 분리 공간에서의 상담 형태가 점차 갖춰지면서 자연스럽게 다른 파트와 분리된 전문적 활동이 시작되었다. 또한 여러 사업장을 통한 인지도가 형성되어 내방상담도 함께 증가하였다. 특히 2014년은 감정노동사업장을 중심으로 집중관리하게 되면서 여러 서비스 기관과의 사업이 시작되었고 그 중 대구컨택협회와의 협약으로 이후 여러 콜센터종사자를 만나 상담을 제공할 수 있게 되었다. 무엇보다 감정노동자의 상담지원은 한시적이기 보다 지속관리의 필요가 커 2015년 최초 월오픈심리상담실 형태의 매월 찾아가는 상담이 시작되었고 해를 더할수록 매년 정기적인 방문상담을 요청하는 사업장이 늘어 콜센터 외에도 어린이집, 병원과 같이 감정노동 취약사업장을 집중관리하는 형태로 차차 자리잡아갔다. 또한 상담기법 다양화를 통해 매년 상담에 참여하는 근로자들의 관심도도 함께 높아갔다. 2016년 중대재해사고로 인한 트라우마 상담을 시작하면서 이후 각종 산재사고와 상담경험을 토대로 공단과 함께 산업재해 트라우마 관리 매뉴얼(전문가용, 사업장용, 노동자용)을 만들었고, 2017년에는 사업장의 폭을 넓혀 더 많은 트라우마 상담을 진행하였고, 전국 근로자건강센터 상담사를 대상으로 사례발표주최와 직장 내 트라우마 상담의 필요성을 각종 학회를 통해 소개하였다. 이를 통해 산업재해 트라우마 상



▲ 직무스트레스 예방관리 교육



▲ 콜센터직원상담 2년 연속 시행 미술치료 상담



▲ 중대재해 사업장 집단상담

담이 전문화되는데 기여할 수 있었으며 직장내 트라우마 관리를 위한 사업의 필요성이 고용노동부로 피력되어 2018년 직업적트라우마 전문상담센터 시범운영 사업의 발판이 되었다.

2018년은 지속관리 사업장에서의 직장 내 갈등관리와 예방을 위한 집단상담 요청이 이뤄졌고 대구일가정양립지원센터와의 사업연계로 상담 홍보 및 심리상담도 함께 진행되었다.

2019년에는 외국인 집단상담을 통해 상담의 커버리

지가 외국인으로 넓어져 직무스트레스에 취약한 집단을 상담하였다. 특히 7월 16일 시행된 '직장 내 괴롭힘 금지법' 이후 관련 상담이 증가되었고 기존보다도 더 직장 내 갈등이 다양한 형태로 나타났으며, 사업장과 근로자 개인의 상담신청이 증가하였다. 이후로는 사업장에 대하여는 '월오픈심리상담실'과 센터 내방상담을 높이기 위한 집단 프로그램을 진행할 계획이다.



▲ 반월당-홍보 및 심리상담



▲ 병원종사자 대상 친밀감향상집단상담

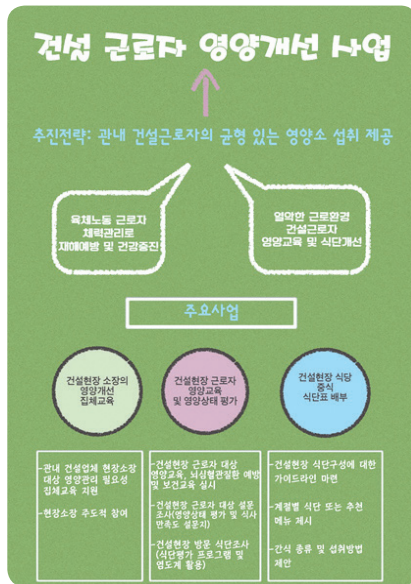


사업별

1 건설근로자영양개선사업

건설현장 근로자들은 매우 높은 강도의 육체노동을 하여 고단백식이 요구되며, 고령의 근로자가 많아 저염식이 등이 필요한 것으로 판단되었다. 건설근로자들에게 영양교육과 균형잡힌 식단의 제공을 통해 영양상태를 개선하여 건설근로자의 재해예방과 건강증진에 도움이 되고자 하였다.

국민건강보험공단의 생애주기별 검진에서 사용되는 영양상태 평가지와 센터에서 자체적으로 만든 식사만족도 설문지를 사용하여 대구지역본부 관할 함바(건설현장 식당) 11곳과 서부지사 관할 함바 8곳의 근로자들을 대상으로 설문조사를 진행하였고, 23곳의 함바 식당에 대한 영양평가, 국의 염도 측정을 설문조사 실시하면서 영양 교육도 실시하였다.



▲ 건설근로자 영양개선 사업 흐름도와 식단 모습

규모가 큰 건설사업장의 식당은 영양사가 상주하여 균형 잡힌 식단을 제공하고 있었으나, 토목 건설 등 시내에서 거리가 먼 곳에 있고 규모가 작은 함바는 식단표 없이 달력에 다음 메뉴를 적어 놓거나 구하기 쉬운 식재료를 이용하기도 하는 등 임의로 식사를 준비하였다.

대부분의 함바에서 탄수화물은 과도하였으며, 지방과 단백질은 부족한 것으로 나타났다. 염은 대부분 약간 짜다 이상이였으며, 짜다에 속한 경우도 많았다.



▲ 영양평가 설문조사와 교육하는 모습

높은 강도의 육체노동을 하는 건설근로자들에게 영양교육과 균형잡힌 식단의 제공을 통해 영양상태를 개선하여 건설근로자의 재해예방과 건강증진에 도움이 되고자 하였다. 교육용 포스터 제작 및 배부하여 뇌심혈관질환 예방과 소금섭취를 줄이는 방법에 관한 포스터를 제작하여 함바 내에 게시하였다. 일반도로 및 고속도로 공사 등 원거리에 있는 건설현장은 숙소를 만들어 함께 생활하는 경우가 많았고, 저녁시간 동안 스트레스를 해소하거나 운동을 할 시설이 없어 술을 마시는 경우가 많았다. 건설현장의 업무특성상 다양한 공정별 업무로 인해 인력이 자주 교체되고, 작업기간이 정해져 있어 건설근로자의 건강증진을 위한 추후관리에 어려움도 있었다.

6월 식단

월	일	화	수	목	금	토
1	2	3	4	5	6	7
매운버섯국	다들기국	부추한방버섯탕	통어국	연두국	갈매기국	참깨국
참깨고추장국	고추장물고기	고춧가루국	안동찜닭	굴치찌개	포도찜닭	해물탕
계란밥	포도찜닭	배추한방국	도라지국	실갈매기	유부고기/양념장	한채살찌게
콩국	가지나물밥	고추국	멸치나물	치킨살찌게	단배추김밥	참깨김밥
배추김치	배추김치	깍두기	배추김치	배추김치	깍두기	배추김치
8	9	10	11	12	13	14
전세죽대국	순두부찌개	쇠고기어묵국	유부한국	배추콩나물국	사육국	참깨안방
달걀콩밥	고추나물	서리태나물콩밥	갈매기찜닭	배추물고기	고춧가루물고기	백반국
콩나물	달걀국밥	유부찌개	갈매기	마늘물고기	피해한	콩나물김치찌개
배추김치	달걀김밥	콩나물밥	고추찌개	참나물찌개	달걀김밥	고추찌개
배추김치	깍두기	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
15	16	17	18	19	20	21
차돌문찌개	맑은배추국	통어밥	전세죽대국	오이냉국	물계란국	참깨김치탕
고추찌개	콩국찌개	유부안주탕	배추김치찌개	김치찌개	달걀국	참깨김치찌개
포도찰국밥	마늘물고기	마늘배추찌개	고춧국	갈매기	유부고기/양념장	가지콩소스국
전채밥	배추나물밥	순두부김밥	다시마/생선안방	유부콩국	콩나물국	달걀김밥
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치
22	23	24	25	26	27	28
갈매기국	배추국	참깨국	갈매기	참깨국	참깨국	참깨국
갈매기	쇠고기나물밥	물계란국	물계란	참깨국	참깨국	참깨국
갈매기	물계란국	물계란국	물계란	물계란	물계란	물계란
유부배추김밥	참깨고추장국	물계란국	물계란	물계란	물계란	물계란
배추나물	참깨김밥	물계란국	물계란	물계란	물계란	물계란
배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치	배추김치



▲ 제공한 식단표와 영양교육 포스터

2 직종별 직업건강관리

1) 영양보호사 직업건강서비스

영양보호사의 직업건강에 대한 관심은 2012년에 시작되었다. 2012년에는 Pasted Graphic 15.tif 성요셉 재활원 등에서 영양보호사의 근골격계 유해요인 및 부담작업에 대한 조사를 시행하였고, 다양한 개선방안에 대하여 제시하였다. 2014년부터 건강보험공단과 연계하여 근골격계 부담작업이 많은 영양보호사에 대하여 근골격계질환 예방을 위한 교육을 시작하였다.



▲ 영양보호사 단체스트레칭 교육

직종별 근골격계 힐링 프로젝트

날짜 :
이름 :
사업장 :
통증부위 :
통증수치 (VAS: 0~10) :

1. 어깨통증이 있으신가요?

상부 승모근 스트레칭 | 어깨 아래로 내리기
등척추 정렬 | 등 근육 강화

2. 허리통증이 있으신가요?

허리근육 스트레칭 | 허리/엉덩이근육 강화
내밀기 자세 | 고잉이 자세

3. 팔꿈치/손목/손가락 통증이 있으신가요?

팔꿈치/손목 스트레칭 | 손목 근력운동
발꿈치 스트레칭 | 손목/손가락 근력운동

4. 무릎통증이 있으신가요?

허벅지근육 강화 | 허벅지 안쪽근육 강화
무릎/발목 안정화 | 허벅지근육 강화

5. 영양보호사를 위한 다양한 운동방법

심부안정화 운동 | 심부안정화 운동
허리근육 스트레칭 | 등척추 펴기

▲ 영양보호사를 위한 스트레칭 리플릿

2018년부터는 건강보험공단의 영양부와 연계하여 개별 영양기관에 접촉하여 소속된 영양보호사를 대상으로 이동 건강관리를 실시하였다. 영양보호사의 경우 여성이 많고, 50대 이상의 고령이 많아 뇌심혈관질환 예방을 위한 서비스를 하였고, 업무 특성상 어깨, 허리 등 근골격계질환의 위험이 높아 간호사, 운동처방사, 물리치료사, 의사의 인력구성으로 건강서비스를 제공하였다. 건강관리 필수직종으로 분류하여 기초검사(혈압, 혈당측정, 체지방검사) 및 건강상담을 실시하고, 근골격계증상 조사표를 통한 스트레칭 실시와 운동법 교육, 사후관리를 통한 뇌심혈관 위험인자 평가 실시 및 상담을 진행하였다.

2) 학교급식 조리종사자 직업건강서비스

2013년부터 달성군 교육청과 연계하여 보건관리에 의무가 없는 학교급식조리종사자에 대한 직업건강서비스를 시작하였다. 초·중·고등학교의 학교급식 상황에 따른 조리사의 근무형태와 식수인원을 파악하였고, 각각의 특성에 따른 근골격계 부담요인을 조사하였다.



▲ 학교급식 조리종사자 교육 및 근골격계 부담작업 유해요인조사

근골격계 부담작업 유해요인조사 요약본
(사제초, 목동중, 포산교)

I. 현장조사 결과
현장조사은 실시방법 결과 부분적인 불편이나 조립실 헛이아흔 들은 차이가 현저하지, 개별적인 대표작업은 물론 작업 자세나 작업환경은 비슷하였다. 아래 표는 대표작업의 주요 유해요인들을 정리한 것이다.

부담요인	초등학교	중학교	고등학교
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 손목/손가락 관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 어깨/어깨관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 허리/엉덩이 관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 발목/발관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 손목/손가락 관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 어깨/어깨관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 허리/엉덩이 관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 발목/발관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 손목/손가락 관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 어깨/어깨관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 허리/엉덩이 관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○
이동 중 물 수레를 밀거나 당기는 작업 시 발목/발관절의 과도한 굽힘/펴기	○	○	○

이후 센터에 내방하여 근골격계질환 예방 프로그램을 비롯한 건강상담 서비스를 제공하였다. 학교급식 조리사는 단시간에 고밀도 작업으로 이루어져, 팔과 어깨의 통증을 많이 호소하였으며, 오랜 작업으로 팔의 변형이 온 경우도 있었다. 학교 급식 조리사들은 학기 중에 열심히 일을 하고, 방학 중에는 지속적으로 물리치료를 다닌다고 말하였다.

3) 환경미화원 직업건강서비스

2014년부터 구청과 연계하여 구청 환경미화원에 대한 직업건강서비스를 시작하였다. 초기에는 환경미화원은 고령으로 작업능력지수(WAI)를 평가하였고, 많은 기저질환을 가지고 있어, 체성분상담을 비롯한 건강상담을 제공하였다. 근골격계질환의 부담요인을 평가하기 위하여 음식물 쓰레기 처리작업, 분리수거작업, 가로 청소작업 등 분야를 나누어 작업을 파악하였다.

초기에는 건강상담, 작업환경상담, 근골격계상담, 의사상담 등 순환식으로 건강상담을 진행하였

으나, 이후에는 간단한 뇌심혈관질환 PAOT 체크리스트, 작업환경에 대한 보호구착용 PAOT 체크리스트, 단체 운동 등으로 소그룹으로 나누어 다양한 프로그램을 진행하였고, 환경미화원의 좋은 호응을 얻었다.



▲ 환경미화원 동료와 함께하는 커플스트레칭 모습

4) 운전원 직업건강서비스

운전원의 경우에도 법적으로 보건관리의 의무가 없어 건강관리의 사각지대에 속하였다. 이에 2018년부터 운전원을 센터의 건강관리 필수직종으로 분류하여 운전원에 대해 직업건강서비스를 제공하게 되었다. 운전원은 근무 특성상 일정장소와 시간에 모이기 어려운 특성이 있어 대구광역시 교통연수원과 연계하여 서비스를 제공하게 되었다. 교통연수원에서는 버스, 택시, 화물자동차 운전자에 대한 법적인 신규교육과 정기교육을 연간 일정을 잡아 시행하고 있었고, 평소에 건강관리를 받기 어려운 운전자에 대한 좋은 접근 방법으로 생각되었다. 교통연수원과 협의하여 신규자 연수교육과 운전원 정기교육에 참여하였다. 운전원은 장시간 좌식작업과 야간/교대근무, 긴장, 근골격계 부담 등으로 뇌심혈관질환과 근골격계질환의 산재가 많고 승객의 폭언, 폭행에 의한 스트레스나 트라우마에도 노출되어 있다. 또한 디젤엔진 배출물에도 지속적으로 노출되는 상황이어서 이에 대한 직업건강 교육을 실시하고 혈압측정, 혈당측정, 체성분검사 등 뇌심혈관질환 예방을 위한 검사를 실시하였다.

건강특성

화물차 운전자 '직업병' 심각

▷ 뇌졸중 2.1배 ↑ ▷ 뇌심혈관질환 2.1배 ↑ ▷ 당뇨병 1.5배 ↑ ▷ 고지혈증 1.5배 ↑ ▷ 심혈관질환 1.5배 ↑

- 고혈압
- 당뇨병
- 고지혈증
- 심혈관질환

유병률이 다른 직업에 비해 높다.

2017년 우리나라 업무상 질병 산업재해 통계

분류	총계	진핵종	난청	중금속	유기용제	기타화학물질	뇌성	신체부담	요통	기타
질병요양	8190	1114	1051	18	10	42	421	2436	2638	460
질병사망	993	439	0	1	6	27	354	0	0	166
계	9,183	1,553	1,051	19	16	69	775	2,436	2,638	626
%	100	16.91	11.45	0.21	0.17	0.75	8.44	26.53	28.73	6.82

< 육상 운수업 업무상질병 발생현황(단위 명, %)>

	2013	2014	2015	2016	2017
업무상질병자수	149	100	151	100	178
뇌심혈관질환	49(25)	32(89)	63(26)	41(72)	64(31)
근골격계질환	98	65.77	79	52.32	86
정신질환	1	0.67	4	2.65	1
기타	1	0.67	5	3.31	1

▲ 교통연수원 운전원 직업건강 교육자료

운전원의 질병으로 인한 산업재해는 뇌심혈관질환의 비율이 가장 높고, 근골격계질환이 많으며, 정신질환 등도 나타났다.

건강에 대해 자주 걱정할 기회가 없는 운전원들은 자신의 높은 혈압에 당황하는 모습을 보이기도 했지만, 교육 실시 전 휴식시간, 교육 실시 후 점심시간 등 쉬는 시간에 줄을 서서 체크를 받으려 하였고, 특히 직업건강에 대한 강의를 들은 이후에는 건강체크에 대해 더 호응이 좋았고 많은 관심을 보였다. 화물 운전자 같은 경우에는 1인 사업주들이 많아 사업주의 산재보험 가입과 산재보험 적용에 대한 의견도 나누었으며 많은 질문도 하였다.



▲ 운전원에 대하여 건강상담 및 직업건강 교육을 제공하는 모습

뇌심혈관계 예방교육을 시작으로 2019년에는 운전원 교육(19회)을 실시하였고, 교통연수원에서 화물 자동차 운전원에 대한 요구도가 더해져 교육(5회)을 추가로 실시하였다. 또한 운전원을 위한 직종별 스트레칭 리플릿을 제작하여 배포하였다.

직업별 힐링 프로젝트

날짜 : _____
 이름 : _____
 동승부위 : _____
 통증수치 (VAS: 0~10) : _____

- 어깨통증이 있으신가요? (자라핵개신 운동)
- 허리통증이 있으신가요?
- 무릎통증이 있으신가요?
- 종아리 통증이 있으신가요?
- 운전기사를 위한 다양한 운동방법

▲ 운전원을 위한 스트레칭 리플릿

교육과 상담을 통해 신규 운전원이 고령화, 좌식작업, 장시간노동, 야간/교대근무, 근골격계 부담, 직무스트레스 등 여러 유해 위험요인과 운전원의 건강상태에 대해 인지하게 되었다.

5) 톨게이트 수납원 직업건강서비스

2017년 톨게이트 수납원 대상의 감정노동관리를 고용노동부에서 권고하여 대구, 경북, 경남지역 영업소에서 먼저 센터에 의뢰가 들어왔다. 의뢰내용은 심리상담을 방문형태로 요청하였고 초반에는 개인상담으로 진행하다가 집단상담으로 바꾸어 스트레칭 교육도 함께 하였다. 다음해에도 동일한 내용으로 프로그램을 요청하여 이번에는 센터에서 주도해 2회 참여를 필수로 하여 해당근로자들의 참여가 완료될 시에 활동참여확인서가 발부되도록 하였다. 이는 단회성의 프로그램보다는 실제 근로자들을 위한 관리에 초점을 맞추도록 하기 위함이었다. 그래서 1회 차는 센터내방으로 건강상담, 작업환경·근골격계질환 예방교육 진행 후 미술치료 집단상담을 진행하였고, 2회 차에는 톨게이트 영업소를 방문해 동료 간 친밀감 집단상담과 스트레칭 교육을 함께 진행하였다. 이로써 두 번 시행된 집단상담을 통해 자신을 알고 동료를 알아가는 시간을 가질 수 있었다.



근로자 건강관리 활동 참여 확인서

1. 소속사업장 개요
 ◦ 사업장명:
 ◦ 대 표 자:

2. 참 여 개 요

구 분	일 자	프로그램 진행시간	내 용	참여자(명)*
<input type="checkbox"/> 안전·보건교육	2018년 7월	총 4시간 (2회)	감정노동자 통합형 스트레스관리 프로그램	18명
<input type="checkbox"/> 건강상담	17, 19, 23, 26일			
<input checked="" type="checkbox"/> 건강관리프로그램				

*별첨 : 근로자 건강관리(감정노동자 통합형 스트레스관리 프로그램) 활동 참여자 명단

「산업안전·보건교육규정」 제5조 제3항 따라 근로자 건강관리 활동에 참여하였음을 위와 같이 확인합니다.

2018년 8월 13일

대구근로자건강센터장



▲ 미술치료 집단상담

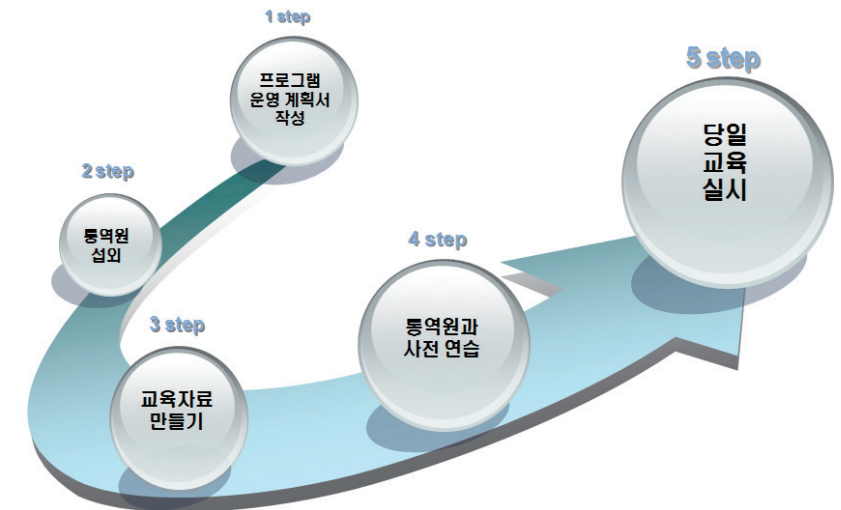
▲ 건강관리 활동 참여 확인서

3 외국인근로자 직업건강서비스

외국인근로자의 제조업 종사자는 36만8천명으로 가장 많았고, 뒤를 이어 도소매 및 숙박, 음식점은 14만 9천 명이였다. 이들이 일하는 사업체의 종사자 규모는 10-29인(21만 3천명)으로 가장 많았고, 다음으로 4인 이하가 16만 3천명, 9인 이하는 15만이였다. 상대적으로 근무 조건이 열악한

사업장에서 일한다는 것을 의미한다.

영세사업장에 몰려 있는 외국인근로자들은 건강에 대해 관리할 기회가 적으며, 건강상 문제가 발생하더라도 충분한 의료서비스를 받지 못하는 경우가 많다. 언어소통의 문제도 있어 외국인근로자들은 내국인에 비하여 산업재해율이 높고, 산재 사망률도 높다. 게다가 미등록 외국인이 많이 발생하고 있어 이들에 대한 의료서비스는 사각지대에 있다.



▲ 외국인근로자 안전보건 교육 프로그램 흐름도

2012년부터 외국인근로자의 건강에 대해 관심을 가지고 이들에게 접근하는 방안을 모색하였다. 성서공단 이주노동자 단체와 연계하여 외환공원 등에서 외국인근로자 체육대회에 참여하여 건강서비스를 제공하기도 하였고, 외환은행과 연계하여 일요일에 외환은행에서 외국인근로자들에게 건강서비스를 제공하기도 하였다. 처음에는 혈압, 혈당 측정과 체성분 검사 등 기초검사를 위주로 하였으나, 2015년부터는 스트레칭, 보호구 착용, 뇌심혈관질환 예방을 위한 영양교육 등 ppt 자료를 만들어 통역을 이용하여 교육을 하였다.



▲ 스트레칭 교육



▲ 기초 검사

**Jenis alat pelindung
보호구의 종류**

- Kaca mata pelindung: digunakan untuk mesin yg berbahaya, bahaya sinar
보안경: 기계적 위험, 유해광선
- Pelindung wajah: bahaya listrik dan percikan yang berbahaya
보안면: 기계적/전기적 위험, 유해광선
- Goggle: bahaya listrik dan percikan kimia
고글: 기계적/전기적/화학적 위험, 유해광선

▲ 안전보건 교육자료

2015년 외국인근로자를 위해 통역과 번역된 간단한 ppt자료를 이용하여 인도네시아, 베트남 출신의 외국인근로자들에게 직업건강서비스를 제공함으로써 외국인근로자 건강상담의 질을 높였고, 통역사와 함께 하기도 하였다.

외국인근로자들은 고용허가제 아래 근무여건 및 의사소통이 어려워 적절한 의료 기관을 이용하기 힘들다. 특히, 미등록 외국인근로자의 경우 건강보험 미 가입으로 인한 진료 및 진료비 조달에 어려움이 많다. 정부에서는 '외국인근로자 등 소외계층 의료서비스 지원 사업'을 시행하고 있다.

〈미등록 외국인 진료를 위한 개원의 네트워크〉

병의원명	진료내용	진료시간	주소 & 전화	약도
소망 가정의학과 의원	고혈압, 당뇨병 등 만성질환, 피부질환, 초음파검사 등	9:00am~6:00pm	대구 달서구 선원남로 99 (이곡동 1306-4) ☎ 053-587-2313	
미와 건강 종합의원	근골격계질환 피부미용	평일 9:00am~6:30pm 토요일 9:00am~3:00pm 공휴일 9:00am~1:00pm	대구 달서구 학산남로 13 (월성1동 500-5) ☎ 053-637-7200	
달성내과 의원	내과질환, 위·대장내시경, 초음파검사	8:30am~7:00pm	대구 달성군 현풍면 비슬로 130길 79(원교리 1-1) ☎ 053-615-5100	
서부정형외과 의원	근골격계질환	9:00am~6:00pm	대구 남구 대명11동 1120 ☎ 053-67-1199	

대구의료원과 협약하여 '외국인근로자 등 소외계층 의료서비스 지원사업'과 연계하고 있으며, 지원사업 경비 부족으로 인근의료기관과 네트워크를 형성하여 미등록 외국인근로자 의료 지원을 연계하고 있다. 대구근로자건강센터에서 의료기관에 연계한 외국인근로자의 질병은 다음과 같다. 개인의 원 혹은 파티마 병원, 타 지역 의료원 등 질병의 중증도에 따라 연계하여 치료 받을 수 있도록 도왔다.

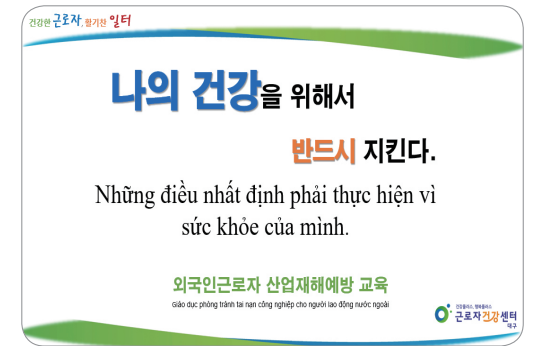
〈센터를 통한 의료연계질환 내역〉

- 뇌심혈관질환 : 고혈압, 당뇨병, 심방중격결손, 심비대, 승모판 부전, 외상성 뇌출혈
- 호흡기 질환 : 감기, 폐결절, 흉막비후
- 위장질환 : 다발성 구강궤양, 역류성 식도염, 치질
- 피부질환 : 피부염
- 근골격계질환 : 요추염좌, 수근관 증후군, 근막통, HNP, 골절 수술후 상태의 플레이트 제거에 관한 상담
- 신경계 질환 : 안면신경마비
- 종양 : 자궁근종, 대장암
- 신장질환 : 신부전, 신장결석, 요로결석, 배뇨불편감
- 부인과질환 : 불임

그 결과, 외국인근로자들이 적절한 시기에 치료를 받을 수 있고, 건강보험 미가입 외국인근로자들의 진료비 부담을 경감하였다. 업무와 관련된 질환의 경우, 질병에 대한 치료, 작업환경에 대한 상담 및 보호구 착용, 작업에 대한 조치 등에 대한 적절한 도움을 주는 등 외국인근로자들에게 다양한 도움을 주고 있다.



▲ 인도네시아 외국인 커뮤니티에서 직업건강 서비스 및 교육을 하는 모습



▲ 베트남어로 번역된 안전보건교육 ppt

이후에는 외국인노동자공동체에 방문하여 건강서비스를 제공하는 등 외국인근로자에게 직업건강서비스를 제공하는 더욱 다양한 방법을 모색하였고, 외국인노동자센터와 연계하여 스트레스에 대한 개인상담 및 집단상담도 진행하고 있으며, 외국인근로자 트라우마 관리를 위한 집단상담을 진행하기도 하였다.

또한 외국인근로자의 산업재해 예방을 위해 베트남어로 번역된 교육자료를 만들어 입국초기의 외국인근로자들에게 기본적인 안전과 보건에 관한 교육을 제공할 방법을 모색하고 있다.

4 달서분소 - 전국 분소 중 가장 작은 크기를 자랑하는, 작지만 속이 짝 찜다!

대구달서분소가 위치한 성서산업단지지역은 성서공단에서 가장 오래된 성서 1차, 2차 산업단지의 출입구에 위치하고 있어 성서공단 소규모 사업장 근로자들의 주된 출퇴근 통로이다. 50인 미만 소규모 사업장 중에서도 20인에서 50인 정도 규모의 사업장은 방문서비스를 제공받을 수 있지만 10인 미만의 초소규모 사업장은 사업장을 방문하여 직업건강서비스를 제공하기에도 시간적 공간적 제약이 많다. 따라서 근로자들이 편리하게 이용할 수 있는 성서산업단지지역에 분소를 설치하는 것은 초소규모 사업장 근로자들의 직업건강서비스에 대한 요구를 충족시키고, 근로자건강센터와의 가까운 위치로 다양한 전문가의 서비스를 연계할 수 있는 장점이 있다. 그리하여 달서분소는 직업건강서비스를 제공받을 기회가 적은 소규모 사업장 특히 10인 미만의 초소규모 사업장 근로자들에게 효과적이고 포괄적인 직업건강 서비스를 제공하기 위하여 설치하게 되었다.

접근성이 좋은 달서분소는 100% 내방상담으로 분소를 운영하고 있으며, 초소규모 사업장 근로자, 서비스업에 종사하는 근로자들이 많이 이용하고 있고, 출퇴근 통로인 점을 활용하여 다양한 안전보건에 대한 홍보도 하고 있다.



▲ 지하철 역사 위치의 장점을 이용해 안전보건에 대한 홍보판 활용

달서분소는 근로자건강센터와 가까운 점을 고려하여 요일별로 각 분야별 전문가가 방문하여 직업보건 서비스를 진행하고 있으며, 센터와의 화상상담을 통한 전문가와의 상담도 직업건강서비스를 제공하는데 매우 도움이 되었다.



▲ 작업환경상담 연계



▲ 직무스트레스상담 연계



▲ 근골격계상담 연계

한국말이 서툰 외국인근로자가 분소를 방문하여 근무 중 계속해서 어지러움, 구토증상을 호소하였다. 도장작업을 하고 있었고 방독마스크도 잘 착용한다고 하였다. 필요한 보호구를 착용함에도 문제가 발생함에 이상함을 느껴 화상을 연결하여 센터 작업환경 상담을 실시하였다. 그러자, 보호구는 문제가 없었지만 정화필터를 교체하여야 하는데 1년의 근무 기간 동안 단 한 번도 교체한 적이 없었고 방독능력이 전혀 없는 마스크를 착용하고 있었다. 정확한 교육을 통해 문제점을 해결하였고 증상이 사라지고 너무 고마워하는 외국인의 모습에 큰 보람을 느끼게 되었다.



▲ 외국인근로자 작업환경 화상상담

5 달성분소 - 크기도 2배, 실적도 2배

달성1차 산업단지관리공단에 따르면 2019년 4분기 기점으로 달성1차 산업단지에 입주해 있는 360개의 사업장 가운데 314개소의 사업장이 50인 미만의 소규모 사업장으로 달성산업단지 사업체의 87.2%를 차지하고 있다. 대구달성분소는 사업장의 점심시간이나 출근 전, 퇴근 후에 분소를 쉽게 이용할 수 있도록 달성산업단지 중심부에 분소사무실을 확보하여 접근성을 향상시킴으로써 근로자들의 직업건강에 대한 요구를 수월하게 충족시키고, 효과적이고 포괄적인 직업건강 서비스 및 사후관리를 제공하고자 하였다.



근로자를 향한 우리사랑

우리가 필요할 때 우릴 불러줘
언제든지 달려갈게
사업장도 좋아
분소에도 좋아
어디든지 달려갈게
다른사람들이 우릴 부르면 한참을 생각해 보겠지만
근로자가 우릴 불러준다면 무조건 달려갈거야

근로자를 향한 우리사랑은 무조건무조건이야
근로자를 향한 우리사랑은 특급사랑이야

태평양을 건너 대서양을 건너 인도양을 건너서라도
근로자가 부르면 달려갈거야
무조건 달려갈거야



▲ 달성분소 개소식, 전직원 축하공연 및 개사한 노래가사

달성분소는 간호사 1인, 물리치료사 1인이 직업건강서비스를 제공하고 있으며, 다양한 소도구를 갖추어 제조업에 종사하는 근로자들의 근골격계질환을 예방하는데 초점을 맞추고자 하였다. 현재 1

일 내방 평균 근로자는 15명이며 또한 높은 재방율을 보이고 있다. 달성분소 또한 100% 내방으로 상담을 진행하고 있다. 실적 또한 분소 목표 실적의 200% 이상을 달성하고 있다.

달성분소는 다양한 운동장비 및 체형측정기를 구비하고 있어, 작업과 관련하여 발생하는 근육 수축에 의한 불균형을 자체측정기를 이용하여 측정하고, 이에 포커스를 맞춘 운동을 제공함으로써 작업관련 근골격계질환 예방에 기여하고 있다.



- 근로자가 일하는 모습 -



- 반복작업에 의한 근육단축으로 좌우 어깨의 불균형 모습 -



- 운동하는 모습 -



- 운동 후 개선된 모습 -

▲ 생산직 근로자의 근골격계질환 예방활동



- 청소하는 작업자세 -



- 청소작업으로 인해
불균형된 어깨운동범위 -



- 운동하는 모습 -



- 호전된 모습 -

▲ 청소 근로자의 근골격계질환 예방활동

영남대학교병원, 대한산업보건협회의 소규모사업장 집단검진 시 장소제공을 협조하여 자연스럽게 근로자의 분소이용을 유도하고, 대구달성외국인노동자센터와 연계하여 다양한 외국인에 대한 직업건강서비스와 교육을 제공하여, 내국인 뿐만 아니라 외국인근로자들에게도 많은 도움을 주고 있다.

최근에는 사업장 근로자들이 공통된 증상을 호소하면서 방문하여 사업장 현장을 파악하기도 하고, 사업장의 이사가 분소로 방문하여 회사 근로자들의 이용을 독려하기도 하였다. 향후에는 더욱 사업장 현장과 작업공정에 밀착된 근골격계질환 예방프로그램을 제공하기 위해 노력하고 있다.

6 직업적트라우마 전문상담센터

산업재해 트라우마 상담은 2014년 경기동부근로자건강센터에서 처음으로 시작하였으며 이를 계기로 사업장에서의 사고발생시 많은 근로자들이 심리적으로 트라우마를 입는다는 것을 인지하게 되었다.

산업재해 트라우마 관리에 대한 인식이 부족하던 2016년, 대구근로자건강센터는 경북고령 **지에서 발생한 중대재해사고를 계기로 산업재해 트라우마 상담을 시작하게 되었다. 안전보건공단 대구서부지사서 중대재해 사고를 근로자건강센터에 알림문자를 보내주었고 이를 계기로 트라우마 상담을 시작하게 되었다. 2016년 9월경 두 번째 사업장에 트라우마 상담을 진행하였고, 12월에는 주변사업장에서 트라우마 관리에 대한 소문을 듣고 직접 대구근로자건강센터로 방문□의뢰하여 진행하였다. 안전보건공단 서부지사서 중대재해 사업장에 트라우마 상담을 받도록 권유한 것이 큰 힘이 되어 이를 지속할 수 있었다.

2017년에는 안전보건공단 대구서부지사와 연계하여 산재트라우마 상담프로그램으로 명명하면서 중대재해 사업장 근로자들에게 좀 더 안정적으로 트라우마 상담을 제공하게 되었다. 그러나 상담심리사 1인이 직무스트레스상담과 트라우마 상담을 병행하는 하는 데에는 어려움이 발생하였다. 스트레스 상담과 트라우마 상담은 상담방법 자체가 매우 상이하였고, 중대재해는 갑자기 발생하여 일정을 조율하기가 쉽지 않았다. 또한 재해 사업장이 매우 멀거나 외딴곳에서 발생하기도 하여 상담사 보호도 문제가 되었다. 그럼에도 불구하고 트라우마 상담은 꾸준히 진행되었고 안전보건강조주간에 우수사례 발표를 시작으로 공단과 함께 산업재해 트라우마 관리 매뉴얼(사업장용, 전문가용, 노동자용)을 작성하였고, 학회 등을 통해 트라우마 관리 필요성에 대해 대내외로 발표하는 등 끊임없이 노력하였다. 그 결과 고용노동부와 안전보건공단에서 직업적트라우마 전문상담센터 시범사업을 진행하게 되었다.



▲ 마음쓰담 상담실



▲ 마음쓰담 홈페이지

2018년에는 안전보건공단 본부에서 직업적트라우마 전문상담센터를 공모하였고, 이에 참여하여 직업적트라우마 전문상담센터 마음쓰담을 시범운영하게 되었다. 시범사업 운영 초기에는 고용노동부와 안전보건공단을 통한 신청이 대부분이었고 트라우마 영역 또한 중대재해와 자살관련 사건사고에 국한되었지만, 사업이 진행됨에 따라 대기업, 소규모사업장 구분없이 사업장에서 직접 의뢰하였고, 감정노동관련 사업장의 의뢰가 점차 증가하였다. 트라우마 영역 또한 고객폭언폭행, 직장 내 괴롭힘, 동료자살, 직장 내 갈등 등으로 확대되었다. 즉, 초기의 사망사고와 관련된 트라우마에서 시간이 지날수록 감정관련 트라우마 상담으로 점차 영역이 넓어지게 되었고, 트라우마 관리 필요성에 대한 인식 또한 개선되었다.

트라우마 관리프로그램의 진행과정은 ‘트라우마 관련 교육-1차 심리상담-2차 심리상담’을 기본 틀로 하였고, 필요한 경우 중간개입을 하여 심리상담을 추가적으로 실시였다. 시범사업 전과 1차 시범사업 때에는 트라우마 관련 교육의 필요성에 대한 인식이 잘 되지 않은 터라 1단계인 교육은 진행되지 않은 사업장이 많았고, 1차와 2차 심리상담의 기간도 4주 간격이었다. 2차 시범사업 시에는 인력이 1명 보강 되면서 트라우마 교육도 더욱 많이 실시되었고, 1, 2차 상담주기 또한 2주로 단축하여 실시하게 되면서 질적으로도 성장하게 되었다. 고용노동부·안전보건공단·사업장에서의 트라우마 의뢰기간 또한 초기에는 사고 발생 후 한 달을 넘기는 경우가 많았지만, 19년 시범사업 시에는 한 달 이내로 의뢰되는 경우가 많아지면서 상대적으로 의뢰기간도 짧아져 관리의 적시성도 갖추기 시작하였다.

시범사업 결과의 개요는 다음과 같다. 1차 시범사업 시(2018년 5/8~12/14), 중대재해사건사고 26건에 대해 트라우마관리 프로그램을 실시하였고 전문교육 8회, 실인원 419명 대상으로 심리상담 719건, 심리검사 679건을 실시하였다. 사건충격척도를 사전·사후로 실시한 232명에 대한 결과는 평균 23.58점(사전)에서 11.91점(사후)으로 11.67점이 낮아졌다. 2차 시범사업 시(2019년 3/2~12/13), 중대재해사건사고 발생사업장 포함 63개소 사업장 대상으로 트라우마관리 프로그램을 실시하였고, 전문교육 30회, 심리상담 910건, 심리검사 884건을 실시하였다. 사건충격척도를 사전·사후로 실시한 393명에 대한 결과는 평균 24.85점(사전)에서 9.50점(사후)으로 15.35점이 낮아졌다.

2년간의 시범사업을 토대로 2020년에는 직업(적)트라우마센터가 8개소로 확대 운영되면서 더 많은 사업장과 근로자들에게 지원이 가능하게 되었다. 트라우마 관리프로그램은 근로자 개인에게는 일상생활과 일터로의 안전한 복귀, PTSD 예방을 돕고, 사업장에는 트라우마 상태 시 동료 간의 이해도를 높이면서 발생가능한 갈등을 낮추고 함께 극복하는 분위기 조성, 2차 산업재해 예방의 역할을 하였다.

7 감정노동 홍보 캠페인 사업

고객응대 종사자에 대한 사업주의 보호의무 안착과 감정노동에 대한 사회적 인식 개선을 유도하기 위해 대구경북지역의 상시근로자 10인 이상 50인 미만의 도소매 및 소비자용품 수리업, 음식점업 사업장 2,000곳을 대상으로 감정노동 보호 방문캠페인 사업을 수행하였다. 우리나라 자살 사망이 세계 1위이고 그 중 감정노동으로 인한 심리적 불편감이 지속적으로 이슈가 되는데 이에 대한 방안마련이 필요한 시점이다. 2018년 산업안전보건법에서는 감정노동 관련 사업주의 의무사항이 신설되었다. 사업주가 관련법의 취지를 잘 이해하고 근로자를 보호하기 위한 방안을 실천할 수 있도록 개정된 산업안전보건법의 주요 내용을 설명하고 홍보하였다.