

活用人體工學減勞損增效率

30/08/2007

工具的產生從來都是爲了方便人類，而非由人類遷就工具，外國新興學科「人體工學」（Ergonomics）專門研究人類與工具的關係，從而找出運用工具最適當的方法，以減低重複動作的勞損，增加工作效率。香港首位「人體工學」碩士生詹敏儀幾年前隻身赴澳洲，爲興趣修讀課程，學成後發覺該知識可改善工作環境，在港將可大派用場。

撰文及攝影：關震海



[+ 放大圖片](#)

詹敏儀獲澳洲安全協會（SIA）頒發05年最傑出學生獎，爲港爭光。

首位港生讀人體工學

詹敏儀在浸會大學修讀「工商管理」學士學位，畢業後順理成章從事人力資源工作，工作了六年的她在機緣巧合下接觸到「陌生」的「人體工學」。她說一直都計劃在外國完成MBA，增值自己，故此早有儲蓄準備，但她的健康並未如留學計劃般順利，因長期操作電腦而患上腱鞘炎，而香港有關腱鞘炎的資料有限，這樣反而令她與人體工學結下不解之緣。「當時我四圍謀求治療腱鞘炎的方法，無意中找到有關『人體工學』的書本，一看便有興趣，開始搜集海外進修的資料。」她於04年到澳洲昆士蘭大學（University of Queensland）修讀人體工學碩士，成爲首位赴澳讀該科的學生。

心理工程人體相結合

人體工學是從心理學、工程學及人體學等不同角度分析工具與人的關係，在增加工作效率之餘，更將勞損及受傷的機會減至最低。一般來說，澳洲與英國都有開辦人體工學的深造課程，詹敏儀指英國與澳洲的學費相若，但澳洲課程實用性強，遂決定到澳洲讀碩士。「海外的學生多以此爲進修科，學生大多擁有相關科目的學位如

工程學，有一定的工作經驗才報讀，很少學生由人體工學的學士讀起。」而她是讀工商管理出身，不屬相關科目，但在港時已開始以電郵向昆士蘭大學的教授詢問課程內容，教授見她是一級榮譽生，加上誠意可嘉，便准許破格取錄。

舒適安全為大前提

人體工學在外國廣泛應用，無論辦公室或機械的設計都用得着。詹敏儀指出，海外會以人體工學的知識設計機器，例如飛機內的機艙設計，根據人的身體及認知，度身設計按鈕的位置及顏色，令飛機師在控制室內操作自如，亦可減低發生意外的機會；另外，人體工學亦可應用於交通網絡、產品及網頁設計等，總括來說一切都是以人的舒適及安全為先。詹的畢業習作便是研究醫院食物部運作的流程，從工具配置至人手更替等各方面作出調整。「在廚房，一個人做重複的動作如舀飯，對身體會造成勞損，若能安排員工輪流做重複的工作，例如一小時做舀飯，接着做其他非重複性的工作，這樣便會提升工作效益，減低勞損；另外，我們亦會從工作環境及工具作出風險評估，研究減低意外的方法。」

05年獲傑出學生獎

詹敏儀讀了半年人體工學碩士後，發覺若要將知識應用於香港，需與其他相關課程配合，於是在阿德萊德大學（University of Adelaide）修讀在職健康與安全的深造課程（Occupational Health and Safety Management Program），期間更獲SIA（Safety Institute of Australia）05年最傑出學生獎，此獎全省獲獎者只有一個，詹坦言能代表華人奪獎，感覺格外興奮。她畢業後未有返港，在澳洲搵工，吸收經驗，她曾於當地著名餅乾公司雅樂思（Arnott），負責工作環境的危機評估。她希望能將人體工學學以致用，自己也曾是腱鞘炎的受害者，深知現時辦公室內設施配置的不足，若能將辦公室的工具配合員工操作，勞資雙方均可得益。

Contact Justine Chim 詹敏儀

MY Consulting - Ergonomics, Health and Safety & Wellness

T: 852 3625 2024

F: 852 3487 1975

E: justinechim@my-ergonomics.com

W: <http://www.my-ergonomics.com>

~ Contact us for free consultation ~