한랭질환 예방 사전점검표



따뜻한 옷

☐ 보온 기능이 있는 의류, 장갑, 신발 착용 및 지도	☐ 적정 ☐ 개선 필요
☐ 머리와 귀를 덮는 모자 등을 착용 및 지도 *물이나 땀에 젖을 수 있음을 고려하여 여분의 양말 준비	

따뜻한 쉼터

☐ 작업장소와 가까운 곳에 따뜻한 쉼터 설치 *쉼터에서의 화재 및 유해가스 중독 등 예방조치 실시	☐ 적정 ☐ 개선 필요
☐ 한파특보 발령 시 적절한 휴식 부여	
☐ 휴식시간에 이용할 수 있는 휴게시설을 설치하고 설치 관리 기준 준수 * (설치·관리 기준 준수) 크기, 온도, 위치 등 적정기준 준수 여부 확인	

따뜻한 물

☐ 깨끗하고 따뜻한 물 제공	☐ 적정 ☐ 개선 필요

작업시간대 조정

☐ 한파 특보 발령 시 추운 시간대(오전 3시~9시)를 피해 작업시간대 조정	☐ 적정 ☐ 개선 필요
☐ 한파특보(주의보) 발령 시 작업시간대 조정 또는 작업시간 단축	
☐ 한파특보(경보) 발령 시 추운시간대(새벽) 옥외 작업중지 또는 최소화	

응급조치 (119신고)

☐ 한랭질환자가 발생하였거나 발생한 것으로 의심되는 경우 즉시 119신고 * 한랭질환 증상 및 예방조치, 응급조치 요령을 미리 알릴 것	☐ 적정 ☐ 개선 필요

한랭질환 민감군 관리

☐ 한파특보 시 한랭질환 민감군 및 중작업 수행 노동자 중점 관리 - (민감군) 고혈압, 당뇨, 뇌심혈관질환, 갑상선 기능저하, 고령자, 신규배치자 등 - (중작업) 형틀·철근·타설작업 등 건설현장에서 전신을 움직이는 작업, 중량물을 수작업에 의해 반복적으로 취급하는 작업	☐ 적정 ☐ 개선 필요

고용노동부 산업재해예방 안전보건공단

2026-산업보건실-811

휴게시설 설치·관리기준 점검표



산업안전보건법상 휴게시설 설치

➔ 산업안전보건법 제128조의2에 따른 휴게시설 설치 여부	☐ 설치 ☐ 미설치

크기 최소 바닥면적과 천장까지의 높이

➔ 최소 바닥면적 6㎡ 이상, 바닥면에서 천장까지 높이 2.1m 이상	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 동시 사용인원 등을 고려하여 근로자대표와 협의하여 정하였는지 여부	☐ 적정 ☐ 개선 필요

위치 이용하기 편리하고 안전한 곳에 설치

➔ 휴식시간에 이용하기 편리하고 가까운곳에 설치 * 작업장소에서 휴게시설까지의 왕복 이동에 걸리는 시간이 휴게시간의 20% 넘지 않는 곳에 위치	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 화재폭발, 유해물질, 분진 및 소음 노출장소에서 떨어진 곳에 설치	☐ 적정 ☐ 개선 필요

온도·습도·조명·환기 적정 기준 준수

➔ 적정 온도(18~28도) 유지할 수 있는 냉난방 기능 설치	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 적정 습도(50~55%) 유지할 수 있는 습도 조절 기능 설치	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 적정 조도(100~200럭스) 유지할 수 있는 조명 조절 기능 설치	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 창문 등을 통해 환기를 시킬 수 있는지 여부	☐ 적정 ☐ 개선 필요

비품 구비 및 관리

➔ 의자 등 휴식에 필요한 비품 구비	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 마실 수 있는 물이나 식수 설비 구비	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 휴게시설을 알아볼 수 있는 표지를 외부에 부착	☐ 적정 ☐ 개선 필요
➔ 관리 담당자 지정	☐ 적정 ☐ 개선 필요

목적 외 사용금지

➔ 휴게시설 목적 외의 용도로 사용 금지	☐ 적정 ☐ 개선 필요

고용노동부
산업재해예방 안전보건공단