

버스운전원 직업건강가이드



버스운전원 직종이란?

노선버스, 관광버스, 비영업용 버스를 운전하는 사람을 말함

주요 업무	1 차량점검 - 회차지에서 차량 받기 - 운행일지 받기 - 환전기 및 요금함 배치 - 차량 점검 - 차량 내부 청소 - 차량 출발지로 이동	2 차량운전 - 노선 안전운행 - 승객 탑승 및 하차 확인 - 요금 받기 - 승객 안내 - 근무자 교대	3 차량입고 - 종점으로 차량 반환 - 환전기 및 요금함 회수 - 운행일지 작성 및 반환 - 차량 내부 청소 - 차량 주차
-------	---	---	--

버스운전원 유해·위험요인

버스운전원은 장시간 운전 및 전신 진동 등으로 인한 근골격계질환, 야간·교대 근무 등으로 인한 건강문제, 교통사고와 같은 돌발 상황, 승객과의 다툼이나 폭력, 직무스트레스 등의 다양한 유해·위험요인에 노출

- 작업환경요인**
미세먼저, 건조한 환경, 진동
- 작업조건요인**
장시간 동일한 작업자세, 장시간근로, 야간근로, 승객폭력
- 건강요인**
하지정맥류, 호흡기질환, 피로, 직무스트레스 등으로 인한 정신질환
- 사고요인**
교통사고, 넘어짐, 부딪힘 등



현장의 목소리

현장의 소리

- “아무래도 운전을 오랜 시간 하다보면 사고를 예방하기 위해 전방을 집중해서 주시하게 되는데, 이 때문에 눈이 뻑뻑하고 피로감이 심한 편입니다.”
- “버스 운행 중 승객들과 시비에 휘말려보지 않은 기사들은 없을 겁니다. 생각보다 수많은 이유를 들어 버스기사에게 시비를 거는 손님들이 상당히 많습니다. 특히 요금과 관련한 문제와 야간에 술에 취한 손님들, 또 버스 운전 중 어쩔 수 없이 버스가 흔들리는 것에 대해 버스 기사를 탓하는 경우가 많으며 이는 때로 보험사기로 까지 이어지기도 합니다.”
- “장시간 운전을 하다보니, 허리도 아프고 어깨도 아프죠.”

버스운전원 직업건강가이드

유해위험요인별 관리방안

작업환경요인 관리방안	미세먼지, 습도관리 등	<ul style="list-style-type: none"> • 주기적으로 창문을 열어 환기 • 운전석 주변 젖은 수건 놓기 • 평소 물을 많이 섭취
	진동	<ul style="list-style-type: none"> • 시트 하부구조 시스템 정비 • 지면상태에 맞는 운행속도 조절 등 올바른 운행습관 • 운전좌석 높이, 등받이 등 적정조정

※ 전신진동에 의한 요통리스크에 관한 기술지침(KOSHA GUIDE M-68-2012) 참조

작업조건요인 관리방안	스트레칭	<ul style="list-style-type: none"> • 운전 중 신호정지 상태나 기종점에서의 휴식시간 등 주기적으로 목, 어깨, 손목, 허리 등의 관절과 근육을 가볍게 늘려 긴장을 완화 • 허리를 곧게 펴고 엉덩이를 등받이에 대어 의자 깊숙이 앉는 등 바른자세 유지
	장시간근로	<ul style="list-style-type: none"> • 충분한 휴식과 숙면 등을 통해 피로누적 예방 • 휴게실 등 휴식공간 제공 • 금연, 절주 등을 통한 건강관리 • 장시간 연속 운전 금지
	폭력예방	<ul style="list-style-type: none"> • 스크린 설치 • 폭력예방 안내문 부착 • 갈등 발생 시 대응법 교육 등
사고요인 관리방안	교육	<ul style="list-style-type: none"> • 안전한 버스운전, 응급상황에 대한 대처요령 등에 대한 교육 • 유해·위험요인과 대응방안 교육
건강요인 관리방안	뇌심혈관질환예방 등	<ul style="list-style-type: none"> • 뇌심위험발병위험도평가 및 사후관리 • 금연, 절주, 운동, 영양개선 등 생활습관 개선
	건강진단	<ul style="list-style-type: none"> • 연 1회 일반건강진단 실시

감정노동·직무스트레스 관리방안

개인적 관리방안	적응하기	<ul style="list-style-type: none"> • “나를 일부러 무시하려고 한 것은 아니야”하며 고객의 입장을 이해하려고 노력
	일과 나와의 분리	<ul style="list-style-type: none"> • “나는 지금 연극을 하고 있어. 나는 일 때문에 다른 사람이 되는 거야”하며 자신과 업무를 분리하여 생각
	스스로 격려하기	<ul style="list-style-type: none"> • 스스로 위로하고 격려하는 자기 암시나 혼잣말 하기
	분노 조절 훈련	<ul style="list-style-type: none"> • 심호흡, 자극 피하기, 관심 바꾸기, 용서를 통한 해소로 분노가 쌓이지 않도록 노력
	생각 멈추기	<ul style="list-style-type: none"> • “그만”하며 생각을 멈추거나 긍정적으로 생각

※ 힘들 때 어려움을 나눌 수 있는 상사나 동료들 만드다.

※ 효율적 의사소통 방법을 만드다.

※ 긍정적이고 올바른 생활습관을 갖는다.(규칙적 운동, 규칙적 식생활 등)

※ 심리적 재충전 기회를 갖는다.(동호회활동, 봉사활동 등)

조직적 관리방안	감정노동관리 정책마련	<ul style="list-style-type: none"> • 감정노동이 업무의 일부이고 중요한 스트레스 요인이라는 것을 인식하고 근로자의 건강과 안전을 우선시하는 정책을 마련하여 선포
	매뉴얼 및 교육	<ul style="list-style-type: none"> • 고객응대매뉴얼, 적정서비스 기준 등 근로자 자기보호 매뉴얼을 개발하여 보급하고 교육
	의사소통 창구 마련	<ul style="list-style-type: none"> • 고충을 직장에 전달할 수 있는 의사소통 창구를 마련
	직장문화 개선	<ul style="list-style-type: none"> • 고객과의 갈등이나 분쟁 발생 시 근로자에게 일방적인 불이익을 주지 않는 문화 조성
	근로환경개선	<ul style="list-style-type: none"> • 적절한 휴식 공간 및 시간을 제공
	건강증진	<ul style="list-style-type: none"> • 스트레스관리 등 근로자 건강증진을 위한 프로그램을 도입하고 운영

✓ 근로자 건강센터 이용하기

고용노동부와 안전보건공단에서는 근로자 건강(질병)에 대한 모든 상담을 무료로 지원하고 있습니다.

대상 : 50인 미만 소규모 사업장 근로자

전문가 현황 : 작업환경전문, 임상심리사, 운동처방사, 산업간호사, 산업위생기사, 물리치료사 등

Tel. 1577-6497, 1588-6497



* 본 자료는 '버스운전원 직업건강가이드'를 요약한 자료로 보다 자세한 사항은 공단홈페이지의 자료를 참조하시기 바랍니다.