



# 廚房危害預防管理安全衛生 教育訓練

銘傳大學餐旅管理系

The background is a light blue gradient with decorative elements: a green leaf in the top-left, a cluster of orange and yellow leaves in the top-right, a green leaf in the middle-right, and orange and yellow leaves in the bottom-left and bottom-right. At the bottom, there are rolling green hills.

# 目錄

1. 廚房危害與管理

2. 安全衛生工作守則

# 1. 廚房危害與管理

# 危害類別

- 油煙
- 高溫
- 濕滑
- 切割傷
- 火災
- 電器傷害



# 油煙



# 油煙

烹調過程將會產生大量之油煙，油煙中含脂肪酸、多環芳香烴、醛類及酮類等污染物質，其具致癌性、致突變及基因毒性，長期吸入過多油煙將影響人體肺部之功能，導致慢性阻塞性肺部疾病。

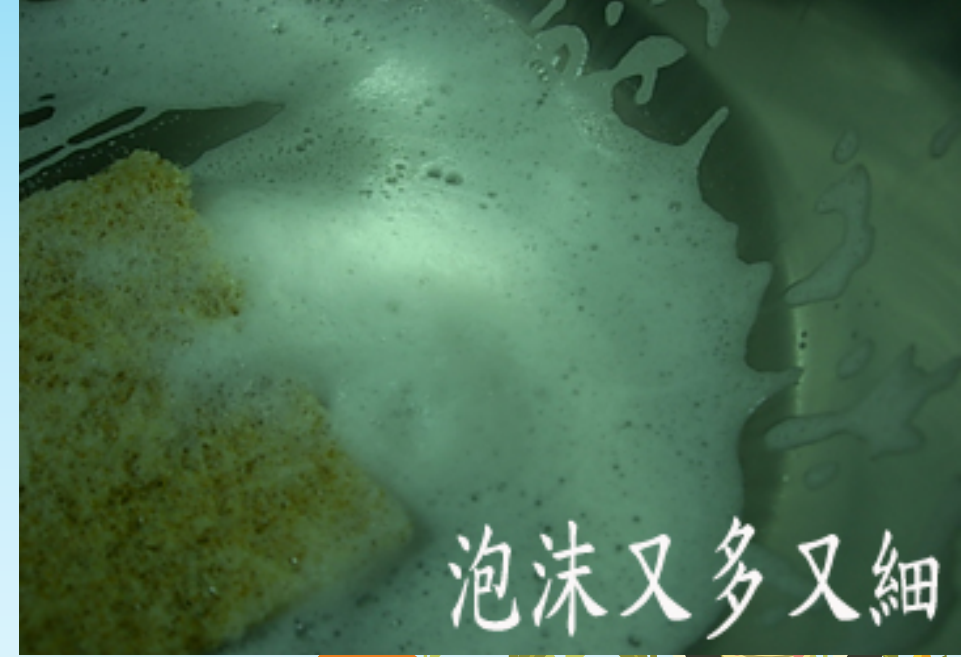


改善抽風設備、配帶口罩(活性碳口罩)、定期健檢

# 如何防油煙的傷害

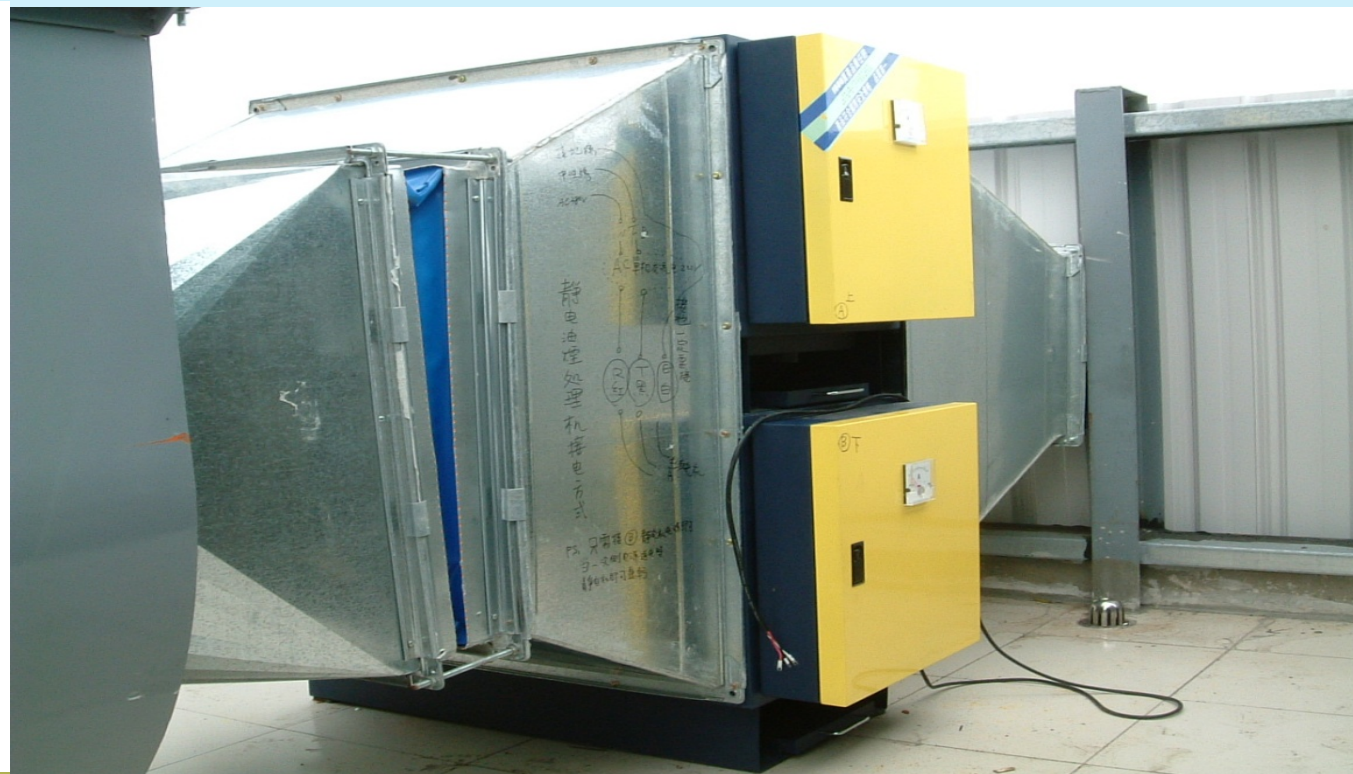
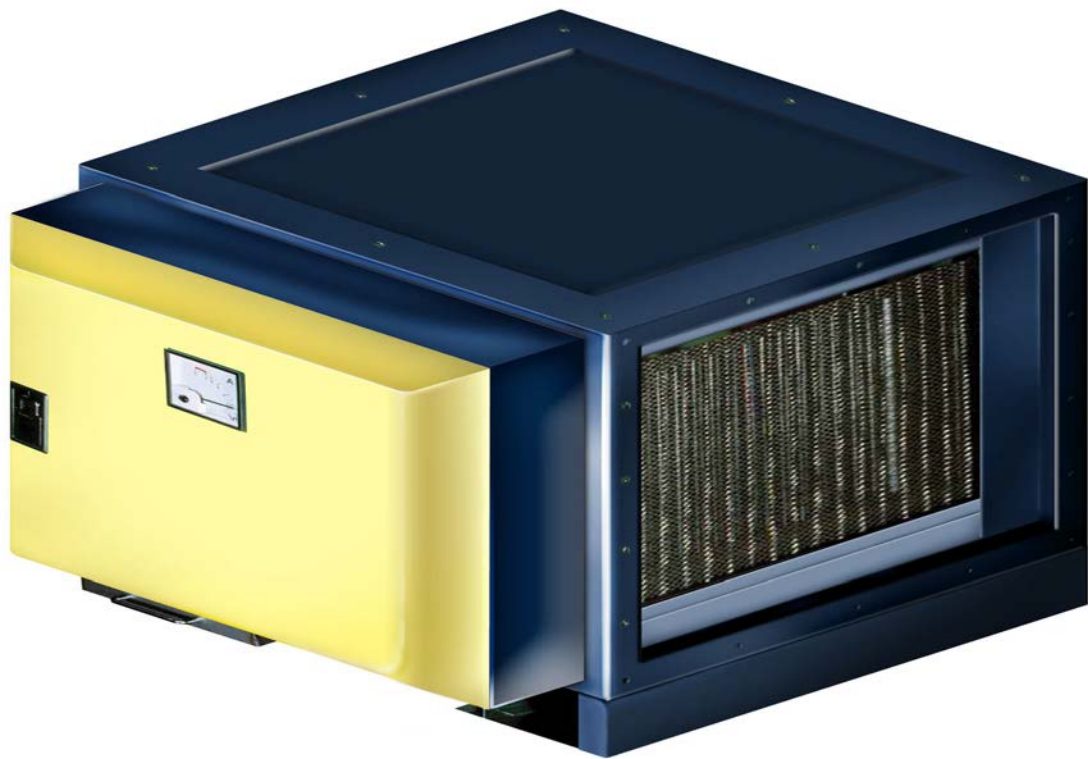


1. 若油炸時，油有發生冒煙現象，代表該油的煙點過低，繼續使用會發生氧化與裂變現象，需停止使用。
2. 油炸油顏色過深、且有黏漬、具油耗味、泡沫多，則需停止使用。
3. 烹調食物時，要將抽油煙機打開。
4. 抽油煙機的油煙罩需每年定時清洗。



# 本教學廚房的油煙處理方式

## 油煙靜電處理機

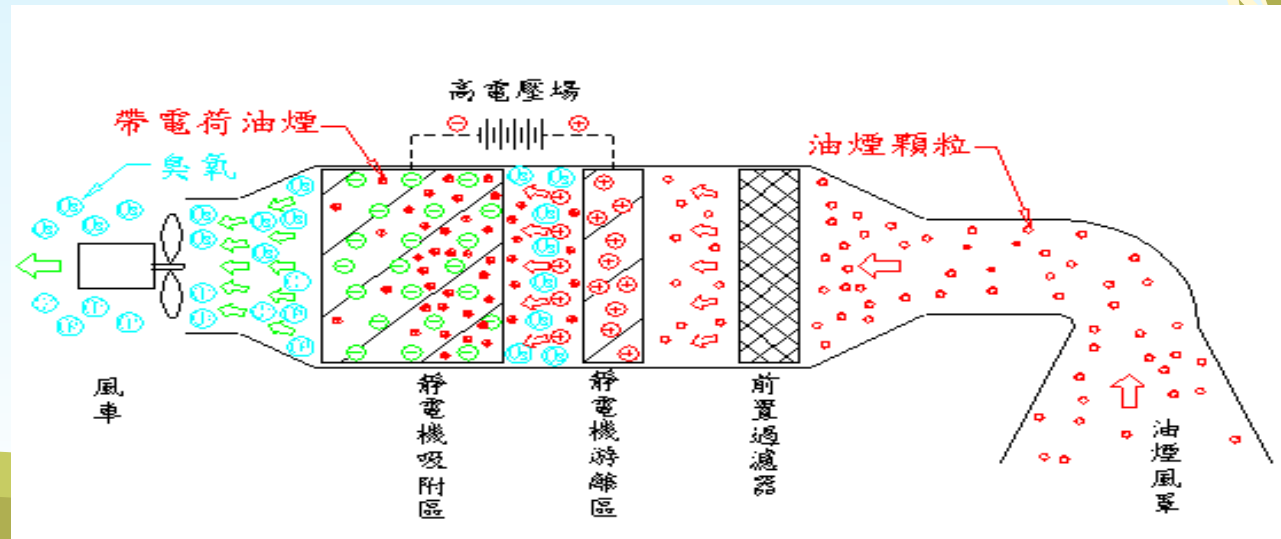




# 油煙靜電處理

靜電集塵機原理：

是將油煙粒子充電成**正離子**，在利用負極集板收集下來，以達**油煙淨化**之目的。



高溫



# 高溫相關設備

- 電烤箱
- 蒸烤箱
- 中/西式爐
- 明火烤箱
- 微波爐
- 油炸爐
- 桌上型煎板
- 炭烤爐
- .....



# 高溫相關設備



大慶餐飲設備  
daching t23045188

4L桌上型油炸機



# 操作高溫設備時應注意事項



1. 油炸食物時要注意油溫，若不慎油鍋起火，應馬上蓋上鍋蓋或濕布，且立刻關閉開關(瓦斯/電源)，不可用水滅火，並正確使用滅火器(後面有教)。
2. 使用烤箱時，要注意高溫！拿取烤盤時需戴隔熱手套。
3. 使用蒸烤箱、蒸籠、或湯鍋時，要注意蒸氣與水溫，避免燙傷。
4. 在烤、燒、蒸、煮等設備的周圍應留出足夠的空間，避免因空間壅擠、閃避不及而燙傷。
5. 使用後的熱燙烤盤、鍋子等工具，需及時作降溫處理，不得隨意放置。(烤盤不得立刻用冷水沖洗，可先放在烤盤架上冷卻)
6. 在使用油鍋或油炸時，特別是當油溫度較高時，不能有水滴入油鍋中否則熱油飛濺，會燙傷人，熱油在冷卻時應單獨放置並要附上警告標示，防止他人觸碰。

# 操作高溫設備時應注意事項

7. 從蒸烤箱內拿取食物時，應先關閉開關後再開門，讓熱蒸氣散發後再使用抹布拿取，以防被熱蒸汽灼傷。
8. 要從電烤箱內拿取食物前，要先留意有沒旁人靠近，避免旁人因過分靠近烤箱而被燙傷。
9. 在中/西式爐上操作時，要注意用具或容器的選擇；避免因選擇不當的容器而造成內容物液出，進而造成燙傷或瓦斯熄滅。
10. 爐具或設備清洗前一定要先進行冷卻。
11. 絕對禁止在爐灶及熱源區域內嬉戲、打鬧！

# 使用微波爐時應注意事項

1. 忌加熱**油炸**食品。高溫會使油飛濺，可能產生明火，造成火災。如不慎引起爐內起火，千萬別馬上開門，應先關閉電源，等火熄滅後再開門。
2. 忌用**金屬器皿**。微波爐內的電磁波和金屬會發生反應，產出火花、也會引起火災。
3. 忌用**封閉容器**。微波爐加熱後所產生的蒸汽，會造成高壓，一旦使用封閉容器，可能發生爆破，要用帶氣孔的容器。
4. **帶殼雞蛋**也絕對不可用微波爐加熱。



©2005ZK.COM 狗刺家電網



# 使用微波爐時應注意事項

5. 忌在微波爐上放東西。微波爐的上方設有出風口，如果被其他物品遮蓋住，會導致其內部因溫度過高而老化，還可能發生短路。
6. 微波爐工作時，忌站在其周圍。為了減少微波輻射，微波爐開啟後，最好保持至少1米的距離，眼睛更不要盯著看。

4. 带壳的鸡蛋、带密封包装的食品不能直接烹调。







**沖：**  
用流動的冷水沖洗傷口15~30分鐘

**脫：**  
在水中小心地除去衣物。

**泡：**  
用冷水浸泡15~30分鐘。

**蓋：**  
覆蓋乾淨的毛巾。

**送：**  
趕快送醫急救。

## 燒燙傷急救五步驟





濕滑  
防摔傷 !!!



# 防濕滑(防摔傷)

1. 穿防滑鞋。**禁止打赤腳！**
2. 禁止穿高跟鞋、拖鞋、涼鞋。  
腳趾不得外露，鞋帶要綁緊。
3. **廚房內絕對不可以奔跑！**
4. 在濕滑地面，應豎立醒目的警告牌。
5. 避免用延長線，以免絆倒。平時要保持走道的平順通暢。
6. 於高處取物、換裝燈管、或清洗高處時，應使用輔助階梯。避免使用不穩的椅子、塑膠籃或紙箱，會因重心不穩而跌倒。



# 防濕滑(防摔傷)

7. 廚房一定要時時要保持清潔、乾燥。若有油、湯、水撥撒在地面，要立即擦乾，尤其是在熱源區域內。
8. 所有通道和工作區內應無障礙物，抽屜和櫥櫃的門在使用後要立刻關上，避免他人絆倒。



# 切割傷



# 發生原因及預防措施

## 鋒利刀具使用：

- 選擇適當刀具和砧板從事切割工作；
- 不可將刀具用作不適當用途，如開啟罐頭等；
- 刀具不可放近檯邊或將鋒利面向外，而使用後應放回刀架內貯存；
- 刀具應與其他碗碟分開清洗，以免被刀割傷；
- 員工應穿戴防割手套、工作服及圍裙等工作。



每次只可取出一把刀

# 預防割傷

## Prevenção de Cortes



碎肉機 / 切肉機 / 攪餡機：

- 必須由授權或曾接受訓練的員工使用；
- 安全使用守則應張貼於當眼處供員工參考；
- 設備之安全護罩，不可任意拆除，確保使用時安全；
- 應裝設緊急停止開關，以防設備出現問題或故障時可即時關閉電源；
- 員工應將長頭髮束起並將過長的手飾除下，以防纏入機器內。



清潔時  
應關掉設備開關 和 拔除電插頭

開啟時能自動停止轉動之護罩

1. 刀具**使用前要先磨鋒利**，很多情況下是因為**刀刃過鈍**，切割時滑掉而切到手。
2. 刀具清洗後或暫時不用，都要放在刀架上，**切不可放在充滿泡沫的水槽中**，以免不察而割傷自己或其他同學。
3. **穿包住腳趾的工作鞋**，避免因刀具滑落而砸到或割傷腳趾。
4. 壓麵機、丹麥機、攪拌機等設備在清洗、拆卸、安裝時，除了關閉機體開關外，最好也將機器**插頭拔下**，減少意外的發生。
5. **設備之安全護罩，切不可任意拆卸！**
6. 實習時，應將長髮束起，放進工作帽內。手錶、手鐲、戒指等手飾一律取下，以免纏入機器內，發生危險！
7. 打破的玻璃容器與碎片要妥善包裹，不能直接放入垃圾袋中。

# 火災







# 火災



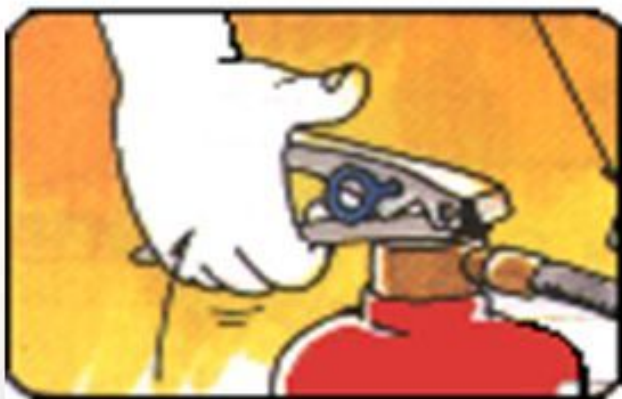
# 廚房火災與防火

- 廚房是經常使用火種的危險區域，廚房會發生如鍋爐燃燒、瓦斯汽管破裂、油炸鍋漏油、電器設備等引起的災害。
- 油脂著火為造成餐廚工作傷亡的最主要起因。
- 當油脂熱到 $260^{\circ}\text{C}\sim 316^{\circ}\text{C}$ 之間，便會點燃。油愈髒，點燃的溫度就愈低。
- 這油脂一旦點燃了，溫度會加到 $810^{\circ}\text{C}\sim 1,100^{\circ}\text{C}$ 之間，這高熱會輻射。到鍋內，將裡面的油導引到起火點，一般餐廚油鍋裡都有大約十幾到二十幾公斤的滾油，餐廳廚房一但失火，首先面臨危險的，便是廚房工作人員本身。

# 火災處理方法

1. 保持鎮靜
2. 滅火
  - a. 油鍋起火應先關閉火源，再用鍋蓋或濕毛巾覆蓋。
  - b. 使用滅火器滅火
    1. 乾粉滅火器
    2. 泡沫滅火器
3. 若火勢太大，應立刻逃生且同時報警處理。

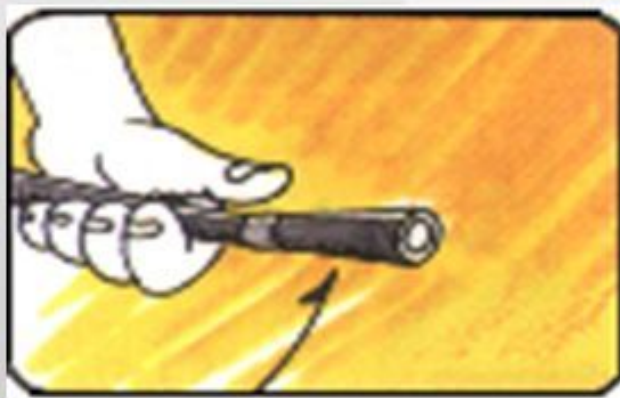
# 滅火器的使用方法



步驟一：提起滅火器



步驟二：拉開安全插銷



步驟三：握住皮管，朝向火苗



步驟四：用力握下手壓柄




# 防止瓦斯意外

## 原因

- 瓦斯管線破裂，造成漏氣，遇火引發大火，造成氣爆。
- 瓦斯爐火被水淋、或被風吹熄，瓦斯大量外溢，遇火發生氣爆。
- 人為疏失，忘記關瓦斯開關或備湯汁澆熄。

## 預防方法

- 使用瓦斯加熱時，一定要有組員在旁監督。
  - 使用瓦斯遮斷系統。
  - 若發覺有瓦斯味，立刻關閉瓦斯開關、並打開門窗。**此時切不可打開任何電源，包括抽油煙機**，以防止爆炸。
- 

# 電器傷害



# 防止電器傷害

主要是學員違反安全操作規範或設備出現故障而引起的。主要預措施如下：

1. 使用機電設備前，要先了解操作方式，並按規定步驟操作，如有不清楚地方，需請示專業教師。(一定要有專業教師在旁指導！)
2. 設備使用過程中如發現有冒烟、焦味、電火花等異常現象時，應立即停止使用，申報維修，不得強行繼續使用。
3. 學員不得自行拆卸或更換設備內的零件和線路。
4. 清潔設備前，首先要切斷電源。當手上沾有油或水時，禁止觸摸電源插頭與開關，以防止觸電。

# 安全衛生工作守則

- 工作安全守則
- 工作衛生守則



# 工作安全守則

- 實習時應穿著整齊清潔，禁止穿拖鞋、高跟鞋(廚房)或赤足。
- 實習期間內，嚴禁嬉笑、惡作劇及奔跑。
- 未獲許可，不得任意操作機械設備。
- 儀器設備開啟後，操作人員不得擅自離開工作場所。
- 機器設備或材料上面不可任意放置工具，以免掉落擊傷人體。
- 嚴禁煙火區域內，禁止吸煙或攜帶任何火種。
- 工作場所通道、樓梯，應保持暢通，不可堆置器材、機件、物料等，妨礙人員通行。
- 工作場所地面應保持乾淨，若有油類傾倒地面，應立即清除乾淨，以免滑溜危險。
- 離開時確實檢查與關閉水、電、門窗。
- 確知瓦斯桶鋼瓶氣體無誤方可使用，且應加固定，並置陰涼處，勿受日光直射。
- 使用發酵箱後，需將烤盤取出，打開門使水器散出並關閉電源。
- 使用急速冷凍機時，需使用防凍手套以免凍傷。
- 熱水使用應避免燙傷，並節約用水。

# 烤箱安全工作守則

- 按照規定作好保養工作，使烤箱在良好安全的情況中。
- 電氣故障或保護開關跳脫不得擅自修理，必須於系辦公室填寫維修單送至總務處安排維修人員為之。
- 使用烤箱時；當拿取出爐之熱烤盤，應使用專用隔熱手套，以免燙傷。結束使用後應將溫度歸零，並關閉電源。

# 攪拌機、丹麥壓麵機、壓麵機 安全工作守則








- 按照規定作好保養工作，使機械在良好安全的情況中。
- 電氣障或保護開關跳脫不得擅自修理，必須於系辦公室填寫維修單送至總務處安排維修人員為之。
- 操作前瞭解操作方式及安全防護裝置之使用。
- 操作機械時，不得打領帶或穿著袖口懸垂及過於寬大的衣服。
- 操作人員須注意手指動作，不可戴手套工作。
- 不得將機器之安全防護裝置拆除或毀壞。
- 清潔或調整機械前，務必先停止機械運轉且確認馬達已完全停止轉動，以策安全。
- 機械運轉中禁止取放物料。
- 使用攪拌機時，拌打器及攪拌缸應確實裝牢，並關緊防護架後方可啟動電源。勿用濕手啟動開關、變化攪拌器速度或移動攪拌缸，應待機器完全停止後才可變速或移動攪拌缸，以免手被夾傷。
- 使用丹麥壓麵機(迷你型酥皮機)，請依指示操作，切勿將手伸入滾輪，使用後需擦拭乾淨並關閉電源。

# 瓦斯爐具安全工作守則

- 按照規定作好清潔保養工作，使瓦斯爐具在良好安全的情況中。
- 每次工作前後，應先檢查瓦斯桶、瓦斯爐及管路是否漏氣情形。
- 若有瓦斯漏氣情形，不可點火及開關任何電器，先打開所有窗戶保持通風良好，並立刻請總務處安排維修人員維修處理。
- 操作前瞭解操作方式、滅火器位置及安全防護裝置之使用。
- 使用完畢，務必關閉瓦斯桶開關。





# 工作衛生守則



- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 課程/活動過程中，所有學員須一律穿著廚房標準服裝(廚師帽、廚師衣與長褲、圍裙、包鞋)，並穿襪子。注意個人衛生，貴重物品請隨身攜帶(參照「銘傳大學教學廚房廚師服穿著規範」)。
  - 工作時不得配戴戒子與手錶。
  - 地板隨時保持乾燥，避免濕滑。
  - 每次實習完畢，應確實做好清潔工作，並嚴禁未著鞋打掃。



# 西餐烘焙教學廚房管理規則





- 
- 
- 
- 
1. 本系教學廚房及設備是提供本系之正常教學、學生考照(考試)練習、賽前練習、教師相關研究、與校內推廣教育活動為主。**廚房暨其中各項設備之借用需經申請，非經本系主任/老師同意，不得擅自使用。**
  2. 若無任課老師/活動負責人在旁督導，**嚴格禁止學員自行操作具潛在性危害之設備。**
  3. 課程開始後與結束前，檢查並清點各組器具；各組完成檢查單上所有項目後，交由各**組長**或實習**小老師**，任課教師/活動負責人需會同檢查，並由實習小老師交於廚房管理人簽收，且於**每次教學(活動)完畢後填寫「教學廚房使用記錄」與「教學廚房清潔標準」。**
  4. 課程/活動過程中，**所有學員須一律穿著廚房標準服裝(廚師帽、廚師衣與長褲、圍裙、包鞋)**，並注意個人衛生，貴重物品請隨身攜帶(參照「銘傳大學教學廚房廚師服穿著規範」)。
  5. **未經系主任許可，不得於廚房內烹煮私人餐食，違者以校規處置。**
  6. 上課期間嚴禁學員於烘焙教學廚房內追逐嬉戲與乘坐於工作檯面上。




# 廚師服正確範例



帽子	白色	男生：髮長若未超過食指與中指夾起之長度者，可用未附網的帽子；若超過者須用附網的帽子。		
		女生：帽網需將頭髮完全包住。	未附網	附網

上衣	白色	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 小立領、國民領、襯衫領、無領皆可。</li> <li>● 短袖、長袖皆可。</li> </ul>	 
----	----	-------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

圍裙	白色	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 型式不拘；全身圍裙、下半身圍裙皆可。</li> <li>● 長度需及膝。</li> </ul>	
長褲	素面(白色或黑色)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 直筒褲；長度至踝關節。</li> <li>● 口袋：限斜邊剪接式口袋，且須被圍裙所覆蓋。</li> <li>● 不得穿牛仔褲、運動褲與緊身褲。</li> </ul>	

鞋子	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 包鞋、皮鞋、球鞋皆可（前腳後跟不能外露）。</li> <li>● 內需著襪，需超過腳踝。</li> <li>● 具防滑效果。</li> </ul>	  
----	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# 組長的責任



- 每次課後組長都要協助清潔工作：

完成清潔後就告知小老師進行檢查，小老師說沒問題才可以收拾下課，還沒得到小老師的批准，組員提前離開，組長就要留下來進行清潔。

- 在打掃時候要適當的分工合作：

妥善的進行打掃分工，避免造成清潔工作時間拉長。

- 注意電器產品後要把電源關掉。

EX: 使用完烤箱，要把烤箱的電源關掉。

- 當每次要用到特殊材料：如動物性奶油，紅豆餡等冰箱用品，

應該告訴小老師，而不是自己或者組員去冰箱或者倉庫拿。

- 每次課後進行器具盤點  
務必將每組器具盤點與器具表上數量相同。





# 小老師的工作

## ● 課前

- 提早進教室將燈及冷氣全數打開，檢查瓦斯是否開啟。
- 小老師來到後，就先把會用到的材料放在材料區備用，如奶油、紅豆餡、卡仕達等。
- 每次上完課後檢查奶油夠不夠，不夠的話就要切奶油，同時看看麵粉桶裡面的材料夠不夠，不夠的話就倒一包下去，確保明天的課可以順利使用。

## ● 課中

- 冰箱只有老師和小老師可以打開，避免讓其他同學打開冰箱。
- 要主動給予任課老師協助。
- 協助盤點貨物，同時也要整理貨物。

## ● 課後

- 每次打掃完後要檢查。
- 小老師要定時檢查冰箱，確保冰箱裡沒有產品留下來，如有產品留下來，就要詢問是哪一組，**沒人來認領的話，就丟掉！**以確保冰箱可以正常使用。
- 離開前要檢查廚房的門窗是否有關好，**瓦斯、冷氣、水、電、E化設備等是否有關。**
- 主動提早做好該週的訂購單。
- 協助盤點貨物，同時也要整理貨物。