



實習大門

前往實習

開拓視野

學用合一

實習與未來就業的連結

- 縮短步入職場所需摸索時間。
- 累積職場經驗，為履歷加分。
- 職場倫理及態度的養成。
- 藉由工作試探，探索未來職涯的發展方向。
- 提早了解自己的優劣勢及能力的缺口，並補充、學習不足以養成就業能力。



實習學生角色

實習前

1. 了解實習規定、實習機構、實習內容等資訊。
2. 依學系規定期程完成實習申請文件。
3. 確認實習合約簽訂、實習團保保險投保等完成。
4. 知道學校指導老師、校安中心聯絡資訊及意外突發的尋助方式。

實習中

1. 保持良好態度，不遲到、不早退、遵守規定。
2. 謹慎使用網路發言，不任意散布不實言論，遵守商業保密規定。
3. 主動與輔導老師保持聯繫，若遇不符實習合約、工作內容異常、意外傷害、霸凌、性平等，請向實習機構或輔導老師提出，以協助改善。

實習後

1. 依學系規定完成實習報告及滿意度調查表。
2. 依學系規劃進行實習成果相關發表。

職場倫理

- 遵守職場上下班時間，避免遲到與早退。

- 初次使用設施設備，請先詢問或觀察，擅自拿取可能操作錯誤而導致毀損。

- 學習提問的技巧，新作功課，如翻閱書籍、查找網站資料，整理提出自己的想法，不是只丟問題給主管。。

- 聽完對方的話，在回應，請勿打岔。

- 使用職場正式稱謂來稱呼主管與同事，先打招呼在做提問。

- 遇到不會的問題實屬正常，是學習的一環，請主動找主管/前輩詢問溝通，而非自行決定後才通知。

- 主管有很多種樣態，即便你不認同/欣賞某種類型主管，他/她仍然有你值得學習的專長，需要尊重。

- 職場的東西勿拿回家，包括紙本文件、電腦檔案等，請先徵得主管同意。

- 聽到不確定的訊息，應先向主管或主要負責前輩洽詢，勿散佈不清楚的資訊。

- 欣賞職場的前輩，仍請保有公私分明的人際界線，關注於實習生的學習角色。



緊急事故

- 突發生病：應依實習機構請假規定辦理請假事宜，避免只傳簡訊或Line請假，事後另擇時間補齊時數。
- 意外車禍：勿移車，請立即撥打110請警察協助，並致電機構及實習輔導老師或校安中心。
- 實習時身體不適：主動告知機構主管，獲同意後暫時職場休息/返家/就醫。
- 適應不良：請先與實習輔導老師反映溝通輔導，若想換實習單位或終止，由實習輔導老師協助處理。
- 職場發生意外事件：應先保護自身安全，依照機構規定處理，並通知實習輔導老師、家長。
- 職場不當對待：請立刻循管道如人事部門申述專線、信箱，並立即通知學校、家長協助處理。
- 發生性騷擾事件：當下暫無人身安全的危險，可透過衛福部113專線或本校校安中心，並通知實習輔導老師進行相關諮詢與求助；若當下陷入危險處境應立即報警處理。





如發現工作場所有不安全設備或不安全狀況
· 可撥打「1955」勞工申訴專線提出申訴
· 亦可向當地勞動檢查機構反映予以協助。

更多資訊



勞動部



職場高手秘笈
勞動權益教育宣導手冊



職涯發展中心

實習場所 安全無憂



勞動部職業安全衛生署
OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH ADMINISTRATION, MINISTRY OF LABOR



諮詢及聯繫窗口

勞動部職業安全衛生署	02-89956666
臺北市勞動檢查處	02-23086101轉673
新北市勞動檢查處	02-22523299轉718
桃園市勞動檢查處	03-3323606轉312
臺中市勞動檢查處	04-22289111轉36868
臺南市府勞工局	06-6322231轉6817
高雄市府勞工局	07-8124613轉217~220
基隆市府社會處	02-24201122轉2208
新竹縣勞工處	03-5500288轉1707
新竹市府勞工處	03-5324900轉45
苗栗縣勞工及青年發展處	037-559146
彰化縣勞工處	04-7532523~7532526
南投縣府社會處	049-2222106
雲林縣府勞動暨青年事務發展處	05-5522827
嘉義縣勞工暨青年發展處	05-3620900轉5117~5118
嘉義市府社會處	05-2254321轉154
屏東縣府勞動暨青年發展處	08-7558048轉309~317
宜蘭縣府勞工處	03-9251000轉1739
花蓮縣府社會處	03-8227171轉396
臺東縣府社會處	089-328254轉361
澎湖縣府社會處	06-9274400轉333
連江縣府民政處	0836-22381轉6123
金門縣府社會處	082-318823轉62556



資料來源：勞動部職業安全衛生署

實習生安全保障

工作勿兒戲
職安須知保你命

職業安全衛生教育訓練

新進人員至少3小時教育訓練



安全作業標準

機械設備器具使用安全注意事項



6S活動

工作現場6S活動除了提高工作效率，
對於職業災害預防十分有幫助



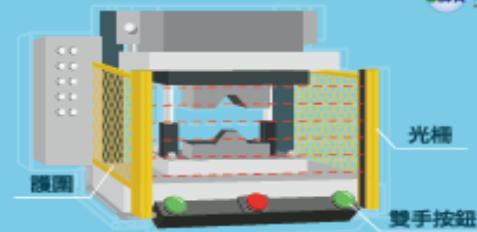
勞動部



職場高手秘笈
勞動權益教育宣導手冊

安全防護設施

勿拆除或關閉防護設施



未成年保護

未滿18歲不得從事危險性或有害性工作
(如鉛、汞、鉻、砷……等有害物散布場所之工作)



適當的工作時間

每日工時不超過8小時



安全防護裝備

提供必要之個人防護具



安全帽



防護手套



安全帶、帽
掛繩式防墜器



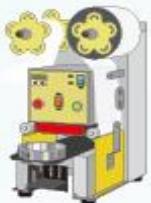
安全鞋

防音防護具

呼吸防護具

圖1

住宿及餐飲業



注意手部勿放置於封口機進出處

發生緊急狀況時，立即按下緊急停止按鈕



瓦斯更換後進行測漏，確認無洩漏現象



點燃酒精膏(塊)時，
使用長型點火槍
酒精膏(塊)不足時，
直接更換器皿

添加酒精膏(塊)時，
確認火源已完全熄滅



地面排水設施保持乾燥
人員穿著防滑鞋等護具



刀具妥善擺放於刀架
或裝上刀鞘，避免放置於桌緣

實習生安全危害 注意事項

批發零售業



使用機械搬運
代替人力



使用合格的合梯、
工作台



適當的裝箱包膜、
配戴防穿刺手套、
正確的抬舉方式、
易碎品張貼標示



貨物堆疊時避免堆疊
過高，通道應清除障礙物，保持暢通

製造業



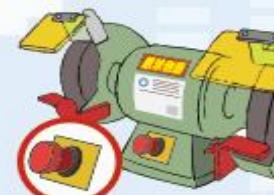
人員勿進入可動範圍內
異常狀況立即停止裝置



機台調整時應關機、斷電
，並上鎖掛牌



操作鑽孔機時避免穿著
寬鬆衣物，禁戴手套



研磨機設有護罩及
緊急停止裝置



電氣箱勿隨意開啟
濕手勿碰觸



廣告



禁止性騷擾

No Sexual Harassment

禁止性騷擾及性侵害公開揭示

- 1 任何人不得對他人性騷擾或性侵害。
- 2 性騷擾他人者，依法得處新臺幣1萬元以上10萬元以下罰緩；利用權勢性騷擾他人者，依法得處新臺幣6萬元以上，60萬元以下罰緩；乘機襲胸摸臀或觸摸他人隱私部位，被害人可提出刑事告訴，最高可處2年以下有期徒刑、拘役或併科新臺幣10萬元以下罰金。性侵害他人者，依刑法規定最高可處死刑、無期徒刑或10年以上有期徒刑。
- 3 性騷擾或性侵害他人，除負有法律上之刑事與民事責任外，本單位亦將依內部規定懲處。
- 4 遇到性侵害事件，請撥打110或113保護專線求助。
- 5 發現性騷擾或性侵害事件，需本單位立即協助處理者



職涯發展中心

資料來源：勞動部職業安全衛生署



上班時間發生哪些狀況可以視為職災呢？



因執行勤務而受傷



出公差路途中發生事故



上下班期間發生事故



於工作時間上廁所發生事故



休息時間用餐途中發生事故

但發生事故時，若是有這些情況就不能算是職災：

- ⚠ 非日常生活所必需之私人行為**
- ⚠ 無照駕駛、違反交通規則或危險駕駛**
- ⚠ 酒精濃度超標，或吸食毒品、迷幻藥或管制藥品駕駛車輛**

發生職災 勞保可以提供哪些相關給付呢？

勞保職災醫療給付



持投保單位填發之「勞保職災醫療書單」就醫：
◎免繳健保部分負擔費用
◎住院30天內膳食費用減半

勞保職災傷病給付



當門診或住院治療期間不能工作 + 未領到原有薪資：
從第4天起可以申請職災傷病給付

勞保職災失能給付



傷害或疾病經治療後症狀已固定，並被診斷永久失能、符合失能給付標準：
可請領失能給付

勞保職災死亡給付



若在加保期間不幸死亡：
◎支出殯葬費的人可申請喪葬津貼
◎遺屬擇一請領遺屬年金或遺屬津貼



更多資訊相關資訊

- 勞動部職業安全衛生署
<https://www.osha.gov.tw/>
- 性別友善職場圖文懶人包
行政院性別平等處
<https://gec.ey.gov.tw/PAGE/C40E566A52C4BC65/d0dbda3b-8fc7-4fcb-8671-6d7844b04a3d>
- 性別歧視禁止區
勞動部就業平等網
https://eeweb.mol.gov.tw/genderZone/discrimination_1.html
- 促進工作平等措施專區
勞動部就業平等網
<https://eeweb.mol.gov.tw/genderZone/equality.html>
- 職場性騷擾防治專區
勞動部就業平等網
<https://eeweb.mol.gov.tw/genderZone/harassment.html>
- 勞動部違反勞動法令事業單位(雇主)查詢系統
<https://announcement.mol.gov.tw/>



校內聯絡資訊

- ★ 校安中心
 - 校內分機 06-2785123 分機 1119
 - 校安專線 06-2785119
 - 行動電話 0911677072
- ★ 學校總機 06-2785123 分機 9
- ★ 衛報組-緊急傷病處理專線
 - 06-2785995
- ★ 入學服務處專線
 - 06-2785601
 - 06-2785123 分機 1812-1814 (提供外語服務)
- ★ 警衛室
 - 06-2785123 分機 1390
- ★ 假日值班室
 - 06-2785123 分機 1086



祝福

實 習 平 安

收 穫 滿 滿



職涯發展中心