

立法會人力事務委員會
(二零零三年二月二十日會議)

《休息時段指引》

目的

本文件旨在告知各委員有關制定《休息時段指引》之進展及其諮詢結果。該指引乃根據勞工顧問委員會(下稱勞顧會)的建議而制定。

背景

2. 本處已於二零零二年三月二十一日告知各委員，勞顧會建議由轄下職業安全及健康委員會（下稱職安健委員會）制定《休息時段指引》（詳情請參閱立法會文件 CB (2) 1358/01-02(05)）。扼要複述而言，僱主代表表示，即使立法，也未必可保障現時並無享有指定休息時段的僱員。某些行業或職業基於運作上的確實需要，必須獲得豁免。事實上，這些需要獲得豁免的行業或職業，很可能就是那些現時沒有休息時段的行業或職業。另一方面，僱員代表認為須要定期就這議題進行檢討，若將來有需要才再考慮立法規管。與此同時，他們認為須要制定有關休息時段的指引。經商討後，勞顧會建議下列措施：-

- (a) 由轄下職安健委員會制定有關休息時段的指引；
- (b) 勞工處就訂立適當的休息時段加強宣傳教育及推廣工作；以及

(c) 定期就這項目進行檢討。

3. 職安健委員會其後在二零零二年五月二十二日的會議上，討論和通過《休息時段指引》（下稱指引）的建議內容。

4. 本處承諾為職安健委員會提供全面的支援，並成立了一個工作小組，成員包括本處勞資關係科和職業安全及健康部的代表，以及一位來自職業安全健康局（下稱職安局）的代表。

5. 在二零零二年八月十四日的職安健委員會會議上，本處已把指引的初稿提交該委員會討論。我們其後作出修訂，把委員的意見納入指引的初稿內。獲委員通過的指引擬稿載於附件。

指引

6. 指引明確地指出，休息時段對工人的工作安全與健康至為重要，並會影響公司業務運作的效率和效益。休息有助工人改善工作表現和服務質素，並可促進勞資關係，激勵僱員熱誠工作。休息時段對僱主、僱員和顧客均有好處。職安健委員會委員在審議此事項時指出，提供適當休息時段的好處顯而易見，通過加強教育和宣傳，將可更有效地傳達這個訊息。

7. 指引同時提醒僱主，根據《職業安全及健康條例》(第 509 章)的規定，僱主對僱員的工作安全及健康負有一般性責任。

8. 指引明確表示，要訂定一套適用於各行各業情況的休息時段安排，確有困難。不過，由於行業中的僱主和僱員最清楚問題所在和可行方法，指引強調，由僱主和僱員自動自覺地協商議定

休息時段安排，是達致這目標的最適當做法。

公眾諮詢

9. 勞工處已在二零零三年一月透過九個行業性三方小組，以及職安局的 11 個行業安全及健康委員會，就指引進行公眾諮詢，諮詢對象包括 77 個僱主組織、95 個僱員工會、16 個專業團體和 104 位僱主。

10. 在這次公眾諮詢中，本處共接獲 109 個回覆，其中 88 個（81%）支持發出指引，14 個（13%）表示不支持，另有 7 個（6%）則沒有表達意向：-

組織性質	回覆數目	發出指引		
		支持	不支持	沒有表示意向
僱主組織	25	20	5	-
僱員工會	49	40	3	6
專業團體	11	10	0	1
個別僱主	24	18	6	-
總數	109	88	14	7

11. 有 14 個回覆表示不支持發出指引，所提出的主要理由如下:-

- (a) 不適合所屬行業；
- (b) 不是適當時機；
- (c) 增加成本及減低生產力；

- (d) 並非有助促進良好的勞資關係；以及
- (e) 對僱主沒有約束力。

12. 下列是一些有關指引內容的主要建議:-

- (a) 為休息時段安排訂定明確標準，例如工作若干小時後所需的休息時間；
- (b) 列舉更多例子說明需要休息時段的工作；
- (c) 促請僱員切勿濫用休息時段安排；
- (d) 強調不應因提供休息時段而延長工作時間或減薪；以及
- (e) 列明僱員在休息時段不應享有薪酬。

未來的計劃

13. 公眾諮詢所得的意見，將提交職安健委員會考慮。我們會根據職安健委員會的意見進一步修訂指引擬稿，然後才提交勞顧會審議和作最後通過。本處會進行廣泛的宣傳工作，並聯同僱主組織、僱員工會和行業團體一起推廣該指引。

勞工處

二零零三年二月

《休息時段指引》 (徵詢稿)

引言

休息時段對僱員、僱主和自僱人士同樣重要。要工作做得好，必須有充足的精神和體能。連續長時間工作而沒有休息，容易產生疲勞，引起安全與健康問題。疲勞不但削弱思考及一般工作能力，亦會影響判斷和生產力，以致工作效率下降，影響對顧客的服務質素，甚至引起嚴重工傷意外，殃及無辜，招致財物損失，影響公司業務。工業意外並會令保險費上升，增加營運成本，損害僱主、僱員或自僱人士的利益。

2. 僱員及自僱人士能有適當的休息時段，對他們的工作安全與健康，至為重要。某些職業如司機，假如休息不足，可能導致嚴重的交通意外，不但影響個人安全，更對他人構成威脅。一般白領人士，鮮有關注自己的休息時間，例如整日使用電腦進行快速和重複的按鍵動作，可能患上腱鞘炎。

僱主和僱員的責任

3. 連續長時間工作後，能有短暫的休息，可讓僱員有機會鬆弛一下，恢復精神，有助他們改善工作表現及服務質素，並可促進勞資關係，激勵僱員熱誠工作。任何人士在長時間工作後，都需要自覺地安排休息時段，僱主應採取開明態度，通過討論協商，作出適當安排。

4. 職業安全及健康條例（香港法例第 509 章）第 6 節明確規定，僱主須在合理及可行範圍內，確保僱員的工作安全及健康。除少數例外如自僱人士、職業司機等，該條例適用於所有僱主。由於適當的休息時段對僱員的工作安全與健康有密切的關係，僱主應與僱員磋商，達成共識，定出適當的休息時段安排，一方面配合工作上的需要同時可以提供優質服務。如機構本身設有勞資協商機制（包括安全委員會），僱主可以透過這個機制，諮詢僱員對休息時段安排的意見。

5. 自僱人士往往因為工作繁重，或純粹為了賺取更多收入而忽略了休息時段的重要性。其實，在筋疲力竭的時候，絕不可能

提供優質服務，而且容易產生種種意外。所以，適當的休息時段對他們的業務、健康和安全都有裨益。

休息時段

6. 休息時段是指僱員可於工作時間內暫停工作的一段時間，以使用膳或休息。根據附屬於《僱傭條例》（香港法例第 57 章）的《僱用兒童規例》與《僱用青年(工業)規例》，兒童^{註一}及青年^{註二}在連續工作五小時後，必須分別享有一小時及半小時的休息時間。

7. 在香港，僱員在工作日普遍享有休息時段。一般而言，香港的全職僱員都享有一小時的用膳時段。有些行業，例如建造業，因屬體力勞動的工作，上下午都有休息時間的行規。又例如飲食業，也在非繁忙時段安排僱員休息，以便應付緊隨的繁忙工作。而物業管理行業，也有安排僱員輪流作適量的休息，這都是值得借鑑的例子。

8. 不過，有小部分職業或行業，由於業務性質或規模的關係，可能沒有指定的休息時段。在這情況下，僱主及僱員應自行商討，作出適當安排，使僱員仍然可以在不影響工作的情況下，獲得適當休息。

9. 從事一些危險或艱辛工序的人員，例如涉及暴露於高溫、蒸氣或震動的工作，或需消耗大量體能（如人力搬運重物）的工作，可能需要安排較頻密，但不影響自己及他人安全情況下的短暫休息時段。

10. 休息時段對在酷熱環境中工作的僱員更為重要。例如，在酒樓、餐廳或食堂的廚房內，食物製造工場靠近火爐的地方，以及漂染廠內靠近鍋爐工作的僱員，更需要較頻密的短暫休息時間。

11. 另外，僱員如需要操作震動式機器（如震動式壓土機、鏈鋸、混凝土震動棒等），或從事體力消耗量大的工作（如扎鐵、吊運），會特別容易感覺疲累。僱主應安排他們在連續工作一段時間後，作適量的休息。

註一 “兒童” (child) 指不足 15 歲的人士

註二 “青年” (young person) 指年滿 15 歲但未滿 18 歲的人士

12. 一人經營的店主或只有一名僱員的店鋪，可以在店鋪當眼的位置展示上、下午的營業時間。店主應和僱員就有關休息時段作出適當和較富彈性的安排。

勞資協商

13. 不過，沒有單一的休息時段模式可適用於各行各業的不同情況。適當的休息時段安排，對僱員的需要及有關行業業務的發展，甚至公眾利益，均為有利。為達致這目標，由僱主及僱員自動自覺地議定休息時段安排，是最適當的做法。請謹記：

精神好，服務質素高，按時休息可做到。

查詢

14. 如在安排適當休息時段上有任何疑問，或需尋求協助，可致電勞工處職業安全及健康部。

查詢電話：2559 2297（在辦公時間外，設錄音留言服務）

職業安全及健康委員會
勞工顧問委員會
二零零二年十二月