



勞動部新聞稿

日期：104 年 05 月 15 日

新聞從業人員勞動條件工作負荷莫輕忽 勞動部關心勞動者工作生活平衡

新聞從業人員工作，主要在透過報導、專題、調查採訪、專訪，提供社會大眾真實國際政經要聞與社會動態。依據勞動部 102 年統計，全國從事新聞從業人員約有 5,400 人，勞動及職業安全衛生研究所(勞安所)為因應國際勞動發展的趨勢，除倡議企業保障勞工最低標準之勞動條件與基本權益外，並鼓勵企業推動優於法令之重視工作與生活平衡措施，增進勞工福祉。該所新近完成「新聞從業人員工作負荷及生理疲勞研究」，勞動條件調查發現新聞從業人員有長工時、天天外食、眼睛、肌肉骨骼不適症狀比例偏高，自覺心理工作負荷環境事件為惡劣氣候、社會危機事件及人身安全問題等。

勞安所於 103 年辦理「新聞從業人員工作負荷及生理疲勞研究」，調查分析新聞平面與電視媒體主播，文字和攝影記者計 159 人，採用健康及疲勞問卷、疲勞測定儀器和壓力相關之尿液及唾液生化值進行測定。結果顯示，記者每天工作平均時數超過 10 小時以上佔 78%(如圖 1)、睡眠品質不好佔 35.9%(如圖 2)、幾乎天天吃外食佔 71%(如圖 3)、三餐不規律佔 56%。眼睛不適、癢痛佔 54.1%(如圖 4)，頭痛佔 43.4%。肌肉骨骼症狀為關節疼痛佔 43.3%、手腕肌腱炎佔 37.1%、下背痛佔 54.7% (如圖 5)。

新聞從業人員疲勞生理檢測結果(如表 1)，顯示不正常比例較高，包含代

表長期壓力負荷指標的尿中 17-羥基皮質類固醇(17-OHCS)與血壓。17-OHCS 不正常比例佔 17%、血壓收縮壓超過 130mmHg 佔 46%，舒張壓超過 90mmHg 佔 21%。

依據新聞從業人員質性訪談結果，反映出對於颱風、水災、地震、土石流天然災害；抗爭暴動社會危機事件；重大火災爆炸、空難、海難人為災害；精神壓力大腦力及體力耗損、新聞時效性、工作時間長之工作壓力；採訪自由度、人身安全均為新聞從業人員自覺較大的心理工作負荷。

對於新聞從業人員長工時、責任制及工作特殊環境，勞安所呼籲新聞從業雇主與人員，依本部發布「勞工在事業場所外工作時間指導原則」與勞工約定最適合勞雇雙方之工時處理及認定方式。並鼓勵促進身心健康為導向的工作與生活平衡推行，例如：提供新聞從業人員「員工關懷與協助課程」、「員工紓壓課程」、「友善家庭措施」、及「支持中高齡、遭受暴力或是工作適應困難員工之協助」等措施，解決新聞從業人員工作與家庭生活衝突之壓力與工作負荷，營造勞資雙贏之友善職場。

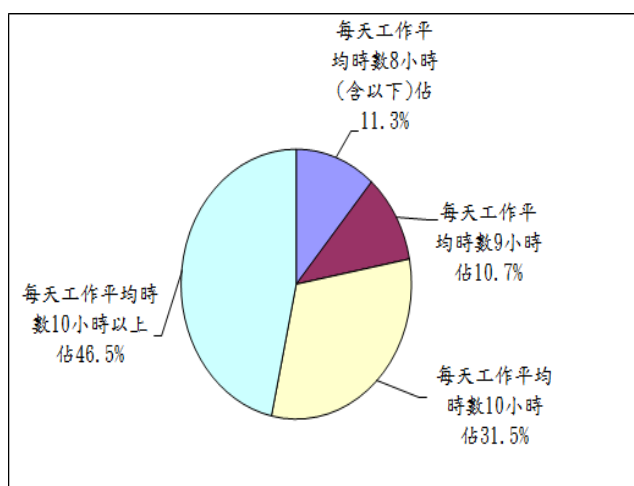


圖 1 新聞從業人員每天工作平均時數

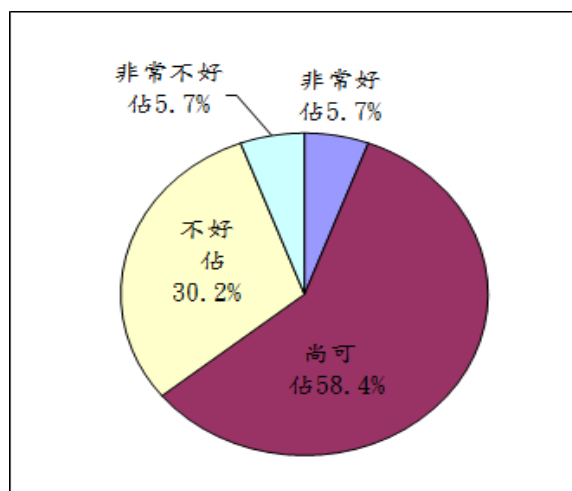


圖 2 新聞從業人員睡眠品質

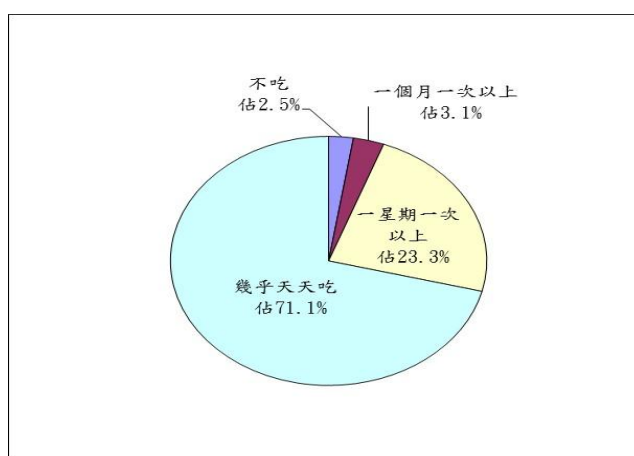


圖 3 新聞從業人員外食習慣

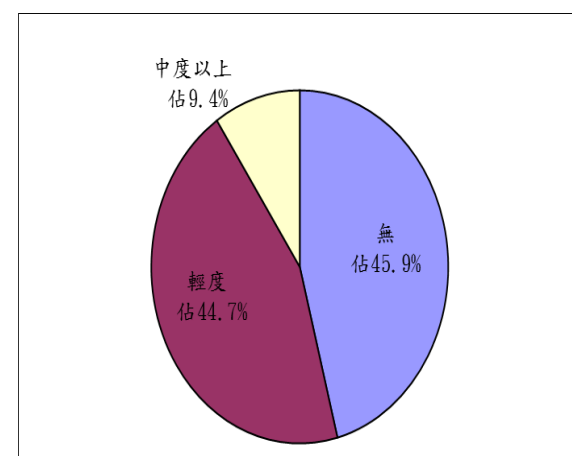


圖 4 新聞從業人員-眼睛癢、痛、乾澀、發炎

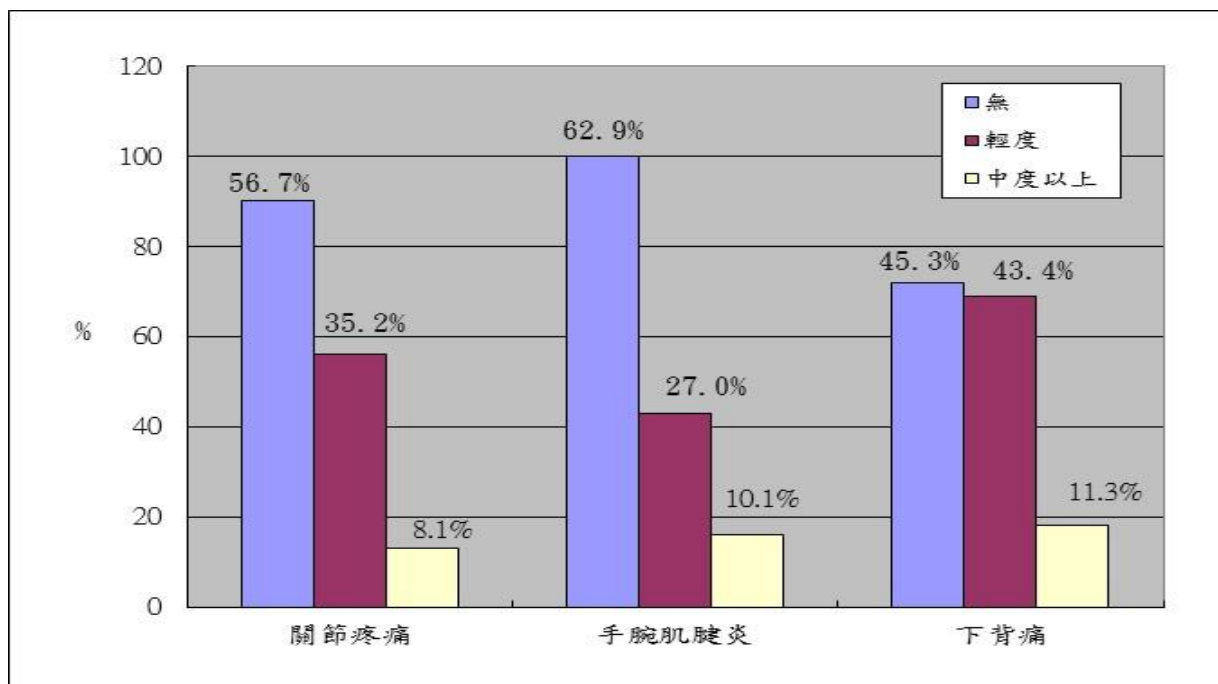


圖 5 新聞從業人員-肌肉骨骼症狀

表 1 新聞從業人員疲勞相關生理檢測

項目	Cortisol (ng/mL)	17-OHCS (mg/g cr.)	收縮壓 (mmHg)	舒張壓 (mmHg)	心跳 (次/分 鐘)	反應丟 棒試驗 (ms)	閃爍融 合測定 (Hz)
平均值±	10.52±	5.63±	135.79±19.49	87.71±	70.42±	33.4±	42.1±
標準差	2.72	2.62		14.81	9.31	6.19	4.49
不正常比例	4%	17%	46%	21%	0	4%	0

備註：

Cortisol 標準值:1.2~14.7ng/mL;17-OHCS 標準值:7 mg/g cr 以下;收縮壓建議值:< 130mmHg

舒張壓建議值:< 90mmHg;心跳建議值:<90 次/分鐘;反應丟棒試驗建議值:>20 毫秒/ms

閃爍融合測定建議值:40HZ