

桃園創新技術學院教師專題研究計畫
成果報告

哺集乳室空間規劃設計準則之研究

計畫編號：教專研 102P-037

計畫類別：個別型計畫

執行年度：102 年度

執行期間：102 年 1 月 1 日至 102 年 12 月 31 日

計畫主持人：陳淑如

執行單位：室內設計系

執行單位審查：同意結案不同意結案 簽名：

(審查人不得與計畫主持人相同)

中華民國一〇二年十二月三十一日

哺集乳室空間規劃設計準則之研究

陳淑如

室內設計系

摘要

隨著國內兩性平等工作法之通過，職場婦女每日可有兩次，每次半小時之哺乳休息時間。行政院也透過行政命令及獎勵，規定或獎勵公家機關及企業設立哺集乳室，期望有效改善母親在工作場所哺(集)乳的困境。本研究由現有設置哺(集)乳室場所之空間調查與使用者意見回饋，結合產後婦女哺(集)乳行為模式及需求分析，參酌國外相關哺(集)乳室空間設計規範，初步建構哺(集)乳室空間設計及設置規範。以期有效協助各機關或企業於設置哺(集)乳室時之參考。以有效改善職場女性哺(集)乳行為之活動空間品質，並提高使用者滿意度。

關鍵字：哺集乳室、空間規劃、設計準則

壹、緒論

母乳是提供嬰幼兒營養之最佳方式，不僅提供嬰兒成長及健康上之需要，減少受疾病侵襲之機會(陳昭惠,1996)。此外，對母體健康也有正面的益處，包括促進子宮收縮等，並可提高親子依賴關係(陳昭惠,1996；Dodgson,2003)。近年來，世界各國重新認識母乳的價值，大力推廣母乳哺餵。聯合國UNICEF調查公佈1996-2002年各國的混合母乳哺餵率在加拿大為79%、美國為64%、英國為69%等。我國也自1992年開始推廣母乳哺育計劃，但成效有限，尤其是產假結束後回到職場的哺乳率一直無法與其他國家相比。隨著台灣職業婦女的就業比例持續成長，自民國81年的37.67%增至93年的47.71%。職業婦女如果沒有外援，母乳哺餵及產後返回職場間的衝突增加是可預見的(蕭如娟，2005)。

國民健康署近年來努力推動母乳哺育政策，母嬰親善醫院執行十大措施的比率已涵概全國75.12%的出生數，全國產後6個月以下純母乳哺育率為49.6%，雖然6個月以下純母乳哺育率已趨近世界衛生組織2025年50%之全球目標，惟哺乳媽媽回歸社區或職場後，據全國母乳率調查計畫顯示，產後1個月、2個月、4個月及6個月，仍有在母乳哺育之比率分別為90.1%、77.0%、62.4%及53.7%，呈現下滑趨勢。該調查也發現，曾餵過母乳而停止哺餵的最主要原因以「將來要回去工作及工作不方便」佔24.68%比率最高，因此提供社區同儕支持確屬必要(衛生福利部國民健康署網站，2013)。

由台北護理學院高美玲教授以及其研究生陳淑娟於88-91年進行大規模產婦哺乳態度、哺乳方式以及哺乳持續時間之問卷調查發現：4587位受訪者中有2981位為職業婦女，調查結果發現產後兩個月時職業婦女較家庭主婦傾向於斷奶的型態(陳淑娟,2003)，此結果與大多數文獻類似(洪秋萍,1997；鍾淑珍,2003；Visness & Kennedy,1997；

Bovell-Benjamin et al.,2001),似乎也與國內勞基法所規定勞工之產假日數有所相關。陳淑娟之分析結果顯示職業婦女返回職場為停止哺餵母乳之重要因素,國外研究也指出職業婦女雖有明顯之意願哺餵母乳,但外出工作是影響是否成功持續之障礙。楊秋鈴於2003深度訪談不同工作性質之職業婦女,也發現影響持續哺乳意願之外在困境包括缺乏專屬哺(集)乳空間、缺乏方便的哺(集)乳時間以及缺乏支持性人際網絡三個困難(楊秋鈴,2003)。此外,國內郭佳玲、蔡文仕也指出現今國內之職場環境以及社會政策並沒有對哺餵母乳之職業婦女有太多鼓勵(郭佳玲,2003;蔡文仕,2003)。直至2003年台灣母乳協會成立,在哺育政策推動下,依據數據顯示,到2004年台灣婦女哺育比例方有明顯提升(郭素珍等,2004)。這應該與許多公共場所規範設置育嬰室、職場提供哺(集)乳室的環境有關。

近年來,哺餵母乳已成為衛生署重要的衛生健康政策,為回應職場女性哺集母乳需要之回應,兩性平等工作法第十八條提出「子女未滿一歲須受僱者親自哺乳者,除規定之休息時間外,雇主應每日另給哺乳時間二次,每次以三十分鐘為度。」。國民健康局著手擬定哺(集)乳室設置辦法初期,提出公私立機關團體、公司行號設置哺(集)乳室設置標準,並於國內北、中、南、東以及離島地區補助設置哺集乳室。台北市政府也於96年市政會議通過「台北市公共場所母乳哺育自治條例」,鼓勵北市各級機構廣設哺集乳室,推動公共場所的公開哺乳權。民國99年為維護婦女於公共場所哺育母乳之權利,並提供有意願哺育母乳之婦女無障礙哺乳環境,正式頒佈「公共場所母乳哺育條例」。國民健康局也於100年擬定頒佈「公共場所哺(集)乳室設置及管理標準」。呼應此一趨勢,內政部營建署除逐步研商「建築法規納入哺(集)乳室規定事宜」(台灣省建築師公會,2006),也要求各縣市主管單位加強查核哺(集)乳室設置狀況,並由建築師公會轉知會員注意執行業務設計各項建築時應考量哺(集)乳室設置之必要性。

藉由法令以及政府機關、母乳哺餵團體等之疾呼,促進了哺(集)乳室相關法規擬定頒佈以及設置規範擬定。截至2013年調查結果,目前全國依法應設置之公共場所哺(集)乳室計1,826處。然而,由國民健康局之統計、業務檢討內容以及各項新聞報導常見問題可以發現哺(集)乳室之設置數量雖有逐漸增加,但是僅限於硬體的局部設置,尚缺乏支持環境的整體規劃,因此常見在公共場所由於缺乏哺(集)乳室,於公共場所哺乳遭驅離、或因安全管理不擅造成哺(集)乳過程隱私不足等問題屢見不鮮。由此可見亟需建置一完整母乳哺育親善環境模式,以做為擴大推廣之參考。

對於環境或設施的使用方法的研究,乃在於了解人們在建築物中如何生活和營運。心理學家和其他行為科學家們總是在討論環境在行為構成此方面所扮演的角色,他們通常認為環境是具有社會性或人際關係性的,並且認為其他人係決定人類行為的主要因素(王錦堂,1985)。建築及內部空間之設計或成形,皆會對於整體社會產生或多或少的影響,其衝擊影響不僅在於使用者,也影響一般社會大眾,因此空間之塑造必須加入客觀的規範加以約束,以具體整合「主觀的感性空間意識」以及「客觀的理性空間意識」,賦予完善而且可以被各方接受的空間(池體演,2001)。建築空間規劃與計畫內容必須納入建築空

間計畫、物理環境與設備計畫、建築構造計畫、以及成本施工計畫等，方能整體且無遺漏的關注每一規劃設計之細節。其中，建築空間計畫必須考量人體尺度與活動空間、空間規模需求。物理環境與設備計畫部分，必須考慮溫度、溼度、風、雨量、日照、日射、以及空氣等各項目之舒適度達成方式，以及各類設備之需求預測。建築構造計畫則可輔助達成上述各項空間設計以及環境品質要求。成本評估以及施工計畫之規劃則可協助業主調度資金以及各項作業協調之規劃。

本研究以環境心理學分析架構及涵構為主軸，輔以哺集乳行為分析、現有哺集乳空間調查、以及使用者使用後感受之調查，整合提出現有哺集乳室設置優缺點分析。結合國外相關哺(集)乳室空間設計以及設置規範之調查，並據以提出哺集乳室設置規劃設計準則，包括哺集乳行為分析、需求空間分析、哺集乳室必須提供設備種類及尺寸資料、並具體針對各項環境品質量化因子提出設計準則。本研究成果預計可提供未來更多公共場所、機關以及企業呼應親善職場以及提供性別平等空間設置時之參酌，提高設置空間之使用便利性，有效改善職場女性哺(集)乳行為之活動空間品質，提高使用者滿意度，並可作為未來建築法規納入設置哺集乳室條文時之參考。

貳、文獻探討

本研究將國內外哺(集)乳室設置相關法規及設置基準相關文獻分以下國內外部分加以探討。

一、國內部份

(一)、「公共場所母乳哺育條例」

此法中明訂各下列公共場所，應設置哺(集)乳室供民眾使用，並有明顯標示：

- 1.提供民眾申辦業務或服務之場所總樓地板面積五百平方公尺以上之政府機關(構)。
- 2.營業場所總樓地板面積五百平方公尺以上之公營事業。
- 3.服務場所總樓地板面積一千平方公尺以上之鐵路車站、航空站及捷運交會轉乘站。
- 4.營業場所總樓地板面積一萬平方公尺以上之百貨公司及零售式量販店。
- 5.其他經中央主管機關公告之場所。

哺(集)乳室之基本設備、安全、採光、通風及管理、維護或使用等其他相關事項之標準，由中央主管機關定之。

(二)、「公共場所哺(集)乳室設置及管理標準」

「公共場所哺（集）乳室設置及管理標準」此法提出：哺（集）乳室之位置，應有明顯區隔之空間，除專供哺（集）乳外，不得作為其他用途。相關設置以及管理規範如下：

哺（集）乳室應具下列基本設備：

- 1.靠背椅。
- 2.有蓋垃圾桶。
- 3.電源設備。
- 4.可由內部上鎖之門。
- 5.緊急求救鈴或其他求救設施。
- 6.洗手設施。

哺（集）乳室之管理、維護或使用應符合下列規定：

- 1.每日至少清潔維護一次，並作成紀錄。
- 2.定期檢查各項基本設備之可用性，並作成紀錄。
- 3.維持使用之隱密性及有安全保護措施。
- 4.光線充足。
- 5.維持良好有效之通風。
- 6.以無償方式提供使用。
- 7.使用者應遵守哺（集）乳室之使用規範。

前項哺（集）乳室之管理、維護，應指定專人負責

二、各國哺(集)乳空間設立發展現況

1991年母乳哺餵行動聯盟World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)於紐約成立，是獻身於保護促進及支持母乳哺餵的團體及個人所組織而成的聯盟，1993年WABA舉辦對母親親善的工作場所以支持工作的哺乳婦女，全球參加性行動研究計畫(GLOPAR)開始成型(國際母乳哺餵運動的歷史，國民健康局網站，2013)。

自1992年起Ann Arbor醫院就開始注意職業婦女哺餵母乳環境之問題，期望職場應該提供予母親一個具備以下條件的哺(集)乳空間(Wyatt,2002)。

- 1、溫暖、乾淨及隱密的空間。
- 2、能上鎖且合宜的門。
- 3、有洗手的設備。
- 4、有冷藏設備可以儲存返家前所擠下的奶。
- 5、低且舒適的椅子。
- 6、能考慮提供電動吸乳器以縮短擠奶的時間。

國際勞工組織(ILO)於2000年所提出的R191懷孕婦女保護指南(Maternity Protection Recommendation) 中提出職場應提供生產後重返職場員工適當的哺(集)乳室，其設置規範應具備基本的衛生條件，處於或接近工作場所。哺乳期婦女需要有一個小而清潔的空間，此房間需設置門扇或其他保護隱私的設置，提供清潔的水以及安全存儲母乳的設備。「母乳哺育設施」最重要的特徵在於基本的清潔、設備和隱私安全。並且要讓職場婦女知道當她需要哺(集)乳時，這是可用的空間。在取得職場婦女同意的前提下，一個以上的母親可以在同一時間，使用此哺集乳空間。基於清潔的考量，此空間類似於準備食物或進食的空間，因此，設置於廁所或緊鄰於廁所是不適當的。母乳儲存設備如冰箱是需要的。於工作場所提供母乳餵養及哺(集)乳空間已成為工會、雇主和政府對於產婦保護運動的一部分(R191-Maternity Protection Recommendation, 2000)。

美國洛杉磯勞工部相關法令也指出哺乳媽媽回到職場時，需要一個具備有電源插座、舒適的座椅、可上鎖、有隱私安全性、靠近工作位置的清潔哺集乳空間，不能以浴室或廁所。設置位置盡量鄰近洗手台、並提供冰箱儲存母乳。空間可以會議室、私人辦公室等代替，但須能上鎖，空間設置是否合於規定，須經職工福利保障委員會相關審查委員 (DHR, Employee Benefits, Lactation Accommodation Program) 同意 (Lactation Accommodations,2000)。

參、現有公共場所哺(集)乳空間設置現況及使用問題調查

使用後評估(Post Occupancy Evaluation) 係一種對於建築物或建築環境已開始使用部分(空間或設施)作各種功能的調查研究，透過訪問、觀察以及問卷等實際操作方式，以了解使用者對於建築物各方面之看法(陳格理，1992)。本研究針對現有哺(集)乳空間調查、以及使用者使用後感受之調查，整合現有哺(集)乳室設置優缺點，以作為後續提出哺(集)乳室設置規劃設計準則之重要參酌意見。

近年來，國民健康署大力推動母乳哺育，也在網站上建構母乳哺育專區。各縣市政府也大力推動公共場所以及職場廣設哺(集)乳室。台北市衛生局也針對已設置哺(集)乳室之場所進行「臺北市優良哺集乳室認證」。認證過程包括書面審查及認證委員實地現場評審，評分項目包括五大項：位置標示、設置地點內外部環境（如通風設施等）、內部配備（如舒適的椅子、緊急求救設備等）、管理維護、供母乳資訊等（臺北市優良哺集乳室認證網頁）。

台灣母乳推廣協會曾於網站上徵求哺乳媽媽們針對使用過之哺(集)乳室之意見回饋，以作為維護婦女於公共場所哺育母乳之權利，並提供有意願哺育母乳的婦女無障礙哺乳環境，於立法院審查「公共場所母乳哺育條例」時，明訂一定之公共場所應設置哺(集)乳室之基本設備、安全、採光、通風及其他相關事項之標準。並廣徵各方對哺(集)乳室設置之意見，作為後續草擬哺(集)乳室標準之參考(中華民國寶貝花園母乳推廣協會，2000)。

本研究參考台北市優良哺(集)乳室認證活動實施內容，結合相關法規以及設置標準內容，彙集許多哺乳媽媽於個人部落格以及育嬰網站，如 Babyhome、奇蜜親子網等針對公共場所或職場設置哺(集)乳室使用經驗提出意見反饋。本研究發現目前多數設置哺(集)乳室受到哺集乳媽媽對於大型購物商場內的哺(集)乳室多表示肯定，而多數設置於公共行政機關或職場的哺(集)乳室，則有許多哺乳媽媽有不同使用者意見，尚待改進。

本研究依據哺(集)乳室應有設置項目以及標準，整理哺乳媽媽使用意見調查如下表一。

表一、現有設置哺(集)乳室使用問題彙整表

項目	基本標準	公共場所設立哺(集)乳室現存問題
設置位置以及標誌	1.有明顯區隔之空間 2.座落位置有明顯指引，門口清楚標示名稱。	<ul style="list-style-type: none"> • 附設於廁所內 • 與醫務室或員工休息室合併 • 位置標示不清或不明顯
哺(集)乳室環境評估	1.隱密性良好，並有安全措施 2.光線充足 3.維持良好有效之通風	<ul style="list-style-type: none"> • 光線昏暗 • 拉簾式隔間無安全感 • 冷氣空調溫度控制不當 • 設置監視器無法安心哺(集)乳 • 沒有空調過於悶熱 • 缺乏家人等候區規劃 • 缺乏娃娃車停放空間 • 缺乏隔間，無法多人使用 • 設置位置緊鄰廁所，空氣品質不佳 • 無法辨識是否有人使用 • 設置地點過於偏僻，安全有疑慮

		<ul style="list-style-type: none"> • 多人共用哺乳室或座椅，隱私性不佳 • 換尿布與哺乳位置分屬不同空間，相隔過遠 • 哺乳室間數不足，等待時間過長 • 未區分育嬰空間(換尿布、泡奶)、瓶餵空間或母乳哺育空間 • 哺(集)乳室安全管理不佳，鑰匙管理失當 • 哺(集)乳室與育嬰室分際不清 • 安全巡邏人員應由女性執行較妥當
內部設備	<ol style="list-style-type: none"> 1.可由內部上鎖之門 2.具備靠背之椅子 3.有蓋子之垃圾桶 4.電源設備 5.求救安全設施 <input type="checkbox"/>呼救鈴 <input type="checkbox"/>電話 <input type="checkbox"/>其他 6.清潔洗手設施 <input type="checkbox"/>洗手台 <input type="checkbox"/>乾洗手液 <input type="checkbox"/>濕紙巾 <input type="checkbox"/>其他 	<ul style="list-style-type: none"> • 座椅(沙發或單張椅)老舊或髒污 • 沙發尺寸過小 • 內部飲水機非專用，人來人往皆可使用 • 座椅材質過硬或不舒適，哺乳時容易造成孩子頭部不適 • 缺乏插座，無法使用電動擠乳器 • 洗手台未提供熱水 • 插座位置與哺乳座椅相距過遠 • 門扇自動反鎖，可能造成媽媽不便或危險 • 無電話或呼救設備 • 垃圾桶未經常清理，有異味產生 • 如有廣播或音樂播放設備，應減低播放音量
硬體設備	<ol style="list-style-type: none"> 1.置物空間 2.母乳專用冰箱 3.尿布台 	<ul style="list-style-type: none"> • 非專用尿布台，以行軍床或醫療床等代替，缺乏安全綁帶，幼兒安全有疑慮 • 缺少兒童安全椅 • 哺(集)乳空間應與尿布台空間有所區隔，以維持空氣品質
管理維護	<ol style="list-style-type: none"> 1.專人負責管理與維護狀況 2.每日的清潔維護紀錄 3.各設備定期檢查紀錄 	<ul style="list-style-type: none"> • 管理人員辦公位置距離哺(集)乳室太遠，無法及時提供使用以及服務 • 尿布台等設備清潔度不佳 • 飲水機未定時保養清潔 • 管理不佳，淪為儲藏室

	4.訂定並張貼使用規範 5.以無償方式提供使用	
提供哺(集)乳相關資訊	提供母乳資訊	<ul style="list-style-type: none"> 多數未提供哺育母乳相關知識推廣以及經驗分享
性別平等部分	考慮家庭、父親攜帶幼兒哺育需要	<ul style="list-style-type: none"> 未考慮瓶餵、親餵以及集乳空間分開 缺乏陪伴者等候空間

資料來源：本研究整理

肆、哺(集)乳室空間配置及設計規劃準則擬定

由環境心理學角度而言，當一個房間設計適用來鼓勵某種行為時，設計上必須考慮於心。由以上對於現有哺(集)乳室使用後意見調查結果發現，職場及公共場所內設置之哺(集)乳室空間仍存在許多設施不足或空間品質不佳，如不夠隱私等，除直接影響使用者感覺外，更將影響持續母乳哺育的意願。一個好的哺(集)乳室的設計除基本使用機能之滿足外，亦應讓使用者身處其中時，能藉由環境的塑造，達到鼓勵使用者從事設計者所期望的行為之目的。


國內目前針對哺(集)乳室相關設計規範，僅有國民健康局提出了「公私立機關團體、公司行號設置哺(集)乳室設置標準」，然而其僅規範基本應具備之功能及空間品質要求，尚缺乏詳細的設計規範與檢討項目。

空間設計基本應滿足使用機能之需求。以哺(集)乳室之規劃而言，基本應滿足哺乳以及集乳兩類使用行為之機能。哺(集)乳室除應符合人因工程角度相關行為及動作尺寸，以作為家具設備設計以及空間配置之基礎外。並應顧及產後婦女於哺(集)乳室進行哺(集)乳行為時，相關物理環境因子如哺(集)乳設備隔音、需求照度、溫度、溼度等之舒適條件滿足。

本研究參酌以上各國哺(集)乳室設置規範、現有哺(集)乳室使用狀況回饋。初步整理哺(集)乳室設計規劃準則，以提供設計者規劃哺(集)乳室位置以及內部空間設計之參考如下。

表二、哺(集)乳室設計規範-設置場所及標示

項目	設計規範
哺(集)乳室設置場所及標示	應獨立為哺集乳婦女設置之具私密性空間，不應與其他空間共同複合使用。如為職場內設置哺(集)乳室，設置位置應靠近工作地點。可以會議室或具私密性獨立辦公空間取代，但須經相

	關職工委員會同意。
	哺(集)乳室設置位置不應靠近廁所，並需通風良好，或設置空調設備，以免造成氣味不佳、出入人群嘈雜的問題。
	哺(集)乳室應具有明顯的標示。並以衛生署國民健康局統一規範之中英文用法及標誌如右圖，以利需要者容易辨識。
	
	哺(集)乳室設置位置以及管理人員辦公處所應鄰近，以便提供及時的服務。
	哺(集)乳室設置位置不宜過於偏僻，並應定時巡邏，以免有安全疑慮。

表三、哺(集)乳室設計規範-整體空間規畫

項目	設計規範
哺(集)乳室整體空間規畫	若空間許可，應區分哺(集)乳室、瓶餵區、換尿布區、陪伴者休息等候區、嬰兒推車停放處、衛教管理空間等，以維護哺(集)乳母親隱私，並兼顧不同使用者之使用及等候需求。
	哺(集)乳室設置間數
	可依空間以及使用人數多寡設置多間哺集乳室減少等候時間。
	可多人使用一間，提高哺乳媽媽交流機會，但需評估使用者接受程度以及使用意見。
	瓶餵區
	提供奶瓶哺育者使用，避免佔用哺(集)乳區。
	陪伴者休息等候區
	規劃此區可提高哺(集)乳空間之隱私性，避免影響哺(集)乳媽媽之隱私。
	換尿布區
	設置換尿布區，與哺(集)乳室加以區分，以減少空間擁擠以及尿布異味造成哺(集)乳感受不佳問題
	嬰兒推車放置處
	可規劃嬰兒推車停放處，減少嬰兒推車雜亂以及推入哺(集)乳室造成空間擁擠的問題
	衛教以及管理空間
	空間足夠的狀況下，可設置母乳哺育

		衛教空間，除張貼衛教資料外，也可兼具有育嬰諮詢以及哺(集)乳室空間使用管理之用
--	--	---

表四、哺(集)乳室設計規範-內部設備

項目	設計規範		
哺(集)乳室內部設備	可由內部上鎖之門	可由內部上鎖的門	
		門扇鑰匙管理需恰當	
		使用與否顯示，增設”使用中”照明指示燈或門鎖顯示方式。	
		門扇材質需具隱私性	
		也可結合新科技，採用電控調光霧面玻璃門扇等，維持使用者隱私	
	具備靠背的椅子	具有靠背以及扶手，以提高使用者舒適度。	
		椅子材質應選用軟質材料，避免親餵寶寶頭部撞擊硬質材料扶手。	
		椅子的尺寸、高度以及深度應符合使用者人體尺寸，過深的椅子應加靠枕。	
		如為多人共同使用此椅，應考慮尺寸是否足夠多人使用。	
	有蓋子之垃圾桶	減少換尿布後異味產生，應經常清倒垃圾。	
	電源設備	提供擠乳器使用	
		應靠近哺乳座椅，提供哺集乳媽媽以坐姿使用。	
	桌子	提供放置擠乳器以及哺(集)乳媽媽私人物品。	
求救安全設施	應設置呼救鈴以及電話		
清潔洗手設施	哺(集)乳室內應設置具有冷熱水的洗手檯或鄰近洗手設施。		
	若因空間限制無法設置洗手台，應提供乾洗手液、濕紙巾等		
母乳冰存設備	提供小型冷凍設備，如冰箱，以短時間冰存母乳。		

		母乳冰存設備不應與其他用途共用。
	兒童安全椅	提供一同進入哺(集)乳室寶寶之安全設施

表五、哺(集)乳室設計規範-室內環境品質

項目	設計規範	
哺(集)乳室室內環境品質	溫濕度及空氣品質	空調溫度應適當
		無空調時，應有足夠通風換氣量。
		注意尿布更換以及垃圾桶清潔，勿造成異味。
		勿鄰近不良設施，如廁所、垃圾處理空間等。
		室內裝修應使用健康無毒綠建材，勿使用含有甲醛等不良物質的材料影響呼吸道健康。
	燈光照明	燈光照明應柔和充足。
		考慮親餵寶寶哺育姿勢，勿使用過於刺眼燈具。
	環境寧靜	可播放輕柔音樂，適度掩蓋電動擠乳器發出聲響。
		勿靠近吵雜位置，或經常性播放刺耳音樂之處。
	環境色彩	色彩應柔和，也可使用藝術品或裝飾品提高環境美感。
計畫		

伍、哺(集)乳室空間配置及設計規劃案例設計

有鑒於各公共場所以及職場空間能提供作為哺集乳室空間普遍不足，因此本研究以本校現有哺集乳室為空間設計案例，依據以上所提出之設計規範進行初步設計，以提供後續相關公共場所擬設計規劃哺集乳室之參酌。

(一)、空間基本條件說明

本校現有哺集乳室設置於衛保組內，管理借用單位為衛保組人員。現有內部設備包括：小型冰箱、床、桌面、奶瓶消毒鍋、無扶手座椅一張、哺乳哺育相關資料、使用登記表等。內部照片如下圖一至三所示：



圖一、哺集乳室門口

門口張貼醒目標誌，合乎政府規定並設置有警鈴。門扇有上鎖功能。



圖二、哺集乳室內部陳設

內部設置有小型冰箱以及單人休息床。

垃圾筒設置遠離哺集乳區。可維持擠乳時空氣品質。



圖三、哺集乳室桌面擺設物

桌面設置有奶瓶消毒鍋、哺乳相關文宣資料、哺乳椅鄰近插座位置。

本校現有哺集乳室空間檢討：

1. 室內隔間未到頂，哺集乳時集乳器發出聲音易造成擠乳者尷尬。
2. 空間設置與保健室病患休息共用，因此設有床舖以及其他使用設備。雖另設有其餘病患休息室，但對哺擠乳使用者而言，非專用空間。
3. 哺乳椅無扶手，對於哺集乳使用者不符合人體力學，手臂無處支撐。
4. 現有牆面佈置已加入壁貼增加溫馨感，但燈光部分雖充足，較缺乏溫馨感覺。

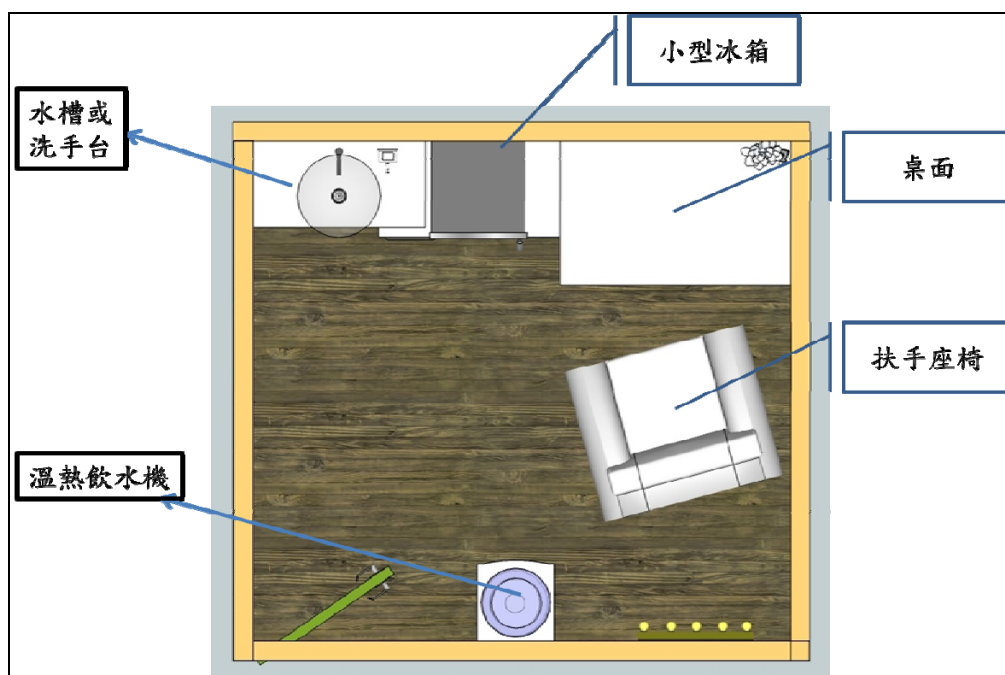
(二)、哺集乳室空間規劃設計模擬成果

依據以上研究擬定設計準則，改善本校哺集乳室原有缺失，規畫平面如下圖四。室內應配置有扶手座椅，以符合哺乳媽媽支撐手臂之需求。設置洗手槽，哺集母乳前清洗奶瓶以及洗手，提高哺集乳品質。設置冰箱以儲放哺集後之母乳。設置桌面以方便媽媽放置個人物品。另外也應設置小型溫熱飲水機，提供媽媽洗完奶瓶集乳前以熱水消毒奶瓶。

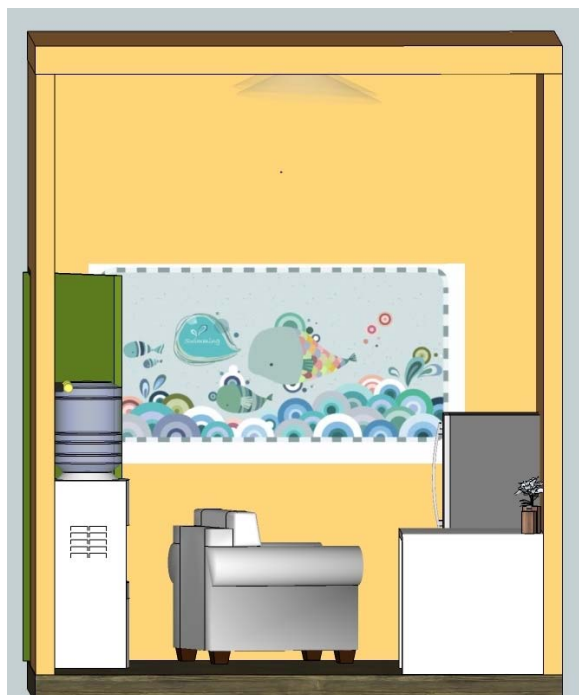
此外，空間品質部分，應設置獨立到頂隔間，以避免吸乳時發出噪音影響鄰近使用空間，並維持哺乳媽媽隱私。光線應充足，除自然採光外，應增設充足的人工照明。本設計為避免桌面或間接照明設計造成設置成本增加，採用輕鋼架天花板配合崁燈照明以提供充足的照度。室內色彩計畫部分，為考量哺集乳媽媽心情，建議以柔和色彩為主，牆面可配合壁紙或壁貼進行裝飾，也可在有限預算內達到設計的美感。地面可以具有溫潤質感的木地板，可依預算選擇海島型木地板或超耐磨型木地板等，以符合不同使用規劃之需求。

如設置成本充足，也可考量以複層天花配合直接以及間接照明設計，增加照明之變化度，而牆面等也可採用更多變的材料增加設計美感。室內設計規劃草案如圖五

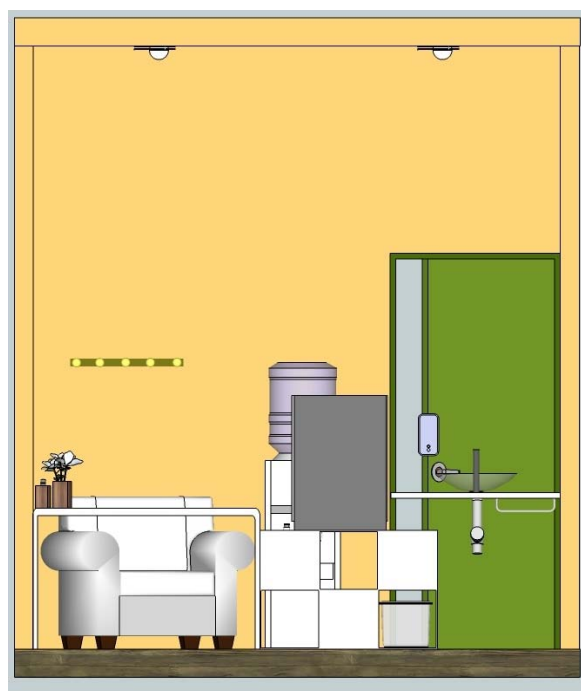
至八所示。



圖四、哺集乳室規劃案例平面圖



圖六、室內立面(一)



圖七、室內立面(二)



圖八、模擬規劃草案室內透視圖

伍、結論

本研究由國內外哺（集）乳室相關設置法令以及設計規範收集出發，研究發現普遍條文相當簡陋，內容對於各項設置標準以及環境品質要求並不完備，多集中於提供設備部分。對於設置位置、環境品質、服務品質等需求定量化規範仍相當缺乏，導致公共空間哺（集）乳室設置數量雖逐年增加，但使用者觀感普遍不佳。本研究從使用者意見回饋發現：哺（集）乳室設置位置以及標誌、哺（集）乳室整體環境、內部設備、硬體設備、管理維護、提供哺（集）乳相關資訊、性別平等(考慮男性哺育)部分都還有許多設計以及使用的問題存在。

本研究針對以上現況回饋問題，提出各項需求項目，包括相關哺（集）乳室設置場所及標示、哺（集）乳室整體空間規畫、哺（集）乳室內部設備、以及哺（集）乳室室內環境品質設計規範，應可提供後續公共空間設計階段，納入設置哺（集）乳室位置以及環境設計之參考。期望藉由整體通盤考量以及專業的設計規劃，提供哺（集）乳媽媽以及相關人員適當且友善的育兒環境。

本研究對於哺（集）乳室提出初步設計規範，研究過程中發現許多職場以及公共場所，多受限於環境空間大小，僅簡單的依據法令設置哺（集）乳室及提供相關設備，未有專業設計者提供規劃設計以及舒適的空間品質。後續應可針對常見職場或公共空間可提供哺（集）乳室常見空間大小，規劃設計數種平面以及相關適當材料選用、以及設計風格類型等，以提供業者在有限空間以及預算成本下之設置參考。以提高使用者對於哺（集）乳室的使用滿意度。真正達到政府推動親職友善哺育空間設置之良善美意。

參考文獻

一、中文文獻

中華民國寶貝花園母乳推廣協會，<http://www.babysgarden.org/bbsview.php?postid=205536>，2010。

王錦堂，Norman W. Heimstra, Leslie H. McFarling, 環境心理學，茂榮圖書出版，1985。

池體演，圖解建築計畫理論與應用，實力圖書出版股份有限公司，2001。

李惠貞(2002)，持續哺餵母乳的母職空間經驗，國立臺灣大學建築與城鄉研究所碩士論文。
建置職場母乳哺育親善環境先驅計畫，

<http://www.bhp.doh.gov.tw/asp/news/file/2006828113113WTLZTM/%E7%A0%94%E7%A9%B6%E9%87%8D%E9%BB%9E.doc>。

洪秋萍（1997，探討衛教手冊與電話訪談對母乳哺餵知識、態度及母乳哺餵期的影響。高雄醫學院護理學研究所碩士論文。

國際母乳哺餵運動的歷史，2013，

<http://mammy.hpa.gov.tw/kbcontent.asp?cid=355&ty=%2D1&ti=%E5%9C%8B%E9%9A%9B%E6%AF%8D%E4%B9%B3%E5%93%BA%E9%A4%B5%E9%81%8B%E5%8B%95%E7%9A%84%E6%AD%B7%E5%8F%B2>)

設置哺集乳室相關新聞議題報導，郝龍斌籲公私部門響應，
<http://news.yam.com/cna/life/200704/20070417143087.html>。

郭佳玲（2003），生育，豈是職場女性的原罪。張老師月刊，304(4)，134-135。

陳昭惠（1996），母乳哺餵的重要性。陳昭惠醫師之醫療網站，取自

<http://www3.vghtc.gov.tw:8082/ped/family/breast/misc/importance.htm>

陳淑娟(2003)，比較職業婦女與家庭主婦的哺餵型態、知識、態度及其相關因素，國立台北護理學院護理研究所碩士論文。

黃秋雯(2005)，誰來哺育？—中小企業職業婦女哺乳困境，國立政治大學勞工研究所碩士論文。

楊秋鈴(2003)，職業婦女哺餵母乳之經驗，高雄醫學大學護理學研究所碩士論文。

臺北市優良哺集乳室認證網頁，

(<http://www.health.gov.tw/Portals/0/%E5%81%A5%E5%BA%B7%E7%AE%A1%E7%90%86%E8%99%95/%E8%87%BA%E5%8C%97%E5%B8%82%E6%94%BF%E5%BA%9C%E8%A1%9B%E7%94%9F%E5%B1%80%E5%93%BA%E9%9B%86%E4%B9%B3%E5%AE%A4%E8%BC%94%E5%B0%8E%E8%A9%95%E6%A0%B8%E8%A1%A8.pdf>)。

臺灣省建築師公會，「建築法規納入哺集乳室規定事宜」會議紀錄，

<http://www.taa.org.tw/upload/20061219090715.doc>。

蔡文仕(2003)，初次哺餵母乳的產婦於返回職場前的準備行為。國立台灣大學醫學院護理研究所碩士論文。

衛生福利部國民健康署網站(2013)。

http://mammy.hpa.gov.tw/news_view.asp?i=33&ty=0&ti=53%2E7%25%E8%87%BA%E7%81%A3%E5%AA%BD%E5%AA%BD%E5%93%BA%E4%B9%B3%E5%88%B0%E7%94%A2%E5%BE%8C6%E5%80%8B%E6%9C%88%EF%BC%9B%E4%B8%8A%E7%8F%AD%E6%98%AF%E5%81%9C%E9%A4%B5%E7%9A%84%E4%B8%BB%E5%9B%A0

蕭如娟(2005)，探討社會支持對職業婦女母乳哺餵型態的影響，長榮大學醫務管理學研究所碩士論文。

鍾淑珍(2003)，系統性護理指導對母親哺乳知識、態度及哺乳率影響之探討。國立台灣大學醫學院護理研究所碩士論文。

二、英文文獻

American Association of Occupational Health Nurses Journal, 50(2), 61-66.

Bovell-Benjamin, A. C., Benjamin, W., Marsha, I., Simeon, D.T. (2001). Breastfeeding knowledge and beliefs among adults in Eastern Tobago. Journal of Human Lactation. 17(4), 298-303.

Breastfeeding, Women and Work - the Maternity Protection Campaign: a report of the NGO advocacy efforts at the 88th ILO Conference, 2000, WABA

Dodgson, J. E., Henly, S. J., Duckett, L., & Tarrant, M. (2003). Theory of planned behavior-based models for breast feeding duration among Hong Kong mothers. Nursing Research, 52(3), 148-158.