

題目:如何提升工作效率

主題:提升洗澡效率

一.改善前	*工作(動作)項目	*時間
1.	脫衣服	10 秒
2.	放洗澡水	3 分 50 秒
3.	放洗臉水	15 秒
4.	洗身體	3 分 20 秒
5.	洗頭	4 分 15 秒
6.	洗臉	1 分 30 秒
7.	刷牙	1 分 30 秒
8.	擦身體	30 秒
9.	穿衣服	25 秒
合計:		15 分 45 秒

二. 改善前	*工作(動作)項目	*時間
1.	放洗澡水	3 分 50 秒
	放洗臉水	
	脫衣服	
	洗臉	
	刷牙	
2.	洗身體	5 分
	洗頭	
3.	擦身體	30 秒
4.	穿衣服	25 秒
合計:		9 分 45 秒

*改善前跟改善後總共節省了 6 分鐘

#在放洗澡水的同時可以做脫衣服、洗臉、刷牙、放洗澡水，這樣就可以節省 3 分 25 秒的時間。

#而洗身體跟洗頭我們可以使用二合一的洗澡用品節省時間，所以從原本的 7 分 35 秒變成只需花費 5 分的間，所以這邊又節省了 2 分 35 秒的時間。

#最後擦身體跟穿衣服的時間保持不變。

#所以總共節省了 6 分鐘的時間。