

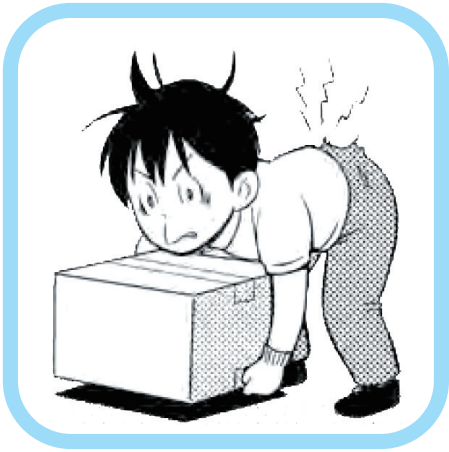
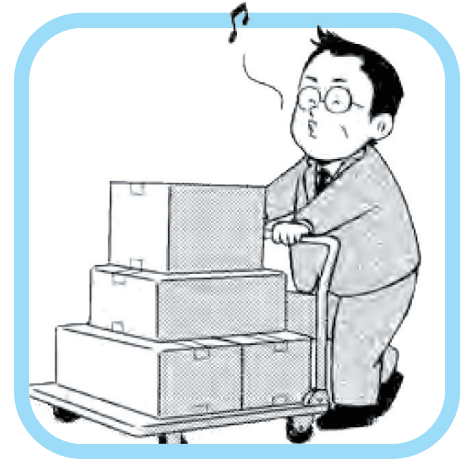
まんがでわかる

安全衛生と 労災防止の基本



简体中文
简体字中国語版

看漫画轻松读懂
安全卫生与防止工伤的基础知识





在使用四脚梯作业时，失去平衡而坠落。

在搬运物品时，踏空了台阶。

由于地面湿滑，导致失脚滑倒。

在各位的职场里，也发生过类似这样的事故吗？

工作时发生的事故叫做“工伤事故”，一般简称“工伤”。

在本课中，作为老师的我，

老师



以及千里小姐和敏明君3人一起来学习一下有关工伤的知识吧。

大家好！

请多关照！

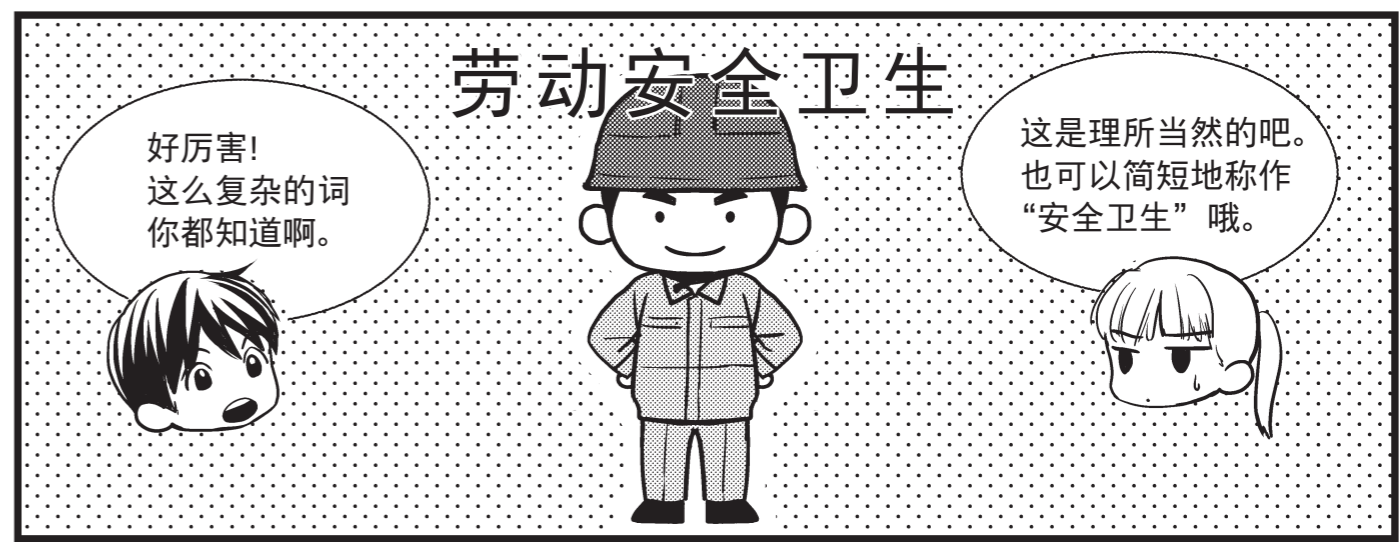
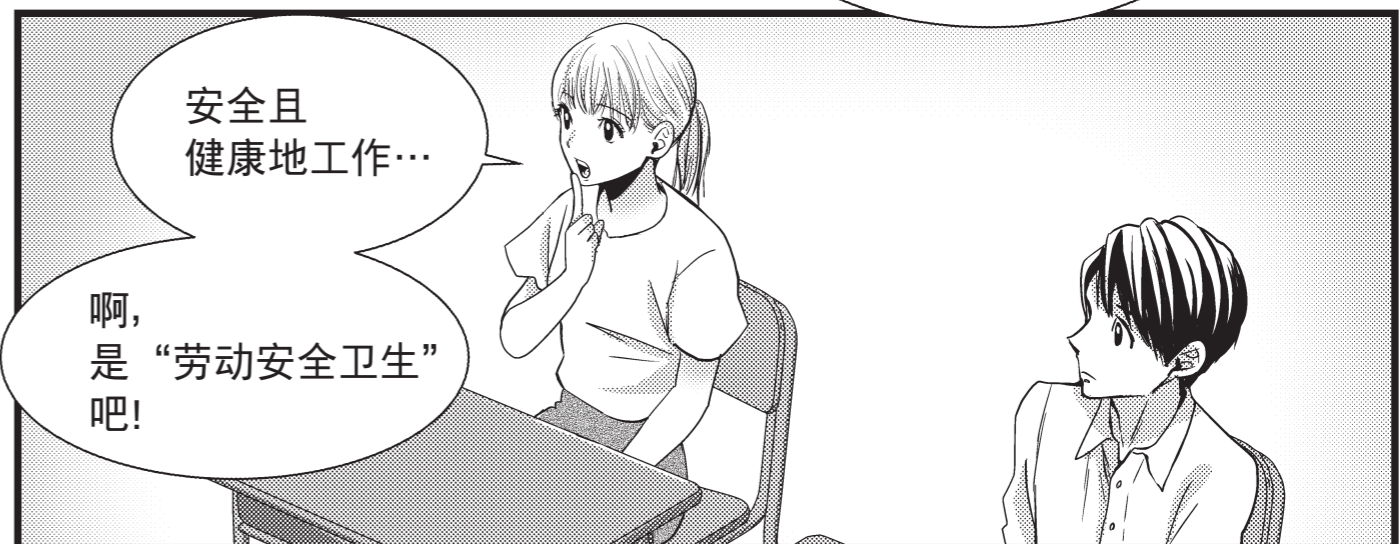
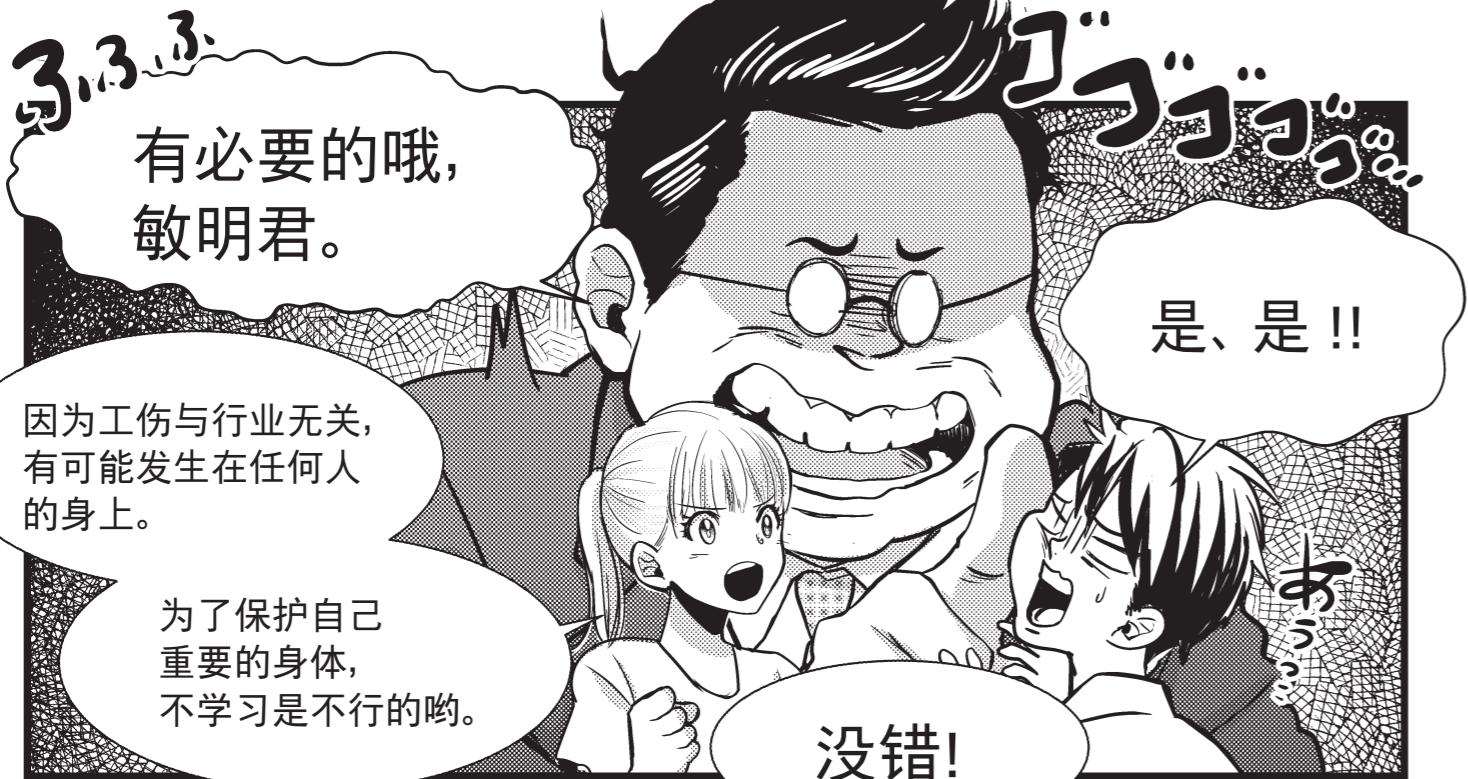
千里

敏明

话说回来，

工伤什么的，有必要特意学习吗？真麻烦呀……

老师



对。

劳动者可安全且健康地工作的职场——

啊！
公司有保护劳动者的安全和健康的义务呢！

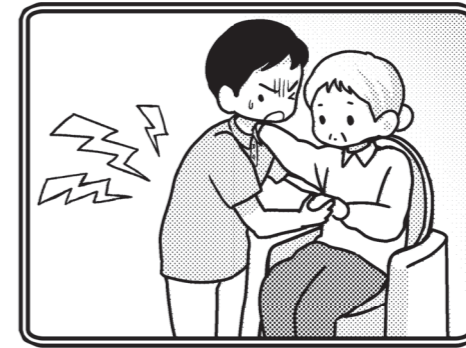
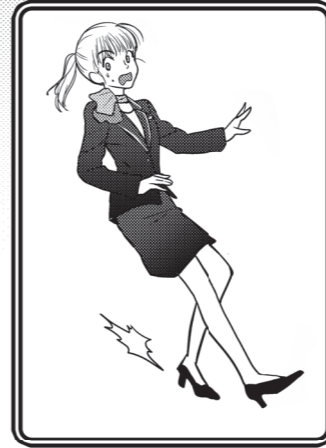
经营者
必须确保职场的
安全卫生。

当然劳动者
也必须充分地
加以注意哦。

刚才，敏明君
不是说过“工伤
什么的，有必要
特意学习吗？”

可是呢，
实际上任何
职场都潜藏着发生
工伤事故的原因。

而且，
也有很多真实发生在
我们身边的事例哦。



是吗？



是啊。
不仅仅是
轻伤和疾病，

甚至有导致
重度残疾和
死亡的案例。

好可怕啊…。

请看一下
这张图表。

这是对“死亡事故”和
“停业 4 天以上的死伤事故”
进行总结的图表。

厚生劳动省《2018 年工伤事故发生状况》

死亡事故
909人

1 坠落、跌落
256人



2 交通事故
175人



3 夹伤、卷入伤害
113人



停业 4 天以上的死伤事故
127,329人

1 跌倒
31,833人



2 坠落、跌落
21,221人



3 动作的反作用力、
勉强的动作
16,958人

啊!
1年之内竟然有 909 人
失去了生命! ?

“跌倒”、“坠落、跌落”
事故真不少啊!”

就如开头说过的——

在四脚梯上
失去平衡、

搬运物品时
从楼梯上失足
踏空、

因地面的积水
而滑倒……。

这些都是会
在身边发生
的事故吧?

是啊。
我也有
印象。

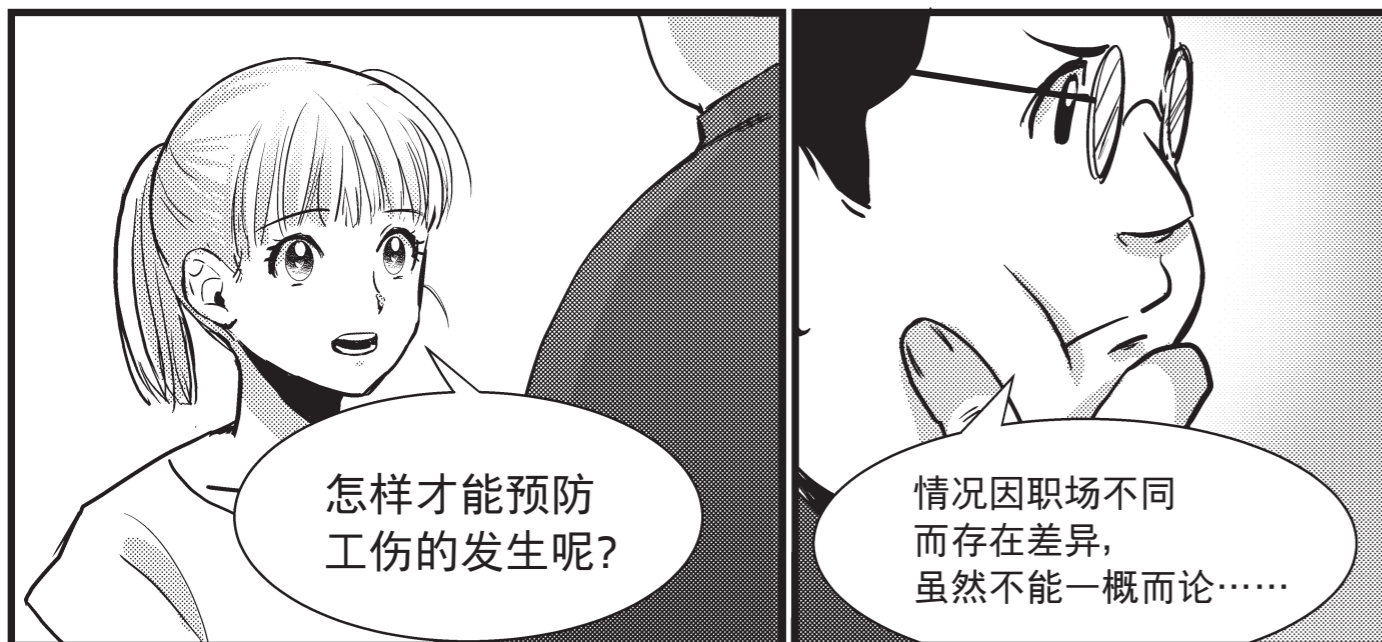
工伤发生的原因，
因行业和职场不同
而存在差异。

但是呢，
也有通过充分注意
就能防止的案例哦。

遭遇工伤事故的都是
像我这样的新人吗?

是啊。
但是——

即使是老手，
也有因疏忽大意
而出错的时候哦。



怎样才能预防工伤的发生呢？

情况因职场不同而存在差异，虽然不能一概而论……



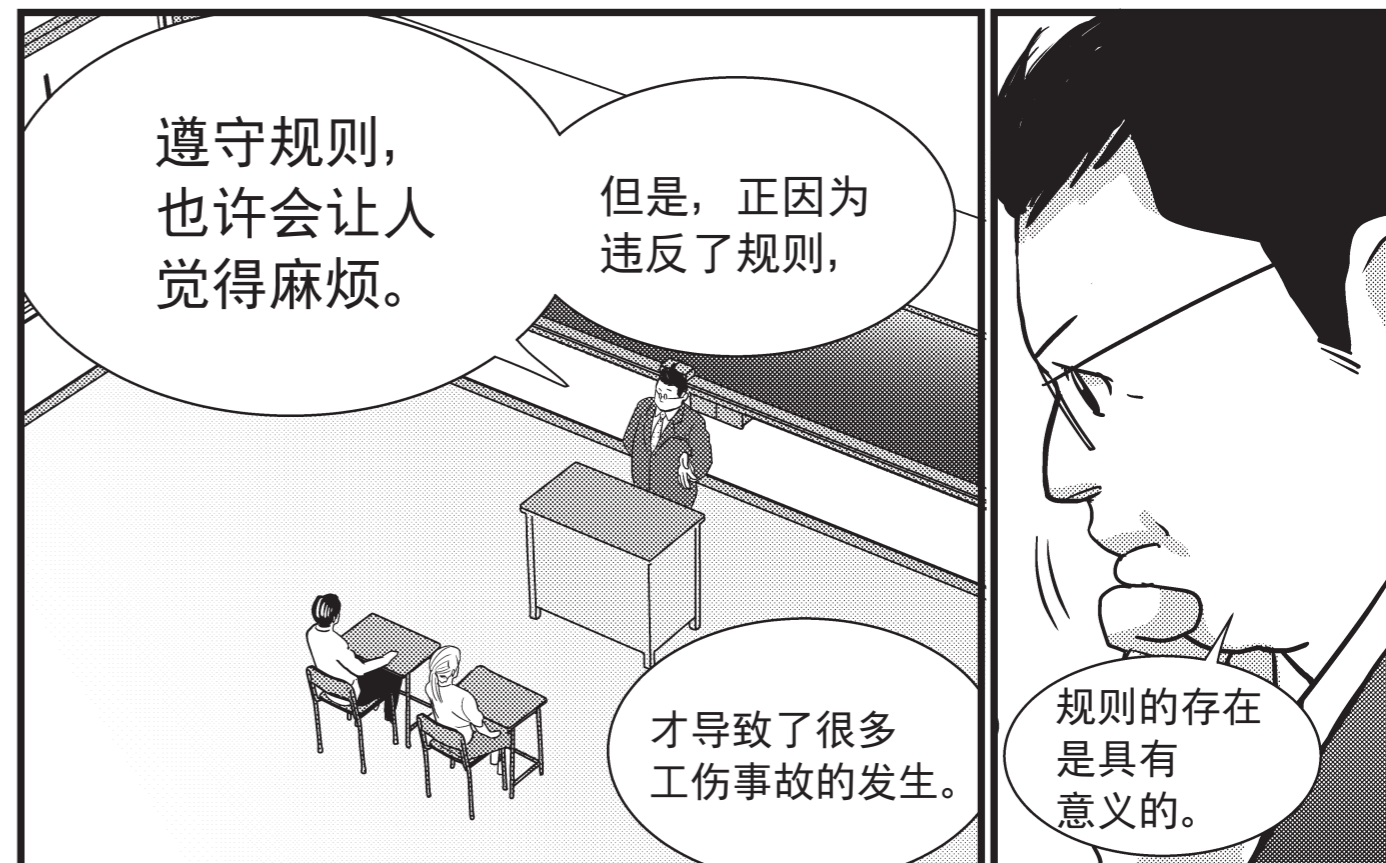
遵守现场的规则。

正确使用用具。

一旦发觉“不对劲”时，应立即向管理者报告。

都是些很基本的做法啊。

嗯，虽然基本，但却非常重要。

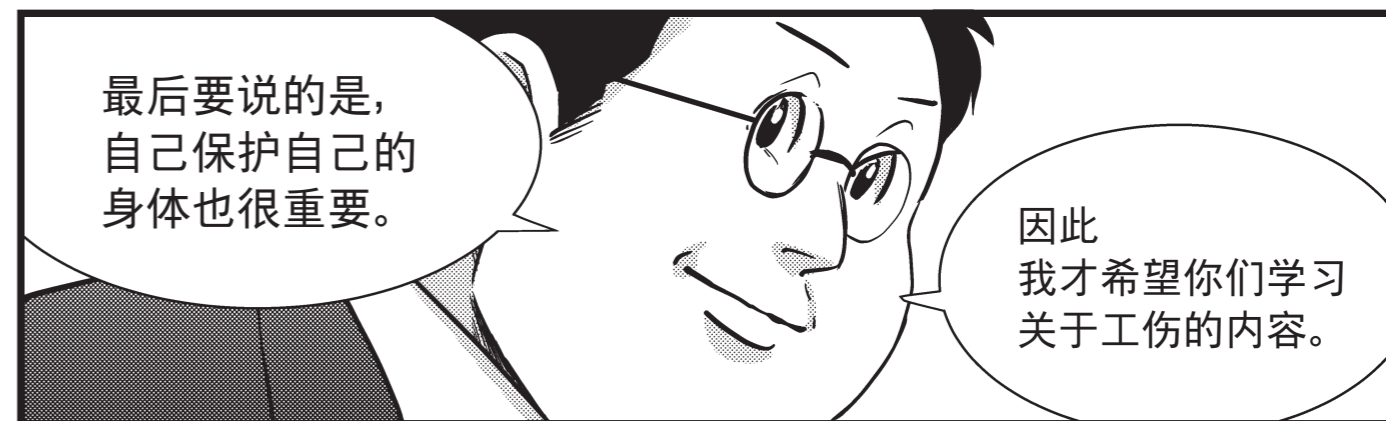


遵守规则，也许会让人觉得麻烦。

但是，正因为违反了规则，

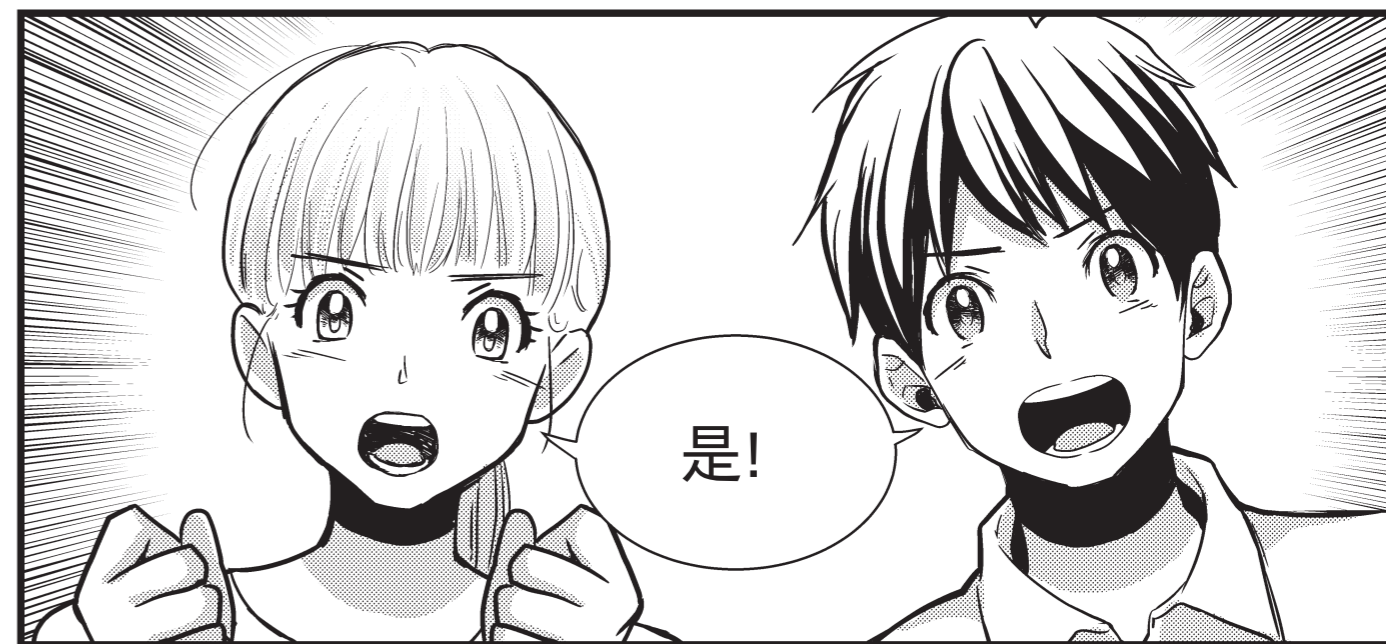
才导致了很工多工伤事故的发生。

规则的存在是具有意义的。



最后要说的是，自己保护自己的身体也很重要。

因此我才希望你们学习关于工伤的内容。



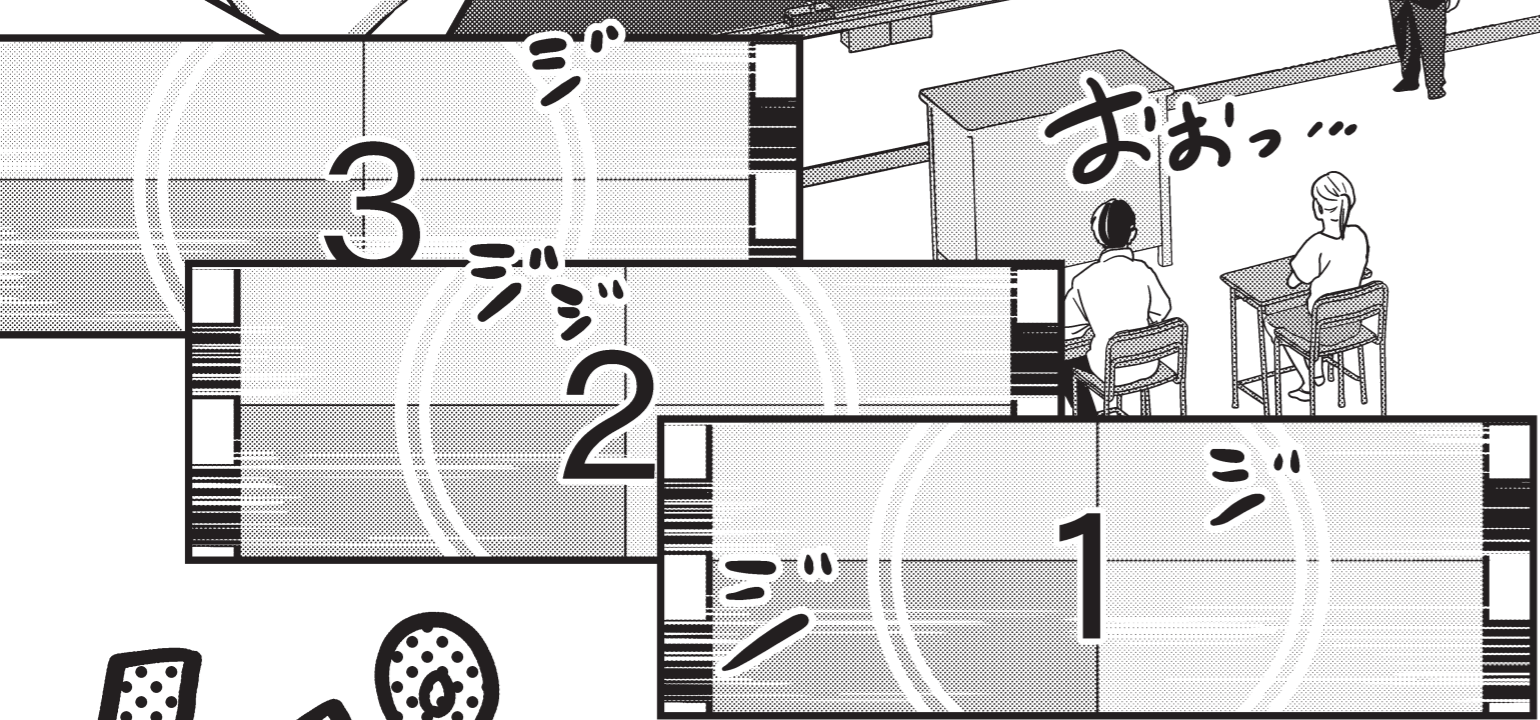
是！



好!

为了能更具体地学习防止工伤的方法……

ガーン



3

2

1

おあ



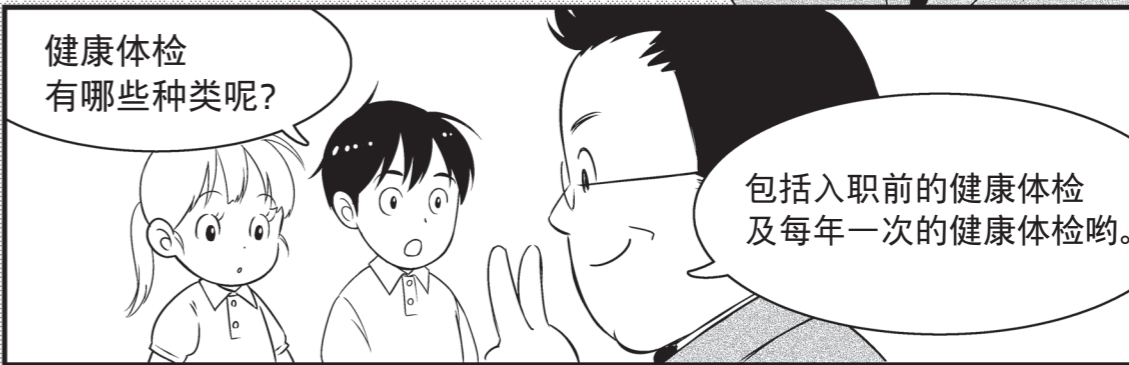
事先了解!
防止工伤的基本

关于工伤的情况,
让我们来看一下
简单总结的视频吧!



健康体检

了解自己的健康状况是非常重要的哦。



健康体检
有哪些种类呢?

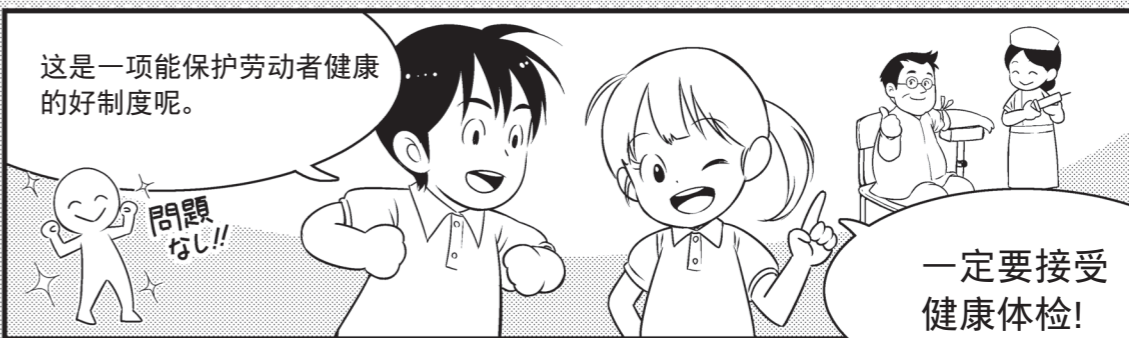
包括入职前的健康体检
及每年一次的健康体检哟。



确实, 日本的劳动者
每年都要接受一次健康
体检呢。

義務

嗯。经营者
有义务让劳动者接受健康
体检的国家很少见哦。



这是一项能保护劳动者健康
的好制度呢。

問題
なし!!

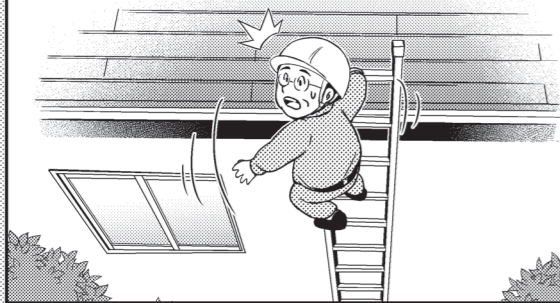
一定要接受
健康体检!

跌落

使用梯子和四角梯的高处作业充满了危险!

使用梯子时易发生的工伤案例及对策

在梯子上失去平衡。



对策的要点

要研究一下有没有更安全的作业方法。

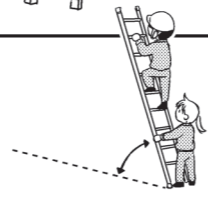


梯子倾倒。

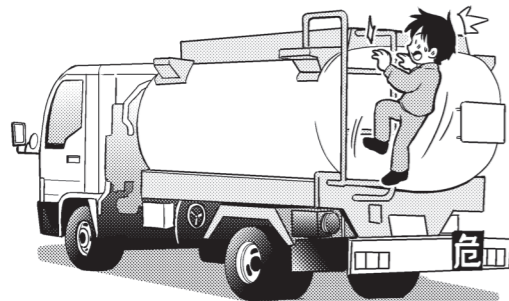


对策的要点

牢固地固定，或请人辅助支撑。

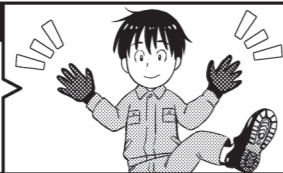


上下梯子时手脚打滑。



对策的要点

要穿着防滑鞋及佩戴手套。



安全使用的要点

需确认倚立的位置是否为水平、倾斜角度是否在 75°、突出部分是否在 60cm 以上。

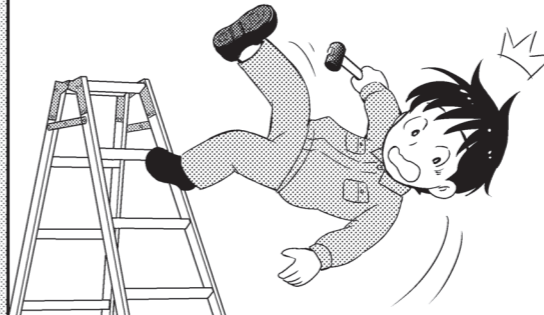
突出 60cm、75°倚立，确认完毕!

向上露出 60cm 以上



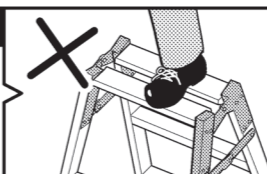
使用四脚梯时易发生的工伤案例及对策

登踩四脚梯的顶板而失去平衡。

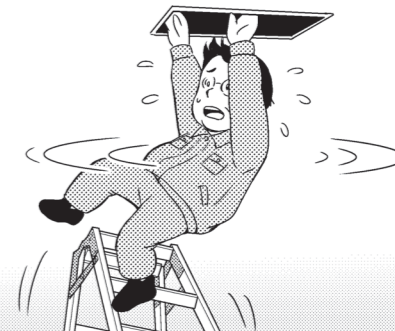


对策的要点

不登踩顶板。

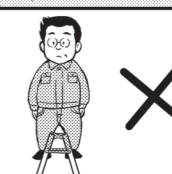


跨立四脚梯而失去平衡。

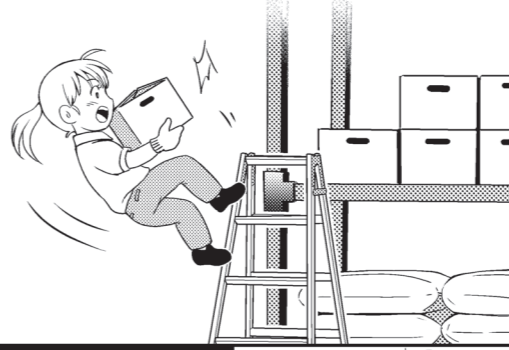


对策的要点

不跨立四脚梯。



手持物品而失去平衡。



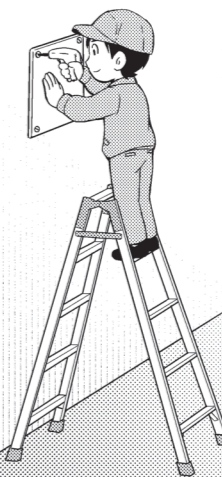
对策的要点

不手持物品上下。



安全使用的要点

在四脚梯上作业时，使用从上数第 2 节以下部分，不要采用不稳定的姿势。



为保护头部，平时也可以戴安全帽哦。



安全使用之 4 要点

1. 系紧系好下颚带
2. 佩戴端正
3. 不使用破损的安全帽
4. 遵守使用年限

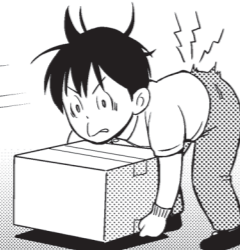
特别是下颚带要牢牢地系好!



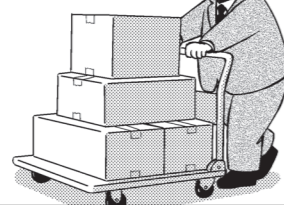
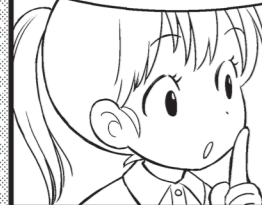
腰痛



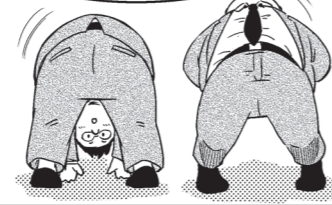
由于腰痛容易慢性化，
所以平时就要加以注意哦。



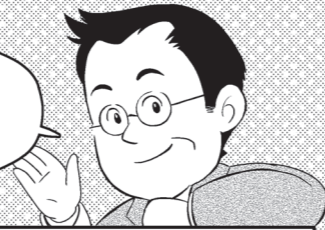
沉重的物品，
最好使用推车和集装箱哦。



通过平时做些伸展运动
来预防也很重要！



如果不能使用推车和集装箱，
就要采用正确的方法来搬运物品！



抬起的姿势



NG

不屈膝，
用腰的力量抬起。

对策之要领



从这个姿势伸展膝盖，
用脚和膝盖的力量来抬起。

物品的位置



NG

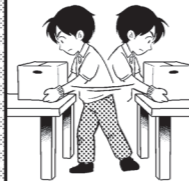
身体
远离物品。

对策之要领



身体应尽量靠近物品，
放低重心。

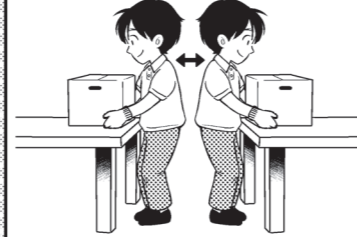
身体的使用方法



NG

仅凭上半身
搬动物品。

对策之要领

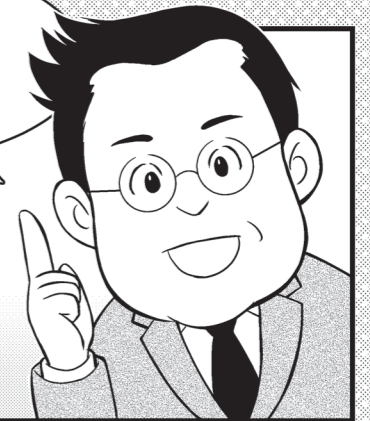


转动整个身子，
就不会闪着腰。

参考：建筑业工伤事故防止协会《保护你的要领 腰痛预防对策篇》

4S

4S 是指以建立
安全且便于工作的
职场为目标的
从身边开始的
活动。

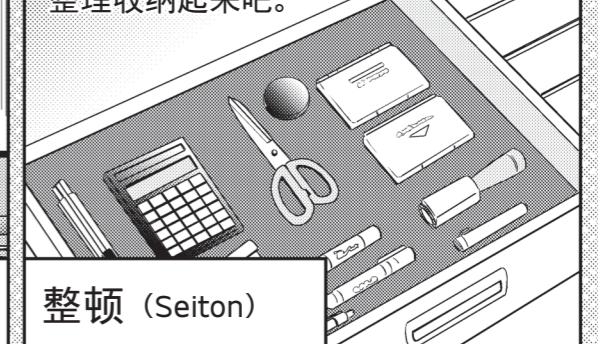


把不需要的东西处理掉吧。



整理 (Seiri)

把需要的东西
整理收纳起来吧。



整顿 (Seiton)

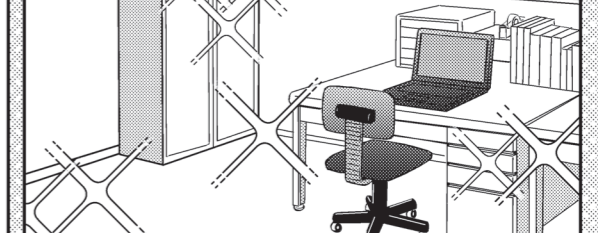
清扫 (Seiso)

把职场打扫干净吧。



清洁 (Seiketsu)

无论是职场还是劳动者，
都要保持干净的状态。



如果是贯彻实施 4S 的
职场的话，大家就都能
心情舒畅地工作了。



我也会从身边开始
努力的！



参考：中央工伤事故防止协会《4S 最基本的事》

中暑 ※

※气温和湿度高，会导致出现头疼等身体不适的症状。

无论年龄或地点，

任何人都会因相应的条件而中暑。



下面介绍一下在日本炎热的夏天，如何避免中暑的方法吧！

对策的要点 1

勤补充水分和盐分



对策的要点 2

在凉爽的地方休息



对策的要点 3

一旦察觉到“不对劲？”应立即报告



一旦发现身体不适的人，就要向负责人报告！

充足的睡眠是最有效的防中暑对策哦。



除此之外，控制饮酒，好好吃早饭也是非常重要的哦。

不仅是气温，还有一项考虑了湿度等的WBGT值（暑热指数）的指标。



据说WBGT值超过28度的话，中暑的人就会增加哟。

尽管如此，如果还是发生了中暑的话，就要立即采取应急措施。

应急措施 其一 将其转移到凉爽的地方



绝对不要留他独自一人！

应急措施 其二 松缓衣物



让其放松。

应急措施 其三 使用运动饮料补充水分



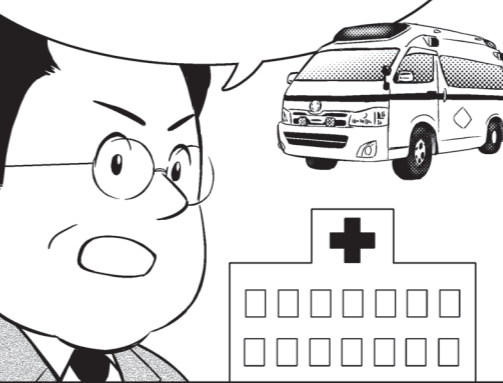
运动饮料比水更好！最好再摄取些盐分。

应急措施 其四 让身体降温



冷却脖子、腋下或大腿处粗血管很有效果。也可以冷却血管聚集的手脚。

发烧、失去意识，是中暑中特别危险的情况！要立即联系并运送至医疗机构。



中暑有时也会导致死亡事故哟。



特别是劳动时很容易发生，所以要注意！

劳动安全卫生防护用具



安全帽

物品从头部上方掉下时
或从高处跌落时可保护头部。

安全使用之 4 要点

1. 牢牢地系好下颚带
2. 佩戴端正
3. 不使用破损的安全帽
4. 遵守使用年限

特别是下颚带
要牢牢地系好!



护目镜

防止粉尘和飞沫
进入眼睛。



噪音防护用具



用于保护耳朵
免受噪音伤害。
要根据噪音环境,
分别使用合适的用具。

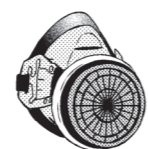


呼吸防护用具

防止吸入
空气中的气体和粉尘。

防毒口罩

防止吸入有毒
气体。



防尘口罩

防止吸入空气中
的粉尘。

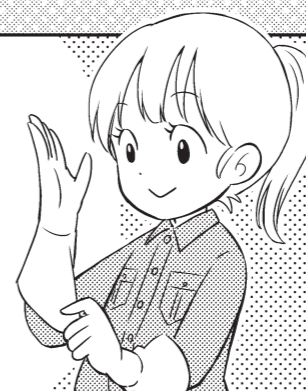


无纺布或纱布
制成的口罩,
是没有这种效果
的哦!

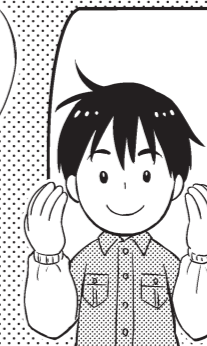


手套

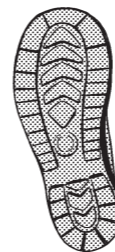
防止烫伤、割伤及搬运
时的货物滑落等。
要根据用途, 分别使用
布或橡胶等制品。



化学防护手套
为了保护皮肤免
受化学物质等的
伤害而使用的防
护手套。



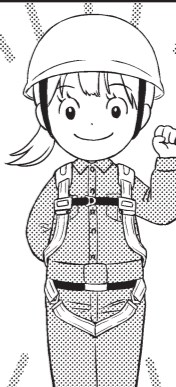
安全鞋



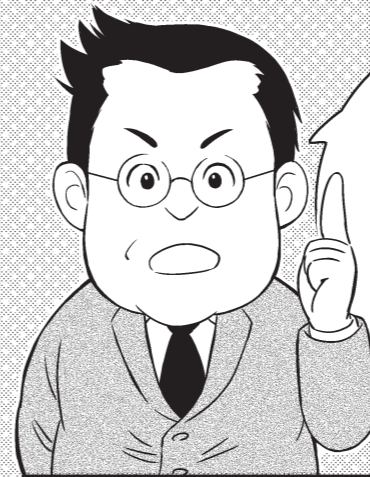
保护脚部免受重物砸伤
或钉子等物品的刺穿、
被机械夹入等伤害。

全身式安全带

用于防止从高处坠落。



在应穿戴
防护用具的
时间和场所,
如果不正确
使用的话,
就毫无意义哦!



对策的要点 1

要选择与各个现场环境、要处理的
物质和作业相符的防护用具!



对策的要点 2

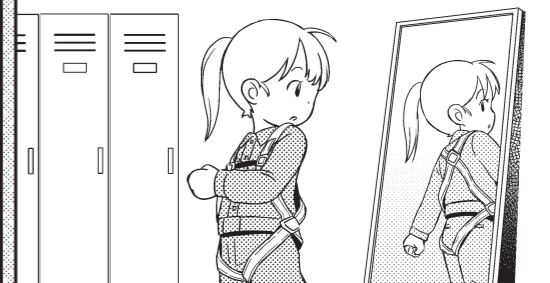
要选择与脸和手脚等身体尺寸相符的防护用具!

如果尺寸不合适
的话, 要马上申请
更换。



对策的要点 3

要正确穿戴、正确使用。否则将无法充分发挥作用哟!



安全标识

安全标识能够通过将职场中潜藏的危险和重要的信息“可视化”，让劳动者能够安全地工作

安全标识有5种。在此介绍一下具有代表性的标志吧！

禁止标识 (prohibition sign)



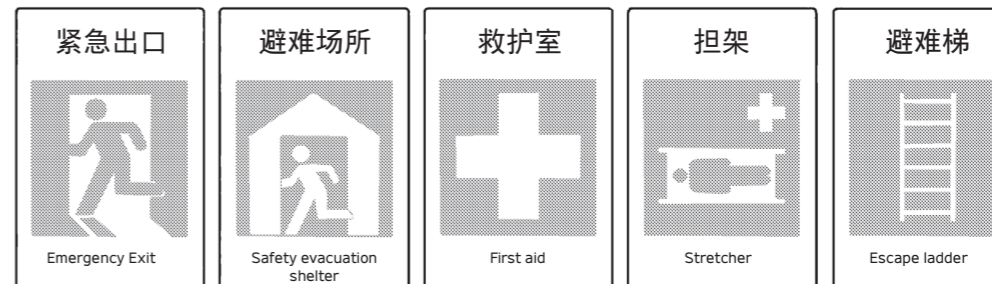
指示标识 (mandatory action sign)



警示标识 (warning sign)



安全状态标识 (safe condition sign)



防火标识 (fire equipment sign)



安全标识有很多种类啊。

通过“可视化”，谁都能够清楚的知道危险和安全的情况了。

职场不同，使用的安全标识也各不相同

让我们来确认一下自己的职场里有什么样的标识吧

是

上下班

上下班时
也有危险哦。

虽然这是理所当然的事情，
但是只要大家
遵守交通规则，
事故肯定就会减少。

① 不从没有人行横道的地方通过。

NG

② 遵守信号。

NG

③ 移动中不使用手机。

NG

※ 也不要
使用耳机哦!

④ 十字路口
不抢行。

NG

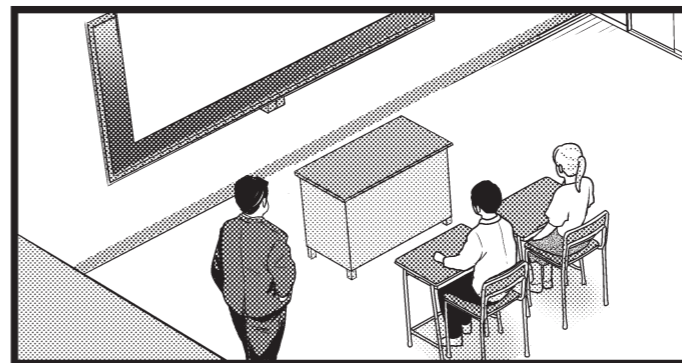
※ 驾驶时也要
目不旁视哦!

治疗期间，
如果不能工作的话，
就会对生活造成影响。

受伤的话
会让家人伤心的。

搞不好
还会留下
后遗症…。

要牢记
遵守交通规则
就是保护自己的身体!



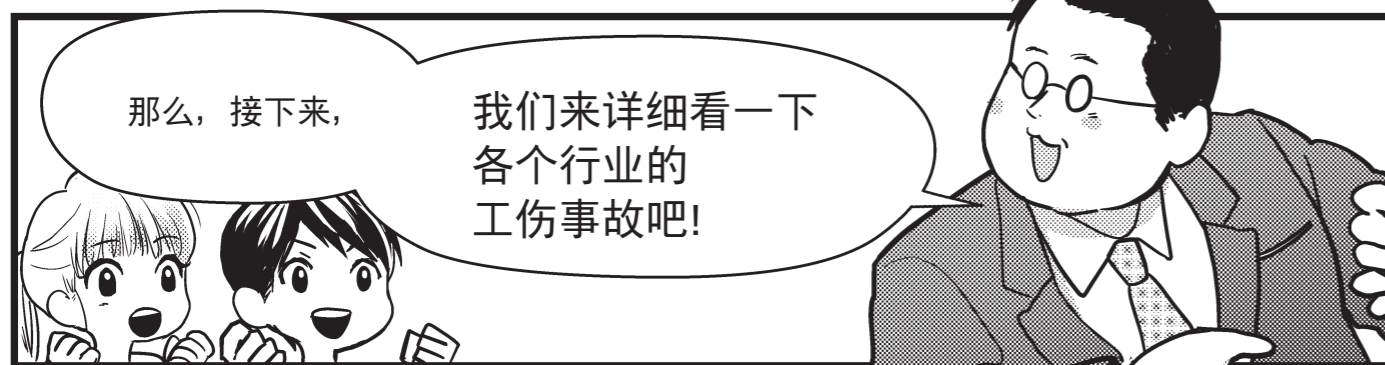
出于以上原因，
才让你们看了容易发生
工伤事故的情况。

感觉如何？

危险就潜藏
在我们的身边
啊…。

敏明君要
特别小心呢。

如果
出现伤员或者病人时，
迅速的处理是很重要的。



看漫画轻松读懂
安全卫生与防止工伤的基础知识

2020年3月发行

发行：厚生劳动省

策划：Mizuho Information & Research Institute, Inc.

监修：劳动安全卫生教材编制推进委员会、

中央工伤事故防止协会

制作：Sideranch Inc.



症状・病状説明のための 指さしシート

用于症状和病情说明的交流指示板

このシートの利用方法 | 本指示板的使用方法

例 | 示例

病状と、その程度を示して伝えましょう。

请指出症状和程度。



頭が痛い
头疼



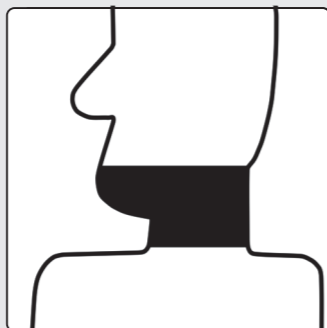
我慢できる
能忍受



かなりつらい
相当痛苦

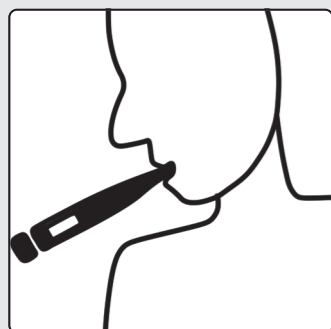


頭が痛い
头疼



のどが痛い
嗓子疼

せきがでる
咳嗽

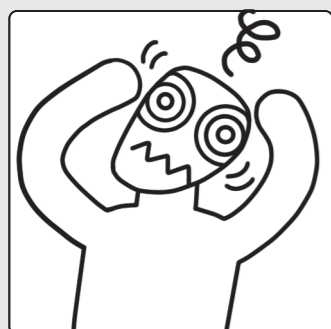


熱がある
发烧

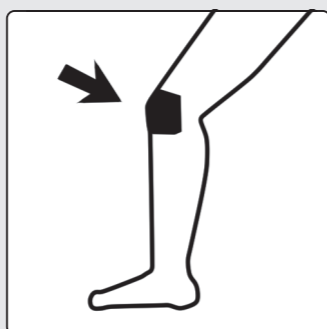


腰が痛い
腰疼

足がしびれる
腿麻



めまいがする
头晕



膝が痛い
膝盖疼

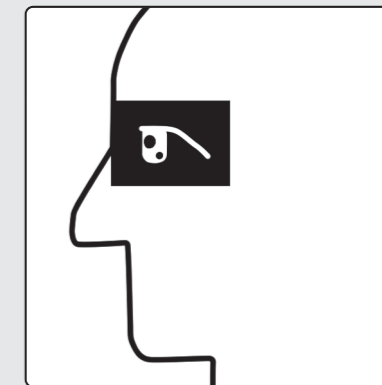
曲げられない
不能弯曲



おなか(胃)が痛い
肚子(胃)疼



かぶれた
起斑了



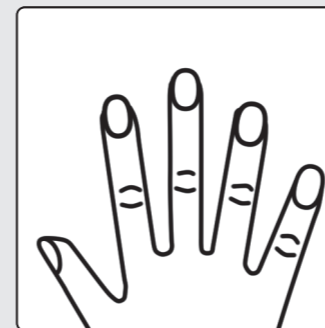
目が痛い
眼睛疼

下痢
腹泻

発疹がでた
起疹子了

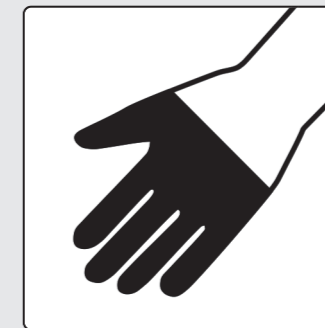
目がかゆい
眼睛痒

怪我をした | 受伤了



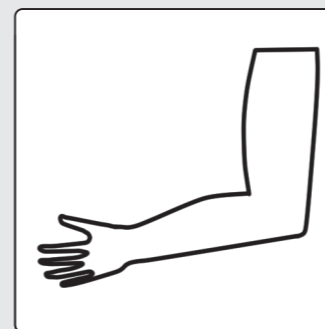
転倒した
跌倒了

落ちた
跌落了

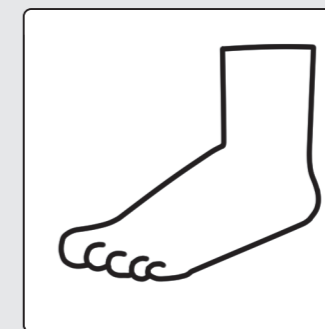


刺さった
扎伤了

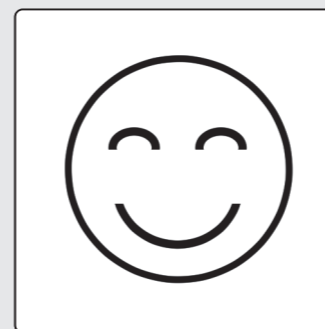
やけどした
烫伤了



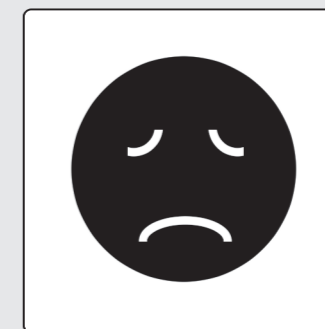
切った
割伤了



ぶつかった
撞着了



我慢できる
能忍受



かなりつらい
相当痛苦



关于本资料的咨询

厚生劳动省 劳动基准局 安全卫生部 安全科