

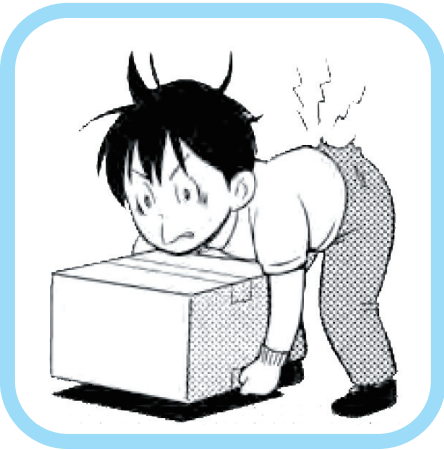
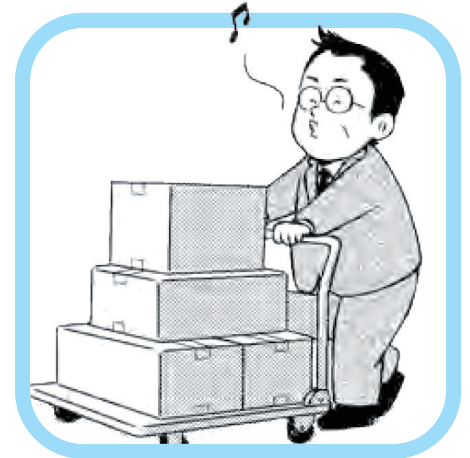
まんがでわかる

安全衛生と 労災防止の基本



ภาษาไทย
タイ語版

เข้าใจได้ด้วยการตูน
พื้นฐานของสุขอนามัยและความปลอดภัยกับการ
ป้องกันอุบัติเหตุจากการทำงาน





จำเป็นนะสิ โทชิอากิคุง

ค...ครับ!!

อุบัติเหตุจากการทำงานนะ
มีความเป็นไปได้ที่จะเกิด
ขึ้นกับทุกคน
โดยไม่เกี่ยวว่าจะทำงาน
ประเภทใด

เราจึงต้องเรียนรู้เอาไว้
เพื่อปกป้องร่างกาย
อันมีค่าของตัวเองไงล่ะ

ถูกต้อง!



ที่นี่มัน
ห้องเรียน!?

เอาล่ะ
มาเริ่มกันเถอะ!

ครับ/ค่ะ!!

เริ่มจากมาคิดกันว่าเราจะป้องกัน
ไม่ให้เกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน
ได้ยังไงกัน

อุบัติเหตุจากการทำงาน

เรียกเป็นทางการว่าอันตรายหรือ
อุบัติเหตุจากการทำงาน

สิ่งสำคัญสำหรับการ
ทำงานคือ
การทำงานที่ปลอดภัย
และดีต่อสุขภาพ

ใหม่ว่า
ถ้าใช้คำ ๆ เดียว
จะเรียกว่าอะไร?

ทำงานอย่างปลอดภัย
และดีต่อสุขภาพ...

อ้อ
"สุขอนามัยและความปลอดภัย
ในการทำงาน"สินะคะ!

สุขอนามัยและความ ปลอดภัยในการทำงาน

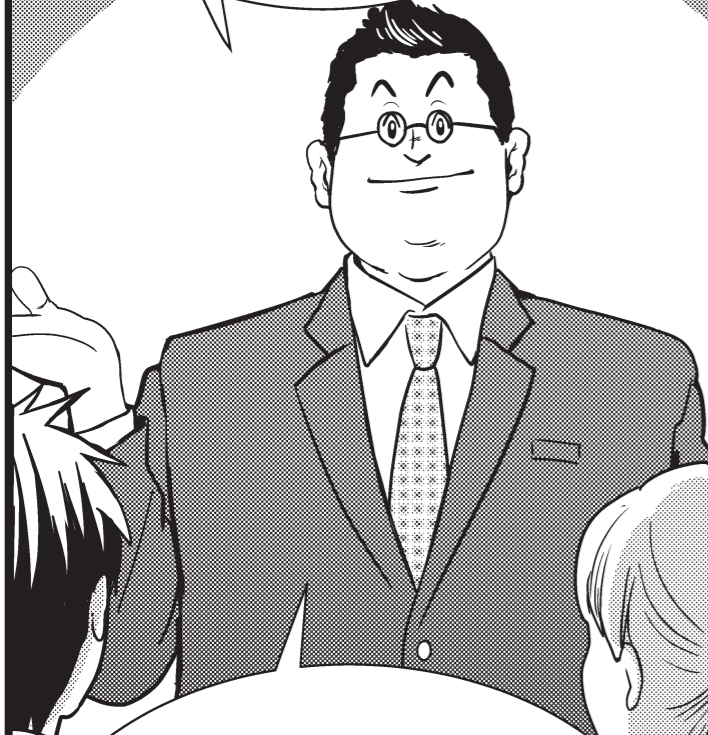
สุดยอด-!
รู้ศัพท์ยาก ๆ ด้วยแฮะ

แน่นอนอยู่แล้ว
แต่บางทีก็เรียกว่า
"สุขอนามัยและความ
ปลอดภัย" นะ



ใช่แล้ว

ที่ทำงานที่ผู้ปฏิบัติงานสามารถทำงานได้อย่างปลอดภัยและดีต่อสุขภาพ--

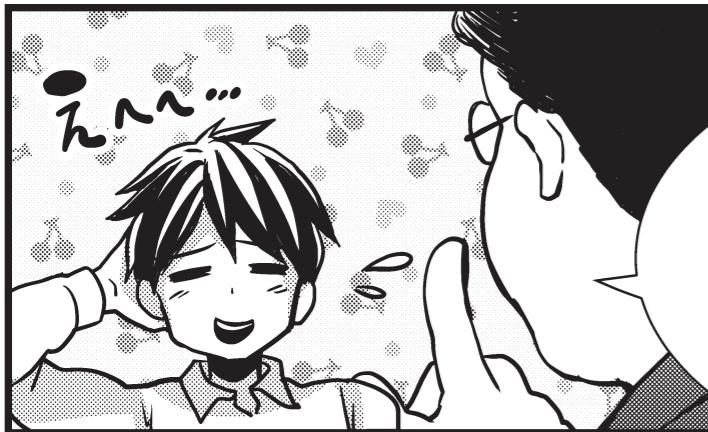


ผู้ประกอบการจำเป็นต้องจัดเตรียมที่ทำงานที่สามารถรักษาสุขภาพอนามัยและความปลอดภัยได้

ฮา! บริษัทก็มีหน้าที่ในการรักษาสุขภาพและความปลอดภัยของผู้ปฏิบัติงานด้วยสินะ!

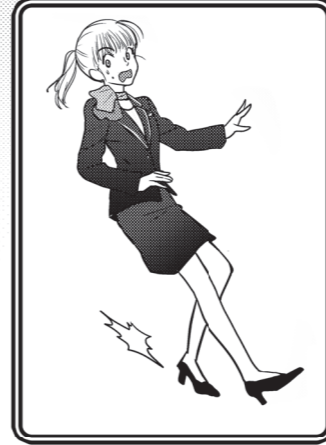


แน่นอนว่าคนทำงานเองก็ต้องระมัดระวังให้มากพอด้วยล่ะ



เมื่อก็ โทชิอากิคุงพูดว่า "อุบัติเหตุจากการทำงานนี้จำเป็นต้องเรียนรู้ด้วยหรือ?" ด้วยใช่ไหมล่ะ?

แต่ว่านะ ที่จริงแล้ว สาเหตุของอุบัติเหตุจากการทำงานมันแฝงอยู่ในที่ทำงานทุกรูปแบบเลยล่ะ



และกรณีตัวอย่างมากมายที่เกิดขึ้นจริงก็เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเราเลยนะ

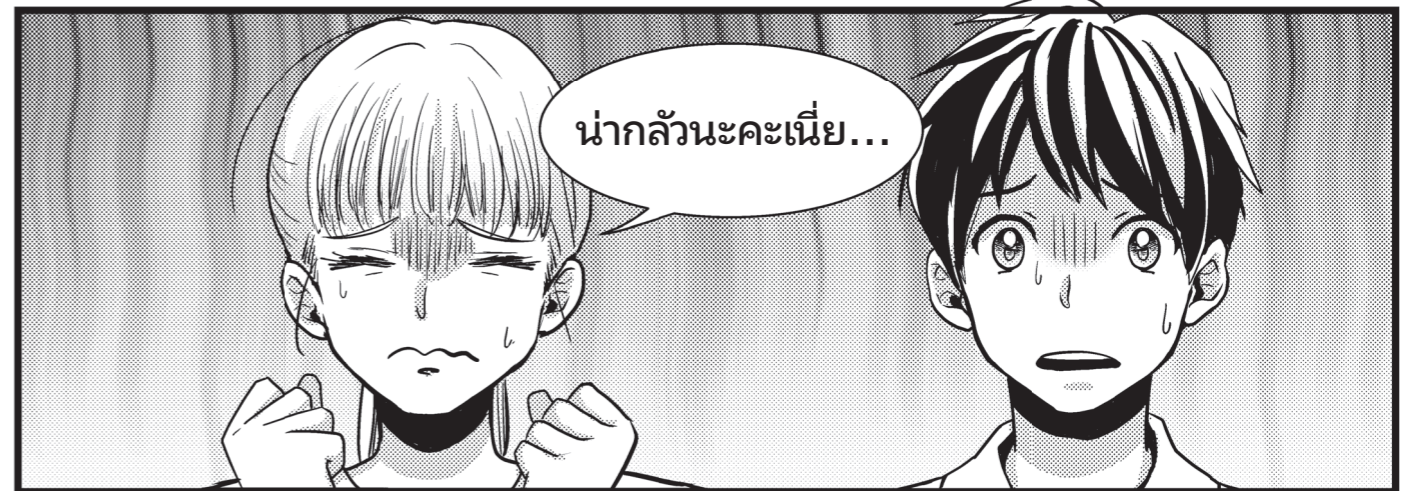


งั้นเลยหรือ?



ใช่แล้วไม่เพียงแค่การเจ็บป่วยหรือการบาดเจ็บเล็กน้อยเท่านั้นนะ

แต่ยังมีกรณีที่ส่งผลถึงความพิการขั้นรุนแรงหรือถึงกับเสียชีวิตเลยก็มี



น่ากลัวนะคะเนี่ย...

ลองดูกราฟนี้สิ

มันเป็นกราฟที่สรุป "อุบัติเหตุที่มีผู้เสียชีวิต" และ "อุบัติเหตุที่มีผู้บาดเจ็บจนต้องหยุดงาน 4 วันขึ้นไป" เอาไว้นะ

"รายงานการเกิดอันตรายหรืออุบัติเหตุจากการทำงานในปี 2018" กระทรวงสาธารณสุขแรงงานและสวัสดิการ (ปี 2018)

อุบัติเหตุที่มีผู้เสียชีวิต **909** ราย

อุบัติเหตุที่มีผู้บาดเจ็บจนต้องหยุดงาน 4 วันขึ้นไป **127,329** ราย

1 ตกจากที่สูง/พลัดตก **256** ราย



2 อุบัติเหตุทางจราจร **175** ราย



3 ถูกเครื่องจักรหนีบ/ติดอยู่ในเครื่องจักร **113** ราย



1 หกล้ม **31,833** ราย



2 ตกจากที่สูง/พลัดตก **21,221** ราย



3 การเคลื่อนไหวมัดทำทาง/การเคลื่อนไหวมัดธรรมชาติ **16,958** ราย

เอ้-!
มีคนเสียชีวิตถึง 909 คน ใน 1 ปีเลยหรอ!?

"หกล้ม" และ "ตกจากที่สูง/พลัดตก" นี่มันเยอะมากเลยนะ!

ตามที่ได้บอกไปเมื่อตอนต้น-

การเสียการทรงตัวบนบันได

การก้าวลงบันไดพลาดขณะที่ขนย้ายสัมภาระ

หรือการลื่นล้มบนพื้นที่เปียกน้ำ...

ไม่ว่าจะอย่างไรก็เป็นเรื่องใกล้ตัวที่เกิดขึ้นได้ใช่ไหมล่ะ?

นั่นสิครับ
ผมเองก็พอจะนึกออก

สาเหตุที่อุบัติเหตุจากการทำงานเกิดขึ้นนั้นแตกต่างกันออกไปแต่ตามละ ประเภทงานและสถานที่ทำงาน

แต่ในบางกรณีถ้าเราระมัดระวังให้มากพอก็สามารถป้องกันได้นะ

คนที่ประสบอุบัติเหตุจากการทำงานมักจะเป็นพวกมือใหม่อย่างผมใช่ไหมครับ?

นั่นสินะ
แต่ว่า-

ต่อให้เป็นผู้มีประสบการณ์ถ้าประมาทก็พลาดได้เหมือนกัน



ต้องทำยังไงถึงจะ
ป้องกัน
อุบัติเหตุจากการ
ทำงานได้หรือคะ?

สถานการณ์ในแต่ละที่
ทำงาน มันก็ต่างกันออกไป
ก็เลยพูดได้ไม่เต็มปาก
หรอกนะ...



**รักษาอุบัติเหตุ
ของที่ทำงาน**

**ใช้เครื่องมือ
อย่างถูกต้อง**

**ถ้ารู้สึกว่า "มันแปลกๆ นะ"
ให้รีบรายงานผู้ดูแลทันที**

เป็นเรื่องพื้นฐาน
มาก ๆ เลยนะครับ

ใช่ ถึงจะพื้นฐาน
แต่ก็สำคัญมาก
เลยละ

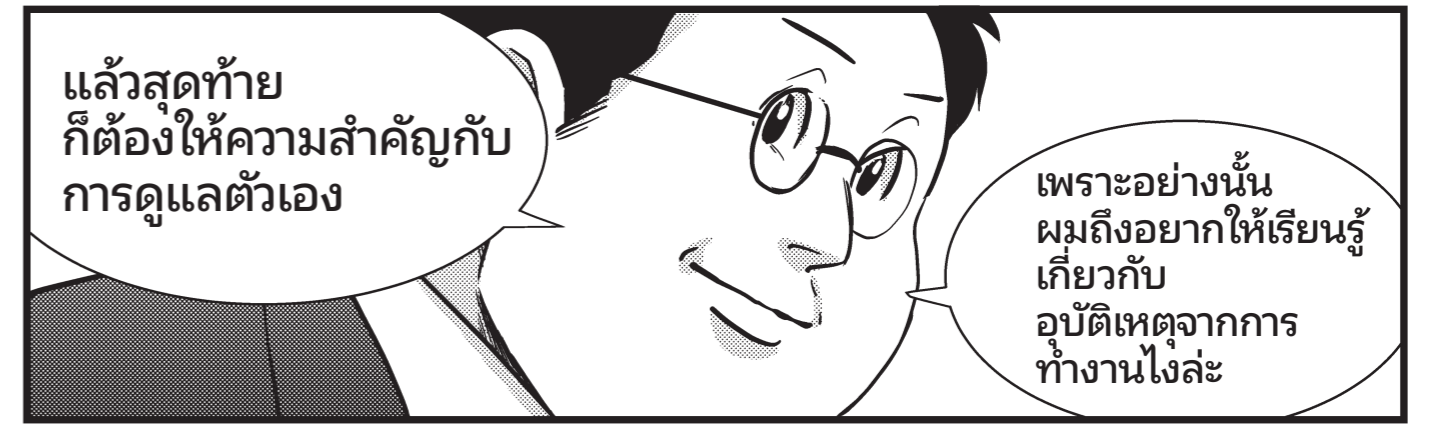


การรักษาอุบัติเหตุ
บางที่อาจจะทำให้
รู้สึกว่าน่ารำคาญก็จริง

แต่เพราะไม่ทำตาม
กฎระเบียบ

ถึงมีอุบัติเหตุจาก
การทำงาน
เกิดขึ้นมากมาย

กฎระเบียบมันมี
ความหมายของ
มันอยู่

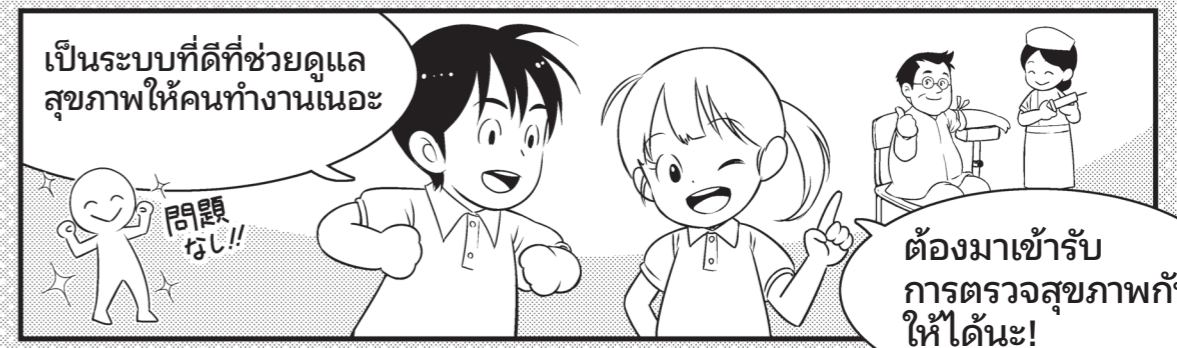
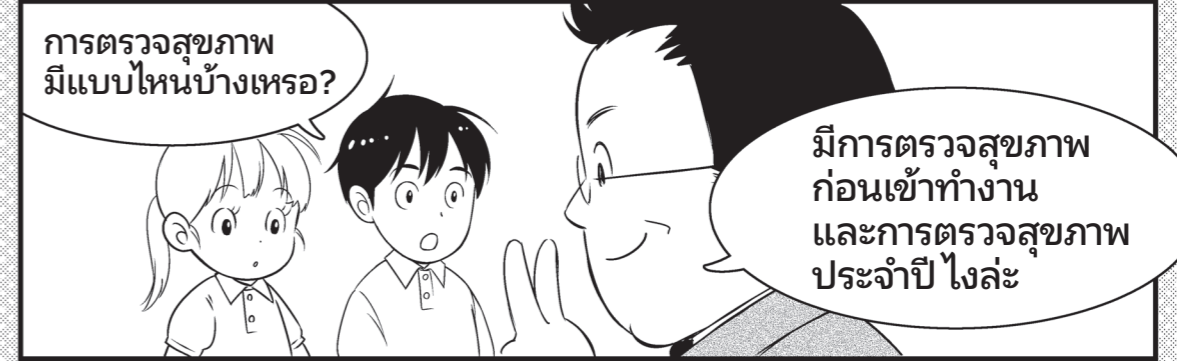
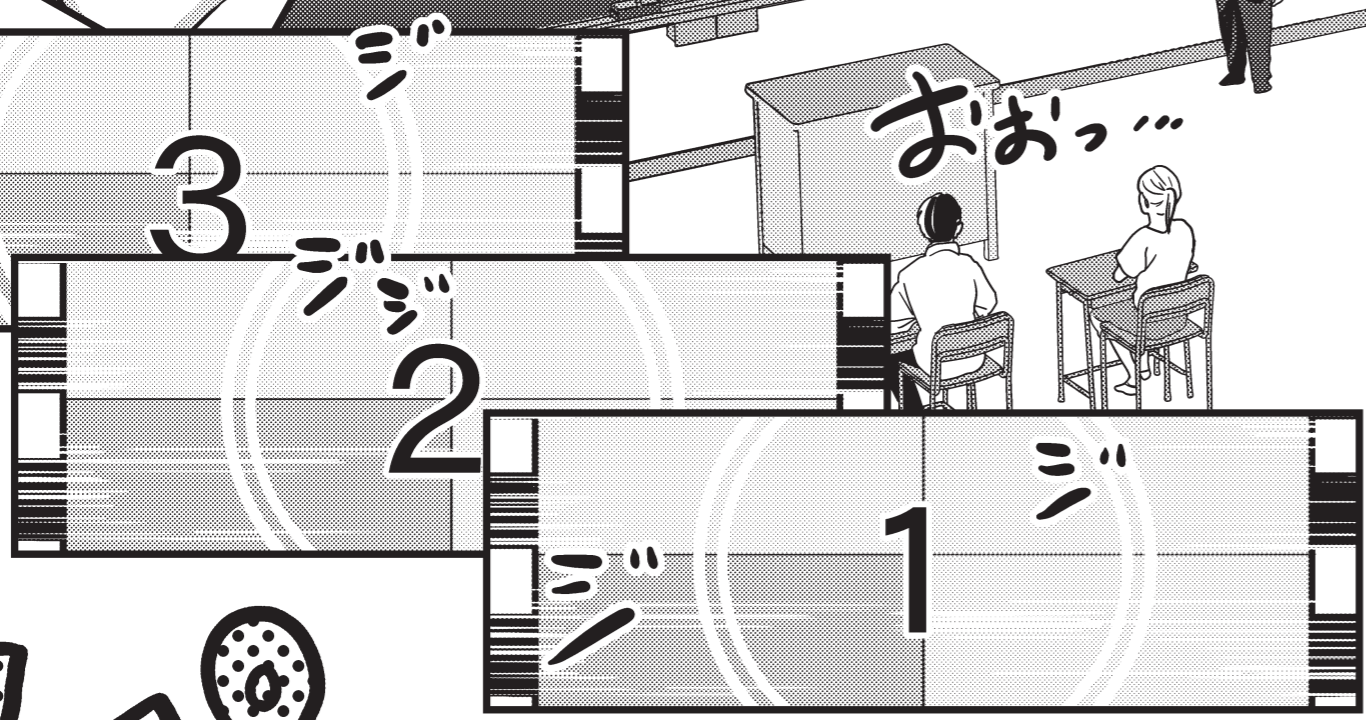


แล้วสุดท้าย
ก็ต้องให้ความสำคัญกับ
การดูแลตัวเอง

เพราะอย่างนั้น
ผมถึงอยากให้เรียนรู้
เกี่ยวกับ
อุบัติเหตุจากการ
ทำงานไงละ



ครับ/ค่ะ!



หกล้ม

การหกล้มเป็นต้นเหตุของการบาดเจ็บ



เริ่มจากมาตรวจสอบอันตรายจากการหกล้มรอบ ๆ ตัวทุกคนกันเถอะ!



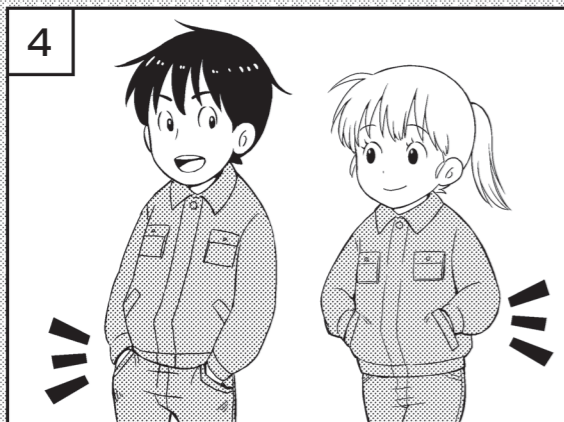
1 คุณวางของไว้ตามทางเดิน บันได หรือทางออกหรือเปล่า?



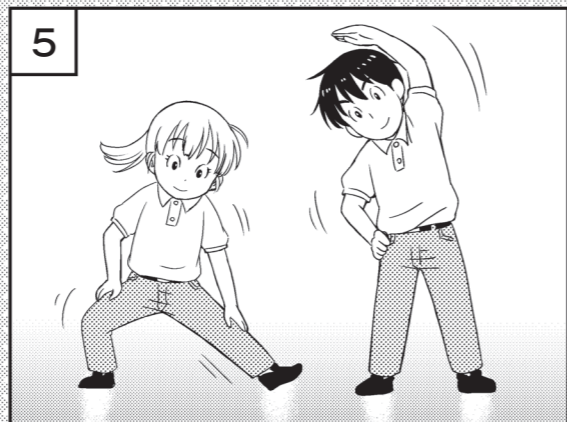
2 คุณได้ทำความสะอาดโดยไม่ปล่อยให้มียางหรือคราบน้ำตามพื้นหรือเปล่า?



3 รองเท้าใส่ทำงานมีขนาดที่พอดีหรือเปล่า?



4 คุณเดินล้วงกระเป๋าหรือเปล่า?



5 คุณได้ยืดเส้นยืดสายหรือทำกายบริหารหรือเปล่า?

อุบัติเหตุจากการทำงานที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดก็คือการหกล้มนี่ละ

60% ของผู้ที่บาดเจ็บต้องหยุดงานมากกว่า 1 เดือน เลยหรอเนี่ย!?

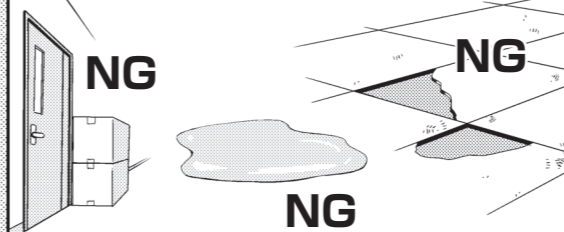
ยิ่งถ้าเป็นผู้สูงอายุ ก็น่าจะเป็นอันตรายยิ่งขึ้น...

เพื่อไม่ให้บาดเจ็บหนัก เราจึงจำเป็นต้องปรับให้เหมาะสมอยู่เสมอในการป้องกันไม่ให้หกล้ม

สิ่งสำคัญในการรับมือ ตัวอย่างการปรับให้เหมาะสมเช่นนี้ก็มียะ!

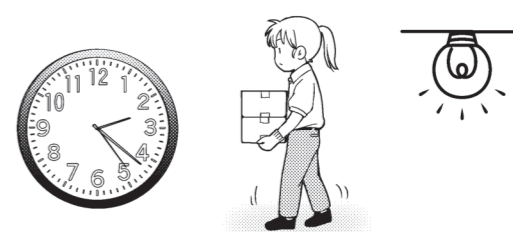
4 ส. (สะสาง (Seiri) / สะดวก (Seiton) / สะอาด (Seisou) / สุขลักษณะ (Seiketsu))

- ไม่วางของทิ้งไว้ตามทางเดิน
- กำจัดคราบสกปรกบนพื้น
- แก้ปัญหาพื้นไม่ราบเรียบหรือมีความต่างระดับ



วิธีการทำงานที่ช่วยให้หกล้มได้ยาก

- ทำงานโดยใช้เวลาเอาใจใส่
- ค่อย ๆ เดินในสถานที่ที่ลื่นง่าย
- ไม่เดินในสถานที่ที่มองเห็นบริเวณเท้าได้ยาก



การสวมรองเท้าที่เหมาะสมกับการทำงานหรือการคอยแชร์ข้อมูลสถานที่ที่หกล้มได้ง่าย ก็เป็นอะไรที่ได้ผลเหมือนกันนะ

การรู้จักสถานที่ที่อันตรายก็สำคัญนะ

สถานที่ที่แปะสติ๊กเกอร์เอาไว้ ยิ่งต้องระวังเป็นพิเศษเลยนะ!

おまかせのチェックリスト	
転倒の危険を減らすためのチェックリスト	
チェック項目	
1	通路、階段、出口に物を放置していませんか?
2	床の水分や油、泥、砂糖などは拭き掃除していませんか? そのほか掃除機をかけていませんか? 掃除機は定期的に掃除機をかけていませんか?
3	転倒を防止するための対策を行っていますか?
4	作業服は、作業現場に合った機能があり、かつサイズに合ったものを着用していませんか? ジャケットは袖を捲いて、着用していませんか? 作業用の靴は履き替えていませんか?
5	作業の前後にストレッチや体操を行っていますか?
6	長時間にわたって作業を行う場合は、定期的に休憩をとり、水分を補給していませんか? 長時間にわたって作業を行う場合は、定期的に休憩をとり、水分を補給していませんか?
7	作業中に足元を注意して歩行していませんか? 作業中に足元を注意して歩行していませんか?
8	作業中に足元を注意して歩行していませんか? 作業中に足元を注意して歩行していませんか?
9	作業中に足元を注意して歩行していませんか? 作業中に足元を注意して歩行していませんか?

พลัดตก



ตัวอย่างอุบัติเหตุจากการทำงานที่เกิดขึ้นได้ง่ายจากการใช้บันไดและวิธีรับมือ

ร่างกายเสียการทรงตัวบนบันได

สิ่งสำคัญในการรับมือ

คอยตรวจสอบว่ามีวิธีทำงานที่ปลอดภัยกว่าหรือไม่

บันไดล้ม

สิ่งสำคัญในการรับมือ

ยึดบันไดให้คงที่หรือให้ใครช่วยจับเอาไว้

มือเท้าลื่นตอนปีนขึ้นลงบันได

สิ่งสำคัญในการรับมือ

สวมถุงมือหรือรองเท้านิรภัยที่ลื่นยาก

สิ่งสำคัญในการใช้งานอย่างปลอดภัย

ตรวจสอบสถานที่ตั้งบันไดให้ทำมุม 75° กับแนวระนาบแล้วมีส่วนที่ยื่นพ้นขึ้นไปทางด้านบน 60 ซม. ขึ้นไป

ยื่นออกทางด้านบน 60 ซม. ขึ้นไป

หรือยื่นออกไป 60 ซม. ตั้งทำมุม 75° เียบร้อย!

ยึดให้คงที่

ที่กันลื่น

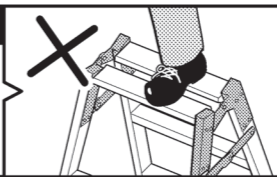
75°

ตัวอย่างอุบัติเหตุจากการทำงานที่เกิดขึ้นได้ง่ายจากการใช้บันไดทางตั้งและวิธีรับมือ



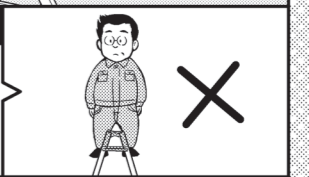
สิ่งสำคัญในการรับมือ

ไม่ขึ้นไปเหยียบบันไดชั้นบนสุด



สิ่งสำคัญในการรับมือ

ไม่ยืนคร่อมบันได



สิ่งสำคัญในการรับมือ

ไม่ถือสัมภาระตอนขึ้นหรือลงบันได



สิ่งสำคัญในการใช้งานอย่างปลอดภัย

การทำงานบนบันไดทางตั้งให้ใช้โดยเหยียบชั้น 2 นับจากด้านบนเป็นต้นไป แล้วหลีกเลี่ยงท่าทางที่ไม่มั่นคง

เพื่อเป็นการปกป้องศีรษะ การสวมหมวกนิรภัยไว้เสมอก็ดีเหมือนกันนะ

สิ่งสำคัญ 4 อย่างเพื่อการใช้งานอย่างปลอดภัย

1. รััดสายรัดคางให้แน่นและมั่นคง
2. สวมหมวกไม่ให้เอียง
3. ไม่ใช่ของที่ชำรุดแล้ว
4. ใช้ให้ถูกต้องตามอายุการใช้งาน

โดยเฉพาะสายรัดคาง ต้องรััดให้ดีเลยนะ!

อ้างอิง : "ทำให้อุบัติภัยจากการตกจากที่สูง/พลัดตกจากบันไดเคลื่อนที่หรือบันไดตั้งหรือพาดหมดไปกันเถอะ" กระทรวงสาธารณสุขแรงงานและสวัสดิการ / สำนักงานแรงงานจังหวัด / สำนักงานกำกับดูแลมาตรฐานแรงงาน "ซีรีส์: ที่อันตราย การทำงานบนที่สูง" สมาคมกลางเพื่อการป้องกันอันตรายหรืออุบัติเหตุจากการทำงาน

ปวดหลัง

การปวดหลังเป็นอาการที่เรื้อรังได้ง่าย จึงต้องระมัดระวังอยู่เสมอ

เวลาของพนักงานใช้รถเข็นของหรือคอนเทนเนอร์จะดีกว่านะ

การยืดเส้นยืดสายเพื่อป้องกันล้วงหน้าก็สำคัญ!

กรณีที่ไม่สามารถใช้รถเข็นของหรือคอนเทนเนอร์ได้ ก็ให้ขนย้ายสัมภาระด้วยวิธีที่ถูกต้อง!

ท่าในการยก

NG
ยกด้วยกำลังของเอวโดยไม่งอเข่า

สิ่งสำคัญในการรับมือ

ยียดเข่าออกจากท่านี้ แล้วยกขึ้นด้วยกำลังของเข่าหรือขา

ตำแหน่งของสัมภาระ

NG
สัมภาระอยู่ห่างจากตัว

สิ่งสำคัญในการรับมือ

พยายามขยับตัวให้เข้าใกล้สัมภาระ แล้วลดจุดศูนย์ถ่วงลง

วิธีขยับร่างกาย

NG
เคลื่อนย้ายสัมภาระโดยใช้ร่างกายส่วนบนเท่านั้น

สิ่งสำคัญในการรับมือ

เปลี่ยนทิศทางของร่างกายไปหิ้งตัวโดยไม่บิดเอว

อ้างอิง : "สิ่งสำคัญในการปกป้องตัวคุณ ฉบับการป้องกันและรับมือกับอาการปวดหลัง" สมาคมป้องกันอันตรายหรืออุบัติเหตุในงานอาคาร

4 ส.

4 ส. คือการปฏิบัติงานเพื่อสร้างที่ทำงานที่สามารถทำงานได้ สะดวกและปลอดภัย โดยเริ่มจากเรื่องใกล้ตัว

กำจัดของที่ไมใช้แล้ว

สะสาง (Seiri)

ของที่ใช้ออกก็นำมาเก็บให้เป็นระเบียบ

สะดวก (Seiton)

เก็บกวาดที่ทำงานให้สะอาดสวยงาม

สะอาด (Seiso)

รักษาความสะอาดสวยงามทั้งสถานที่ทำงานและพนักงาน

สุขลักษณะ (Seiketsu)

4S

ถ้าเป็นที่ทำงานที่ลงมือทำ 4 ส. อย่างเต็มที่ ทุกคนก็จะสามารถทำงานได้ด้วยความรู้สึที่ดีเลยละ

ผมก็จะเริ่มทำจากเรื่องใกล้ตัวก่อนเลย!

อ้างอิง : "4 ส. พื้นฐานของพื้นฐาน" สมาคมกลางเพื่อการป้องกันอันตรายหรืออุบัติเหตุจากการทำงาน

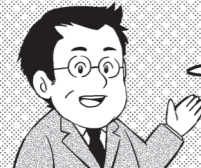
โรคลมแดด*

*สภาพร่างกายแย่ลงอย่าง
เช่นปวดหัว อันเนื่องมาจาก
อุณหภูมิและความชื้นที่สูง



ไม่เกี่ยงอายุและสถานที่

แต่ขึ้นกับปัจจัยที่ไม่ว่าใคร
ก็เป็นได้นั่นละคือโรคลมแดด



ขอแนะนำวิธีป้องกันไม่ให้เกิดโรคลมแดด
ในช่วงฤดูร้อนของญี่ปุ่น!

สิ่งสำคัญในการรับมือ 1

ดื่มน้ำและเติมเกลือแร่ให้
เพียงพออยู่เสมอ



สิ่งสำคัญในการรับมือ 2

พักผ่อนในสถานที่
อากาศเย็น



สิ่งสำคัญในการรับมือ 3

เมื่อรู้สึกว่ามีอาการแปลก ๆ ให้รีบรายงานทันที



เมื่อรู้สึกถึง
อากาศผิดปกติ
กับสภาพร่างกาย
ของตนเอง
ให้รายงานผู้ดูแล
ทันที!

เมื่อพบผู้ที่
สภาพร่างกายแย่
ให้รายงานผู้ดูแลทันที!

การนอนหลับให้เพียงพอ
เป็นการรับมือ
กับโรคลมแดดที่ดีที่สุดเลยละ



นอกจากนี้ การเลี่ยงการดื่มสุราและ
รับประทานอาหารเช้าให้เพียงพอ
ก็สำคัญเหมือนกันนะ

ยังมีตัวบ่งชี้ที่เรียกว่า WBGT
(ดัชนีความร้อน)
ที่ไม่ได้ประเมินจากอุณหภูมิ
เพียงอย่างเดียว
แต่รวมถึงความชื้นด้วย



ได้ยืนยันว่าถ้าค่า WBGT สูงเกิน 28
องศา จะทำให้มีคนที่เป็โรคลม
แดด เพิ่มมากขึ้นด้วยนะ

แต่ถึงอย่างนั้น ถ้าเกิดเป็นโรคลมแดดขึ้นมา
ก็ให้รีบปฐมพยาบาลในทันทีเลย



■ การปฐมพยาบาล ขั้นที่ 1

พาไปยังสถานที่ที่มีอากาศเย็น



นอนตรงนี้
ก่อนนะ!

ห้ามให้เขา
อยู่คนเดียว
เด็ดขาด!

■ การปฐมพยาบาล ขั้นที่ 2

คลายเสื้อผ้าให้หลวม



ทำตาม
สบายนะ

■ การปฐมพยาบาล ขั้นที่ 3

เติมน้ำให้ร่างกายด้วยเครื่องดื่มเกลือแร่



ต้องดื่มน้ำ
ให้พอนะ!

เครื่องดื่มเกลือแร่จะดีกว่าน้ำเปล่า!
ควรได้รับเกลือแร่เข้าไปด้วย

■ การปฐมพยาบาล ขั้นที่ 4

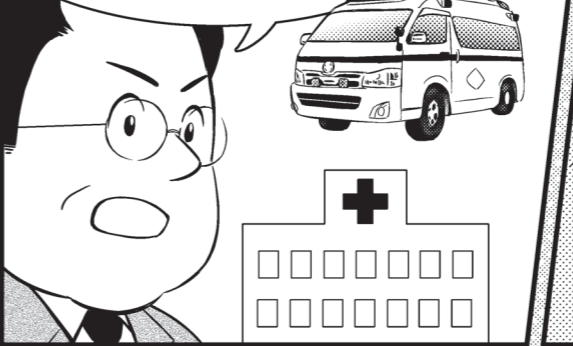
ทำร่างกายให้เย็นลง



ทำยังไงดี
ตัวร้อนมากเลย!

ถ้าทำให้เส้นเลือดใหญ่ที่อยู่ตรง
คอ ไตรรักแร้ และต้นขาเย็นลงก็จะได้ผลดี
ถ้าทำให้มือเท้าที่มีเส้นเลือดมากมายรวมตัว
อยู่เย็นลงได้ก็ดีเหมือนกัน

กรณีที่เกิดการจับไข้หรือหมดสติ
ถือว่าเป็นโรคลมแดดที่อันตราย
เป็นอย่างยิ่ง!
ให้รีบติดต่อหรือนำตัวไปยัง
หน่วยแพทย์ทันที



โรคลมแดดอาจนำ
ไปสู่อุบัติเหตุ
ที่มีผู้เสียชีวิตได้
ด้วยนะ



โดยเฉพาะตอนที่ทำงานอยู่
จะยิ่งเป็นไปได้ง่ายต้องระวังนะ!

อุปกรณ์ ป้องกันทาง สุขอนามัย และความ ปลอดภัยใน การทำงาน



หมวกนิรภัย

ช่วยปกป้องศีรษะเวลามีของตกลงมา
หรือเวลาพลัดตกจากที่สูง

สิ่งสำคัญ 4 อย่างเพื่อการใช้งานอย่างปลอดภัย

1. รัดสายรัดคางให้แน่นและมั่นคง
2. สวมหมวกไม่ให้เอียง
3. ไม่ใช่ของที่ชำรุดแล้ว
4. ใช้ให้ถูกต้องตามอายุการใช้งาน

โดยเฉพาะสายรัดคาง
ต้องรัดให้ดีเลยนะ!



แว่นตานิรภัย

ช่วยป้องกันฝุ่นหรือ
ละอองน้ำเข้าดวงตา



อุปกรณ์ ป้องกันเสียง



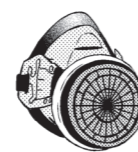
ใช้เพื่อป้องกันหู
จากเสียงอึกทึก
ให้เลือกใช้ตามความ
เหมาะสม
ในแต่ละสภาพแวดล้อมที่
มีเสียงอึกทึก

อุปกรณ์ป้องกัน ระบบหายใจ

ช่วยป้องกันการสูดรับฝุ่นหรือ
แก๊สในอากาศเข้าไป

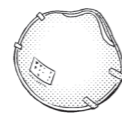
หน้ากาก ป้องกันพิษ

ช่วยป้องกันการสูด
รับก๊าซพิษเข้าไป



หน้ากากกันฝุ่น

ช่วยป้องกันการสูด
รับฝุ่นละอองใน
อากาศเข้าไป

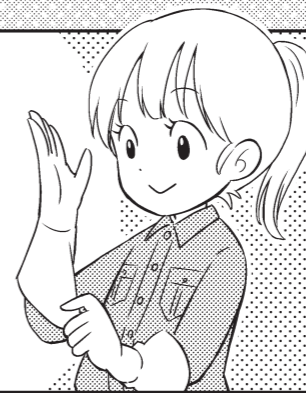


หน้ากากผ้ากอซหรือ
ผ้าไม่ทอ
ไม่มีผลช่วยในเรื่องนี้!



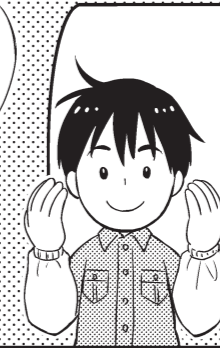
ถุงมือ

ช่วยป้องกันผิวหนังไหม้
พุพอง แผลจากการถูก
ของมีคมบาด และกันคลื่น
เวลาขนย้ายสัมภาระ
ให้เลือกใช้แบบผ้า
หรือยาง ฯลฯ ตาม
วัตถุประสงค์การใช้งาน

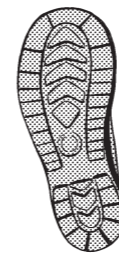


ถุงมือป้องกัน สารเคมี

เป็นถุงมือที่ช่วย
ปกป้องผิวหนัง
จากสารเคมีต่าง ๆ



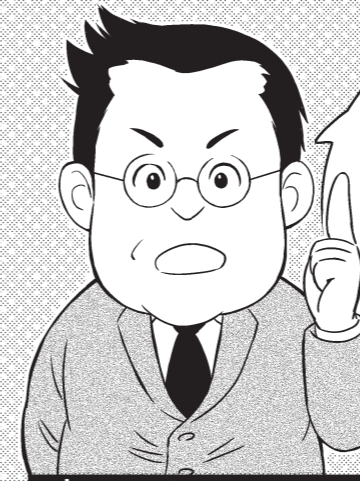
รองเท้าเซฟตี้



ช่วยปกป้องเท้าจากการถูก
เครื่องจักรหนีบ รวมถึง
เวลาที่มีของหนักหล่นใส่
หรือเหยียบตะปู ฯลฯ

สายเซฟตี้

ใช้เพื่อป้องกัน
การตกจากที่สูง



อุปกรณ์ป้องกันนะ
ถ้าไม่ใช้งานให้ถูก
ต้อง ตามเวลาและ
สถานที่ ที่ควรสวมใส่
ล่ะก็ มันจะไม่มี
ความหมายเลยนะ!

สิ่งสำคัญในการรับมือ 1

เลือกใช้อุปกรณ์ป้องกันให้เหมาะสมกับ
งานที่ทำและสิ่งของที่ใช้
รวมถึงสภาพแวดล้อมที่ทำงานด้วย!



สิ่งสำคัญในการรับมือ 2

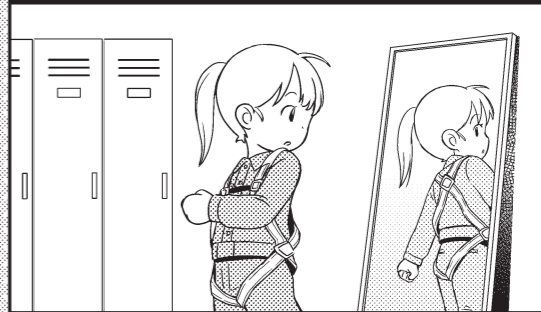
เลือกใช้อุปกรณ์ป้องกันให้เหมาะสมกับ
ขนาดของร่างกาย ไม่ว่าจะหน้าหรือมือและเท้า ฯลฯ



ถ้าขนาดไม่พอดี
ให้รีบขอเปลี่ยน
ในทันที

สิ่งสำคัญในการรับมือ 3

สวมใส่และใช้งานให้ถูกต้อง
ไม่อย่างนั้นมันจะไม่มีประสิทธิภาพที่เพียงพอ!



อ้างอิง : "คู่มืออุปกรณ์ป้องกันความปลอดภัยและสุขภาพ เพื่อปกป้องตัวคุณ ~ สำหรับผู้ที่ทำงานในอุตสาหกรรมบริการ ~"
"อุปกรณ์ป้องกันทางอาชีวอนามัย (อุปกรณ์ป้องกันระบบหายใจ ถุงมือป้องกัน แว่นตานิรภัย)" กระทรวงสาธารณสุขแรงงานและสวัสดิการ

ป้ายเตือน เพื่อความปลอดภัย

ป้ายเตือนเพื่อความปลอดภัยมีอยู่ 5 ประเภท ในที่นี้เราจะมาแนะนำป้ายตัวอย่างเด่น ๆ ให้ได้รู้จักกัน!

ป้ายเตือนเพื่อความปลอดภัยเป็นสิ่งที่จะช่วยแสดงอันตรายที่ซ่อนอยู่ในที่ทำงาน หรือข้อมูลสำคัญให้ "สามารถมองเห็นได้" ทำให้ผู้ทำงานสามารถทำงานได้อย่างปลอดภัย



ป้ายเครื่องหมายห้าม (prohibition sign)



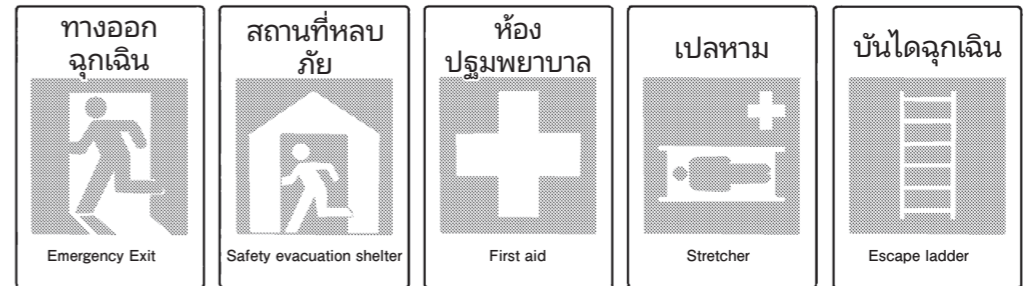
ป้ายเครื่องหมายบังคับ (mandatory action sign)



ป้ายเครื่องหมายเตือน (warning sign)



ป้ายเครื่องหมายสภาวะความปลอดภัย (safe condition sign)



ป้ายเครื่องหมายป้องกันอัคคีภัย (fire equipment sign)



ป้ายเตือนเพื่อความปลอดภัยนี้มีหลายประเภทเลยแฮะ

การ "ทำให้เห็นภาพ" ทำให้ไม่ว่าใครก็เข้าใจถึงอันตรายและความปลอดภัยได้ง่าย ๆ เลยนะ

ในแต่ละที่ทำงานก็จะใช้ป้ายเตือนเพื่อความปลอดภัยที่แตกต่างกันออกไป

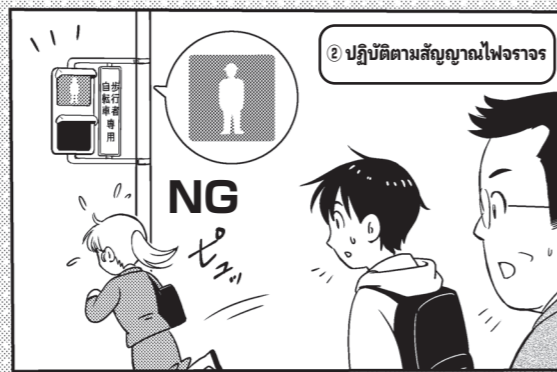
เราลองมาตรวจสอบกันอีกครั้งว่าที่ทำงานของเรานั้นมีป้ายแบบไหนอยู่บ้าง

คร้าบ/ค่า

ไปทำงาน

ตอนที่ไปทำงาน ก็เกิดอันตรายได้นะ

ถึงจะเป็นเรื่องที่ควรรู้อยู่แล้ว แต่การที่ทุกคนช่วยกัน ปฏิบัติตามกฎหมายจะช่วยให้ อุบัติเหตุลดลงได้อย่างแน่นอน

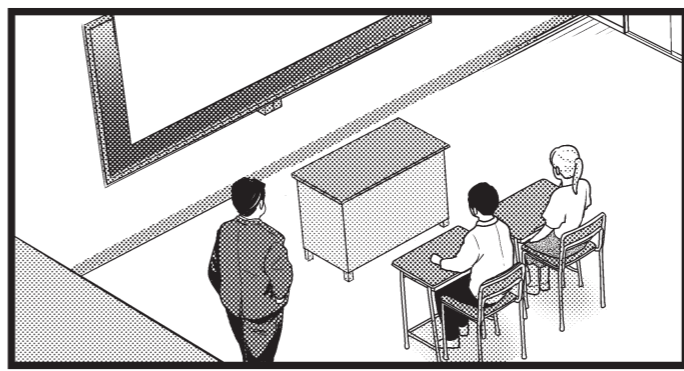


ระหว่างที่รักษาตัว พอทำงานไม่ได้ ก็จะใช้ชีวิตลำบาก

ถ้าบาดเจ็บไป คนในครอบครัวก็จะเสียใจ

บางกรณีอาจมี อาการที่ตามมา ภายหลัง ด้วยนี้สิ...

ขอให้จำไว้ว่า การปฏิบัติตามกฎจราจรถือเป็นการป้องกันตัวเองด้วย!



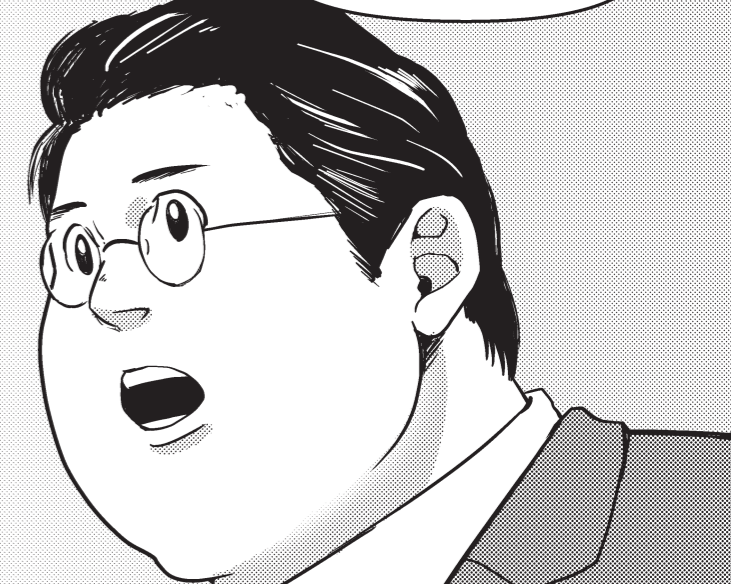
ตามที่ได้ดูไปเกี่ยวกับ อุบัติเหตุหรืออุบัติเหตุจาก การทำงาน ที่เกิดขึ้นได้ง่าย

เป็นไงบ้างล่ะ?

อันตรายนี้มัน แฝงตัวอยู่ใกล้ตัวเรา มากเลยนะ...

โทชิอากิคงยังต้อง ระวังตัวเป็นพิเศษเลย

แล้วถ้าหาก มีคนเจ็บหรือคนป่วย การรับมืออย่างรวดเร็วก็สำคัญ





ทำความเข้าใจด้วยการดู
พื้นฐานของอนามัยและความปลอดภัยกับการ
ป้องกันอุบัติเหตุจากการทำงาน

เผยแพร่เมื่อเดือนมีนาคม 2020

เผยแพร่: กระทรวงสาธารณสุขแรงงานและสวัสดิการ

โครงการ: Mizuho Information & Research Institute, Inc.
กำกับดูแล: คณะกรรมการส่งเสริมการจัดทำสื่อการสอนด้านอา
ชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงาน

สมาคมกลางเพื่อการป้องกันอันตรายหรืออุบัติเหตุจากการทำงาน

ผลิต: Sideranch Inc.



症状・病状説明のための 指さしシート

แผ่นสำหรับชี้นิ้วเพื่อบอกอาการและอธิบายอาการป่วย

このシートの利用方法 | วิธีการใช้แผ่นอธิบายนี้

例 | ตัวอย่าง

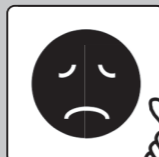
病状と、その程度を示して伝えましょう。
อธิบายอาการที่คุณเป็นและระดับความรุนแรงของมัน



頭が痛い
ปวดศีรษะ



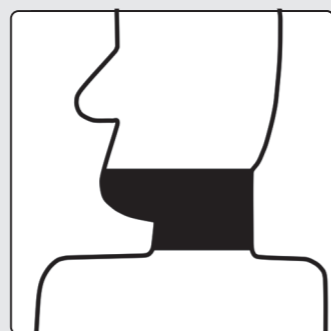
我慢できる
พออดทนได้



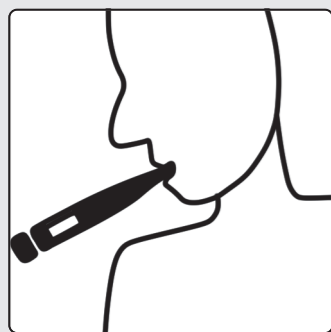
かなりつらい
ค่อนข้างทรมาน



頭が痛い
ปวดศีรษะ



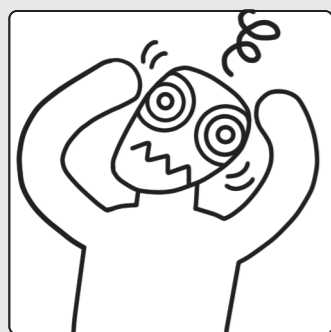
のどが痛い
เจ็บคอ
せきがでる
ไอ



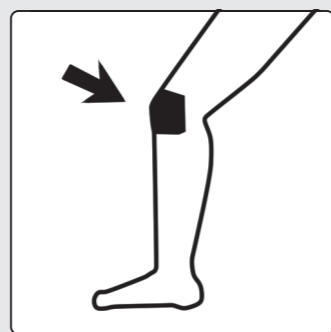
熱がある
มีไข้



腰が痛い
ปวดหลัง
足がしびれる
ชา



めまいがする
รู้สึกเวียน



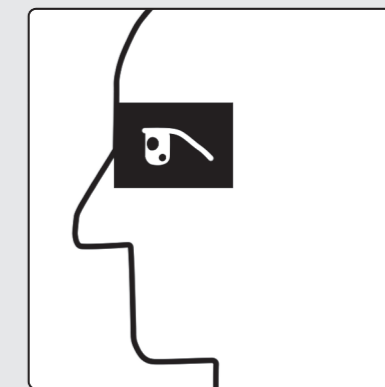
膝が痛い
ปวดเข่า
曲げられない
งอเข่าไม่ได้



おなか(胃)が痛い
ปวดท้อง
下痢
ท้องเสีย



かぶれた
เกิดผดผื่นขึ้นเป็นบางที่
発疹がでた
เกิดผดผื่นขึ้นทั่วผิวหนัง



目が痛い
เจ็บตา
目がかゆい
คันตา

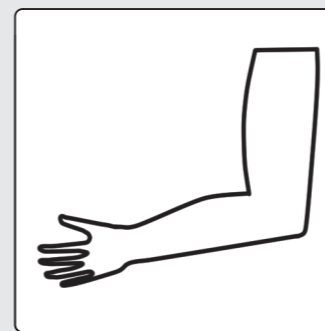
怪我をした | ได้รับบาดเจ็บ



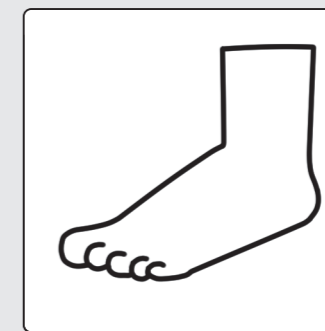
転倒した
หกล้ม
落ちた
ตกจากที่สูง



刺さった
โดนเข็ม
やけどした
ผิวหนังไหม้พุพอง



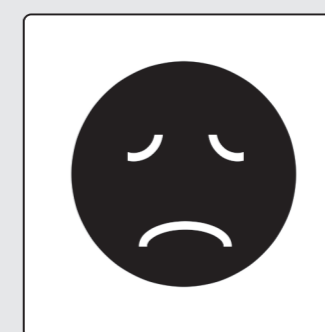
切った
โดนบาด



ぶつかった
โดนกระแทก



我慢できる
พออดทนได้



かなりつらい
ค่อนข้างทรมาน



ติดต่อสอบถามเกี่ยวกับเอกสารนี้

แผนกความปลอดภัย กรมอาชีวอนามัยและความปลอดภัย สำนัก
มาตรฐานแรงงาน กระทรวงสาธารณสุขแรงงานและสวัสดิการ