

まんがでわかる

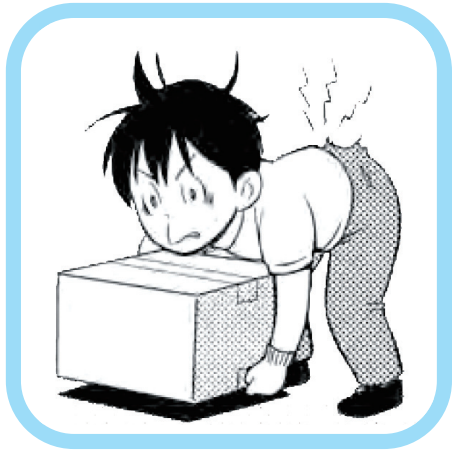


安全衛生と 労災防止の基本

ភាសាខ្មែរ
ក្រុមប្រឹក្សា
កុម្ម្រែល ភាសាខ្មែរ

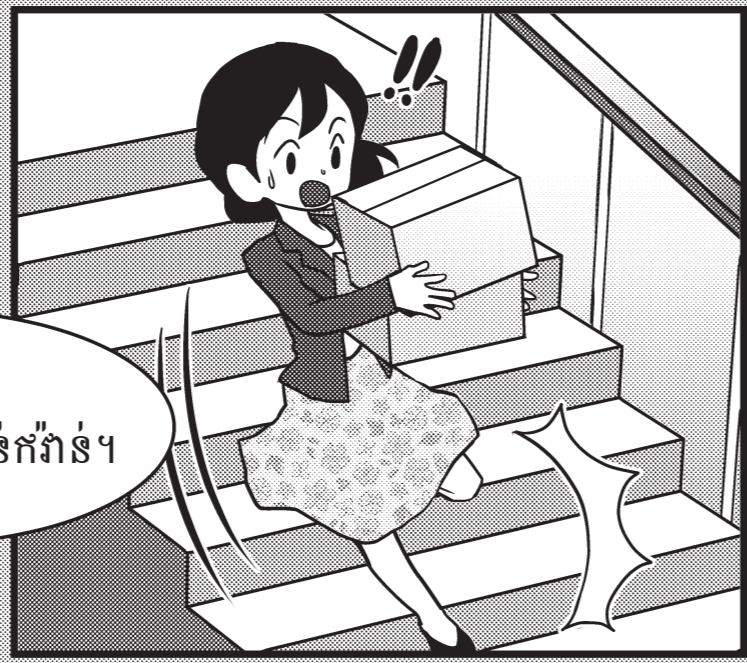
យល់ដឹងតាមរយៈម៉ាងហ្គាក៍(Manga)

មូលដ្ឋាន នៃ សុវត្ថិភាពការងារ និងបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះការ(Rosai)

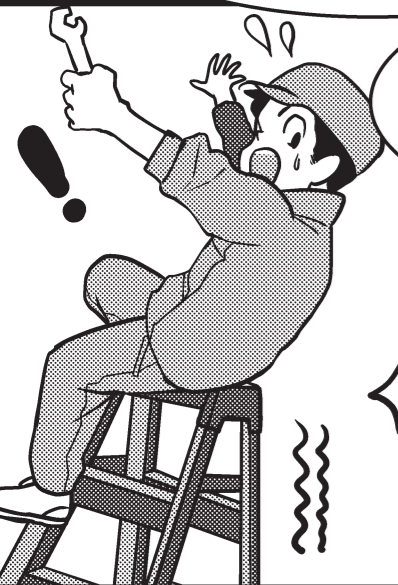




បាត់បង់លំនឹង ហើយធ្លាក់ពីលើ
ពេលកំពុងធ្វើការលើជណ្តើរកន្លែក។



ជាន់ខ្ពស់កាដូជណ្តើរ
ពេលកំពុងលើកកាន់កំរាន់។



អរិយដឹងដល់លើ
កម្រាលជាន់សើម។

នៅកន្លែងធ្វើការអ្នកទាំងអស់គ្នា
ពុំមានគ្រោះថ្នាក់ដូចហ្នឹង
កើតមានដែរឬទេ?

គ្រោះថ្នាក់កើតមានពេលកំពុងធ្វើការងារ
ហៅថា "គ្រោះថ្នាក់ការងារ (Rodo-Saigai)"
ឬជាទូទៅ "គ្រោះការ (Rosai)"។



គ្រី

សៀវភៅនេះ
ខ្ញុំបាទជាគ្រូ និង



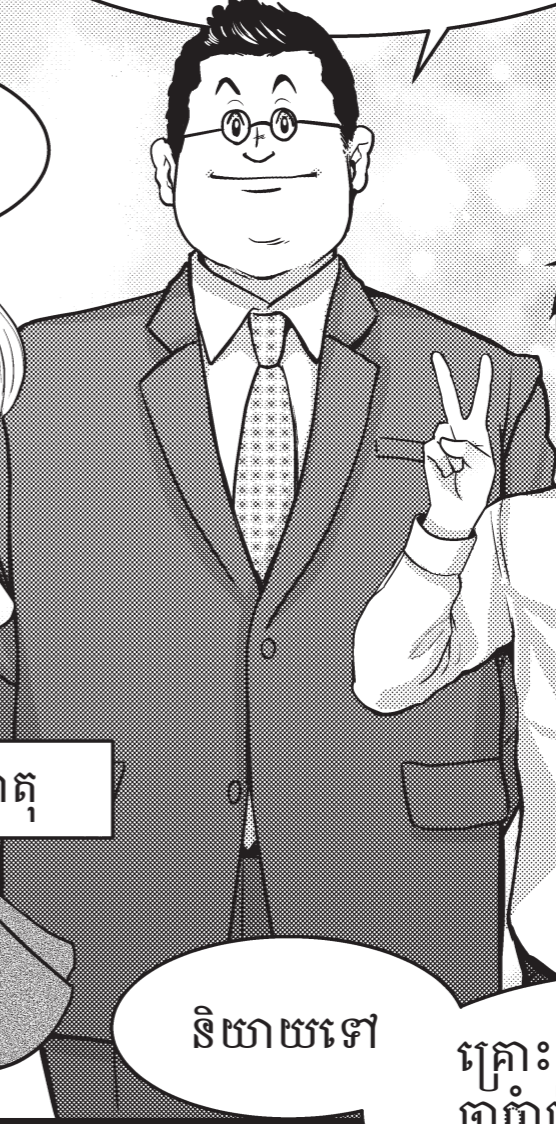
កញ្ញាឈីសាតុ, ប្អូនតុស៊ីអាគី
ជាមួយយើងខ្ញុំពានាក់
សិក្សាអំពីគ្រោះការ (Rosai)។

ជម្រាបសួរ!

សួរស្តីបាទ!



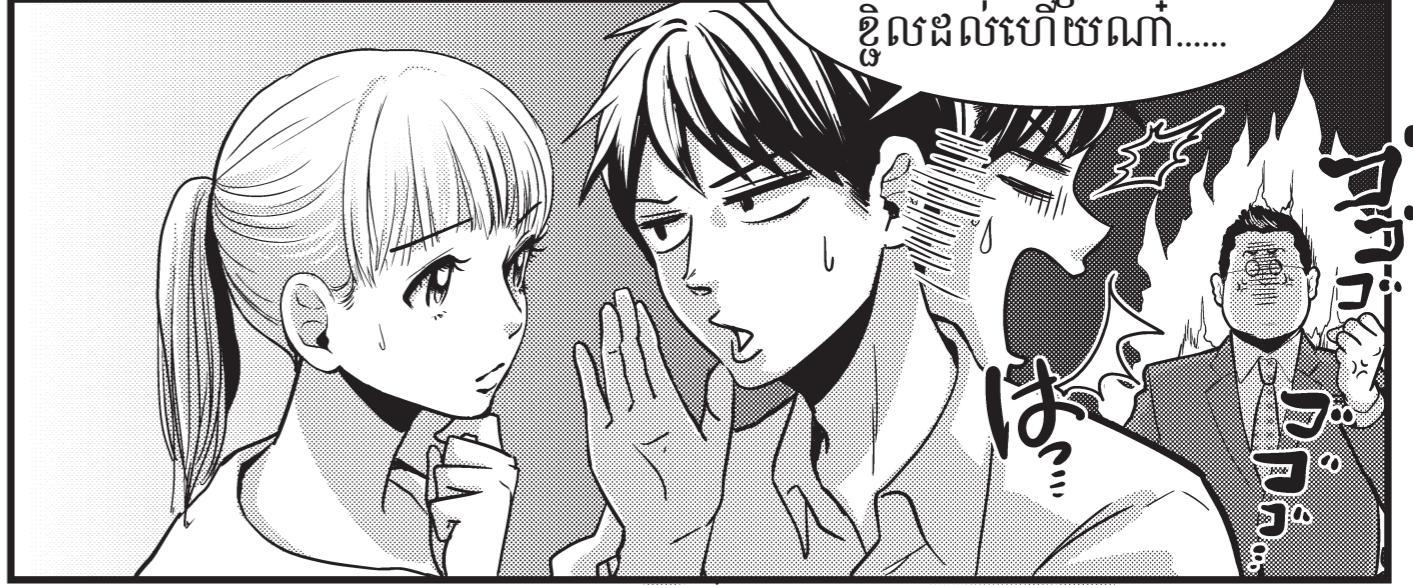
ឈីសាតុ



តុស៊ីអាគី

និយាយទៅ

គ្រោះការ (Rosai) អីនេះ
ចាំបាច់ទៅរៀនដែរអីណា?
ខ្ញុំលឺដល់ហើយណា.....





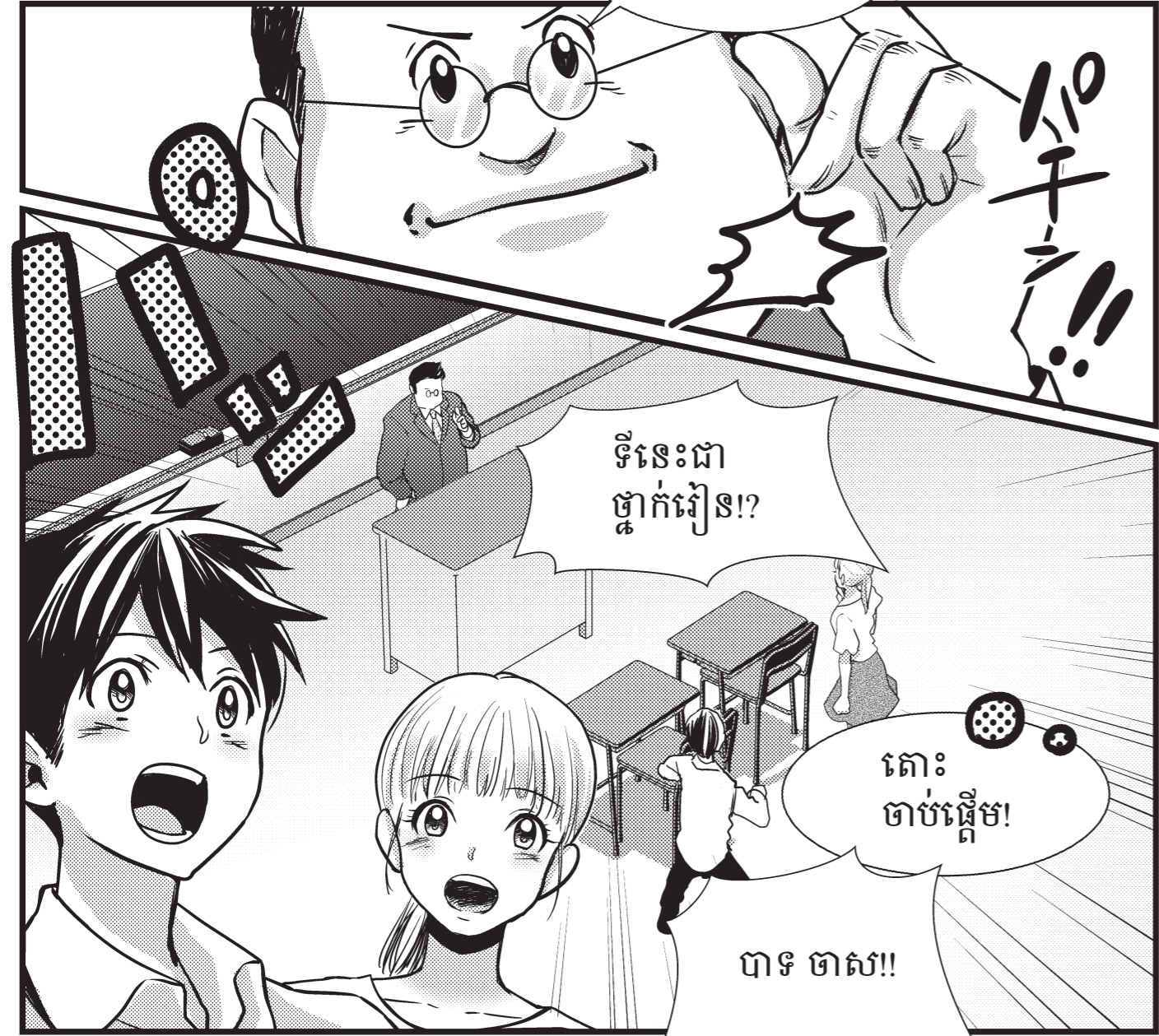
៣.៣.៣

ចាំបាច់ណាស់,
បុគ្គលិកសុខភាព។

គ្រោះការ(Rosai)អាចកើតមាន
ចំពោះគ្រប់គ្នាមិនថាប្រភេទ
ឧស្សាហកម្មណាឡើយណា។

ដើម្បីការពារខ្លួនយើងផងដែរ
មិនរៀនមិនប៉ានទេណា។

ត្រូវហើយ!



ទីនេះជា
ថ្នាក់រៀន!?

តោះ
ចាប់ផ្តើម!

ហា ហា!!



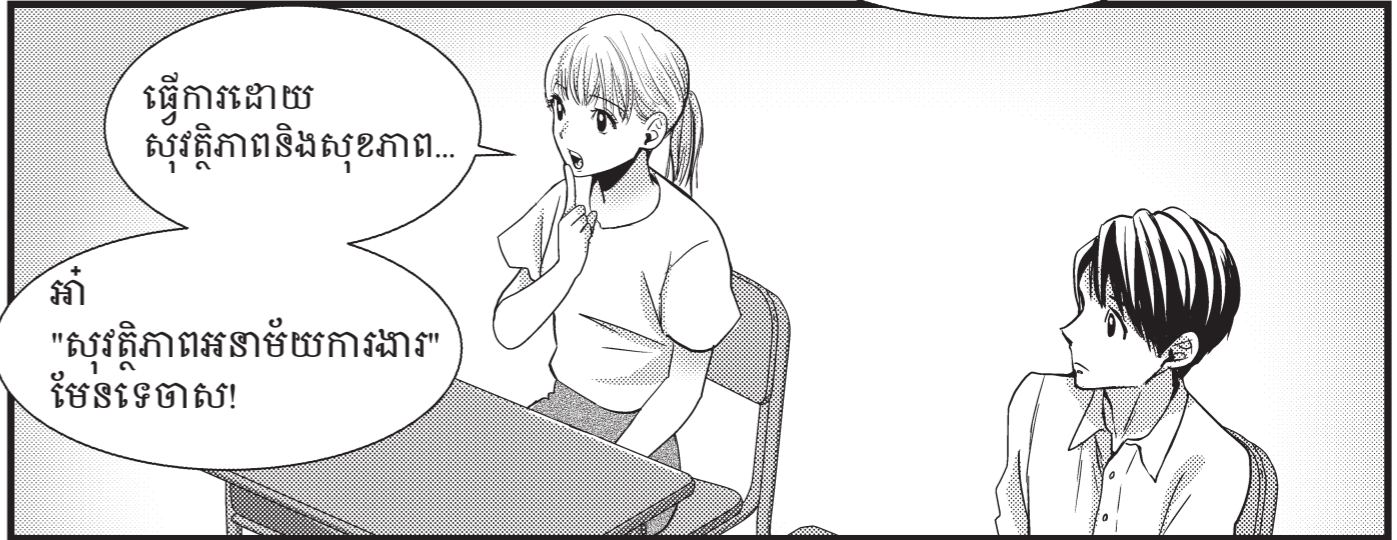
ដំបូង សាកគិតលម្អើល
ធ្វើយ៉ាងណាអាចបង្ការ
គ្រោះការ(Rosai)បានទៅហើយ។

គ្រោះការ(Rosai)

ជាផ្លូវការហៅថាគ្រោះថ្នាក់ការងារ(Rodo-Saigai)

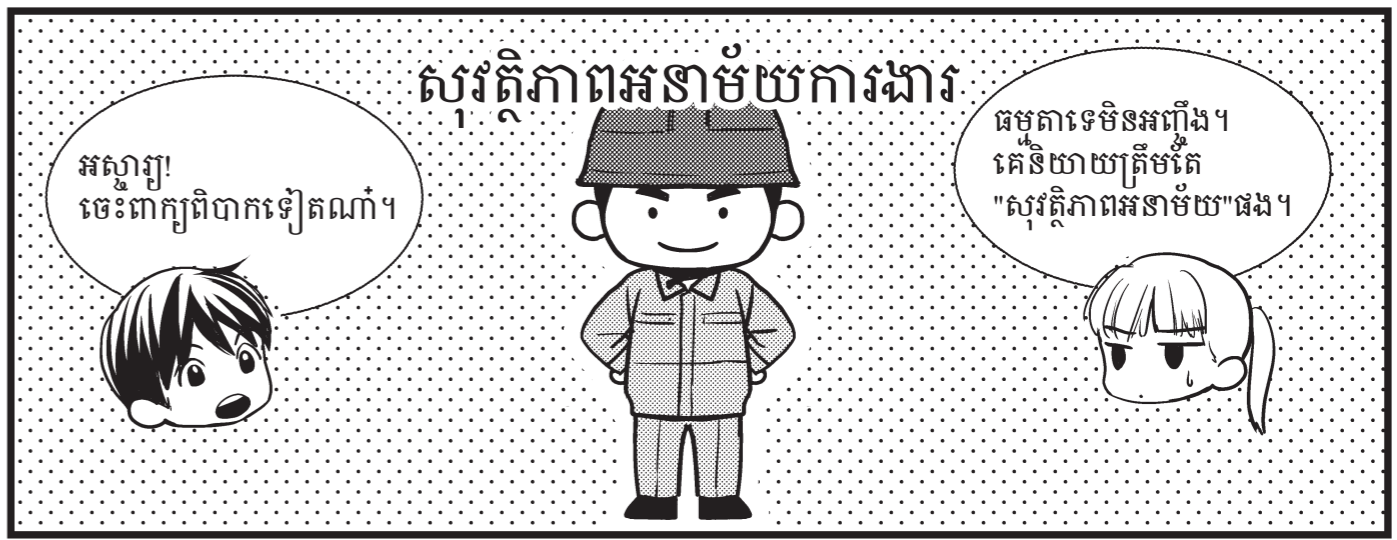
អ្វីដែលចាំបាច់លើការងារពលកម្ម
គឺធ្វើការដោយ
សុវត្ថិភាពនិងសុខភាព។

ប្រការនេះ ពាក្យមួយម៉ត់
គេថាយ៉ាងម៉េចទៅ
ដឹងទេហ្នឹង?



ធ្វើការដោយ
សុវត្ថិភាពនិងសុខភាព...

អី
"សុវត្ថិភាពអនាម័យការងារ"
មែនទេចាស!



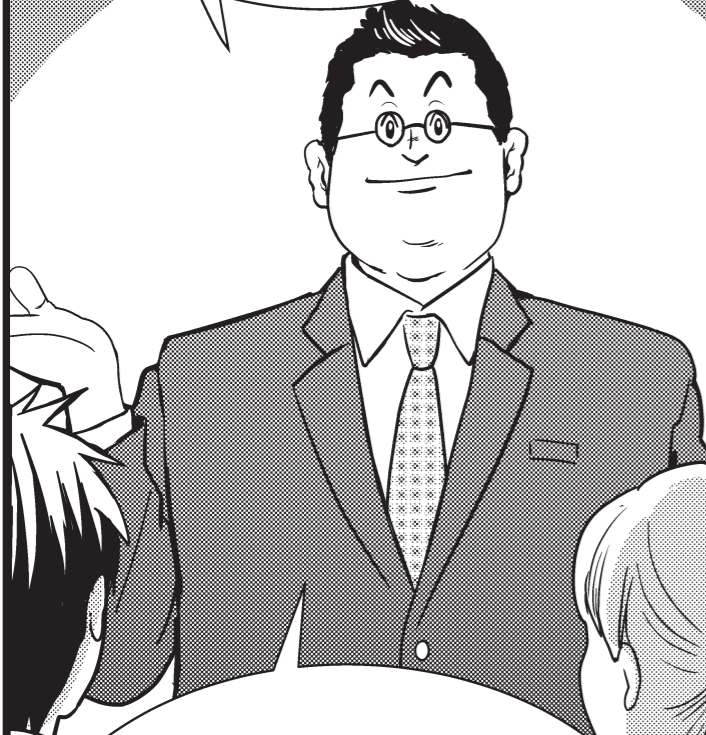
សុវត្ថិភាពអនាម័យការងារ

អស្ចារ្យ!
ចេះពាក្យពិបាកទៀតណាស់។

ធម្មតាទេមិនអញ្ចឹង។
គេនិយាយត្រឹមតែ
"សុវត្ថិភាពអនាម័យ" ផង។

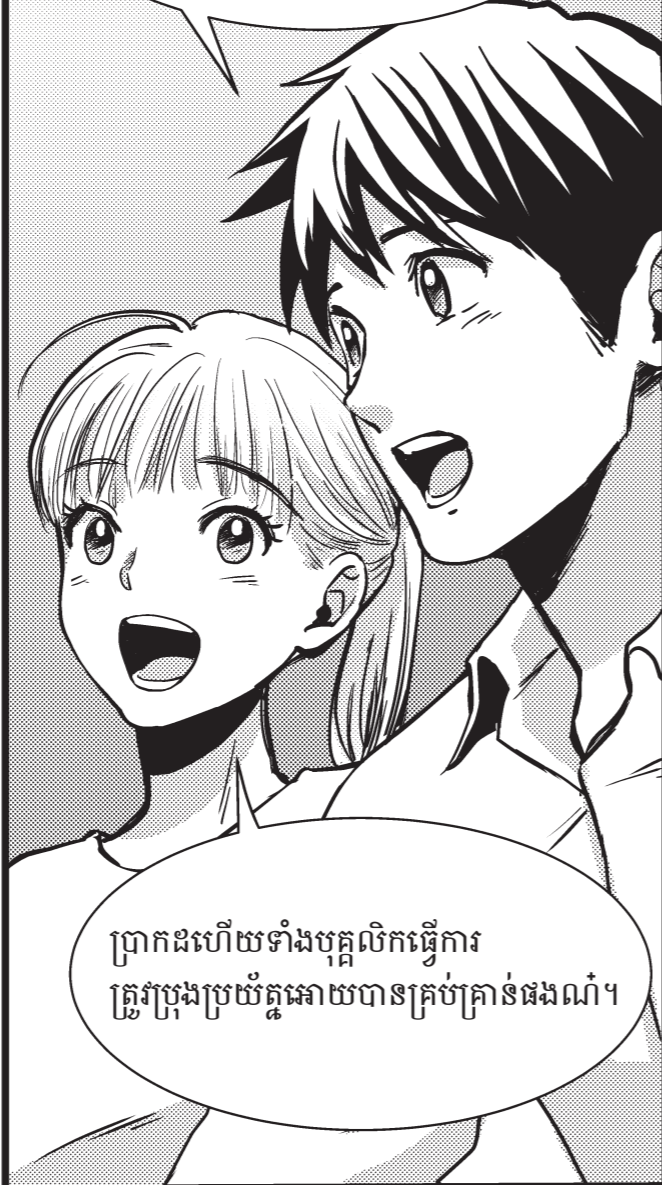
ហ្នឹងហើយ។

ជាក់ស្តែងធ្វើការដែល
ពលករនិយោជិកអាចធ្វើការ
ដោយសុវត្ថិភាពនិងសុខភាព-

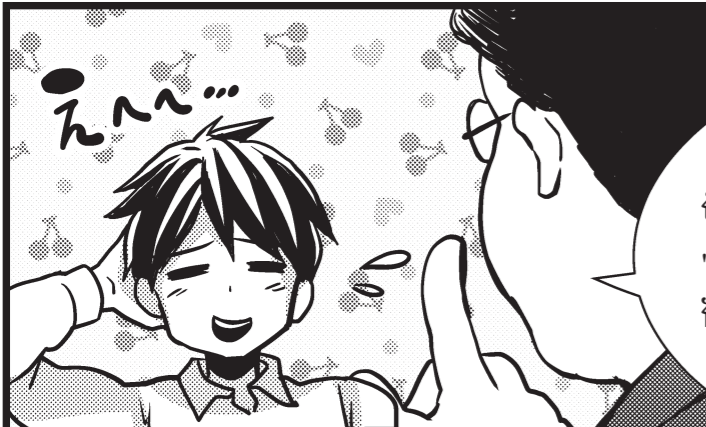


ក្រុមហ៊ុននិយោជក
ចាំបាច់រក្សាបានកន្លែងធ្វើការ
ប្រកបដោយសុវត្ថិភាពអនាម័យ។

អ៊ី! ក្រុមហ៊ុនមានកាតព្វកិច្ចការពារសុវត្ថិភាព
និងសុខភាពរបស់ពលករនិយោជិកមែនទេ!

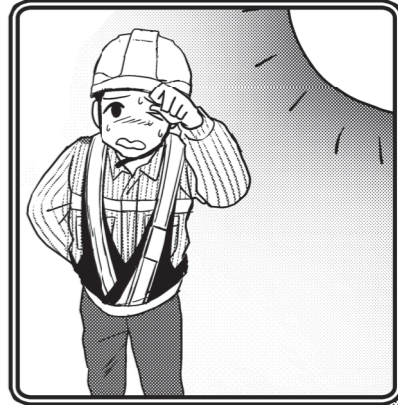
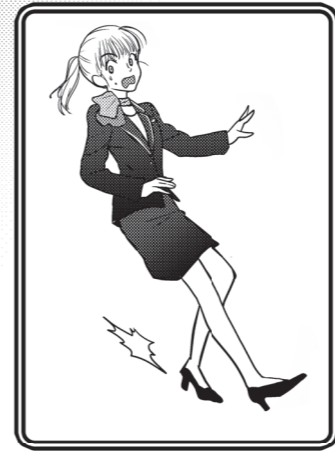


ប្រាកដហើយទាំងបុគ្គលិកធ្វើការ
ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នអោយបានគ្រប់គ្រាន់ផងណា។



មិញ ប្អូនតុស៊ីអាគីបាននិយាយថា
"គ្រោះការ(Rosai)អីនេះ ចាំបាច់ទៅរៀនដែរអីណា?"
មែនទេ?

តែតាមពិត
មូលហេតុនៃគ្រោះការ(Rosai)
ទោះកន្លែងការងារណា ក៏មានដែរហ្នឹង។



ហើយករណីជាច្រើន
ជាក់ស្តែងកំពុងកើតមាន
ជុំវិញខ្លួនយើងហ្នឹងណា។



អញ្ចឹងមែនទេ?



បាទ។
មិនត្រឹមតែរបួសស្រាល និង
ជំងឺទេ

ថែមទាំងពិការកម្រិតធ្ងន់និង
ករណីខ្លះដល់ស្លាប់ក៏មាន។



គួរអោយខ្លាចមែន...។

ចូរមើលក្រាហ្វិកនេះមើរ។

ជាទិន្នន័យបង្ហាញពី"គ្រោះថ្នាក់ស្លាប់"
និង"គ្រោះថ្នាក់ស្លាប់និងរបួសដែល
ឈប់សម្រាកចាប់ពី៤ថ្ងៃ"។

ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ"ស្ថានភាពកើតមានគ្រោះថ្នាក់ការងារឆ្នាំ២០១៨"

គ្រោះថ្នាក់ស្លាប់ ៩០៩ នាក់

គ្រោះថ្នាក់ស្លាប់និង
របួសដែលឈប់សម្រាក ១២៧ ៣២៩ នាក់
ចាប់ពី៤ថ្ងៃ

១ ធ្លាក់ពីលើ / ដួលធ្លាក់
២៥៦ នាក់



១ ដួល
៣១៨ ៣៣ នាក់



២ គ្រោះថ្នាក់ចរាចរ
១៧៥ នាក់



២ ធ្លាក់ពីលើ / ដួលធ្លាក់
២១ ២២១ នាក់

៣ កៀបជាប់ / មូរចូល
១១៣ នាក់

៣ ចលនាធម្មតាដំណើរការ / ដំណើរការបង្ខំហួស
១ ៦៩៥៨ នាក់

អ្នក!
1ឆ្នាំជីវិតមនុស្ស៩០៩នាក់
កំពុងបាត់បង់ណា!?

"ដួល" "ធ្លាក់ពីលើ / ដួលធ្លាក់"
ច្រើនមែនទែននែ!

បាននិយាយខាងដើម-

បាត់បង់លំនឹង
នៅលើជណ្តើរកន្លែក,

ជាន់ខុសកាំជណ្តើរ
ពេលកំពុងលើកកាន់ភ្នំវាន់,

អរិយដួលលើកម្រាលជាន់
មានសើមទឹក... ..។

មួយណាសុទ្ធតែជារឿង
អាចកើតមានក្បែរខ្លួនដែរ
មិនអញ្ចឹង?

បាទមែនហើយ។
ខ្ញុំក៏មានចាំដែរ។

មូលហេតុដែលគ្រោះការ(Rosai)
កើតមានគឺផ្សេងគ្នា
ទៅតាមប្រភេទឧស្សាហកម្មកន្លែង
ធ្វើការ។

តែ
តាមរយៈការប្រុងប្រយ័ត្នខ្លះខ្លួន
ក៏មានករណីអាចបង្ការបានដែរ
ណា។

តាមពិតអ្នកដែលជួបគ្រោះការ(Rosai)
គឺអ្នកម្តងម្កាត់មែនទេលោកគ្រូ?

បាទ។
តែ-

អ្នកចាស់នៅយូរក៏ដោយ
ក៏ខុសដោយធ្វើសម្របសម្រួលដែរណា។



ធ្វើយ៉ាងណាអាចបង្ការ
គ្រោះការ(Rosai)លោកគ្រូ?



ដោយសារស្ថានភាពផ្សេងៗគ្នា
ទៅតាមកន្លែងធ្វើការ
ដូចនេះមិនអាចនិយាយជារួម
បានទេណា...

គោរពវិន័យនៅកន្លែង
ធ្វើការផ្ទាល់។

ប្រើប្រាស់ឧបករណ៍
អោយបានត្រឹមត្រូវ។

ពេលគិតថា "ទំនងខុសប្លែក"
រាយការណ៍ទៅអ្នកគ្រប់គ្រងភ្លាម។

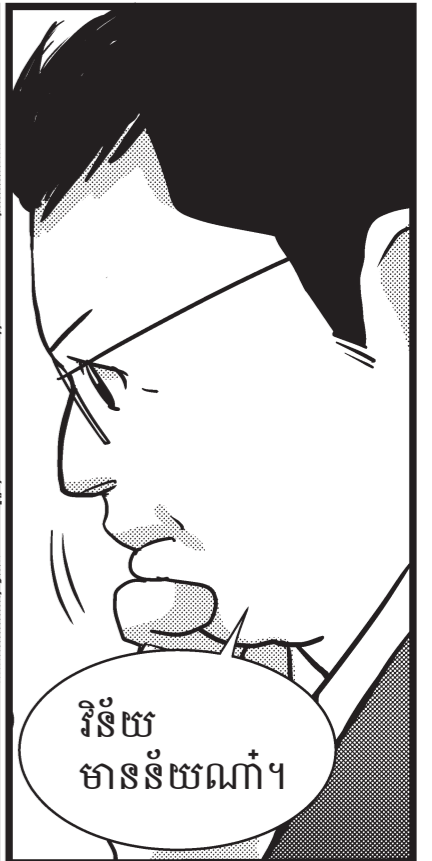
ជាឿងគោល
មែនទែន។

បាទ, ជាឿងគោល
តែពិតជាសំខាន់ណាស់ណា។

យើងអាចមានអារម្មណ៍ខ្ញុំល
ចំពោះការគោរពវិន័យ។

តែ, ការដែល
ល្មើសវិន័យហ្នឹងហើយ

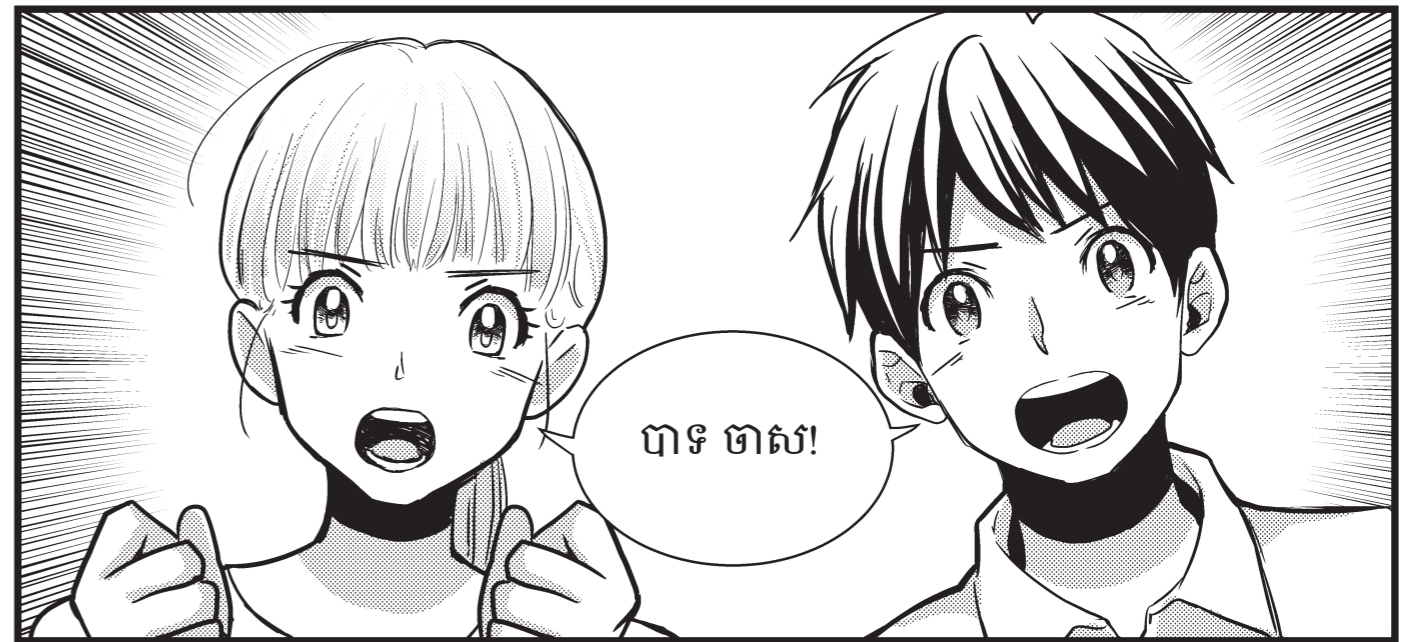
ធ្វើអោយគ្រោះការ(Rosai)
កើតមានជាច្រើនផងដែរ។



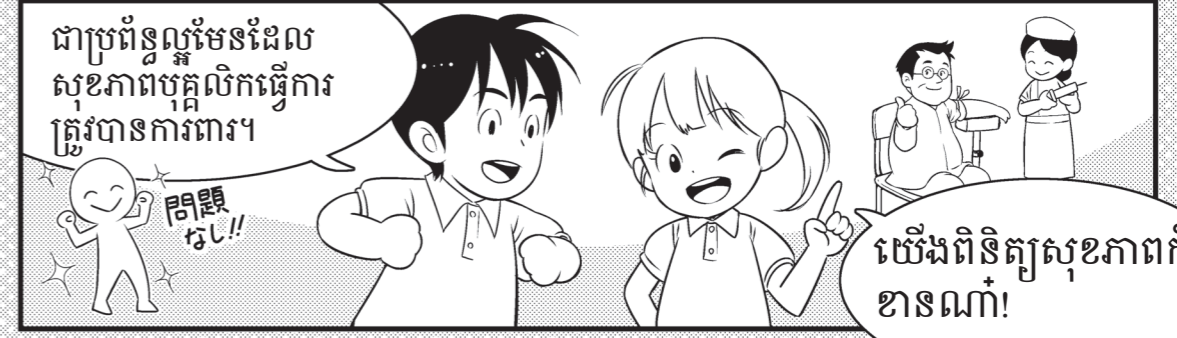
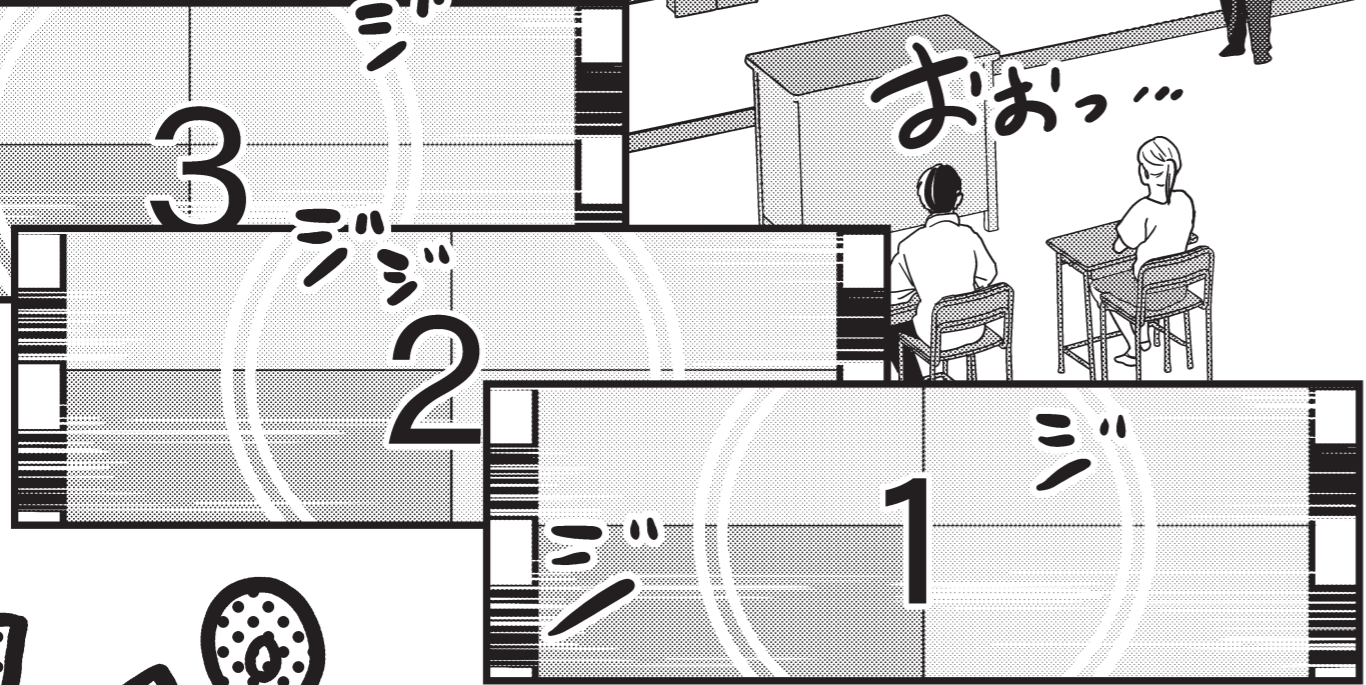
វិន័យ
មានន័យណា។

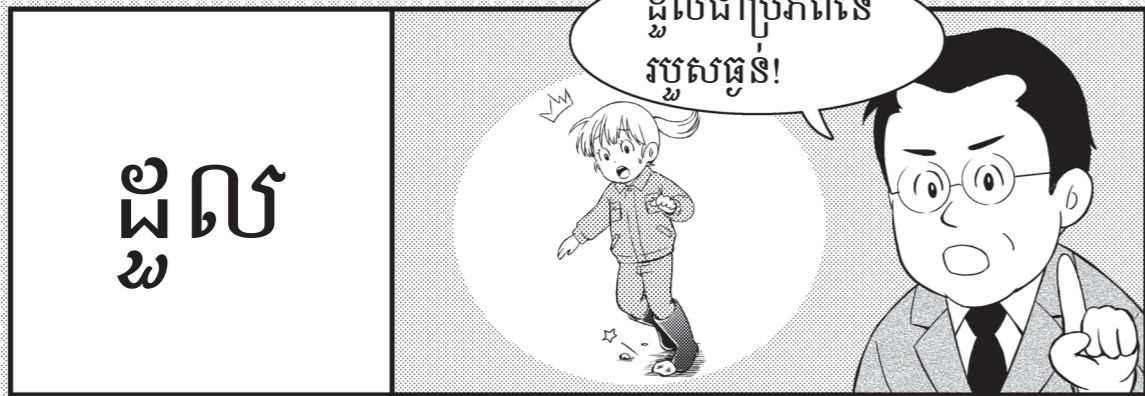
ហើយចងក្រោយ
សំខាន់គឺការការពារខ្លួន
ដោយខ្លួនឯង។

អញ្ចឹងហើយបាន
លោកគ្រូចង់អោយសិក្សាយល់ដឹង
ពីគ្រោះការ(Rosai)ហ្នឹងណា។

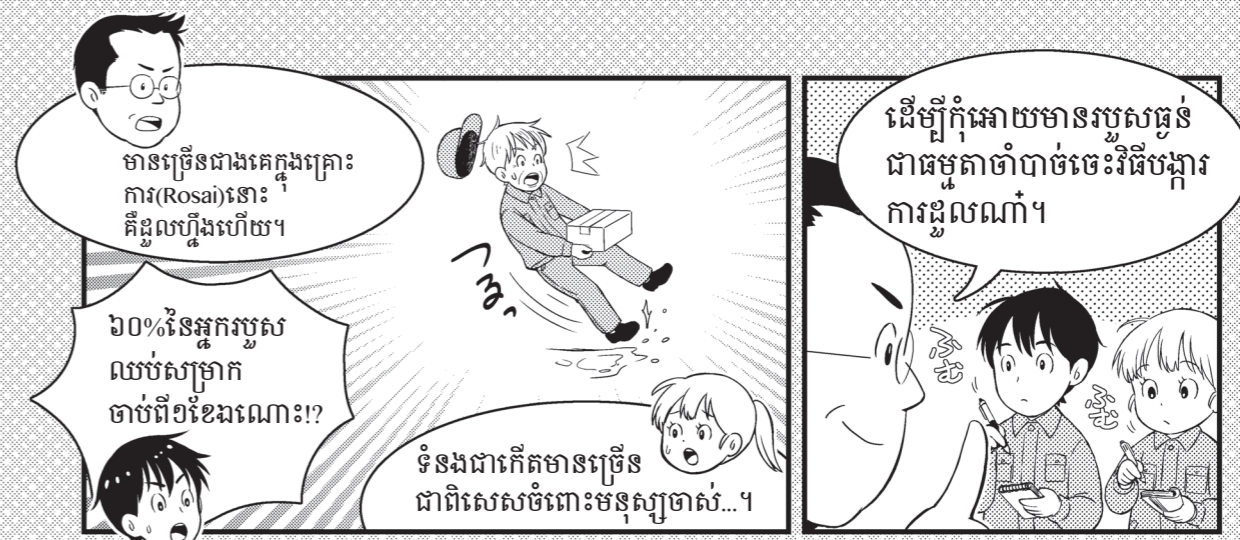


បាទ ចាស!





ជាដំបូង យើងសាកពិនិត្យមើលគ្រោះថ្នាក់នៃការដួល ដែលនៅជុំវិញអ្នកទាំងអស់គ្នា!



ចំណុចវិធានការ ឧទាហរណ៍មានវិធីដូចនេះ!

៤S(រៀបចំ(Seiri) / សំណុំចម្លាក់(Seiton) / សំអាត(Seisou) / ស្ថិតស្ថេរ(Seiketsu))

- មិនទុកដាក់របស់ចោលនៅកន្លែងដើរ។
- ដាក់សំអាតប្រឡាក់លើផ្ទៃក្រាលជាន់។
- បំបាត់គ្រោះថ្នាក់មិនរាបស្មើ រដឹមរដុបនៃផ្ទៃក្រាលជាន់។

វិធីសាស្ត្រធ្វើការដែលមិនអោយនឹងដួល

- ធ្វើសកម្មភាពការងារដោយមានពេលវេលាគ្រប់គ្រាន់។
- ដើរយឺតយូរនៅកន្លែងងាយរអិល។
- មិនដើរកន្លែងពិបាកមើលជំហានជើង។

ពាក់ស្បែកជើងសមស្របសម្រាប់ធ្វើការ ផ្តល់ថែករំលែកពត៌មានពីទីកន្លែងងាយរអិល ក៏ជាប្រសិទ្ធភាពដែរដឹងទេ?

ដឹងមុនពីទីកន្លែងគ្រោះថ្នាក់ ក៏សំខាន់ដែរណាស់។

ជាពិសេសប្រុងប្រយ័ត្ន! កន្លែងដែលមានបិតស្ទើរខ្លាំងណាស់!

ដួលធ្លាក់

ការងារនៅខ្ពស់
ដែលប្រើធាតុធាតុដើមធាតុដើម
មានគ្រោះថ្នាក់ច្រើនណាស់!



ឧទាហរណ៍គ្រោះការ(Rosai)ដែលងាយកើតមាន ដោយជណ្តើរពន្លត់និងវិធានការ

បាត់បង់លំនឹងនៅលើជណ្តើរពន្លត់។

ចំនុចវិធានការ
ពិនិត្យមើលតើមាន
វិធីសាស្ត្រធ្វើការ
សុវត្ថិភាពជាងទេ?

ជណ្តើរពន្លត់ដួល។

ចំនុចវិធានការ
ដាក់អោយជាប់
ឬអោយអ្នកណាជួយទប់។

**ពេលឡើងចុះជណ្តើរតាងពន្លត់
ដែលដើររអិល។**

ចំនុចវិធានការ
ពាក់ស្បែកដើរ
និងស្រោមដៃមិនងាយរអិល។

ចំនុចប្រើប្រាស់សុវត្ថិភាព

ចំនុចប្រើប្រាស់សុវត្ថិភាព
សូមពិនិត្យមើលទីតាំងដាក់បញ្ជូររាបស្មើ
មុំទ្រុត៧៥°, ល្បឿនចេញចាប់ពី៦០cmដើររត់។

ល្បឿនចេញ៦០cm,
៧៥°ដាក់បញ្ជូរ រួចខ្ល!

ចេញទៅលើ
ចាប់ពី៦០cm

ទាមទាររាបស្មើ

ទាមទារចាប់ពី៧៥°

ទាមទារចាប់ពី៦០cm

ឧទាហរណ៍គ្រោះការ(Rosai)ដែលងាយកើតមាន ដោយជណ្តើរកន្លែកនិងវិធានការ

**បាត់បង់លំនឹងពេលជាន់ឬជិះផ្ទៃលើទីនៃ
ជណ្តើរកន្លែក។**

ចំនុចវិធានការ
កុំជាន់ឬជិះផ្ទៃលើ។

**បាត់បង់លំនឹងដោយ
ឈរជាន់ចំហៀង
ជណ្តើរកន្លែក។**

ចំនុចវិធានការ
កុំឈរជាន់ចំហៀង
ជណ្តើរកន្លែក។

**បាត់បង់លំនឹងដោយមានកាន់
លើកក់វ៉ាន់។**

ចំនុចវិធានការ
កុំឡើងចុះជណ្តើរ
ដោយមានកាន់លើកក់វ៉ាន់។

ចំនុចប្រើប្រាស់សុវត្ថិភាព

ការងារនៅលើជណ្តើរ
កន្លែក
ត្រូវធ្វើនៅ
ជាន់ទី២ចុះក្រោមរាប
ពីលើមក
មិនត្រូវធ្វើគ្រោងឬប្រព័ន្ធ
ដែលគ្មានលំនឹងឡើយ។

**ពាក់មួកសុវត្ថិភាពជាប់ប្រចាំក៏ល្អដែរ
ដើម្បីការពារក្បាលដៃនៃអ្នក។**

៤ចំនុចដើម្បីប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព

- ខ្សែក្រវ៉ាត់ចង្កាចិះអោយជាប់ត្រឹមត្រូវ
- ពាក់កុំអោយរៀចផ្ទៀង
- មិនប្រើរបស់បែកខូច
- គោរពតាមចំនួនផ្ទាំងប្រើបាន

ជាពិសេសខ្សែក្រវ៉ាត់ចង្កា
ចិះអោយជាប់ត្រឹមត្រូវ!

យោង៖ ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ / នាយកដ្ឋានការងារខ្ពស់ក្នុងការងារ / ការងារលើយន្តការពិនិត្យស្តង់ដារការងារ
"របៀបបាត់គ្រោះថ្នាក់ធ្លាក់ពីលើជណ្តើរពន្លត់និងជណ្តើរកន្លែក" សម្រាប់ប្រើប្រាស់ស្រាប់គ្រោះថ្នាក់ការងារកណ្តាល
"ភាគ៖ ទីនេះគឺការងារខ្ពស់ដែលគ្រោះថ្នាក់"

ឈឺចង្កេះ



ឈឺចង្កេះដោយនឹងវាវៃ
ដូចនេះចាំបាច់ប្រុងប្រយ័ត្នជាប្រចាំ។



របស់ធ្ងន់គួរប្រើទះដៃ
ឬក៏ប្រអប់ដាក់ល្អជាងណា។



ការបង្ការដោយព័ត៌មានខ្លួន
ជាប្រចាំក៏សំខាន់ដែរ!

ករណីមិនអាចប្រើទះដៃឬក៏ប្រអប់ដាក់
សូមលើកដាក់វាន់ដោយវិធីត្រឹមត្រូវ!

ជំហរលើកឡើង

មិនល្អ
លើកឡើងដោយ
កំលាំងចង្កេះដោយមិន
បត់ជង្គង់។

ចំនុចវិធានការ

លើកឡើងដោយកំលាំង
ជើងនិងជង្គង់ ដោយពន្លា
ជង្គង់ពីជំហរនេះ។

ទីតាំងបន្ទុក

មិនល្អ
បន្ទុកឃ្លាតពីដងខ្លួន។

ចំនុចវិធានការ

ដងខ្លួនត្រូវខិតជិតបន្ទុក
ហើយបន្ទាបទីប្រជុំទ្រង់ខ្លួន។

របៀបប្រើប្រាស់ដងខ្លួន

មិនល្អ
វិកលបន្ទុកដោយតែ
ផ្នែកខាងលើនៃខ្លួន

ចំនុចវិធានការ

ប្តូរមុខទិសតាមដងខ្លួន
ដោយមិនបត់ជង្គង់។

យោង៖ សមាគមបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះថ្នាក់ការងារនៃខណ្ឌហេកតូរ៉ាណាម៉ា - ចំនុចការងារខ្លួនអ្នក វិធានការបង្ការឈឺចង្កេះ

៤S

៤Sជាសកម្មភាពសំដៅ
បង្កើតកន្លែងការងារដោយស្រួល
ធ្វើការចាប់ពីកន្លែងក្បែរខ្លួន
ប្រកបដោយសុវត្ថិភាព



របស់មិនត្រូវការសូមរៀបចំចំពោល។

រៀបចំ (Seiri)

របស់ត្រូវការ សូមរៀបចំទុកដាក់។

សណ្តាប់ធ្នាប់ (Seiton)

សូមបោសសំអាត
កន្លែងធ្វើការអោយ
ស្អាត។

សំអាត (Seisou)

ទាំងកន្លែងធ្វើការនិងបុគ្គលិកធ្វើការ
សូមរក្សាស្ថានភាពស្អាត។

ស្អាតបាត់ (Seiketsu)

4S

ប្រសិនបើកន្លែងធ្វើការយើងបាន
អនុវត្តន៍ ៤S ហ្មត់ចត់
អ្នកទាំងអស់គ្នាអាចធ្វើការ
ដោយអារម្មណ៍ល្អមែនណា។

ខ្ញុំនឹងសាកខិតខំអនុវត្តន៍
ពីកន្លែងក្បែរខ្លួនបាន!

យោង៖ សមាគមបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះថ្នាក់ការងារកណ្តាលមូលដ្ឋាននៃ ៤S

គ្រុនក្តៅ*

*សីតុណ្ហភាពនិងសំណើមខ្យល់ខ្ពស់ ហើយមិនស្រួលខ្លួនដូចជាឈឺក្បាល



មិនមែនយប់ទឹកភ្លៀងណាទេ

អ្នកណាក៏អាចកើតគ្រុនក្តៅបានដែរ ទៅតាមលក្ខខណ្ឌ។

គ្រូនឹងណែនាំវិធីកុំអោយកើតមានគ្រុនក្តៅ នាវដូវក្តៅនៅជប៉ុនដែលក្តៅនេះ!

ចំណុចវិធានការ ១
ទទួលទានជាតិទឹកនិងជាតិស៊ីលីកាតិចតួច បានញឹកញាប់

ចំណុចវិធានការ ២
សម្រាកនៅទីកន្លែងល្អឺមួយ

ចំណុចវិធានការ ៣
ពេលគិតថា "ទំនងដូចជាខុសប្លែក" រាយការណ៍ភ្លាម

ពេលមានការប្តូរ មិនស្រួលខ្លួនខុសប្លែក រាយការណ៍ទៅអ្នកគ្រប់គ្រង!

ពេលដឹងបើអ្នកមិនស្រួលខ្លួន រាយការណ៍ទៅអ្នកគ្រប់គ្រង!

គេងគ្រប់គ្រាន់ជាវិធានការ ចំពោះគ្រុនក្តៅជាងអ្វីទៀតណា។

ក្រៅពីនេះ, សំខាន់ត្រូវរៀនសូត្រ ញឹកញាប់រាល់ពេលព្រឹកអោយបានត្រឹមត្រូវ។

មានសូចនាករដែលជាតិលើ WBGT (លេខសន្ទស្សន៍កំដៅ) ដែលបានគិតមិនត្រឹមតែសីតុណ្ហភាពទេ ថែមទាំងសំណើមខ្យល់ផង។

ប្រសិនបើតម្លៃ WBGT លើសពី ២៨ ដឺក្រេ អ្នកមានគ្រុនក្តៅនឹងកើនឡើងណា។

យ៉ាងនេះក្តី ប្រសិនបើកើតមានគ្រុនក្តៅ ត្រូវសង្គ្រោះបន្ទាន់ភ្លាម។

■ សង្គ្រោះបន្ទាន់ ទី១
រកកន្លែងល្អឺមួយ

ផ្អាកមកទីនេះ!

ដាច់ខាតមិនទុក អោយនៅម្នាក់ឯង!

■ សង្គ្រោះបន្ទាន់ ទី២
បន្ទូលសំលៀកបំពាក់

សម្រាកអោយស្រួល។

■ សង្គ្រោះបន្ទាន់ ទី៣
ទទួលទានជាតិទឹកដែលជាប្រភេទភ្លេច្នះកីឡា

ត្រូវទទួលទាន ជាតិទឹក!

ភេច្នះកីឡាជាជាងទឹក!

គួរទទួលទានជាតិស៊ីលីកាតិចតួចផងដែរ។

■ សង្គ្រោះបន្ទាន់ ទី៤
ធ្វើអោយត្រជាក់ខ្លួន

ធ្វើយ៉ាងម៉េចអញ្ចេះ ខ្លួនក្តៅខ្លាំងណាស់!

ការធ្វើអោយត្រជាក់សរសៃឈាមដែលមាននៅក ប្រកាមខ្លីៗ, ក្តៅនឹងមានប្រសិទ្ធភាព។ ធ្វើអោយត្រជាក់ដៃជើងដែលសរសៃឈាមប្រមូលផ្តុំចុះនោះ ក៏ល្អដែរ។

ករណីឡើងកំដៅ, បាត់បង់ស្មារតី ជាពិសេសគ្រោះថ្នាក់ក្នុងចំណោមរោគសញ្ញាគ្រុនក្តៅផងដែរ! ត្រូវទាក់ទង - បញ្ជូនទៅមន្ទីរពេទ្យបាញ់បាញ់បាញ់។

គ្រុនក្តៅអាចបណ្តាលអោយគ្រោះថ្នាក់ ដល់ស្លាប់ក៏មានផងណា។

ជាពិសេសពេលកំពុងធ្វើការងារពលកម្ម វាអោយកើត ដូចនេះសូមប្រុងប្រយ័ត្ន!

យោង! ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ-យើងការពារទាំងអស់គ្នា! គ្រុនក្តៅ

ឧបករណ៍ការពារ សុវត្ថិភាពអនាម័យ ការងារ



មួកសុវត្ថិភាព

ការពារក្បាលពេលរបស់ធ្លាក់ចុះពីលើក្បាល ឬពេលដួលធ្លាក់ពីទីខ្ពស់។

- ៤ចំណុចដើម្បីប្រើប្រាស់ដោយសុវត្ថិភាព**
- ខ្សែក្រវ៉ាត់ចង្កាបិទដោយជាប់ត្រឹមត្រូវ
 - ពាក់កុំណាយរៀបរយ
 - មិនប្រើរបស់បែកខូច
 - គោរពតាមចំនួនផ្ទាំងប្រើបាន

ជាពិសេសខ្សែក្រវ៉ាត់ចង្កា បិទដោយជាប់ត្រឹមត្រូវ!



វ៉ែនតាការពារ

ការពារធ្នូលីឬគ្រាប់ ចូលភ្នែក។



ឧបករណ៍ការពារសំឡេង



ប្រើសម្រាប់ការពារ គ្រឿងសំឡេងធ្ងន់រំខាន។ សូមប្រើប្រាស់ឧបករណ៍សមស្រប ទៅតាមបរិមាណសំឡេងធ្ងន់រំខាន។

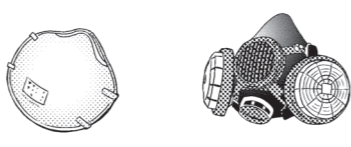
របស់ការពារសម្រាប់ដកដង្ហើម

ការពារការស្រូបចូលនូវ ហ្គាសក្នុងខ្យល់ឬធ្នូលី។

ម៉ាស់ការពារជាតិពុល
ការពារការស្រូបចូលនូវហ្គាសមានជាតិពុល។



ម៉ាស់ការពារធ្នូលី
ការពារការស្រូបចូលនូវធ្នូលី ក្នុងខ្យល់អាកាស

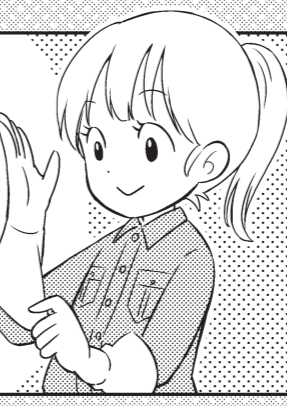


ម៉ាស់ដែលមិនមែនជា តម្បាញឬស្បៃ ពុំមានប្រសិទ្ធភាព ដូចនេះឡើយ!



ស្រោមដៃ

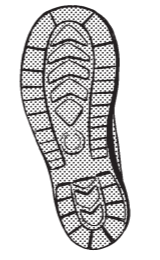
ការពារលាមកប្រូប្រូសមូត និងអិលរូតកំរាស់ ពេលលើកដាក់ធុញូនដើម។ សូមប្រើប្រាស់សម្រាប់ទៅតាមការប្រើ ដូចជាក្រណាត់ឬជីវដើម។



ស្រោមដៃការពារគីមី ជាស្រោមដៃប្រើសម្រាប់ ការពារស្បែកពី សារធាតុគីមីដើម។



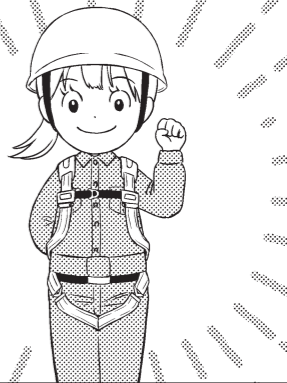
ស្បែកជើងសុវត្ថិភាព



ការពារជើងពីរបស់ធ្ងន់ធ្លាក់លើ ឬជាន់មុតដៃគោល ឬកៀបជាប់នឹងម៉ាស៊ីនដើម។

អស្បែករណី (ក្រវ៉ាត់ជុំខ្លួន)

ប្រើប្រាស់សម្រាប់ ការពារទប់ស្កាត់ធ្លាក់ ពីលើទីខ្ពស់មក។



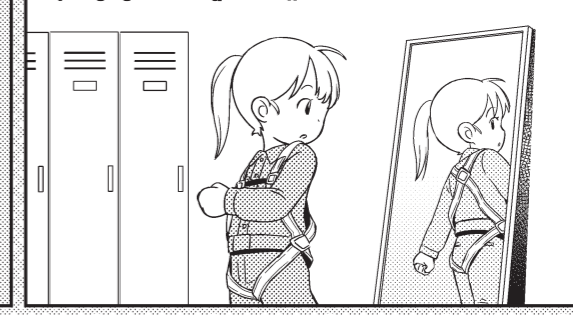
ចំនុចវិធានការ ២

សូមជ្រើសរើសឧបករណ៍ការពារ ត្រូវទំហំខ្លួនដូចជាមុខ, ដៃជើងដើម។



ចំនុចវិធានការ ៣

ពាក់អោយបានត្រឹមត្រូវ និងប្រើប្រាស់អោយបានត្រឹមត្រូវ។ មុខងារគ្រប់គ្រាន់ចំនួនតាមប្រការចេញឡើយណា!



យោង៖ សមាគមបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះថ្នាក់ការងារកណ្តាល ការណែនាំឧបករណ៍ការពារសុវត្ថិភាពនិងសុខភាព ដែលការពារអ្នក (សម្រាប់អ្នកធ្វើការនៅខុសប្រទេសកម្ពុជា) ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ ឧបករណ៍ការពារអនាម័យ ការងារ (ឧបករណ៍ការពារសម្រាប់ដកដង្ហើម, ស្រោមដៃការពារ, វ៉ែនតាការពារ)

ស្លាកសញ្ញា ហាមឃាត់

ស្លាកសញ្ញាសុវត្ថិភាពមាន៥ប្រភេទ។
កុំភ្លេចនឹងបង្ហាញស្លាកសញ្ញាសំខាន់ៗ!



ស្លាកសញ្ញាហាមឃាត់

<p>ហាមជក់បារី</p> <p>No smoking</p>	<p>ហាមដាច់ខាតបញ្ឆេះភ្លើង</p> <p>No open flame</p>	<p>ហាមចូល</p> <p>No admittance</p>	<p>ហាមប្រើប្រាស់ទូរស័ព្ទដៃ</p> <p>Do not use mobile phones</p>	<p>ហាមចុះ</p> <p>Do not touch</p>
-------------------------------------	---	------------------------------------	--	-----------------------------------

ស្លាកសញ្ញាចង្អុលបង្ហាញ

<p>ពាក់មួកការពារ</p> <p>Wear head protection</p>	<p>ពាក់វ៉ែនការពារ</p> <p>Wear eye protection</p>	<p>ពាក់សំលៀកបំពាក់ការពារ</p> <p>Protective clothing must be worn</p>	<p>ពាក់ស្បែកជើងសុវត្ថិភាព</p> <p>Wear safety footwear</p>	<p>លាងដៃ</p> <p>Wash your hands</p>
--	--	--	---	-------------------------------------

ស្លាកសញ្ញាប្រុងប្រយ័ត្នអាសន្ន

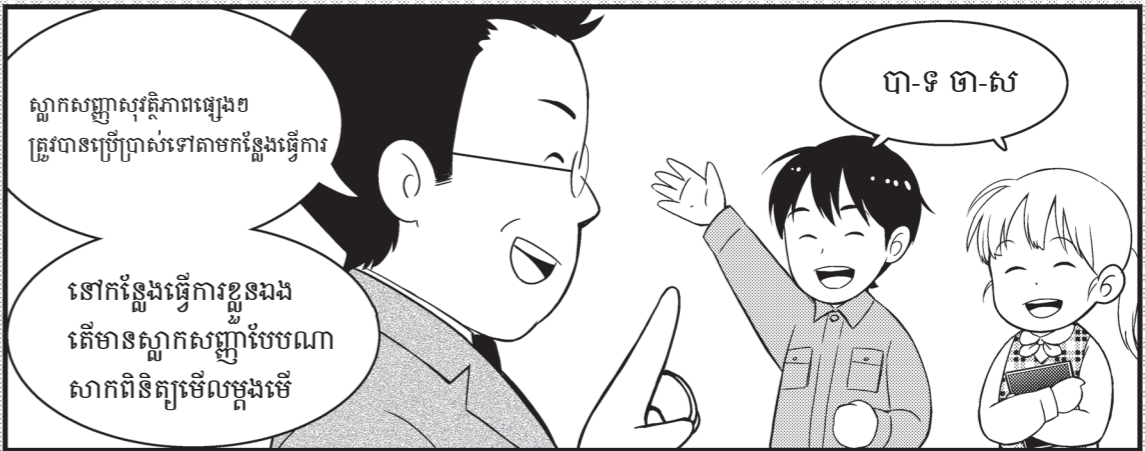
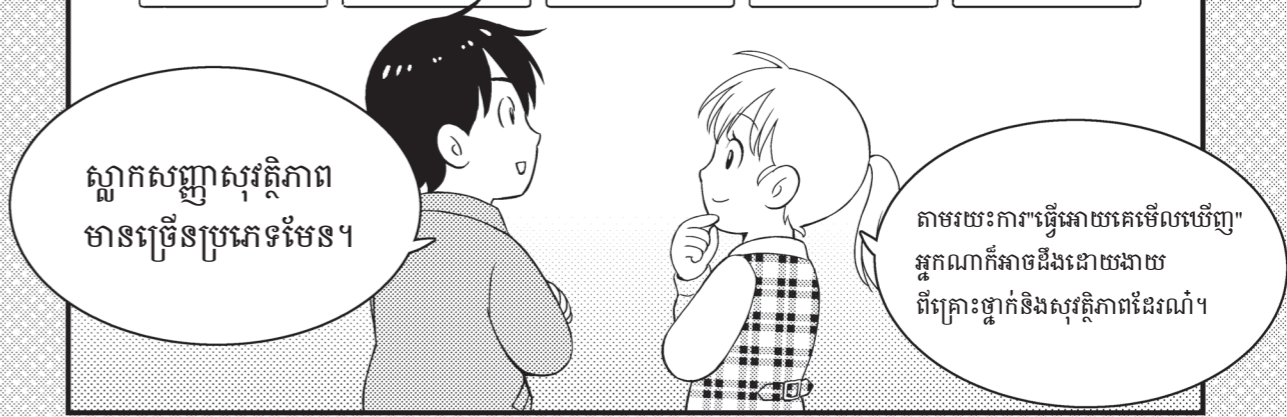
<p>ប្រយ័ត្នដុំលុត្តាក់</p> <p>Warning: drop</p>	<p>ប្រយ័ត្នជណ្តើរឡើងមានគម្លាត</p> <p>Warning: uneven access/up</p>	<p>ប្រយ័ត្នសារធាតុមានជាតិពុល</p> <p>Warning: Toxic material</p>	<p>ប្រយ័ត្នអគ្គីភ័យ</p> <p>Warning: electricity</p>	<p>ប្រយ័ត្នពិដាន</p> <p>Warning: overhead</p>
---	--	---	---	---

ស្លាកសញ្ញាស្ថានភាពសុវត្ថិភាព

<p>ច្រកចេញបន្ទាន់</p> <p>Emergency Exit</p>	<p>កន្លែងនៅពេលរត់គេចអាសន្ន</p> <p>Safety evacuation shelter</p>	<p>បន្ទប់សង្គ្រោះបឋម</p> <p>First aid</p>	<p>គ្រែស្តែង</p> <p>Stretcher</p>	<p>ជណ្តើររត់គេចអាសន្ន</p> <p>Escape ladder</p>
---	---	---	-----------------------------------	--

ស្លាកសញ្ញាបង្ការអគ្គីភ័យ

<p>ឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គីភ័យ</p> <p>Fire extinguisher</p>	<p>បំពង់ទូយោពន្លត់អគ្គីភ័យ</p> <p>Fire hose reel</p>	<p>ក្រណាត់ភ្លុយពន្លត់អគ្គីភ័យ</p> <p>Fire blanket</p>	<p>ប៊ូតុងអាសន្ន SOS</p> <p>Emergency call button</p>	<p>ទូរស័ព្ទអាសន្ន SOS</p> <p>Emergency telephone</p>
--	--	---	--	--



យោង៖ សមាគមបង្ការទម្លាក់គ្រោះថ្នាក់កាដារកណ្តាល "សម្រាប់ពលករនិយោជិតផ្សេងៗ" សៀវភៅណែនាំការងារសុវត្ថិភាព

ធ្វើដំណើរមកធ្វើការ



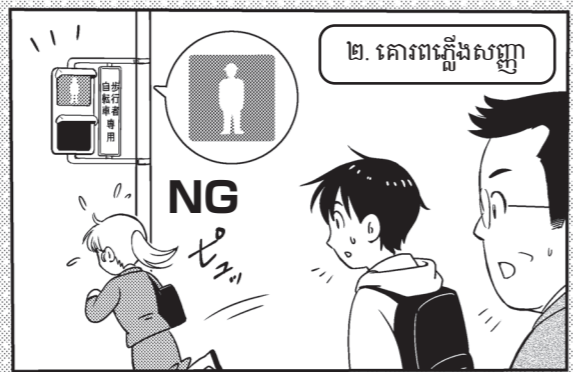
ពេលធ្វើដំណើរមកធ្វើការ
ក៏មានគ្រោះថ្នាក់ផងដែរណាស់។

ជារឿងធម្មតា
ក៏ប៉ុន្តែ ពេលអ្នកទាំងអស់គ្នា
គោរពច្បាប់ចរាចរណ៍
គ្រោះថ្នាក់ដាច់ខាតនឹងថយចុះ។



១. កន្លែងដែលគ្មានគំនូសផ្លូវ
ឡើងដើរឆ្លងកាត់ មិនត្រូវឆ្លងកាត់

NG



២. គោរពកន្លែងសញ្ញា

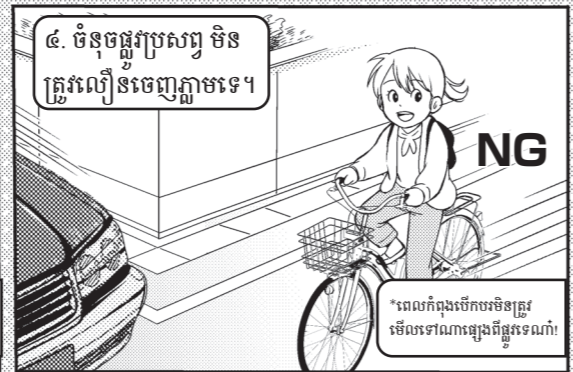
NG



៣. ពេលកំពុងបំបាត់ទី មិនត្រូវប្រើប្រាស់ទូរស័ព្ទដៃ។

NG

*កាលពាក់ស្ពាន់មិន
ត្រូវប្រើផងដែរណាស់!



៤. ចំនុចផ្លូវប្រសព្វ មិន
ត្រូវលឿនចេញភ្លាមទេ។

NG

*ពេលកំពុងបើកមិនត្រូវ
មើលទៅណាមួយឆ្ងាយពីខ្លួនទេណាស់!

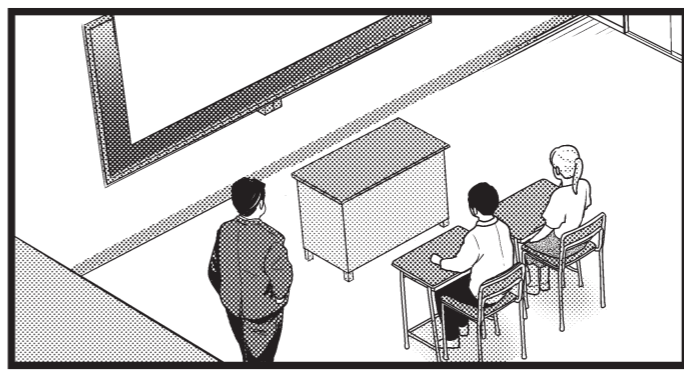


ពេកកំពុងសម្រាកព្យាបាល
ធ្វើការមិនកើត
ជំងឺវិបាកលំបាកមែន។

ពេលត្រូវរង
គ្រួសារក៏ជ្រួយបានម្តង។

ករណីខ្លះអាចបន្ទុយនូវ
ផលវិបាកនៃជំងឺផងដែរ...។

សូមចាំថា
ការគោរពច្បាប់ចរាចរណ៍
ជាការគោរពខ្លួនឯង!



សរុបមក
ប្អូនឯងបានមើលពី
គ្រោះថ្នាក់ការងារដែលងាយកើតមាន

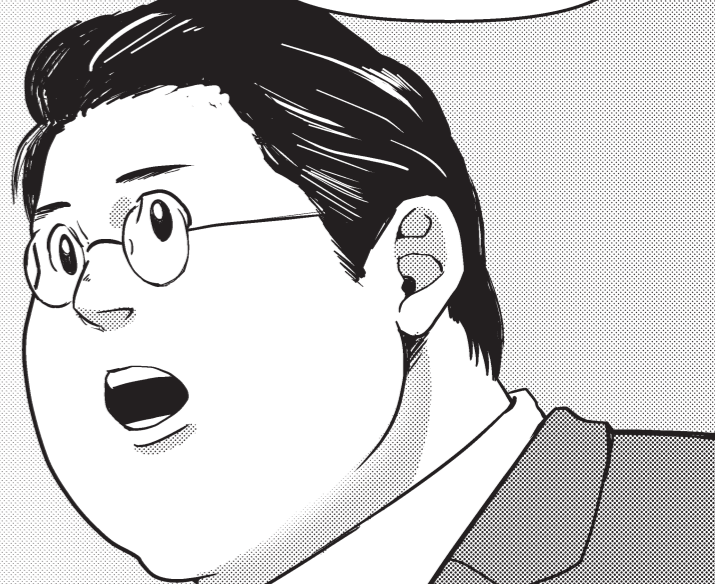
យ៉ាងម៉េចដែរ?



គ្រោះថ្នាក់មាននៅកន្លែង
ក្បែរខ្លួនមែនទេ...។

តុល្យភាគិ
ជាពិសេសត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន។

ប្រសិនបើមានអ្នករូបសប្បុរសជន
ចាំបាច់ដោះស្រាយអោយបានឆាប់រហ័ស។





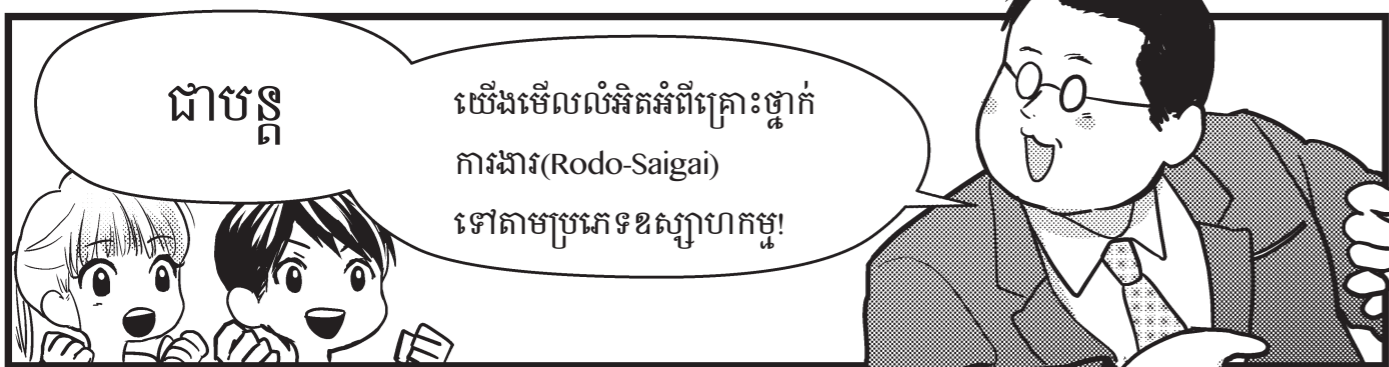
បើមានអ្នករយ្យសប្បុរសភាពទំនងមិនស្រួលខ្លួន

ត្រូវស្រែកប្រាប់អ្នកជុំវិញភ្លាម។



ពេលខ្លួនឯងត្រូវរយ្យសក៏ដោយ ត្រូវប្រាប់អ្នកជុំវិញ មិនត្រូវប្រាប់ទេ។

ពេលបន្ទាន់ អាចសុំអោយអ្នកទទួលខុសត្រូវ កន្លែងធ្វើការផ្ទាល់ ហៅរថយន្តសង្គ្រោះបន្ទាន់ណា!



ជាបន្ត

យើងមើលលំអិតអំពីគ្រោះថ្នាក់ ការងារ(Rodo-Saigai) ទៅតាមប្រភេទឧស្សាហកម្ម!

បោះពុម្ពផ្សាយដោយ៖ ក្រុមស្នងសុខុមាលភាពនិងការងារ រៀបចំគម្រោងដោយ៖ Mizuho Information & Research Institute, Inc. ត្រួតពិនិត្យនិងនូវដោយ៖ គណៈកម្មាធិការលើកកម្ពស់ការរៀបចំសម្ភារៈអប់រំស្តីពីសុវត្ថិភាពអនាម័យការងារ សមាគមបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះថ្នាក់ការងារកណ្តាល ផលិតដោយ៖ Sideranch Inc. ផលិតដោយ៖ Sideranch Inc.

យល់ដឹងតាមរយៈម៉ាងហ្គាក់(Manga)
មូលដ្ឋាននៃ សុវត្ថិភាពអនាម័យ និងបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះការ(Rosai)

បោះពុម្ពផ្សាយខែពិសាខ្នាំ២០២០
បោះពុម្ពផ្សាយដោយ៖ ក្រុមស្នងសុខុមាលភាពនិងការងារ រៀបចំគម្រោងដោយ៖ Mizuho Information & Research Institute, Inc. ត្រួតពិនិត្យនិងនូវដោយ៖ គណៈកម្មាធិការលើកកម្ពស់ការរៀបចំសម្ភារៈអប់រំស្តីពីសុវត្ថិភាពអនាម័យការងារ សមាគមបង្ការទប់ស្កាត់គ្រោះថ្នាក់ការងារកណ្តាល ផលិតដោយ៖ Sideranch Inc. ផលិតដោយ៖ Sideranch Inc.



症状・病状説明のための 指さしシート

សន្លឹកចង្អុលបង្ហាញសម្រាប់ពន្យល់ ពីរោគសញ្ញា · លក្ខណៈជំងឺ

このシートの利用方法 | របៀបប្រើប្រាស់សន្លឹកនេះ

例 | ឧទាហរណ៍

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



頭が痛い
ឈឺក្បាល



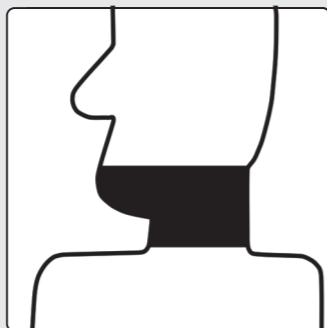
我慢できる
អាចទ្រាំបាន



かなりつらい
ពិបាកក្នុងខួនខ្លាំង

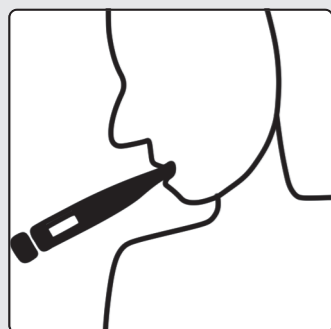


頭が痛い
ឈឺក្បាល



のどが痛い
ឈឺក

せきができる
ក្អក



熱がある
ឡើងកំដៅខ្លួន



腰が痛い
ឈឺចង្កេះ

足がしびれる
ឈឺជង្គង់



めまいがする
វិលមុខធ្លឹងធ្លោង



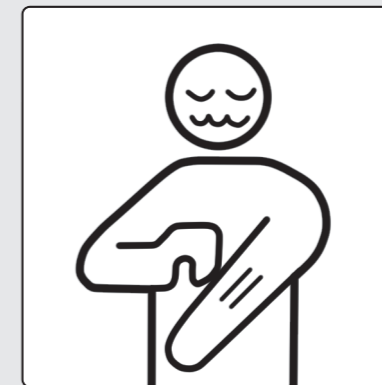
膝が痛い
ឈឺជង្គង់

曲げられない
ជង្គង់មិនអាចបត់បាន



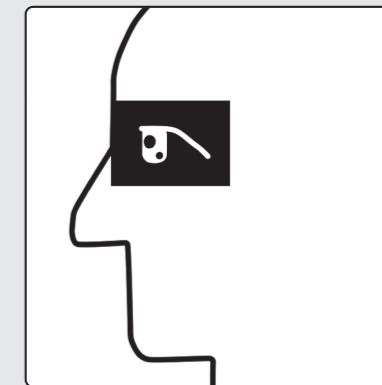
おなか(胃)が痛い
ឈឺពោះ(ក្រពះ)

下痢
វាត



かぶれた
រាលកន្ទួល

発疹がでた
ឡើងក្រហម



目が痛い
ឈឺភ្នែក

目がかゆい
រមាស់ភ្នែក

怪我をした | ត្រូវវរបួស



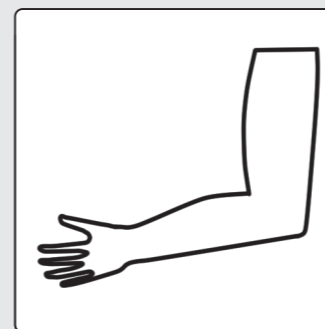
転倒した
ដួល

落ちた
ធ្លាក់

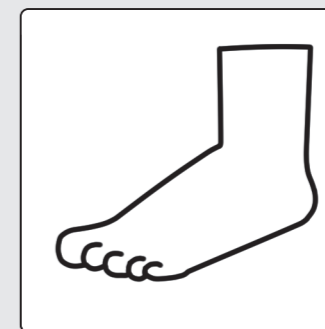


刺さった
ចាក់

やけどした
រលាក



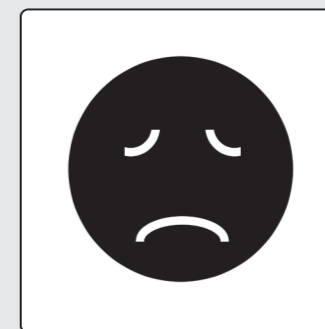
切った
មុត



ぶつかった
បុក



我慢できる
អាចទ្រាំបាន



かなりつらい
ពិបាកក្នុងខួនខ្លាំង



ទំនាក់ទំនងមកយើងស្តីពីឯកសារនេះ

ផ្នែកសុវត្ថិភាព ការិយាល័យសុវត្ថិភាពអនាម័យ
នាយកដ្ឋានស្តង់ដារការងារ ក្រសួងសុខាភិបាលនិងការងារ