

まんがでわかる



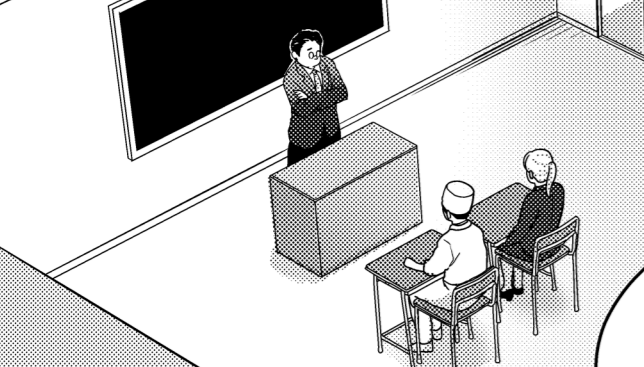
नेपाली संस्करण

नेपाली भाषा

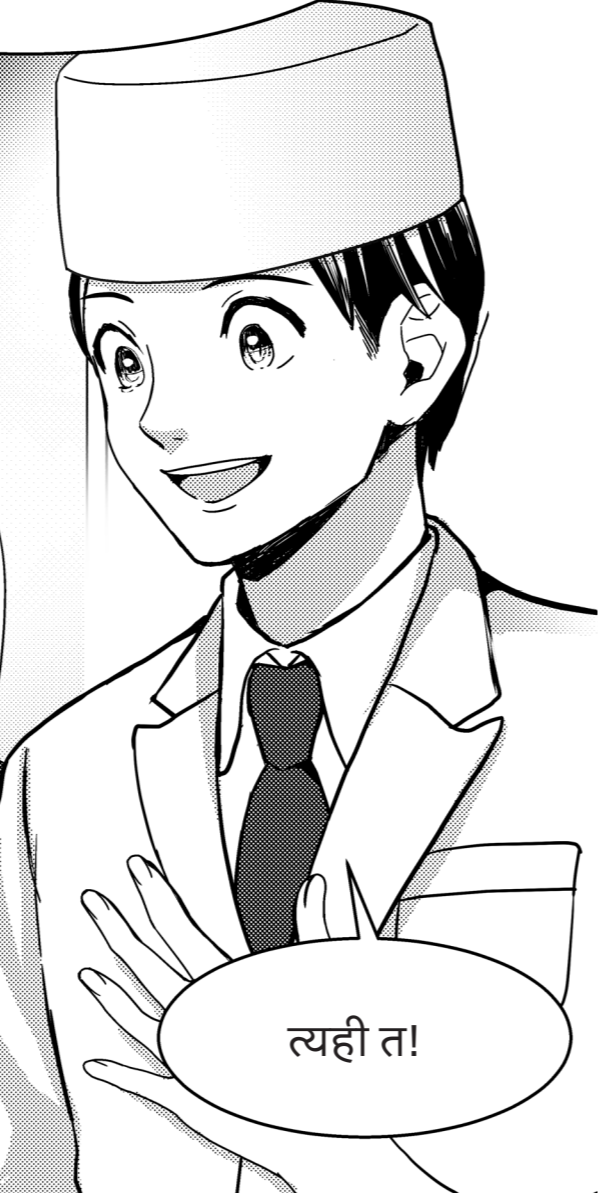
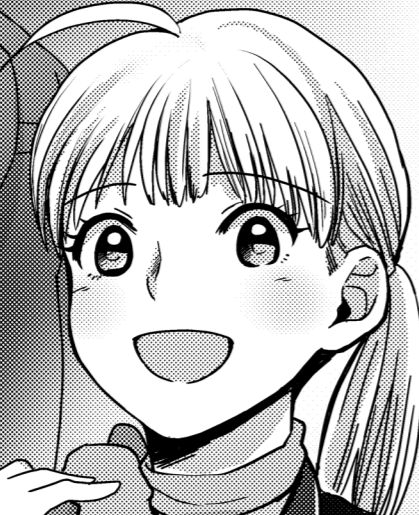
宿泊業の安全衛生

कमिकको साथ बुझ्नुहोस्
आवास उद्योगको सुरक्षा र स्वास्थ्य बारे ।





आउनुहोस्, आज आवास उद्योगको सुरक्षा र स्वास्थ्य बारेमा सिकौं ।



आवास व्यवसाय अतिथि सत्कार गर्ने एकदम राम्रो काम हो ।

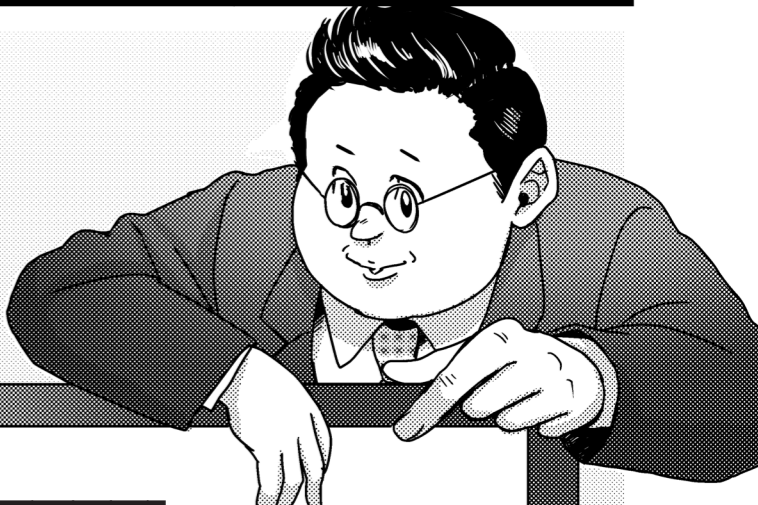
त्यही त!



तैपनि त्यस्ता कार्यस्थलमा व्यावसायिक दुर्घटनाहरू भैरहेकाछन् ।

हो र!

त्यसो भए व्यावसायिक दुर्घटनाहरूको मुख्य कारणहरू एक पटक हेरौं ।



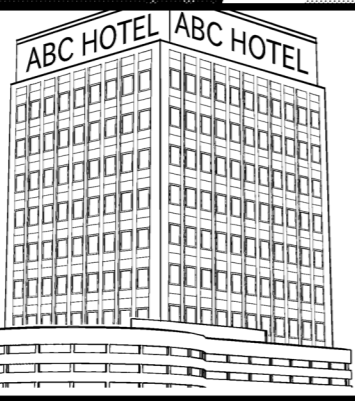
व्यावसायिक दुर्घटनाहरूको सङ्ख्या

१	लडेर	७६१ केस
२	क्र्यास / गिरावटबाट	२६४ केस
३	झुक्किएर / जबर्जस्ति गरेर	१६५ केस
४	ठोक्किने	१११ केस
५	काट्ने / कतै घस्ने	८६ केस

सन्दर्भ: केन्द्रीय व्यावसायिक दुर्घटना रोकथाम संघ "कार्य दुर्घटना विश्लेषण डेटा / रयोकान् व्यवसाय उपकूल (सन् २०१८)" (अगस्त २०१९ मा अपडेट गरिएको)



यो काम एकदम राम्रो देखिन्छ, त्यसैले यो काम गर्नु पर्ला जस्तो छ।



सुन्दर कार्यस्थल पनि आकर्षक छ।



"लड्ने" र "क्र्यास / गिरावटबाट" सङ्ख्या धेरै छ है ...।





सही हो।

पहिलो चाहीं "लड्ने"। यस बारे विचार गरौं। यसलाई तीन प्रकारमा विभाजित गर्न सकिन्छ।



"चिप्लिएर"
"ठोकिएर"
"गलत ठाउँमा टेकेर"

होटल र रयोकान जस्ता ठूलो एरिया भएका ठाउँहरूमा धेरै ओहोरदोहोर गरिराख्नु पर्ने भएर ।



त्यो त हो, नाटक र चलचित्रहरूमा पनि व्यस्तता देखिन्छ।

एउटा कारण भनेको: ग्राहक कुरिराख्नु नपरोस् भनेर हो।



कसरी लड्नेबाट जोगिन सक्छौं?

व्यक्ति आफैले ध्यान दिनु त छदैछ त्यति मात्र नभएर आफ्नो वरपरको वातावरण व्यवस्थित गरि, नलड्ने अवस्था बनाउनु पनि एकदम महत्त्वपूर्ण छ।

सामान छुट्टयाउने (Seiri)
व्यवस्थापन (Seiton)
सुगधर (Seiketsu)
सफाई (Seisou)

४S



सामान छुट्टयाउनु र व्यवस्थित गर्नु, कस्तो दिक्क लाग्दो....

हामी आफै होसियार भयौं भने त पक्कै लड्दैनौ नि!

के?

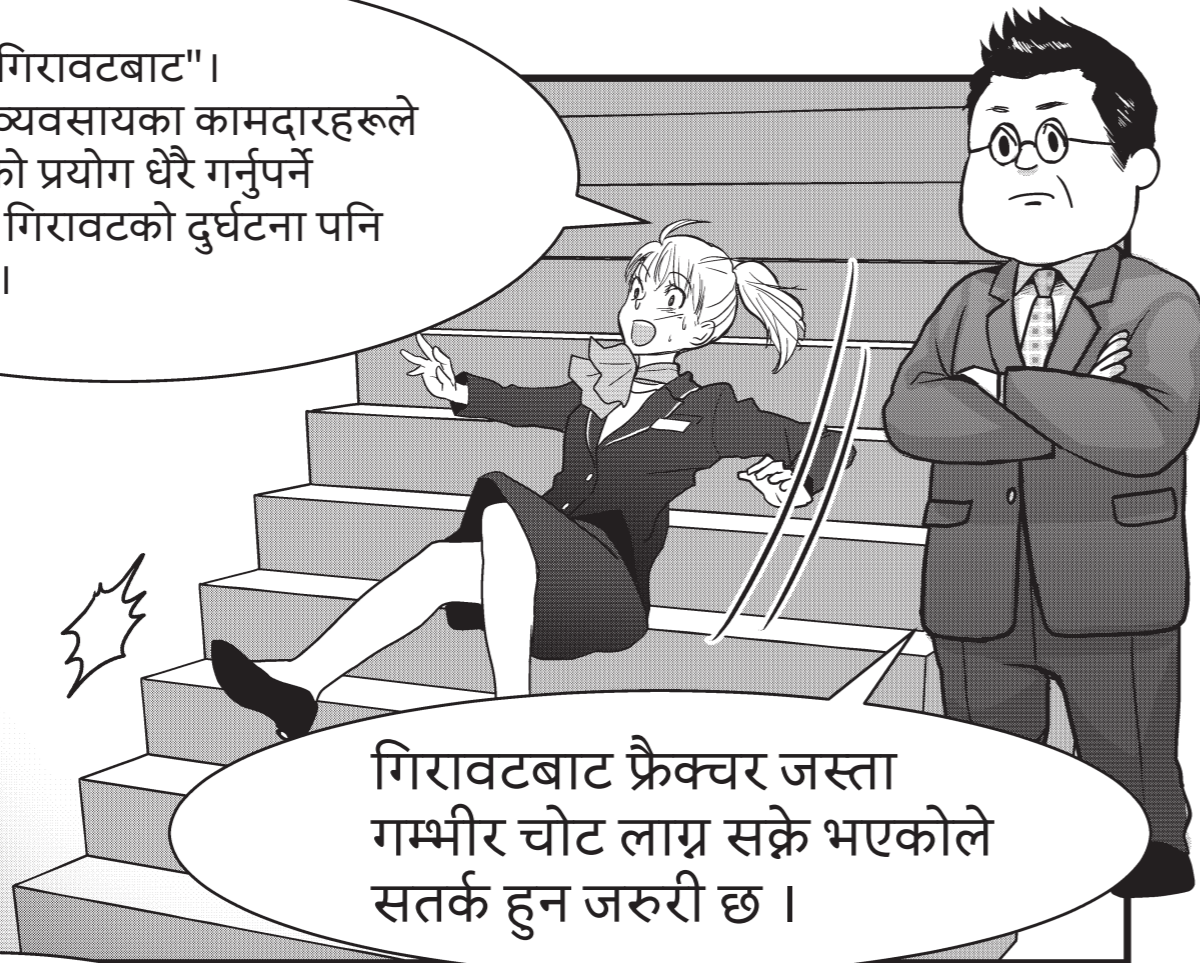


आफु मात्र हैन अरु कोहीपनि नलड्ने कार्यस्थल सिर्जना गर्न एकदम आवश्यक छ!

हह ह हस !

हह...

अर्को, " गिरावटबाट"।
आवास व्यवसायका कामदारहरूले
भर्याडको प्रयोग धेरै गर्नुपर्ने
भएकोले गिरावटको दुर्घटना पनि
धेरै हुन्छ।



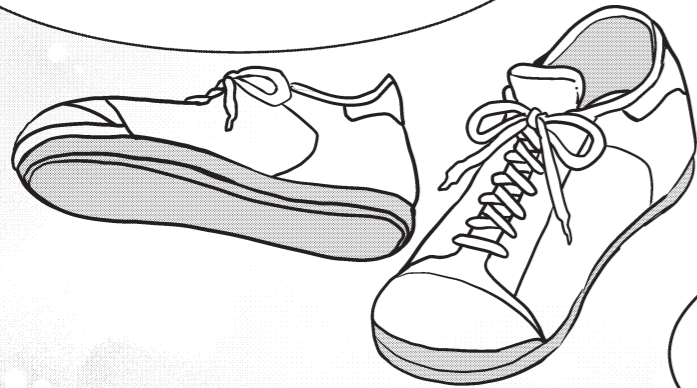
गिरावटबाट फ्रैक्चर जस्ता
गम्भीर चोट लाग्न सक्ने भएकोले
सतर्क हुन जरुरी छ ।

गम्भीर चोट लागेर काम गर्न नसक्ने
भयो भने परिवारले पनि चिन्ता
गर्छ अनि कमाई नहुन पनि सक्छ।



त्यसकारण सधैं सतर्क हुनु
महत्वपूर्ण छ।

चिप्लिने जुता नलगाउने वा
कार्यस्थलको खतरनाक ठाउँहरू बारे
पहिले नै थाहा पाइराख्नु जरुरी छ।



सबै कर्मचारीहरूलाई
सूचना !

पछाडिपट्टिको सिँढीमा
दौडिने नगरौं ।
पानीपरेको दिनमा झन्
चिप्लिने हुँदा विशेष ध्यान
दिनुहोस् !!

अनि त्यसपछि समयलाई
ध्यानमा राखेर काम गर्नु पनि
महत्वपूर्ण छ।

"झुक्किएर / जबर्जस्ति गर्ने "
भनेको काम सम्बन्धित कस्तो
दुर्घटना हो?



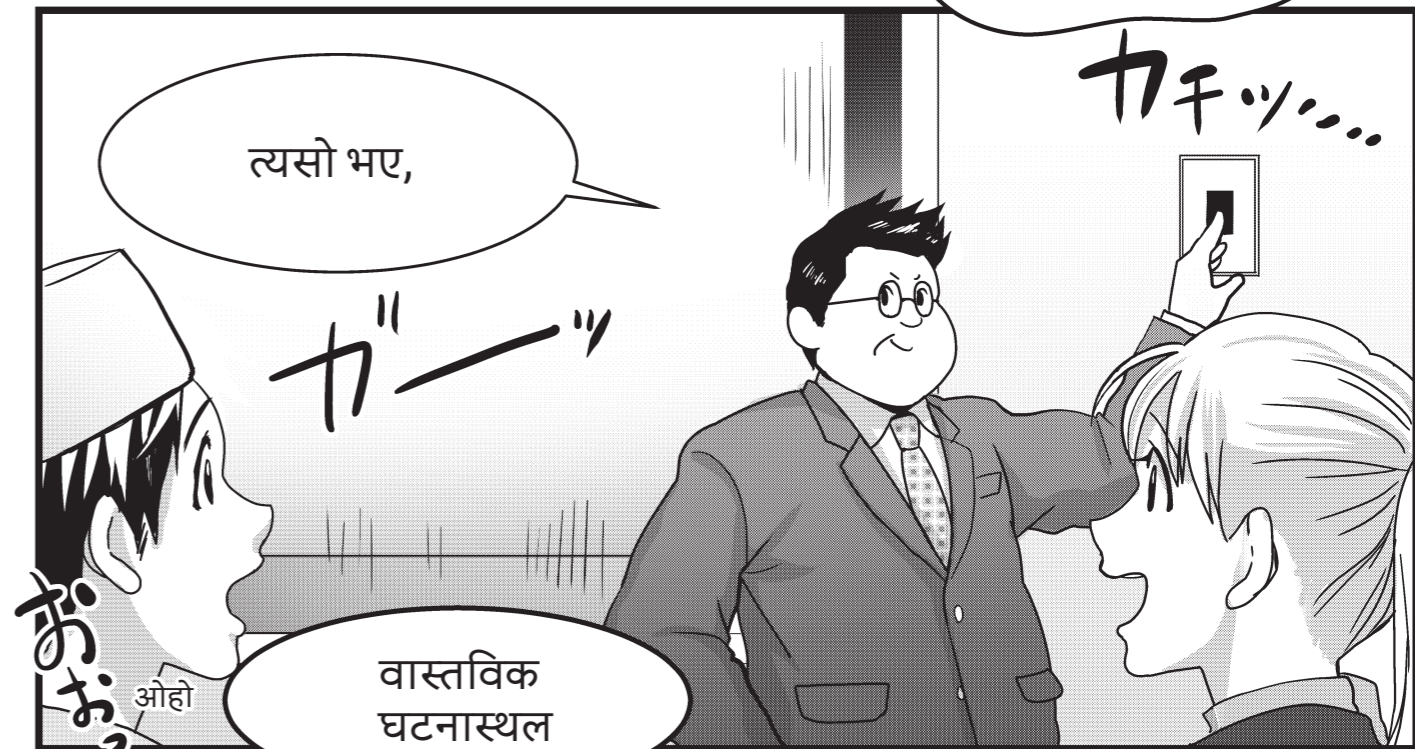
उदाहरणको लागि,
लामो समय सम्म उभिएर
काम गर्ने अथवा

ग्राहकको सामान बोक्ने जस्ता
क्रममा ढाडमा चोट पुगेको
केस पनि छन् ।



त्यस्तो पो...

त्यसो भए,



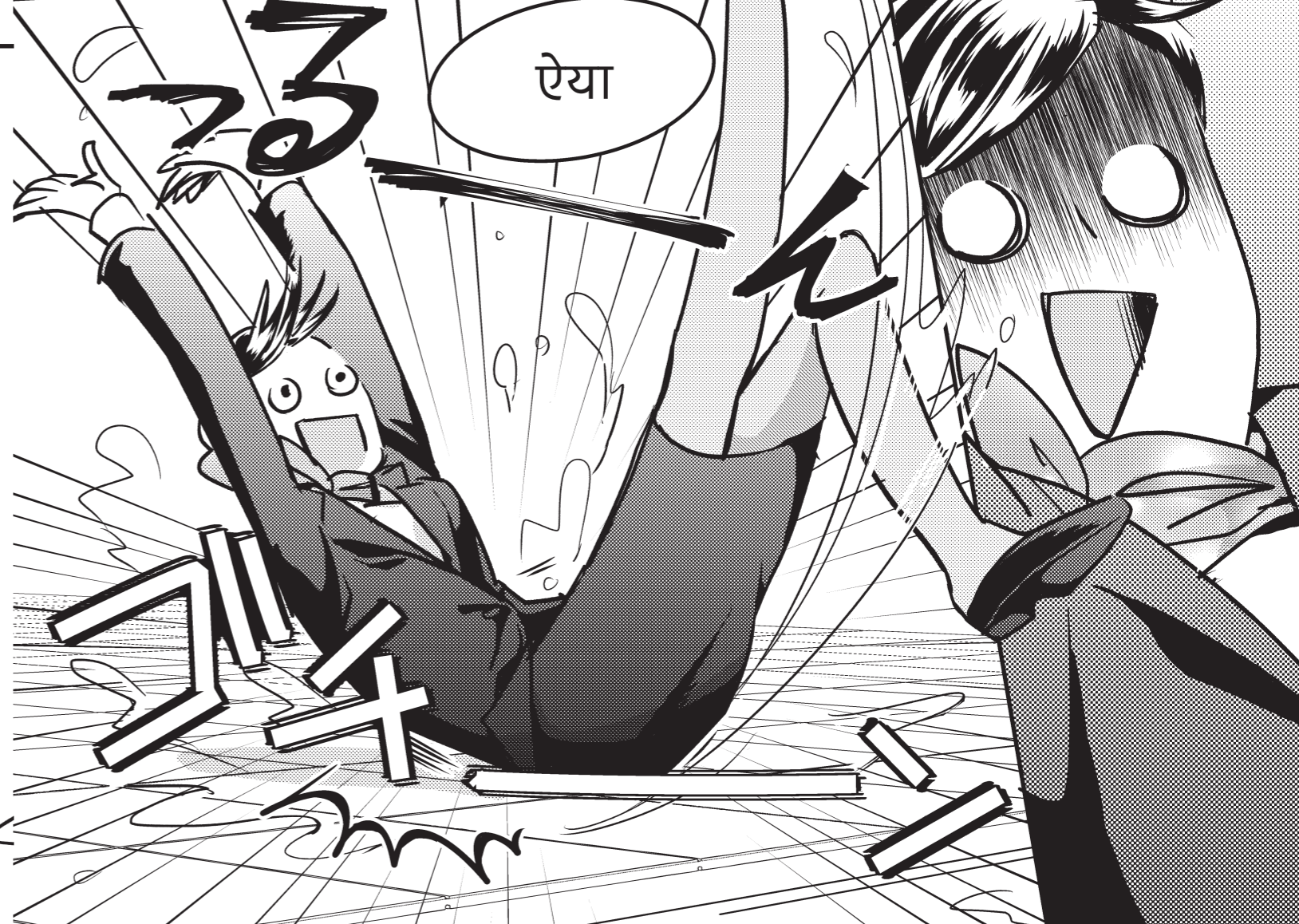
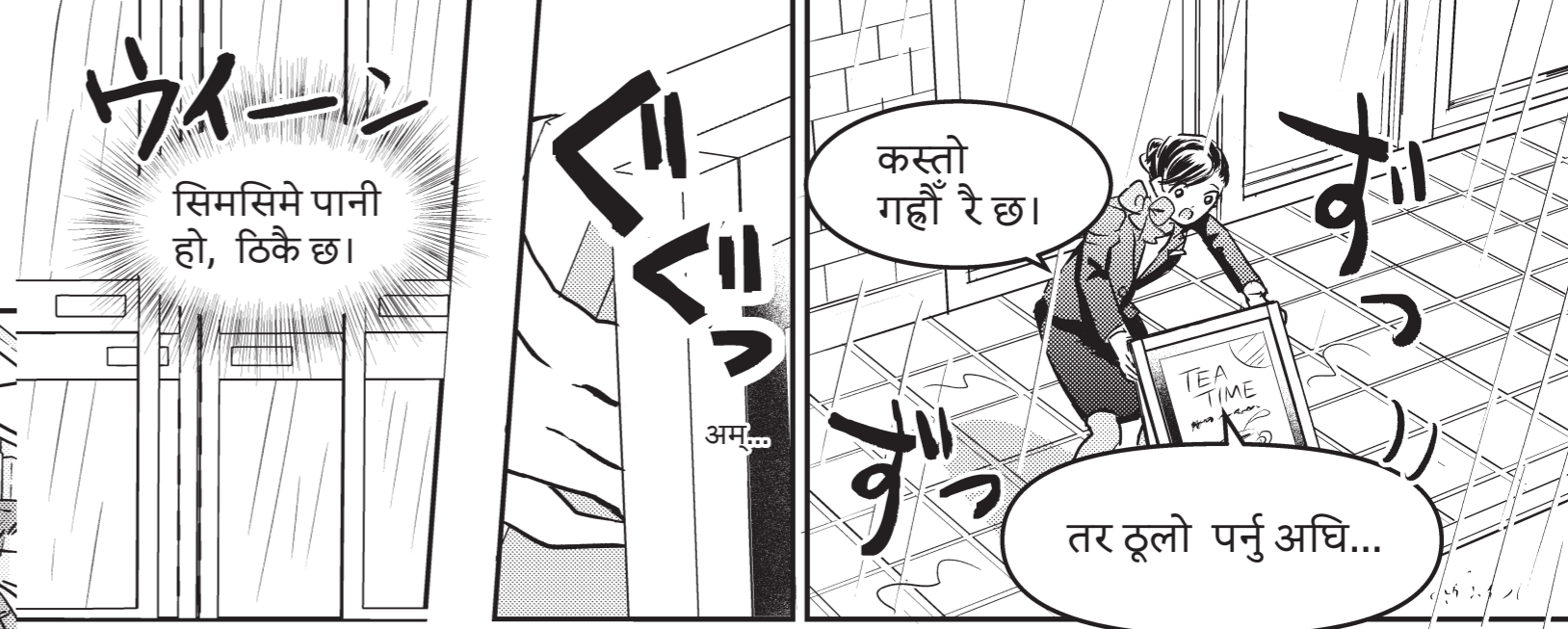
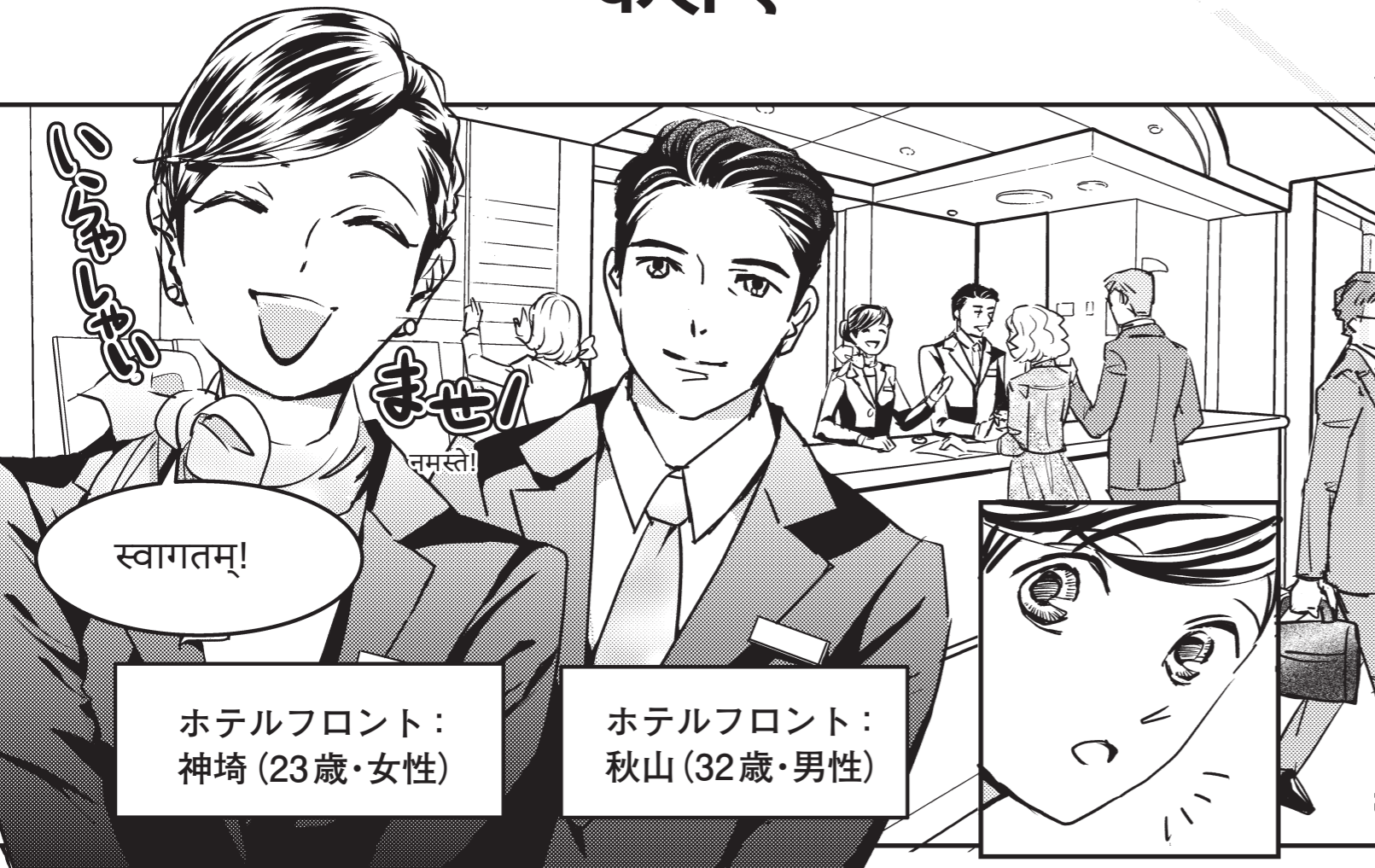
वास्तविक
घटनास्थल

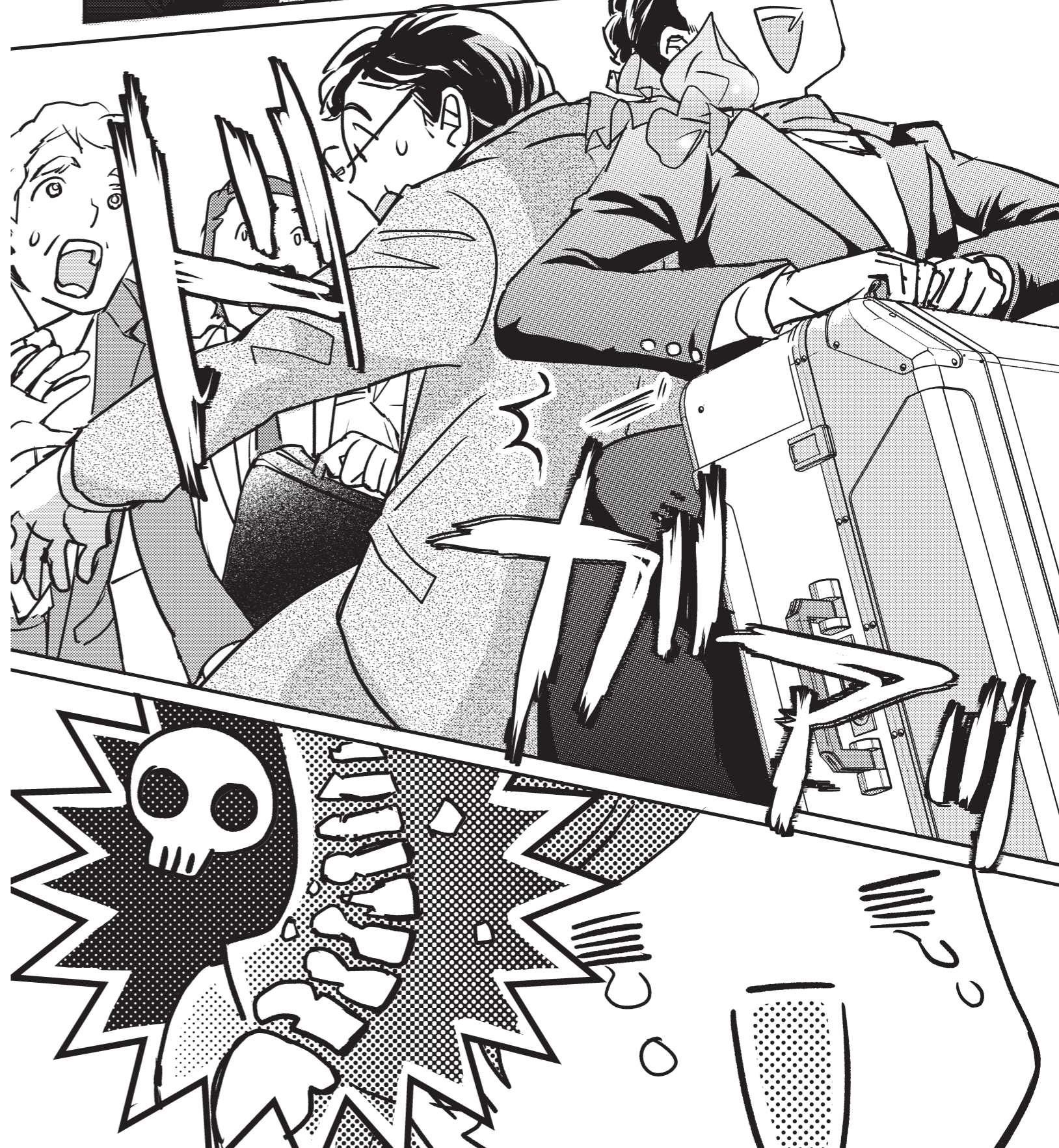
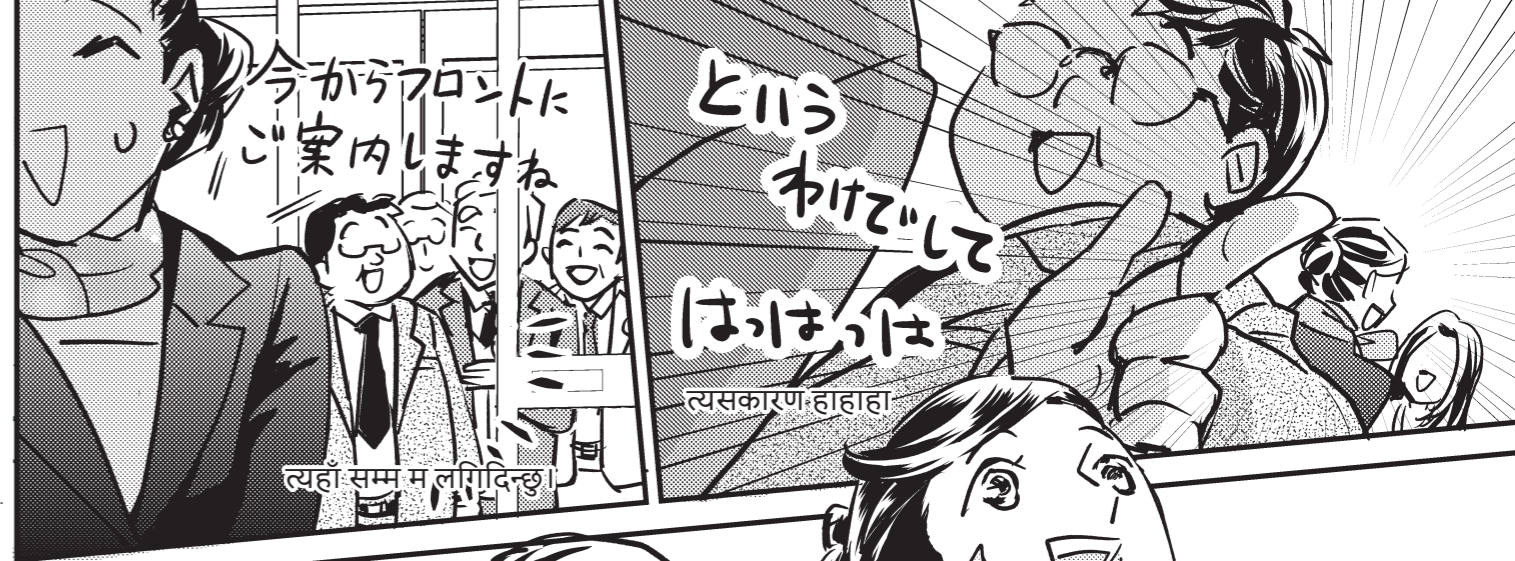
हेरौं!



1

केस १





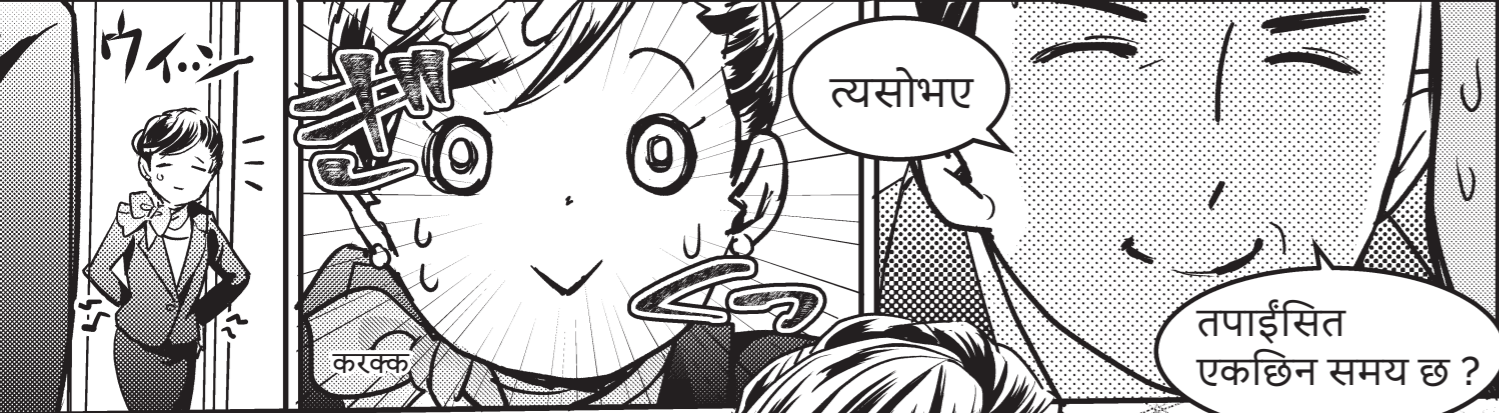


सर

म देखाईदिन्छु।

राम्रो भयो!

すみません!
大丈夫ですか!
माफ गर्नुस्,
सबै ठिक छ?
ごちそう
失礼を...
हैन, मेरो गल्ती हो



त्यसोभए

तपाईंसित
एकछिन समय छ ?

चोटपटक नलागेकोले
राम्रो भयो



तर पानी/ हिउँ पर्दा भुइँ भिजेर
चिप्लने डर हुनेभएकोले सतर्क
हुनपर्छ ।



कहिलेकाहीं टेक्रे ठाउँ
चिप्लो भएपनि सामान उठाउनु
पर्ने भएकोले नसकेर कम्मर
दुख्रसक्रे हुन्छ।

हस...



अनि लवीमा धेरै ग्राहक हुने
हुनाले वरपरको अवस्था
ध्यान दिनुपर्छ।

हस...



तपाईंलाई सतर्क भएर
काम गर्नुहोस् भनेर
कति पटक भने?

२, होइन,
यो तेस्रो पटक
भयो।



7337000
माफ गर्नुहोस्...

राम्ररी गाली खाइयो

केस २



लौ त

दुइटा बट्टा
सकियो!!

अर्को पनि ल्याउनु
पर्छ कि क्या हो!

ホテル厨房：
風間 (23歳・男性)



तिम्रो पनि लिएर
आउँछु नि।

एउटा बट्टाले
हुन्छ?



.... दाइ

त्यो जुत्ता

हँ?

ホテル厨房：
小沢 (20歳・女性)



एकदम खत्तम
रहेछ नि।

अँ है!

खासमा जुत्ताको सोल पनि
पातलो भयो!



अर्को किनेर लगाउदा
राम्रो हुन्छ

ठिक छ के
केही हुँदैन!

पछि भेटौं!



कस्तो
डरलाग्दो!

ओइ
नादौडी भनेको
हैन?

एएए

माफ गर्नुहोस्!



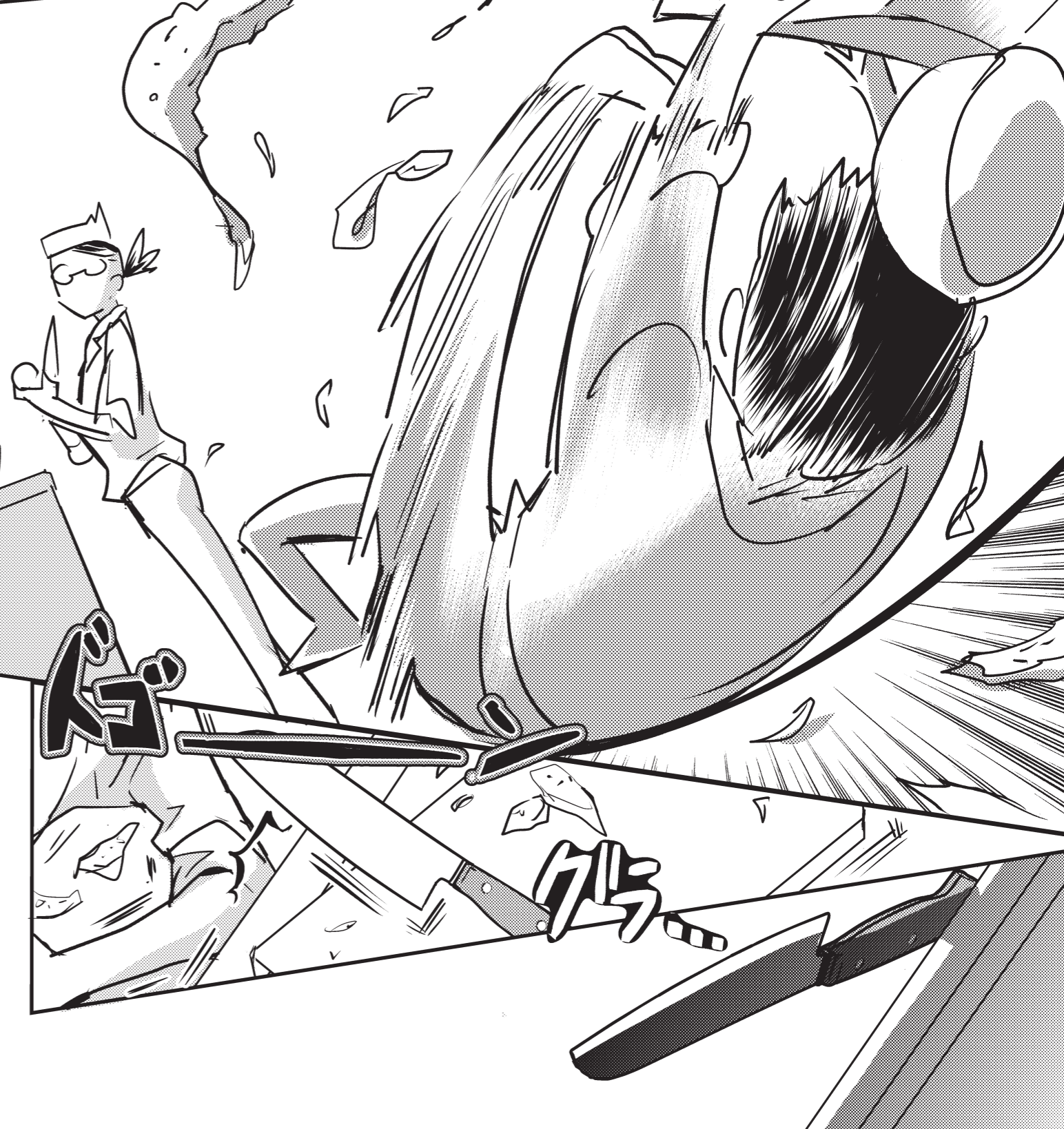
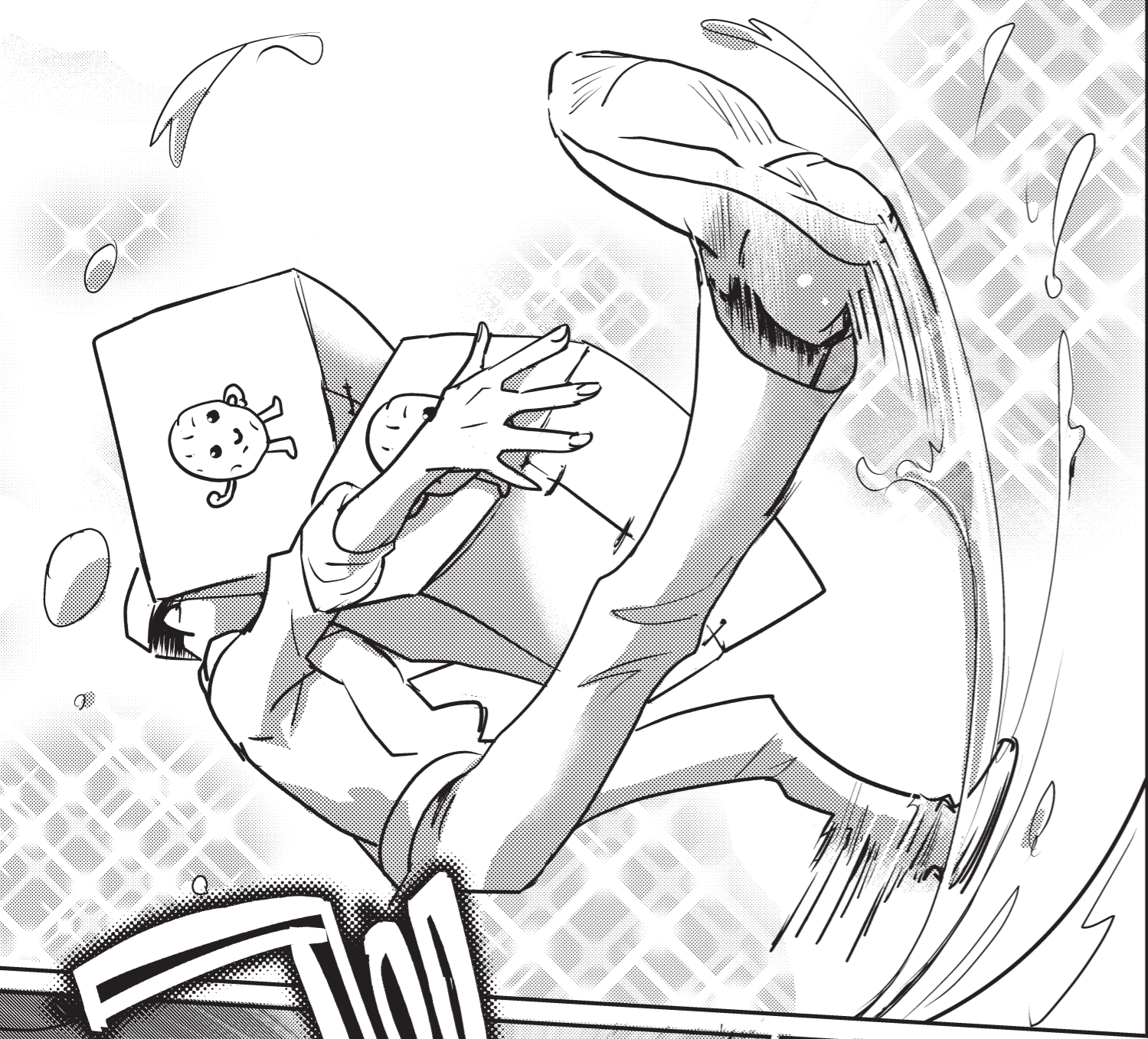
खतरा छ के!

एक एक बट्टा
गरि ओसार!

अब अलिकति हो
ठिकै छ



बिल्ल...



रेया

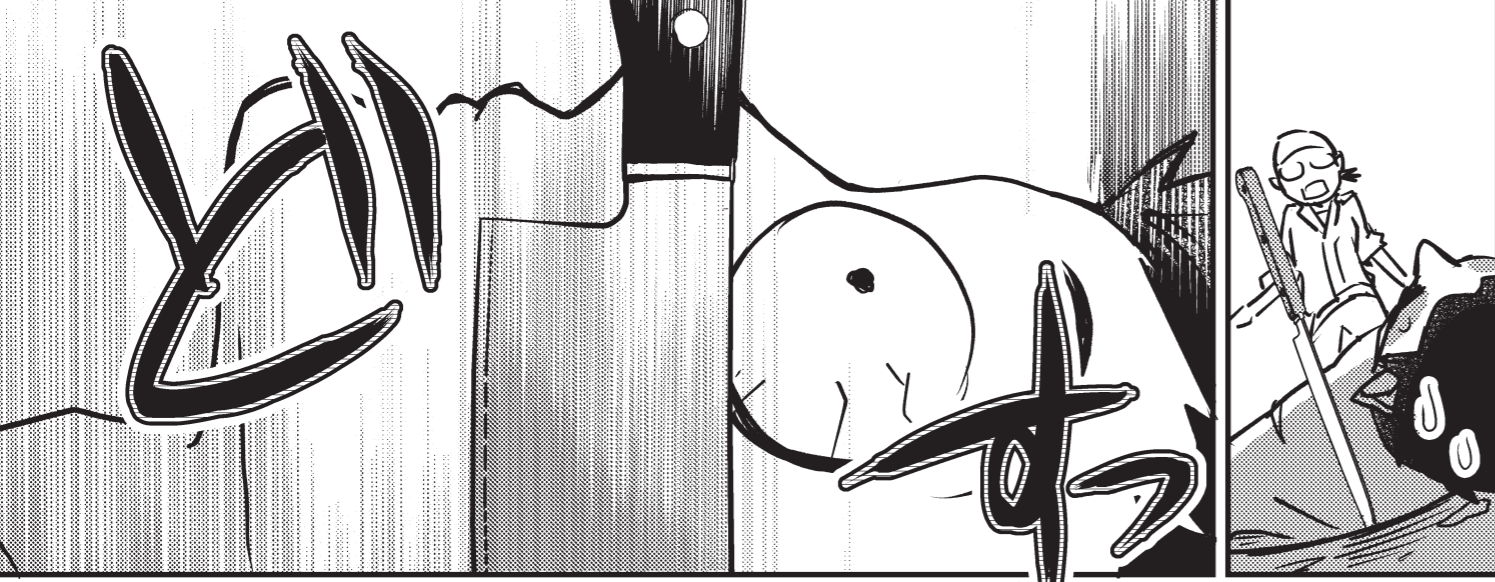
कम्मर
ठोकियो

फर्केर आएँ

फर्केर आ.....

風間之太夫か

ठिक छ?



.. दाइ

जुत्ताको तल पातलो भयो भने
चिप्लने डर हुन्छ त्यसैले नयाँ
जुत्ता फेरुहोस्।



जत्तिनै हतार भएपनि
लापरवाही गरेर
दौडिन चाहिँ हुन्दैन।



कामगर्ने ठाउँमा
"४S" आधारभूत
छ।

भुइँ भिजेको अथवा
फोहोर छ भने लड्ने
सम्भावना बढ्छ।

भुइँमा समानमा छ
भने ठक्कर लाग्ने डर
हुन्छ त्यसैले हटाऔँ।



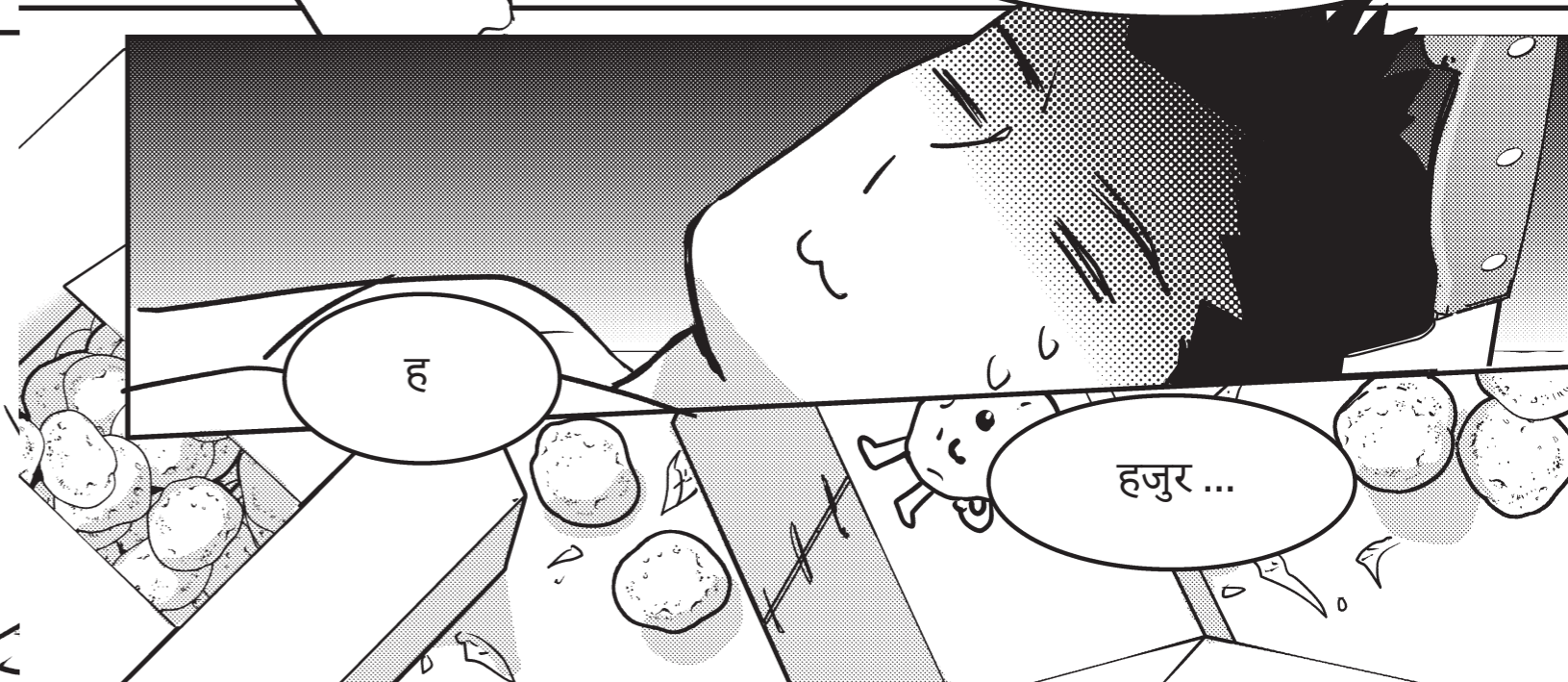
विशेष गरी भान्सामा चक्कु जस्ता
तिखा अनि धारिला चिज हुनेहुनाले
सावधानीपूर्वक हिडौँ।



यदि दुवै हातमा टन्न सामान छ भने
ठेलागाड प्रयोग गर्नुहोस् अथवा अरु
कसैको मदत लिनुहोस्।

यदि तपाईं घाइते
हुनुभयो भने,
तपाईंको परिवारलाई
चिन्ता लाग्ने छ।

सबै जनाको सहयोगले
रमाइलो र सुरक्षित कार्यस्थल
बनाऔँ। बुझ्नुभो त?



ह

हजुर ...

केस ३



होटelf्रॉन्टः
शुकी (23सुी · सुनसुी)

होटलकुसुीः
सुुी (23सुी · सुनसुी)



तर सुसुीड डुरीुग
गदरर हुनुसुी कु?

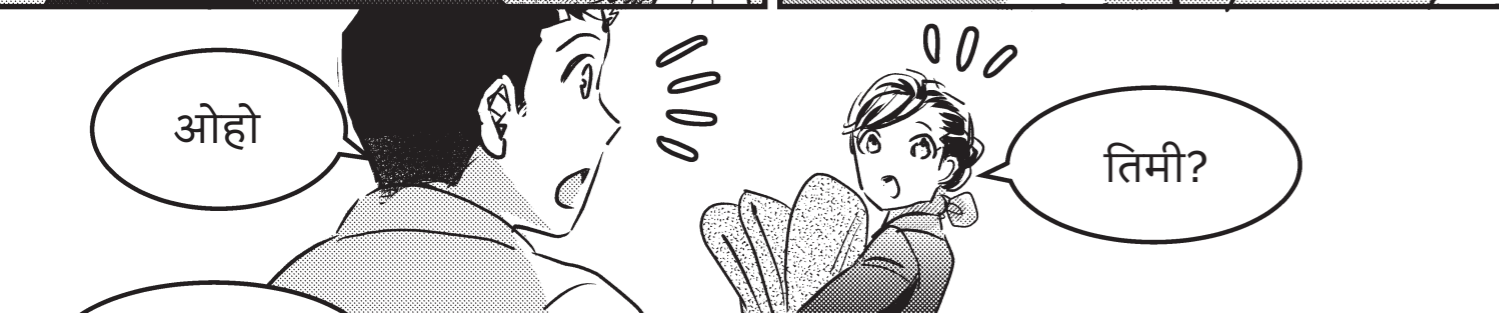
हैनु
ठकुै सु।

तुीी सुरररुी के
गदरुै?



गुररुकहरुले
"दुईतु कुडुडल लुडरनुहुसुी"
सुनेकुी,

तर कुसुतुी
लुडुड
तल नै आरुन।



ओहुी

तुीी?

के सु?

ठकुै सु।

डुडुडर उडुकेलर कुसुतुी
सु तुसुैले तुेकुलररुी
डुरीुग गरुी कु सुनेर।

के सुडुी,
तुी डेसुकु?

ए हुी र?



तुसुैले गुररुकलररुी
कुरररनु सुनुदर सुसुीडसुडर
कुनुसुी ल !

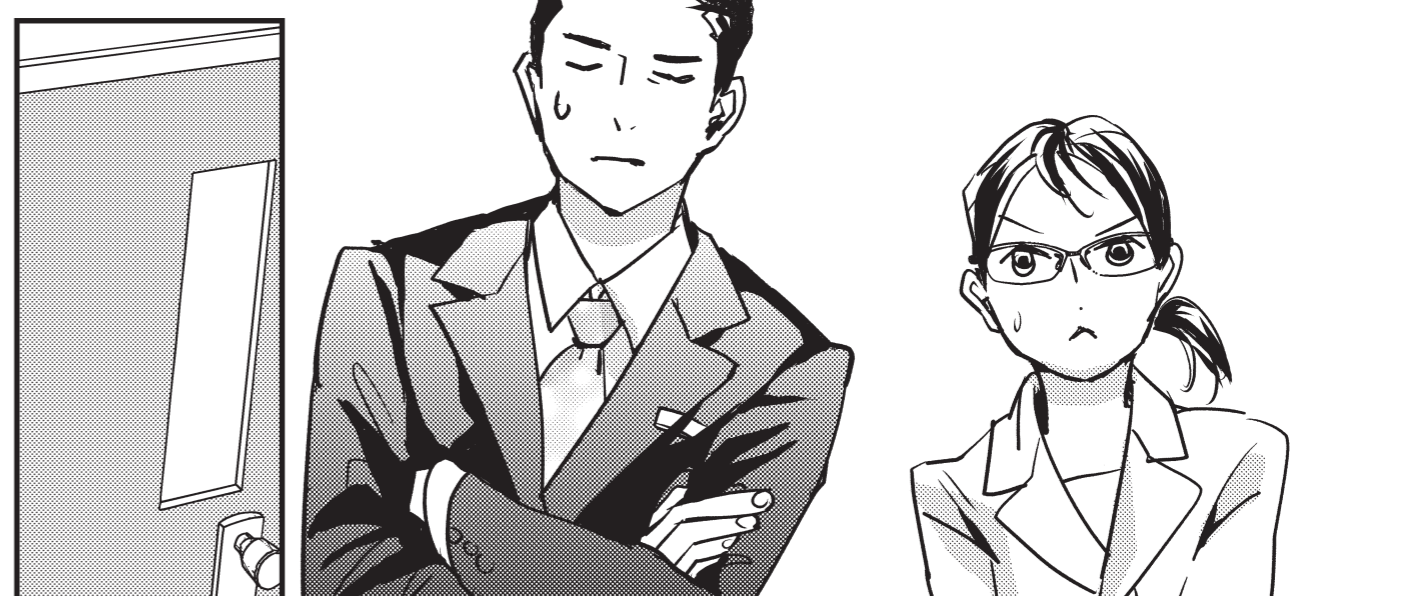
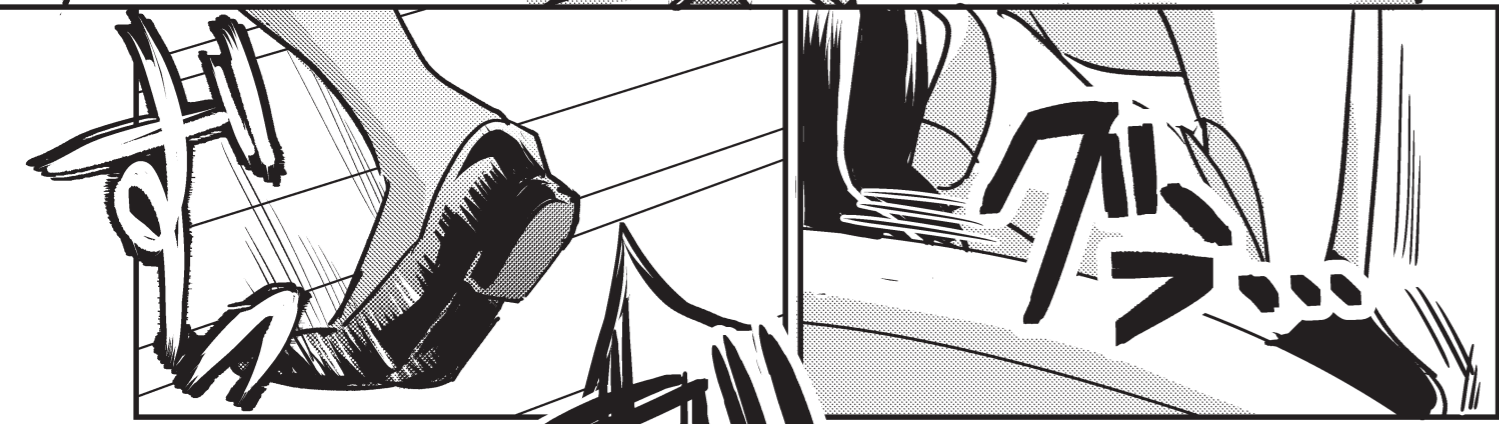
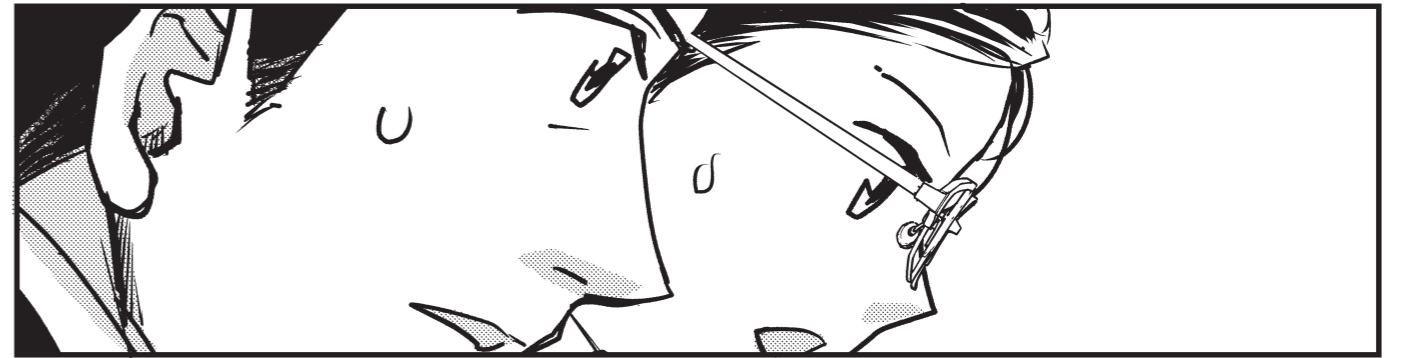
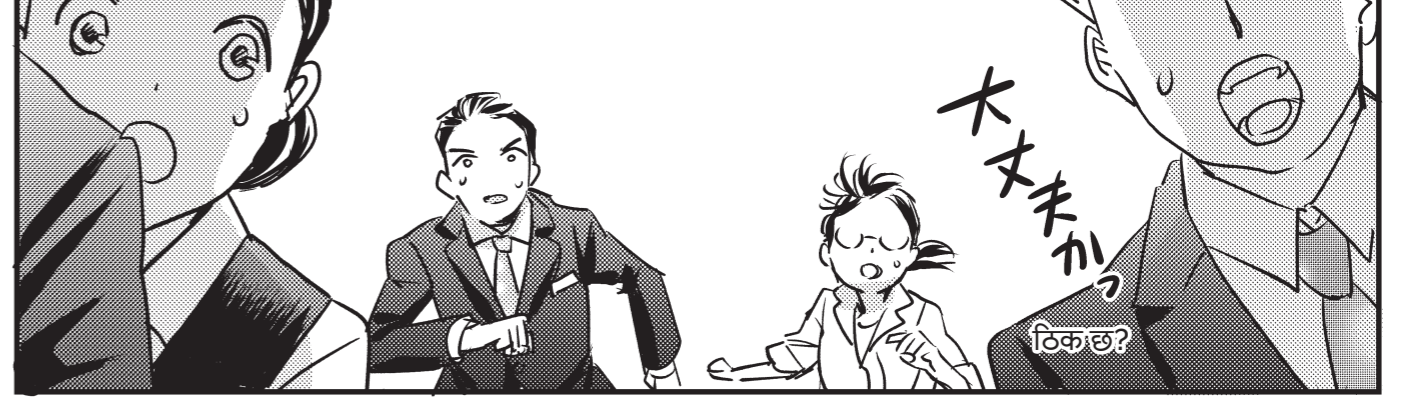
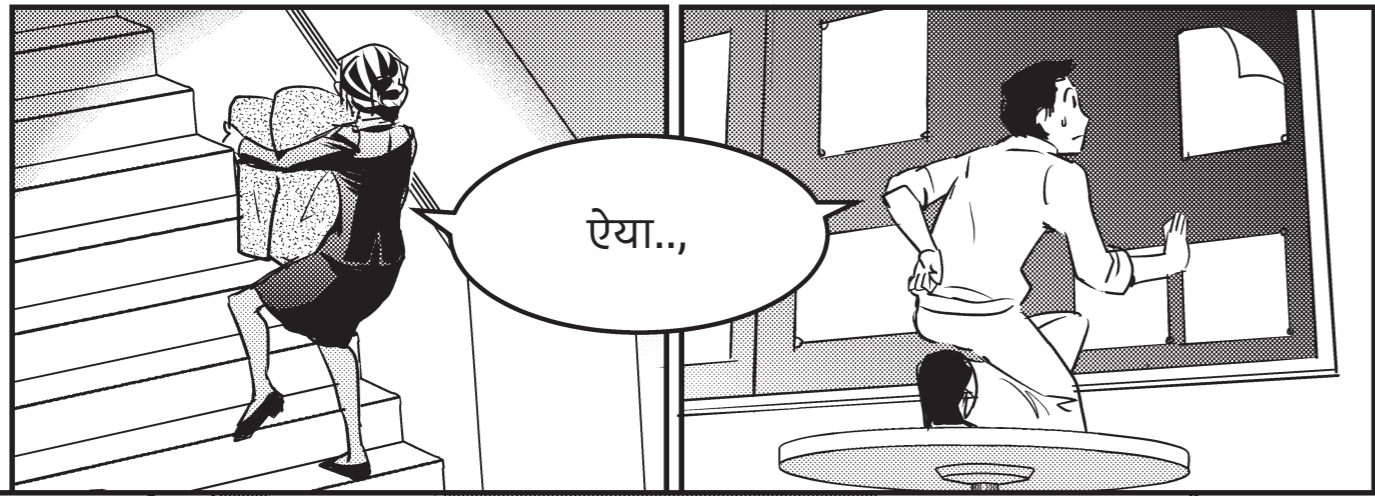
दुवै हुरत खरलु नसुएकुले
लुडुड कुदरर हुनुसुी नु।

हैनु
ठकुै सु।



लुडुड-कु-
गए है त!

हुनुसुी





अब

राम्रोसँग सुनुहोस्।



हल्का चिज भएपनि
दुवै हातमा सामान
छ भने भर्याङ हैन
लिफ्ट प्रयोग गर्नुपर्छ।



हाइटमा काम गर्दा,
भर्याङ प्रयोग गर्नुपर्छ।

खुट्टा टेकेर गर्नुपर्ने काम
गर्नु पर्दा टेबल र कुर्सीहरू
जस्ता अस्थिर बस्तुहरू
प्रयोग गर्नेहुँदैन।



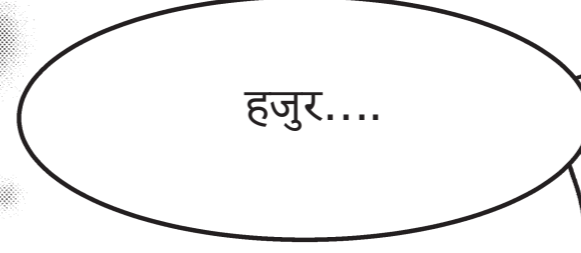
र तपाईं बिरामी भएको
महसुस गर्नुभयो भने
कृपया तपाईंको निरीक्षकसँग
सल्लाह लिनुहोस्।

जबर्जास्ति गर्दा अझ
गह्रो हुन सक्छ।

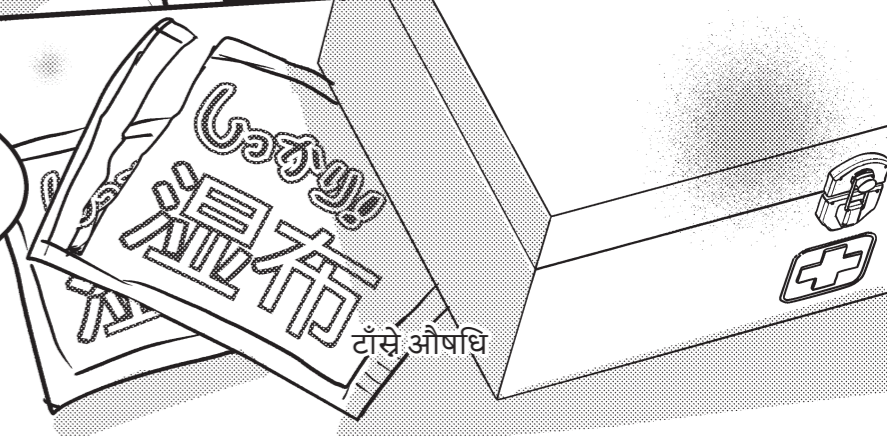


अब त बुझ्यो होला नि

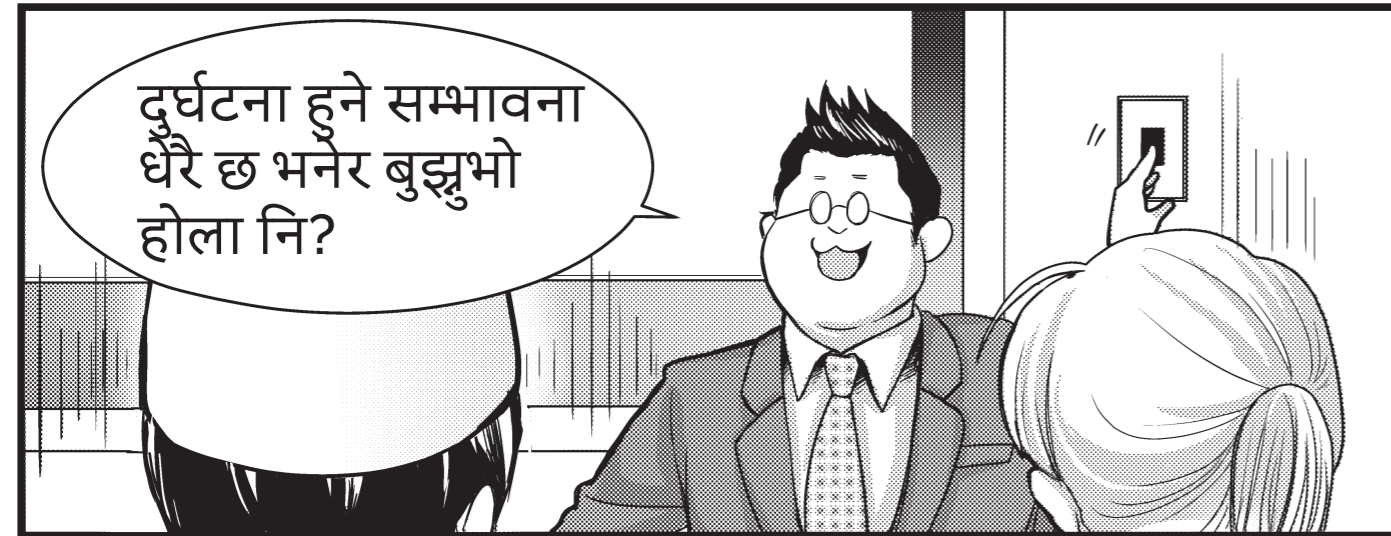
हैन?



हजुर....

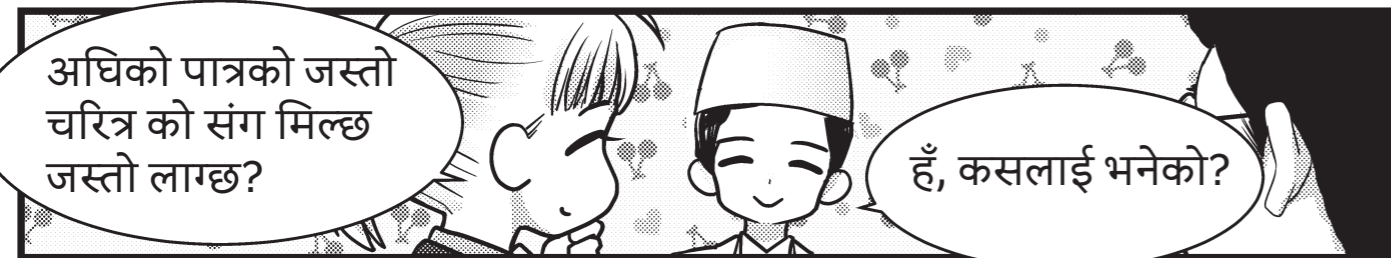


टाँसे औषधि



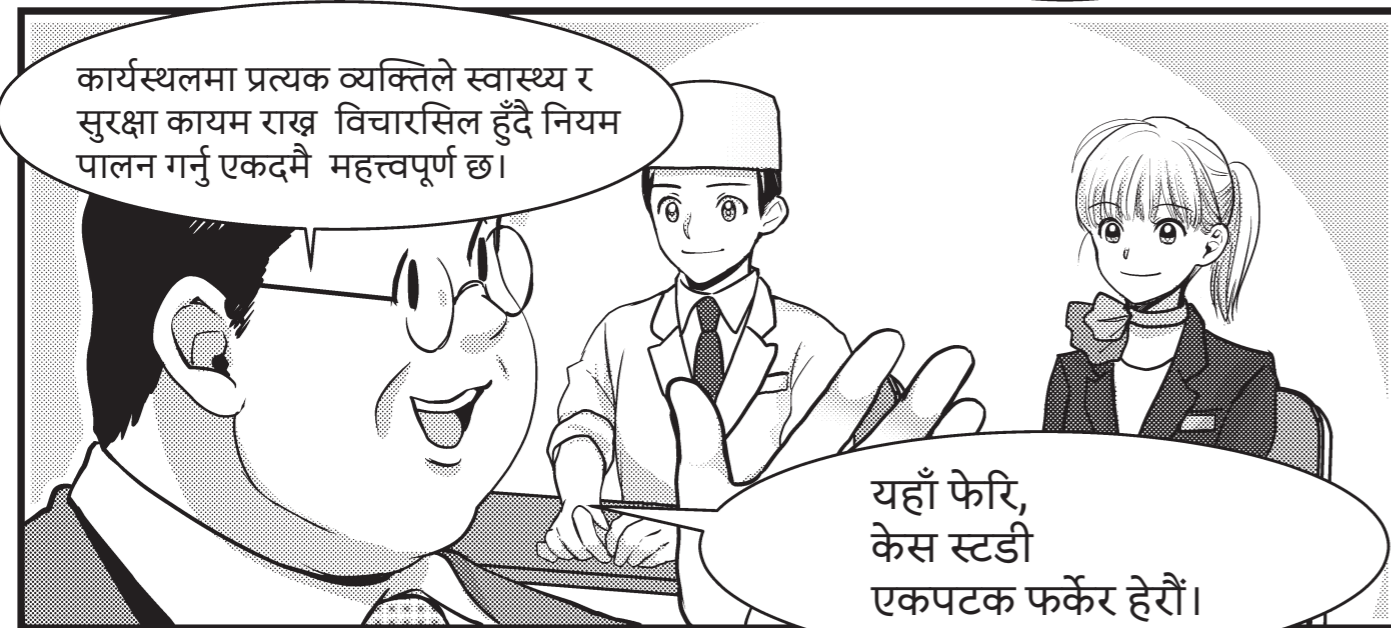
दुर्घटना हुने सम्भावना धेरै छ भनेर बुझ्नुभो होला नि?

अरे.....



अधिको पात्रको जस्तो चरित्र को संग मिल्छ जस्तो लाग्छ?

हाँ, कसलाई भनेको?



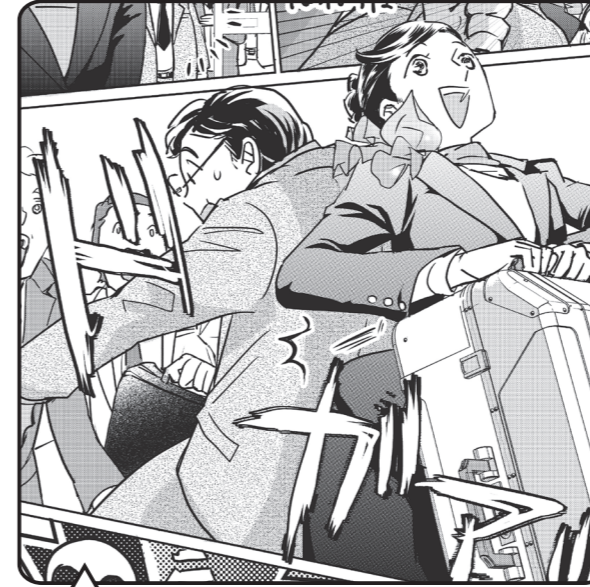
कार्यस्थलमा प्रत्येक व्यक्तिले स्वास्थ्य र सुरक्षा कायम राख्न विचारसिल हुँदै नियम पालन गर्नु एकदमै महत्त्वपूर्ण छ।

यहाँ फेरि, केस स्टडी एकपटक फर्केर हेरौं।

आवास उद्योगमा होसियार हुनुपर्ने कुराहरू



१ | वरपर राम्रोसँग हेर्ने



लड्ने अथवा ठोक्किने जस्ता दुर्घटना हुनबाट बच्नको लागि सधैं पाहुनाहरूले के गर्दै हुनुहुन्छ हेरेर काम गर्नुहोस्।

२ | ४S



लड्नेबाट जोगिन ४S (सामान्य सामग्री हेर्नुहोस्) पालन गर्नुहोस्।

३ | अग्लो ठाउँको काम



おつかれ。

お疲れ様。

いや、あの張り紙がはがれそうでき。足場にしよう。

どうしたの？ その机。

ほんとだ。

高所作業する際は、脚立を使用して下さい。

テーブルや椅子など不安定なものは、絶対に足場として使用してはいけません。

अग्लो ठाउँमा काम गर्ने बेला, सहि तरिकाले भर्‍याडको प्रयोग गर्नुहोस्।

४ | सामानको ढुवानी



お客様をお待たせしちゃうから階段で行くね！

両手ふさがってるしエレベーターを待ったほうがよくないか？

まあ、大丈夫でしょ！

軽いものを持っている場合でも、両手がふさがった状態では階段ではなくエレベーターを使うこと。

दुवै हातमा सामान हुँदा भर्‍याडको प्रयोग नगर्नुहोस्।

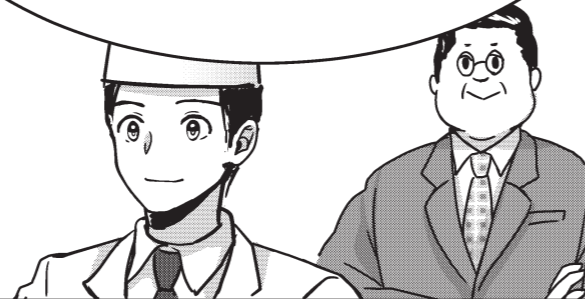
व्यावसायिक दुर्घटनाहरु आफ्रै लापवाहीले गर्दा हुन सक्छ।



नियम पालना गर्नु भनेको "आफ्रो शरीर" "परिवार" "जीवन"-लाई जोगाउनु हो भन्ने कुरा याद गर्नुहोस्।

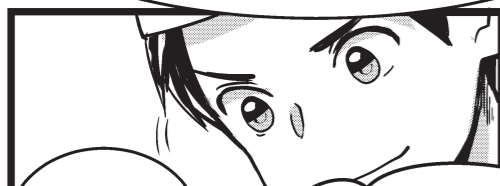
केहि भै हालेको परिस्थितिको लागि

जहिले पनि सहकर्मीहरूसँग राम्रो सम्बन्ध राखिराखु एकदम महत्त्वपूर्ण छ।



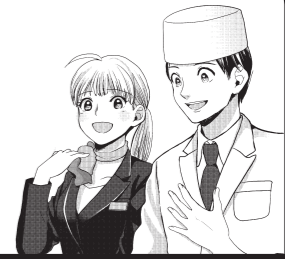
हुन्छ

सुरक्षा र स्वास्थ्यको ख्याल राख्नुपर्ने कुरा मनमा राख्दै प्रत्येक दिन काम गर्नु ।

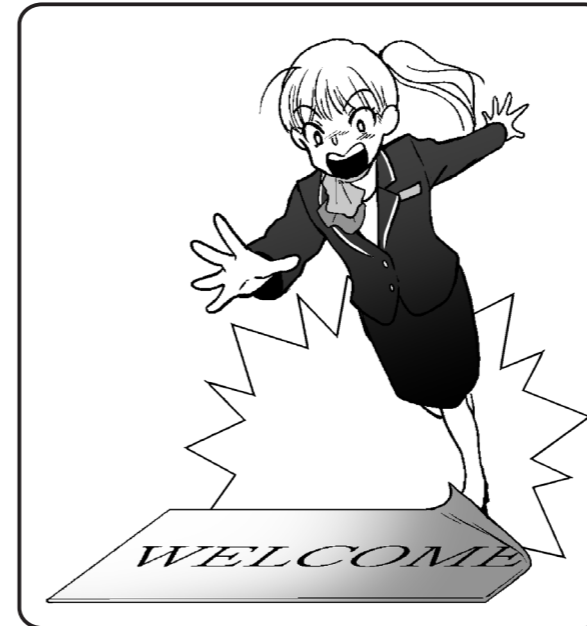


आवास उद्योग

यस्तो कुरामा पनि ध्यान देऔं!
सुरक्षा र स्वास्थ्यको लागि सल्लाह!



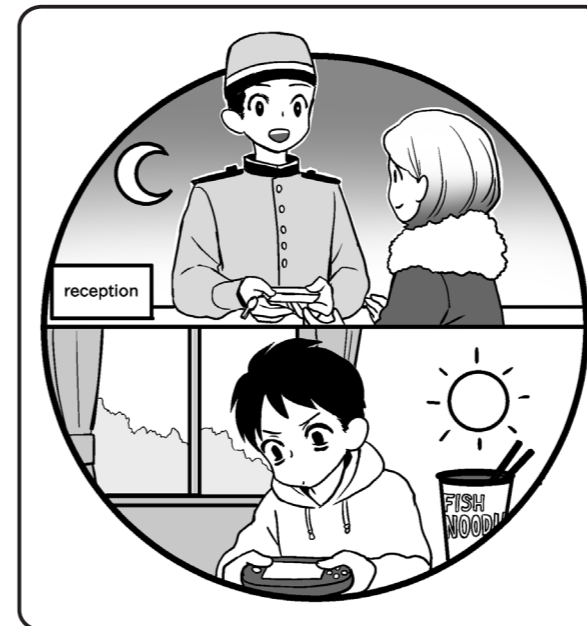
१ | सोच्दै नसोचेको ठाउँमा लड्न सक्छ।



२ | ढोकामा च्यापिनेबाट होसियार हुनुहोस्।



३ | नाइट ड्युटीपछि राम्रोसँग सुत्नुहोस्।



४ | सामान सहि ढङ्गले बोक्नुहोस्।

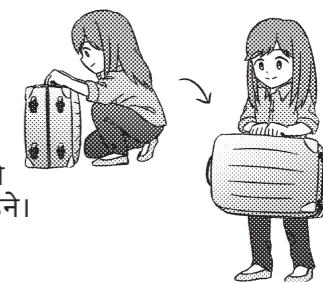
NG

घुँडा नमोडिकन कम्मरको बलले मात्र माथि उठाउने।



OK

घुँडा मोडेर, खुट्टा अनि घुँडाको बलले माथि उठाउने।

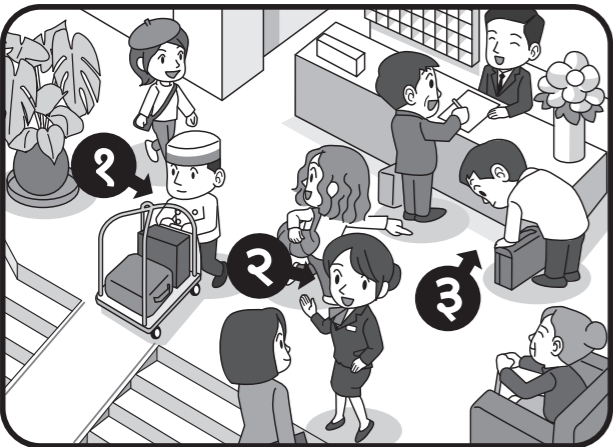


कार्यस्थलमा लुकिरहेको खतराहरूबारे !
पछि हुनसक्ने खतरनाक अवस्थाबारे पहिले नै
परिचित गराउने तालिम (KYT)

Q कहाँ खतरा छ सोचेर हेरौं !



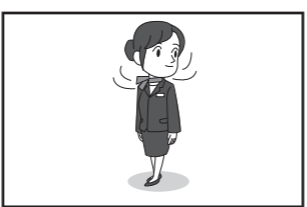
A यहाँ खतराको
चिन्ह छ!



१ कार्ट तान्दा पछाडि फर्केर तान्नुहोस्।



२ वरिपरि हेरेर काम गर्नुहोस्।



३ घुँडा मोडेर उठ्नुहोस्।



अन्य पनि खतराका संकेतहरू छन् कि छैनन् भन्ने बारेमा विचार गरौं।

कमिकको साथ बुझ्नुहोस्
आवास उद्योगको सुरक्षा र स्वास्थ्य बारे।

सन् २०२० मार्चमा प्रकाशित

प्रकाशित: स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय

इन्तजाम: Mizuho Information & Research Institute, Inc.
पर्यवेक्षण: व्यावसायिक सुरक्षा र स्वास्थ्य शिक्षण सामग्री तयारी पदोन्नति समिति,
आवास व्यवसायको सुरक्षा शिक्षण सामग्री बनाउने कार्य

उत्पादन: Sideranch Inc.



यस कागजातको बारेमा सोधपुछ गर्नुपरेमा
स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय श्रम मानदण्ड ब्युरो सुरक्षा र
स्वास्थ्य विभाग सुरक्षा विभाग