

คู่มือความปลอดภัย SAFETY MANUAL

ตรวจสอบความพร้อมก่อนการทำงาน คุณพร้อมทำงานหรือยัง



SIAM DENKI ENGINEERING CO.,LTD.

บริษัท สยามเดนกิ เอ็นจิเนียริง จำกัด

จัดงานให้เป็นระบบ ฝึกคนให้มีระเบียบ

Available for a Training people to be organized
เขียนขาดในความปลอดภัย ใส่ใจความไม่ประมาท

Resolutely safety Attention as a precaution



บทนำ (Introduction)

เพื่อสร้างความมั่นคงของตนเองและครอบครัว ตลอดจนเพื่อสังคมและประเทศชาติ
ไม่ใช่เพียงสมาชิกในครอบครัวของท่านเท่านั้น ที่ตั้งความหวังอย่างมากในตัวท่าน
ผู้บริหาร หัวหน้างาน และเพื่อนร่วมงาน ก็หวังด้วย ว่าท่านจะเป็นผู้ทำงานที่มีประสิทธิภาพอย่างเต็มที่
ไม่มีผู้ได้รับบาดเจ็บ ปราศจากอุบัติเหตุ มีผลงานพึงพอใจเป็นที่ยอมรับของลูกค้าทั้งยังเกิดผลดีต่อผู้ปฏิบัติงานเอง

บริษัทถือว่า พนักงานทุกคนเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าทางบริษัท โดยตระหนักถึงอันตรายต่างๆ
ที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติงาน ถ้าหากเกิดอุบัติเหตุจะส่งผลกระทบต่อครอบครัว โดยจะขาดรายได้หรืออาจจะช่วย
เหลือตัวเองไม่ได้ ต้องเป็นภาระให้แก่ญาติพี่น้องและสังคม ดังนั้นความปลอดภัยของพนักงานจึงถือว่าเป็นนโยบาย
ที่สำคัญของบริษัทการทำงานกับทางบริษัทบางครั้งอาจถูกขอร้องให้ทำงานแม้แต่วันอาทิตย์และวันหยุดประจำปี
เวลา ตื่นนอนและเข้านอนอาจไม่เป็นเวลา เมื่อวิถีชีวิตและสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไปควรรู้จักรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง
เพราะการที่สุขภาพร่างกายอ่อนแอเป็นสาเหตุหนึ่งของการทำงานที่ไม่ปลอดภัย

การจัดทำหนังสือเล่มนี้ขึ้น มีจุดมุ่งหมายให้ผู้ที่เป็นพนักงานได้เรียนรู้และตระหนักถึงสาเหตุพื้นฐานของการ
ประสบอันตรายจากการทำงาน ตลอดจนมาตรการความปลอดภัยและสุขอนามัย การแก้ไขป้องกันไม่ให้เกิดซึ่ง
เป็นสิ่งที่สามารถทำได้ จากสถิติอุบัติเหตุเกิดจากการกระทำของคนถึง 98เปอร์เซ็นต์อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นในสถานที่ทำงาน
มักเกิดจากความไม่สนใจหรือมองข้าม ความปลอดภัยของตัวเองทำไมต้องให้ใครมาบังคับ การรู้จักเตรียมการคือ การ
ป้องกัน เพื่อในช่วงเวลาที่เริ่มเข้าทำงานจนถึงเกษียณจากการทำงานในอนาคต ให้ประสบแต่ความสุขในชีวิตประจำวัน
โดยปราศจากการบาดเจ็บและเจ็บป่วย

คู่มือความปลอดภัยฉบับนี้ถือว่า เป็นส่วนหนึ่งของข้อบังคับว่าด้วยการทำงาน ขอให้พนักงานทุกคน
ได้ตระหนักและเรียนรู้ทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ หากมีข้อสงสัยขอให้สอบถามหัวหน้างาน ผู้บังคับบัญชา เพื่อ
ความกระจ่างชัดเจนยิ่งขึ้นและสามารถนำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง อันจะนำมาซึ่งความปลอดภัยของตัวพนักงานเอง
โดยถ้วนหน้ากัน





ความปลอดภัยในการทำงานจะเกิดขึ้น ต้องได้รับความร่วมมือร่วมใจตามหน้าที่ความรับผิดชอบของทุกคนในองค์กร นับตั้งแต่คณะผู้บริหาร ผู้บังคับบัญชา ผู้ได้บังคับบัญชาทุกระดับ และเพื่อให้บริหารงานความปลอดภัย มีการดำเนินงานไปได้สะดวก ราบรื่น บริษัทจึงกำหนดนโยบายดังต่อไปนี้

- 1.1 บริษัทฯ จะส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานทำงานด้วยความปลอดภัย
- 1.2 บริษัทฯ ถือว่าผู้ปฏิบัติงานทุกคนเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าของบริษัท ดังนั้นความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน ของผู้ปฏิบัติงานจึงถือเป็นนโยบายสำคัญของบริษัท
- 1.3 บริษัทฯ จะสนับสนุน เพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการทำงาน โดยจัดหาเครื่องมืออุปกรณ์ความปลอดภัยให้เพียงพอกับสภาพงาน จูงใจให้ผู้ปฏิบัติงานได้ตระหนักถึงอันตรายต่างๆที่จะเกิดขึ้นในขณะที่ทำงานตลอดจนแนะนำ ชี้แจงให้ทราบถึงสาเหตุและวิธีป้องกัน
- 1.4 บริษัทฯ ได้จัดให้มีคณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน เพื่อวางแผนและโครงการเกี่ยวกับความปลอดภัย ตลอดจนบริหารพัฒนาแผนงาน
- 1.5 บริษัทฯ กำหนดเป็นนโยบาย ให้ผู้บังคับบัญชาทุกคนต้องมีหน้าที่ ดูแลรับผิดชอบในเรื่องความปลอดภัยอาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานของผู้ได้บังคับบัญชาให้เป็นไปตามกฎข้อบังคับที่บริษัทได้กำหนดโดยถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด
- 1.6 บริษัทฯ กำหนดเป็นนโยบายให้ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องมีหน้าที่รับผิดชอบในการปฏิบัติงานให้เกิดความปลอดภัยแก่ตนเองและเพื่อนร่วมงาน โดยปฏิบัติตามกฎและข้อบังคับความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน ที่บริษัทได้กำหนด และถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด
- 1.7 พนักงานทุกคนจะต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบที่ว่าด้วยความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานอย่างเคร่งครัด หากมีการฝ่าฝืนหรือหวั่นสงสัยอาจถูกพิจารณาตามระเบียบของบริษัท
- 1.8 บริษัทฯ จะถือว่าผลงานเกี่ยวกับความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานเป็นหลักเกณฑ์หนึ่งในการประเมินผล

(นายบุญทรัพย์ ภูจันทร์)

กรรมการผู้จัดการ



SIAM DENKI ENGINEERING CO.,LTD.

สารบัญ



บทนำ	1
1. นโยบายความปลอดภัยบริษัทฯ	2
2. แผนผังคณะกรรมการความปลอดภัยบริษัทฯ	3
3. แผนผังขั้นตอนฉุกเฉินรับมืออุบัติเหตุ.....	4
4. กฎข้อบังคับความปลอดภัยในการทำงาน	5-6
5. สัญลักษณ์หรือป้ายเตือน ระวังกันเพื่อความปลอดภัย.....	7-10
6. การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าทำงานในโรงงานหรือเขตก่อสร้าง	11-12
7. การป้องกันอัคคีภัย	13
8. อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล	14
9. ความปลอดภัยสำหรับผู้ปฏิบัติงาน	15
10. ความปลอดภัยในสำนักงาน	16
11. ความปลอดภัยในงานตัดด้วยเชือก	17
12. ความปลอดภัยในงานตัดด้วยแก๊ส	18
13. ความปลอดภัยในงานตัดด้วยไฟเบอร์	19
14. ความปลอดภัยในงานเจาะด้วยสว่านไฟฟ้า	20
15. ความปลอดภัยในงานเจียร	21
16. ความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูง	22
17. ความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า	23
18. ความปลอดภัยในการเคลื่อนย้ายของหนักด้วยมือ	24
19. ความปลอดภัยในการขนย้ายสิ่งของด้วยรถยก (ฟอร์คลิฟท์)	25
20. ความปลอดภัยในการใช้เครื่องจักร	26



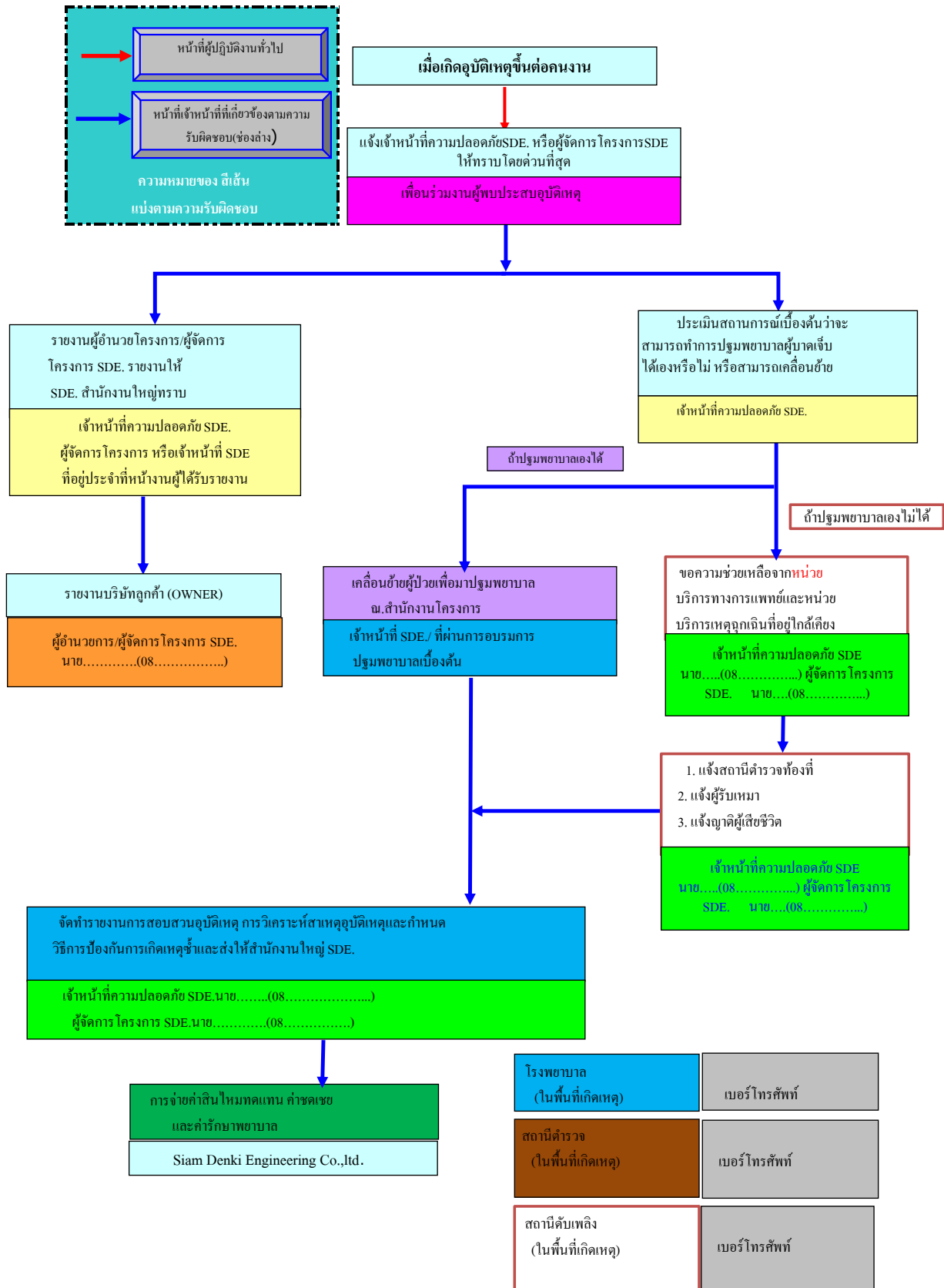
สารบัญ

21.	ความปลอดภัยในการใช้ลิฟท์ในโรงงาน	27
22.	การใช้นั่งร้าน และบันไดชั่วคราว.....	28
23.	การใช้ถังดับเพลิง	29
24.	การตรวจความเรียบร้อย ,รักษาความสะอาดและการจัดเก็บวัสดุหลังเสร็จงาน	30
25.	การปฐมพยาบาล	31-34
26.	สิ่งที่ทางบริษัทฯคาดหวังจากพนักงาน.....	35-36
27	ประโยชน์จากกิจกรรม 5ส.....	37-42
28.	การรักษาความปลอดภัย	43
29	การรับทราบ.....	44



SIAM DENKI ENGINEERING CO.,LTD. (PROJECT)

แผนผังขั้นตอนการรับมือเหตุการณ์ฉุกเฉินเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน



4.กฎข้อบังคับความปลอดภัยในการทำงาน

กฎข้อบังคับทั่วไปเกี่ยวกับความปลอดภัย

1. จงปฏิบัติตามกฎ ข้อบังคับ เครื่องหมาย และคำสอนโดยเคร่งครัด อย่าเสี่ยง ถ้าไม่รู้จงถามผู้รู้
2. จงแจ้งหรือรายงานสภาพที่ไม่ปลอดภัยในโรงงานทันทีที่พบ
3. จงช่วยกันระวังรักษาทุกสิ่งทุกอย่างให้สะอาดเรียบร้อย และปลอดภัย
4. จงใช้เครื่องมือที่ถูกต้องในวิธีที่ปลอดภัย
5. รายงานความบาดเจ็บทั้งหมดที่เกิดขึ้น และมีการรักษาพยาบาลที่เหมาะสมทันที
6. จงสวมเครื่องป้องกันภัย และรักษาให้อยู่ในสภาพที่ใช้ได้เสมอ
7. จงดูแลรักษาเครื่องจักร เครื่องมือให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย
8. ในการยกของหนัก ต้องมีคนช่วย และยกให้ถูกวิธี
9. ห้ามหยอกล้อ หรือกวนใจผู้อื่น ขณะปฏิบัติงาน
10. จงเชื่อฟังกฎ ข้อบังคับ เครื่องหมาย และคำแนะนำเกี่ยวกับความปลอดภัยในโรงงาน



กฎข้อบังคับความปลอดภัยในหน่วยงานเขตก่อสร้าง

1. ผู้ปฏิบัติงานทุกคน ต้องสวมใส่หมวกนิรภัยและสายรัดคางพร้อมแวนตานิรภัยตลอดเวลาเมื่อเข้าเขตพื้นที่การทำงาน
2. ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบความปลอดภัย ป้ายเตือน ป้ายบังคับต่าง ๆ ในเขตงานอย่างเคร่งครัดพร้อมทั้งติดบัตรพนักงานที่หน้าอกเสื้อด้านซ้ายเมื่อเข้าทำงานตามหน่วยงาน
3. ผู้ปฏิบัติงานต้องไม่ดื่มสุรา หรืออยู่ภายใต้อิทธิพลสิ่งมีนเมาขณะปฏิบัติงาน
4. ห้ามหยอกล้อเล่นกัน ขณะทำงานโดยเด็ดขาด
5. การสูบบุหรี่ กระทำได้ในสถานที่จัดไว้ให้และเป็นสถานที่ได้รับอนุญาตให้สูบบุหรี่เท่านั้น
6. เครื่องแต่งกายของผู้ปฏิบัติงานต้องเรียบร้อยรัดกุม ห้ามถอดเสื้อหรือ สวมกางเกงขาสั้น สวมรองเท้าแตะ หรือ ไม่สวมรองเท้าเข้าบริเวณงาน
7. ผู้ปฏิบัติงาน ตัดโลหะ เชื่อม เจียร โลหะ จะต้องสวมอุปกรณ์ หน้ากากหรือแว่นตาป้องกันสะเก็ดลูกไฟทุกครั้ง สำหรับงานเชื่อมบนที่สูง จะต้องมีการรองลูกไฟที่เกิดจากการเชื่อมและต้องมีถังดับเพลิง - STANDBY ขณะทำงานเชื่อมทุกครั้ง



8. เครื่องมือและอุปกรณ์ไฟฟ้า เช่น สว่านไฟฟ้า หินเจียร อุปกรณ์เครื่องเชื่อมไฟฟ้า ตลอดจนสายต่อสายพ่วง ปลั๊ก จะต้องมีการตรวจสอบสภาพเป็นประจำทุกสัปดาห์ เพื่อตรวจการรั่วของกระแสไฟฟ้า ซึ่งจะช่วยป้องกันอันตรายกับผู้ปฏิบัติงาน
9. การทำงานบนที่สูงเกินกว่า 3 เมตร จะต้องใช้เข็มขัด SAFETY BELT คล้องยึดกับโครงสร้างที่แข็งแรงทุกครั้ง
10. ห้ามเข้าไปทำงานในพื้นที่เขตหวงห้ามก่อนได้รับอนุญาต เช่น สถานกักเก็บแก๊สไวไฟหรือเก็บสารเคมีอันตราย สถานที่ผลิตและกักเก็บน้ำมันเชื้อเพลิง ตลอดจนสถานที่้อบอากาศ ซึ่งมีปริมาณออกซิเจนต่ำกว่า 21 เปอร์เซ็นต์
11. การปฏิบัติงานในบริเวณที่มีฝุ่นมากจะต้องสวมหน้ากากกันฝุ่น
12. เมื่อเกิดการบาดเจ็บ (ไม่ว่าเล็กน้อยหรือรุนแรง) ให้รีบปฐมพยาบาล พร้อมทั้งจัดให้มีการสอบสวนอุบัติเหตุโดย จป. หรือผู้ควบคุมงานแล้วรายงานให้บริษัทฯ ทราบภายใน 24 ชั่วโมง
13. ขณะปฏิบัติงาน ในบริเวณที่มีเสียงดังเกินกว่า 90 เดซิเบล จะต้องสวมเครื่องป้องกันหู เช่น EAR - PLUG , EAR MUFFS
14. การจับจี้ยานพาหนะ ในพื้นที่ของหน่วยงานความเร็วจะต้องไม่เกิน 20 กม./ชม.
15. ห้ามเล่นการพนัน หรือทำร้ายร่างกายผู้อื่นในหน่วยงาน
16. ห้ามนำอาวุธ หรือยาเสพติดผิดกฎหมาย เข้ามาในหน่วยงานหรือบ้านพักบริษัทฯ ที่จัดไว้ให้พักโดยเด็ดขาด
17. การลักทรัพย์สินบริษัทฯ ผู้ว่าจ้าง รวมถึงทรัพย์สินของบริษัทฯ ตลอดจนทรัพย์สินของผู้ร่วมงาน ถ้าหากถูกจับกุมหรือมีหลักฐานชัดเจนว่าเป็นผู้ลักทรัพย์ จะต้องถูกดำเนินคดีตามกฎหมาย และต้องพ้นจากสภาพการเป็นพนักงานของบริษัทฯ
18. หลังเลิกงานทุกครั้งให้จัดเก็บอุปกรณ์ และทำความสะอาด ให้เรียบร้อย ทั้งที่หน้างาน รวมถึงที่ทำงาน และที่พัก
19. การจัดตั้งเศษขยะ รวมถึงของเหลวต่างๆ ควรแยกชนิด และใส่ภาชนะปิดให้มิดชิดก่อนนำไปทิ้ง เพื่อช่วยลดภาวะสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ โรคต่างๆที่จะตามมา



5. สัญลักษณ์หรือป้ายเตือน รั้วกันเพื่อความปลอดภัย

ป้ายสัญลักษณ์เตือนเพื่อความปลอดภัย คือสัญลักษณ์แสดงถึงอันตรายที่อาจมีขึ้นได้ ผู้ทำงานต้องอ่านตัวอักษรบนป้าย เข้าใจและทำตามอย่างเคร่งครัด ป้ายสัญลักษณ์ในที่ทำงาน เช่น “ห้ามสูบบุหรี่” หรือ “ห้ามเข้า” เหล่านี้แสดงถึงสถานะที่เป็นอันตราย หรือห้ามปฏิบัติในสิ่งนั้นเป็นอันตราย คาง่ายๆ เป็นต้นว่า “ระวังสารไวไฟ” เป็นการเตือนให้ผู้ปฏิบัติงานมีการระวังป้องกันอันตราย

ความมุ่งหมายของป้ายสัญลักษณ์เตือนเพื่อความปลอดภัย เป็นที่เข้าใจและยอมรับกันโดยทั่วไป จึงไม่ควรละเลย เราสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุอาจมีได้เนื่องจากมองไม่เห็นสัญลักษณ์เตือน โดยทั่วไปป้ายสัญลักษณ์เตือนจะถูกติดหรือวางไว้ในตำแหน่งที่เห็นชัดเจน จึงไม่ควรแก้ตัวว่าไม่เห็นป้ายสัญลักษณ์เตือน ซึ่งอาจสายเกินไปหากเกิดอุบัติเหตุ

ในการทำงานปัจจุบันได้มีการเพิ่มความปลอดภัยในการทำงานและลดอุบัติเหตุให้เกิดขึ้นน้อยที่สุด นอกจากวิธีการทำงานที่ปลอดภัยแล้ว การติดป้ายแจ้งเตือนก็สามารถทำให้เกิดความระมัดระวังของผู้ปฏิบัติงานทำให้อุบัติเหตุต่างเกิดน้อยลงได้

ซึ่งต่อไปนี้จะกล่าวถึงการติดป้ายแจ้งเตือนในงานระบบไฟฟ้าตามพื้นที่อันตรายต่างๆดังต่อไปนี้

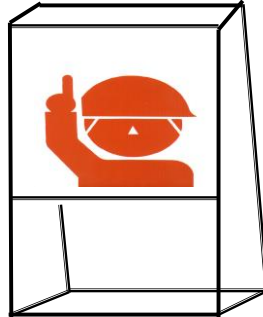
1.สถานที่ work shop

- มีอุปกรณ์ที่เสียงดังขณะทำงานเช่นเครื่อง ตัด , เจียร
- มีการเชื่อมชิ้นงาน
- เป็นพื้นที่เก็บสารไวไฟ เช่น สี , ก๊าซ
- ในพื้นที่มีการขนย้ายของหนักหรือมีชิ้นส่วนร่วงหล่นได้
- มีพื้นที่จำกัดและต้องการ การจัดเก็บของที่เป็นระเบียบ
- การทิ้งเศษวัสดุต้องจัดทิ้งให้ถูกที่ ตามชนิดและเป็นไปตามกฎของพื้นที่นั้นๆ

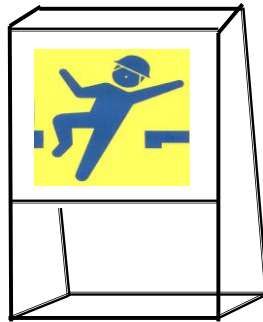
จากภาพด้านล่างเป็นการนำป้าย safety มาติดรวมกันบนบอร์ดไม้ทาสีขาว การติดตั้งควรติดในที่ที่เห็นได้ง่ายและสามารถติดได้คงทนไม่โดนน้ำหรือกีดขวางการทำงาน โดยอาจจะติดตั้งชิดติดกับผนังหรือทำขาตั้งที่แข็งแรง



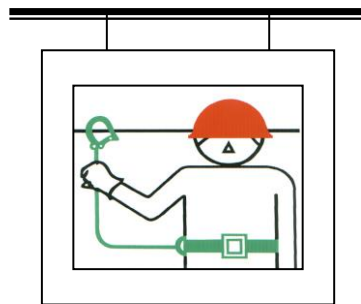
2.พื้นที่ด้านบนมีการทำงาน เช่นพื้นที่ด้านบนมีงานติดตั้งโครงเหล็ก เพื่อป้องกันอันตรายจากวัสดุที่หล่นทับคนที่ทำงานหรือเดินผ่านด้านล่าง ควรติดป้ายเตือนและธงขาวแดงแสดงพื้นที่อันตราย การติดตั้งอาจจะทำข้างตั้งความสูงพอประมาณน้ำหนักไม่มากนัก เพื่อการเคลื่อนย้ายที่สะดวก ดังภาพตัวอย่างด้านล่าง



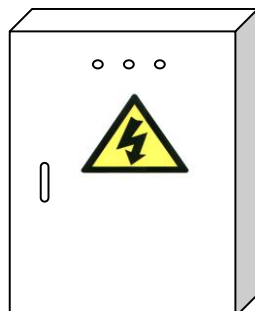
3.พื้นที่บริเวณบ่อหรือหลุม เช่น man-hole ควรติดป้ายและธงขาวแดงล้อมรอบ



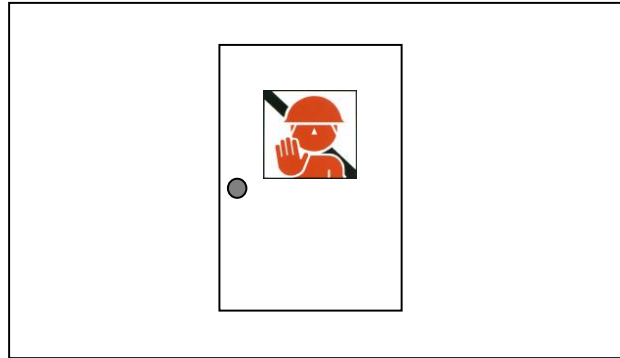
4.การทำงานในที่สูงบริเวณทางขึ้นควรติดป้ายเตือนให้ใช้ safety belt โดยทำป้ายติดห้อยกับนั่งร้าน



5.การทำงานเกี่ยวกับอุปกรณ์ไฟฟ้าที่จ่ายไฟแล้วควรมีการติดป้ายแจ้งเตือน ระวังไฟฟ้าเพราะขณะอยู่ในช่วงงานกำลังก่อสร้างคนที่เข้ามาทำงานอาจจะคิดว่ายังไม่ได้จ่ายไฟ หรือเพื่อเป็นการเตือนให้ระมัดระวังอันตรายเนื่องจากไฟฟ้าการติดตั้งป้ายดังกล่าวอาจจะติดที่หน้าตู้ไฟฟ้า หรือถ้าเป็นกรณีแรงสูงติดที่รั้วที่เห็นได้ง่าย



6.การทำงานลักษณะปรับปรุงพื้นที่ซึ่งต้องทำงานทั้งบริเวณควรติดป้าย เขตก่อสร้างห้ามเข้า เพื่อป้องกันบุคคลภายนอกที่เข้ามาโดยไม่ตั้งใจ การติดตั้งป้ายควรติดที่ประตูทางเข้าหรือบริเวณที่สังเกตเห็นได้ง่าย



ข้อเสนอแนะ

- 1.ในการติดป้ายแจ้งเตือนความปลอดภัยควรติดในพื้นที่ที่รับผิดชอบของบริษัทนั้นๆ เพราะบางครั้งการทำงานโครงการจะมีหลายบริษัททำงานร่วมกัน
- 2.การติดป้ายควรดูความเหมาะสม เช่น การติดป้ายเตือนที่ปากบ่อ man hole ขณะที่มีการทำงานดินบริเวณข้างเคียงจะทำให้เกิดขวางการทำงานได้ แต่ในกรณีที่มีการเปิดฝาบ่อไว้ และมีพนักงานของโรงงานเดินไปมากรณีนี้ควรนำมาติดอย่างยิ่ง
- 3.ไม่ควรติดป้ายเตือนมากเกินไป ควรติดในจุดที่เห็นแล้วว่าเป็นการติดมากเกินไปจะทำให้ผู้ปฏิบัติงานไม่ให้ความสนใจในคำเตือน
- 4.หลังจากติดแล้วควรดูแลความเรียบร้อยและตรวจสอบเป็นระยะ เช่น ป้ายเตือนสวมที่ครอบหูเมื่อเครื่องจักรทำงาน ถ้าเครื่องจักรย้ายออกไปแล้วหรือมีการย้ายตำแหน่งก็ควรย้ายตามไปด้วย
- 5.วัสดุที่ใช้ยึดติดระหว่างป้ายและวัสดุควรพิจารณาว่ารื้อถอนและทำความสะอาดได้หรือไม่ เช่น กรณีติดป้ายเตือนระวังไฟฟ้ากับตู้ไฟ เมื่อเสร็จงานต้องนำป้ายออกเพื่อส่งงานลูกค้าอาจจะต้องเสียเวลากับการทำความสะอาดที่ใช้ติดป้าย
- 6.การเบิกป้ายเตือนจากส่วนกลางควรทำรายการเบิกไว้และเมื่อเสร็จงานแล้วควรเก็บกลับมาคืนเพื่อประหยัดงบประมาณในการสั่งทำป้ายเตือนใหม่

ประเภทป้ายเตือนความปลอดภัย

- 1.ป้ายห้าม (Prohibit Signs) ใช้ห้ามการกระทำใดๆ เช่น ห้ามถ่ายรูป ห้ามสวมรองเท้าแตะ



2.ป้ายมาตรการบังคับ (Mandatory Signs) ใช้บอกถึงการมีมาตรการบังคับใดๆ ในพื้นที่นั้นๆ เช่น ให้ใส่หมวกนิรภัย ให้สวมใส่เครื่องป้องกันตา เป็นต้น



3.ป้ายเตือน (Warning Signs) ใช้เตือนให้ระวังสภาพการทำงาน , วัสดุอันตราย , เครื่องจักร และอุปกรณ์ระหว่างการทำงานในพื้นที่นั้นๆ



4.ป้ายกิจกรรม (Safe Condition Signs) ใช้บอกข้อมูลด้านความปลอดภัยในพื้นที่นั้นๆ



5.ป้ายอุปกรณ์ดับเพลิง (Fire-Fighting Signs) ใช้บอกข้อมูลอุปกรณ์ดับเพลิง



6. การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าทำงานในโรงงานหรือเขตก่อสร้าง

1. ผู้ปฏิบัติงานจะต้องได้รับการอบรมเรื่อง “ความปลอดภัยในการทำงาน” จากบริษัทผู้ว่าจ้างเสียก่อน
2. ผู้ปฏิบัติงานที่ได้รับการอบรมแล้วจะได้รับบัตรประจำตัว ใช้เป็นบัตรอนุญาตให้ผ่านเข้าไปในเขตโรงงานหรือเขตก่อสร้าง และต้องติดบัตรที่หน้าอกตลอดเวลาขณะปฏิบัติงาน
3. ต้องสวมอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลโดยเฉพาะหมวกนิรภัยและสายรัดคาง ตามความเหมาะสมกับสภาพของงาน หรือปฏิบัติตามป้ายเตือนเพื่อความปลอดภัย ผู้ฝ่าฝืนจะถูกตักเตือน ถูกยึดบัตร และให้ออกจากพื้นที่งาน หรือถูกสั่งพักงาน
4. เครื่องแต่งกายของผู้ปฏิบัติงานต้องเรียบร้อยรัดกุม ห้ามถอดเสื้อ หรือสวมกางเกงขาสั้น สวมรองเท้าแตะ หรือไม่สวมรองเท้าเข้าบริเวณงาน
5. การสูบบุหรี่ กระทำได้ในสถานที่ๆ จัดไว้ให้ หรือเป็นสถานที่ได้รับอนุญาตให้สูบบุหรี่นั้น
6. เมื่อเข้าไปยังเขตงานผู้ปฏิบัติงานต้องไม่หลบเลี่ยงหรือหนีออกนอกเขตงาน กรณีมีความจำเป็นให้ออกอนุญาตหัวหน้างานก่อน ซึ่งคนงานที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์ อาจได้รับอันตรายจากเครื่องจักรกล และอื่นๆ
7. ห้ามเข้าไปทำงานในพื้นที่เขตหวงห้ามก่อนได้รับอนุญาต เช่น สถานกักเก็บแก๊สไวไฟ หรือเก็บสารเคมีอันตราย สถานที่ผลิตและกักเก็บน้ำมันเชื้อเพลิง ตลอดจนสถานที่อับอากาศ



8.ห้ามผู้ที่ไม่มีหน้าที่เกี่ยวข้องไปปิด/เปิดอุปกรณ์ เช่น สวิตช์ วาล์ว ของโรงงานโดยพลการ ซึ่งจะ
ทำให้เกิดปัญหาต่อระบบการผลิตของโรงงาน

9.ยานพาหนะที่ใช้ในงานก่อสร้าง ก่อนนำเข้าไปในเขตงาน จะต้องได้รับอนุญาตจากผู้ว่าจ้าง
และจะต้องจอดในบริเวณที่กำหนดให้ ประการสำคัญต้องไม่จอดกีดขวางหรือใกล้กับหัวก๊อก สำหรับต่อนิด
น้ำดับเพลิง หรือกีดขวางประตูทางเข้า-ออก

10.การพักผ่อนและรับประทานอาหารช่วงพักกลางวัน ห้ามพักผ่อนและรับประทานอาหารในเขต
พื้นที่ส่วนก่อสร้าง ซึ่งอาจได้รับอันตรายจากอุปกรณ์ก่อสร้าง

11.การขยับยานพาหนะในหน่วยงาน จะต้องใช้ความเร็วไม่เกินที่กำหนด (20 กม./ชม.)

12.การลักทรัพย์สินบริษัทผู้ว่าจ้าง รวมถึงทรัพย์สินของห้างฯ ตลอดจนทรัพย์สินของผู้ร่วมงาน
ถ้าหากถูกจับกุมหรือมีหลักฐานชัดเจนว่าเป็นผู้ลักทรัพย์ จะต้อง ถูกส่ง ดำเนินคดี ตามกฎหมาย และ
ต้องพ้นจาก สภาพการเป็นพนักงานของห้างฯ



7. การป้องกันอัคคีภัย

1. ห้ามสูบบุหรี่ในขณะเดินหรือขณะทำงาน และบริเวณที่มีป้ายห้ามสูบบุหรี่ ให้สูบบุหรี่ในที่ที่กำหนดให้เฉพาะ แล้วทิ้งก้นบุหรี่ลงในภาชนะบรรจุทรายที่จัดไว้เท่านั้น
2. เก็บขยะต่างๆ เช่น เศษผ้า เศษกระดาษ หรือขยะอื่นๆ ที่ติดไฟได้ง่าย ลงในที่จัดไว้ให้เรียบร้อย
3. ของเหลวหรือวัตถุไวไฟต่างๆ ต้องจัดเก็บไว้ในสถานที่จัดไว้เฉพาะเท่านั้น
4. ห้ามเทน้ำมันเชื้อเพลิงหรือของเหลวไวไฟลงในท่อน้ำ หรือท่อระบายสิ่งโสโครกอื่นๆ
5. เมื่อพบสารไวไฟตกลงบนพื้นให้รีบทำความสะอาดโดยเร็ว
6. ห้ามทำให้เกิดประกายไฟในบริเวณที่เก็บวัตถุไวไฟ
7. ก่อนใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า ต้องตรวจบริเวณข้อต่อหรือรอยต่อสายไฟต่างๆ ว่าแน่นหนาดีหรือไม่ ถ้าหลวมอาจทำให้เกิดประกายไฟหรือความร้อน ซึ่งอาจเกิดไฟไหม้ขึ้นได้หากมีสารไวไฟอยู่ใกล้
8. ห้ามเพิ่มเติมปลั๊กเสียบไฟ นอกเหนือไปจากที่ติดตั้งไว้แล้ว
9. ห้ามใช้น้ำมันเบนซินล้างหรือทำความสะอาดเครื่องมือเครื่องจักร หรือชิ้นส่วนใดๆ ของเครื่องจักรกล ควรใช้สารเคมี (SOLVENT) ที่ผลิตขึ้นเพื่อการนี้โดยเฉพาะ
10. ห้ามมิให้ใช้ไฟในสถานที่ทำงาน โดยไม่ได้รับอนุญาตโดยเด็ดขาด
11. ถ้าจำเป็นต้องใช้ไฟในงาน ต้องมีการขออนุญาตจากหัวหน้างานก่อน และให้ใช้ไฟดังกล่าวภายใต้การควบคุมและตามคำสั่ง ของหัวหน้างาน
12. เมื่อมีการใช้ไฟ ให้มีอุปกรณ์ดับเพลิง และถังน้ำพร้อมใช้งานวางอยู่ใกล้ๆ
13. ห้ามวางสิ่งของวัตถุ กีดขวางทางเข้า-ออก ทางฉุกเฉิน ทางเดิน ทางหนีไฟ อุปกรณ์ดับเพลิง
14. ห้ามนำไฟฉายประเภทที่ไม่ได้รับอนุญาตมาใช้ในเขตอันตรายที่มีสารไวไฟ
15. หลอดไฟฟ้าและเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิดที่ทำให้เกิดความร้อนได้ต้องไม่ให้อยู่ติดผ้าและเชื้อเพลิงอื่นๆ
16. เมื่อมีการตรวจพบ อุปกรณ์ดับเพลิงชำรุด หรือใช้งานแล้ว ให้รีบรายงานต่อหัวหน้างาน เพื่อดำเนินการแก้ไขให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานได้



8. อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล

เราสามารถลดการบาดเจ็บ และการสูญเสียชีวิตถ้ามีการใช้อุปกรณ์ป้องกันอย่างถูกต้อง

8.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 8.1.1 หมวกและแว่นนิรภัย ใช้ป้องกันศีรษะและดวงตา ต้องสวมใส่อุปกรณ์เหล่านี้ตลอดเวลาที่ปฏิบัติงานซึ่งตามสภาพที่จำเป็นต้องใช้อยู่
- 8.1.2 ช่างเชื่อมต้องสวมใส่ " หน้ากากเชื่อม " ในขณะที่เชื่อมตลอดเวลาที่ทำงาน
- 8.1.3 งานเจาะ ตกแต่ง (เจียร) ตัด , การเคลื่อนย้ายสารเคมี , น้ำกรดต้องสวมใส่อุปกรณ์ป้องกัน ใบหน้าและดวงตาทุกครั้ง
- 8.1.4 เมื่อทำงานในที่ ๆ เป็นอันตรายจากสารพิษ , แก๊สพิษ หรือในบริเวณที่มีอากาศไม่บริสุทธิ์ ต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ หรือเครื่องกรองอากาศ เครื่องดูดควัน หรือใช้พัดลมถ่ายเทอากาศ
- 8.1.5 เข็มขัดนิรภัยจะต้องอยู่ในสภาพที่ดี และจะต้องใช้เมื่อทำงานบนที่สูง
- 8.1.6 งานยกงานขนย้าย หรือซ่อมแซมเครื่องจักรจะต้องสวมถุงมือหนัง หมวกแข็ง รองเท้าหัวหุ้มเหล็ก

8.2 ข้อเสนอแนะ

- 8.2.1 ควรใช้ถุงมือที่เหมาะสมกับงานแต่ละชนิด
- 8.2.2 ควรสวมรองเท้าที่เหมาะสมกับงานแต่ละชนิด
- 8.2.3 สวมเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับสภาพของงาน
- 8.2.4 อุปกรณ์ป้องกันอย่างอื่นที่เห็นว่าสมควรต้องใช้ ควรแจ้งให้หัวหน้างานทราบทันที
- 8.2.5 ต้องใช้เครื่องมือป้องกันหู หรือที่อุดหู ถ้าจำเป็นต้องทำงานในสภาพที่ซึ่งมีเสียงรบกวนดังมากกว่าปกติ



9. ความปลอดภัยสำหรับผู้ปฏิบัติงาน

- 9.1 การแต่งกาย ต้องแต่งกายรัดกุม สวมเสื้อ กางเกงขายาว รองเท้าหนังหรือผ้าใบหุ้มส้น
- 9.2 การทำงานของผู้รับเหมา จะต้องมียี่ห้อหน้าควบคุมดูแลทุกครั้ง
- 9.3 สถานที่ทำงานของผู้รับเหมา ต้องมีป้ายบอกห้ามผ่านเพื่อป้องกันอันตราย
- 9.4 ผู้รับเหมาจะต้องสวมใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลทุกครั้ง
- 9.5 การต่อสายไฟฟ้า ท่อน้ำ ท่อน้ำมัน ท่อลม ท่อสตีม ต้องได้รับอนุญาตจากผู้รับผิดชอบเสียก่อนทุกครั้ง
- 9.6 การทำงานในที่สูง ตั้งแต่ 3 เมตรขึ้นไป ต้องมีนั่งร้านและราวกันตก ตลอดจนต้องมีตาข่ายคลุมกันคนและของตกจากที่สูง
- 9.7 การยกของขึ้นที่สูง โดยใช้รถยกหรืออื่น ๆ ต้องทำการยกในทิศทางที่ปลอดภัย ปราศจากคนและเครื่องจักรพร้อมทั้งมีป้ายบอกอันตราย และต้องมีคนคุมงานอยู่ด้วยทุกครั้ง
- 9.8 การทดลองเดินเครื่อง ต้องติดต่อผู้ที่รับผิดชอบดูแลก่อนทุกครั้ง
- 9.9 ต้องปฏิบัติตามกฎความปลอดภัยของบริษัทฯ อย่างเคร่งครัด
- 9.10 เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยของโรงงาน มีสิทธิในการตักเตือนว่ากล่าวได้ในกรณีที่พบเห็นเหตุการณ์ไม่ปลอดภัย และการฝ่าฝืนกฎความปลอดภัยของโรงงาน



10. ความปลอดภัยในสำนักงาน

10.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 10.1.1 อย่าใช้เก้าอี้มีล้อเลื่อนแทนบันได ในการที่ต้องหยิบวัสดุหรือเอกสารในที่สูง ๆ
- 10.1.2 อย่าวิ่งภายในสำนักงาน เพราะตรงมุมอาจมีเพื่อนร่วมงานเดินสวนออกมา หรือมีพนักงานกำลังเคลื่อนย้ายวัสดุต่าง ๆ
- 10.1.3 ลิ้นชักของผู้เก็บเอกสารหรือโต๊ะทำงาน เมื่อเปิดใช้แล้วต้องปิดให้เรียบร้อยเพราะท่านหรือผู้อื่นอาจเดินชนได้รับบาดเจ็บ

10.2 ข้อเสนอแนะ

- 10.2.1 เมื่อขึ้นหรือลงบันได ให้เดินด้วยความระมัดระวังอย่าวิ่ง และจับราวบันไดไว้เพื่อช่วยให้ปลอดภัยยิ่งขึ้น
- 10.2.2 เมื่อนั่งเก้าอี้อย่าเอนหลังจนเสียการทรงตัว เพราะจะทำให้ล้มและได้รับบาดเจ็บหรือเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้
- 10.2.3 เมื่อน้ำหรือของเหลวอื่น ๆ หกเรี่ยราดบนพื้นต้องรีบเช็ดถูทันที เพื่อป้องกันการลื่นหกล้มได้ง่าย
- 10.2.4 สายไฟ สายโทรศัพท์ จะต้องวางให้เป็นระเบียบเรียบร้อย เพื่อป้องกันการสะดุดซึ่งอาจทำให้หกล้มได้ง่าย
- 10.2.5 ในกรณีที่ไม่สามารถจะเคลื่อนย้าย หรือยกของที่หนักเกินกำลังให้ขอความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงาน
- 10.2.6 มือและนิ้วมือ เป็นส่วนที่ได้รับบาดเจ็บได้ง่ายที่สุดไม่ควรใช้มือหรือนิ้วแทนเครื่องมือต่าง ๆ เช่น อย่าใช้มือถอนเข็มเย็บกระดาษ
- 10.2.7 เครื่องมือเครื่องใช้ภายในสำนักงาน โดยเฉพาะเครื่องไฟฟ้าต้องได้รับการตรวจสอบให้อยู่ในสภาพที่ดีอยู่เสมอ
- 10.2.8 อักทิกภัย เกิดขึ้นเพราะความประมาท ดังนั้นต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ เช่น จัดให้มีถังขยะรองรับขยะต่าง ๆ มีที่เขียนหรี ฯลฯ
- 10.2.9 มีแผนผังหนีภัยในกรณีฉุกเฉิน และมีอุปกรณ์ดับเพลิง ซึ่งควรจะต้องติดไว้ในสถานที่ ๆ สามารถหยิบฉวยได้ง่าย



11. ความปลอดภัยในงานเชื่อม

11.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 11.1.1 เมื่อเลิกงานให้ดับสวิทช์ไฟฟ้าที่จ่ายไปยังตู้เชื่อม
- 11.1.2 การทำงานเชื่อมในที่สูง ต้องใช้เข็มขัดนิรภัยรัดเอว และเกี่ยวยึดกับสิ่งที่ยึดแน่นตลอดเวลา
- 11.1.3 ถ้าจำเป็นต้องเชื่อมภาชนะที่มีสารไวไฟอยู่ภายใน เช่น ถังน้ำมัน จะต้องล้างและทำความสะอาดเสียก่อนและก่อนเชื่อมจะต้องแน่ใจว่าไม่มีไอระเหยของสารไวไฟตกค้างอยู่
- 11.1.4 ก่อนที่จะเชื่อมจะต้องแน่ใจว่าไม่มีวัสดุติดไฟอยู่ใกล้กับบริเวณที่จะทำการเชื่อม
- 11.1.5 ถ้าจำเป็นต้องเชื่อมวัสดุหรือภาชนะที่เป็นพิษต่อร่างกาย เช่น ตะกั่ว โลหะอาบสังกะสี จะต้องมีการควบคุมควัน หรือสวมเครื่องกรองอากาศ หรือจัดให้มีการระบายอากาศที่เหมาะสม
- 11.1.6 อย่ามองแสงไฟเชื่อมด้วยตาเปล่า
- 11.1.7 เครื่องเชื่อมทุกชนิดต้องต่อสายดินอย่างถูกต้องและแน่นหนา
- 11.1.8 สายไฟเชื่อมต้องอยู่ในสภาพดี ข้อต่อต้องแน่นหนาและหุ้มฉนวนให้เรียบร้อย
- 11.1.9 สายไฟเชื่อมต้องไม่แช่น้ำในขณะที่กำลังทำงานอยู่
- 11.1.10 ในกรณีที่ต้องเชื่อมในที่เปียกชื้นต้องสวมรองเท้ายาง และหาวัสดุที่เป็นฉนวนไฟฟ้ารองพื้นตรงจุดที่จะทำการเชื่อม
- 11.1.11 ใช้หน้ากากและกระจกป้องกันแสงให้เหมาะสมกับสภาพของงาน

11.2 ข้อแนะนำ

- 11.2.1 สายไฟเชื่อมและสายดิน (GROUND) ต้องไม่วางขวางทาง เพราะจะทำให้เกิดการสะดุด หรือหกล้มแก่บุคคลอื่น ๆ ได้ เมื่อเลิกใช้งานแล้วต้องม้วนเก็บไว้ให้เรียบร้อย
- 11.2.2 บริเวณที่จะทำการเชื่อม ควรมีอากาศถ่ายเทได้ดี
- 11.2.3 บริเวณที่ทำการเชื่อมควรมีสิ่งปิดกั้นเพื่อป้องกันแสง หรือสะเก็ดไฟกระเด็นไปถูกบุคคลอื่น
- 11.2.4 ต้องแต่งตัวให้รัดกุมเรียบร้อย
- 11.2.5 การต่อสายดินต้องต่อให้แน่น ข้อต่อต้องอยู่ในสภาพดี และพยายามให้ใกล้ชิ้นงานเชื่อมมากที่สุด



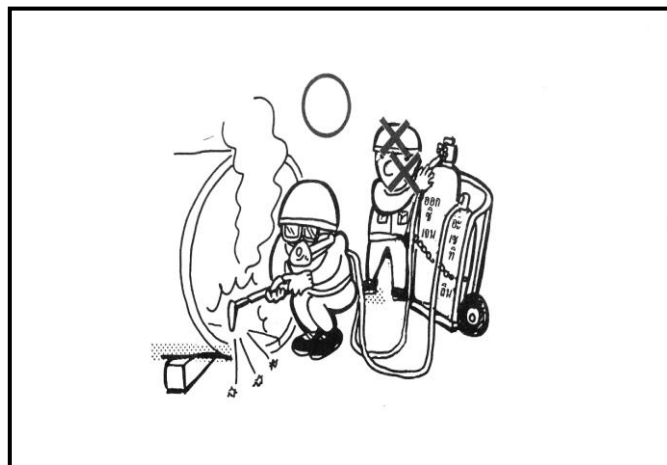
12. ความปลอดภัยในงานตัดด้วยแก๊ส

12.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 12.1.1 ก่อนเคลื่อนย้ายถังแก๊ส / ลม ต้องถอดหัวปรับความดันออก และขณะเคลื่อนย้ายต้องปิดฝาครอบหัวถังด้วยทุกครั้ง ห้าม แบก-กိုင်
- 12.1.2 เมื่อต้องวางสายลม สายแก๊ส ข้ามทางผ่านต้องแขวนไว้สูงเหนือศีรษะ หรือต้องใช้ไม้วางกั้นทั้งสองข้างเพื่อกันคน หรือกันรถทับ
- 12.1.3 ตรวจสอบสายของถังแก๊ส / ลม / เสมอ ๆ และทุกครั้งก่อนนำออกใช้ สายต้องไม่ร้าวแตก ข้อต่อต้องไม่หลวม และห้ามใช้สายที่มีรอยไหม้
- 12.1.4 หัวตัดต้องมีวาล์วกันไฟกลับ (CHECK VALVE)
- 12.1.5 หัวตัดแก๊ส, หัวปรับความดัน ถ้าเกิดบกพร่องต้องแจ้งผู้บังคับบัญชาเพื่อรับการซ่อมแซมทันที
- 12.1.6 ก่อนตัดแก๊สต้องแน่ใจว่าไม่มีวัสดุติดไฟอยู่ใกล้บริเวณที่จะทำการตัด
- 12.1.7 หลังจากเลิกใช้แก๊ส จะต้องปิดแก๊สในถังเสียก่อนแล้วปล่อยแก๊สที่ค้างอยู่ในท่อทิ้ง

12.2 ข้อเสนอแนะ

- 12.2.1 หัวปรับความดันของแก๊ส และลมต้องอยู่ในสภาพที่ดี
- 12.2.2 ขณะตัดโลหะด้วยแก๊ส ควรใส่ถุงมือเพื่อป้องกันความร้อน และสะเก็ดไฟ ระมัดระวังไม่ให้สายลม แก๊ส พาดอยู่หรือใกล้กับสายไฟฟ้า
- 12.2.3 ท่อแก๊ส / ลม ที่ตั้งอยู่ ต้องผูกโซ่หรือเชือกกันล้มไว้ทุกครั้ง และไม่ควรตั้งไว้ใกล้สายไฟฟ้า ท่ออะเซทิลีน (ACETYLENE) หรือท่อแก๊ส ต้องตั้งไว้ไม่ควรนอน ท่อออกซิเจน หรือท่อลม ต้องไม่ให้เปื้อนน้ำมันจาระบี



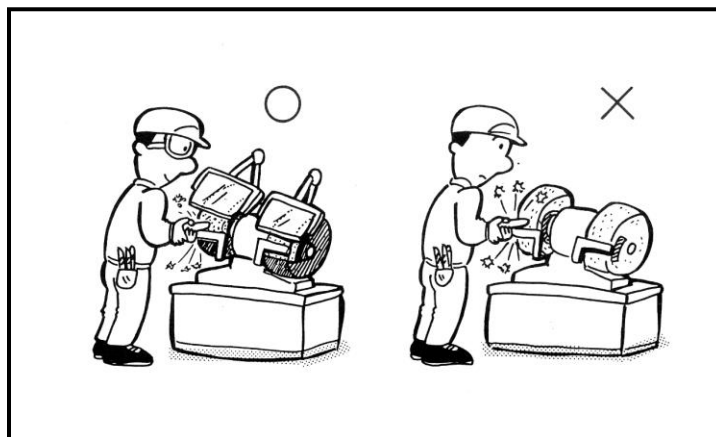
13. ความปลอดภัยในงานตัดด้วยไฟเบอร์

13.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 13.1.1 เครื่องตัดต้องผ่านการตรวจสอบและติดสติ๊กเกอร์ และต้องตรวจสอบก่อนใช้งานในแต่ละวัน
- 13.1.2 ต้องจัดให้มีการคัดกรองป้องกันสะเก็ดไฟ และจัดให้มีถังดับเพลิงไว้ประจำจุดทำงาน
- 13.1.3 พนักงานต้องสวมใส่ หมวกนิรภัย , แว่นตานิรภัย , รองเท้านิรภัย , กระบังหน้า , ถุงมือหนัง , หน้ากากกรองฝุ่น, ปลั๊กอุดหู
- 13.1.4 การปฏิบัติงานในเขตพื้นที่ควบคุมต้องขอใบอนุญาตการทำงานที่มีความร้อนและประกายไฟ
- 13.1.5 พื้นที่ทำงานต้องไม่มีสารเคมีหรือ เศษวัสดุที่สามารถติดไฟได้
- 13.1.6 ไม้ตัดต้องขันยึดแน่น และห้ามใช้ไม้ตัดที่ชำรุด คดงอ หรือมีรอยแตก
- 13.1.7 ห้ามกดไม้ตัดกระแทกกับชิ้นงานหรือปล่อยให้ไม้ตัดกระทบกับชิ้นงานอย่างรุนแรง
- 13.1.8 ควรยึดแท่นเครื่องให้มั่นคงกับพื้นที่ ที่ปฏิบัติงาน และทำกรอบป้องกันสะเก็ดไฟ
- 13.1.9 จัดให้มีภาชนะสำหรับใส่เศษวัสดุ และทำความสะอาดพื้นที่ปฏิบัติงานทุกครั้งหลังเสร็จงาน

13.2 ข้อเสนอแนะ

- 13.2.1 โครงสร้างทั่วไปต้องแข็งแรงมอเตอร์และโครงสร้างต้องขันแน่น
- 13.2.2 การ์ดครอบสายพานและไม้ตัด ต้องแข็งแรง และสายพานต้องไม่แตก
- 13.2.3 สายไฟเป็นแบบฉนวนสองชั้นและต้องไม่มีรอยต่อหรือฉีกขาด
- 13.2.4 สวิตช์ เปิด - ปิด ใช้งานได้ดี และต้องต่อสายดินให้แน่น
- 13.2.5 สปริงที่แกนกลาง และล้อที่ฐานต้องทำงานได้ดีไม่แตกหัก
- 13.2.6 ปากกาจับชิ้นงานสามารถปรับแต่งได้ดี และถือชิ้นงานได้มั่นคง



14. ความปลอดภัยในงานเจาะด้วยสว่านไฟฟ้า

14.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

14.1.1 ดึงปลั๊กออกทุกครั้งเมื่อเปลี่ยนดอกสว่าน

14.1.2 รวบรวมปลายผมที่ยาวและแต่งตัวให้รัดกุม

14.2 ข้อเสนอแนะ

14.2.1 โครงสว่านต้องไม่ชำรุดและ สกรูยึดโครงแน่นทุกตัว

14.2.2 สว่านต้องต่อสายดินให้เรียบร้อย ยกเว้นสว่านที่ตัวเป็นฉนวนและใช้สาย **Double Insulation**

14.2.3 สายไฟจะต้องไม่ชำรุดฉีกขาดหรือมีรอยต่อ

14.2.4 ปลั๊กไฟต้องไม่ชำรุดและต้องกันน้ำเข้าปลั๊กได้

14.2.5 จะต้องไม่มีปุ่มลือการทำงานของสว่าน

14.2.6 ค้ามจับข้างสว่านจะต้องแข็งแรงมั่นคง

14.2.7 หัวจับดอกสว่านต้องจับยึดแน่นกับดอกสว่าน

14.2.8 จัดให้มีอุปกรณ์สำหรับถอดดอกสว่าน

14.2.9 เลือกใช้สว่านและดอกสว่านให้เหมาะสมกับงาน



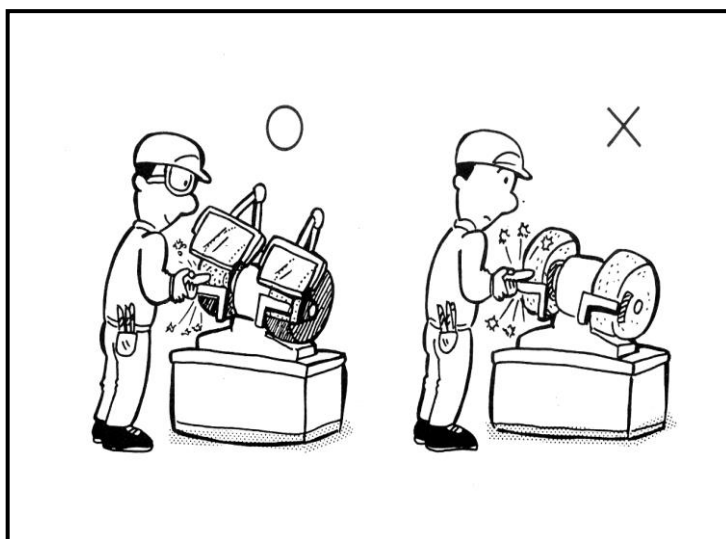
15. ความปลอดภัยในงานเจียร

15.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 15.1.1 ก่อนทำการเจียรทุกครั้งต้องสวมแว่นตานิรภัย ถุงมือ
- 15.1.2 ตรวจสอบเครื่องมือเจียรให้อยู่ในสภาพที่ปลอดภัยในขณะที่ทำงาน เช่น มีกำบังใบ (GUARD) ไม่มีรอยร้าวที่เปลือกสายไฟ หรือที่ขั้วตัดกับเครื่องมือ
- 15.1.3 ก่อนทำการเปลี่ยนใบหินเจียรทุกครั้ง ในกรณีที่ใช้นหินเจียรไฟฟ้าต้องดับสวิทช์เครื่อง และดึงปลั๊กไฟออกในกรณีที่เป็นเครื่องลม ก็ให้ปิดวาล์วตัวเครื่องพร้อมทั้งปลดสายออกจากหัวจ่ายลมทุกครั้ง
- 15.1.4 เวลาขกเครื่องมือเจียรให้จับที่ตัวเครื่อง อย่าหิ้วที่สายลมหรือสายไฟ โดยเด็ดขาด

15.2 ข้อแนะนำ

- 15.2.1 ต้องระวังไม่ให้ประกายไฟจากหินเจียรพุ่งเข้ากลุ่มคนที่กำลังทำงาน เมื่อจำเป็นต้องเจียรชิ้นงานในบริเวณที่มีผู้อื่นทำงานอยู่ใกล้ ๆ ควรหาแผงกำบังสะเก็ดหินเจียร เพื่อป้องกันไม่ให้กระเด็นไปถูกผู้อื่นด้วย



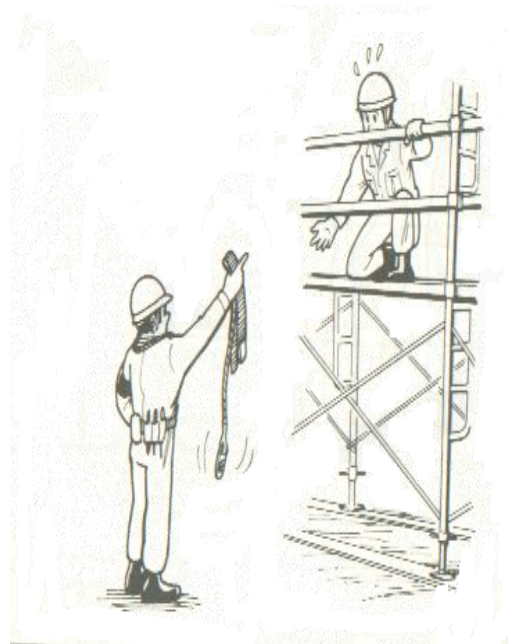
16. ความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูง

16.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 16.1.1 ต้องสวมหมวกแข็ง หมวกที่สวมจะต้องมีสายรัดคางกันหมวกหล่น และศีรษะกระแทก
- 16.1.2 ต้องสวมเข็มขัดนิรภัยที่เอวและมีตัวล็อกยึดติด แล้วใช้เชือกที่เข็มขัดผูกติดจุดใดจุดหนึ่งของโครงสร้างที่สามารถรับน้ำหนักตัวได้
- 16.1.3 ต้องสวมรองเท้านิรภัยป้องกันความร้อน และสารเคมีตลอดจนของแข็งหล่นในเท้า
- 16.1.4 ต้องสวมถุงมือป้องกันการป็นปาย จับถูกของมีคม ลื่นและความร้อน

16.2 ข้อแนะนำ

- 16.2.1 ก่อนใช้อุปกรณ์ ควรตรวจสอบว่าชำรุดหรือไม่
- 16.2.2 การขึ้นไปทำงานบนที่สูงจะต้องเป็นผู้ชำนาญ และเป็นผู้ไม่เป็นโรคกลัวความสูง



17. ความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า

17.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 17.1.1 เมื่อเกิดไฟฟ้าลัดวงจร หรือเมื่อมีผู้ประสบอันตรายเนื่องจากกระแสไฟฟ้า ก่อนอื่นจงทำการตัดกระแสไฟฟ้าด้วยสวิตช์ตัดตอน (ยกัทเอ้าท์)
- 17.1.2 ถ้าพบอุปกรณ์ไฟฟ้าชำรุดต้องเลิกใช้ รีบแก้ไขหรือซ่อมแซมโดยเร็ว
- 17.1.3 รอยต่อสายไฟฟ้าทุกแห่งต้องใช้เทปพันสายไฟฟ้าพันหุ้มลวดทองแดงให้มิดชิดและแน่นหนา จนแน่ใจว่าจะไม่หลุด เพื่อไม่ให้ลวดทองแดงที่มีกระแสไฟฟ้าไหลออกมา ซึ่งอาจจะเป็นอันตรายแก่ผู้ที่บังเอิญไปถูกเข้า
- 17.1.4 ทุกครั้งที่ทำการต่อสายไฟฟ้า หรือเดินสายไฟฟ้าต้องตัดไฟฟ้าด้วยสวิตช์เสียก่อน เพื่อป้องกันมิให้มีกระแสไฟฟ้าในสายไฟฟ้าเส้นนั้น
- 17.1.5 หลอดไฟฟ้า และเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิดที่จะทำให้เกิดความร้อนได้ ไม่ควรให้อยู่ติดกับผ้า หรือเชื้อเพลิงอื่น ๆ ที่อาจทำให้เกิดการลุกไหม้ได้ง่าย
- 17.1.6 ห้ามใช้ตัวนำอื่น ๆ แทนฟิวส์

17.2 ข้อแนะนำ

- 17.2.1 เต้าเสียบชนิดที่ต่อแยกได้หลายทางนั้นไม่ควรต่อไฟแยกออกไปใช้จนมากเกินไป เพราะถ้าสายเมนมีขนาดเล็กจะทำให้กระแสไฟฟ้าที่ไหลผ่านเกินกำลังรับของสาย ซึ่งจะทำให้สายเมนนั้นร้อนจัดจนอาจลุกไหม้ขึ้นได้
- 17.2.2 การช่วยผู้ประสบอันตรายให้หลุดพ้นจากกระแสไฟฟ้า อย่าเอามือเปล่าจับ จงใช้ผ้า, ไม้, เชือก หรือสายยางที่แห้งสนิทดึงผู้ประสบอันตรายให้หลุดออกมา
- 17.2.3 เมื่อช่วยผู้เคราะห์ร้ายให้หลุดพ้นจากกระแสไฟฟ้าแล้ว จะต้องทำการปฐมพยาบาลให้ปอด และหัวใจทำงานโดยวิธีให้ลมหายใจทางปากและการนวดหัวใจ
- 17.2.4 ต่อสายดินกับโลหะที่ครอบเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด เพื่อป้องกันอันตรายเมื่อไฟฟ้ารั่ว



18. ความปลอดภัยในการเคลื่อนย้ายของหนักด้วยมือ

18.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ (ดูรูปประกอบหน้าที่ 24)

- 18.1.1 ต้องสวมถุงมือขณะทำการยก
- 18.1.2 ต้องสวมรองเท้านิรภัย

18.2 ข้อเสนอแนะ

- 18.2.1 ถ้าของหนักเกินกว่าจะยกได้ ควรเรียกคนมาช่วย
- 18.2.2 ควรมีกาลังขาและการทรงตัวที่ดี
- 18.2.3 ควรวางเท้าข้างหนึ่งอยู่ข้าง ๆ ของที่จะทำการยกและอีกข้างหนึ่งอยู่ข้างหลัง
- 18.2.4 งอเข่าและก้มตัวต่ำใกล้ของ
- 18.2.5 ให้ลำตัวเข้าชิดของ
- 18.2.6 ต้องจับของให้กระชับแน่น
- 18.2.7 หลังตรงเกือบเป็นแนวดิ่งแล้วยืดขาทั้งสองขึ้น
- 18.2.8 ควรหลีกเลี่ยงการขอลำตัวใช้ขยับขาแทน
- 18.2.9 ควรมองเห็นทางข้างหน้าได้ชัดเจนขณะยกของเดินไป
- 18.2.10 เมื่อจะวางของลงให้ทำย้อนกลับตามวิธีข้างต้น



19. ความปลอดภัยในการขนย้ายสิ่งของด้วยรถยก (ฟอร์คลิฟท์)

19.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

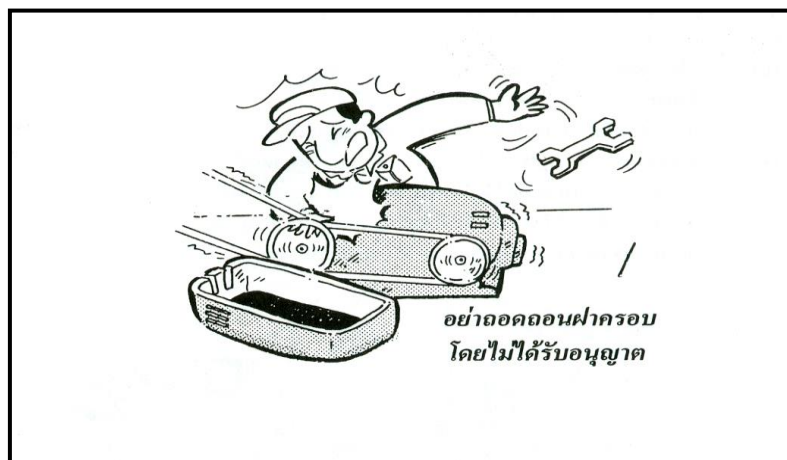
- 19.1.1 ก่อนใช้รถยกจะต้องจัดเรียงวัสดุ หรือสิ่งของบนงาให้มั่นคงเสียก่อน
- 19.1.2 ปรับความกว้างของงารถยกให้พอดีกับปริมาณของที่่จะยก และของที่่จะยกให้เอียงพียงมาข้างหลังจะทำให้มั่นคงยิ่งขึ้น
- 19.1.3 ไม่บรรทุกน้ำหนักเกินกำลังรถยก หรือวางของสูงเกินระดับสายตาที่จะมองเห็นทางข้างหน้า หรือวางของกว้างเกินไป
- 19.1.4 ไม่เลี้ยวรถอย่างกะทันหัน ขับช้า ๆ บริเวณที่คนสัญจรไปมา ลดความเร็วเมื่อถึงทางแยก และให้สัญญาณทุกครั้งเมื่อเลี้ยว
- 19.1.5 ไม่ว่าจะทำบรรทุกของอยู่หรือไม่ในระหว่างขับรถ จะต้องยกสูงจากพื้นไม่เกิน 20 ซม. เพื่อให้มองเห็นทางข้างหน้าสะดวก
- 19.1.6 การยกสิ่งของในขณะที่ลดงาลงให้ต่ำอย่างช้า ๆ ไม่ให้เกิดแรงกระตุกในขณะที่ยกสูงขึ้นสูงและบรรทุกของหนัก จะต้องไม่เอนเสาไปข้างหน้า หรือข้างหลังอย่างฉับพลันทันใด เพื่อรักษาการทรงตัวของรถและไม่ให้ของหล่นจากแท่นไป
- 19.1.7 การยกของจะต้องขับรถโดยเอาของเข้าไปก่อนไม่ใช่เอาตัวเข้าไปก่อน เพราะของอาจจะหล่นทับตัวคนได้ถ้าไม่มีทางออกได้
- 19.1.8 ขับรถลงทางลาดต้องถอยหลังลงด้วยเกียร์ต่ำ ถ้าขับเดินหน้าลงทางลาดของจะเลื่อนออกจากงาที่ยกอยู่
- 19.1.9 ให้สัญญาณถอยหลังทุกครั้ง เมื่อรถถอยหลัง และขณะเลี้ยว
- 19.1.10 จอดรถทุกครั้งจะต้องลดงาลง เพื่อป้องกันคนเดินชนเป็นเหตุให้เกิดอุบัติเหตุได้
- 19.1.11 ผู้ขับรถยกต้องเป็นผู้มีหน้าที่โดยตรงเท่านั้น และต้องสวมใส่หมวกนิรภัยทุกครั้งที่ใช้ขับรถ



20. ความปลอดภัยในการใช้เครื่องจักร

20.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 20.1.1 ก่อนใช้เครื่องจักร ผู้ปฏิบัติงานจะต้องตรวจฝักรอบการ์ดเครื่องนิรภัย หรือส่วนต่าง ๆ ของเครื่องจักรให้อยู่ในสภาพเรียบร้อยเสียก่อน
- 20.1.2 การใช้เครื่องจักรจะต้องใช้ตามคู่มือหรือตามขั้นตอนที่กำหนด ไม่ใช้เกินกำลังเครื่องจักร หรือเกินพิกัดอัตราการบรรทุก
- 20.1.3 ห้ามใช้เครื่องจักร เครื่องมือที่มีสภาพชำรุด จนกว่าจะแก้ไขให้เรียบร้อยเสียก่อน ระหว่างการแก้ไขจะต้องแขวนป้าย " ห้ามใช้เครื่องจักรชำรุด " ให้เห็นชัดเจน หรือทำเครื่องหมายบอกถึงสภาพที่ไม่ปลอดภัย
- 20.1.4 ห้ามเคลื่อนย้ายฝักรอบ การ์ด หรือเครื่องนิรภัยทุกชนิดออกจากเครื่องจักร ในกรณีที่จะต้องถอดหรือเคลื่อนย้ายเพื่อการซ่อม เมื่อเสร็จแล้วจะต้องใส่ให้เรียบร้อยก่อนใช้งาน
- 20.1.5 ห้ามทำความสะอาด หรือการกระทำใด ๆ ที่ใช้มือเข้าไปในบริเวณจุดหนีบ จุดหมุน จุดเคลื่อนไหวของเครื่องจักรขณะทำงานอยู่จะทำให้เกิดอันตรายได้
- 20.1.6 การหยุดเครื่องจักรเพื่อทำการซ่อมแซมแก้ไขปรับแต่งทำความสะอาด หรือเพื่อทำการใด ๆ ก็ตามผู้ปฏิบัติงานจะต้องแขวนป้าย " อันตราย กำลังทำงานอยู่ห้ามเปิดสวิตช์ " ณ สวิตช์เปิด - ปิด เครื่องจักร
- 20.1.7 ห้ามพนักงานที่ไม่มีหน้าที่ใช้เครื่องจักร



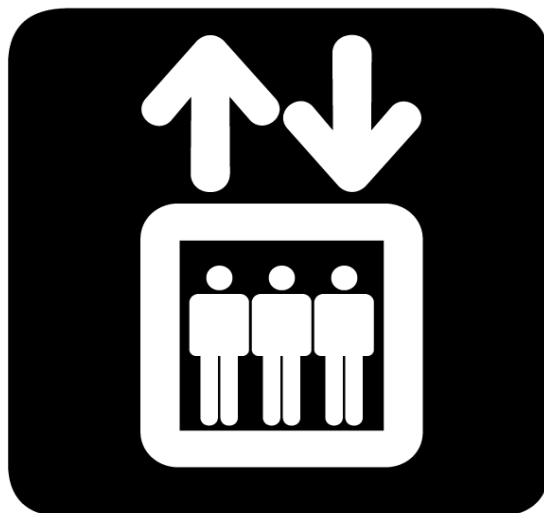
21. ความปลอดภัยในการใช้ลิฟต์ในโรงงาน

21.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 21.1.1 ใช้เฉพาะการขนส่งสินค้า หรือวัสดุดิบเท่านั้น ห้ามโดยสารไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น
- 21.1.2 จะต้องบรรทุกน้ำหนักตามพิกัดที่กำหนดไว้เท่านั้น
- 21.1.3 ผู้ประสงค์ใช้ลิฟต์ต้องขออนุญาตผู้ดูแลรับผิดชอบทุกครั้ง
- 21.1.4 ผู้ดูแลรับผิดชอบต้องตรวจสอบการขึ้นลงของลิฟต์ให้อยู่ในสภาพปกติก่อนใช้งาน
- 21.1.5 ก่อนนำสินค้าหรือวัสดุดิบ เข้าลิฟต์ออกจากลิฟต์ต้องปิดสวิทช์ควบคุมทุกครั้ง
- 21.1.6 ต้องวางสินค้า หรือวัสดุดิบอย่างมั่นคง ไม่เลื่อนหรือเคลื่อนที่ขณะลิฟต์เคลื่อนตัว
- 21.1.7 ล็อกประตูลิฟต์ให้เรียบร้อยก่อนใช้ลิฟต์

21.2 ข้อแนะนำ

- 21.2.1 ตัวลิฟต์ต้องอยู่ชั้นล่างเมื่อเลิกใช้
- 21.2.2 ผู้ดูแลรับผิดชอบต้องปิดสวิทช์และล็อกกุญแจเมื่อเลิกใช้



22. การใช้นั่งร้าน และบันไดชั่วคราว

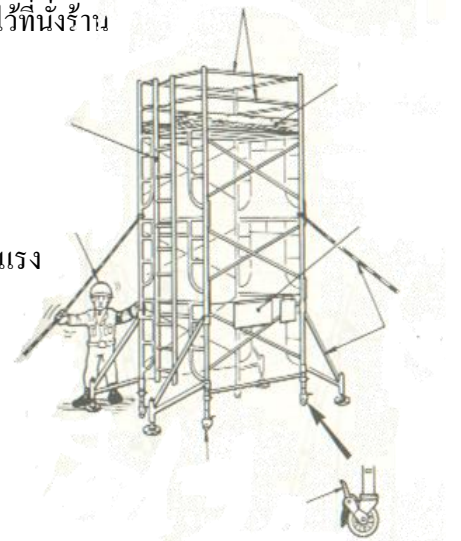
22.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

นั่งร้าน

- 22.1.1 ล้อต้องมีความแข็งแรงสามารถรับน้ำหนักทั้งหมดบนนั่งร้านได้อย่างปลอดภัย
- 22.1.2 ล้อต้องมีอุปกรณ์ล็อกล้อและใช้งานได้ดี
- 22.1.3 โครงสร้างและฐานต้องมั่นคง โครงสร้างตั้งฉากกับพื้น. ข้อต่อต่าง ๆ ต้องมั่นคงแข็งแรง
- 22.1.4 จัดให้มีบันไดขึ้น-ลง
- 22.1.5 พื้นนั่งร้านปูด้วยแผ่นเหล็กหรือไม้เนื้อแข็งหนาไม่ต่ำกว่า 1 นิ้ว. กว้างรวมกันไม่น้อยกว่า 50 ซม.
- 22.1.6 ราวกันตกด้านบนสูง 90-110 ซม. และราวกลางสูง 45-55 ซม.
- 22.1.7 แผ่นกันเครื่องมือตกรอบด้านสูง 10 ซม.
- 22.1.8 นั่งร้านต้องทำการตรวจสอบก่อนการใช้งานทุกวัน
- 22.1.9 ทำรั้วกันล้อมพื้นที่ทำงานพร้อมติดตั้งป้ายเตือนอันตรายที่ถูกต้อง
- 22.1.10 ขณะเคลื่อนย้ายนั่งร้านต้องไม่มีพนักงานหรืออุปกรณ์อยู่บนนั่งร้าน
- 22.1.11 ห้ามโยนวัสดุ / อุปกรณ์ทุกชนิด ขึ้น-ลง บนนั่งร้าน
- 22.1.12 ล้อกลิ้งนั่งร้านทุกครั้งก่อนขึ้นไปทำงาน
- 22.1.13 ผู้ปฏิบัติงานต้องสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันการตก
- 22.1.14 นั่งร้านที่ผู้รับเหมานำมาใช้ทุกจุด จะต้องได้รับการตรวจสอบจากผู้รับผิดชอบด้านความปลอดภัยก่อนถึงจะอนุญาตให้ใช้งานได้และถ้านั่งร้านสูงเกินกว่า 4 เมตร จะต้องมีการรับรองการตรวจสอบจากวิศวกรของหน่วยงานนั้น ติดไว้ที่นั่งร้าน

บันไดชั่วคราว

- 22.1.15 ส่วนค้ำยันแนวขวางต้องมั่นคงแข็งแรง
- 22.1.16 ขาบันไดจะต้องแข็งแรงและทำมุมเท่ากันทั้ง 2 ขา
- 22.1.17 ลูกบันไดต้องไม่บิดเบี้ยวหรือแตกหัก อยู่ในสภาพที่แข็งแรง
- 22.1.18 ด้านข้างของบันไดไม่เบี้ยว , คด , แตกหรือหัก
- 22.1.19 ขาบันไดต้องมีขนาดใหญ่กว่าลูกบันได
- 22.1.20 ขณะใช้บันไดทำงานต้องมีคนจับยึดบันไดด้านล่าง



23. การใช้ถังดับเพลิง

23.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 23.1.1 ต้องจัดให้มีในบริเวณงานที่มีความร้อนและประกายไฟ
- 23.1.2 ต้องจัดให้มีที่บริเวณพื้นที่จัดเก็บสารเคมีลูกติดไฟและให้พอเพียงต่อปริมาณของสารเคมี
- 23.1.3 พื้นที่วางถังดับเพลิงหรือพื้นที่ติดตั้ง จะต้องหิบนวขได้สะดวกไม่มีสิ่งกีดขวางและไม่วางชิดกับแหล่งเชื้อเพลิง
- 23.1.4 จุดเก็บสารไวไฟควรเลือกใช้ขนาดไม่ต่ำกว่า 15 ปอนด์ และมีระดับความสามารถการดับเพลิงไม่น้อยกว่า 15 ปอนด์
- 23.1.5 กรณีติดตั้งสูงจากพื้นควรอยู่ในระหว่าง 1 - 1.40 เมตร
- 23.1.6 คว่ำถึงทุกครั้งเมื่อทำการตรวจสอบเพื่อให้สารเคมีภายในถังคลายการอัดแน่นของสารเคมี
- 23.1.7 ลูกจ้างต้องใช้ถังดับเพลิงเป็นอย่งน้อย ไม่ต่ำกว่า 40 % ของจำนวนลูกจ้างทั้งหมด
- 23.1.8 จัดให้มีถังดับเพลิงให้เหมาะสมกับประเภทของเชื้อเพลิง

23.2 ข้อแนะนำ

- 23.2.1 เจ้มต้องซื้ออยู่ในช่องเขียวหรือก่อนมาทางขวาเล็กน้อย
- 23.2.2 ต้องมีสลักชิลล๊อค
- 23.2.3 คันบีบต้องอยู่ในสภาพเรียบร้อย
- 23.2.4 มีป้ายตรวจสอบและบันทึกทุกเดือน
- 23.2.5 ตัวถังต้องไม่ผุกร่อน
- 23.2.6 จุดต่อต้องขันแน่น
- 23.2.7 สายต้องไม่แตกหรือชำรุด
- 23.2.8 สายฉีดต้องไม่อุดตัน



24. การตรวจความพร้อม ,รักษาความสะอาดและจัดเก็บวัสดุหลังเสร็จงาน

เพื่อความปลอดภัย และเพื่อให้งานดำเนินไปด้วยความมีประสิทธิภาพ สถานที่ทำงานจะต้องสะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อยด้วย

24.1 กฎที่ต้องปฏิบัติ

- 24.1.1 วัสดุและเครื่องมือต่าง ๆ ต้องเก็บให้เรียบร้อยไม่ให้เกะกะ
- 24.1.2 เครื่องมือเครื่องใช้ต่าง ๆ เมื่อใช้แล้วต้องเก็บไว้ในที่เดิม
- 24.1.3 เก็บเศษขยะทุกชนิดและสิ่งของต่าง ๆ ที่ไม่ใช้แล้วลงถังขยะที่จัดรองรับให้หมด
- 24.1.4 ห้ามจัดวางวัสดุที่ง่ายต่อการลุกไหม้ใกล้กับหลอดไฟ หรือท่อที่นำความร้อนอื่น ๆ

24.2 ข้อเสนอแนะ

- 24.2.1 การหล่นเกิดขึ้นได้บ่อย ๆ เนื่องจากน้ำมัน ของเหลวอื่น ๆ ที่หกกระจาย ควรทำความสะอาด และเช็ดให้แห้ง เพื่อป้องกันการลื่นหกล้ม
- 24.2.2 การจัด , เก็บและวางวัสดุนั้น ถ้าพื้นที่ ๆ จะวางของไม่ราบเรียบเสมอกัน ควรจะใช้ไม้ หรือที่รองอื่น ๆ ช่วย
- 24.2.3 ถังหรือถังบรรจุของที่มีฐานกลม ให้ใช้ไม้หนุนท้าย เพื่อป้องกันไม่ให้กลิ้งไปมา การรักษาความสะอาดนั้นไม่เพียงแต่แสดงถึงความเป็นผู้มีระเบียบเท่านั้น แต่ยังเป็นการช่วยป้องกันอุบัติเหตุและอัคคีภัยได้อย่างดีด้วย



25. การปฐมพยาบาล

ข้อแนะนำในการปฐมพยาบาล

1. หากรู้สึกว่ามีอาการไม่สามารถทำงานต่อไปได้ ให้แจ้งหัวหน้างานทราบทันที
2. ถ้าหากได้รับบาดเจ็บในการทำงาน ต้องแจ้งให้หัวหน้างานรู้ทันทีไม่ว่ามากหรือน้อย
3. การปฐมพยาบาลจะทำให้เฉพาะรายที่บาดเจ็บเพียงเล็กน้อย ส่วนที่บาดเจ็บมากควรให้แพทย์เป็นผู้ดูแล พึงระลึกไว้เสมอว่าในรายที่บาดเจ็บมาก ๆ การปฐมพยาบาลจะทำให้เพียงเบื้องต้น ก่อนถึงมือแพทย์ การช่วยเหลืออย่างฉับพลันทันทีหลังเกิดอุบัติเหตุอาจเป็นการช่วยชีวิตไว้ได้

25.1 วิธีการห้ามเลือด

- 25.1.1 ใช้ผ้าสะอาดทับบนบาดแผล พันแผลให้แน่นพอดีทับลงบนผ้าที่กดทับแผลไว้
- 25.1.2 ถ้าบาดแผลเกิดที่ปลายเท้าปลายแขน หรือส่วนอื่น ๆ ที่ควรทำการยกขึ้นให้อยู่ในระดับสูงกว่าโดยใช้หมอนรองหรือวัสดุอื่น ๆ ก็ได้
- 25.1.3 ถ้าคนเจ็บเกิดกระหายน้ำให้ดื่มได้แต่น้อย (ประมาณครึ่งแก้วต่อทุก ๆ 30 นาที) และคนเจ็บจะต้องไม่เป็นผู้มีบาดแผลในช่องท้อง หรือหน้าอกส่วนล่าง ห้ามมิให้คนเจ็บดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์อย่างเด็ดขาด
- 25.1.4 นำคนเจ็บส่งโรงพยาบาลโดยด่วน

25.2 การช่วยหายใจ

การช่วยหายใจให้ผู้ป่วยอย่างรีบด่วนที่สำคัญต้องไม่ทอดทิ้ง เพราะเคยมีรายงานว่า ผู้ป่วยรอดชีวิตหลังจากการช่วยหายใจเป็นเวลาหลายชั่วโมง

25.2.1 วิธีการช่วยหายใจด้วยการผายปอด

- (1) ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำ หันศีรษะไปข้างใดข้างหนึ่งใช้มือข้างหนึ่งหนุนแก้ม ล้วงเอาของที่ติดค้างภายในปากและลำคอออก
- (2) ก้มเข่าลงทางด้านศีรษะของผู้ป่วย
- (3) วางมือทั้งสองข้างโดยให้ปลายนิ้วหัวแม่มืออยู่ติดกันบนหลังผู้ป่วยบริเวณใต้ช่วงไหล่ลงมา
- (4) กดลงไปซ้ำ ๆ ให้ข้อศอกเหยียดตรง
- (5) แล้วลดแรงกดโดยการงอข้อศอกให้น้ำหนักอยู่ที่ข้อเท้าเลื่อนมือขึ้นไปตามแขนของผู้ป่วย
- (6) จับที่แขนของผู้ป่วยตรงระหว่างข้อศอกและไหล่ดึงเข้าหาตัวจนรู้สึกตึง



- (7) ปลดแชนแล้วกลับมาคดที่หลังอีก ทำสลับอยู่เช่นนี้ประมาณ 10-20 ครั้งต่อนาที
- (8) ทำอย่าเสียจังหวะทำไปเรื่อย ๆ จนกว่าผู้ป่วยจะหายใจได้ดีขึ้น หรือจนกว่าจะแน่ใจว่าผู้ป่วยหายใจแล้ว
- (9) อย่าทำแรงหรือเร็วเกินไป ควรให้ใครช่วยคลายเสื้อผ้าของผู้ป่วยในส่วนที่รัดแน่นมาก จัดหาผ้าห่มมาคลุมให้

25.2.2 วิธีช่วยหายใจโดยใช้ปาก

จัดให้ผู้ป่วยนอนหงาย (ดูรูปประกอบหน้าที่ 23)

- (1) เช็ดปากผู้ป่วยอย่างรวดเร็ว หันศีรษะไปด้านข้าง ใช้นิ้วมือล้วงเศษอาหาร เสมหะ หรือของอื่นออกมา (รูปที่ 1)
- (2) จับศีรษะผู้ป่วยให้หงายไปข้างหลังคั่นคอกยกเชิดขึ้น (รูปที่ 2) ซึ่งในลักษณะนี้ลมจะผ่านเข้าออกสะดวก
- (3) ประคบริมฝีปากเข้ากับปากของผู้ป่วยให้แน่น และเอานิ้วมือบีบจมูกผู้ป่วยไว้เพื่อกันอากาศรอดออกมา (รูปที่ 3) ถ้าผู้ป่วยเป็นเด็กใช้ปากประกบให้แน่นทั้งปากและจมูก (การเป่าลมผ่านผ้าเช็ดหน้าที่ปากหรือจมูกของผู้ป่วยไว้จะไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร)

*** ในกรณีที่ปากของผู้ป่วยไม่สามารถอ้าได้ หรือปากได้รับบาดเจ็บ ให้ประคบริมฝีปากเข้ากับจมูกของผู้ป่วย แล้วแนบแก้มกดทับปากของผู้ป่วยไว้ให้สนิท

- (4) เป่าลมเข้าไปในปาก หรือจมูกจนกระทั่งหน้าอกกระเพื่อมขึ้น (ลมจะผ่านเข้าไปได้ แม้ผู้ป่วยกััดฟันแน่น)
- (5) เอาปากออกแล้วฟังเสียงลมเคลื่อนไหว ถ้าไม่ได้ยินให้ตรวจสอบตำแหน่งของศีรษะและขากรรไกรอีกครั้ง (รูปที่ 2 และ 3) ถ้ายังไม่ได้ผลให้หันผู้ป่วยตะแคงข้าง และดบที่หลังช่วงระหว่างไหล่ เพื่อให้ของที่ติดที่คอหลุดออกแล้วเอามือล้วงเข้าไปในปากเอาของออกอีกครั้ง
- (6) เป่าปากแบบเดิมและถอนปากเป็นระยะ ๆ สำหรับผู้ใหญ่ให้ทำประมาณ 12 ครั้งต่อนาที ถ้าเป็นเด็กทำถี่ขึ้นประมาณ 20 ครั้งต่อนาที ให้ทำงานกว่าผู้ป่วยจะหายใจได้เอง



25.3 ช็อค

เป็นอาการที่เกิดขึ้น เนื่องจากการทำงานของร่างกายทุกส่วนอ่อนกำลังลง โดยเฉพาะระบบการหมุนเวียนของเลือดทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองน้อย ช็อคอาจจะเกิดขึ้นกับการบาดเจ็บได้ทุกรายไม่มากนักน้อย แต่ถ้าเป็นโรคหัวใจอยู่แล้วก็อาจถึงตายได้เหมือนกัน

อาการ สิ่งที่เกิดขึ้นได้คือ หน้าซีด มีเหงื่อขึ้นทั้งตัว ชีพจรอ่อน คลื่นไส้หรืออาเจียน ในบางรายอาจหมดสติได้ และม่านตาอาจขยาย

การแก้ไข ทำให้ได้โดยให้ความอบอุ่น โดยใช้ผ้าห่มหรือเสื้อผ้าหนา ๆ คลุมหน้าอกไว้ให้ผู้ป่วยนอนราบ ศรีษะต่ำกว่าลำตัว โดยยกปลายเท้าขึ้นสูง ถ้าเป็นลมหมดสติต้องให้นอนคว่ำเสมอ ตรวจดูในปากใช้ช้อนหรือไม้กดลิ้นเพื่อให้หายใจสะดวก

25.4 หลักการ 8 ประการ ที่ท่านควรจำเพื่อใช้ในการช่วยเหลือคนเจ็บจากอุบัติเหตุมีดังนี้

1. อย่าตื่นตกใจ
2. ป้องกันผู้บาดเจ็บ อย่าให้ได้รับบาดเจ็บเพิ่มขึ้น
3. เมื่อพบว่าผู้ป่วยมีชีพจรอ่อนให้ทำการช่วยหายใจ
4. ผู้บาดเจ็บมีเลือดออกให้ห้ามเลือด
5. ถ้าการบาดเจ็บสาหัส อย่าเคลื่อนไหวผู้บาดเจ็บนอกจากจำเป็นจริง ๆ
6. เรียกรถพยาบาล หรือนำส่งแพทย์โดยเร็วที่สุด และแจ้งรายละเอียดต่าง ๆ อย่างชัดเจนและถูกต้อง
7. ป้องกันผู้บาดเจ็บจากสภาพสิ่งแวดล้อม เช่น ฝน, อากาศหนาว หรือคนมุงดูทำให้หืออัด ฯลฯ และให้กำลังใจแก่ผู้บาดเจ็บตลอดเวลา
8. อย่าให้ผู้บาดเจ็บดื่มน้ำ หรือรับประทานอะไรทั้งสิ้น

หลักการพยาบาลเบื้องต้น

ช่วยในการหายใจ คนที่หมดสติมักหายใจไม่ออกหรือหายใจติดขัด ฉะนั้น ควรจะช่วยให้เขาหายใจได้สะดวก

ขั้นแรก ควรจะผ่อนคลายส่วนที่รัดตึงต่าง ๆ บนตัวผู้ป่วย เช่น เข็มขัด ผ้าพันคอ เสื้อรัด ๆ จากนั้น ล้วงเอาฟันปลอม (ถ้ามี) หรือสิ่งต่าง ๆ ในปากออก แล้วหงายศีรษะผู้ป่วยจนกระทั่งปากเหยอ วิธีนี้จะทำให้ลิ้นอยู่ในลักษณะแบนไม่อุดทางหายใจ และถ้าสามารถเคลื่อนไหวผู้บาดเจ็บได้อย่างเสรี ก็ควรจัดให้ผู้บาดเจ็บนอนในลักษณะดังกล่าว ซึ่งวิธีนี้จะป้องกันไม่ให้ลิ้นอุดทางเดินอากาศ และจำกัดให้อากาศเดินตรงเข้าปอด นอกจากนี้ยังช่วยให้เลือดหรืออาเจียนไหลออกจากปากได้อย่างสะดวกด้วย ช่วยให้เกิดการหายใจที่ปลอดโปร่ง และอาจช่วยให้ผู้ป่วยคืนสติได้



25.5 การเคลื่อนย้ายคนเจ็บ

- 25.5.1 การเคลื่อนย้ายคนเจ็บออกจากที่เกิดเหตุ ควรพิจารณาให้การช่วยเหลือตามสภาพและอาการของคนเจ็บ เช่น อุ้ม แบก หาม พยุง ตามความเหมาะสมแล้วกระทำด้วยความระมัดระวัง
- 25.5.2 เมื่อเคลื่อนย้ายคนเจ็บออกมาจากที่เกิดเหตุแล้วควรจัดให้คนเจ็บนอนคว่ำหน้าชิดกับพื้น ชิดกับพื้น ยกเข้าข้างหนึ่งให้สูงที่สุดเท่าที่จะทำได้ และแขนข้างหนึ่งวางราบข้างลำตัว
- 25.5.3 ในกรณีจำเป็นต้องทำการปฐมพยาบาล เช่น การห้ามเลือด คนเจ็บที่มีโลหิตไหลมากอาจจะมึนตราึงถึงชีวิตได้ และโดยมากพอคนเจ็บเสียเลือดมาก ๆ ก็อาจจะเกิดช็อคได้ง่าย ฉะนั้นจึงควรห้ามเลือดโดยเร็ว
- 25.5.4 ถ้าคนเจ็บไม่มีอาการกระดูกแตกหรือหัก ควรจับคนเจ็บนั่งหรือนอนโดยให้ส่วนแผลอยู่สูงกว่าหัวใจแล้วใช้ผ้าพันแผล หรือผ้าเช็ดหน้าหรือผ้าพันคอมัดแผลของคนเจ็บให้แน่น ถ้าผ้าที่มัดไว้ชุ่มเลือดเกินไปก็อย่าได้แกะออก แต่ให้พันทับลงไปอีกชั้นหนึ่งส่วนแผลที่ไม่ใหญ่และเลือดหยุดเอง ควรทำความสะอาดแผลแล้วพันผ้าไว้ด้วย ถ้าผ้าที่พันชุ่มเลือดก็ควรจะเปลี่ยนใหม่
- 25.5.5 การช่วยคนเจ็บที่กระดูกหัก แตก เคาะ หรือเคลื่อน หรือเส้นเอ็นขาด ต้องให้แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือเท่านั้น ห้ามมีการเคลื่อนย้ายคนเจ็บเพราะการช่วยเหลือโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ จะมีแต่ผลร้ายแต่ถ้าขาแพลง แขนขาด หรือข้อเท้าพลิกควรช่วยด้วยการพันผ้าไว้แน่น ๆ เพื่อป้องกันการบวมมากขึ้น หรืออาจจะทำฝีกชั่วคราวก็ได้ โดยจำไว้ว่าอย่าได้พยายามดึงขาหรือแขนที่ขาดของผู้ป่วยเป็นอันตราย
- 25.5.6 คนเจ็บที่มีอาการช็อคเป็นลมควรให้ดมยาอม และจับนอนหงายแต่ที่สำคัญต้องคอยดูให้ผู้ป่วยอยู่นิ่ง ๆ
- 25.5.7 ผู้ที่ถูกไฟลวก ห้ามให้คนเจ็บถูกน้ำเป็นอันตราย และรีบส่งให้แพทย์เป็นผู้ดำเนินการช่วยเหลือเท่านั้น



26. สิ่งที่บริษัทฯคาดหวังจากพนักงานทุกคน

1. ให้ผู้บังคับบัญชาที่มีอำนาจตัดสินใจคัดเลือกเฉพาะพนักงานที่มีความประพฤติดี กริยาท่าทางสุภาพ มาทำงานกับบริษัทฯ เพื่อเป็นการตัดไฟแต่ต้นลมเรื่องความไม่ปลอดภัย
2. ให้ผู้บังคับบัญชาจัดให้มีกระตักน้ำใบใหญ่บรรจุน้ำเย็น 1 ใบ ต่อพนักงาน 1 ทีม เพื่อเป็นสวัสดิการให้พนักงานไว้ดื่มแก้กระหายคลายความเครียดจากการทำงาน เพราะความเครียดก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่สามารถก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้ และยังเป็นการป้องกันไม่ให้พนักงานแอบไปดื่มน้ำของหน่วยงานอื่น ซึ่งจะทำได้ไม่ดี
3. ให้ผู้บังคับบัญชาจัดให้มีชุดปฐมพยาบาลบาดแผล เช่น ยาใส่แผลสด สำลี พลาสเตอร์ ปิดแผล เป็นต้น และยาสามัญพื้นฐานสำหรับรับประทานครุฑาการต่างๆ เช่น พาราเซตามอน
4. ให้ผู้บังคับบัญชาจัดให้มี อุปกรณ์ในการทำความสะอาดบริเวณสถานที่ทำงาน 1 ชุด ต่อพนักงานที่ทำงาน 1 จุด เช่น ไม้กวาด, ที่โกยขยะ, ถังใส่ขยะ ไม่ควรเทขยะลงในถังของโรงงาน ให้ใส่ถุงนำไปทิ้งที่อื่น เพราะปัจจุบันโรงงานส่วนใหญ่ ได้รับการรับรองมาตรฐาน ISO 14001 เรื่องการจัดการด้านสิ่งแวดล้อม มีการแยกประเภทขยะ พนักงานอาจไม่เข้าใจถึงไม่ถูกต้อง
5. วันแรกที่เข้าทำงานในหน่วยงาน ต้องจัดความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายใน Work Shop ก่อน เช่น ทำชั้นวางท่อ เหล็กฉาก จัดแยกประเภท เครื่องมือวัสดุอุปกรณ์ ให้สะดวกในการหยิบใช้ กางผ้าใบกันแดด สร้างบรรยากาศให้น่าทำงาน เตรียมอุปกรณ์ดับเพลิง ถังขยะ และ ป้ายเตือนอันตรายให้พร้อม
6. ก่อนเริ่มทำงาน ต้องสำรวจบริเวณสถานที่ทำงานว่ามีสิ่งชำรุดเสียหายอยู่ก่อนแล้วหรือไม่ หากมีต้องแจ้งให้ ผู้จัดการหน่วยงาน หรือ Owner ทราบทันที
7. ก่อนพักกลางวันและหลังเลิกงานให้พนักงานทำความสะอาดบริเวณสถานที่ทำงาน ให้เรียบร้อย สำรวจตรวจตราให้ทั่วโดยเฉพาะเขตงานที่อยู่กลางแจ้ง อย่าลืมปิดคลุมเครื่องมือเครื่องจักร ปลั๊กไฟ ตู้ไฟชั่วคราว ถังสี และของเหลวที่เป็นเชื้อเพลิงทุกชนิด ป้องกันฝนตกใส่จนล้นหกลงพื้น หรือลงท่อระบายน้ำ ทำให้ส่งผลเสียต่อสิ่งแวดล้อม
8. เมื่อมีกฎระเบียบ ผู้รับเหมาและหัวหน้างานต้องเป็นผู้ริเริ่มทำตัวให้เป็นตัวอย่างแก่พนักงาน และต้องเคร่งครัดในกฎระเบียบนั้นด้วย เช่น การต้องสวมหมวกนิรภัยพร้อมสายรัดคาง ตลอดเวลาในสถานที่ทำงาน เพราะถ้าหากผู้รับเหมาและหัวหน้างานยังละเลยการปฏิบัติ พนักงาน ก็จะคิดเป็นเรื่องพูดเล่น มองไม่เห็นความสำคัญ และจะกลายเป็นเรื่องที่ยากลำบาก สำหรับผู้ที่ทำหน้าที่โดยตรงในการควบคุม (Safety ประจำหน่วยงาน)



9. ในฐานะหัวหน้างานพึงระลึกไว้เสมอว่า ท่านมีส่วนเป็นผู้รับผิดชอบต่อความปลอดภัยในชีวิตของพนักงาน ดังนั้นเมื่อพบเห็นการกระทำที่เป็นอันตราย เสี่ยงต่ออุบัติเหตุและโรคจากการทำงาน แม้จะเห็นเป็นเรื่องเล็กน้อย ต้องไม่เพิกเฉย ให้ทำการตักเตือนและชี้แนะโดยทันที เช่น การใช้ถุงมือหนังและกระบังหน้า ในงานตัดหรือเจียร์โลหะ งานเจาะโลหะด้วยสว่านแท่น เป็นต้น เพราะถ้าหากหัวหน้างานละเลยการว่ากล่าวตักเตือน พนักงานก็จะถือเป็นการยอมรับของหัวหน้างานไปโดยปริยาย คิดว่าเป็นเรื่องไม่สำคัญ มีทัศนคติการทำงานที่ไม่ถูกต้อง และเขาจะพอกพูนความมั่งง่ายในการทำงานเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ เป็นบุคคลที่มีความเสี่ยงสูง จนยากต่อการแก้ไข ซึ่งการปล่อยปละละเลยของหัวหน้างานนี้ ก็เท่ากับว่า ตนเองมีส่วนร่วมเป็นผู้กระทำให้เกิดความไม่ปลอดภัยนั้นด้วย



26. ประโยชน์จากการทำกิจกรรม 5ส

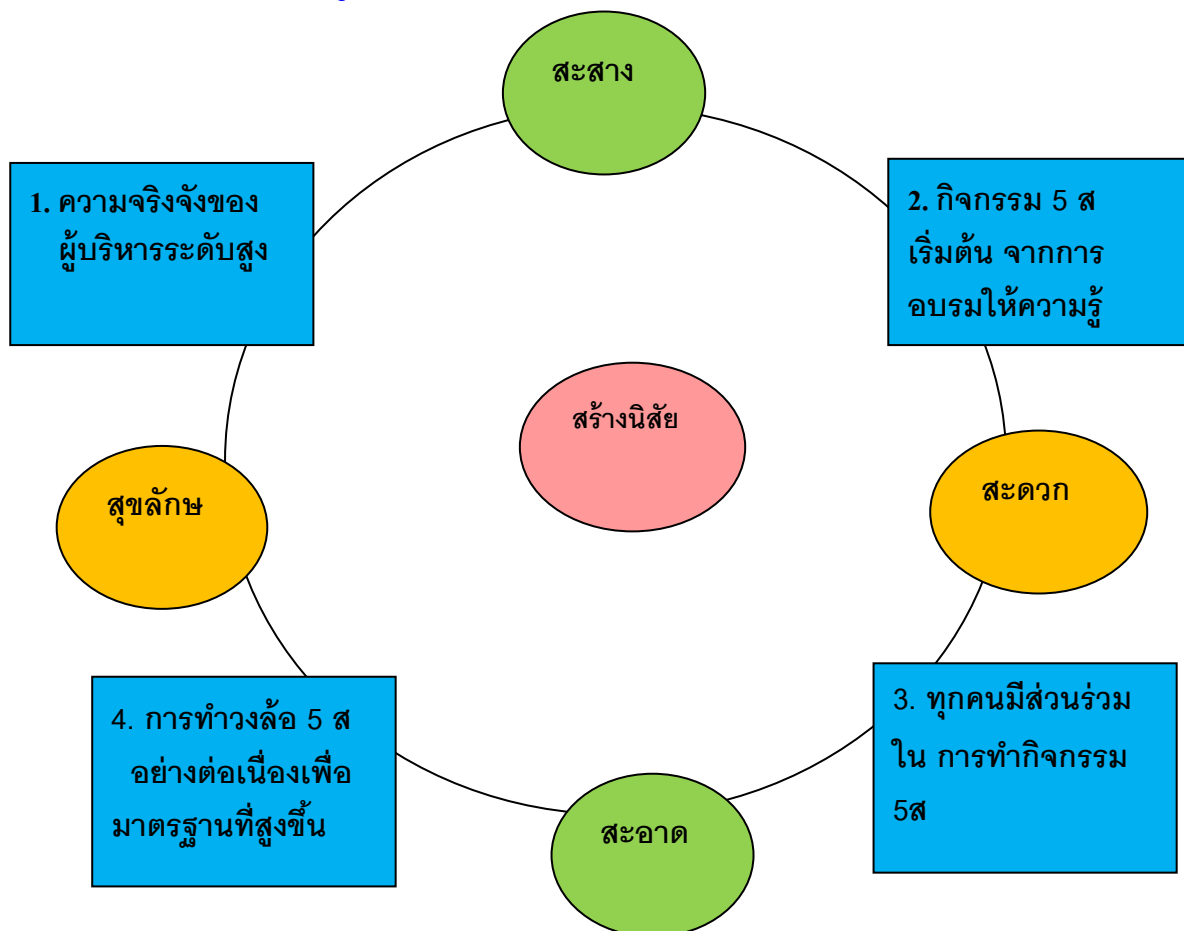
กิจกรรม 5ส คือ?

คือการจัดการ ความเป็นระเบียบเรียบร้อยในสถานที่ทำงาน อันเป็นปัจจัยพื้นฐานในการเพิ่มผลผลิต เพราะในกระบวนการดำเนินกิจกรรมนั้น มุ่งเน้นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์อย่างต่อเนื่อง โดยเชื่อว่า มนุษย์จะพัฒนางานในองค์กรตนเองต่อไป ซึ่งแนวทางนี้เป็นแนวทางการบริหารงานแบบมีส่วนร่วม ซึ่งองค์กรต่างๆ พยายามมุ่งเน้นมาโดยตลอด

วัตถุประสงค์สำคัญ 4 ประการของกิจกรรม 5 ส

1. พัฒนาความคิดในการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง
2. สร้างทีมงานที่ดี โดยการให้ทุกคนมีส่วนร่วม
3. พัฒนาผู้บริหารและหัวหน้างาน โดยการฝึกความสามารถในการเป็นผู้นำ
4. เตรียมความพร้อม เพื่อการนำเทคโนโลยี ด้านการปรับปรุงอย่างต่อเนื่องที่ยากขึ้นมาใช้

องค์ประกอบสำคัญ 4 ประการเพื่อความสำเร็จของกิจกรรม 5 ส



5 ส เป็นกิจกรรมพื้นฐานเพื่อการปรับปรุงการเพิ่มผลผลิต

ส.1 : สะสาง หมายถึง การแยกให้ชัดเจนระหว่างของที่จำเป็นในการใช้งาน กับของที่ไม่จำเป็นต้องใช้ รวมถึงของที่ไม่เกี่ยวข้องในการทำงาน และให้จัดของที่จำเป็นออกไปจากสถานที่ทำงาน

ส.2 : สะดวก หมายถึง การนำของที่จำเป็นในการใช้งานมาจัดการให้เป็นระเบียบ ให้ง่าย และสะดวก ในการหยิบใช้ และทำให้ทุกคนดูแล้วรู้ว่าคืออะไร

ส.3 : สะอาด หมายถึง การทำความสะอาดสถานที่ทำงานอย่างดี ให้น่าดูอยู่เสมอ เพื่อจัดฝุ่นละอองที่อยู่บนพื้น สิ่งของเครื่องใช้เครื่องมือ เครื่องจักร และอุปกรณ์ต่างๆ

ส.4 : สุขลักษณะ หมายถึง สภาพหมดจด สะอาดตา โดยการรักษา 3 ส แรก ให้คงอยู่หรือทำให้ ทำให้ดีขึ้นอยู่เสมอ เพื่อสุขภาพอนามัย และความปลอดภัย

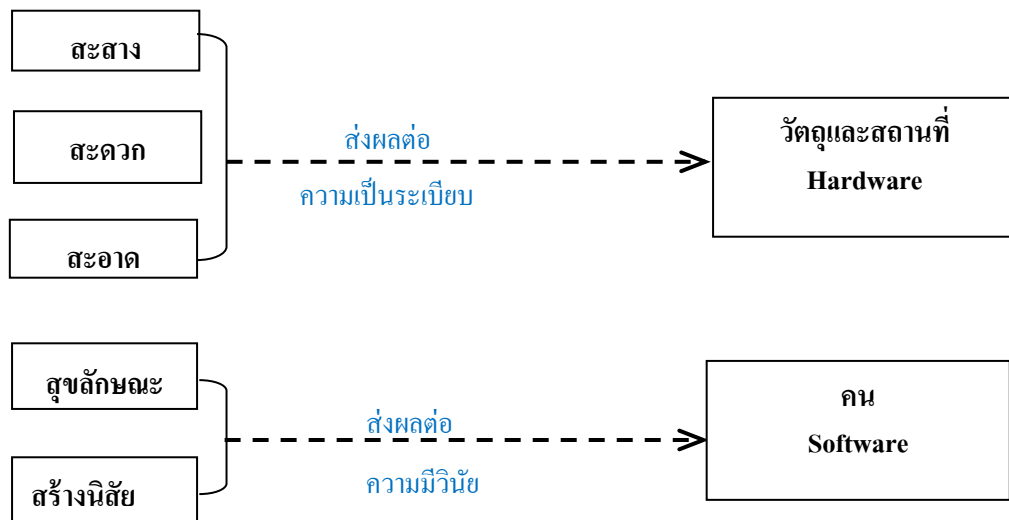
ส.5 : สร้างนิสัย หมายถึง การฝึกฝนให้ทุกคนปฏิบัติอย่างถูกต้อง และติดเป็นนิสัย ตามกฎเกณฑ์การจัดความเป็นระเบียบเรียบร้อยในหน่วยงานให้เป็นไปอย่างต่อเนื่อง

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการทำ 5 ส

- ☐ สถานที่ทำงานสะอาด และเป็นระเบียบมากขึ้น
- ☐ การปฏิบัติงานในโรงงาน และสำนักงานง่าย สะดวกและปลอดภัยมากยิ่งขึ้น
- ☐ ทุกคนทั้งภายในและภายนอกหน่วยงาน สามารถเห็นการปรับปรุงได้ชัดเจน
- ☐ ก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในการปรับปรุงอื่นๆ
- ☐ พนักงานมีระเบียบวินัยขึ้นอย่างอัตโนมัติ
- ☐ เพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน
- ☐ ช่วยในการบำรุงรักษาอุปกรณ์
- ☐ เพิ่มคุณภาพสินค้า/การบริการที่ดี
- ☐ ช่วยเสริมสร้างทัศนคติที่ดีให้แก่พนักงาน
- ☐ พนักงานรู้สึกภาคภูมิใจในความสะอาด และความเป็นระเบียบเรียบร้อย
- ☐ เสริมภาพพจน์ขององค์กร/ส่งผลดีต่อธุรกิจ



แนวความคิดของกิจกรรม 5 ส



จะเห็นว่า 3 ส แรกนั้น ส่งผลแก่วัตถุ อุปกรณ์ สถานที่ทำงานสำหรับ 2 ส หลังจากนั้นจะส่งผลแก่คนที่ทำ 3 ส แรกอย่างต่อเนื่อง



สะสาง คือ การแยกให้ชัดเจนของสิ่งที่จำเป็นกับของที่ไม่จำเป็น ของที่ไม่จำเป็นให้จัดออกไป

อะไรบ้างที่ควรสะสาง

1. เครื่องมือ เครื่องใช้ ที่ไม่เคยนำออกมาใช้วางเกะกะในพื้นที่ทำงาน ก่อให้เกิดอุบัติเหตุบ่อยครั้ง
สิ้นเปลืองอุปกรณ์ในการจัดเก็บ ใช้พื้นที่ทำงานไม่คุ้มค่า
2. สิ่งของส่วนตัวที่ไม่เกี่ยวข้องกับงานมีมากเกินไป ไม่เหมาะสมในการใช้พื้นที่ของหน่วยงาน
เป็นสถานที่จัดเก็บ หรือตั้งโชว์ให้นำกลับบ้าน หรือบริจาค เพื่อเป็นประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวม
 3. เครื่องจักรอุปกรณ์ที่ชำรุดที่ไม่มีกำหนดซ่อม หรือนำกลับมาใช้
 - ถ้าสภาพใช้การไม่ได้ ให้จำหน่ายออกไปจากหน่วยงาน
 - ถ้าสภาพยังสามารถซ่อมแซมได้นำไปซ่อม เพื่อให้สภาพการใช้งานมีประสิทธิภาพ และเกิดความปลอดภัยในการใช้งาน



4. วัตถุดิบ หรือสินค้าที่มีปัญหา หรือของที่เก็บไว้หลายปี ให้พิจารณาดำเนินการตามหลักการของหน่วยงานโดยด่วน ถ้าเก็บไว้นานก่อให้เกิดภาพพจน์ที่ไม่ดี แสดงถึงความสามารถในการทำงาน และการบริหารงานที่ล่าช้าของผู้บริหารระดับสูง

5. เอกสารที่ไม่ใช้แล้วหมดอายุการจัดเก็บ มีแนวโน้มที่จะมีมากขึ้นทุกวัน ถ้าเก็บไว้มากหรือนานเกินไป อาจกลายเป็นเชื้อเพลิง ทำให้เกิดความไม่แน่นอนได้ ถ้าระบบความปลอดภัยไม่ดี อัตราเสี่ยงสูง

6. ของที่มีมากเกินไปจนจำเป็น สูญเสียงบประมาณ โดยใช้เหตุ ต้นทุนสูง ก่อให้เกิดผลเสียในเชิงคุณภาพที่แสนแพง

7. ขยะ เศษวัสดุ เศษเหล็ก เศษไม้ เศษพลาสติก และอื่นๆ ที่ใช้การไม่ได้ ให้ดำเนินการสะสมได้ทันที ทุกขณะทุกเวลาที่สามารถทำได้ ทั้งในเวลางาน และนอกเวลางาน เสมือนเป็นส่วนหนึ่งของการทำงาน

สะดวก คือ การจัดวางของที่จำเป็นให้ง่าย และสะดวกต่อการนำไปใช้ทุกคนดูแล้วก็รู้ว่าเป็นอะไร

ทำไมต้องทำให้สะดวก

การปฏิบัติเพื่อความสะดวกนั้น จะช่วยจัดการค้นหาต่างๆ ให้หมดสิ้นไป แน่แน่นอนเมื่อทุกสิ่งทุกอย่างมีป้ายชื่อบอกและมีป้ายบอกว่าวางอยู่ที่ไหนรับรองคุณจะสามารถหาได้ในเวลาไม่นานเลย สำหรับหลักการสามารถแยกเป็นหัวข้อดังนี้

1. วางของที่ใช้งานให้เป็นที่มีป้ายบอก
2. การนำของไปใช้งาน ให้เน้นการนำมาเก็บที่เดิม
3. ของที่ต้องใช้อยู่เป็นประจำ ควรวางใกล้ตัว
4. ของที่ใช้งานให้จัดเก็บเป็นหมวดหมู่ เหมือนการจัดเก็บหนังสือในห้องสมุด

สะอาด คือ การทำความสะอาดสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งของเครื่องใช้ให้น่าดูอยู่เป็นนิจ

ประเด็นในการทำเรื่องสะอาด

นายต้องลงมือเป็นตัวอย่าง (ขจัดข้อสงสัยว่า...ทำไมต้องทำ)

ระลึกเสมอว่า “ความสกปรกคือศัตรูตัวร้าย”

สัญลักษณ์ คือ สภาพหมดจด สะอาดตา โดยรักษา 3 ส แรก ให้คงสภาพ หรือทำให้ดีขึ้นอยู่เสมอ



SIAM DENKI ENGINEERING CO.,LTD.

สุขลักษณะที่ดี

จะเกิดขึ้นได้เมื่อเราทำ 3 ส แรกอย่างต่อเนื่อง และพยายามปรับปรุงให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป โดยคำนึงถึงการจัดสถานที่ทำงานให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพอนามัยที่ดี และปลอดภัย

1. จัดมลภาวะในสถานที่ทำงานที่มีผลต่อสุขภาพกายและใจ และจัดที่ทำงานให้มีสภาพ
 - แสงสว่างเพียงพอในการทำงานอย่างเหมาะสม
 - มีการระบายอากาศที่ดี
2. จัดสภาพที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ
3. ปรับปรุงจัดสถานที่ทำงานให้มีบรรยากาศน่าทำงาน

สร้างนิสัย คือ การปฏิบัติให้ถูกต้อง และคิดเป็นนิสัย

เมื่อทัศนคติเปลี่ยน การกระทำจะเปลี่ยน เมื่อการกระทำเปลี่ยน เป้าหมายจะเปลี่ยน

เมื่อเป้าหมายเปลี่ยน.....ชีวิตของคุณจะเปลี่ยนไปด้วย

กิจกรรม 5ส บริษัทสยามเดนกิ

หลักการ 5ส

กิจกรรม 5 ส เป็นปัจจัยพื้นฐานการบริหารคุณภาพ ที่จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีในที่ทำงาน เพื่อให้เกิดบรรยากาศที่น่าทำงาน เกิดความสะอาดเรียบร้อยในสำนักงาน ถูกสุขลักษณะ ลดความสูญเปล่าที่ก่อให้เกิดต้นทุนที่ไม่จำเป็น ประการสำคัญช่วยสร้างทัศนคติที่ดีของพนักงานต่อองค์กร ทำให้พนักงานสามารถใช้ศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มความสามารถ

กิจกรรม 5 ส เป็นกลยุทธ์อีกวิธีหนึ่ง ที่เปิดโอกาสให้พนักงานมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพ

กิจกรรม 5 ส เป็นกิจกรรมที่ทำแล้วเห็นผลเร็วและชัดเจน นอกจากนั้นกิจกรรม 5 ส จะเป็นพื้นฐานในการนำวิธีการบริหารใหม่ๆ เข้ามาใช้ในอนาคตต่อไป

5ส คืออะไร

5 ส เป็นแนวคิดการจัดระเบียบเรียบร้อยในที่ทำงาน หรือสถานประกอบการ เพื่อก่อให้เกิดสภาพการทำงานที่ดี ปลอดภัย มีระเบียบเรียบร้อย นำไปสู่การเพิ่มผลผลิต ประกอบไปด้วย สะสาง (SEIRI) สะดวก (SEITON) สะอาด (SEISO) สุขลักษณะ (SEIKETSU) สร้างนิสัย (SHITSUKE) ดังนี้

สะสาง (SEIRI) คือ การแยกของที่ต้องการ ออกจากของที่ไม่ต้องการ และจัดของที่ไม่ต้องการทิ้งไป

สะดวก (SEITON) คือ การจัดวางสิ่งของต่างๆ ในที่ทำงานให้เป็นระเบียบ เพื่อความสะดวกและปลอดภัย

สะอาด (SEISO) คือ การทำความสะอาด (ปัด กวาด เช็ด ถู) เครื่องจักร อุปกรณ์ และสถานที่ทำงาน

สุขลักษณะ (SEIKETSU) คือ สภาพหมดจด สะอาดตา ถูกสุขลักษณะ และรักษาให้ติดต่อกันไป

สร้างนิสัย (SHITSUKE) คือ การอบรมสร้างนิสัย ในการปฏิบัติงานตามระเบียบ วินัย ข้อบังคับอย่างเคร่งครัด



ประโยชน์จากการทำกิจกรรม 5 ส

1. พนักงานจะทำงานได้รวดเร็วขึ้น มีความปลอดภัยในการทำงานมากขึ้น บรรยากาศและสภาพแวดล้อมดีขึ้น
2. ความร่วมมือ ร่วมใจ จะถูกสร้างให้เกิดขึ้น พนักงานจะรักหน่วยงานมากขึ้น
3. พนักงานจะมีระเบียบวินัยมากขึ้น ตระหนักถึงผลเสียของความไม่เป็นระเบียบในสถานที่ทำงาน ต่อการเพิ่มผลผลิต และถูกกระตุ้นให้ปรับปรุงระดับความสะอาดของสถานที่ทำงานให้ดีขึ้น
4. พนักงานปฏิบัติตามกฎระเบียบ คู่มือความปลอดภัย และคู่มือปฏิบัติงาน ทำให้อุบัติเหตุและความเสี่ยงต่าง ๆ ลดลง
5. พนักงานจะมีจิตสำนึกของการปรับปรุง ซึ่งจะนำไปสู่ประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงาน
6. เป็นการยืดอายุของเครื่องจักร อุปกรณ์ เครื่องมือต่างๆ เมื่อใช้อย่างระมัดระวัง มีการดูแลรักษาที่ดี และการจัดเก็บอย่างถูกวิธี ในที่ที่เหมาะสม
7. การไหลเวียนของวัสดุ และ work in process จะราบรื่นขึ้น
8. พื้นที่ในสถานที่ทำงานมีระเบียบ โล่ง มีที่ว่าง สะอาด สามารถสังเกตสิ่งผิดปกติต่าง ๆ ได้ง่ายตาเห็นได้ชัดเจน
9. การใช้วัสดุคุ้มค่าขึ้น ต้นทุนจะต่ำลง
10. สถานที่ทำงานสะอาด ช่วยให้อัตราของเสียลดลง และเห็นปัญหาเรื่องคุณภาพได้ชัดเจน



การรักษาความปลอดภัย

1. เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยที่ปฏิบัติงานให้ บริษัท สยามเดนกิ เอ็นจิเนียริง จำกัด มีสิทธิ์ตรวจสอบด้านการรักษาความปลอดภัยในพื้นที่การทำงาน รวมไปถึงการค้นตรวจบุคคล พื้นที่ ยานพาหนะ กล้องเก็บเครื่องมือ กระเป๋า หรือสิ่งอื่นใดเมื่อพิจารณาแล้วมีความจำเป็น

2. ไม่อนุญาตให้บุคคลดังต่อไปนี้เข้ามาในเขตก่อสร้าง

- มี หรือเป็นเจ้าของสุรา ยาเสพติด ไม่ว่าชนิดใด
- อยู่ภายใต้อิทธิพลของสุราหรือยาเสพติด ไม่ว่าชนิดใด(เมินเมา)
- ฝ่าฝืนกฎระเบียบว่าด้วยความปลอดภัย
- ทะเลาะวิวาท หรือข่มขู่บุคคลใดบุคคลหนึ่ง
- มีอาวุธปืน หรืออาวุธร้ายแรง
- มีกล้องถ่ายรูปและ ไม่ได้รับอนุญาตให้นำเข้าไป
- การทำธุรกิจส่วนตัว หรือโฆษณาใดๆ เพื่อให้ได้มาเพื่อประโยชน์ส่วนตน
- ขโมย หรือพยายามขโมยทรัพย์สินของบริษัท หรือของลูกค้า

3. ระเบียบทั่วไป

- พนักงานที่มีความจำเป็นเข้า-ออก ในเขตก่อสร้างจะได้รับบัตรพนักงานติดไว้ในที่เปิดเผย และเห็นชัดเจนตลอดเวลา
- การอนุญาตให้รถยนต์ผ่านเข้าออก จะต้องพิจารณา อนุญาตจากผู้มีอำนาจอนุญาต
- บัตรแต่ละวันที่ออกให้ จะใช้ได้เฉพาะวันที่ระบุในบัตรและต้องคืนเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยก่อนออกนอกเขตก่อสร้าง
- การนำวัสดุ อุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องจักร ออกนอกเขตก่อสร้าง จะต้องได้รับอนุญาตเป็นหนังสือจากผู้มีอำนาจอนุญาต
- ห้ามสูบบุหรี่ในพื้นที่ก่อสร้าง หรือพื้นที่ทำงานอื่น จะอนุญาตให้สูบบุหรี่ได้เฉพาะในบริเวณที่กำหนดเท่านั้น



การรับทราบ

ข้าพเจ้ายอมรับว่าได้รับสมุดคู่มือพนักงาน เกี่ยวกับกฎระเบียบ ความปลอดภัย/การรักษาความปลอดภัย พร้อมกับได้อ่าน ได้รับการแนะนำตามสารบัญในหนังสือจนเข้าใจดีแล้ว และจะยึดถือกฎระเบียบทั้งหมดตลอดไปตราบที่ยังทำงานให้ บริษัท สยามเดนกิ เอ็นจิเนียริง จำกัด

ข้าพเจ้าเข้าใจว่าการทำงานอย่างปลอดภัย/การรักษาความปลอดภัย เป็นส่วนหนึ่งของสภาพการทำงาน กรณีที่ข้าพเจ้าไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบ หรือ มาตรฐานที่กำหนด ข้าพเจ้ายินดีที่จะได้รับการพิจารณาลงโทษทางวินัย จนถึงขั้นการเลิกจ้างได้

ชื่อ(ตัวบรรจง): _____
 ลายเซ็น : _____
 วันที่ : _____
 ฝ่าย : _____
 พยาน : _____
 ตำแหน่ง : _____



SIAM DENKI ENGINEERING CO.,LTD.