

คู่มือความปลอดภัยในการทำงาน

Safety Manual



บริษัท อินทิเกรทเต็ด คอมมูนิเคชั่น แอนด์ เน็ตเวิร์ค จำกัด
INTEGRATED COMMUNICATION AND NETWORK CO., LTD.

248/11 ซอยพระยาสุเรนทร์ 30 ถนนพระยาสุเรนทร์ แขวงบางชัน เขตคลองสามวา กรุงเทพฯ 10510
248/11 Soi Phraya Suren 30 , Phraya Suren Road , Bang Chan, Khlong Samwa, Bangkok, 10510
Contact No. : 02-955-4689 , 085-1110284 , 083-1693139 , E-Mail : contact@i-can.co.th

คำนำ

คู่มือนี้กล่าวถึงข้อควรระวังที่ทุกคนควรปฏิบัติ เมื่ออยู่ในบริเวณหน่วยงาน เพื่อป้องกันการบาดเจ็บหรืออุบัติเหตุ คู่มือความปลอดภัยฉบับนี้ยังได้อธิบาย หรือชี้แจงถึงมาตรฐานของการปฏิบัติงานเพื่อความปลอดภัยตามจุดต่างๆ ที่หน้างานของโครงการ จึงเป็นส่วนหนึ่งในแผนการจัดการด้านความปลอดภัยและอาชีวอนามัยของโครงการฯ ที่ทุกคนจะต้องถือปฏิบัติโดยหน้าที่และความรับผิดชอบอยู่แล้ว เมื่อกำลังทำงานอย่างหนึ่งอย่างใดหรือก่อนเริ่มทำงานของแต่ละวัน ทุกคนควรตั้งปณิธานที่จะทำงานโดยไม่มีอุบัติเหตุ เพราะการบาดเจ็บหรือเกิดอุบัติเหตุ อาจนำความเสียหายและความเศร้าโศกมาสู่ครอบครัวและเพื่อนร่วมงานได้

ขอให้ตระหนักและคิดคำนึงถึงเรื่องนี้อยู่เสมอ



❖ สาเหตุการเกิดอุบัติเหตุ

- การกระทำที่ไม่ปลอดภัย

สาเหตุ การเกิดอุบัติเหตุกว่าร้อยละ 80 เกิดจาก **การกระทำของคน**

- ทำงานลดขั้นตอนหรือรีบเร่งเกินไป
- ไม่หยุดเครื่องจักร ก่อนซ่อมแซมหรือบำรุงรักษา
- ไม่สวมใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัย ในขณะที่ทำงานที่มีอันตราย
- ยก เคลื่อนย้ายสิ่งของด้วยท่าทางที่ไม่ปลอดภัย
- ฝ่าฝืนกฎระเบียบและสัญลักษณ์ความปลอดภัย
- ปฏิบัติงานโดยไม่มีหน้าที่ หรือขาดความรู้
- หยอกล้อระหว่างทำงาน
- แต่งกายไม่รัดกุม รุ่มร่าม



❖ การป้องกันตนเอง

“จงทำงานด้วยจิตใจที่สดชื่น พร้อมด้วยจิตสำนึกในความปลอดภัยและอาชีวอนามัย เป็นเบื้องต้น”

- ถ้าคุณมีความกังวลที่เกี่ยวกับงานควรปรึกษาหัวหน้างาน
- จำไว้ว่า การอยู่ดีก การดื่มจัด และการพนันอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุในวันรุ่งขึ้น
- สังเกตและปฏิบัติตามป้ายห้าม ป้ายเตือนอย่างเคร่งครัด
- อย่าทำงานในที่ลับตาคนเพียงคนเดียวโดยไม่มีใครทราบโดยเฉพาะการทำงานหลังเวลาทำงานปกติ
- ต้องแต่งกายให้เรียบร้อยรัดกุม ไม่ขาดรุ่งริ่งห้ามมีส่วนยื่นห้อย และห้ามถอดเสื้อและหรือนุ่งกางเกงขาสั้นในขณะที่ปฏิบัติงานตามปกติ
- ห้ามหยอกล้อเล่นกันในขณะที่ปฏิบัติงาน
- ต้องใส่หมวกนิรภัยตลอดเวลาทำงานในสภาพปกติที่สามารถใส่ได้
- ต้องใส่รองเท้าหุ้มส้นตลอดเวลาทำงานในสภาพปกติที่สามารถใส่ได้



❖ การจัดรักษาสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบ

- สถานที่ปฏิบัติงานต้องปราศจากสิ่งที่จะก่อให้เกิดอันตรายที่อาจจะเป็นอุปสรรคต่อการทำงาน และต้องไม่มีเศษขยะ น้ำมันและน้ำบนพื้น
- จัดทางเดินให้โล่งเพื่อสามารถเข้าไปถึงที่ทำงานได้อย่างปลอดภัย
- ห้องน้ำตลอดจนอ่างล้างมือต้องอยู่ในสภาพที่สะอาดและถูกสุขลักษณะ
- อาหารต้องไม่จัดเก็บไว้ในสถานที่ปฏิบัติงาน
- ขยะและของเหลือใช้ต้องนำออกไปนอกเขตปฏิบัติงานทุกวัน
- ห้ามจัดวางวัสดุที่ง่ายต่อการลุกไหม้ใกล้กับจุดติดตั้งหลอดไฟหรือวัสดุ ที่มีความร้อน/มีประกายไฟ
- น้ำมัน จาระบีที่หกเรียวดบนพื้น ต้องรีบทำความสะอาดให้เรียบร้อย
- จัดเก็บวัสดุบนพื้นที่ได้ระดับ และอยู่ในสภาพเรียบร้อยมั่นคง
- จัดทำลิ้มไม้หมอน สำหรับรองวัสดุที่เป็นรูปวงกลมเพื่อป้องกันการเคลื่อนตัว
- การจัดรักษาให้เป็นระเบียบที่ดี จะช่วยป้องกันอุบัติเหตุได้

❖ การใช้อุปกรณ์เพื่อใช้เตือนและกั้นบริเวณที่อาจก่อให้เกิดอันตรายในการปฏิบัติงาน

- บริเวณเขตก่อสร้างต้องจัดทำรั้ว พร้อมปิดป้ายประกาศ “เขตก่อสร้างบุคคลภายนอกห้ามเข้า” โดยรอบบริเวณที่ทำการก่อสร้าง
- บริเวณเขตอันตรายต้องจัดทำรั้ว พร้อมปิดป้ายประกาศ “เขตอันตรายในการก่อสร้าง” และมีไฟสัญญาณสีแดงแสดงให้เห็นชัดเจนในเวลากลางคืน
- พื้นที่สูง พื้นที่ที่มีช่องเปิดต่างๆ ต้องทำราวกันตกที่มั่นคงแข็งแรง
- ไม่อนุญาตให้ผู้ที่ไม่เกี่ยวข้อง หรือหมคนหน้าทีเข้าไปในเขตก่อสร้าง และเขตอันตรายในการก่อสร้าง
- ห้ามผู้ปฏิบัติงานพักอาศัยในบริเวณเขตก่อสร้าง

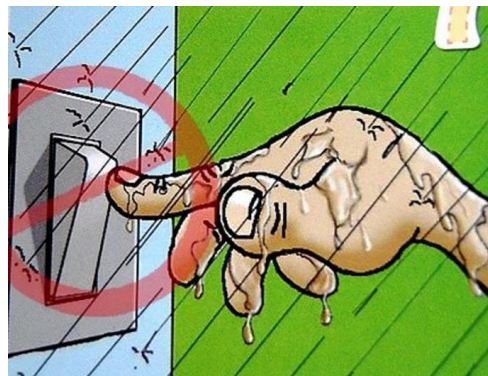


❖ ความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูง

- รวากันตกต้องมั่นคงแข็งแรง มีความสูงไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร จากพื้น
- ตรวจสอบอุปกรณ์ทุกชนิดที่เกี่ยวข้องกับการใช้งาน เช่น รถ เกรน ลวดสลิง, เชือก, ตะขอ , สะเก็น ว่าอยู่ในสภาพดีทุก ครั้งก่อนเริ่ม ทำงาน หากชำรุดห้ามนำมาใช้
- ขณะที่มีพายุหรือฝนตก ผู้ปฏิบัติงานต้องหยุดทำงานและลงมาข้างล่าง
- เมื่อมีความเสี่ยงที่จะตกลงมาจากที่สูง และอยู่ในที่สูงเกิน 2 เมตรขึ้นไป ให้ผู้บังคับบัญชาพิจารณา สั่งให้ใช้เข็มขัดนิรภัยและสายช่วยชีวิต
- มีอุปกรณ์ป้องกัน PPE เช่น Safety Harness , Safety Shoe , Safety Helmet
- ต้องมีใบอนุญาตในการทำงานบนที่สูง

❖ การใช้เครื่องมือไฟฟ้า/อุปกรณ์ไฟฟ้าให้ปลอดภัย

- ติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันการใช้กระแสไฟฟ้าเกินพิกัด (Circuit breaker)
- ส่วนที่เป็นโลหะของแผงสวิทช์ต้องต่อสายดิน
- เครื่องมือที่ใช้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับไฟฟ้าต้องมีฉนวนหุ้ม
- อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีเปลือกนอกเป็นโลหะต้องต่อสายดิน
- มีการตรวจสอบสภาพสายไฟฟ้าและอุปกรณ์ไฟฟ้าเป็นประจำเมื่อพบการชำรุด หรือมีกระแสไฟฟ้าวัดต้องรีบเปลี่ยนใหม่
- อย่าใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ไฟฟ้าขณะมือเปียกน้ำ



❖ อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล

- พนักงานทุกคนต้องทราบถึงสถานที่เก็บอุปกรณ์ความปลอดภัยและการใช้อุปกรณ์นั้นจริง ๆ
- หมวกนิรภัย ต้องมีให้กับพนักงานทุกคน
- อุปกรณ์ป้องกันตาและใบหน้า (เช่น อุปกรณ์ป้องกันใบหน้าเต็มส่วน ครอบอยู่บนแว่นตานิรภัย สำหรับงานขัดและงานตัด) ต้องถูกนำมาใช้กับงานที่ดวงตาและใบหน้าที่มีโอกาสได้รับอันตราย
- สวมรองเท้านิรภัยหนังหรือบูทที่แข็งแรงตลอดเวลาทำงาน
- ใส่เครื่องป้องกันหู เมื่อทำงานประเภทที่มีเสียงดังมากเกินกว่า 90 dB ณ ตำแหน่งทำงานที่ห่างจากจุดกำเนิดเสียง 1 เมตร
- สวมเข็มขัดนิรภัยในการทำงานในที่สูงเกินกว่า 2 เมตร
- ในเรือข้ามฟากหรือเรือขนส่ง จะมีเสื้อชูชีพจัดไว้เพียงพอสำหรับคนโดยสารแต่ละคน และหยิบออกมาสวมได้ง่ายและสะดวก



❖ ข้อห้ามสำหรับยาเสพติดและเครื่องดื่มมึนเมา

- เป็นนโยบายบริษัท ที่จะไม่ให้มีการซื้อ ขาย ใช้ยาเสพติดในบริเวณเขตก่อสร้าง
- ห้ามขายสุราและห้ามดื่ม ยาบ้าและเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ในเขตก่อสร้างของบริษัท
- ห้ามผู้อยู่ในสภาพมึนเมาเข้าในเขตก่อสร้าง หรือเข้ามาปฏิบัติงาน

❖ การลงโทษ

- พนักงานบริษัท ที่ฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามคู่มือความปลอดภัยของโครงการฯ ถือว่ามีความผิดตามกฎระเบียบแห่งความปลอดภัยของบริษัทฯ ซึ่งจะได้รับโทษว่ากล่าวตักเตือนภาคทัณฑ์ ปลดออกจากงาน ตามข้อบังคับของบริษัทฯ และกฎหมายแรงงาน (พ.ร.บ. แรงงาน ปี 2541)

คิดถึงความปลอดภัย ก่อนการทำงานทุกครั้ง

การไม่ฝึกปฏิบัติตามกฎ และระเบียบในเรื่องความปลอดภัยอาจจะเป็นอันตรายต่อตัวท่านและผู้อื่น

การกระทำที่ไม่ปลอดภัย เป็นสาเหตุหลักของอุบัติเหตุทั้งปวง
ป้องกัน ดีกว่าการแก้ไข คิดก่อนทำ จำใส่ใจปลอดภัยไว้ก่อน

