คู่มือความปลอดภัย

บริษัท หงษ์ แฟคตอรี่ จำกัด



ฉบับที่: 1.0

จัดทำโดย: บริษัท วิซ 2524 จำกัด

Email: Whiz2524@gmail.com **Tel:** 0891642554

คำนำ

คู่มือความปลอดภัยฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อเป็น รากฐานสำคัญ ในการสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัย และอาชีวอนามัยที่ดีเยี่ยมภายใน บริษัท จิวเวลรี่ เฮ้าส์ จำกัด ครอบคลุมถึงแนวทางปฏิบัติสำหรับพนักงานและผู้ที่เกี่ยวข้องทุกคนที่เข้ามาในบริเวณหน่วยงาน เพื่อ ลดความเสี่ยง ของการบาดเจ็บ การเจ็บป่วยจากการทำงาน และอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นได้

คู่มือนี้ได้รวบรวม มาตรฐานและข้อกำหนดการปฏิบัติงานที่ปลอดภัย ในแต่ละจุดของพื้นที่การทำงาน ตั้งแต่การใช้เครื่องมือช่าง การจัดการสารเคมี ไปจนถึงการบำรุงรักษาสภาพแวดล้อมโดยรวม ซึ่งทั้งหมดนี้สอดคล้องกับ แผนการจัดการด้านความปลอดภัยและอาชีวอนามัยของบริษัทฯ และกฎหมายที่เกี่ยวข้อง

เนื้อหาในคู่มือนี้จึงไม่ใช่เพียงแค่เอกสาร แต่เป็น ส่วนหนึ่งของความรับผิดชอบและหน้าที่ ที่ทุกคนต้องทำความเข้าใจและถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด พนักงานทุกคนควร พกพาคู่มือฉบับย่อนี้ติดตัว หรือเก็บไว้ในที่ที่หยิบอ่านได้สะดวก และ หมั่นอ่าน ศึกษา ทำความเข้าใจและปฏิบัติตามข้อกำหนดอย่างสม่ำเสมอ การเรียนรู้และทบทวนอยู่เสมอจะช่วยให้คุณจดจำและนำไปใช้ในสถานการณ์จริงได้ดีขึ้น

ก่อนเริ่มงานในแต่ละวัน ขอให้เราทุกคนตั้งใจที่จะทำงานอย่างปลอดภัย ปราศจากอุบัติเหตุ เพราะการบาดเจ็บเพียงเล็กน้อย หรืออุบัติเหตุร้ายแรง อาจนำมาซึ่งความเสียหายทั้งต่อตนเอง ครอบครัว เพื่อนร่วมงาน และบริษัทฯ โปรดตระหนักและคิดถึงความปลอดภัยส่วนบุคคลและส่วนรวมอยู่เสมอในทุกวินาทีของการทำงาน

สารบัญ

1 สาเหตุและปัจจัยเสี่ยงของการเกิดอุบัติเหตุ

2 ความสูญเสียและผลกระทบจากอุบัติเหตุในการทำงาน

3 การสร้างจิตสำนึกและการป้องกันตนเอง

4 การจัดการสภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย (5ส.)

5 การใช้อุปกรณ์เตือนภัยและกั้นพื้นที่อันตราย

1 ความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูงและพื้นที่เสี่ยง

2 ความปลอดภัยในการเคลื่อนย้ายและยกของหนัก
- การเคลื่อนย้ายด้วยมือ
- การเคลื่อนย้ายด้วยเครื่องจักรหนักและรถเครน

3 การใช้ยานพาหนะ เครื่องมือและอุปกรณ์การทำงานอย่างปลอดภัย

1 ความปลอดภัยในการใช้บันไดและนั่งร้าน
- บันได
- นั่งร้าน

2 การเลือกใช้อุปกรณ์ยกและยึดจับวัสดุ (ตะขอ, โซ่ยก, ที่หนีบจับ)

3 ความปลอดภัยในการปฏิบัติงานขุด

1 ความปลอดภัยด้านไฟฟ้าและการใช้เครื่องมือไฟฟ้า

2 การจราจรและการจัดการพื้นที่จอดรถภายในบริษัทฯ

3 การป้องกันและระงับอัคคีภัย รวมถึงการใช้งานเครื่องดับเพลิง

1 อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล (Personal Protective Equipment: PPE)

2 อุปกรณ์และระบบป้องกันอันตรายที่ตัวเครื่องจักร/เครื่องมือ/อุปกรณ์

3 ข้อห้ามเกี่ยวกับยาเสพติดและเครื่องดื่มมึนเมา

1 มาตรการลงโทษและบทลงโทษกรณีฝ่าฝืน

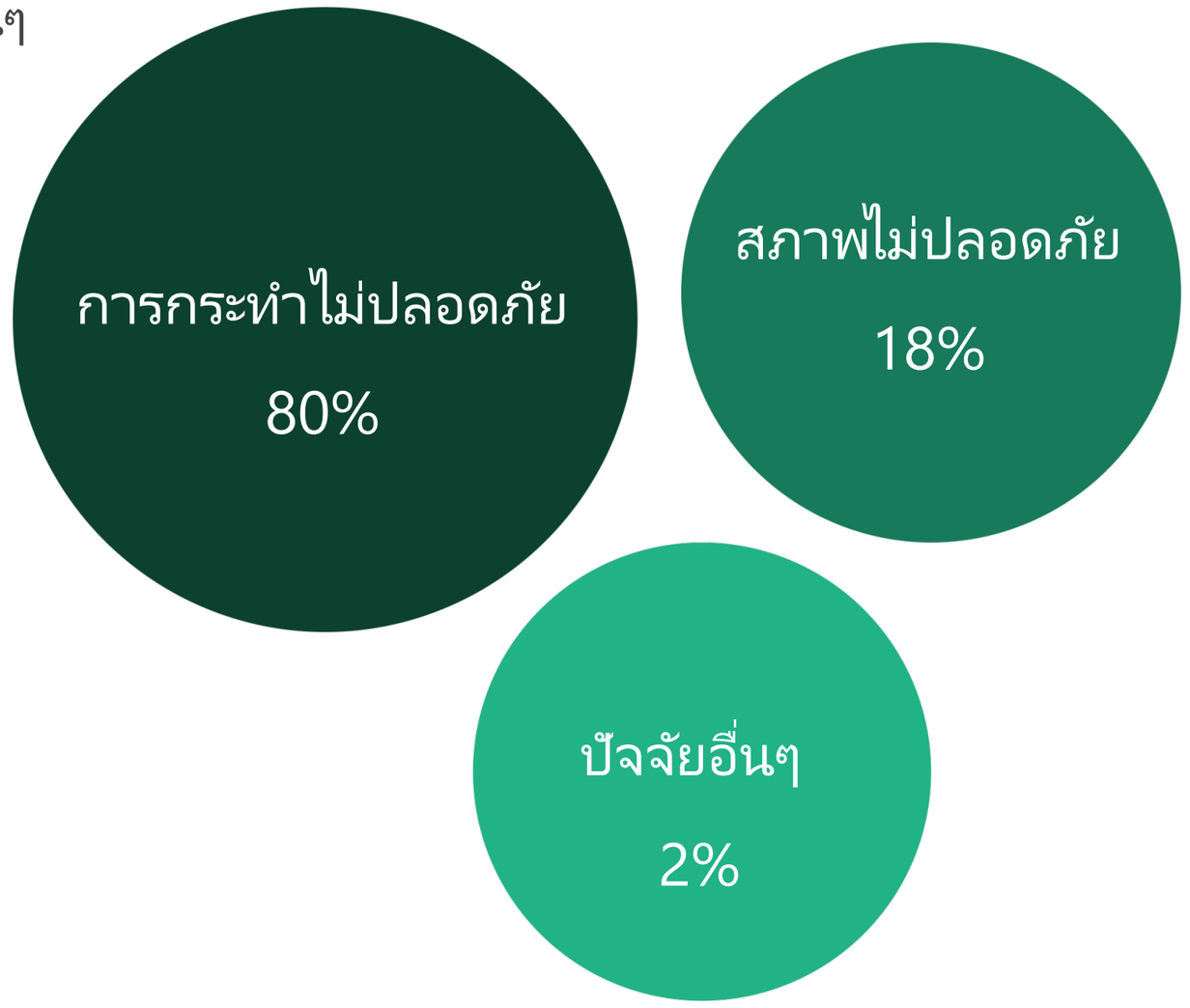
2 ขั้นตอนการรายงานอุบัติเหตุ/เหตุการณ์ต่างๆ และการสอบสวน

3 การปฐมพยาบาลเบื้องต้นและขั้นตอนฉุกเฉิน

1. สาเหตุและปัจจัยเสี่ยงของการเกิดอุบัติเหตุ



อุบัติเหตุจากการทำงานส่วนใหญ่สามารถป้องกันได้ หากเราเข้าใจถึงสาเหตุและปัจจัยเสี่ยงหลักๆ ซึ่งจากการศึกษาพบว่ากว่า 80% ของอุบัติเหตุเกิดจากการกระทำที่ไม่ปลอดภัย (Unsafe Act) ของบุคคล และอีกประมาณ 18% เกิดจากสภาพการณ์ที่ไม่ปลอดภัย (Unsafe Condition) ของสภาพแวดล้อมหรือเครื่องจักร ส่วนที่เหลือคือปัจจัยอื่นๆ



การกระทำที่ไม่ปลอดภัยที่พบบ่อยได้แก่:

- ทำงานลดขั้นตอนหรือเร่งรีบเกินไป: ข้ามขั้นตอนความปลอดภัยที่กำหนดไว้ ใช้ทางลัด หรือทำงานภายใต้ความกดดันด้านเวลาโดยขาดการวางแผนที่ดี
- ไม่หยุดเครื่องจักรก่อนซ่อมแซมหรือบำรุงรักษา: ทำให้เสี่ยงต่อการถูกเครื่องจักรหนีบ บด หรือบาดขณะเครื่องกำลังทำงาน
- ไม่สวมใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล (PPE) ขณะทำงานที่มีอันตราย: เช่น ไม่ใส่แว่นตานิรภัยขณะเจียระไน ไม่ใส่ถุงมือกันบาดขณะหยิบจับโลหะแหลมคม
- ยก/เคลื่อนย้ายสิ่งของด้วยท่าทางที่ไม่ปลอดภัย: ส่งผลให้เกิดอาการปวดหลัง กล้ามเนื้ออักเสบ หรือของตกหล่น
- ฝ่าฝืนกฎระเบียบและสัญลักษณ์ความปลอดภัย: ไม่ปฏิบัติตามป้ายเตือน ป้ายห้าม หรือข้อกำหนดที่ชัดเจน
- ปฏิบัติงานโดยไม่มีหน้าที่ หรือขาดความรู้ความเข้าใจ: เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับงานที่ไม่ได้รับมอบหมาย หรือทำงานโดยไม่มีการฝึกอบรมที่เพียงพอ
- หยอกล้อกันระหว่างทำงาน: ทำให้ขาดสมาธิในการทำงานและอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุต่อตนเองและผู้อื่น
- แต่งกายไม่รัดกุม รุ่มร่าม: เช่น เสื้อผ้าหลวม แขนเสื้อยาวรุ่มร่าม ผมยาวไม่มัดรวบ หรือสวมเครื่องประดับที่อาจไปเกี่ยวกับเครื่องจักร

สภาพการณ์ที่ไม่ปลอดภัย (Unsafe Condition) ได้แก่:

- เครื่องจักร/อุปกรณ์ชำรุด หรือไม่มีอุปกรณ์ป้องกันอันตราย
- ระบบไฟฟ้าไม่ปลอดภัย สายไฟชำรุด หรือไม่มีการติดตั้งสายดิน
- การจัดเก็บวัสดุไม่เป็นระเบียบ กีดขวางทางเดิน หรือวางทับซ้อนกันไม่มั่นคง
- พื้นผิวลื่น เป็นหลุมบ่อ หรือมีสิ่งกีดขวาง
- แสงสว่างไม่เพียงพอในพื้นที่ทำงาน

2. ความสูญเสียและผลกระทบจากอุบัติเหตุในการทำงาน

อุบัติเหตุจากการทำงานไม่เพียงแต่สร้างความเจ็บปวดให้กับผู้ประสบเหตุ แต่ยังส่งผลกระทบเป็นลูกโซ่ต่อทุกภาคส่วน เปรียบได้กับ "ภูเขาน้ำแข็งในมหาสมุทร" ที่เรามองเห็นเพียงส่วนน้อยคือค่าใช้จ่ายโดยตรง แต่ส่วนใหญ่ซึ่งเป็นความสูญเสียที่ใหญ่กว่ากลับซ่อนอยู่ใต้น้ำและมักถูกมองข้าม

ความสูญเสียทางตรง (Direct Costs)

- ค่ารักษาพยาบาล: ค่ายา ค่าผ่าตัด ค่าห้องพักในโรงพยาบาล และค่ากายภาพบำบัด
- ค่าทดแทนการขาดรายได้/เงินทดแทน: กรณีบาดเจ็บจนไม่สามารถทำงานได้ หรือพิการ
- ค่าทำขวัญ: ค่าชดเชยตามกฎหมายหรือตามข้อตกลง

2.2 ความสูญเสียทางอ้อม (Indirect Costs)

ต่อลูกจ้าง (ผู้ประสบเหตุ)

- ได้รับความเจ็บปวดทางร่างกายและจิตใจอย่างแสนสาหัส
- ได้รับความทรมานจากความพิการ หรือการสูญเสียอวัยวะ
- สูญเสียความสามารถในการทำงาน หรือต้องเปลี่ยนสายงาน
- เสียขวัญและกำลังใจในการใช้ชีวิตและการทำงาน
- อาจส่งผลต่อสุขภาพจิตในระยะยาว

ต่อครอบครัว

- สูญเสียเสาหลัก หรือคนรัก
- ขาดรายได้จุนเจือครอบครัว ทำให้เกิดปัญหาเศรษฐกิจ
- สูญเสียโอกาสในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
- เกิดความทุกข์ระทมและความกังวล

ต่อนายจ้าง/บริษัท

- ผลผลิตลดลง: การหยุดชะงักของกระบวนการผลิต สูญเสียเวลาทำงานของพนักงานที่เกี่ยวข้อง
- ค่าล่วงเวลา: ต้องจ้างพนักงานคนอื่นมาทำแทน หรือให้พนักงานคนอื่นทำงานล่วงเวลาเพื่อชดเชยงานที่ค้าง
- ค่าใช้จ่ายในการฝึกพนักงานใหม่: รวมถึงเวลาที่ต้องใช้ในการฝึกสอนให้มีความชำนาญ
- ค่าซ่อมแซม/เปลี่ยนเครื่องจักรและอุปกรณ์: ที่เสียหายจากอุบัติเหตุ
- เสียเวลา: ในการสอบสวนอุบัติเหตุ การจัดทำรายงาน และการจัดการเอกสารต่างๆ
- เสียชื่อเสียงและความน่าเชื่อถือ: ขององค์กรทั้งต่อลูกค้า คู่ค้า และสาธารณชน
- การเสียกำลังใจของพนักงานโดยรวม: สร้างบรรยากาศที่ไม่ปลอดภัยและส่งผลต่อขวัญกำลังใจ
- ค่าปรับและบทลงโทษทางกฎหมาย: หากพบว่าบริษัทละเลยมาตรการความปลอดภัย

ต่อประเทศชาติ

- ขาดกำลังคนที่มีความชำนาญในการทำงาน
- เกิดความเสียหายทางเศรษฐกิจโดยรวมจากการสูญเสียทรัพยากรบุคคลและผลผลิต

3. การสร้างจิตสำนึกและการป้องกันตนเอง

การป้องกันอุบัติเหตุเริ่มต้นจาก จิตสำนึกที่ดีของทุกคน ในการทำงานอย่างปลอดภัย

> **"จงทำงานด้วยจิตใจที่สดชื่น พร้อมด้วยจิตสำนึกในความปลอดภัยและอาชีวอนามัย เป็นเบื้องต้น และให้ความปลอดภัยเป็นส่วนหนึ่งของทุกการกระทำ"**

ปรึกษาหัวหน้างานทันที

หากคุณมีความกังวล ไม่มั่นใจ หรือมีข้อสงสัยเกี่ยวกับงาน ความปลอดภัย หรือขั้นตอนการทำงานใดๆ อย่าลังเลที่จะปรึกษาหัวหน้างานหรือเจ้าหน้าที่ความปลอดภัย

ตระหนักถึงปัจจัยส่วนบุคคล

โปรดจำไว้ว่า การพักผ่อนไม่เพียงพอ, ความเครียด, ความวิตกกังวล, การเจ็บป่วย, การอยู่ดึก, การดื่มจัด, หรือการพนัน อาจส่งผลกระทบต่อสมาธิและการตัดสินใจ ทำให้คุณเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุในวันรุ่งขึ้น

ปฏิบัติตามป้ายห้ามและป้ายเตือนอย่างเคร่งครัด

ทำความเข้าใจความหมายของสัญลักษณ์และป้ายต่างๆ ที่ติดตั้งในพื้นที่ทำงาน และปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดเสมอ เช่น "ห้ามเข้า", "ระวังอันตราย", "สวมอุปกรณ์ป้องกัน"

การป้องกันตนเอง

- หลีกเลี่ยงการทำงานตามลำพังในที่ลับตาคน: โดยเฉพาะการทำงานหลังเวลาทำงานปกติ หรือในพื้นที่ที่เสี่ยงอันตราย ควรแจ้งให้หัวหน้างานหรือเพื่อนร่วมงานทราบถึงสถานที่และลักษณะงานที่คุณกำลังทำอยู่ เพื่อให้สามารถให้ความช่วยเหลือได้ทันท่วงทีหากเกิดเหตุฉุกเฉิน
- แต่งกายให้เรียบร้อยรัดกุม:
  - สวมเสื้อผ้าที่ไม่รุ่มร่าม ไม่ขาดรุ่งริ่ง ไม่มีส่วนยื่นห้อยที่อาจเข้าไปติดกับเครื่องจักร
  - ผมยาวควรเก็บ/รวบให้เรียบร้อย หรือสวมหมวกคลุมผม
- ถอดเครื่องประดับทุกชนิด (แหวน สร้อยข้อมือ สร้อยคอ นาฬิกา) ก่อนเริ่มงาน โดยเฉพาะงานที่ต้องใช้เครื่องจักร หรือสัมผัสกับกระแสไฟฟ้า
- ห้ามถอดเสื้อ หรือนุ่งกางเกงขาสั้นขณะปฏิบัติงานปกติในพื้นที่ที่กำหนด
- ห้ามหยอกล้อเล่นกันขณะปฏิบัติงาน: การเล่นกันหรือก่อกวนสมาธิผู้อื่น อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุร้ายแรงได้
- สวมหมวกนิรภัยตลอดเวลา: เมื่ออยู่ในพื้นที่ที่กำหนดให้สวมหมวกนิรภัย หรือเมื่อมีโอกาสที่วัตถุจะตกใส่ศีรษะ
- สวมรองเท้าหุ้มส้น/รองเท้านิรภัยตลอดเวลา: เมื่ออยู่ในพื้นที่ปฏิบัติงาน เพื่อป้องกันการบาดเจ็บจากของตก ของมีคม หรือการเหยียบทับ

4. การจัดการสภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย (5ส.)

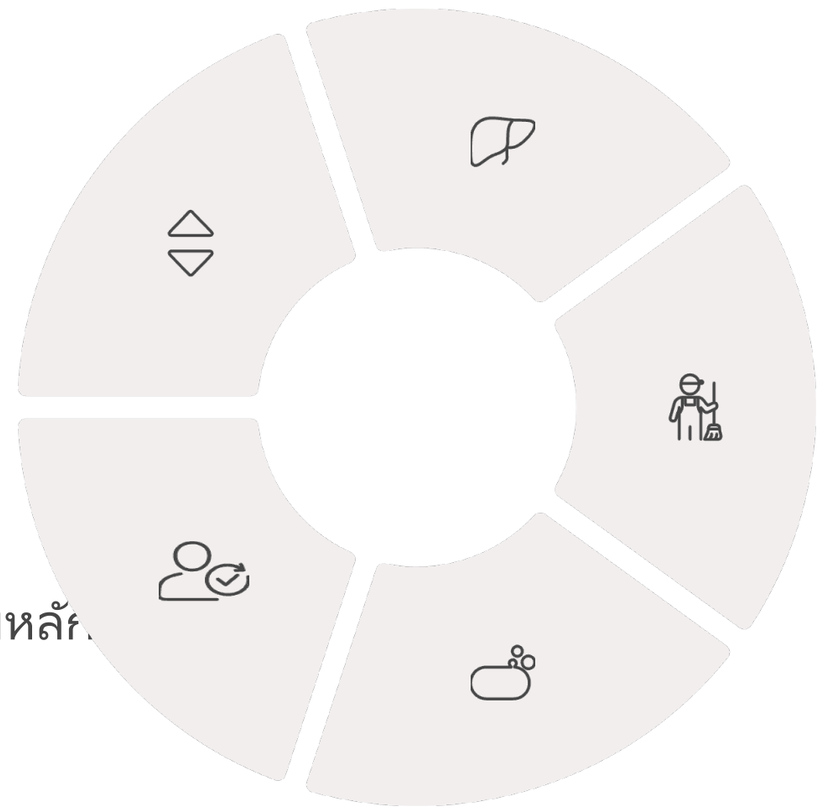
การรักษาสถานที่ทำงานให้เป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด และถูกสุขลักษณะ ถือเป็นพื้นฐานสำคัญของการป้องกันอุบัติเหตุและการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับหลัก "5ส." ได้แก่ สะสาง สะดวก สะอาด สุขลักษณะ สร้างนิสัย

สะสาง (Seiri)

- สถานที่ปฏิบัติงานต้องปราศจากสิ่งของที่ไม่จำเป็น สิ่งที่จะก่อให้เกิดอันตราย เช่น เศษวัสดุ ขยะ คราบน้ำมัน หรือน้ำที่หกเรี่ยราดบนพื้น
- ทบทวนและคัดแยกสิ่งของที่จำเป็นและไม่จำเป็นออกจากกันอย่างสม่ำเสมอ

สะดวก (Seiton)

- จัดวางสิ่งของ อุปกรณ์ เครื่องมือ ให้เป็นระเบียบ ค้นหาง่าย หยิบใช้ง่าย และคืนที่ง่าย
- จัดทำป้ายชื่อหรือสัญลักษณ์แสดงตำแหน่งจัดเก็บให้ชัดเจน
- จัดทางเดินให้โล่งและชัดเจน เพื่อให้สามารถเข้า-ออก และเคลื่อนย้ายสิ่งของได้อย่างปลอดภัย ไม่เป็นอุปสรรคต่อการทำงานหรือการอพยพหนีภัย



สะอาด (Seiso)

- ทำความสะอาดสถานที่ปฏิบัติงาน เครื่องจักร อุปกรณ์ และเครื่องมืออย่างสม่ำเสมอ
- ห้องน้ำตลอดจนอ่างล้างมือต้องอยู่ในสภาพที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ และมีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกครบครัน (สบู่ กระดาษชำระ)
- น้ำมัน จาระบี หรือสารเคมีที่หกเรี่ยราดบนพื้น ต้องรีบทำความสะอาดและจัดเก็บให้เรียบร้อยทันที เพื่อป้องกันการลื่นล้ม

สร้างนิสัย (Shitsuke)

- สร้างวินัยและนิสัยที่ดีในการปฏิบัติตามหลัก ส. อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

สุขลักษณะ (Seiketsu)

- สุขลักษณะส่วนบุคคล: พนักงานควรดูแลความสะอาดของร่างกายและเสื้อผ้า
- ห้ามจัดวางวัสดุที่ง่ายต่อการลุกไหม้ (เช่น ผ้าเปื้อนน้ำมัน, กระดาษ) ใกล้กับจุดติดตั้งหลอดไฟ หรือวัสดุที่มีความร้อน/มีประกายไฟ (เช่น เตาหลอม, เครื่องเชื่อม, เครื่องเจียระไน)
- จัดเก็บวัสดุบนพื้นที่ที่ได้ระดับ ไม่สูงเกินไป และอยู่ในสภาพเรียบร้อยมั่นคง ไม่เอนเอียง
- จัดทำลิ่มไม้หรือหมอนรองสำหรับรองวัสดุที่เป็นรูปวงกลม (เช่น ท่อ, แท่งโลหะกลม) เพื่อป้องกันการเคลื่อนตัวหรือกลิ้งหล่น
- ห้ามจัดเก็บอาหาร หรือรับประทานอาหารในสถานที่ปฏิบัติงาน หรือพื้นที่ที่อาจมีการปนเปื้อนสารเคมีหรือฝุ่นละออง
- ขยะและของเหลือใช้ต้องถูกคัดแยกประเภท (เช่น ขยะทั่วไป, ขยะอันตราย, ขยะรีไซเคิล) และนำออกนอกเขตปฏิบัติงาน หรือทิ้งในภาชนะที่จัดเตรียมไว้ทุกวัน

การจัดรักษาสถานที่ให้เป็นระเบียบที่ดี ช่วยป้องกันอุบัติเหตุได้เป็นอย่างดี และยังช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานอี

5. การใช้อุปกรณ์เตือนภัยและกั้นพื้นที่อันตราย

การแสดงขอบเขตพื้นที่ทำงานและพื้นที่อันตรายอย่างชัดเจน เป็นสิ่งสำคัญในการป้องกันบุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องเข้าสู่เขตอันตราย

บริเวณเขตก่อสร้าง/พื้นที่ทำงานที่มีความเสี่ยง

ต้องจัดทำรั้วหรือแนวกั้นที่แข็งแรง พร้อมปิดป้ายประกาศ "เขตก่อสร้าง/พื้นที่ปฏิบัติงาน บุคคลภายนอกห้ามเข้า โปรดติดต่อผู้รับผิดชอบก่อนเข้าพื้นที่" โดยรอบบริเวณที่ทำการก่อสร้าง/ปฏิบัติงาน เพื่อควบคุมการเข้าออก

บริเวณเขตอันตรายเฉพาะจุด

ต้องจัดทำรั้วกั้น หรือเทปกั้นเขต พร้อมปิดป้ายประกาศ "เขตอันตราย ห้ามเข้า" หรือระบุประเภทอันตราย (เช่น "ระวังไฟฟ้าแรงสูง", "ระวังของตก", "ระวังสารเคมี") และมี ไฟสัญญาณสีแดง หรือไฟกระพริบ แสดงให้เห็นชัดเจนในเวลากลางคืนหรือในบริเวณที่มีแสงน้อย

พื้นที่สูงและพื้นที่ที่มีช่องเปิดต่างๆ

(เช่น ช่องเปิดบนพื้น, ช่องลิฟต์, ขอบอาคาร) ต้องทำ ราวกันตก ที่มั่นคงแข็งแรง มีความสูงและองค์ประกอบตามมาตรฐาน (ราวบน ราวกลาง ขอบกันตก) เพื่อป้องกันการพลัดตก

ควบคุมการเข้าออก

ไม่อนุญาตให้ผู้ที่ไม่เกี่ยวข้อง หรือผู้ที่หมดหน้าที่ เข้าไปในเขตก่อสร้าง/พื้นที่ปฏิบัติงาน และเขตอันตรายในการก่อสร้าง/ปฏิบัติงาน โดยเด็ดขาด ผู้ที่จำเป็นต้องเข้าพื้นที่ต้องได้รับอนุญาตและปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่างเคร่งครัด

ห้ามผู้ปฏิบัติงานพักอาศัยในบริเวณเขตก่อสร้าง

หรือพื้นที่ทำงาน เพื่อป้องกันความเสเสี่ยงจากอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นนอกเวลาทำงาน

6. ความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูงและพื้นที่เสี่ยง

การทำงานบนที่สูงมีความเสี่ยงสูงต่อการพลัดตก จึงจำเป็นต้องมีมาตรการป้องกันที่เข้มงวด



ราวกันตกและขอบกันตก

- ราวกันตกต้องมั่นคงแข็งแรง สามารถรับน้ำหนักได้ตามมาตรฐาน และมีความสูงไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 1.10 เมตร จากพื้นทำงาน
- ควรมีราวกลาง (Mid-rail) และขอบกันตก (Toeboard) สูงไม่น้อยกว่า 10 เซนติเมตร เพื่อป้องกันสิ่งของตกหล่น

การตรวจสอบอุปกรณ์

- ตรวจสอบอุปกรณ์ทุกชนิดที่เกี่ยวข้องกับการทำงานบนที่สูงก่อนเริ่มใช้งานทุกครั้ง เช่น รถเครน, รถกระเช้า, ลวดสลิง, เชือก, ตะขอ, สเก็น, เข็มขัดนิรภัย, สายช่วยชีวิต
- ตรวจสอบสภาพความสมบูรณ์ หากพบว่าชำรุดเสื่อมสภาพ หรือไม่ปลอดภัย ห้ามนำมาใช้เด็ดขาด และต้องแจ้งผู้เกี่ยวข้องเพื่อซ่อมแซมหรือเปลี่ยนใหม่

สภาพอากาศ

ขณะที่มีพายุ ฝนตกหนัก ลมกระโชกแรง หรือทัศนวิสัยไม่ดี ผู้ปฏิบัติงานต้อง หยุดทำงานทันทีและลงมาข้างล่าง เพื่อความปลอดภัย

การใช้อุปกรณ์ป้องกันการตกส่วนบุคคล (Personal Fall Protection System)

- เมื่อมีความเสี่ยงที่จะตกลงมาจากที่สูง และอยู่ในที่สูงเกิน 4 เมตร ขึ้นไป ต้อง ใช้เข็มขัดนิรภัยแบบเต็มตัว (Full Body Harness) พร้อมสายช่วยชีวิต (Lanyard) และจุดยึดที่มั่นคงแข็งแรง (Anchorage Point)
- หัวหน้างานจะพิจารณาสั่งให้ใช้เข็มขัดนิรภัยและสายช่วยชีวิตสำหรับงานที่มีความเสี่ยงอื่นๆ แม้ความสูงจะไม่ถึง 4 เมตรก็ตาม
- ควรมีการฝึกอบรมการใช้งานอุปกรณ์ป้องกันการตกอย่างถูกวิธี และการกู้ภัยหากเกิดเหตุการณ์พลัดตก

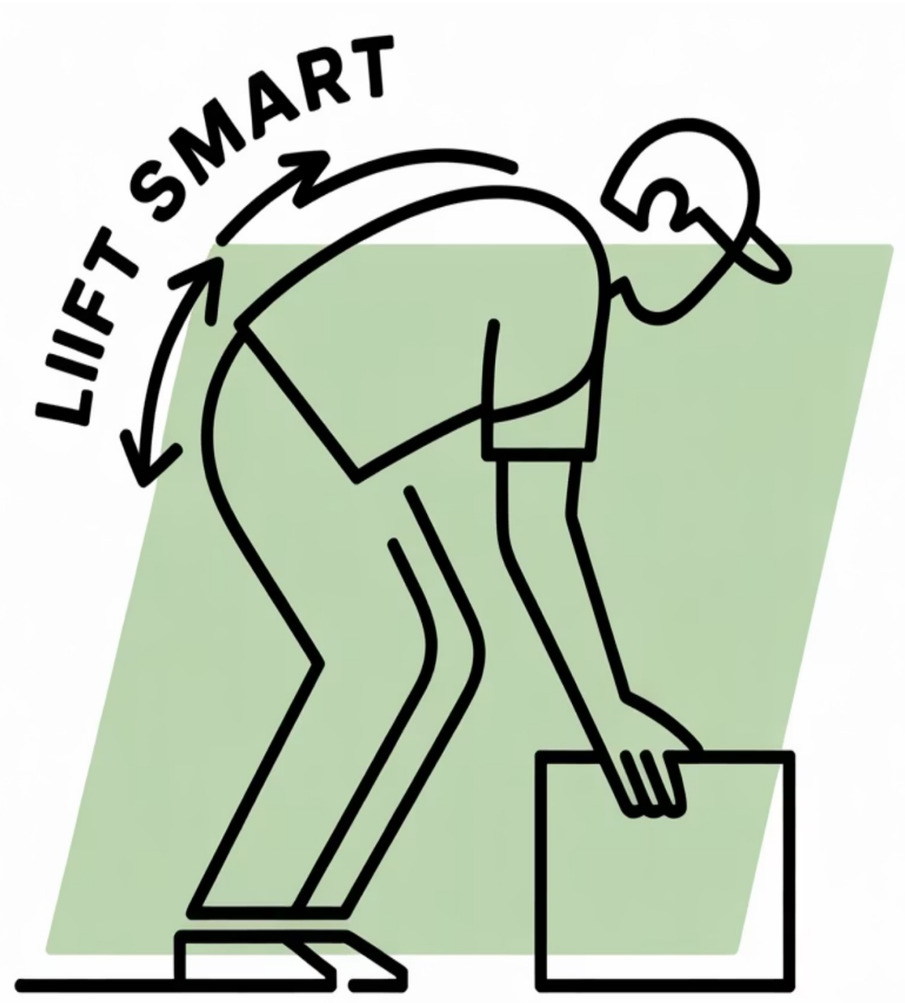
7. ความปลอดภัยในการเคลื่อนย้ายและยกของหนัก

การเคลื่อนย้ายของหนักอย่างถูกวิธีช่วยป้องกันการบาดเจ็บต่อร่างกาย และการเสียหายต่อทรัพย์สิน

7.1 การเคลื่อนย้ายด้วยมือ

- สวมถุงมือ: ต้องสวมถุงมือชนิดต่างๆ ให้เหมาะสมกับวัสดุที่จะทำการย
(เช่น ถุงมือผ้าสำหรับทั่วไป, ถุงมือหนังสำหรับของมีคม, ถุงมือเคมี
สำหรับสารเคมี) เพื่อป้องกันการบาดเจ็บและเพิ่มการยึดจับ

- ประเมินน้ำหนักและขนาด: ประเมินว่าของที่จะยกนั้นหนักเกินกำลังที่
ยกคนเดียวได้หรือไม่ ถ้าหนักเกินไป ให้เรียกคนมาช่วยให้เพียงพอที่จ
ได้ โดยไม่ต้องฝืนออกแรงมากจนเกินกำลัง



เทคนิคการยกที่ถูกต้อง (หลักสรีรศาสตร์)

ยืนให้ชิดของ: วางเท้าให้มั่นคง แยกเท้าออกจากกันเล็กน้อย

งอเข่าและย่อตัวลงต่ำ: ให้หลังตรงเกือบเป็นแนวดิ่ง หรือเป็นเส้นตรงมากที่สุด

จับของให้มั่นคง: ใช้มือทั้งสองข้างจับของให้กระชับ

ใช้แรงจากขาในการยก: ยืนขึ้นโดยการเหยียดเข่าและสะโพกขึ้น ให้หลังตรงอยู่ตลอดเวลาอย่าใช้หลังยกเด็ดขาด

ถือของให้ชิดลำตัว: หากเป็นไปได้ เพื่อลดภาระต่อกระดูกสันหลัง

เมื่อจะวางของ: ให้ทำย้อนกลับตามวิธีเดิม โดยการงอเข่าย่อตัวลง ให้หลังตรง

7.2 การเคลื่อนย้ายด้วยเครื่องจักรหนักและรถเครน

ผู้ให้สัญญาณ

จัดให้มีผู้ให้สัญญาณที่ชำนาญและผ่านการอบรมเพียง คนเดียวเท่านั้น สำหรับการยกแต่ละครั้ง เพื่อป้องกันความสับสน

พื้นที่ปฏิบัติงาน

- หลีกเลี่ยงการเข้าใกล้ส่วนที่เครื่องจักรจะต้องหมุน เหวี่ยง หรือเคลื่อนที่
- ในกรณีที่มีการขุด หรือการยกวัสดุขนาดใหญ่ ต้องกั้นอาณาบริเวณโดยรอบอย่างชัดเจนด้วยรั้วหรือเทปกั้นเขต

ห้ามเข้าใต้แนวการยก

ห้ามเข้าไปอยู่ใต้วัสดุที่กำลังยกโดยเด็ดขาด หรือเดินผ่านใต้แนวการยก

⚠ ข้อควรระวังเพิ่มเติม

- แสงสว่างในการทำงานกลางคืน: การทำงานในเวลากลางคืน หรือในบริเวณที่มีแสงน้อย ต้องจัดให้มีแสงสว่างทั่วบริเวณตลอดเวลาที่ทำงาน เพื่อทัศนวิสัยที่ดีและความปลอดภัย
- ห้ามดัดแปลง: ห้ามมิให้ดัดแปลง หรือแก้ไขส่วนใดส่วนหนึ่งของรถเครน หรือเครื่องจักรหนักโดยไม่ได้รับอนุญาต และต้องดำเนินการโดยผู้เชี่ยวชาญเท่านั้น
- สัญญาณเตือน: จัดให้มีสัญญาณเสียง (เช่น แตร, สัญญาณถอยหลัง) และแสงวับวาบ (ไฟกระพริบ) เตือนให้ทราบขณะรถหรือเครื่องจักรเคลื่อนที่
- คู่มือการปฏิบัติงาน: จัดให้มีคู่มือปฏิบัติงานเกี่ยวกับรถเครนและเครื่องจักรหนักเป็นภาษาไทย (หรือภาษาที่พนักงานเข้าใจ) ให้พนักงานขับรถและผู้เกี่ยวข้องศึกษาและปฏิบัติตามโดยถูกต้องและเคร่งครัด

8. การใช้ยานพาหนะ เครื่องมือ และอุปกรณ์การทำงานอย่างปลอดภัย

การใช้เครื่องมือและอุปกรณ์อย่างถูกต้องและปลอดภัยเป็นหัวใจสำคัญในการป้องกันอุบัติเหตุ

อุปกรณ์ป้องกันอันตราย

- เครื่องมือ อุปกรณ์ หรือเครื่องจักรที่ส่วนหมุน ส่วนเคลื่อนที่ หรือส่วนที่ถ่ายกำลัง (เช่น สายพาน, เฟือง) ต้องมี ที่ครอบป้องกันอันตราย ที่มิดชิดและแข็งแรง
- ห้ามเข้าใกล้ส่วนของเครื่องจักรที่จะต้องหมุนเหวี่ยงขณะเครื่องกำลังทำงาน

ความปลอดภัยด้านไฟฟ้า

- ถ้าเป็นอุปกรณ์ที่เกี่ยวกับไฟฟ้า ต้องมีจุดที่ติดตั้งสายดิน (Grounding) เพื่อป้องกันกระแสไฟฟ้ารั่วและอันตรายจากไฟฟ้าช็อต

อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล

- ผู้ที่ทำงานกับเครื่องจักรต้องสวมใส่เครื่องป้องกันอันตรายตามสภาพและลักษณะงานที่กำหนดเสมอ (เช่น แว่นตานิรภัย, ถุงมือ, ที่อุดหู)

ที่ปิดบังประกายไฟ

เครื่องจักรที่มีการเกิดประกายไฟ (เช่น เครื่องเจียระไน, เครื่องเชื่อม) ต้องมีที่ปิดบังประกายไฟหรือฉากกั้นที่เหมาะสม

ป้ายเตือนขณะซ่อมแซม

เมื่อมีการซ่อมแซมเครื่องจักรหรืออุปกรณ์ ต้องติดป้าย "กำลังซ่อม ห้ามเปิดสวิตช์" (Do Not Operate / Under Maintenance) ที่สวิตช์ควบคุมหลัก และดำเนินการล็อคเอาต์/แท็กเอาต์ (Lockout/Tagout) เพื่อป้องกันการเปิดเครื่องโดยไม่ตั้งใจ

ห้ามใช้ผิดประเภท

ห้ามใช้เครื่องมือ เครื่องจักร หรืออุปกรณ์ผิดประเภทจากที่ออกแบบมาเพื่อการใช้งานนั้นๆ โดยเด็ดขาด

การจัดการสายไฟ

ห้ามถือเครื่องมือโดยหิ้วสายไฟ และถอดปลั๊กโดยการดึงที่สายไฟ ให้จับที่หัวปลั๊กเสมอ เพื่อป้องกันสายไฟชำรุดหรือเกิดไฟฟ้าลัดวงจร

การตรวจสอบและบำรุงรักษา

- เมื่อพบเครื่องมือ เครื่องจักร หรืออุปกรณ์ชำรุดเสียหาย หรือทำงานผิดปกติ ต้อง หยุดการใช้งานทันที โดยตัดสวิตช์ไฟ ถอดปลั๊กออก
- แขวนป้าย "ชำรุด ห้ามใช้" (Out of Order / Do Not Use) อย่างชัดเจน
- รายงานหัวหน้างาน และส่งซ่อมบำรุงโดยผู้เชี่ยวชาญ
- ทันที

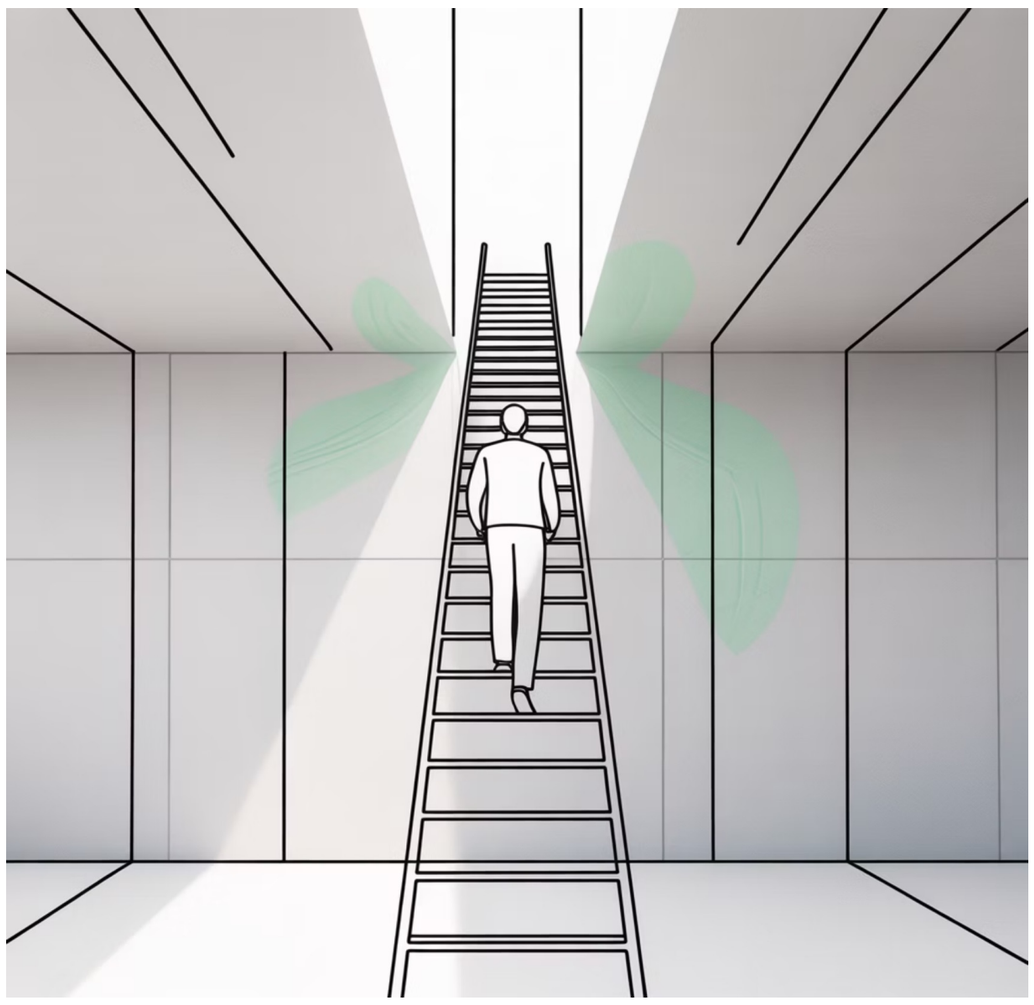
การโดยสารยานพาหนะ

ห้ามโดยสารไปกับรถหรือเครื่องจักรกล ที่ไม่ได้จัดทำไว้เพื่อการโดยสาร หรือไม่มีที่นั่งโดยสารที่ปลอดภัย

9. ความปลอดภัยในการใช้บันไดและนั่งร้าน

9.1 บันได

บันไดเป็นอุปกรณ์ที่ใช้บ่อย แต่ก็เป็นสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุพลัดตกได้ง่าย หากใช้อย่างไม่ระมัดระวัง



เลือกใช้บันไดที่เหมาะสม

ควรใช้บันไดที่ผลิตจากโรงงาน มีมาตรฐาน สำหรับงานหนัก และมีความสูงที่เหมาะสมกับงาน

ตรวจสอบสภาพบันได

บันไดที่ชำรุด แตก หัก ร้าว ผุกร่อน หรือมีรอยเชื่อมที่ไม่สมบูรณ์ ห้ามนำมาใช้เด็ดขาด และควรติดป้าย "ห้ามใช้งาน" หรือทำลายทิ้งเพื่อป้องกันการนำกลับมาใช้ซ้ำ

ห้ามดัดแปลง

ห้ามนำบันได 2 อันมามัดต่อกันเพื่อให้ยาวขึ้น หรือดัดแปลงบันไดในรูปแบบอื่นๆ

การตั้งบันได

- อย่าตั้งบันไดบริเวณที่ลื่น มีขยะ สิ่งกีดขวาง หรือพื้นที่ไม่มั่นคง
- ตั้งบันไดบนพื้นราบที่แข็งแรง และควรมีผู้ช่วยจับบันได หรือยึดบันไดให้มั่นคง
- ปลายของบันได (ส่วนบนที่พาดกับโครงสร้าง) ต้องสูงจากจุดที่พาดผ่านไม่น้อยกว่า 3 ฟุต (ประมาณ 90 ซม.)และทำมุม 75 องศากับพื้น (อัตราส่วน 1:4 คือ บันไดยาว 4 ส่วน ตั้งห่างจากกำแพง 1 ส่วน)

การขึ้น-ลงบันได

- การขึ้นลงบันไดให้หันหน้าเข้าหาบันไดเสมอ
- ใช้มือจับราวบันไดทั้งสองข้างให้มั่นคง และก้าวเท้าอย่างช้าๆ
- ห้ามยกของ แบกของขึ้นลงทางบันได ที่มีขนาดใหญ่หรือน้ำหนักมากเกินไป ควรใช้วิธีอื่นในการเคลื่อนย้ายของ

ข้อห้ามพิเศษ

ห้ามใช้บันไดโลหะกับงานไฟฟ้าโดยเด็ดขาด เพราะโลหะเป็นสื่อนำไฟฟ้า อาจทำให้เกิดไฟฟ้าช็อตถึงแก่ชีวิตได้

9.2 นั่งร้าน

นั่งร้านเป็นโครงสร้างชั่วคราวที่ใช้สำหรับทำงานบนที่สูง ต้องมีการออกแบบ ติดตั้ง และใช้งานอย่างปลอดภัย

ความสูงและข้อกำหนด

การทำงานในที่สูงเกินกว่า 2.00 เมตร หรือตามที่กฎหมายกำหนด ต้องจัดทำนั่งร้านที่ได้มาตรฐาน

ความแข็งแรงของนั่งร้าน

- นั่งร้านที่สร้างด้วยโลหะ (หรือวัสดุอื่น) ต้องสามารถรับน้ำหนักบรรทุกได้ไม่น้อยกว่า 4 เท่า ของน้ำหนักการใช้งานจริง (รวมน้ำหนักพนักงาน เครื่องมือ และวัสดุ)
- ส่วนประกอบของนั่งร้าน (เช่น ท่อ, ข้อต่อ, แผ่นพื้น) ต้องไม่ชำรุด เสียหาย หรือเป็นสนิม

พื้นนั่งร้าน

พื้นนั่งร้านต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 35 ซ.ม. และจัดวางแผ่นพื้นให้ชิดกัน ไม่มีการซ้อนเกยกัน และผูกยึดให้มั่นคง ไม่เลื่อนหลุด

การขึ้น-ลงนั่งร้าน

ต้องจัดทำบันได หรือทางขึ้น-ลงที่มั่นคงแข็งแรงสำหรับใช้นั่งร้าน

ตาข่ายนิรภัย/ผ้าใบคลุม

ต้องจัดผ้าใบหรือตาข่ายนิรภัยปิดคลุมโดยรอบนอกนั่งร้าน เพื่อป้องกันสิ่งของตกหล่น และป้องกันฝุ่นละออง

การยึดโยง

- โครงนั่งร้านต้องมีการยึดโยงค้ำยันกับโครงสร้างอาคารที่มั่นคงแข็งแรง เพื่อป้องกันมิให้นั่งร้านเซ ล้ม หรือพังทลาย
- ในกรณีที่ต้องทำงานใกล้แนวสายไฟฟ้าที่ไม่มีฉนวน ต้องมีระยะห่างที่ปลอดภัยไม่น้อยกว่าที่กำหนด หรือติดต่อการไฟฟ้าเพื่อมาทำการติดตั้งฉนวนครอบสายไฟชั่วคราว

การใช้อุปกรณ์ป้องกันการตก

การทำงานอยู่บนนั่งร้านสูงเกินกว่า 4 เมตร หรือตามที่หัวหน้างานพิจารณา ผู้ปฏิบัติงาน ต้องสวมเข็มขัดนิรภัยแบบเต็มตัว (Full Body Harness) และผูกยึดกับจุดที่มั่นคงบนนั่งร้านหรือโครงสร้างอาคาร

10. การเลือกใช้อุปกรณ์ยกและยึดจับวัสดุ (ตะขอ โซ่ยก ที่หนีบจับ)

การเลือกใช้อุปกรณ์ยกและยึดจับที่เหมาะสม จะช่วยป้องกันการตกหล่นของวัสดุและอันตรายต่อผู้ปฏิบัติงาน

ประเภทอุปกรณ์

- ใช้ ตะขอ กรณีที่มีจุดยึดเกี่ยวในการยกเพียงจุดเดียว
- ใช้ สลิง/โซ่ยก (Sling/Chain) เมื่อยกวัสดุที่มีจุดยึดมากกว่าสองจุดขึ้นไป หรือวัสดุที่มีขนาดใหญ่และต้องกระจายน้ำหนัก

ตะขอนิรภัย

ตะขอทุกประเภทที่ใช้ในการยกต้องมี สลักนิรภัย (Safety Latch) ติดอยู่เสมอ (ยกเว้นตะขอบางประเภทที่ออกแบบมาเฉพาะงานและมีระบบความปลอดภัยอื่น) เพื่อป้องกันสลิงหรือโซ่หลุดจากตะขอ

การยกน้ำหนัก

ใช้ตะขอยกน้ำหนัก โดยให้น้ำหนักของวัสดุตกตรงร่องของตะขอเสมอ เพื่อให้รับน้ำหนักได้อย่างเต็มประสิทธิภาพและลดการบิดเบี้ยวของตะขอ

การผูกมัดกับโครงสร้าง

ขออนุมัติจากผู้บังคับบัญชาหรือวิศวกร ก่อนการผูกมัดวัสดุกับโครงสร้างอื่น ๆ เพื่อให้มั่นใจว่าโครงสร้างนั้นมีความแข็งแรงเพียงพอ และไม่เกินขีดจำกัดที่สามารถรับน้ำหนักได้

ห้ามใช้ผิดประเภท

ห้ามใช้ที่หนีบจับสำหรับแผ่นโลหะ คีม หรือที่หนีบจับท่อแทนที่หนีบจับที่ออกแบบมาเฉพาะสำหรับการยึดจับโครงสร้าง หรือวัสดุประเภทอื่นโดยเด็ดขาด

การตรวจสอบก่อนใช้งาน

- ต้องมีการตรวจสอบและอนุมัติ ตะขอ, โซ่ยก, และที่หนีบจับที่ใช้กับโครงสร้าง ก่อนการใช้งานทุกครั้ง โดยผู้มีอำนาจหรือผู้เชี่ยวชาญ
- ห้ามใช้เกินจากพิกัดน้ำหนักที่กำหนด (Working Load Limit - WLL) ซึ่งมักระบุอยู่บนอุปกรณ์

⚠ ข้อควรระวังเพิ่มเติม

- การระบุน้ำหนัก: พิกัดน้ำหนักที่จะยก (SWL/WLL) ต้องระบุเด่นชัดบนอุปกรณ์ หรือบนป้ายที่ติดอยู่กับอุปกรณ์นั้นๆ
- การเก็บรักษาและเฝ้าระวัง: ไม่ปล่อยวัสดุที่จะยกอยู่ในสภาพไม่รัดกุม หรือไม่ได้รับการเฝ้าระวัง ถูกห้อยแขวนอยู่กับโซ่ยก หรือเครื่องจักรนานเกินความจำเป็น
- ห้ามเข้าใต้แนวการยก: ห้ามยืน หรือให้ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายอยู่ด้านล่างของวัสดุที่กำลังยกด้วยโซ่ยก หรือสลิง โดยเด็ดขาด
- เทคนิคการผูกมัด: ไม่ใช้โซ่ หรือสลิงม้วนรัดวัสดุโดยตรง หากวัสดุนั้นมีคม หรือมีโอกาสเสียหาย ควรใช้อุปกรณ์เสริม เช่น ผ้าใบ หรือแผ่นรองกันคม
- การตรวจสอบโซ่และสลิง: ต้องมีการตรวจสอบโซ่และสลิงก่อนมีการยกวัสดุทุกครั้ง

11. ความปลอดภัยในการปฏิบัติงานขุด

งานขุดเป็นงานที่มีความเสี่ยงสูงต่อการพังทลายของดิน การตกหลุม และการได้รับอันตรายจากเครื่องจักร

การค้ำยันและลาดเอียง

- การขุดพื้นดิน คู หรือบ่อ ที่มีความลึกมากกว่า 1.5 เมตร (5 ฟุต) หรือตามที่กฎหมายกำหนด ต้อง มีการค้ำยันป้องกันดินพัง (Shoring/Sloping) หรือทำให้ลาดเอียง (Benching) อย่างเหมาะสมตามหลักวิศวกรรม

- ต้องมีการตรวจสอบสภาพการค้ำยันหรือความลาดเอียงโดยพนักงานผู้รับผิดชอบ ทุกวัน ก่อนมีการเข้าไปทำงาน และต้องมีการทำบันทึกการตรวจสอบเก็บไว้เป็นหลักฐาน

การกั้นพื้นที่และป้ายเตือน

จำเป็นที่จะต้องมีเครื่องกีดขวาง (รั้ว, เทปกั้น) และเครื่องหมาย/ป้ายเตือน (เช่น "อันตราย หลุมขุด", "ระวังดินพัง") ติดตั้งรอบบริเวณที่ทำการขุดอย่างชัดเจนและเพียงพอ

อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล

คนงานขุดดินต้องสวม หมวกนิรภัย และ รองเท้านิรภัย หรือรองเท้าหุ้มส้นที่แข็งแรงตลอดเวลา

การควบคุมพื้นที่

ไม่ควรให้บุคคลใดเข้าไปใกล้บริเวณขอบหลุมที่ทำการขุด หรือใกล้กับวัสดุที่กองอยู่ เมื่อมีการทำงานของเครื่องจักร หรือยานพาหนะ

ทางเข้า-ออก

ต้องจัดหาบันได หรือทางลาดที่มั่นคงปลอดภัย เมื่อมีการขุดพื้นดินสำหรับการเข้า-ออกพื้นที่ และต้องมีทางออกที่สะดวกและเพียงพอ

การจัดเก็บวัสดุ

สิ่งสกปรก ดิน หรือของที่ได้จากการขุด หรือวัสดุอื่นใด ต้องจัดเก็บห่างจากขอบของการขุดอย่างน้อย 1 เมตรเพื่อป้องกันการพังทลายของขอบหลุม

⚠ **การตรวจสอบหลังฝนตก**

- ต้องทำการตรวจสอบพื้นที่ของการขุดอีกครั้งหลังจากฝนตกหนัก หรือหลังจากมีการเปลี่ยนแปลงสภาพอากาศ เพื่อประเมินความมั่นคงของดิน
- ต้องมีการป้องกันการเกิดน้ำท่วมขังในหลุมขุด หรือมีระบบระบายน้ำที่มีประสิทธิภาพ

12. ความปลอดภัยด้านไฟฟ้าและการใช้เครื่องมือไฟฟ้า

ไฟฟ้าเป็นพลังงานที่จำเป็น แต่ก็เป็นอันตรายถึงชีวิตได้หากขาดความระมัดระวัง

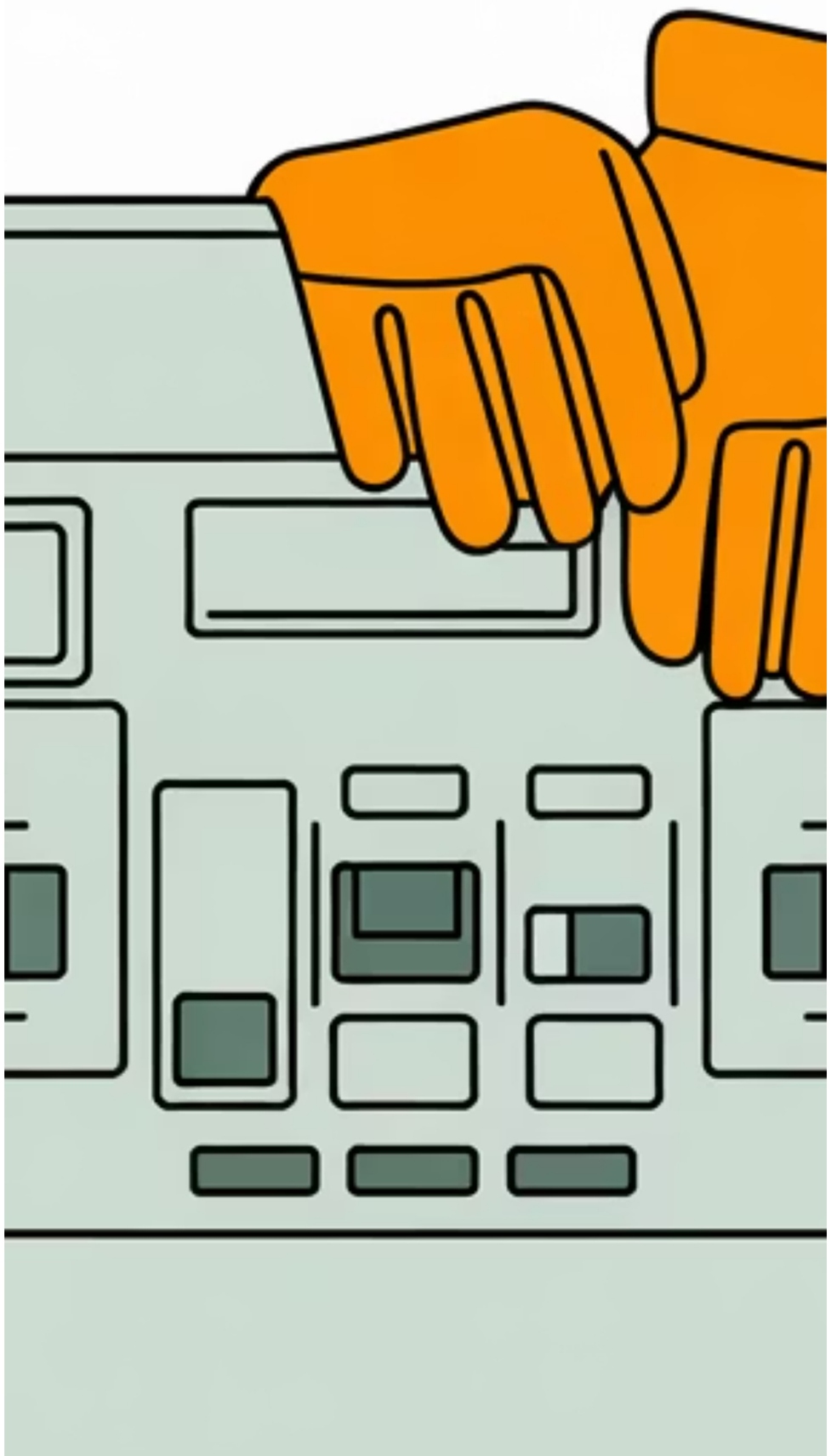
อุปกรณ์ป้องกันไฟฟ้าเกินพิกัด

ติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันการใช้กระแสไฟฟ้าเกินพิกัด (Circuit Breaker) หรืออุปกรณ์ป้องกันไฟฟ้ารั่ว (Residual Current Device: RCD/ELCB) ในวงจรไฟฟ้าต่างๆ เพื่อป้องกันไฟฟ้าลัดวงจร ไฟฟ้าเกิน และไฟฟ้าดูด

การต่อสายดิน

- ส่วนที่เป็นโลหะของตู้ควบคุมไฟฟ้า แผงสวิตช์ หรือโครงสร้างของเครื่องจักรที่มีกระแสไฟฟ้าเกี่ยวข้อง ต้องต่อสายดิน (Grounding) เข้ากับระบบสายดินของอาคารอย่างถูกต้อง เพื่อป้องกันไฟฟ้าดูด

- อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีเปลือกนอกเป็นโลหะ (เช่น สว่านไฟฟ้า, เครื่องเจียระไนมือ) ต้องต่อสายดิน หรือเป็นอุปกรณ์ที่ได้รับการออกแบบให้มีฉนวนสองชั้น (Double Insulated)



ฉนวนหุ้ม

เครื่องมือที่ใช้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับไฟฟ้า หรือสายไฟฟ้า ต้องมี ฉนวนหุ้มที่สมบูรณ์ ไม่ฉีกขาด หรือชำรุด

การตรวจสอบและบำรุงรักษา

- มีการตรวจสอบสภาพสายไฟฟ้า ปลั๊ก สวิตช์ และอุปกรณ์ไฟฟ้าเป็นประจำ

- เมื่อพบการชำรุด เสียหาย หรือมีกระแสไฟฟ้ารั่วไหล ต้องหยุดการใช้งานทันที และรีบเปลี่ยน หรือซ่อมแซมโดยช่างไฟฟ้าผู้เชี่ยวชาญ

มือแห้งเสมอ

ห้ามใช้เครื่องมือ หรืออุปกรณ์ไฟฟ้าขณะมือเปียกน้ำ หรือยืนอยู่ในบริเวณที่มีน้ำขัง เพราะน้ำเป็นสื่อนำไฟฟ้า อาจทำให้เกิดไฟฟ้าช็อตได้ง่าย

13. การจราจรและการจัดการพื้นที่จอดรถภายในบริษัทฯ

การจัดการการจราจรและที่จอดรถที่ดี ช่วยลดอุบัติเหตุจากการเคลื่อนที่ของยานพาหนะและคนเดินเท้า

ผู้ขับขี่ที่ได้รับอนุญาต

อนุญาตให้เฉพาะผู้ที่มี ใบอนุญาตขับขี่ถูกต้องตามกฎหมาย และได้รับอนุญาตจากบริษัทฯ เท่านั้น ที่สามารถขับขี่ยวดยานในบริเวณเขตก่อสร้างหรือพื้นที่ปฏิบัติงาน

จำกัดความเร็ว

- จำกัดความเร็วในเขตก่อสร้างหรือพื้นที่ภายในบริษัทฯ ที่ 20 กม./ชม. หรือตามที่ป้ายจราจรกำหนด
- ให้เคารพและปฏิบัติตามกฎที่ปรากฏบนป้ายจราจรต่างๆ อย่างเคร่งครัด

ห้ามขับขี่หวาดเสียว

ไม่อนุญาตให้ขับรถด้วยความประมาท หวาดเสียว แข่งขัน หรือกระทำการใดๆ ที่อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อบุคคลและทรัพย์สิน

การแซงอย่างปลอดภัย

อนุญาตให้ขับแซงในความเร็วที่กำหนด และในบริเวณที่ปลอดภัยเท่านั้น โดยต้องให้สัญญาณและตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีอันตราย

การเปิดไฟ

พนักงานขับรถยนต์และยานพาหนะทุกชนิดต้องเปิดไฟให้สว่างก่อนค่ำ หรือเมื่อทัศนวิสัยไม่ดี

คาดเข็มขัดนิรภัย

ขณะขับรถยนต์ พนักงานทุกคนต้อง คาดเข็มขัดนิรภัย และรถยนต์ทุกคันต้องติดตั้งเข็มขัดนิรภัยและอยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน

เส้นทางเดินรถและคนเดินเท้า

- ให้พนักงานเดินทางด้านขวามือบนถนนในเขตก่อสร้าง หรือตามที่กำหนดไว้ เพื่อให้สวนทางกับรถยนต์ที่วิ่งสวนกับพนักงาน
- พนักงานขับรถต้องปฏิบัติตามกฎที่ปรากฏบนป้ายจราจร และ ให้ทางกับผู้เดินเท้าบนถนน หรือในทางเดินเท้าที่กำหนดไว้เสมอ

ที่จอดรถ

- รถของพนักงานและผู้มาติดต่อ ให้จอดได้เฉพาะบริเวณหน้าอาคารสำนักงานต่างๆ ซึ่งจัดเป็นที่จอดรถไว้ให้แล้ว หรือจอดได้ในบริเวณพื้นที่ที่กำหนดให้จอด โดยมีป้ายจราจรอนุญาตให้จอดรถติดตั้งไว้ให้เห็นชัดเจน
- ห้ามจอดรถกีดขวางทางเข้า-ออก ทางหนีไฟ หรือในบริเวณที่ห้ามจอด

> **กฎจราจรทั่วไป**
>
> กฎระเบียบว่าด้วยการจราจรทั่วไปตามกฎหมายจราจร ให้มีผลบังคับใช้ในเขตก่อสร้างและพื้นที่ภายในบริษัทฯ ด้วยเช่นกัน

14. การป้องกันอัคคีภัยและการใช้งานเครื่องดับเพลิง

อัคคีภัยเป็นอันตรายร้ายแรงที่สามารถป้องกันได้ หากทุกคนมีความรู้และเตรียมพร้อม

การฝึกอบรม

ผู้รับจ้าง/ผู้รับเหมา และบริษัทฯ ต้องจัดฝึกอบรม การป้องกันและระงับอัคคีภัย รวมถึง แผนฉุกเฉินการอพยพหนีไฟ ให้กับพนักงานทุกคนอย่างสม่ำเสมอ

สัญญาณเตือนและเส้นทางหนีไฟ

- พนักงานทุกคนต้องทราบสถานที่ใกล้ที่สุดของ สัญญาณบอกเหตุเพลิงไหม้ (Fire Alarm) และรู้วิธีการใช้งานอย่างถูกต้อง
- พนักงานต้องทราบถึงชนิดต่างๆ ของสัญญาณบอกเหตุ เช่น สัญญาณไฟไหม้ สัญญาณอพยพ หรือภัยอื่นๆ
- ทุกคนต้องจดจำ เส้นทางหนีไฟ (Exit Route) ที่กำหนดไว้ได้อย่างแม่นยำ และทราบ จุดรวมพล (Assembly Point) ที่ปลอดภัย

เครื่องดับเพลิง

- พนักงานทุกคนต้องทราบสถานที่ที่ใกล้ที่สุดของ ถังดับเพลิง และรู้วิธีการใช้งานถังดับเพลิงที่ถูกต้อง (จำหลัก PASS: Pull, Aim, Squeeze, Sweep)
- เมื่อเกิดเพลิงไหม้ เครื่องดับเพลิงที่เหมาะสมที่ได้จัดติดตั้งไว้แล้วตามจุดต่างๆ ที่จำเป็น คือ เครื่องดับเพลิงชนิด ABC ขนาด 5-7 กก. ซึ่งสามารถใช้ดับเพลิงได้เกือบทุกประเภท ผู้ประสบเหตุต้องนำออกมาใช้ดับไฟทันทีหากเพลิงยังอยู่ในระยะเริ่มต้นและสามารถควบคุมได้

การจัดเก็บวัสดุไวไฟ

วัสดุไวไฟ (เช่น น้ำมัน, ทินเนอร์, สารเคมีไวไฟ, แก๊ส) ต้องเก็บให้ห่างจากแหล่งกำเนิดประกายไฟ (เช่น สะเก็ดไฟ, ความร้อน, การเชื่อม, การเจียระไน, เครื่องจักรที่เกิดความร้อน) อย่างน้อย 15 เมตร หรือในพื้นที่จัดเก็บที่ปลอดภัย มีการระบายอากาศดี และมีการควบคุมอุณหภูมิ

การเติมเชื้อเพลิง

เมื่อเติมน้ำมันให้กับเครื่องจักรและอุปกรณ์ต่างๆ จะต้อง ปิดเครื่อง หรือดับเครื่องยนต์นั้นๆ ก่อนเสมอ และต้องแน่ใจว่าเครื่องยนต์นั้นไม่ร้อน เพื่อป้องกันการระเบิดหรือไฟไหม้

การทิ้งบุหรี่

ทิ้งบุหรี่ในที่ที่จัดหาให้เท่านั้น ไม่ทิ้งในตะกร้า หรือถังขยะทั่วไป หรือในบริเวณที่อาจมีวัสดุไวไฟ

แผนที่สัญญาณเตือน

จุดและสถานที่ที่ติดตั้งสัญญาณบอกเหตุเพลิงไหม้ หรืออุปกรณ์ฉุกเฉินต่างๆ จะต้องติดประกาศบนบอร์ดของฝ่ายความปลอดภัย หรือบอร์ดประชาสัมพันธ์ที่เห็นได้ชัดเจน

15. อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล



อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลเป็นด่านสุดท้ายในการปกป้องคุณจากอันตราย พึงจำไว้ว่า PPE จะมีประสิทธิภาพก็ต่อเมื่อเลือกใช้ให้เหมาะสม สวมใส่ถูกวิธี และอยู่ในสภาพดี

ความรู้ความเข้าใจ

พนักงานทุกคนต้องทราบถึงสถานที่เก็บอุปกรณ์ความปลอดภัยแต่ละชนิด และวิธีการใช้งานอุปกรณ์นั้นอย่างถูกต้อง

หมวกนิรภัย (Safety Helmet)

หมวกนิรภัยต้องมีให้กับพนักงานทุกคน และต้องสวมใส่ตลอดเวลาเมื่ออยู่ในพื้นที่ที่กำหนด หรือพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการถูกวัตถุตกใส่ศีรษะ

อุปกรณ์ป้องกันตาและใบหน้า (Eye and Face Protection)

อุปกรณ์ป้องกันตา (แว่นตานิรภัย, แว่นครอบตา) และใบหน้า (กระบังหน้าเต็มส่วน) ต้องถูกนำมาใช้กับงานที่ดวงตาและใบหน้ามีโอกาสได้รับอันตราย เช่น งานเจียระไน, งานเชื่อม, งานตัด, งานขัด, งานที่สัมผัสสารเคมี, งานที่มีฝุ่นหรือเศษกระเด็น

รองเท้านิรภัย (Safety Footwear)

สวม รองเท้านิรภัย หนังหรือบู๊ทที่แข็งแรง มีหัวเหล็ก หรือหัวคอมโพสิท และพื้นกันลื่น/กันแทง ตลอดเวลาที่ทำงานในพื้นที่ที่กำหนด เพื่อป้องกันการบาดเจ็บจากของตกทับ ของมีคม หรือการเหยียบทับ

เครื่องป้องกันหู (Hearing Protection)

ใส่ ที่อุดหู (Earplugs) หรือ ที่ครอบหู (Earmuffs) เมื่อทำงานประเภทที่มีเสียงดังมากเกินกว่า 90 dB ณ ตำแหน่งทำงานที่ห่างจากจุดกำเนิดเสียง 1 เมตร หรือตามค่ามาตรฐานที่กำหนด เพื่อป้องกันการสูญเสียการได้ยิน

ถุงมือ (Gloves)

เลือกใช้ถุงมือให้เหมาะสมกับลักษณะงาน เช่น ถุงมือผ้าสำหรับงานทั่วไป, ถุงมือหนังสำหรับงานเชื่อม/ของมีคม, ถุงมือยาง/ไนไตรล์สำหรับงานสารเคมี

ชุดป้องกันอันตราย (Protective Clothing)

สวมชุดทำงานที่เหมาะสม สะอาด และปลอดภัย เช่น ชุดหมี, เสื้อแขนยาว

เข็มขัดนิรภัยและสายช่วยชีวิต (Safety Harness and Lanyard)

สวม เข็มขัดนิรภัยแบบเต็มตัว (Full Body Harness) และผูกยึดกับสายช่วยชีวิตในงานที่สูงเกินกว่า 4 เมตรหรือตามที่หัวหน้างาน/เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยกำหนด

เสื้อชูชีพ (Life Vest)

ในเรือข้ามฟาก หรือเรือขนส่ง หรือในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการตกน้ำ จะต้องมี เสื้อชูชีพ จัดไว้อย่างเพียงพอสำหรับคนโดยสารแต่ละคน และสามารถหยิบออกมาสวมได้ง่ายและสะดวก

16. อุปกรณ์และระบบป้องกันอันตรายที่ตัวเครื่องจักร/เครื่องมือ/อุปกรณ์

การติดตั้งและบำรุงรักษาอุปกรณ์ป้องกันอันตรายที่ตัวเครื่องจักร เป็นมาตรการควบคุมอันตรายที่มีประสิทธิภาพ

การติดตั้งอุปกรณ์ป้องกัน

ติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันอันตรายหรือทำรั้วกั้น (Guard) ในส่วนที่เคลื่อนไหวของเครื่องจักร/เครื่องมือ เช่น ส่วนหมุน ส่วนตัด ส่วนบด ส่วนอัด หรือจุดหนีบ ที่บุคคลอาจไปสัมผัสได้ในภาวะปกติ เพื่อป้องกันการบาดเจ็บจากการสัมผัสโดยตรง

ห้ามถอด/ปรับเปลี่ยน

ห้ามนำอุปกรณ์ป้องกันอันตรายของเครื่องจักร/เครื่องมือออกจากตัวเครื่องขณะปฏิบัติงานโดยเด็ดขาด หรือปรับเปลี่ยนอุปกรณ์ป้องกันโดยไม่ได้รับอนุญาต เพราะจะทำให้เครื่องจักรไม่มีความปลอดภัย

การติดตั้งกลับคืน

ก่อนการปฏิบัติงานทุกครั้ง ต้องนำอุปกรณ์ป้องกันอันตรายของเครื่องจักรที่ถูกถอดออกไปซ่อมบำรุง หรือเพื่อวัตถุประสงค์อื่น กลับมาติดตั้งให้เรียบร้อยและถูกต้อง ก่อนเริ่มเดินเครื่อง

การตรวจสอบก่อนใช้งาน

หากต้องใช้เครื่องมือประเภทมอเตอร์เจียร/ตัด หรือเครื่องมืออื่นๆ ที่มีอุปกรณ์ป้องกัน เช่น ฝาครอบ ใบมีด ต้องตรวจดูว่าฝาครอบ หรืออุปกรณ์ป้องกันอันตรายนั้นๆ มีอยู่ครบถ้วนและอยู่ในสภาพพร้อมใช้งานก่อนนำไปใช้งาน

17. ข้อห้ามสำหรับยาเสพติดและเครื่องดื่มมึนเมา

เพื่อให้เกิดสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ บริษัทฯ มีนโยบายที่เข้มงวดเกี่ยวกับยาเสพติดและเครื่องดื่มมึนเมา

นโยบายปลอดสารเสพติด

เป็นนโยบายของบริษัทฯ ที่จะ **ไม่ให้มีการซื้อ ขาย แลกเปลี่ยน ครอบครอง หรือใช้ยาเสพติดทุกชนิด** (รวมถึงสารระเหย) ในบริเวณเขตก่อสร้าง พื้นที่ทำงาน หรือบริเวณบริษัทฯ โดยเด็ดขาด

ข้อห้ามเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ห้ามขายสุรา และห้ามดื่มเครื่องดื่มที่ผสมแอลกอฮอล์ในเขตก่อสร้าง พื้นที่ทำงาน หรือบริเวณบริษัทฯ

สภาพความพร้อมในการทำงาน

ห้ามผู้อยู่ในสภาพมึนเมา (จากสุรา ยาเสพติด หรือยารักษาโรคที่มีผลข้างเคียงต่อสมาธิ) เข้ามาในเขตก่อสร้าง พื้นที่ทำงาน หรือเข้ามาปฏิบัติงานโดยเด็ดขาด เพราะจะทำให้ขาดสติ ขาดสมาธิ และเป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่น

18. มาตรการลงโทษและบทลงโทษกรณีฝ่าฝืน

บริษัทฯ ให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อความปลอดภัยและอาชีวอนามัยของพนักงานทุกคน การฝ่าฝืนกฎระเบียบด้านความปลอดภัยจะถือเป็นความผิดร้ายแรง

บทลงโทษ

- พนักงานบริษัทฯ และ/หรือพนักงานของผู้รับเหมา ที่ฝ่าฝืนหรือไม่ปฏิบัติตามคู่มือความปลอดภัยของบริษัทฯ ถือว่ามีความผิดตามกฎระเบียบและข้อบังคับด้านความปลอดภัยของบริษัทฯ
- ซึ่งจะได้รับโทษตั้งแต่ การว่ากล่าวตักเตือน, ภาคทัณฑ์, การพักงาน, การปรับ, จนถึงการเลิกจ้าง ตามระเบียบข้อบังคับของบริษัทฯ ว่าด้วยวินัยและการลงโทษพนักงาน และตามกฎหมายคุ้มครองแรงงาน (พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน พ.ศ. 2541 และกฎหมายที่เกี่ยวข้อง)

ความรับผิดชอบร่วมกัน

การกระทำใดๆ ที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง ผู้อื่น หรือทรัพย์สินของบริษัทฯ จะต้องได้รับการพิจารณาความรับผิดชอบอย่างจริงจัง

19. ขั้นตอนการรายงานอุบัติเหตุเหตุการณ์ต่างๆ และการสอบสวน

การรายงานอุบัติเหตุและเหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุอย่างรวดเร็วและถูกต้อง เป็นสิ่งสำคัญในการป้องกันไม่ให้เกิดซ้ำ

การรายงานเหตุการณ์

เหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่งต่อไปนี้ ต้องรายงานให้ผู้บังคับบัญชาโดยตรง ทราบทันที และต้องมีรายงานถึง แผนกความปลอดภัย ทราบโดยเร็วที่สุด:

- อุบัติเหตุที่ถึงขั้นหยุดงาน: (Lost Time Injury - LTI) คืออุบัติเหตุที่ทำให้พนักงานบาดเจ็บจนต้องหยุดงานตั้งแต่ 1 วันทำงานขึ้นไป
- อุบัติเหตุไม่ถึงขั้นหยุดงานแต่มีผู้ได้รับบาดเจ็บ: (Medical Treatment Case - MTC) คืออุบัติเหตุที่ทำให้พนักงานบาดเจ็บ และได้รับการรักษาพยาบาลที่โรงพยาบาล หรือคลินิก โดยไม่ต้องหยุดงาน
- อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับยานพาหนะ: (ภายในไซต์งานเท่านั้น) เช่น การชน การพลิกคว่ำ
- อุปกรณ์/เครื่องมือได้รับความเสียหายจากอุบัติเหตุ: เช่น เครื่องจักรเสียหายจากของตกทับ, อุปกรณ์หลุดมือแล้วแตกหัก
- ไฟไหม้: ไม่ว่าจะเป็นขนาดเล็กหรือใหญ่
- เหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุเล็กน้อย (First Aid Case - FAC): เช่น มีดบาดเล็กน้อย, สะเก็ดเข้าตาเล็กน้อยที่ไม่ต้องไปโรงพยาบาล
- เหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุ (Near Miss): เหตุการณ์ที่เกือบจะเกิดอุบัติเหตุขึ้น แต่โชคดีที่ไม่มีใครได้รับบาดเจ็บหรือทรัพย์สินเสียหาย เช่น ของเกือบตกใส่ศีรษะ, เกือบถูกรถชน
- การกระทำ/สภาพการณ์ที่ไม่ปลอดภัย (Unsafe Act/Unsafe Condition): พบเห็นการกระทำที่ไม่ปลอดภัยของเพื่อนร่วมงาน หรือสภาพแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัย (เช่น สายไฟเปลือย, บันไดชำรุด) ต้องรายงานให้เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยของบริษัทฯ ทราบทันที

การสอบสวนอุบัติเหตุ

ทุกอุบัติเหตุและเหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุ จะต้องมีการสอบสวนเพื่อหาสาเหตุที่แท้จริง และกำหนดมาตรการป้องกันแก้ไข เพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์ซ้ำอีก

20. การปฐมพยาบาลเบื้องต้นและขั้นตอนฉุกเฉิน

หากมีอุบัติเหตุเกิดขึ้น คุณอาจเป็นผู้ช่วยชีวิตผู้ที่ได้รับอุบัติเหตุ หรือบรรเทาอาการบาดเจ็บได้ด้วยวิธีการดังนี้:

ประเมินสถานการณ์ (Assess the Scene)

- ตรวจสอบความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุเป็นอันดับแรก ก่อนเข้าช่วยเหลือ (เช่น ยังมีอันตรายจากไฟฟ้า, ไฟไหม้, ของตกหรือไม่)
- ประเมินสภาพผู้บาดเจ็บ (เช่น ยังมีลมหายใจอยู่หรือไม่, มีสติหรือไม่
- ใครบาดเจ็บหนักที่สุด)

บทบาทของหัวหน้างานและเจ้าหน้าที่ความปลอดภัย

หัวหน้างานและเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยที่ผ่านการอบรมการปฐมพยาบาลเบื้องต้นอย่างถูกต้อง ให้ทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยเหลือคนแรก (First Aid Responder)

ตัดสินใจช่วยผู้ที่บาดเจ็บมากที่สุดก่อน (Prioritize Care)

ให้ความช่วยเหลือผู้ที่มีอาการรุนแรงที่สุด หรือผู้ที่อาการวิกฤตก่อน

การนำส่งโรงพยาบาล

- ถ้าเป็นอาการบาดเจ็บที่รุนแรง หรือเกินความสามารถในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องเตรียมรถเพื่อนำผู้บาดเจ็บส่งโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดทันที
- แจ้งเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลเกี่ยวกับลักษณะอุบัติเหตุและอาการบาดเจ็บเบื้องต้น

เบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน

ควรมีเบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน (เช่น 1669 รถพยาบาลฉุกเฉิน, เบอร์ติดต่อโรงพยาบาลใกล้เคียง, เบอร์เจ้าหน้าที่ความปลอดภัย, เบอร์หัวหน้างา ติดตั้งไว้ในจุดที่เห็นได้ชัดเจน

อุบัติภัยไม่ใช่เคราะห์กรรม เกิดจากการกระทำโดยประมาท คิดถึงความปลอดภัย ก่อนการทำงานทุกครั้ง และทำให้เป็นส่วนหนึ่งของทุกการกระทำ

จิตใจที่วิตกกังวล ความเจ็บป่วย การนอนหลับพักผ่อนที่ไม่เพียงพอ อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุกับท่านได้

การไม่ปฏิบัติตามกฎ และระเบียบในเรื่องความปลอดภัย อาจเป็นอันตรายต่อตัวท่านและผู้อื่นอย่างร้ายแรง

การกระทำที่ไม่ปลอดภัย เป็นสาเหตุหลักของอุบัติเหตุทั้งปวง

ป้องกันดีกว่าการแก้ไข คิดก่อนทำ จำใส่ใจปลอดภัยไว้ก่อน