แนวทางการสื่อสารด้านความปลอดภัย ประจำเดือนมกราคม 2566

โดยการสนทนาด้านความปลอดภัย (Safety Talk) หรือการบรรจุเป็นวาระแจ้งเพื่อทราบในการประชุม

คำอธิบายกิจกรรมการสนทนาด้านความปลอดภัย (Safety Talk)

เป็นกิจกรรมการสื่อสารความปลอดภัย โดยผู้สื่อสารต้องกำหนดหัวข้อสำหรับการสนทนาและใช้ระยะเวลาในการพูดคุย ประมาณ 10-15 นาที หรือตามความเหมาะสมก่อนเริ่มการประชุมหรือก่อนการปฏิบัติงาน เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงอันตรายที่แฝงอยู่ในสภาพแวดล้อมของการทำงาน เสริมสร้างความตระหนักและจิตสำนึกด้านความปลอดภัย รวมทั้งเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้วิธีการแก้ไขปัญหาและวิธีการปรับปรุงงานเพื่อให้เกิดความปลอดภัย

ศูนย์บริหารความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (COSHEM) จึงกำหนดหัวข้อในการสื่อสารให้กับส่วนงานนำไปใช้เป็นแนวทางในการดำเนินกิจกรรม ดังนี้

1. สัปดาห์ที่ 1: แจ้งเพื่อทราบประเด็น เที่ยวปีใหม่อย่างไรให้ปลอดภัย โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. เช็กสภาพรถก่อนออกเดินทาง
2. ศึกษาเส้นทางก่อนการเดินทาง
3. ตั้งสติก่อนสตาร์ท
4. ง่วงไม่ขับ พักผ่อนให้เพียงพอ
5. งดใช้โทรศัพท์ขณะขับรถ
6. ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
7. เคารพกฎจราจร

2. สัปดาห์ที่ 2: แจ้งเพื่อทราบประเด็น ล่องเรืออย่างปลอดภัย โดยมีรายละเอียด ดังนี้

วิธีป้องกัน

1. ตรวจสอบสภาพอากาศก่อนเที่ยว

ฟังพยากรณ์อากาศจากกรมอุตุนิยมวิทยา สอบถามผู้รู้ให้มากที่สุด หากมีพายุหรือมรสุม ไม่เหมาะกับการออกไปทำกิจกรรม ควรยกเลิกการเดินทางนั้นทันที

2. ประเมินความสามารถในการว่ายน้ำ

สำหรับผู้ที่ว่ายน้ำไม่เป็น ควรหลีกเลี่ยงการเดินทางเพียงลำพัง เมื่อลงเรือแล้วควรบอกผู้คุมเรือ หรือเจ้าหน้าที่ให้ทราบ

3. สวมใส่ชุดที่เหมาะสม

ควรเลือกชุดและรองเท้าที่ถอดออกได้ง่าย เช่น ชุดว่ายน้ำ รองเท้าแตะ ไม่แนะนำให้ใส่รองเท้าหุ้มข้อลงเรือ หากจำเป็นต้องใส่ ควรเลือกใส่รองเท้าหุ้มส้นแบบไม่มีเชือกผูก

4. จัดเตรียมห่วงยางและชูชีพให้พร้อม

ควรจัดเตรียมอุปกรณ์ช่วยเหลือ เช่น ห่วงยาง ชูชีพ สำหรับใช้ในยามฉุกเฉิน และควรจัดเตรียมให้เพียงพอกับจำนวนผู้โดยสาร หากมีโรคประจำตัว ต้องพกยาส่วนตัวไปด้วยทุกครั้ง

5. ไม่หอบสัมภาระเกินจำเป็น

ไม่ควรหอบหิ้วสัมภาระเยอะเกินไป ไม่พกสิ่งที่ไม่จำเป็นติดตัวไป หากเกิดเหตุฉุกเฉินเรือล่ม ต้องพร้อมที่จะทิ้งสัมภาระทันทีเพื่อช่วยเหลือตัวเองให้รอดชีวิต โดยไม่ต้องห่วงสัมภาระ

6. ตั้งใจฟังคำแนะนำด้านความปลอดภัย

เมื่อเจ้าหน้าที่บนเรือประกาศคำแนะนำ ข้อควรปฏิบัติบนเรือ และข้อห้ามต่าง ๆ โดยเฉพาะเรื่องความปลอดภัยระหว่างที่อยู่บนเรือ ต้องตั้งใจฟังและปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

. 7. ไม่ดื่มแอลกอฮอล์

เพราะแอลกอฮอล์ทำให้ขาดสติ และการรับรู้ไม่มีประสิทธิภาพ

8. ตรวจสอบสภาพแหล่งท่องเที่ยว

หากสถานที่นั้น ๆ เป็นบริเวณที่มีคลื่นสูง มีทรายดูด เป็นที่อาศัยของสัตว์มีพิษ เคยเกิดคลื่นน้ำทะเลดูด (Rip Current) หรือคลื่นซัดฝั่งอย่างรุนแรง ควรหลีกเลี่ยงการเล่นน้ำบริเวณดังกล่าว

ข้อปฏิบัติ

1. ตั้งสติ สวมอุปกรณ์ชูชีพ และถอดรองเท้า เข็มขัด หรือสิ่งของติดตัวที่จะถ่วงให้จมน้ำทิ้งทั้งหมด
2. พยายามคว้าสิ่งลอยน้ำเพื่อพยุงตัว หากไม่มีให้ถอดเสื้อหรือกางเกงทำเป็นโป่งลอยน้ำใช้พยุงตัวชั่วคราว
3. พยายามว่ายน้ำให้ห่างจากเรือและใบพัดให้มากที่สุด (ถ้าเรือจม เรือจะดูดมวลน้ำรอบ ๆ เรือ อาจทำให้โดนน้ำดูดลงไปด้วย)
4. เมื่อพ้นระยะอันตรายจากเรือและใบพัดแล้ว ให้พยุงตัวลอยตามน้ำ อย่าว่ายน้ำเข้าหาฝั่งเพราะอาจหมดแรงและจมน้ำได้
5. เมื่อเกิดอุบัติเหตุต้องช่วยตัวเองให้ปลอดภัยก่อน จึงจะช่วยเหลือผู้อื่น
6. ปล่อยตัวลอยตามน้ำจนกว่าจะมีเรือกู้ชีพหรือเรืออื่น ๆ เข้าช่วยเหลือ

3. สัปดาห์ที่ 3: แจ้งเพื่อทราบประเด็น นโยบายและแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2564 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

<u>นโยบายด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน</u>

1. มหาวิทยาลัยตระหนักและให้ความสำคัญกับความปลอดภัยของบุคลากร นักศึกษา ตลอดจนบุคคลภายนอกในการทำงาน ทั้งในส่วนของการวางแผน การดำเนินงาน และกิจกรรมต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย
2. มหาวิทยาลัยสนับสนุนการออกข้อบังคับ ประกาศ คำสั่ง มาตรการ และแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสมและสอดคล้องกับมาตรการทางกฎหมาย
3. มหาวิทยาลัยสนับสนุนให้มีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมในการทำงานที่เหมาะสม พัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกและโครงสร้างพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน
4. มหาวิทยาลัยสนับสนุนให้บุคลากร นักศึกษา ตลอดจนบุคคลภายนอกทุกคนปฏิบัติตามข้อบังคับ ประกาศ คำสั่ง มาตรการ และแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน
5. มหาวิทยาลัยสนับสนุนให้มีการใช้ทรัพยากรอย่างเหมาะสม และมีระบบการจัดการของเสียอันตรายที่มีประสิทธิภาพ
6. มหาวิทยาลัยสนับสนุนการเสริมสร้างจิตสำนึกและความรู้ความเข้าใจด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ถูกต้องให้แก่บุคลากรและนักศึกษา
7. มหาวิทยาลัยสนับสนุนให้มีระบบการประเมิน การจัดการ และการควบคุมความเสี่ยงในการทำงานทุกระดับอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง
8. มหาวิทยาลัยจะเสริมสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยและรักษาสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีให้กับบุคลากร นักศึกษา ตลอดจนบุคคลภายนอก
9. มหาวิทยาลัยส่งเสริมความร่วมมือกับชุมชนข้างเคียง เพื่อเสริมสร้างความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

<u>แนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน</u>

1. มหาวิทยาลัยกำหนดให้ความปลอดภัยในการทำงานถือเป็นหน้าที่รับผิดชอบร่วมกันของบุคลากร นักศึกษา และบุคคลภายนอกทุกคนในมหาวิทยาลัย

2. มหาวิทยาลัยสนับสนุนการฝึกอบรมและการจูงใจบุคลากร นักศึกษา และบุคคลภายนอกโดยเฉพาะผู้รับจ้าง ตลอดจนส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมวัฒนธรรมสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงานอย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง

3. มหาวิทยาลัยกำหนดให้บุคลากรและนักศึกษาที่ทำงานในห้องปฏิบัติการที่เกี่ยวข้องกับสารเคมี สารกัมมันตรังสี วัตถุชีวภาพ และความเสี่ยงอื่น ๆ จะต้องผ่านการฝึกอบรมตามที่มหาวิทยาลัยกำหนด โดยสามารถเบิกค่าใช้จ่ายจากส่วนงานต้นสังกัด

4. มหาวิทยาลัยกำหนดให้นำผลการดำเนินงานด้านความปลอดภัย และอาชีวอนามัยเป็นหลักเกณฑ์หนึ่งในการประเมินผลการปฏิบัติงาน

5. ผู้บริหารมหาวิทยาลัย ผู้บริหารส่วนงาน และหัวหน้าหน่วยงาน ต้องปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีและควบคุมให้มีการปฏิบัติตามข้อบังคับ ประกาศ คำสั่ง มาตรการ และแนวทางปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน รวมทั้งส่งเสริมความร่วมมือกับชุมชนข้างเคียงเพื่อเสริมสร้างความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

6. ส่วนงานต้องปรับปรุงและพัฒนาสภาพแวดล้อมในการทำงานตามพระราชบัญญัติความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน พ.ศ. ๒๕๕๔ หรือกฎหมายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องเป็นเกณฑ์ขั้นต่ำ

7. ส่วนงานต้องจัดให้มีคณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน ระดับส่วนงาน เพื่อกำกับดูแลงานด้านความปลอดภัยภายในส่วนงานตามนโยบายที่มหาวิทยาลัยกำหนด

8. ส่วนงานต้องจัดให้มีการประเมินผลการปฏิบัติงานตามข้อบังคับ ประกาศ คำสั่งมาตรการ และแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานตามแนวทางของมหาวิทยาลัย

9. บุคลากร นักศึกษา และบุคคลภายนอก ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น ตลอดจนทรัพย์สินของมหาวิทยาลัยเป็นสำคัญ

10. บุคลากร นักศึกษา และบุคคลภายนอกทุกคนมีหน้าที่ปฏิบัติตามข้อบังคับประกาศ คำสั่ง มาตรการ และแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานรวมทั้งมาตรฐานความปลอดภัยในการทำงานที่เกี่ยวข้อง

11. บุคลากรและนักศึกษาทุกคนมีหน้าที่ให้ความร่วมมือในโครงการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย

12. บุคลากรและนักศึกษาทุกคนมีส่วนร่วมเสนอความคิดเห็น ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงสภาพการทำงานและวิธีการทำงานให้ปลอดภัย

นโยบายและแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานของส่วนงานให้เป็นไปตามที่หัวหน้าส่วนงานกำหนดโดยจัดทำเป็นประกาศส่วนงาน และให้คำนึงถึงความเหมาะสม ความสอดคล้องกับประกาศนี้ และภารกิจของส่วนงานเป็นสำคัญ

4. **สัปดาห์ที่ 4**: แจ้งเพื่อทราบประเด็น วัฒนธรรมความปลอดภัย (Safety Culture) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

We Mahidol ทุกคนปลอดภัย ดูแลใส่ใจ ห่างไกลอุบัติเหตุ

Safety We CAREs

C : Caring everyone as Mahidol family ห่วงใยเสมือนทุกคนเป็นครอบครัวมหิดล

A : Awareness of safety in activitie ตระหนักถึงความปลอดภัยในทุกกิจกรรม

R : Remind friend of unsafe เพื่อนเตือนเพื่อน เมื่อไม่ปลอดภัย

E : Everyone goes home safely and healthy everyday ทุกคนปลอดภัยและสุขภาพอนามัยดี

S : Safety culture as a part of life วัฒนธรรมความปลอดภัยเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต

5. **สัปดาห์ที่ 5**: แจ้งเพื่อทราบประเด็น แผนงานด้านความปลอดภัยประจำปี โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนงานควรกำหนดแผนงานด้านความปลอดภัย เช่น แผนยุทธศาสตร์ แผนปฏิบัติการ เป็นต้น โดยเชื่อมโยงกับนโยบายด้านความปลอดภัยของมหาวิทยาลัยและส่วนงาน ทั้งนี้ ลักษณะของแผนงานควรมีการปฏิบัติที่เป็นไปในแนวทางเดียวกันอย่างจริงจัง ในเรื่องของระบบการบริหารจัดการ ระบบการรายงาน ระบบกำกับดูแล และระบบการตรวจติดตามแผนปฏิบัติการ โดยประกอบด้วยกิจกรรมต่าง ๆ ด้านความปลอดภัย การสื่อสารให้บุคลากรทุกระดับรับทราบ การเพิ่มพูนความรู้และฝึกทักษะด้านความปลอดภัยอย่างสม่ำเสมอ

1. การเฝ้าระวังด้านสิ่งแวดล้อมและสุขภาพ

1.1 การตรวจวัดสภาพแวดล้อมในการทำงาน

- ด้านกายภาพ เช่น ความร้อน แสง เสียง รังสี
- ด้านเคมี เช่น ฟอร์มัลดีไฮด์ VOC
- ด้านชีวภาพ เช่น เชื้อจุลชีพก่อโรค เชื้อรา แบคทีเรีย
- ด้านการยศาสตร์

1.2 การตรวจสุขภาพ

- การตรวจสุขภาพประจำปี เป็นการตรวจสุขภาพทั่วไป เพื่อทราบผลสุขภาพทั่วไปของบุคลากรภายในส่วนงาน และสามารถนำมาใช้เป็นข้อมูลในการจัดโครงการหรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของบุคลากรภายในส่วนงาน เช่น การวัดความดันโลหิตและชีพจร การวัดค่าดัชนีมวลกาย ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด
- การตรวจสุขภาพตามปัจจัยเสี่ยง หมายถึง การตรวจสุขภาพร่างกายตามลักษณะอันตรายที่ผู้ปฏิบัติงานได้รับหรือเกี่ยวข้องขณะปฏิบัติงานแล้วอาจทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยหรือเป็นโรคจากการทำงาน ซึ่งการกำหนดรายการการตรวจสุขภาพตามปัจจัยเสี่ยงจำเป็นต้องทราบปัจจัยเสี่ยงที่ผู้ปฏิบัติงานสัมผัส เช่น สารเคมี วัสดุกัมมันตรังสี ฝุ่น เสียงดัง ความร้อน ฯลฯ

2. การเตรียมความพร้อมและการตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน

การเตรียมความพร้อมและตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน ส่วนงานควรดำเนินการให้ครอบคลุมทั้งการจัดการความพร้อม ขั้นตอนการตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน และการจัดทำแผนป้องกันและตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน เพื่อลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากสถานการณ์ฉุกเฉินภายในส่วนงาน ซึ่งประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้

- อุปกรณ์สำหรับตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน
- แผนป้องกันภาวะฉุกเฉินที่เป็นรูปธรรม มีขั้นตอนปฏิบัติ ผู้รับผิดชอบ และอุปกรณ์ที่พร้อมรับมือเหตุฉุกเฉิน
- ซ้อมตอบโต้ภาวะฉุกเฉินที่เหมาะสมกับส่วนงาน
- การตรวจสอบพื้นที่และสถานที่เพื่อพร้อมตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน
- การตรวจสอบเครื่องมือและอุปกรณ์พร้อมตอบโต้ภาวะฉุกเฉินอย่างสม่ำเสมอ
- มีขั้นตอนการจัดการเบื้องต้นเพื่อตอบโต้ภาวะฉุกเฉินที่เป็นรูปธรรม เช่น การแจ้งเหตุภายในส่วนงาน การแจ้งเหตุภายนอกส่วนงาน การแจ้งเตือน การอพยพ เป็นต้น

ตัวอย่างแผนตอบโต้เหตุฉุกเฉิน

- แผนตอบโต้อัคคีภัย
- แผนตอบโต้อุทกภัย
- แผนตอบโต้อุบัติเหตุ
- แผนตอบโต้วัตถุไวไฟ/วัตถุมีพิษรั่วไหล
- แผนตอบโต้การโจรกรรม/วินาศกรรม/ก่อการร้าย/การชุมนุมประท้วง
- แผนอื่น ๆ