



อันตรายภายนอกอาคาร ในช่วงฤดูฝน



อุบัติเหตุฟ้าผ่า

วิธีป้องกันตัวจากการถูกฟ้าผ่า

1. ถ้านอนในที่โล่งแจ้ง ให้นั่งชันเข่า ชูกศรษะเข้าไประหว่างเข่า เขย่งเท้า เพื่อลดพื้นที่สัมผัสกับพื้นให้น้อยที่สุด อย่างอ่อนหมอบกับพื้น เพราะกระแสไฟฟ้าอาจวิ่งตามพื้นได้
2. อย่ายืนใต้ต้นไม้หรืออยู่ในที่สูงหรือใกล้ที่สูง
3. ไม่ใช้โทรศัพท์มือถือหรือถือร่มที่มีปลายเป็นเหล็กแหลมในพื้นที่โล่ง
4. ถ้าอยู่ในอาคาร ให้อยู่นางจากผนัง ประตูหน้าต่าง หรือถ้าอยู่ในรถ ให้ปิดกระจกให้มิดชิด แต่อย่าสัมผัสกับตัวถังรถ
5. เลี่ยงสัมผัสน้ำและโลหะทุกชนิด
6. อยู่ห่างจากเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ไม่ถอดสาย (ห้ามถอดสายไฟขณะมีฝนฟ้าคะนองแล้ว)

อุบัติเหตุลื่น สะดุด ล้ม

1. กำจัดสิ่งกีดขวาง บริเวณทางเดิน และบันได
2. จัดเก็บสายไฟ สายโทรศัพท์ หรือสายเคเบิลอื่น ๆ ให้เป็นระเบียบ
3. ควรจับราวบันได ขณะเดินขึ้น-ลง บันได
4. ควรติดไฟส่องสว่างเวลากลางคืน บริเวณทางเดิน ห้องน้ำ เป็นต้น
5. หลีกเลี่ยงการถือสิ่งของที่บดบังเส้นทางเดินหรือถือของมากเกินไปจนหนักเกินไปทำให้ขาดสมดุลขณะเดิน
6. ระวังพื้นที่มีระดับต่างกัน อาจติดด้วยเทปสีแตกต่าง เพื่อให้สังเกตเห็นง่าย
7. บ้านที่มีผู้สูงอายุ ควรติดราวจับภายในห้องน้ำ เพื่อช่วยในการพยุงร่างกาย



อุบัติเหตุจราจร

1. ลดความเร็ว เพื่อให้ยางจะยึดเกาะถนนได้ดีขึ้น
2. เพิ่มระยะห่างจากรถคันอื่นให้มากขึ้น
3. ในขณะที่เลี้ยวให้ลดความเร็วลงก่อนที่จะเลี้ยวและรักษาความเร็วให้คงที่ตลอดการเลี้ยว
4. ตรวจสอบยางอย่างน้อยเดือนละครั้งให้แน่ใจว่ายางมีดอกยางเหลือเพียงพอและมีแรงดันลมยางเหมาะสม
5. เลือกยางที่ให้การยึดเกาะถนนสูงสุดในสภาพอากาศที่เปียกชื้น





แนวทางการฝึกซ้อมดับเพลิงและฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ

กรณีดำเนินการฝึกซ้อมเอง
ภายในส่วนงาน

“ ส่วนงานกำหนดสถานการณ์จำลองและวันที่จะดำเนินการฝึกซ้อม พร้อมจัดเตรียมข้อมูลแผนฝึกซ้อมดับเพลิงและแผนฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ ”

จัดส่งข้อมูลดังกล่าว มายังศูนย์บริหารความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (COSHEM) ก่อนการฝึกซ้อมไม่น้อยกว่า ๔๕ วัน

“ ศูนย์ COSHEM พิจารณาและจัดส่งข้อมูลดังกล่าว ไปยังสำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานประจำพื้นที่ เพื่อให้ความเห็นชอบ ”

เห็นชอบ

ไม่เห็นชอบ

ส่วนงานดำเนินการแก้ไขข้อมูล และจัดส่งข้อมูลมายัง ศูนย์ COSHEM ภายใน ๑๕ วัน

ส่วนงานดำเนินการฝึกซ้อมดับเพลิงและฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ

“ ส่วนงานจัดทำแบบรายงานผลการฝึกซ้อมดับเพลิงและฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ ส่งมายังศูนย์ COSHEM ภายใน ๑๕ วัน นับแต่วันที่เสร็จสิ้น ”

ศูนย์ COSHEM ดำเนินการแจ้งรายงาน ต่อสำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน ประจำพื้นที่

กรณีดำเนินการฝึกซ้อม โดยหน่วยงานฝึกอบรมดับเพลิงและฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ



หน่วยฝึกอบรมเป็นผู้แจ้งรายงานแผนฝึกซ้อมดับเพลิง และฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ ก่อนการฝึกอบรมต่อกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน

ส่วนงานร่วมกับหน่วยฝึกอบรม ดำเนินการฝึกซ้อมตามแผนฯ และสถานการณ์ที่กำหนดไว้



หน่วยฝึกอบรม



จัดทำผลการฝึกซ้อมและจัดส่งให้กับส่วนงาน



ส่วนงานจัดทำแบบรายงานผลการฝึกซ้อมดับเพลิงและฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ พร้อมแนบเอกสารผลการฝึกซ้อม (ที่หน่วยฝึกอบรมออกให้) ส่งมายังศูนย์ COSHEM ภายใน ๑๕ วัน นับแต่วันที่เสร็จสิ้น



ศูนย์ COSHEM ดำเนินการแจ้งรายงาน ต่อสำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน ประจำพื้นที่



ปั่นจักรยาน อย่างไร ให้ปลอดภัย ไร้อุบัติเหตุ



- 1 ปั่นจักรยานบนถนนให้ถูกตำแหน่งให้ปั่นชิดฝั่งซ้ายมือของถนนตลอดเวลา
- 2 การปั่นจักรยานผ่านแยก โดยปกติมักปั่นอยู่ทางซ้ายของถนน ดาร์เบี่ยงตัวออกมาทางขวา เล็กน้อยจนอยู่กลางเลน โดยก่อนที่จะเบี่ยงตัวออกมาดาร์หันไปมองรถยนต์ที่วิ่งตามข้างหลัง
- 3 ปั่นจักรยานให้ผู้ร่วมถนนคาดเดาได้ง่าย ไม่ปั่นล่ายไปมา ไม่ปั่นเบี่ยงเข้า-ออก เลนบ่อยๆ พยายามใช้ความเร็วต่อเนื่องจะดีกว่าแรงๆ หยุดๆ และก่อนจะเลี้ยว ชะลอความเร็ว หรือจอด ดาร์ให้สัญญาณมือให้ชัดเจน



- 4 ปฏิบัติตามป้ายและสัญญาณจราจร
- 5 ดาร์มองไปข้างหน้าและหลังไกลๆ เป็นระยะ
- 6 มือดาร์อยู่บนแฮนด์ พร้อมใช้เบรกเสมอ

- 7 เมื่อต้องปั่นผ่านรถยนต์ที่จอดขวางทาง ไม่ดาร์แซงจากทางซ้าย ถึงแม้จะมีช่องให้ลอดไปได้ เวลาแซงจากทางขวาให้เว้นช่วงห่างกับประตูรถราวๆ 1 เมตร โดยให้สัญญาณรถข้างหลัง ก่อนแซงว่าเราจะขึ้นแซง
- 8 เมื่อต้องแซงรถที่ช้ากว่าจักรยาน ให้แซงจากด้านนอก อาจจะเป็นช่องกลางถนนระหว่างรถที่ติดและเลือกช่องที่มีขนาดกว้างเพื่อแทรกตัวขึ้นไป การแซงจากด้านนอก (ด้านขวา) จะทำให้คนขับรถระวังมากกว่า และมองเห็นเราได้ง่ายกว่า
- 9 ในพื้นที่หรือเส้นทางที่ทำทางสำหรับจักรยาน ดาร์ปั่นจักรยานบนทางจักรยานเสมอ

รู้จักอุบัติเหตุ



คำนิยาม : ความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน คือ การกระทำหรือสภาพการทำงาน ซึ่งปลอดภัยจากเหตุอันจะทำให้เกิดการประสพอันตรายต่อชีวิต ร่างกาย จิตใจหรือสุขภาพอนามัยอันเนื่องมาจากการทำงานหรือเกี่ยวกับการทำงาน

อันตราย คือ สภาวะการณ์ที่มีเหตุอันจะทำให้เกิดความสูญเสีย

อุบัติเหตุ คือ เหตุการณ์ที่ไม่มีผู้ใดตั้งใจให้เกิด เมื่อเกิดขึ้นแล้วมีผลทำให้เกิด การบาดเจ็บ หรือเสียชีวิต หรือทรัพย์สินเสียหาย

เหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุ คือ เหตุการณ์ที่ไม่มีผู้ใดตั้งใจให้เกิด เมื่อเกิดแล้วไม่มี ผลของการบาดเจ็บ หรือเสียชีวิต หรือทรัพย์สินเสียหาย

ประสพอันตราย คือ การที่ลูกจ้างได้รับอันตรายแก่กายหรือผลกระทบบก่จิตใจ หรือถึงแก่ความตายเนื่องมาจากการทำงาน หรือป้องกันรักษาประโยชน์ให้แก่ นายจ้างหรือตามคำสั่ง ของนายจ้าง

อุบัติเหตุจากการทำงานมีสาเหตุมาจาก

การปฏิบัติงานที่ไม่ปลอดภัย
(Unsafe Act)

- การทำงานที่มีอัตราเร่งความเร็วของงานและเครื่องจักรเกินกำหนด
- การถอดอุปกรณ์ป้องกันออกจากเครื่องจักรโดยไม่มีเหตุอันสมควรสมควร
- การดูแลซ่อมบำรุงอุปกรณ์เครื่องจักรในขณะที่กำลังทำงาน
- การใช้เครื่องมืออุปกรณ์เครื่องจักรที่ชำรุดและไม่ถูกวิธี
- ไม่ใส่ใจในคำแนะนำหรือคำเตือนความปลอดภัย
- ไม่สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล
- การศึกษาค้นองหรือเล่นตลกขณะทำงาน
- การยกเคลื่อนย้ายวัตถุหนักด้วยท่าทางที่ไม่ถูกต้อง



สภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย
(Unsafe Condition)

- เครื่องจักรไม่มีอุปกรณ์ป้องกันอันตราย
- อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องจักรที่ออกแบบไม่เหมาะสมกับการใช้งาน
- บริเวณพื้นที่ของการปฏิบัติงานไม่เหมาะสม
- การจัดเก็บวัสดุสิ่งของอย่างไม่ถูกวิธี
- การจัดเก็บสารเคมีหรือสารไวไฟที่เป็นอันตรายไม่ถูกวิธี
- ไม่มีการจัดระเบียบและดูแลความสะอาดของสถานที่ทำงาน ให้ถูกต้องตามสุขลักษณะ
- แสงสว่างไม่เพียงพอ
- ไม่มีระบบระบายและถ่ายเทอากาศที่เหมาะสม
- ไม่มีระบบเตือนภัยที่เหมาะสม

