

คู่มือ
ความปลอดภัย
ปลดภัย
ในการทำงาน



สารบัญ

คำศัพท์เกี่ยวกับเรื่องความปลอดภัย	2
สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุและ การเจ็บป่วยจากการทำงาน	3
การสูญเสียเนื่องจากการเกิดอุบัติเหตุ	4
หลัก 3E ในการป้องกันอุบัติเหตุ	5
กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน เกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง เสียง พ.ศ. 2559	6
หมวดที่ 1 ความร้อน	7
หมวดที่ 2 แสงสว่าง	7
หมวดที่ 3 เสียง	8
หมวดที่ 4 อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล	9

ความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า	10
ความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูง	13
ความปลอดภัยในการใช้นั่งร้าน (Scaffolding)	16
กฎกระทรวง	22
กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และการจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานในที่อับอากาศ พ.ศ. 2562	
หน้าที่ความรับผิดชอบสำหรับผู้ปฏิบัติงาน	23
วัตถุประสงค์ของการอบรมด้านความปลอดภัย	24
อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน	
ระเบียบข้อบังคับความปลอดภัยในการทำงาน	25
ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องสังเกตและปฏิบัติตามป้ายห้าม	31
ป้ายเตือนอย่างเคร่งครัด	
ความปลอดภัยเริ่มต้นที่ตัวคุณ	33



คำศัพท์ เกี่ยวกับเรื่อง ความปลอดภัย



»»» Incident อุบัติการณ์

เหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้น
ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้วมีผลทำให้เกิด
อุบัติเหตุ (accident) หรือ
เหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุ
(nearmiss)



»»» Accident อุบัติเหตุ

เหตุการณ์ไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้น
อย่างไม่ตั้งใจในเวลาและสถานที่
แห่งหนึ่ง โดยไม่ทราบล่วงหน้า
และส่งผลกระทบต่อคน
สิ่งแวดลอม และทรัพย์สิน

สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุและการเจ็บป่วยจากการทำงาน



1 ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

มักเกิดกับบุคคลที่เข้าทำงานใหม่ ขาดความรู้ความเข้าใจในกระบวนการปฏิบัติงานและการทำงานของเครื่องมือเครื่องจักร จึงเป็นสาเหตุทำให้เกิดอุบัติเหตุได้

4 สภาพจิตใจของบุคคล

สภาพจิตใจของผู้ปฏิบัติงานไม่อยู่ในสภาวะปกติ ขาดความความตั้งใจในการทำงาน ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ในขณะที่ทำงานได้ เช่น ตื่นเต้นง่าย ขวัญอ่อน ตกใจง่าย เป็นต้น

2 ความประมาท

ผู้ปฏิบัติงานขาดความตระหนักในเรื่องความปลอดภัย มีพฤติกรรมในการทำงานที่ไม่เหมาะสม เช่น หยอกล้อกัน ใช้เครื่องมือในการทำงานที่ไม่ถูกต้อง เป็นต้น

5 การใช้เครื่องมือเครื่องจักรที่ไม่เหมาะสม

เครื่องมือเครื่องจักรที่ใช้ชำรุด การใช้เครื่องมือไม่เหมาะสมกับประเภทของงานหรือปราศจากอุปกรณ์ป้องกันอันตราย รวมถึงไม่มีการบำรุงรักษาเครื่องมือตามระยะเวลาที่กำหนด

3 สภาพร่างกายของบุคคล

สภาพร่างกายของผู้ปฏิบัติงานขาดความพร้อมในการทำงาน เช่น อ่อนเพลีย เมื่อยล้า มึนเมา ขาดการพักผ่อนที่เพียงพอ หรือมีโรคประจำตัว ซึ่งอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้

6 สภาพแวดล้อมในการทำงานที่ไม่ปลอดภัย

สภาพแวดล้อมในการปฏิบัติงานที่ไม่ปลอดภัย เช่น แสงสว่างไม่เพียงพอ มีเสียงดังเกินเกณฑ์มาตรฐานกำหนด หรือมีสิ่งกีดขวางทางเดิน เป็นต้น ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงานลดลง และสามารถก่อให้เกิดอันตรายได้



การสูญเสียเนื่องจาก การเกิดอุบัติเหตุ

**1. การสูญเสียทางตรง เป็น
ผลกระทบที่เกิดกับร่างกาย
และทรัพย์สินที่เกี่ยวกับผู้ได้รับ
บาดเจ็บโดยตรง นอกจากนี้
อาจทำให้ผู้อื่นได้รับบาดเจ็บ
หรืออันตรายด้วย**

- ▬ ได้รับบาดเจ็บ พิการ หรือเสียชีวิต
- ▬ อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องจักร หรือทรัพย์สินเสียหาย
- ▬ ค่ารักษาพยาบาล
- ▬ ค่าทำขวัญ
- ▬ ค่าทำศพ

**2. การสูญเสียทางอ้อม
เป็นผลกระทบด้านอื่น ๆ**

- ▬ สูญเสียเวลาการทำงานของผู้บาดเจ็บ
- ▬ สูญเสียขวัญกำลังใจในการทำงาน
- ▬ สูญเสียเวลาในการจัดหาบุคลากรมาทำงาน
แทนผู้บาดเจ็บ
- ▬ ค่าใช้จ่ายในการซ่อมแซมเครื่องจักร
- ▬ สินค้าได้รับความเสียหาย
- ▬ กระบวนการผลิตขัดข้อง
- ▬ ผลผลิตช้าลง
- ▬ สูญเสียเวลาทางการแพทย์ที่ต้องช่วยเหลือ
ผู้บาดเจ็บ
- ▬ มีค่าใช้จ่ายเรื่องสวัสดิการต่าง ๆ ของผู้บาดเจ็บ
- ▬ สูญเสียชื่อเสียง



หลัก 3E ในการป้องกัน อุบัติเหตุ



E ตัวแรก คือ Engineering

คือ การใช้ความรู้ด้านวิศวกรรมศาสตร์ในการคำนวณต่าง ๆ การออกแบบเครื่องจักรให้มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับการใช้งาน สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัย รวมถึงการวางแผนโรงงาน ระบบไฟฟ้า การระบายอากาศ เป็นต้น

E ตัวที่สอง คือ Education

คือ คือ การให้ความรู้ การฝึกอบรม เกี่ยวกับการป้องกันอุบัติเหตุ การสร้างเสริมความปลอดภัย รวมถึงกฎระเบียบต่าง ๆ ด้านความปลอดภัยที่ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตาม เพื่อให้สามารถทำงานได้อย่างปลอดภัย



E ตัวที่สาม คือ Enforcement

คือ การกำหนดขั้นตอนการทำงานอย่างปลอดภัย รวมถึงมาตรการควบคุม พร้อมทั้งประกาศให้ผู้ปฏิบัติงานทุกคนรับทราบ หากมีผู้ฝ่าฝืนหรือไม่ปฏิบัติตาม จะต้องมีการลงโทษ เพื่อให้เกิดสำนึก และหลีกเลี่ยงการกระทำที่ไม่ถูกต้องหรือก่อให้เกิดอันตรายได้



กฎกระทรวง

กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการ ด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง เสียง พ.ศ. 2559



ลักษณะการทำงาน

“งานเบา” คือ ลักษณะงานที่ใช้แรงน้อย หรือใช้กำลังงานที่ทำให้เกิดการเผาผลาญอาหารในร่างกายไม่เกิน 200 กิโลแคลอรีต่อชั่วโมง เช่น งานเขียนหนังสือ เป็นต้น



“งานปานกลาง” คือ ลักษณะงานที่ใช้แรงปานกลางหรือใช้กำลังงานที่ทำให้เกิดการเผาผลาญอาหารในร่างกายเกิน 200-350 กิโลแคลอรีต่อชั่วโมง เช่น งานยก ลาก ดัน เป็นต้น



“งานหนัก” คือ ลักษณะงานที่ใช้แรงมาก หรือใช้กำลังงานที่ทำให้เกิดการเผาผลาญอาหารเกิน 350 กิโลแคลอรีต่อชั่วโมง เช่น งานเจาะไม้ เนื้อแข็ง เป็นต้น



หมวด 1 ความร้อน

ลูกจ้าง
ทำงานในลักษณะ
งานเบา
ต้องมีมาตรฐาน
ระดับความร้อน
ไม่เกินค่าเฉลี่ย

34

องศาเซลเซียส

ลูกจ้าง
ทำงานในลักษณะ
งานปานกลาง
ต้องมีมาตรฐาน
ระดับความร้อน
ไม่เกินค่าเฉลี่ย

32

องศาเซลเซียส

ลูกจ้าง
ทำงานในลักษณะ
งานหนัก
ต้องมีมาตรฐาน
ระดับความร้อน
ไม่เกินค่าเฉลี่ย

30

องศาเซลเซียส

กรณีที่ภายในสถานประกอบ
กิจการมีระดับความร้อนเกิน
มาตรฐานที่กำหนดนายจ้างต้อง
ดำเนินการปรับปรุงหรือแก้ไขสภาวะ
การทำงานให้ระดับความร้อนไม่เกิน
มาตรฐาน



หมวด 2 แสงสว่าง

- นายจ้างต้องจัดให้
สถานประกอบกิจการมีความ
เข้มของแสงสว่างให้เพียงพอต่อ
การทำงานไม่ต่ำกว่ามาตรฐานตาม
กฎกระทรวงตลอดระยะเวลาการทำงาน
- ในกรณีที่ต้องทำงานในสถานที่
มืด ทึบ คับแคบ นายจ้างต้องจัดให้
ลูกจ้างสวมหมวกนิรภัย
ที่มีอุปกรณ์ส่องแสงสว่าง

หมวด 3 เสียง



นายจ้างต้องควบคุมระดับเสียงที่ลูกจ้างได้รับเฉลี่ยตลอดเวลาการทำงานในแต่ละวันไม่เกินมาตรฐานที่ได้กำหนดไว้



ในบริเวณที่มีระดับเสียงเกินมาตรฐานที่กำหนด นายจ้างต้องจัดให้มีเครื่องหมายเตือนให้ใช้อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลติดไว้ให้เห็นชัดเจน



ในกรณีที่สภาวะการทำงานมีระดับเสียงเฉลี่ยตลอดเวลาการทำงาน 8 ชั่วโมง ตั้งแต่ 85 dB (A) ขึ้นไป นายจ้างต้องจัดทำมาตรการอนุรักษ์การได้ยิน





หมวกนิรภัย (Safety Helmet)

ใช้สำหรับป้องกันศีรษะที่เกิดจากการกระแทก หรือมีสิ่งของตกหล่นในขณะปฏิบัติงาน



แว่นตานิรภัย (Safety Glasses)

ใช้สำหรับป้องกันดวงตาจากเศษฝุ่น เศษโลหะ สารเคมีที่อาจโดนดวงตาในขณะปฏิบัติงาน



ถุงมือนิรภัย (Safety Gloves)

ใช้สำหรับป้องกันมือจากของมีคม ความร้อน การสัมผัสสารเคมีที่อาจระคายเคืองหรือบาดเจ็บได้



รองเท้านิรภัย (Safety Shoes)

ใช้สำหรับป้องกันอันตรายจากการทำงานในพื้นที่เสี่ยงต่อการกระแทก หรือถูกสิ่งของที่มีน้ำหนักมากตกใส่เท้า



ปลั๊กลดเสียง (Ear Plugs)

ใช้สำหรับป้องกันหูจากการรับสัมผัสเสียงที่ดังมากกว่าปกติในพื้นที่ปฏิบัติงาน เป็นเวลานาน



เข็มขัดนิรภัย (Safety Harness)

ใช้สำหรับการทำงานบนที่สูง เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ปฏิบัติงานตกลงมาด้านล่าง หากเกิดอุบัติเหตุ

ความปลอดภัย ในการใช้ อุปกรณ์ไฟฟ้า

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับไฟฟ้า



ไฟฟ้า คือ อะไร ? :

“ไฟฟ้า” เป็นพลังงานรูปหนึ่ง ที่สามารถเปลี่ยนพลังงานเป็นรูปแบบอื่นได้ มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับอิเล็กตรอนหรือโปรตอนซึ่งก่อให้เกิดพลังงานอื่น เช่น ความร้อน แสงสว่าง การเคลื่อนที่

ชนิดของพลังงานไฟฟ้า :

พลังงานไฟฟ้าแบ่งเป็น 2 ชนิด ใหญ่ ๆ คือ

1. ไฟฟ้าสถิต เกิดจากการเสียดสีของวัตถุ 2 ชนิด โดยพลังงานไฟฟ้าจะเก็บอยู่ในวัตถุ เช่น การใช้แท่งอำพันถูกับวัตถุ
2. ไฟฟ้ากระแส เกิดจากการไหลของอิเล็กตรอนภายในตัวนำไฟฟ้า จากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง แบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ
 - 2.1 ไฟฟ้ากระแสตรง
 - 2.2 ไฟฟ้ากระแสสลับ

อันตรายจากไฟฟ้า (Electrical Hazard)

ลักษณะอันตราย
จากไฟฟ้า



กฎที่ต้องปฏิบัติ

แผงไฟที่ใช้กับ เครื่องตัด, ดัด

- 1) แผงไฟจะต้องต่อหลักดินอย่างถูกต้องและแน่นหนา
- 2) สายไฟจะต้องเป็นสายฉนวน 2 ชั้น VCT, NYY และเหมาะสมกับเครื่องตัด, ดัด
- 3) เครื่องตัด, ดัด จะต้องต่อหลักดินอย่างถูกต้องและแน่นหนา
- 4) สวิตช์เปิด - ปิดเครื่องตัด, ดัด จะต้องอยู่ในสภาพที่ดีและปลอดภัย ไม่ชำรุด
- 5) เมื่อเลิกใช้งานจะต้องปิดสวิตช์ที่แผงไฟทันที

VCT

NYN

แผงไฟที่ใช้กับตู้เชื่อม

- 1) แผงไฟจะต้องต่อหลักดินอย่างถูกต้องและแน่นหนา
- 2) สายไฟจะต้องเป็นสายฉนวน 2 ชั้น VCT, NYY และเหมาะสมกับตู้เชื่อม
- 3) สายไฟหลังตู้เชื่อมจะต้องเป็นสายฉนวน 2 ชั้น และต่ออย่างถูกต้องแน่นหนา
- 4) จุดต่อสายไฟจะต้องพันด้วยเทปพันสายไฟอย่างแน่นหนา
- 5) เครื่องเชื่อมทุกชนิดจะต้องต่อหลักดินอย่างถูกต้องและแน่นหนา
- 6) สวิตช์เปิด - ปิด เครื่องเชื่อมจะต้องไม่ชำรุด
- 7) จุดปรับแรงไฟ ลดไฟเชื่อมจะต้องไม่ชำรุด
- 8) สายไฟเชื่อมและสายดิน (Ground) หน้าตู้เชื่อมจะต้องต่อด้วยหางปลา อย่างเหมาะสมและพันจุดต่อด้วยเทปพันสายไฟอย่างแน่นหนา
- 9) การใช้งานแผงไฟฟ้าและอุปกรณ์ประกอบ รวมถึงชนิด ประเภทของสายไฟฟ้า ที่ใช้งานในหน่วยงาน ต้องมีการตรวจสอบสม่ำเสมอ



แผงไฟ ที่ใช้งานทั่วไป

- 1) แผงไฟจะต้องต่อหลักดินอย่างถูกต้องและแน่นหนา
- 2) สายไฟจะต้องเป็นสายฉนวน 2 ชั้น
- 3) ปลั๊กไฟทุกตัวจะต้องต่อผ่านสวิตช์ตัดไฟอัตโนมัติ (ELCB)
- 4) แผงไฟทุกแผงจะต้องมีการตรวจสอบทุกวันโดย ช่างไฟฟ้า
- 5) เมื่อเลิกใช้งานจะต้องปิดสวิตช์ที่แผงจ่ายไฟทันที

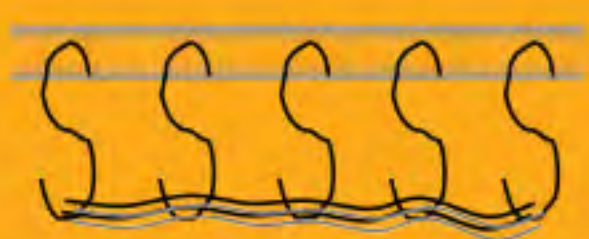


ข้อแนะนำ

- 1) สายไฟและสายดิน (GROUND) ต้องไม่วางขวางทาง เพราะจะทำให้เกิดการสะดุดหรือหกล้มแก่บุคคลอื่นๆ ได้ เมื่อเลิกใช้งานแล้วต้องม้วนเก็บไว้ให้เรียบร้อย
 - 1.1) เดินสายใช้เสารูปตัววาย (Y) ปักกับพื้น
 - 1.2) เดินสายใช้ห่วงรูปตัวเอส (S) แขนงกับ Pipe
 - 1.3) เดินสายโดยใช้ราง/ร่องเพื่อจัดให้สายวางอยู่ในแนวเดียวกัน
- 2) ต้องแต่งตัวให้รัดกุมเรียบร้อย
- 3) การต่อสายดินต้องต่อให้แน่น ข้อต่ออยู่ในสภาพดี
- 4) การลากสายไฟที่ดี



เดินสายใช้เสารูปตัววาย



เดินสายใช้เสารูปตัวเอส

ความปลอดภัย ในการทำงาน บนที่สูง

การกระทำที่ไม่ปลอดภัย
ในการทำงานบนที่สูง



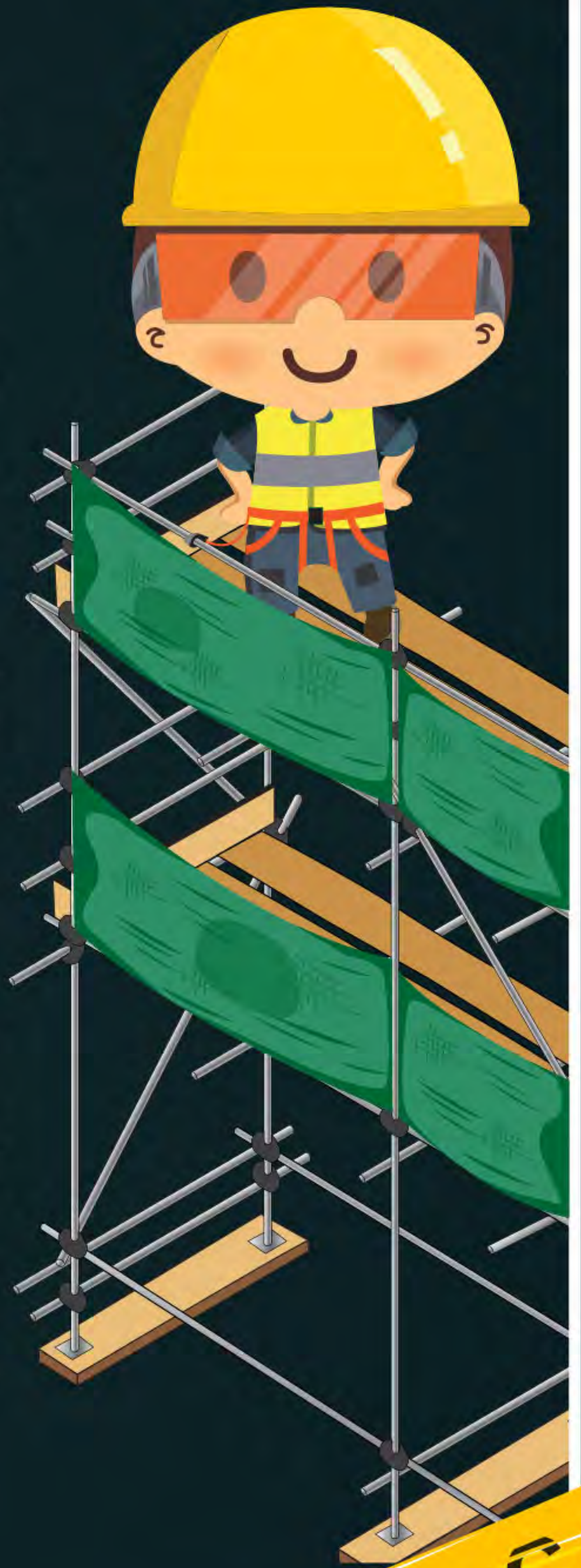
1 พื้นที่ปฏิบัติงานที่สูงตั้งแต่ 2 เมตรขึ้นไป และเป็นที่เปิดมีอันตรายต่อการพลัดตก ผู้ควบคุมงานต้องออกแบบและจัดเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ป้องกันการพลัดตกของผู้ปฏิบัติงานก่อนเริ่มงาน

- ▶ 1.1 จัดทำราวกันตกความสูงประมาณ 90-110 ซม. ป้องกันการพลัดตกในบริเวณที่มีผู้ปฏิบัติงานเข้าใช้พื้นที่
- ▶ 1.2 จัดทำ Platform หรือนั่งร้านสำหรับพื้นที่ปฏิบัติงาน ห้ามปีนป่าย ยืนหรือเดินในที่ที่ไม่ได้จัดไว้ให้

2 พื้นที่ปฏิบัติงานที่สูงตั้งแต่ 4 เมตรขึ้นไป และเป็นที่เปิดมีอันตรายต่อการพลัดตกควรปฏิบัติเพิ่มเติมดังนี้

- ▶ 2.1 ผู้ปฏิบัติงานต้องใช้เข็มขัดนิรภัยร่วมกับสายช่วยชีวิตหรือจุดเกี่ยวที่มั่นคงแข็งแรงในขณะปฏิบัติงาน
- ▶ 2.2 ตรวจสอบให้มีการใช้อุปกรณ์ป้องกันการพลัดตกจากที่สูง และจัดทำที่ยึดตรึงไว้กับส่วนหนึ่งของโครงสร้าง

- ▶ 2.3 จัดทำมาตรการป้องกันการกระเด็น ตกหล่นของวัสดุ หรือพลัดตกของผู้ปฏิบัติงาน โดยใช้แผงกันผ้าใบหรือตาข่ายปิดกัน โดยมีวิศวกรควบคุมงานเป็นผู้กำหนดวิธีการจัดทำ



3

พื้นที่ปฏิบัติงานที่เป็นบ่อ ถังที่อาจทำให้ผู้ปฏิบัติงานพลัดตกลงไปได้ ผู้ควบคุมงานต้องจัดทำรั้วกันที่มีความสูงประมาณ 90-110 เซนติเมตร

4

พื้นที่ปฏิบัติงานบนที่สูง ถ้ามีช่องเปิด (Block out) ต้องจัดทำฝาปิดหรือรั้วกัน และติดป้ายเตือนให้เห็นชัดเจนโดยที่

4.1 ช่องเปิดขนาดไม่เกิน 0.80 x 0.80 เมตร ต้องจัดทำฝาปิดที่แข็งแรง รับน้ำหนักผู้ปฏิบัติงานได้

4.2 ช่องเปิดขนาดใหญ่กว่า 0.80 x 0.80 เมตร ต้องจัดทำราวกันตกที่แข็งแรง และทาสีขาว-แดง

5

พื้นที่ปฏิบัติงานที่ต่างระดับกัน อาจมีวัสดุตกหล่น ต้องปิดกันเขตพื้นที่ด้านล่างด้วยธงราวขาว-แดง หรืออุปกรณ์ปิดกันชั่วคราว โดยแสดงคำเตือนหรือห้ามไม่ให้ผู้ที่ไม่เกี่ยวข้องผ่านเข้า-ออก

6

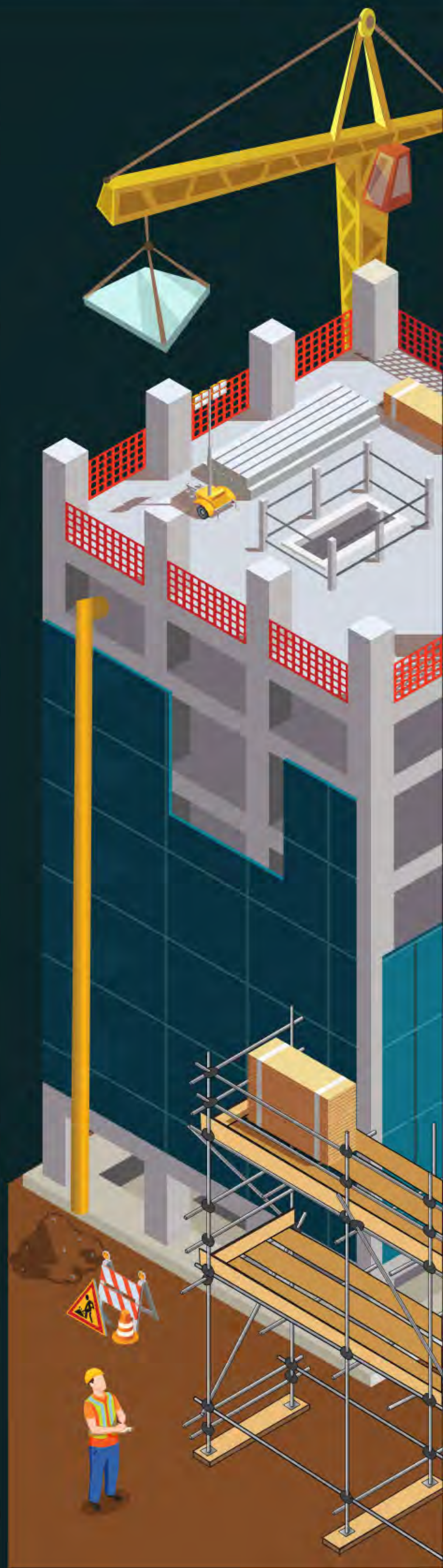
พื้นที่ปฏิบัติงานชั่วคราว เช่น นั่งร้าน ห้ามนำวัสดุอุปกรณ์มาจัดเก็บหรือวาง เนื่องจากไม่ได้ออกแบบเพื่อรองรับน้ำหนักของวัสดุอุปกรณ์นั้น ๆ

7

การลำเลียงเศษวัสดุเหลือใช้ลงจากที่สูงต้องจัดทำรางปล่อย หรือเครื่องมือลำเลียงลงมา ห้ามโยนหรือทิ้งลงมาโดยเด็ดขาด

8

ผู้ควบคุมงานต้องตรวจสอบให้จัดเก็บทำความสะอาดในพื้นที่การทำงานบนที่สูงอยู่เสมอ



ความปลอดภัย ในการใช้นั่งร้าน (Scaffolding)



นั่งร้าน เป็นโครงสร้างชั่วคราวที่ใช้ในงานก่อสร้าง สำหรับขึ้นไปปฏิบัติงานบนที่สูงเป็นที่รองรับของผู้ปฏิบัติงานและวัสดุในงานก่อสร้าง เป็นการชั่วคราวเท่านั้น วัสดุที่ใช้ทำนั่งร้านควรเป็นวัสดุที่มีความแข็งแรง ทนทาน เช่น เหล็กท่อ



กฎที่ต้องปฏิบัติ

1 ในพื้นที่ปฏิบัติงานที่มีความสูงตั้งแต่ 2 เมตรขึ้นไป ควรจัดทำอุปกรณ์ยึดโยง เพื่อเกี่ยวคล้องเข็มขัดนิรภัย ให้แก่ผู้ปฏิบัติงานได้ และต้องจัดให้มีนั่งร้านที่ได้มาตรฐานก่อนเริ่มงาน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานสามารถนำไปใช้งานได้อย่างปลอดภัย

2 นั่งร้านที่สูงตั้งแต่ 21 เมตรขึ้นไป ต้องได้รับการออกแบบโครงสร้างการรับน้ำหนัก โดยวิศวกรโยธาที่ได้รับใบอนุญาตเป็นผู้ประกอบวิชาชีพวิศวกรรม (กว.) ตามที่สภาวิศวกรกำหนด

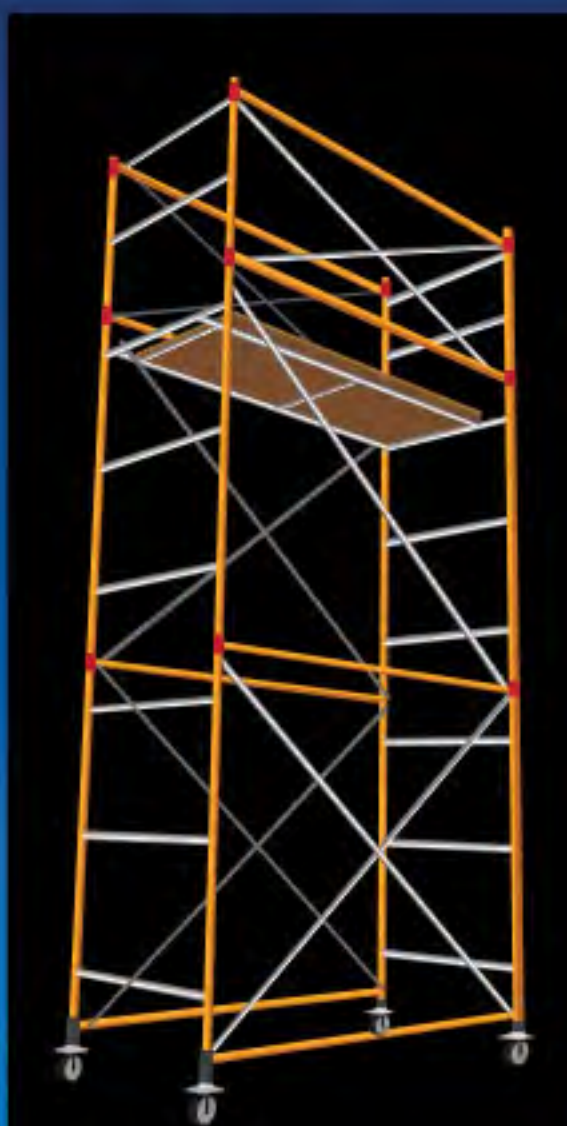
3 พื้นที่ปฏิบัติงานของนั่งร้านต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม.

4 พื้นรองรับขาตั้งและข้อต่อของนั่งร้าน ต้องมีความแข็งแรงพอที่จะรับน้ำหนักของนั่งร้านชนิดนั้นๆ ได้ และอยู่ในสภาพที่ดีมีความมั่นคง ไม่สั่นคลอนขณะปฏิบัติงาน และควรผ่านการตรวจสอบจากวิศวกรที่มีความชำนาญอยู่เสมอ

5 ต้องตรวจสอบอุปกรณ์นั่งร้านทุกครั้งก่อนเริ่มใช้งาน หากอุปกรณ์ชำรุด ห้ามนำมาใช้อย่างเด็ดขาด

6 พื้นทางเดินต้องวางและยึดอย่างมั่นคงกับโครงสร้างของนั่งร้าน

7 พื้นนั่งร้านต้องใช้ไม้เนื้อแข็งสภาพสมบูรณ์ ไม่ผุกร่อน และไม่ควรใช้เหล็กที่มีน้ำหนักมากมาใช้เป็นพื้นนั่งร้าน



1



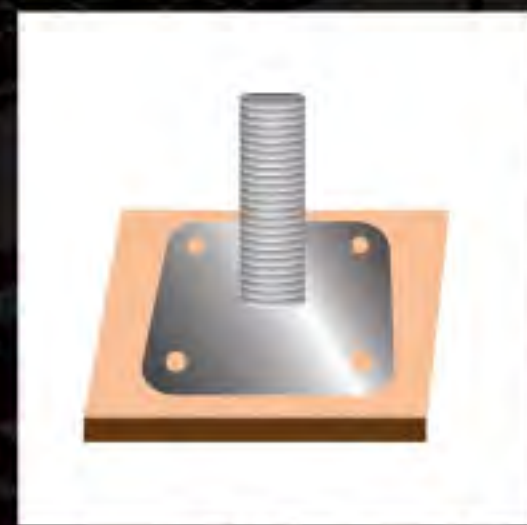
2



3



4



6



7





8

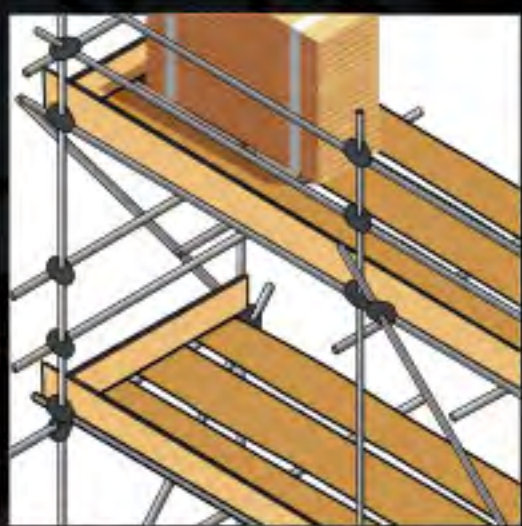
9



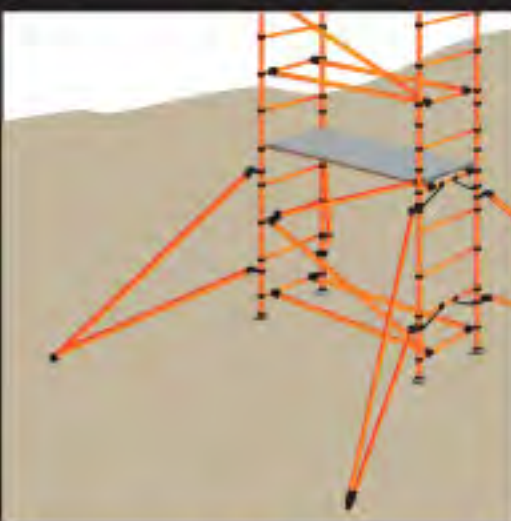
10



11



13



14



15



8 เสาค้ำยันนั่งร้านต้องตั้งให้ได้ฉากกับแนวระดับ

9 ชั้นส่วนของนั่งร้านที่ยื่นจากตัวนั่งร้านต้องไม่เกิน 15-20 ซม.

10 นั่งร้านที่สูงกว่า 2 เมตร ต้องมีราวกันตก โดยมีความสูงจากพื้นนั่งร้านแต่ละชั้นไม่ต่ำกว่า 90 เซนติเมตร และสูงไม่เกิน 110 เซนติเมตร ทุกชั้นของนั่งร้าน

11 ต้องจัดทำแผ่นกันเท้าสูง 10 ซม. เพื่อป้องกันวัสดุตกหล่นหรืออาจมีเศษวัสดุกระเด็นตกลงไปบริเวณขอบอาคารได้

12 ในกรณีที่พื้นนั่งร้านลื่น หรือนั่งร้านชำรุดต้องทำการแก้ไขทันที ก่อนปฏิบัติงาน ต้องมีผู้ตรวจสอบดูแลให้พื้นนั่งร้านอยู่ในสภาพพร้อมใช้งานเสมอ

13 โครงนั่งร้านต้องมีการยึดโยงค้ำยัน เพื่อป้องกันไม่ให้นั่งร้านเอียงหรือล้ม ในกรณีที่ต้องทำงานใกล้สายไฟที่ไม่มีฉนวนหุ้ม หรืออุปกรณ์ไฟฟ้าต้องดำเนินการจัดให้มีการหุ้มฉนวนที่เหมาะสม

14 ต้องมีการตรวจสอบสภาพนั่งร้านทุกสัปดาห์พร้อมมีใบตรวจสอบและติดประกาศการตรวจสอบที่บริเวณทางขึ้นลงของนั่งร้านทุกครั้ง

15 นั่งร้านที่มีความสูงตั้งแต่ 6 เมตรขึ้นไปและติดตั้งใกล้กับถนน หรือทางเดินสาธารณะ ผู้ควบคุมงานต้องพิจารณาใช้ผ้าใบกันฝุ่น หรือตาข่ายกรองแสง (Shading net) ปิดหุ้มนั่งร้านทั้งหมด

ข้อปฏิบัติเบื้องต้น ในการติดตั้งนั่งร้าน



Scaffolding Basic Working Instructions

ชุดติดตั้งนั่งร้าน (Scaffolder Team)

ต้องผ่านการอบรมการติดตั้งนั่งร้าน เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการติดตั้งและรื้อถอนอย่างปลอดภัยก่อนเริ่มปฏิบัติงาน



1

ผู้ควบคุมงาน (Scaffold Supervisor)

ต้องเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ และให้คำแนะนำขั้นตอนการติดตั้งนั่งร้าน อย่างปลอดภัยให้กับผู้ปฏิบัติงานทุกคนทราบ

2



ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้อง สวมใส่อุปกรณ์คุ้มครอง ความปลอดภัยส่วนบุคคล (PPE)

โดยเฉพาะเข็มขัดนิรภัยต้องสวมใส่ และเกี่ยวคล้องเสมอ เมื่อทำงานบนที่สูง ตั้งแต่ 2 เมตรขึ้นไป



3

เครื่องมือที่ใช้ประกอบติดตั้ง นั่งร้าน

ต้องใช้เฉพาะเครื่องมือที่ออกแบบมา โดยเฉพาะสำหรับติดตั้งนั่งร้านเท่านั้น

4



ข้อแนะนำในการเลือก อุปกรณ์นั่งร้าน (Scaffolding Materials)

1

ท่อนั่งร้าน (Scaffolding Tubes)

ต้องเป็นท่อเหล็กเหนียว ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางรอบนอกไม่น้อยกว่า 48.6 เซนติเมตร ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มิลลิเมตร และมีสภาพสมบูรณ์

2

พื้นไม้กระดาน (Scaffolding Board/ Walk plank)

ต้องเป็นไม้เนื้อแข็ง หนาอย่างน้อย 1.5 นิ้ว กว้าง 8 นิ้ว

3

ประกับยึด (Coupler/Scaffolding Clamp)

ควรผ่านมาตรฐานมอก.
(TIS)

5

ฐานรับแรง (Base plate/Soleplate)

อยู่ในสภาพดี

6

ข้อต่อ (Joint Pin)

อยู่ในสภาพดี

7

ล้อเลื่อน (Wheel)

ต้องเป็นชนิดติดห้ามล้อได้

8

บริเวณฐานด้านล่างต้องมีการรองด้วยแผ่นรองกระจายน้ำหนักลงสู่พื้นดินของเสาทุกต้น



ชนิดของ นั่งร้าน

Type of Scaffolding



1



โครงสร้างเหล็กชนิด
("A" Frame Type)

2



โครงสร้างเหล็กแบบใช้ท่อเหล็ก
(Scaffolding Pipe tubes)

3



ชนิดเคลื่อนที่
(Mobile Scaffolding)

4



ชนิดแขวน
(Suspended Scaffolding)

กฎกระทรวง

กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ
และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย
และสภาพแวดล้อมในการทำงานในที่อับอากาศ
พ.ศ. 2562

“ที่อับอากาศ” คือ ที่ซึ่งมีทางเข้าออกจำกัดและไม่ได้
ออกแบบไว้สำหรับเป็นสถานที่ทำงานอย่างต่อเนื่องเป็นประจำ
และมีสภาพอันตรายหรือมีบรรยากาศอันตราย เช่น อุโมงค์
ถ้ำ บ่อ หลุม ห้องใต้ดิน ห้องนิรภัย ถังน้ำมัน ถังหมัก ถัง ไส้โล
ท่อ เตา ภาชนะ หรือสิ่งอื่นที่มีลักษณะคล้ายกัน

ข้อควรปฏิบัติในการปฏิบัติงานในที่อับอากาศ มีดังนี้

1. จัดให้มีป้าย “ที่อับอากาศ อันตราย ห้ามเข้า” มีขนาดมองเห็น
ได้ชัดเจน ติดไว้บริเวณทางเข้า-ออกที่อับอากาศ
2. ผู้ปฏิบัติงานต้องได้รับการฝึกอบรมความปลอดภัยในการ
ทำงานในที่อับอากาศ
3. ห้ามผู้ปฏิบัติงานที่เป็นโรคเกี่ยวกับทางเดินหายใจ โรคหัวใจ
หรือโรคอื่นที่แพทย์เห็นว่าเป็นอันตรายในการเข้าไปในที่อับอากาศ
โดยเด็ดขาด
4. จัดให้มีการตรวจวัด และบันทึกผลการตรวจวัด และประเมิน
สภาพอากาศในที่อับอากาศทั้งก่อน และระหว่างปฏิบัติงาน
5. สวมใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลสำหรับ
ปฏิบัติงานในที่อับอากาศทุกครั้ง
6. จัดให้มีแผนการปฏิบัติงาน แผนการป้องกันอันตรายที่
อาจเกิดขึ้น และแผนช่วยเหลือผู้ปฏิบัติงานในกรณีเหตุฉุกเฉิน
7. ปิดกั้นบริเวณพื้นที่อับอากาศเพื่อไม่ให้บุคคลใดเข้าไปใน
บริเวณนั้น เพื่อป้องกันการตกลงไปในที่อับอากาศ
8. จัดให้มีบริเวณทางเดิน หรือทางเข้าออกให้สะดวกและ
ปลอดภัย

การทำงานในพื้นที่อับอากาศต้องผ่านการฝึกอบรมหลักสูตร
ความปลอดภัยในการทำงานในที่อับอากาศ ซึ่งมี 4 ผู้ ได้แก่

1. ผู้อนุญาต

2. ผู้ควบคุมงาน

3. ผู้ช่วยเหลือ

4. ผู้ปฏิบัติงาน



หน้าที่ความรับผิดชอบ

ของพนักงาน / ผู้ปฏิบัติงาน / ผู้รับเหมา

1

ผู้ปฏิบัติงานต้องทำงานด้วยความตระหนักและมีจิตสำนึกด้านความปลอดภัยอยู่เสมอ

2

ผู้ปฏิบัติงานต้องรายงานสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย เครื่องมือเครื่องจักรและอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลที่ชำรุดต่อผู้ควบคุมงาน

3

ผู้ปฏิบัติงานต้องเอาใจใส่และปฏิบัติตามกฎข้อบังคับด้านความปลอดภัยในการทำงาน

4

ผู้ปฏิบัติงานต้องให้ความร่วมมือในการปฏิบัติตามข้อบังคับด้านความปลอดภัยฯ

5

หากผู้ปฏิบัติงานมีข้อคิดเห็นด้านความปลอดภัยสามารถเสนอแนะหรือแจ้งต่อผู้ควบคุมงานได้

6

ผู้ปฏิบัติงานต้องสวมใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล และแต่งกายให้เหมาะสมกับงานตลอดระยะเวลาปฏิบัติงาน

7

ผู้ปฏิบัติงานต้องไม่เสี่ยงกับการทำงานที่ไม่เข้าใจ ทุกคนต้องเข้าใจถึงการทำงานที่ปลอดภัยก่อนเริ่มปฏิบัติงาน

8

ผู้ปฏิบัติงานต้องศึกษาอันตรายของงานที่ปฏิบัติเพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น





วัตถุประสงค์ การอบรม ด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อม ในการทำงาน

1. เพื่อควบคุมให้เกิดระเบียบใน
การปฏิบัติงาน
2. เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุจาก
การทำงาน
3. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานตระหนักถึง
ความปลอดภัยในการทำงาน
4. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานมีความรู้
ความเข้าใจ เกี่ยวกับความ
ปลอดภัยในการทำงาน
5. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานเข้าใจวิธีการ
ทำงานที่ถูกต้อง และปลอดภัย
6. เพื่อลดความเสียหายที่อาจเกิดขึ้น
จากอุบัติเหตุในการปฏิบัติงาน

ระเบียบข้อบังคับ ความปลอดภัย ในการทำงาน

1 ผู้ปฏิบัติงานต้องสวมใส่
อุปกรณ์คุ้มครองความ
ปลอดภัยส่วนบุคคล
ขณะปฏิบัติงานตลอดเวลา

กลุ่ม
อุปกรณ์
ปกป้องศีรษะ

กลุ่ม
อุปกรณ์
ปกป้องใบหน้า
และดวงตา

กลุ่ม
อุปกรณ์
ปกป้องลำตัว

กลุ่ม
อุปกรณ์
ปกป้องแขน
และมือ

กลุ่ม
อุปกรณ์
ปกป้องขา
และเท้า

กลุ่ม
อุปกรณ์
ป้องกันการตก



อุปกรณ์ป้องกัน ศีรษะ



หมวกนิรภัย สวมใส่เพื่อป้องกันวัตถุตกหรือกระเด็นใส่ศีรษะ ซึ่งศีรษะและสมองเป็นส่วนที่บอบบางมากเนื่องจากมีผิวหนังที่ห่อหุ้มด้านนอกบางกว่าอวัยวะส่วนอื่น เมื่อเกิดการกระทบกระเทือน แม้เพียงเล็กน้อยอาจจะมีผลถึงขั้นพิการและเสียชีวิตได้

รองเท้านิรภัย/ รองเท้าหุ้มส้น



ในหน่วยงานบังคับให้สวมใส่รองเท้านิรภัย โดยขึ้นอยู่กับประเภทและลักษณะของงาน โดยถ้าเป็นรองเท้านิรภัยจะประกอบด้วยเหล็กครอบที่บริเวณนิ้วเท้าในส่วนฝ่าเท้า จะมีแผ่นเหล็กรองพื้นอีกชั้นหนึ่ง

อุปกรณ์ป้องกัน ดวงตาและใบหน้า



แว่นตานิรภัย สวมใส่เพื่อป้องกันฝุ่นเศษวัสดุปลิวเข้าดวงตา โดยแว่นตานิรภัยจะแตกต่างจากแว่นธรรมดา เพราะว่าบริเวณด้านข้างจะมีแผ่นพลาสติกยื่นปิดด้านข้างรับกับใบหน้า แต่แว่นนิรภัยไม่สามารถใช้ป้องกันสะเก็ดจากการเจีย แต่งขึ้นงานได้เนื่องจากสะเก็ดสามารถแทรกผ่านดวงตาได้



2 ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องสวมใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัย ส่วนบุคคลเฉพาะงานตามที่หน่วยงานกำหนด

3 ห้ามหยอกล้อเล่นกันในขณะที่ปฏิบัติงานหรืออยู่ในพื้นที่ทำงาน

4 ห้ามผู้ปฏิบัติงานดื่มสุรา เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิดในพื้นที่ปฏิบัติงานโดยเด็ดขาด

5 ผู้ปฏิบัติงานต้องแต่งกายเรียบร้อย และรัดกุม



ผู้ชาย



ผู้หญิง



6 ห้ามผู้ปฏิบัติงานพกพาอาวุธ
เข้ามาในพื้นที่ปฏิบัติงาน

7 ห้ามผู้ปฏิบัติงานจุดไฟบริเวณ
พื้นที่ปฏิบัติงาน ยกเว้นกรณีที่ได้รับ
อนุญาตในการประกอบการทำงาน
ที่ใช้ความร้อน เช่น งานตัดโลหะ

8 ผู้ปฏิบัติงานต้องสูบบุหรี่ใน
บริเวณพื้นที่ที่จัดเตรียมไว้ให้เท่านั้น

9 กรณีทำงานเสาเข็มเจาะ
ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎ
ระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความ
ปลอดภัยในการทำงานเสาเข็มเจาะ
อย่างเคร่งครัด

» ต้องมีการสำรวจสาธารณูปโภค
ก่อนที่จะมีการเจาะเสาเข็ม

» ผู้ควบคุมงานต้องทำการขนถ่าย
ดินหรือเศษวัสดุที่ขุดทุกวัน

» ผู้ควบคุมต้องตรวจสอบบริเวณ
พื้นที่เครื่องจักรให้มีความมั่นคง

10 กรณีทำงานเชื่อม ผู้ปฏิบัติ
งานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ
ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยใน
การทำงานเชื่อม

» ต้องใส่ กระบังหน้าเชื่อม ถุงมือ
เชื่อม ปลอกแขนกันสะเก็ดไฟ

» ต้องตรวจสอบสายไฟเชื่อม หรือ
ตู้เชื่อมไม่ให้อยู่ใกล้บริเวณที่มีน้ำขัง

» จัดพื้นที่ให้มีอากาศถ่ายเทขณะ
ทำงานเชื่อม

» มีผ้าแยงกันสะเก็ดไฟรองขณะ
ทำการเชื่อม





11 กรณีทำงานตัดด้วยแก๊ส ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการทำงานตัดด้วยแก๊ส

- » ต้องตรวจสอบสายถังลมและแก๊สทุกครั้ง
- » ติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันไฟย้อนกลับ (Flashback arrestor)
- » การตัดต่อท่อลมแก๊ส หัวปรับความดันต้องใช้อุปกรณ์รัดท่อก๊าซ (Hose Clamping Device)
- » การใช้ถังแก๊ส ต้องวางตั้งตรงและมัดยึดด้วยวัสดุแข็งแรง

12 กรณีทำงานเจีย ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการทำงานเจีย

- » ต้องใส่อุปกรณ์กำบังใบหน้า เช่น กระบังหน้า
- » เมื่อเลิกใช้งานหรือไม่ใช้งานแล้ว ต้องถอดปลั๊กทุกครั้ง
- » มีแสงกันประกายไฟกระเด็น
- » มีฝ้ายางกันสะเก็ดไฟรองขณะทำการเจีย

13 ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า

- » ห้ามใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าขณะเปียกน้ำ
- » เมื่อพบสายไฟชำรุดต้องแก้ไขทันที
- » ห้ามซ่อมแซม หรือดัดแปลงอุปกรณ์ไฟฟ้าด้วยตนเอง ต้องแจ้งช่างไฟฟ้าแก้ไขโดยทันที

14 ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการขนย้ายสิ่งของด้วยปั้นจั่น

- » ต้องมีการตรวจสอบสภาพปั้นจั่นก่อนการใช้งาน
- » ห้ามอยู่ใกล้สิ่งของขณะที่มีการยกของ
- » ต้องมีการปิดล้อมบริเวณที่ยกของ ขณะทำการยก

15 กรณีทำงานในที่อับอากาศ ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในสถานที่อับอากาศ

- » ต้องได้รับอนุญาตก่อนที่จะปฏิบัติงานในพื้นที่อับอากาศ
- » ตรวจวัดปริมาณออกซิเจนและแก๊สพิษในพื้นที่อับอากาศ
- » พนักงานต้องใส่อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลสำหรับในที่อับอากาศ

16 ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการใช้เครื่องจักรกลหนัก

- » ต้องตรวจสอบสภาพเครื่องจักรก่อนเริ่มปฏิบัติงานทุกวัน
- » หากพบว่ามีความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ ต้องหยุดเครื่องจักรทันที
- » ห้ามปฏิบัติงานเกินความสามารถของเครื่องจักร
- » ห้ามยกของทิ้งไว้หลังเลิกงาน

17 ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูง

18 ผู้ปฏิบัติงานต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับเรื่องความปลอดภัยในการใช้นั่งร้าน

19 ผู้ปฏิบัติงานต้องมีการจัดทำ Safety talk อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 วัน

20 ผู้ปฏิบัติงานต้องรักษาความสะอาดพื้นที่ปฏิบัติงาน

21 ผู้ปฏิบัติงานมีหน้าที่ในการปฏิบัติงานให้เกิดความปลอดภัยแก่ตนเอง และผู้อื่น

22 ผู้ปฏิบัติงานต้องรายงานอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นทุกครั้งตามขั้นตอนที่กำหนดไว้

23 ผู้ปฏิบัติงานต้องผ่านการฝึกอบรมเรื่องความปลอดภัยในการทำงานขั้นพื้นฐานก่อนเข้าปฏิบัติงาน

24 ผู้ปฏิบัติงานทุกคน ต้องปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อบังคับในเรื่องของความปลอดภัยในการทำงานอย่างเคร่งครัด หากฝ่าฝืนจะถูกลงโทษตามกฎหมายที่กำหนดขึ้น



ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องสังเกต และปฏิบัติตามป้ายห้าม ป้ายเตือนอย่างเคร่งครัด

.....

ป้ายสัญลักษณ์ความปลอดภัย (SAFETY SIGNS)



สี	ความหมาย	รูปทรงเรขาคณิต	ตัวอย่างเครื่องหมาย
ห้าม	หยุด ห้ามทำ ต้องไม่ทำ	 สีแดง = หยุด	ห้ามเข้า ห้ามสวมรองเท้าแตะ ห้ามสับสวิตช์
บังคับ	ต้องทำ บังคับ ให้ปฏิบัติ	 สีฟ้า = ปฏิบัติ	ต้องรักษาความสะอาด ต้องสวมหมวก ต้องสวมรองเท้านิรภัย
เตือน	ระวัง มีอันตราย	 สีเหลือง = ระวัง	ระวังอันตรายจากไฟฟ้า ระวังพาหนะเข้าออก ระวังวัสดุตกหล่น
สถานะปลอดภัย	บอกถึง การไปสู่ ความ ปลอดภัย	 สีเขียว = ปลอดภัย	กล่องปฐมพยาบาล โทรศัพท์ฉุกเฉิน ทางออกฉุกเฉิน ขวามือ
อุปกรณ์เกี่ยวกับ อัคคีภัย	ใช้งานตาม แผนป้องกัน และระงับ อัคคีภัย	 สีแดง = ใช้เมื่อเกิดอัคคีภัย	จุดกดแจ้งเหตุเพลิงไหม้ อุปกรณ์ดับเพลิงยกหัว สายดับเพลิง



สาเหตุการแพร่กระจาย

ส่วนใหญ่แพร่กระจายผ่านการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ ผ่านทางละอองเสมหะจากการไอ จาม น้ำมูก น้ำลาย ทำให้คนใกล้ชิดหรือเพื่อนร่วมงานติดเชื้อได้ง่าย

ผลกระทบ เมื่อเกิดการกระจายของโรคระบาด

- 1) สุขภาพตนเอง
- 2) ครอบครัว
- 3) ชุมชน
- 4) เพื่อนร่วมงาน
- 5) สถานประกอบกิจการถูกปิด
- 6) ขาดรายได้ทั้งสถานประกอบกิจการและพนักงาน
- 7) การเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจถูกชะงัก

หลัก 3E ในการป้องกันการเกิดโรคระบาด

E ตัวแรก คือ Engineering คือ การใช้ความรู้ทางวิชาการ ออกแบบจัดการในการทำงาน ลดการรวมกลุ่มของพนักงาน สื่อสารผ่านระบบออนไลน์มากขึ้น

E ตัวที่สอง คือ Education คือ การให้ความรู้และแนะนำที่เกี่ยวข้องในการทำงานอย่างปลอดภัย ไม่สัมผัสกับโรคระบาด ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกัน ไม่ให้เกิดโรค และการเสริมสร้างความปลอดภัยในสถานประกอบกิจการ

E ตัวที่สาม คือ Enforcement คือ การกำหนดวิธีการทำงาน และมาตรการควบคุมพนักงานให้หลีกเลี่ยงการสัมผัสกัน และป้องกันการแพร่กระจายของโรคระบาด

สนับสนุนการใช้ PPE

ส่วนใหญ่แพร่กระจายผ่านการสัมผัสกับผู้ติดเชื้อ ผ่านทางละอองเสมหะจากการไอ จาม น้ำมูก น้ำลาย ทำให้คนใกล้ชิดหรือเพื่อนร่วมงานติดเชื้อได้ง่าย

ความปลอดภัย เริ่มต้นที่ตัวคุณ





สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน)
เลขที่ 18 อาคารกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานส่วนแยกตลิ่งชัน ชั้น 2 ถนนบรมราชชนนี
แขวงจิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร 10170

E-Mail : tosh@tosh.or.th

โทรศัพท์ 0 2448 9111 โทรสาร 0 2448 9098

www.tosh.or.th