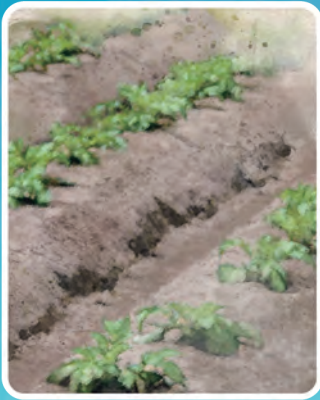




เกษตรกรรมที่ปลอดภัย



ทุกท่านคือพันธมิตรสำคัญผู้สนับสนุนเกษตรกรรมของประเทศญี่ปุ่น
นี่คือกฎระเบียบเพื่อความปลอดภัยในการทำงาน



1 มาปฏิบัติตามกฎกันเถอะ

ทำความเข้าใจวิธีการทำงานและข้อควรระวัง



ป้องกันการเกิดอุบัติเหตุโดยการฟังคำอธิบายอย่างตั้งใจ



ถามหากมีข้อสงสัย



ตรวจสอบความปลอดภัยของกันและกัน



วิธีจัดการกับไฟ



อย่าละสายตาจากไฟ



เตรียมน้ำสำหรับดับไฟ

2 มาจัดระเบียบกันเถอะ



รักษาความเป็นระเบียบเรียบร้อยเพื่อป้องกันการสะดุดล้ม



เมื่อจัดระเบียบแล้วคุณพบว่าเครื่องมืออยู่ที่ไหนอย่างง่ายดาย

3 เพื่อการดูแลสุขภาพร่างกายประจำวัน



การนอน



อย่านอนดึกหรือตื่นจนเช้า



นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ



เครื่องแต่งกาย



อย่าสวมเสื้อผ้าที่ไม่เหมาะกับภูมิอากาศ



เลือกเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับภูมิอากาศ



อาหาร



ของป่าอาจเป็นพิษต่อร่างกาย อย่ารับประทานสุ่มสี่สุ่มห้า



ปรึกษานายจ้างของคุณ

4 เมื่อคุณรู้สึกไม่สบาย อย่าเกรงใจที่จะถามว่าควรทำอย่างไร



ปวดท้อง



เป็นไข้



ไอ



ความผิดปกติที่ผิวหนัง



อ่อนเพลีย



อย่าหักโหมทำงานเมื่อรู้สึกไม่สบาย



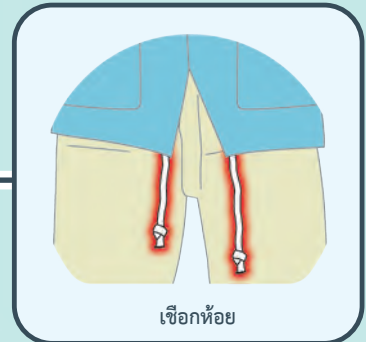
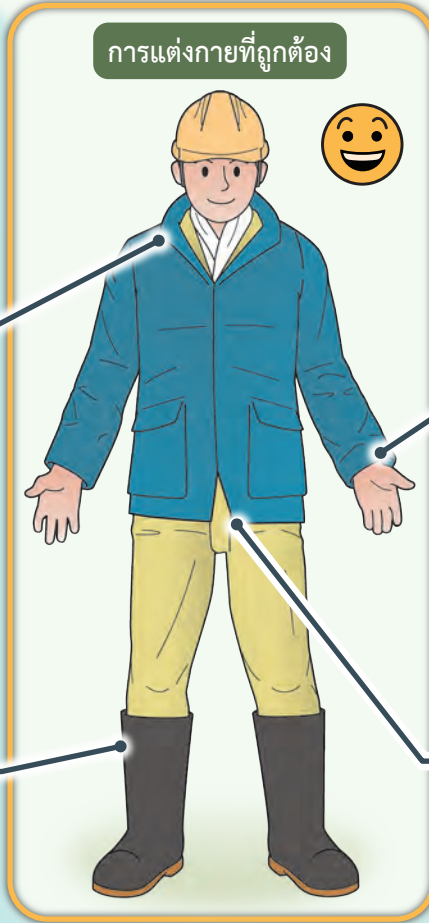
อย่าเกรงใจที่จะปรึกษานายจ้างของคุณเมื่อรู้สึกไม่สบาย

5 มาใส่เครื่องแบบและอุปกรณ์ป้องกันที่ถูกต้องกันเถอะ

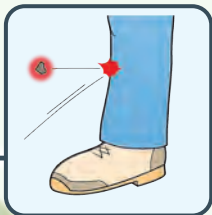
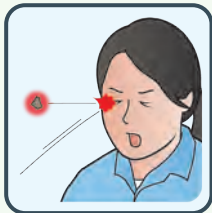


ปลายเชือก, ขายผ้าพันคอหรือแขนเสื้อที่ไม่เรียบร้อย อาจพันเข้าไปติดในเครื่องจักร

การแต่งกายที่ถูกต้อง



อุปกรณ์ป้องกันขณะทำงานเมื่อใช้เครื่องตัดหญ้า (เครื่องไถ)



การสวมเครื่องป้องกันเพื่อป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้น

6 การใช้เครื่องตัดหญ้า (เครื่องไถ) อย่างปลอดภัย



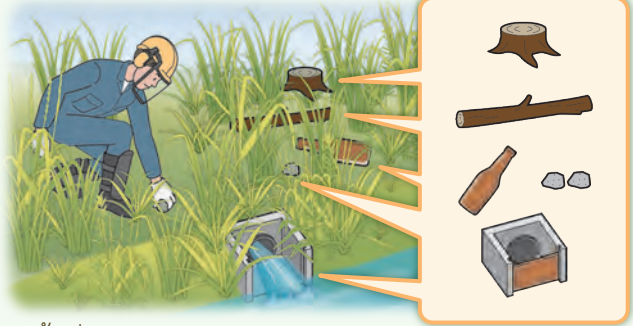
เมื่อตัดหญ้าในบริเวณที่ลาดชัน



สร้างชั้นบนเนินดินและเหยียบอย่างหนักแน่นเพื่อยืนให้มั่นคง



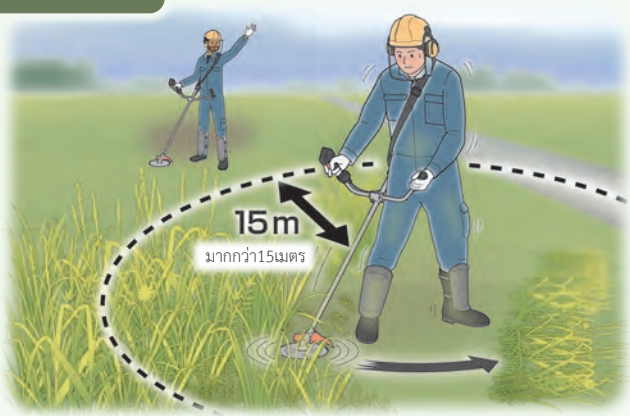
อันตรายที่ซ่อนอยู่ในพงหญ้า



กำจัดสิ่งกีดขวางและตรวจสอบพื้นที่ก่อนปฏิบัติงาน



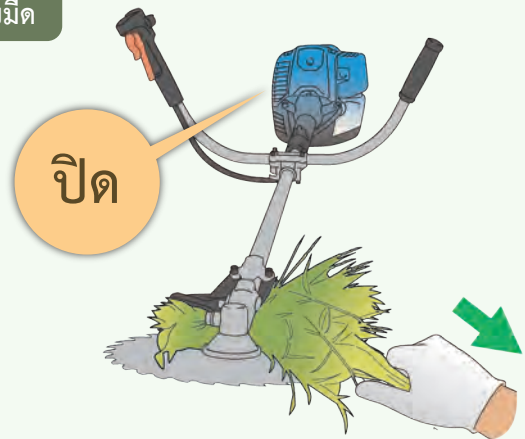
เมื่อทำงานกับคนจำนวนมาก



หากมีผู้ปฏิบัติงานมากกว่าสองคนขึ้นไปให้เว้นระยะห่างให้เหมาะสม



เมื่อหญ้าเข้าไปค้างในใบมีด



จงปิดเครื่องยนต์แม้จะเป็นเรื่องยุ่งยาก

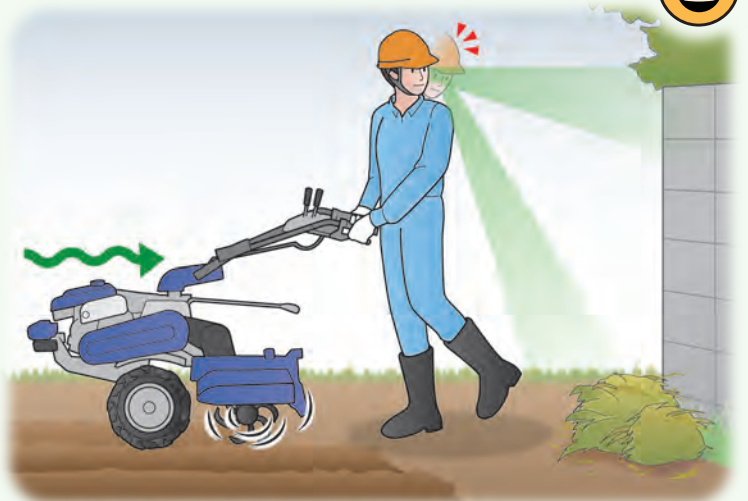
7 การใช้เครื่องพรวนดินอย่างปลอดภัย



เมื่อทำการถอยรถ



หากไม่ตรวจสอบด้านหลังอาจสะดุดล้มจากสิ่งกีดขวางได้



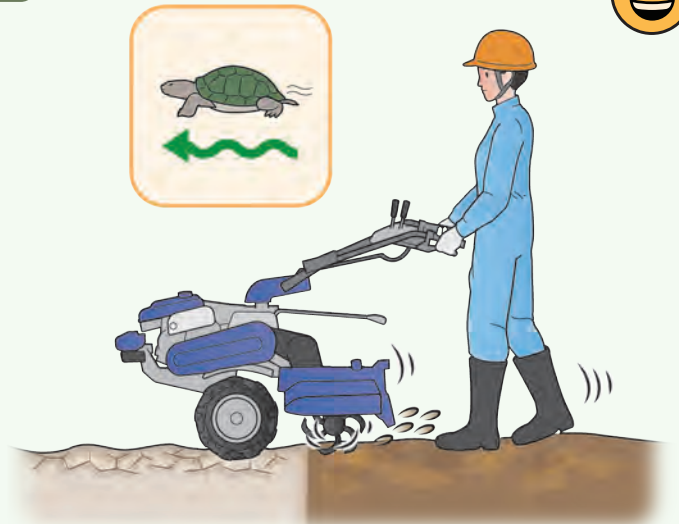
ตรวจสอบบริเวณด้านหลังให้ดีก่อนเพื่อกำจัดสิ่งกีดขวาง



เมื่อเจอหินแข็ง



หากเลี้ยวรถพรวนดินเร็วเกินไปรถอาจไถลได้



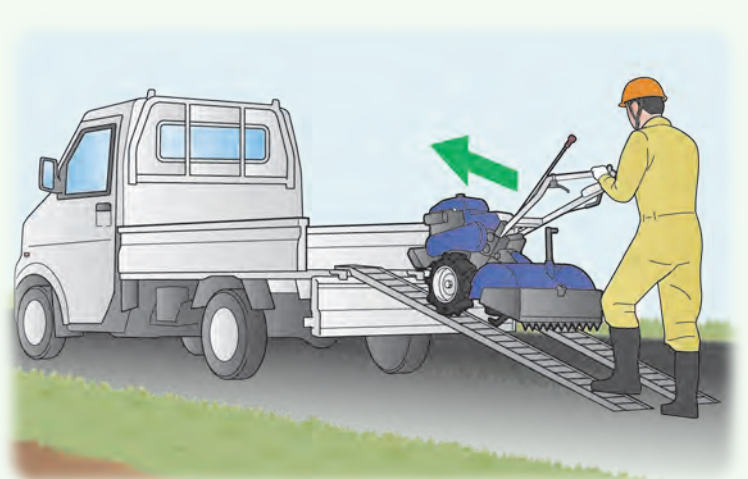
ค่อยๆเลี้ยวรถพรวนดินอย่างช้าๆและมั่นคง



เมื่อทำการขนย้ายเครื่องพรวนดิน



อย่าหักโหมยกของหนักเพราะคิดว่าเบา



ใช้บันไดลาดเพื่อขนถ่ายอุปกรณ์ขึ้นลง

8 เมื่อทำงานในที่สูง



เมื่ออยู่บนที่สูงต้องสวมหมวกนิรภัยเสมอ



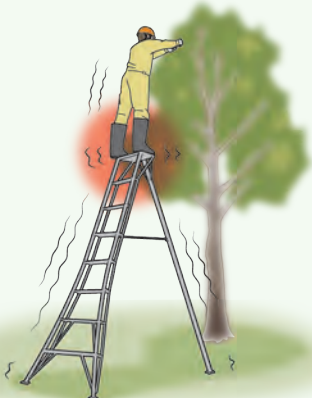
9 เมื่อใช้บันไดพับขณะทำงาน



อย่าเอื้อมตัวไปด้านข้างขณะใช้บันได



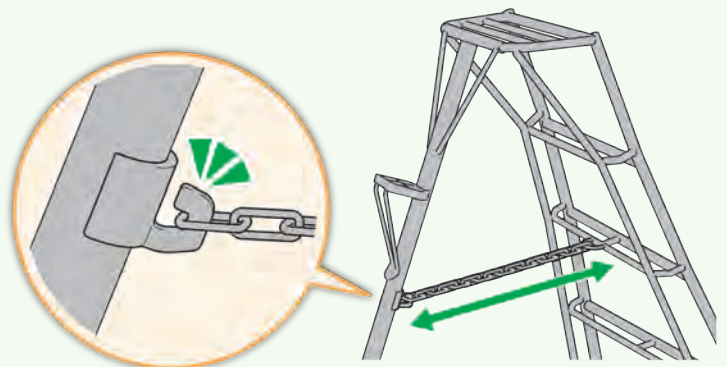
อย่าใช้มือเดียวยกของหนักขณะปีนบันได



อย่ายืนบนปลายบันได



ลงน้ำหนักทั้งสองเท้าอย่างรวดเร็วเพื่อเพิ่มความเสถียรให้บันได



คล้องโซ่ยึดป้องกันขาบันไดแยกจากกัน

10 เพื่อป้องกันการปวดหลัง



การงอหลังขณะยกของสร้างภาระให้สะโพกของคุณ

วิธียกของหนักอย่างปลอดภัย

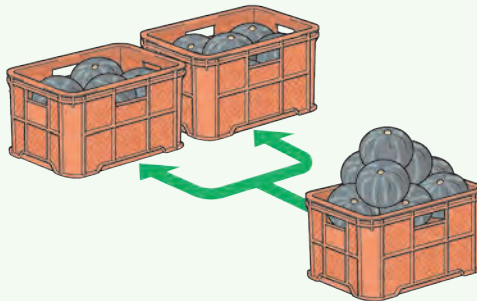


ย่อเอวของคุณลงขณะดึงของเข้าหาลำตัวและยกขึ้น



อย่าหักโหมในการขนของ

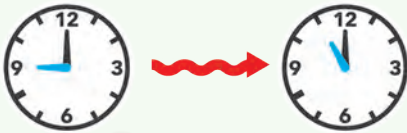
เมื่อต้องยกของหนัก



แบ่งของเป็นกองเล็กแล้วจึงขนย้าย



ใช้สองคนขนของ



ไม่อยู่ในอิริยาบถเดิมเป็นเวลานาน

การหมุนเวียนการทำงาน



ยืดเส้นยืดสายระหว่างหลากหลายอิริยาบถการทำงาน



เมื่อคุณรู้สึกเจ็บบริเวณสะโพก



ปรึกษานายจ้างของคุณและเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลแต่เนิ่นๆ

11 เพื่อป้องกันโรคลมแดด



ทำอะไรจะไม่ขาดน้ำ

การดื่มน้ำเยอะๆในครั้งเดียวไม่สามารถช่วยป้องกันได้



กินน้ำและเกลือบ่อยๆแม้คุณจะไม่รู้สึกคอแห้ง



การสร้างที่บังแดดในการทำงาน



12 เมื่อทำงานในไร่, ในสวน



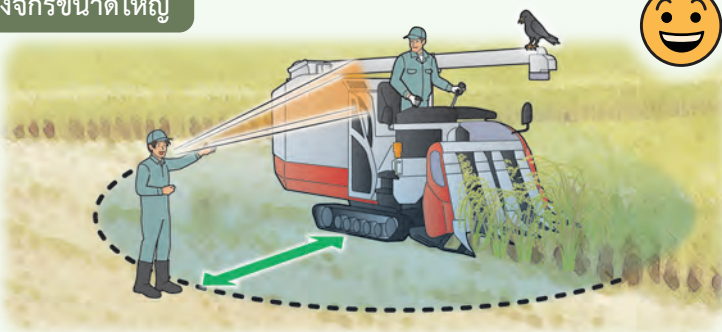
ทำงานในท่วงท่าที่สบาย



การทำงานใกล้เครื่องจักรขนาดใหญ่



อยู่ห่างจากตำแหน่งที่ผู้ปฏิบัติงานมองไม่เห็น



ส่งสัญญาณให้ผู้ปฏิบัติงานทราบเมื่อต้องเข้าใกล้



13 เมื่อทำงานเก็บผลไม้



เมื่อขนย้ายผลผลิตที่เก็บได้



พยายามใช้เครื่องจักรทุ่นแรงเท่าที่ทำได้

14 เมื่อทำงานปศุสัตว์

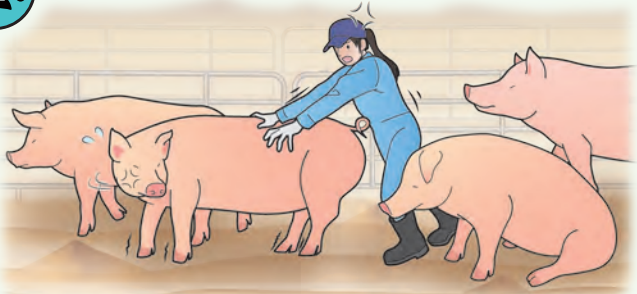


เมื่อเข้าหาวัว

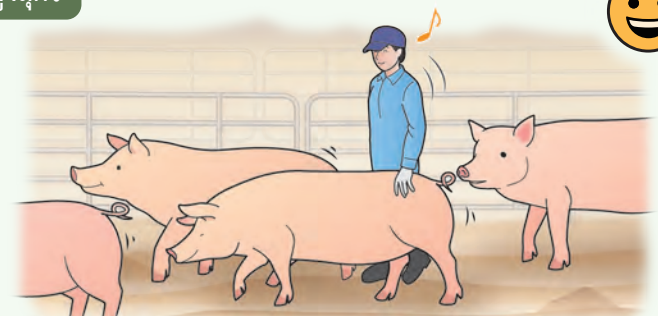


อย่าเข้าประชิดตัวสัตว์อย่างรวดเร็วทางด้านหลัง

ส่งเสียงเพลงค่อยๆเข้าหาอย่างนุ่มนวล



เมื่อเคลื่อนย้ายฝูงสุกร



อย่าบังคับสุกรที่ไม่เต็มใจเดิน

โปรดเริ่มชี้แนะสุกรที่กำลังเคลื่อนไหวก่อนจากนั้นแนะนำผู้อื่น



ที่ฟาร์มสัตว์ปีก



ไม่อยู่ในท่าเดิมเป็นเวลานาน

ยืดเส้นยืดสายในช่วงเวลาพัก

15 การใช้สารกำจัดศัตรูพืชอย่างปลอดภัยใน

เครื่องแต่งกายขณะพ่นสารกำจัดศัตรูพืช

อย่าผสมสารกำจัดศัตรูพืชด้วยมือเปล่า

ใช้ผ้าปิดปาก แวนกันฝุ่น เสื้อแขนยาว ถุงมือยาง

ใช้อุปกรณ์เมื่อต้องผสมสารกำจัดศัตรูพืช

อย่าสวมสารกำจัดศัตรูพืชด้วยมือเปล่า

ปล่อยชายกางเกงยางให้คลุมอยู่นอกรองเท้าบูต

หลังพ่นสารกำจัดศัตรูพืช

ไม่ใช่มีมือสกปรกทานอาหาร

ไม่ขยี้ตา

ล้างมือ

บ้วนปาก

ล้างหน้า

ทำความสะอาดร่างกาย

ซักเสื้อผ้า

16 เมื่อคุณได้รับบาดเจ็บ

อย่าเพิกเฉยและตัดสินใจว่าไม่เป็นไร

รายงานนายจ้างทันที

17 จงปรึกษาผู้อื่นอย่าเก็บความกังวลใจไว้คนเดียว



ปัญหาเพื่อนร่วมงาน



ปัญหาเรื่องเงิน



ปัญหาเรื่องภาษา



โรคคิดถึงบ้าน



อย่ากังวลอยู่คนเดียว



ปรึกษาคณรอบข้างอย่าเก็บปัญหาไว้คนเดียว



เกษตรกรรมที่ปลอดภัย (สารบัญ)

ก่อนคุณจะเริ่มงาน ① ~ ⑤

- ① มาปฏิบัติตามกฎกันเถอะ
- ② มาจัดระเบียบกันเถอะ
- ③ เพื่อการดูแลสุขภาพร่างกายประจำวัน
- ④ เมื่อคุณรู้สึกไม่สบาย อย่าเกรงใจที่จะถามว่าควรทำอะไร
- ⑤ มาใส่เครื่องแบบและอุปกรณ์ป้องกันที่ถูกต้องกันเถอะ

ข้อควรระวังในการทำงาน ⑥ ~ ⑮

- ⑥ การใช้เครื่องตัดหญ้า (เครื่องไถ) อย่างปลอดภัย
- ⑦ การใช้เครื่องพรวนดินอย่างปลอดภัย
- ⑧ เมื่อทำงานในที่สูง
- ⑨ เมื่อใช้บันไดพับขณะทำงาน

- ⑩ เพื่อป้องกันการปวดหลัง
- ⑪ เพื่อป้องกันโรคลมแดด
- ⑫ เมื่อทำงานในไร่, ในสวน
- ⑬ เมื่อทำงานเก็บผลไม้
- ⑭ เมื่อทำงานปศุสัตว์
- ⑮ การใช้สารกำจัดศัตรูพืชอย่างปลอดภัยใน

เมื่อคุณมีปัญหา ⑯ ~ ⑰

- ⑯ เมื่อคุณได้รับบาดเจ็บ
- ⑰ จงปรึกษาผู้อื่นอย่าเก็บความกังวลใจไว้คนเดียว

เราหวังให้ทุกท่านแข็งแรงและมีสุขภาพที่ดี

