まんがでわかる

မြန်မာဘာသာ
ミャンマー語版

ビルクリーニング業の安全衛生

ကာတွန်းဖြင့် ဖော်ပြသော
အဆောက်အအုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းခွင် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေး

ဒီနေ့ အဆောက်အအုံသန့်ရှင်းရေး
လုပ်ငန်းခွင်ရဲ့ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးအကြောင်း သင်ယူကြရအောင်!
အမြဲတမ်း ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို သန့်ရှင်းအောင်လုပ်ပေးနေလို့ သိပ်ကိုကျေးဇူးတင်စရာကောင်းတယ်နော်။
ဟုတ်တယ်နော်!
လက်တွေ့မှာ ဘယ်လိုအလုပ်မျိုးတွေ လုပ်ရတာပါလိမ့်။
ငါလည်း သိချင်လာပြီနော်။

ကဲ..အဲဒါဆို ပထမဆုံး လုပ်ငန်းခွင် အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်တဲ့ အခြေအနေတွေကိုကြည့်ကြရအောင်။
ဟုတ်ကဲ့!
လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ်ရဲ့ အဓိက အကြောင်းအရင်းတွေက ဒီမှာပြထားတဲ့ အတိုင်းပဲ။
လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သော အကြိမ်အရေအတွက်
၁။ ချော်လဲကျခြင်း ၁၇၀၅ ဦး
၂။ ပြုတ်ကျခြင်း၊ လိမ့်ကျခြင်း ၆၅၆ ဦး
၃။ လွဲမှားနေသောအလုပ်လုပ်ကိုင်ပုံနှင့် မနိုင်ဝန်ထမ်းခြင်း ၃၇၀ ဦး
၄။ ညှပ်မိခြင်း၊ ကြားညပ်ခြင်း ၂၀၃ ဦး
၅။ အပြင်းအထန်တိုက်မိခြင်း ၂၀၀ ဦး
ကိုးကား။ ။ လုပ်ငန်းခွင်မတော်တဆမှု ကာကွယ်ရေး ဗဟိုအဖွဲ့အစည်း
{လုပ်ငန်းခွင်မတော်တဆဖြစ်မှု အခြေအနေများ ခွဲခြားခြင်းစသည်/ အဆောက်အအုံထိန်းသိမ်းရေးလုပ်ငန်း}
(၂၀၁၉ခုနှစ် ဩဂုတ်လ)
(ချော်လဲကျခြင်း) တွေက တော်တော်လေး များတယ်နော်...။

ဟုတ်တယ်။
(ချော်လဲကျခြင်း) ဆိုပေမဲ့ အကြောင်းကအမျိုးမျိုး ရှိတယ်။
ဥပမာ လက်နှစ်ဖက်စလုံး မအားတဲ့အခြေအနေမှာ ခြေထောက်က ကြိုး နဲ့ ငြိပြီး ခလုတ်တိုက်လဲကျခြင်း၊
သန့်ရှင်းရေးလုပ်နေတုန်း စိုနေတဲ့ ကြမ်းပြင်ပေါ်မှာ ခြေချော်ကျခြင်း စတဲ့ ဖြစ်စဉ်တွေ ရှိတယ်
နေ့စဉ်လုပ်ရှားမှုတွေမှာလည်း မကြာခဏဖြစ်တတ်တဲ့ကိစ္စတွေပဲနော်။
လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ်တွေက ကိုယ့်အနီးအနားမှာတင် ဖြစ်နေတတ်တာပဲနော်။

ဘယ်လိုလုပ်ရင် ချော်လဲကျတာတွေကို ကာကွယ်နိုင်မှာပါလိမ့်?
ကိုယ့်ပတ်ဝန်းကျင်ကို သေချာ စီမံခန့်ခွဲပြီးတော့ ချော်လဲကျဖို့ခက်တဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုကို ဖော်ဆောင်ဖို့က အရေးကြီးတယ်လေ။
စီမံ(Seiri)
ခန့်ခွဲ(Seiton)
သန့်ရှင်း(Seiso)
သပ်ရပ်(Seiketsu)
↓
4S
စီမံခန့်ခွဲရမှာ အလုပ်ရှုပ်လိုက်တာနော်...။
အဓိကက သတိထားရင် ရပြီမဟုတ်လား?
ဟမ်?
ကိုယ့်အတွက်ပဲမဟုတ်ဘဲ ဘယ်သူမှ ချော်လဲမကျနိုင်တဲ့ လုပ်ငန်းခွင်ကို ဖန်တီးဖို့က အရေးကြီးတယ်လေ!!
ဟုတ်၊ ဟုတ်ကဲ့!

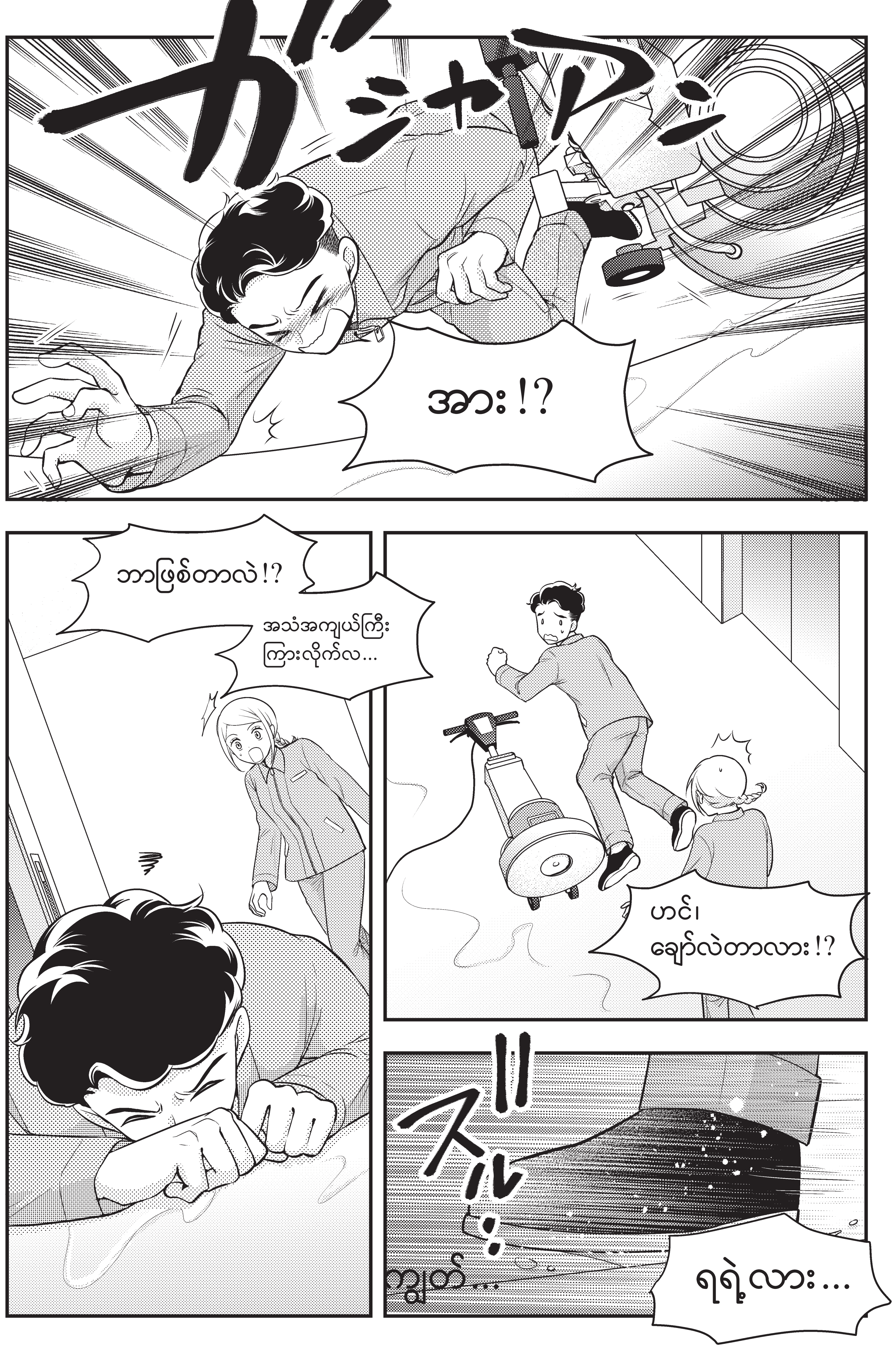
လုပ်ငန်းခွင်မှာက
ကြမ်းတိုက်စက်တို့၊ ဆပ်ပြာဆေးရည်တို့ကို အသုံးပြုရပြီး
သုံးပုံသုံးနည်းမှားရင်
ဒဏ်ရာကြီးကြီးမားမား ရစေနိုင်တာတွေလည်း ရှိတယ်။
Remover
清掃中
足元にご注意
Caution wet floor
ကိုယ့်အတွက်တင် မဟုတ်ဘဲ၊ အဆောက်အအုံ
အတွင်း ရှိနေတဲ့သူတွေကိုလည်း
ထိခိုက်ဒဏ်ရာ မရစေရအောင် သတိထားရမယ်။
ဒဏ်ရာကြီးကြီးမားမားရပြီး
အလုပ်မလုပ်နိုင်တော့ရင်
မိသားစုကလည်း စိတ်ပူရမယ်၊
ဝင်ငွေပိုင်းမှာလည်း အခက်အခဲဖြစ်မှာ...။
အင်း။ အဲဒါကြောင့်လည်းပဲ
ကြိုတင်စီမံဆောင်ရွက်ချက်တွေက
အရေးကြီးတယ်။
အချိန်ကိုပိုပိုသာသာယူပြီး
လုပ်ငန်းသုံးကိရိယာတွေကိုလည်း
သတ်မှတ်နည်းလမ်းအတိုင်း
မှန်မှန်ကန်ကန်သုံးရမယ်။
လုပ်ငန်းချိန်မှာသုံးတဲ့
အကာအကွယ်ပစ္စည်းတွေရဲ့ ဝတ်ဆင်ရမယ့်
စည်းမျဉ်းတွေကိုလည်း လိုက်နာရမယ်။

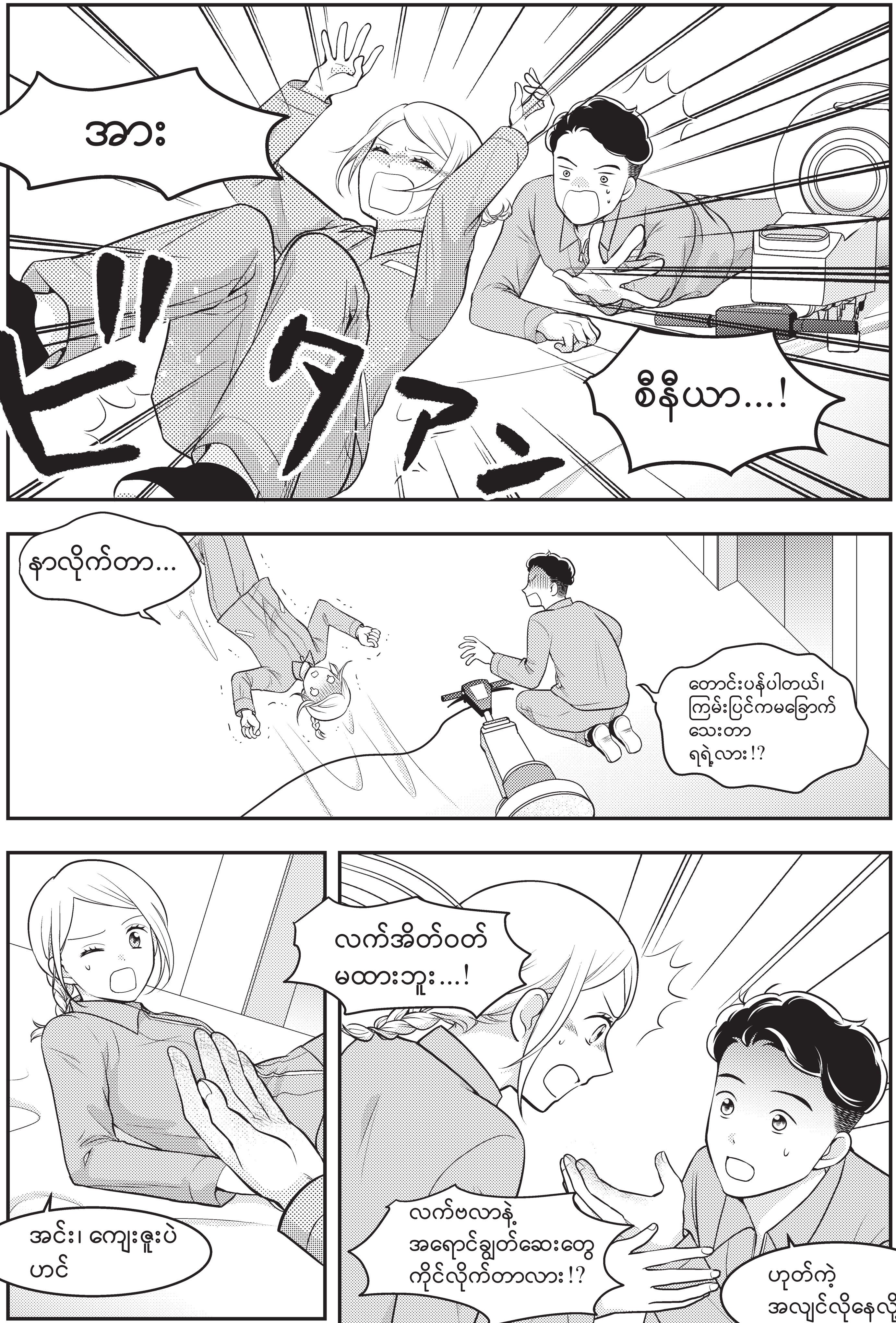
(ပြုတ်ကျခြင်း၊ လိမ့်ကျခြင်း)တွေက
ဘယ်လိုနမူနာအဖြစ်အပျက်တွေ ရှိခဲ့
တာလဲ?
ဥပမာ လက်နှစ်ဖက်စလုံးမှာ
အမှိုက်အိတ်တွေကိုသယ်ထားပြီး
လှေကားမှာ ခြေချော်ပြီး လိမ့်ကျ
တာတွေ
ပြတင်းပေါက်မှန်ကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်နေတုန်း
လှေကားအသေးစားပေါ်ကနေ ဟန်ချက်ပျက်ပြီး
ပြုတ်ကျတဲ့ မတော်တဆမှုတွေလည်း ရှိခဲ့တယ်
အန္တရာယ်များလိုက်တာ...!
အဲဒါဆို
カチッ
ガーッ
လက်တွေ့ လုပ်ငန်းခွင်ကို
1
ကြည့်ကြည့်ကြရအောင်!

ဖြစ်စဉ်(၁)

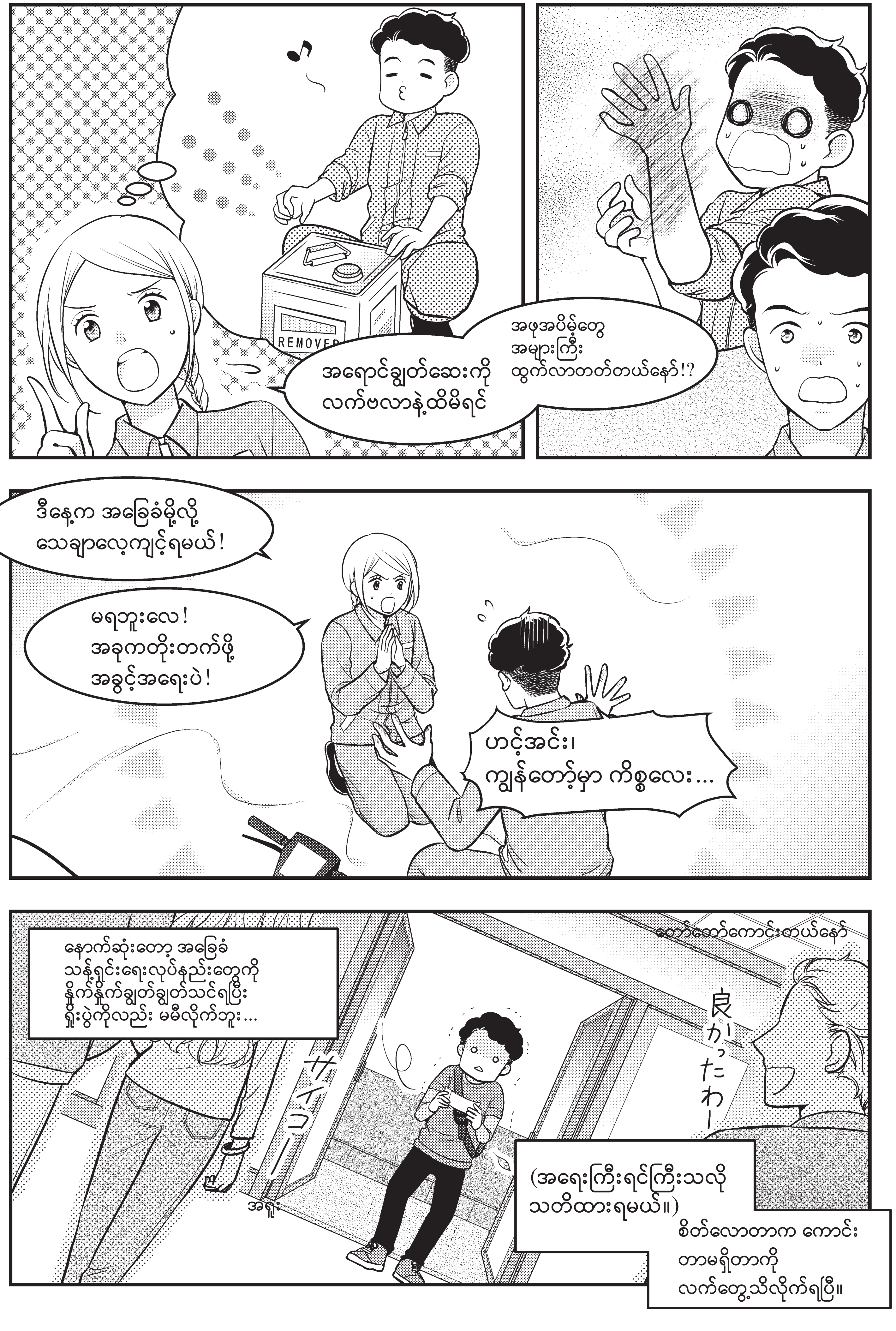
တစ်ခုသော ရုံးအဆောက်အအုံတွင်
ဒီနေ့က ပုံမှန်သန့်ရှင်းရေးပါ။
အရောင်တင်စက်ကို သုံးပြီး ဖယောင်းတွေကို ခွာလိုက်ပါ။
ဟုတ်ကဲ့!
ဒီနေ့ည ငါကြိုက်တဲ့ အဖွဲ့ရဲ့ ရှိုးပွဲရှိတယ်။
အလုပ်မြန်မြန် ပြီးအောင်လုပ် ရမယ်!
အရောင်ချွတ်ဆေးလည်း ပြင်ပြီးပြီဆိုတော့ စက်ကို ဆက်တင်ချိန်ပြီး
မြန်မြန်မလုပ်လို့မရဘူး!
ဒီလောက်ဆို ရလောက်ပါပြီ။

REMOVER
စမယ်နော်!
ရပ်သွားပြီ...?
...ဆက်တင်ချိန်တာ မှားသွားတာလား...?
ဗွန်း.....
ရှိုးပွဲက စ တော့မယ်...
အလုပ်ရှုပ်တယ် လက်ဖလာနဲ့ပဲလုပ် တော့မယ်!
အချိန်မရှိဘူး!

ရပြီ
ဆက်တင်ချိန်ပြီးပြီ!
နည်းနည်းထိမိသွားလည်း
နောက်မှပြန်ဆေးလိုက်မယ်။
ရပါတယ်။
ဘာပဲဖြစ်ဖြစ်
မြန်မြန်ပြီးအောင်လုပ်ပြီး၊
ပြီးတာနဲ့ချက်ချင်း
ရှိုးပွဲကိုသွားမယ်!
အ!?
အခုထိ
ကြမ်းပြင်ကမခြောက်
သေးဘူး
အယ်...

အား!?
ဟင်၊
ချော်လဲတာလား!?
ဘာဖြစ်တာလဲ!?
အသံအကျယ်ကြီး
ကြားလိုက်လ...
ကျွတ်...
ရရဲ့လား...



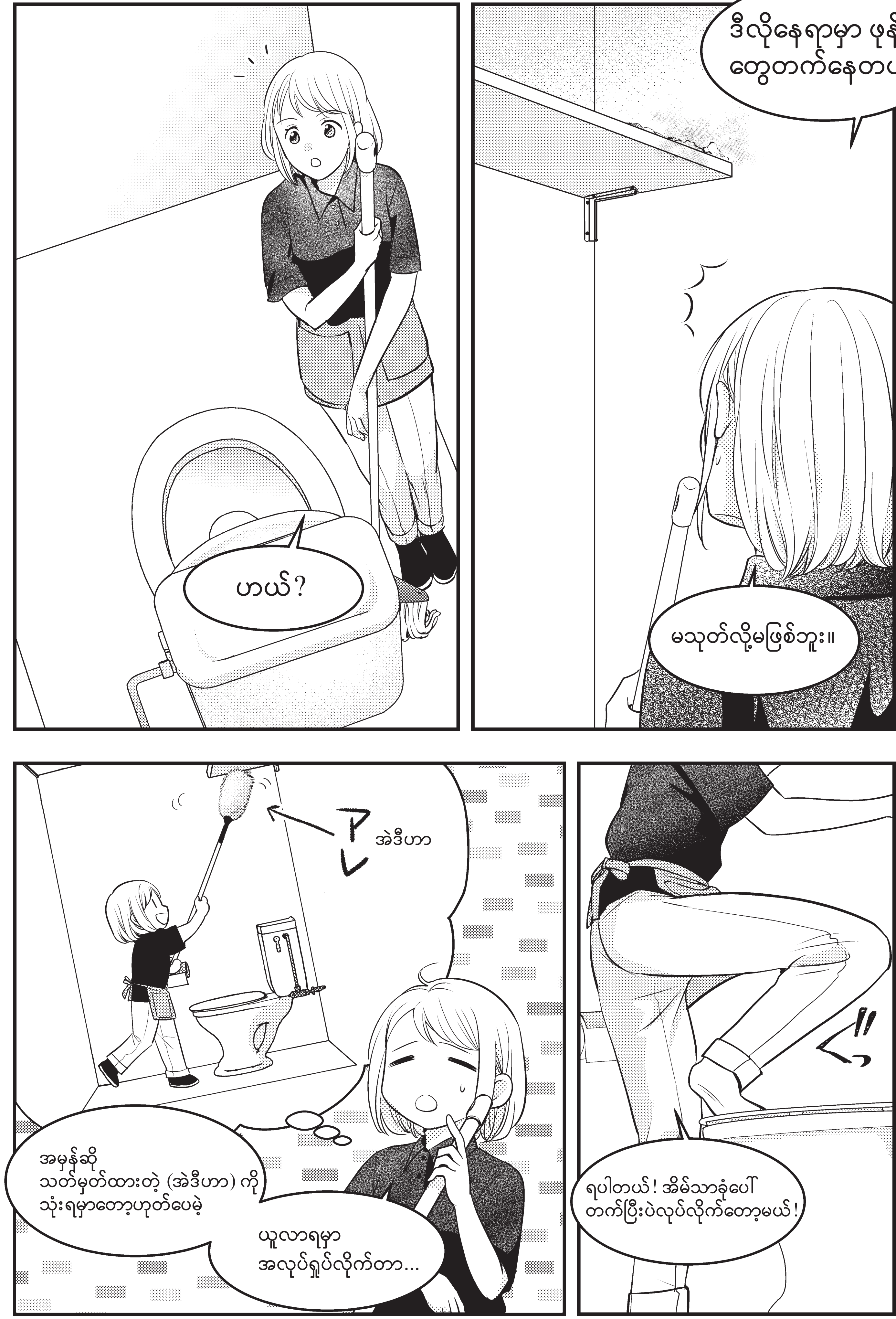
အား
ビタアン
စီနီယာ…!
နာလိုက်တာ…
တောင်းပန်ပါတယ်၊ ကြမ်းပြင်ကမချောက်သေးတာ ရရဲ့လား!?
လက်အိတ်ဝတ် မထားဘူး…!
အင်း၊ ကျေးဇူးပဲ ဟင်
လက်ဖလာနဲ့ အရောင်ချွတ်ဆေးတွေ ကိုင်လိုက်တာလား!?
ဟုတ်ကဲ့ အလျင်လိုနေလို့…



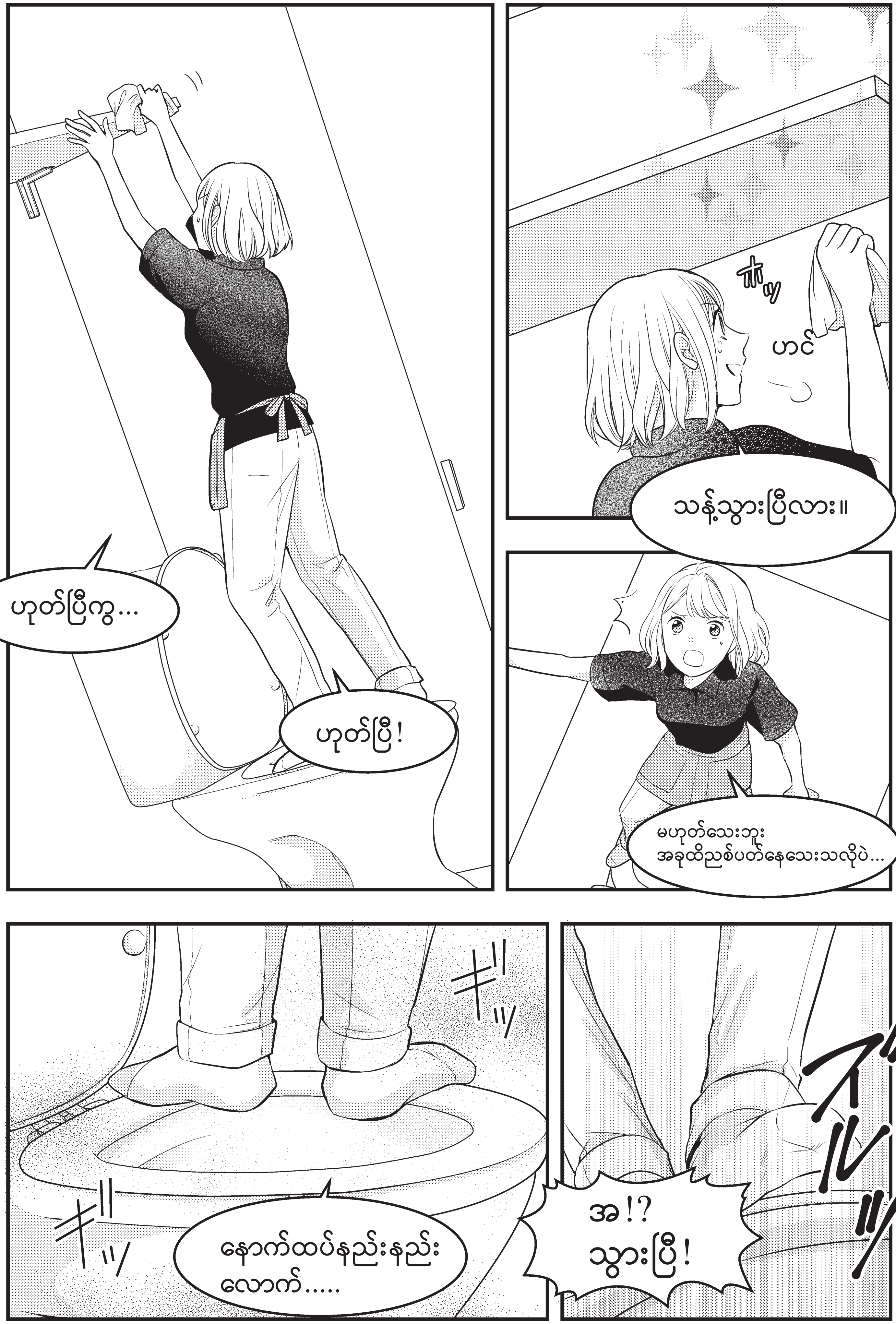
အရောင်ချွတ်ဆေးကို လက်ဖလာနဲ့ထိမိရင်
အဖုအပိမ့်တွေ အများကြီး ထွက်လာတတ်တယ်နော်!?
ဒီနေ့က အခြေခံမို့လို့ သေချာလေ့ကျင့်ရမယ်!
မရဘူးလေ! အခုကတိုးတက်ဖို့ အခွင့်အရေးပဲ!
ဟင့်အင်း၊ ကျွန်တော့်မှာ ကိစ္စလေး…
နောက်ဆုံးတော့ အခြေခံ သန့်ရှင်းရေးလုပ်နည်းတွေကို နှိုက်နှိုက်ချွတ်ချွတ်သင်ရပြီး ရှိုးပွဲကိုလည်း မမီလိုက်ဘူး…
တော်တော်ကောင်းတယ်နော်
良かったわー
サイコー
အရှုး
(အရေးကြီးရင်ကြီးသလို သတိထားရမယ်။)
စိတ်လောတာက ကောင်းတာမရှိတာကို လက်တွေ့သိလိုက်ရပြီ။

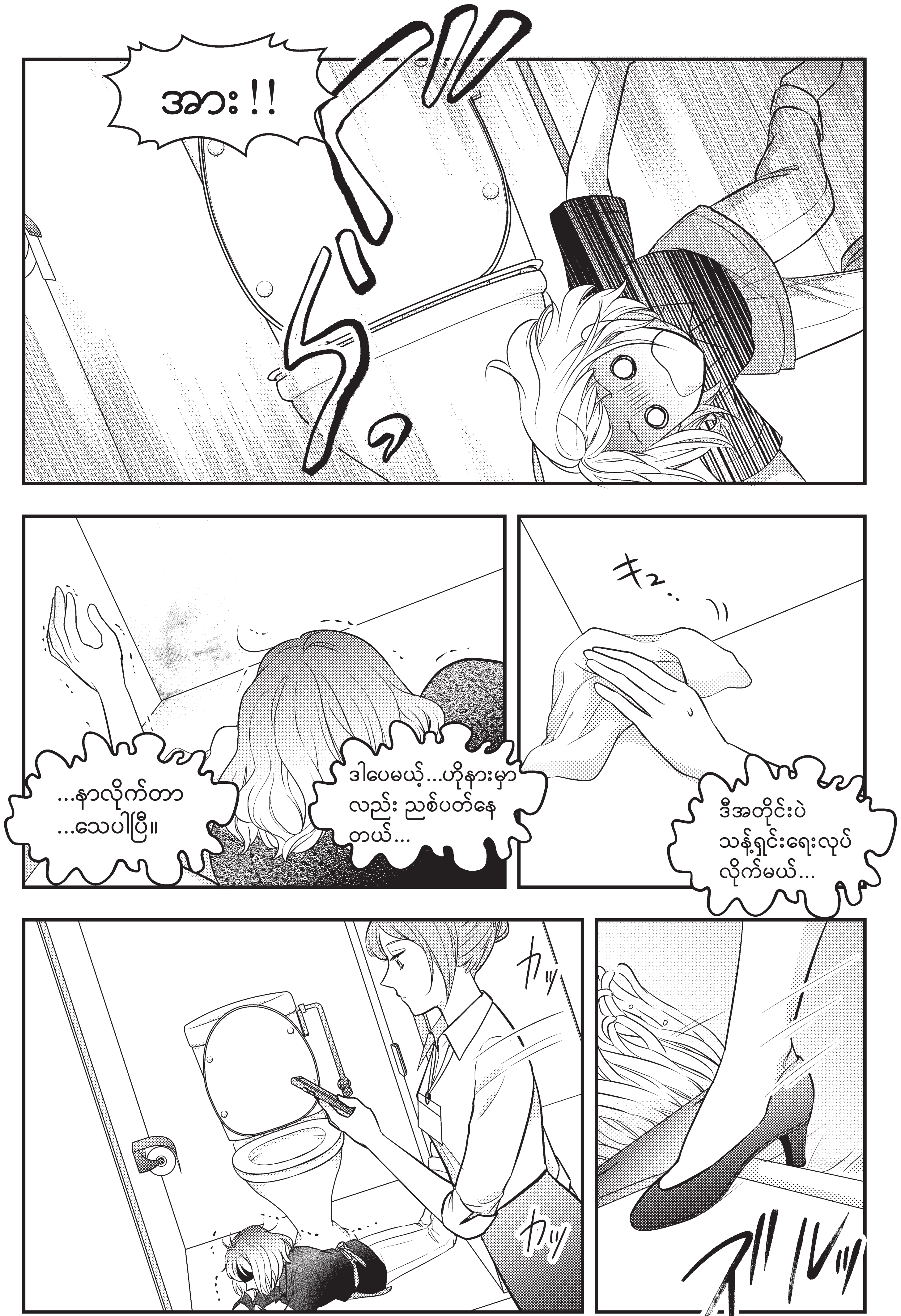
ဖြစ်စဉ်(၂)

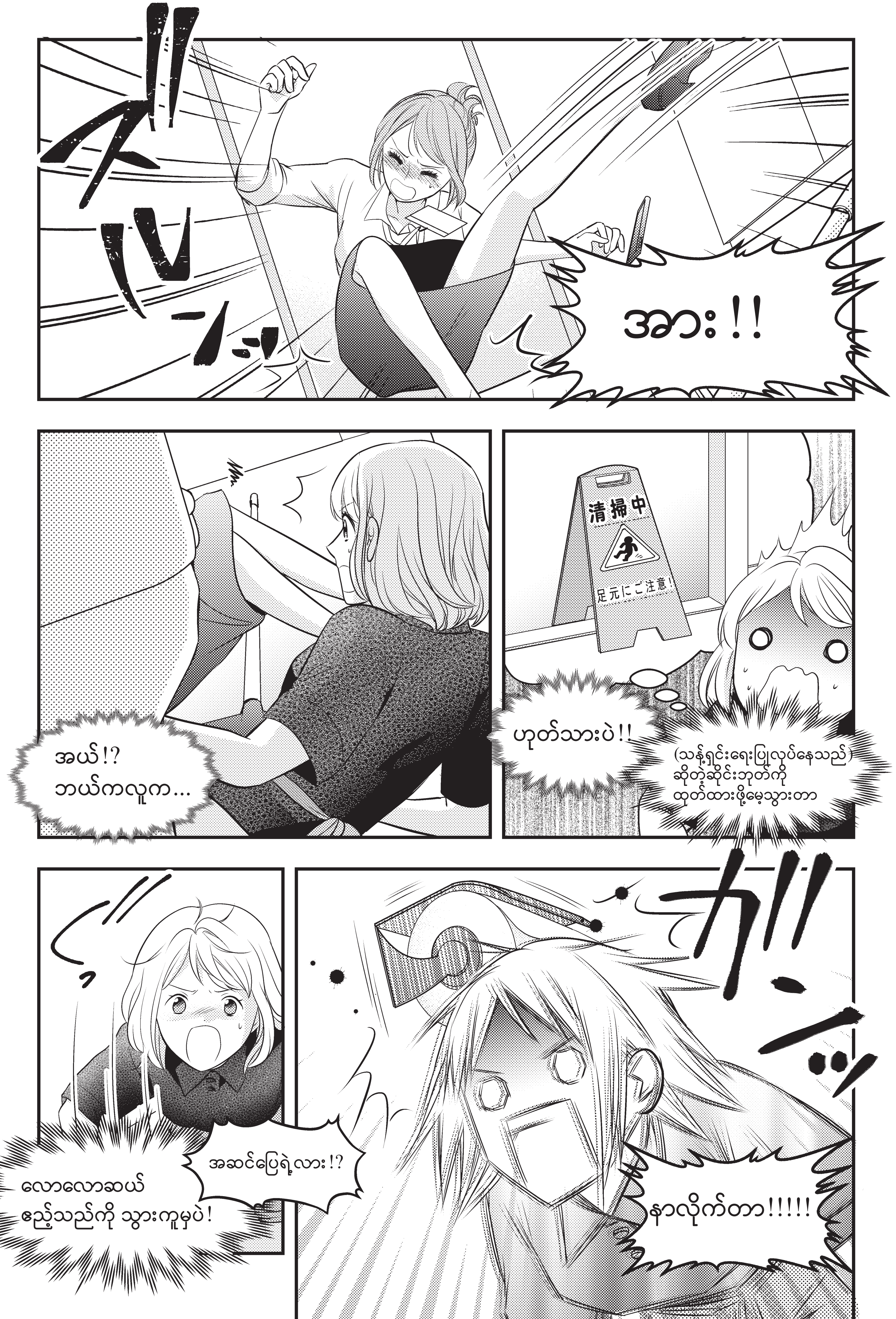
တစ်ခုသော စီးပွားရေးအဆောက်အအုံ၏ သန့်စင်ခန်းတွင်…
ကဲ လုပ်ရတော့မလား။
ထောင့်တွေပါမကျန် သန့်နေအောင်လုပ်မယ်!
နာရီဝက်အကြာ…
ဟုတ်ပြီ! ကြမ်းတိုက်တာက ပြီးပြီ…ဆိုတော့
သန့်စင်ခန်းထဲက အိမ်သာခွက်နားကကျတော့ လုပ်ရတာခက်တယ်။
သေသေချာချာ မလုပ်ရင် အညစ်အကြေးတွေ ပုံလာလိမ့်မယ်။

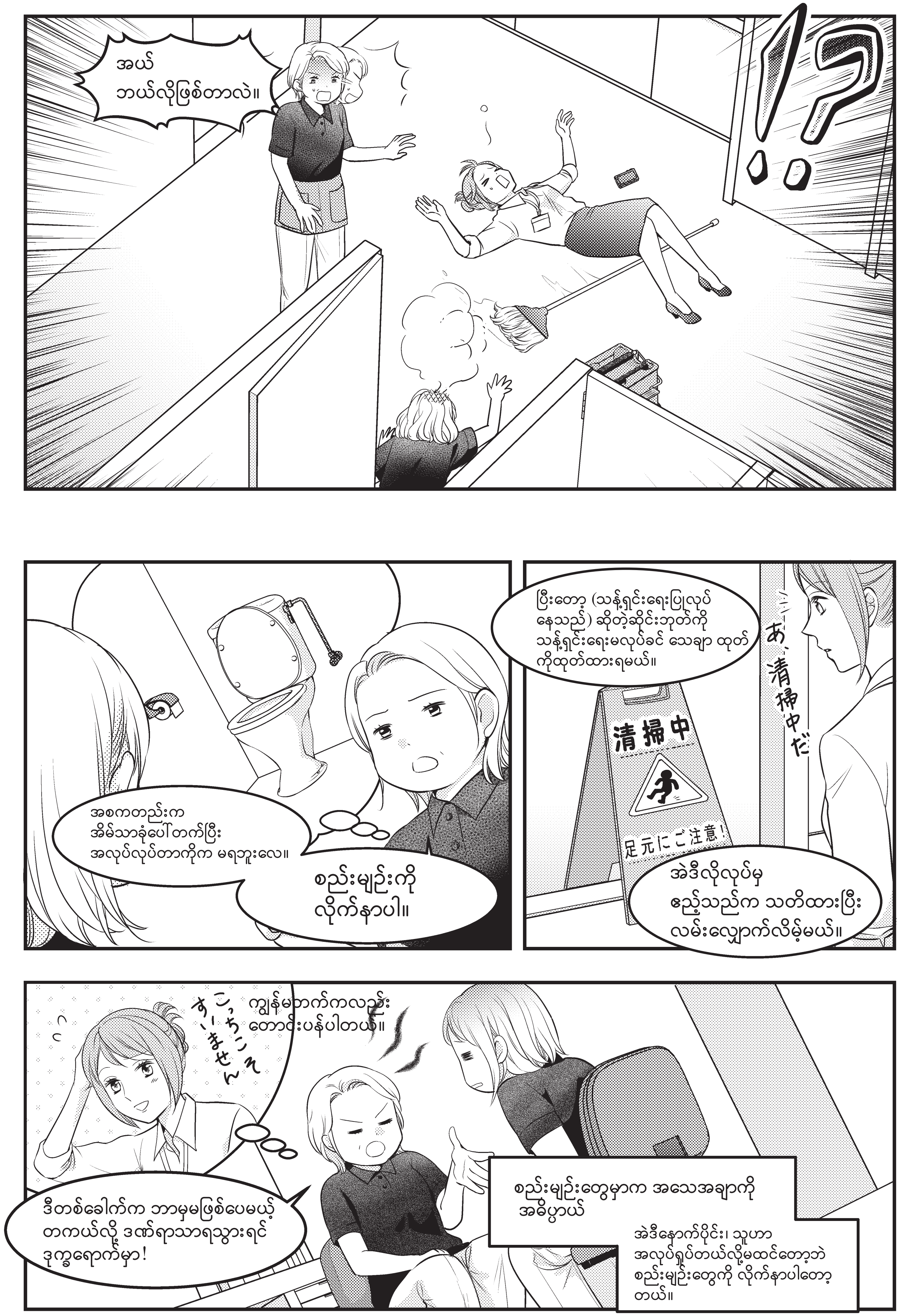


ဟယ်?
ဒီလိုနေရာမှာ ဖုန် တွေတက်နေတယ်။
မသုတ်လို့မဖြစ်ဘူး။
အဲဒီဟာ
အမှန်ဆို သတ်မှတ်ထားတဲ့ (အဲဒီဟာ) ကို သုံးရမှာတော့ဟုတ်ပေမဲ့
ယူလာရမှာ အလုပ်ရှုပ်လိုက်တာ…
ရပါတယ်! အိမ်သာခုံပေါ် တက်ပြီးပဲလုပ်လိုက်တော့မယ်!


ဟုတ်ပြီကွ...
ဟုတ်ပြီ!
ဟင်
သန့်သွားပြီလား။
မဟုတ်သေးဘူး
အခုထိညစ်ပတ်နေသေးသလိုပဲ...
နောက်ထပ်နည်းနည်း
လောက်.....
အ!?
သွားပြီ!


အား!!
...နာလိုက်တာ
...သေပါပြီ။
ဒါပေမယ့်...ဟိုနားမှာ
လည်း ညစ်ပတ်နေ
တယ်...
ဒီအတိုင်းပဲ
သန့်ရှင်းရေးလုပ်
လိုက်မယ်...

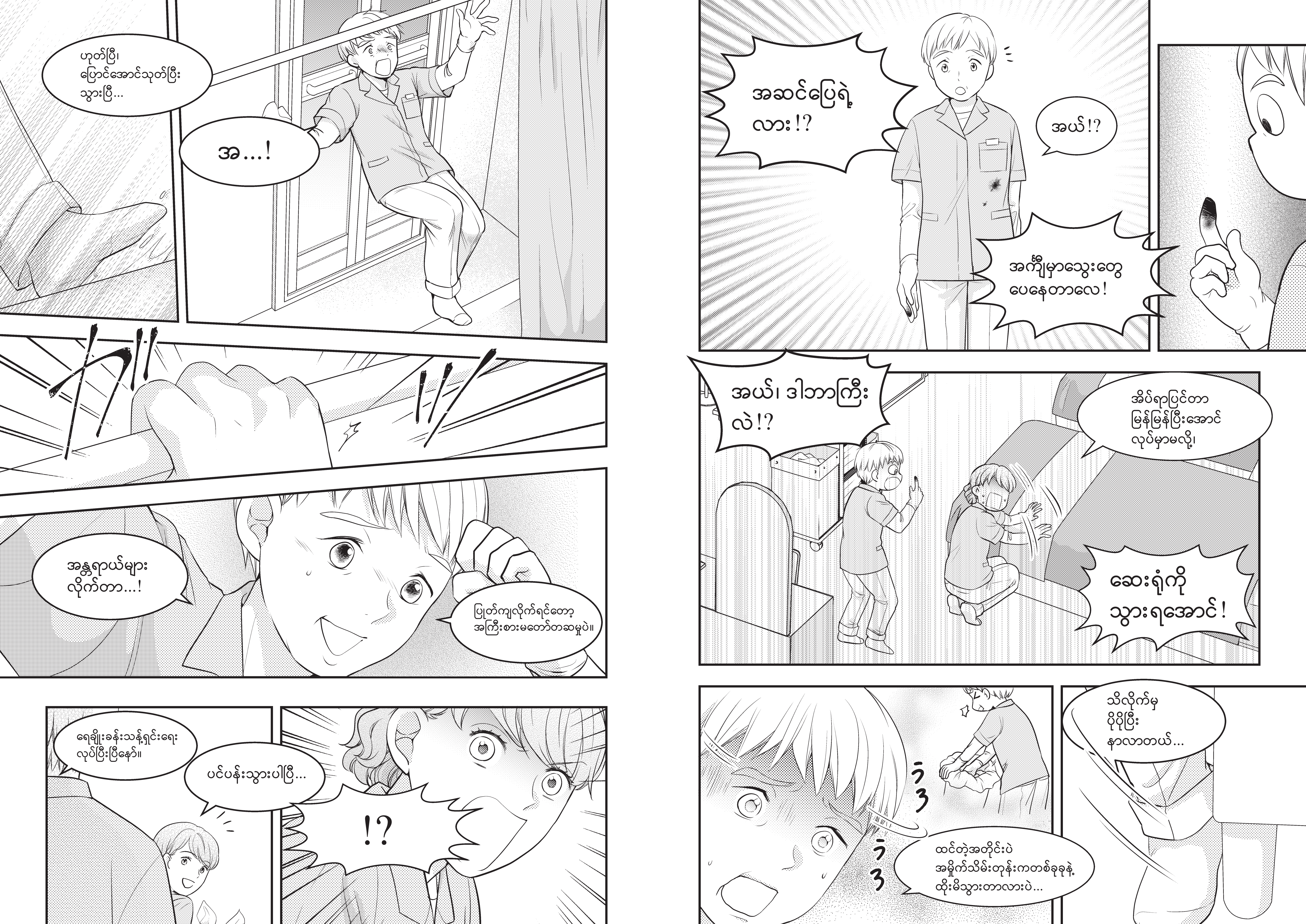

အား!!
အယ်!?
ဘယ်ကလူက…
清掃中
足元にご注意!
ဟုတ်သားပဲ!!
(သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်နေသည်) ဆိုတဲ့ဆိုင်းဘုတ်ကို ထုတ်ထားဖို့မေ့သွားတာ
အဆင်ပြေရဲ့လား!?
လောလောဆယ် ဧည့်သည်ကို သွားကူမှပဲ!
နာလိုက်တာ!!!!!


အယ် ဘယ်လိုဖြစ်တာလဲ။
အစကတည်းက အိမ်သာခုံပေါ်တက်ပြီး အလုပ်လုပ်တာကိုက မရဘူးလေ။
စည်းမျဉ်းကို လိုက်နာပါ။
ပြီးတော့ (သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်နေသည်) ဆိုတဲ့ဆိုင်းဘုတ်ကို သန့်ရှင်းရေးမလုပ်ခင် သေချာ ထုတ်ကိုထုတ်ထားရမယ်။
あ、清掃中だ
清掃中
足元にご注意!
အဲဒီလိုလုပ်မှ ဧည့်သည်က သတိထားပြီး လမ်းလျှောက်လိမ့်မယ်။
こちらこそすいません
ကျွန်မတာကလည်း တောင်းပန်ပါတယ်။
ဒီတစ်ခေါက်က ဘာမှမဖြစ်ပေမယ့် တကယ်လို့ ဒဏ်ရာသာရသွားရင် ဒုက္ခရောက်မှာ!
စည်းမျဉ်းတွေမှာက အသေအချာကို အဓိပ္ပာယ်
အဲဒီနောက်ပိုင်း၊ သူဟာ အလုပ်ရှုပ်တယ်လို့မထင်တော့ဘဲ စည်းမျဉ်းတွေကို လိုက်နာပါတော့တယ်။

ဖြစ်စဉ်(၃)

ဒီနေ့ အတူတူ ကြိုးစားလိုက်ကြရအောင်!
တစ်ခုသော ဟိုတယ်အခန်းတစ်ခန်းတွင်…
ကူညီ လုပ်ကိုင်ပေးပါ။
ဂါက ကျွမ်းကျင်နေပြီမို့လို့ ဘာဖြစ်ဖြစ် မေးနော်!
ပထမဆုံး အမှိုက်ကောက်ရမယ်။
မနေ့က ဘောလုံးပွဲ ကြည့်သေးလား? တော်တော်ကောင်းတယ်နော်။
စိတ်လှုပ်ရှားဖို့ကောင်းတယ်! ကမ္ဘာ့ဖလားက စ တော့မယ်နော်!
၄နှစ်မှတစ်ခါဆိုတော့ စောင့်ရတာကြာလိုက်တာ။
အ! နာလိုက်တာ…

တစ်ခုခုနဲ့ထိုးမိတာ …အပ်များလား။
အဆင်ပြေရဲ့လား!?
အင်း ရပါတယ်။
အခန်းထဲကို သူ့ကိုလုပ်ခိုင်းပြီး ငါကရေချိုးခန်းထဲ လုပ်မယ်။ တော်တော်လေးကို စိုထိုင်းနေတာပဲ…
မျက်နှာကြက်ပေါ်က ရေတွေကို မသုတ်ပစ်ရင် မှိုတွေတက်ကုန်မှာ။
အ! မျက်နှာကြက်သုတ်တံ မေ့ကျန်ခဲ့ပြီ!
မတတ်နိုင်ဘူး။ ရေချိုးကန်ရဲ့အစွန်းမှာရပ်ပြီး သုတ်လိုက်မယ်။
ဒီလောက်ကတော့ ရပါတယ်။

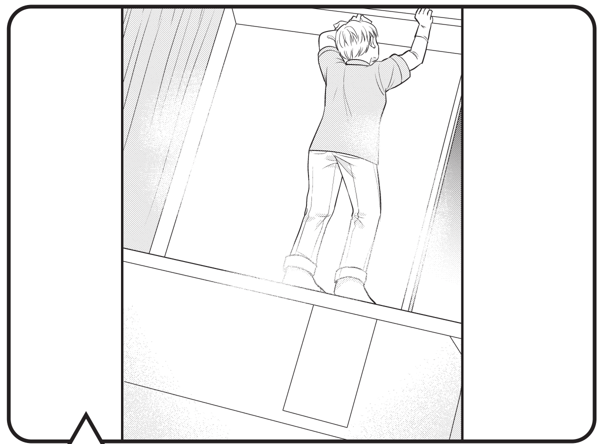

ဟုတ်ပြီ၊ ပြောင်အောင်သုတ်ပြီး သွားပြီ...
အ...!
အန္တရာယ်များ လိုက်တာ...!
ပြုတ်ကျလိုက်ရင်တော့ အကြီးစားမတော်တဆမှုပဲ။
ရေချိုးခန်းသန့်ရှင်းရေး လုပ်ပြီးပြီနော်။
ပင်ပန်းသွားပါပြီ...
!?
အဆင်ပြေရဲ့ လား!?
အယ်!?
အင်္ကျီမှာသွေးတွေ ပေနေတာလေ!
အယ်၊ ဒါဘာကြီး လဲ!?
အိပ်ရာပြင်တာ မြန်မြန်ပြီးအောင် လုပ်မှာမလို့၊
ဆေးရုံကို သွားရအောင်!
ထင်တဲ့အတိုင်းပဲ အမှိုက်သိမ်းတုန်းကတစ်ခုခုနဲ့ ထိုးမိသွားတာလားပဲ...
သိလိုက်မှ ပိုပိုပြီး နာလာတယ်...

ဆေးထိုးအပ်လိုဟာလေး စိုက်မိသွားတဲ့အရာလေး ရှိနေလို့
ပိုသေချာအောင်တော့ သွားစစ်လိုက်ရအောင်နော်။
ပြီးတော့ စကားတွေအများကြီး ပြောနေရင်
သတိထားဖို့ကို အာရုံမစိုက်နိုင်တော့ဘဲ ဖြစ်သွားတတ်တယ်လေ။
ပြီးရင် မြင့်တဲ့နေရာတွေမှာ စည်းမျဉ်းအတိုင်း သန့်ရှင်းရေးတုတ်တံကို သုံးရမယ်။
画鋲
ပင်အပ်
インスリン注射器
အင်ဆူလင်ဆေးထိုးအပ်
ガラスの破片
မှန်ကွဲစ
အစကတည်းက အမှိုက်သိမ်းတာကို လက်ဗလာနဲ့ လုပ်တာကိုက မရဘူးလေ။ ဘာတွေပစ်ထားလဲ မသိနိုင်တာမို့လို့။
ぞっ…
ဟုတ်က…
(အသားကျနေတယ်ဆိုတဲ့ အရာတွေက ကြောက်စရာအကောင်းဆုံးပဲ)
သူဟာ နှလုံးသားထဲ စွဲစွဲမြဲမြဲ မှတ်မိသွားပါတော့တယ်။
しゅん…

何があった!?
ဘာဖြစ်သွားသေးလဲ!?
大丈夫か!?
အဆင်ပြေရဲ့လား!?
おおぉ
ဘယ်လိုဖြစ်တာလဲ!?
ဒဏ်ရာရသွားတဲ့သူက
အား!!
しっかり
သတိထားဦး
ခြေသန်းလေးကို အားကြီးနဲ့တိုက်မိတာ...!
おおぉ
လက်ကဒဏ်ရာက အဆင်ပြေပါတယ်။
総合病院

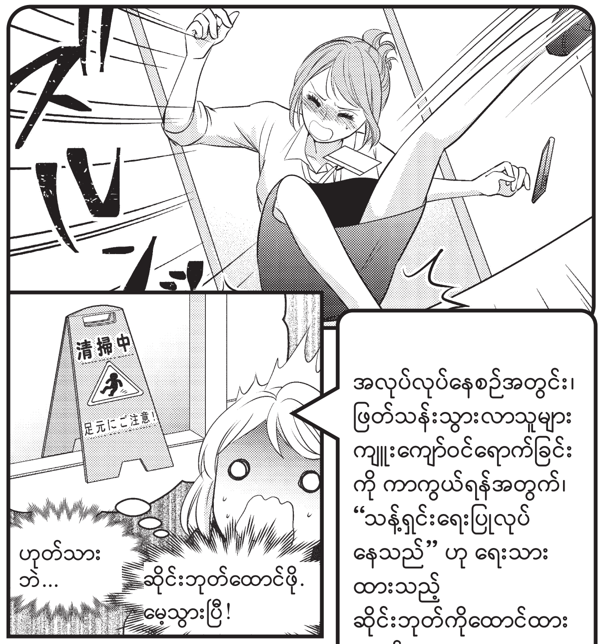
အဆောက်အအုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းခွင်တွင် သတိပြုရမည့်အချက်များ

၁။ အမြင့်တက်ရသည့်အလုပ်များ



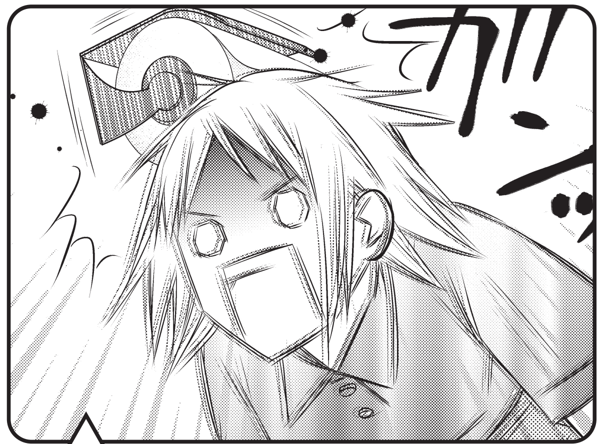
အမြင့်နေရာများတွင်ညစ်ပေနေသည်များရှိသည့်အခါတွင်၊
ခြေချ၍မကောင်းသည့်နေရာများမှမတက်ဘဲ၊ စည်းမျဉ်းများကို
လိုက်နာပြီး
သတ်မှတ်ထားသည့် နည်းလမ်းဖြင့်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ရမည်။

၂။ "သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်နေသည်" ဆိုင်းဘုတ်ထောင်ထားရန်



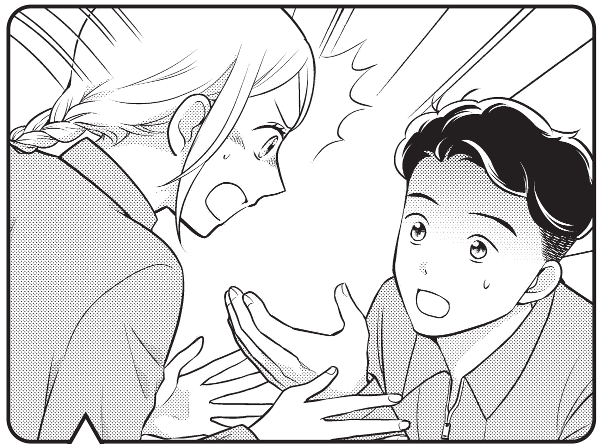
အလုပ်လုပ်နေစဉ်အတွင်း၊
ဖြတ်သန်းသွားလာသူများ
ကျူးကျော်ဝင်ရောက်ခြင်း
ကို ကာကွယ်ရန်အတွက်၊
"သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်
နေသည်" ဟု ရေးသား
ထားသည့်
ဆိုင်းဘုတ်ကိုထောင်ထား
ရမည်။

၃။ ကျဉ်းမြောင်းသည့်နေရာရှိ အလုပ်များ



အိမ်သာ၏အတွင်းပိုင်းစသည့် ကျဉ်းမြောင်းသောနေရာ
များသည်၊
ဦးခေါင်းစသည်တို့ကို တိုက်မိနိုင်ဖွယ်ရှိသောကြောင့်
သတိထားရမည်။

၄။ လက်အိတ်ဝတ်ဆင်အသုံးပြုခြင်း



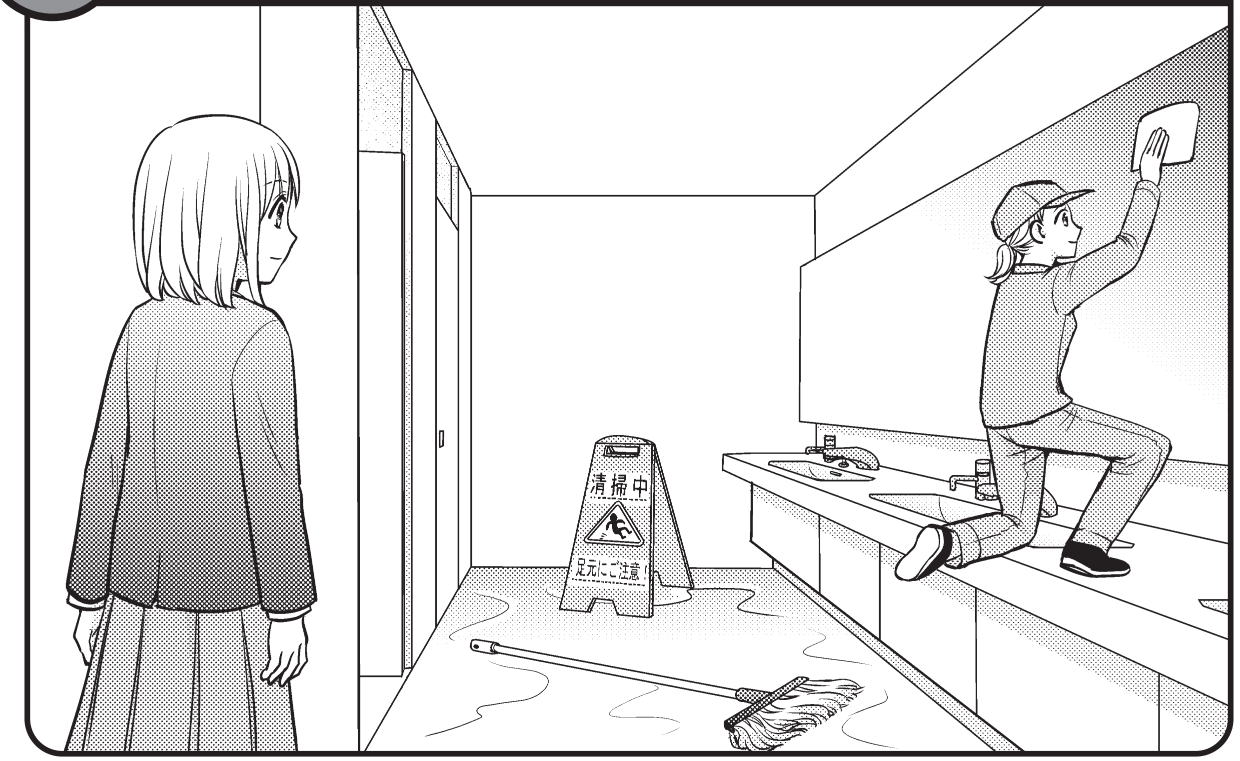
အရောင်ချွတ်ဆေးများသည် လက်တွင်ပေသွားလျှင်နာကျင်
ရောင်ရမ်းမှုများ ရှိတတ်သောကြောင့်၊
အသုံးပြုသည့်အချိန်တွင် လက်အိတ်ဝတ်ဆင်အသုံးပြုရမည်။

ရုပ်ပုံများဖြင့်လေ့လာခြင်း

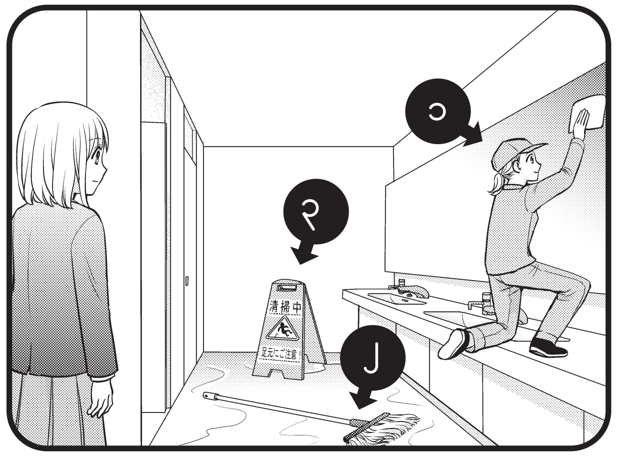
လုပ်ငန်းခွင်တွင် အလုပ်လုပ်နေစဉ် မမြင်နိုင်သော အန္တရာယ်များကို သိထားရန်!

အန္တရာယ်ကြိုတင်သိရှိမှုလေ့ကျင့်ရေး(KYT)

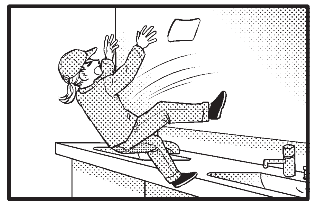
မေး ဘယ်နေရာတွေကအန္တရာယ်များလဲစဉ်းစားကြည့်ရအောင်!



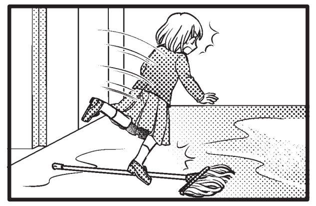
ဖြေ ဒီနေရာတွေကအန္တရာယ်ရှိတဲ့ အချက်တွေ!



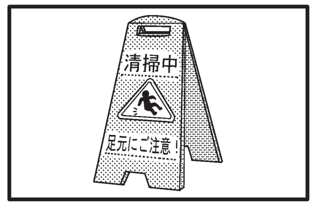
၁ ဘောစင်ပေါ်မတက်ရန်။



၂ သန့်ရှင်းရေးသုံးကိရိယာတွေကိုပစ်မထားရန်။



၃ (သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်နေဆဲ) ဆိုသည့်ဆိုင်းဘုတ်ကို ဝင်ပေါက်တွင်ထားရန်။



ကာတွန်းဖြင့် ဖော်ပြသော
အဆောက်အအုံသန့်ရှင်းရေး
လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေး

၂၀၂၀ခုနှစ် မတ်လတွင် ထုတ်ဝေသည်။

ထုတ်ဝေသူ ၊ ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်သမားနှင့်လူမှုဖူလုံရေး ဝန်ကြီးဌာန

စီစဥ်သူ ၊ Mizuho Information & Research Institute, Inc.

ကြီးကြပ်သူ ၊ လုပ်ငန်းခွင် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနဲ့ ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးဆိုင်ရာ သင်ထောက်ကူထုတ်လုပ်မှုမြှင့်တင်ရေး ကော်မတီ

အဆောက်အအုံသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းနှင့် သက်ဆိုင်သည့် လုံခြုံစိတ်ချရမှု သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ထုတ်လုပ်ခြင်း

ထုတ်လုပ်ရေး ၊ Sideranch Inc.

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

ဤစာတမ်းနှင့် ပတ်သက်၍ စုံစမ်းမေးမြန်းရန်

ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်သမားနှင့်လူမှုဖူလုံရေး ဝန်ကြီးဌာန၊ အလုပ်သမား
စံနှုန်းရေးရာဌာန၊ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနဲ့ ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးဌာန၊
အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးဌာနခွဲ