



"အင်တေနုံအတွင်းပုံငါးပြုပြင်ခြင်း"

ကျိုးမာရေးနှင့်ဘေးကင်းရေးအချက်များ

ခေါက်လျေကား၊ သယ်ဆောင်ရလွယ်သောအလုပ်ခု

(၁) အသုံးမပြုမြိမ်ဖြစ်မနေစစ်ဆေးရမည့်အချက် (သယ်ဆောင်ရလွယ်အလုပ်ခု)

အစိတ်အပိုင်းတိုင်းကိုစစ်ဆေးပါ

- မူလီများလျော့နေခြင်း ရှိမရှိ
- အစိတ်အပိုင်းများပျောက်ခုံးမှုရှိမရှိ
- အစိတ်အပိုင်းများကွွဲခြင်းကျိုးခြင်း ရှိမရှိ

လက်ကိုင်သေးတန်း

ဘုတ်ပြားအပေါ်အမြင့် ၂၀၀မီ
လီမီတာအထိထုတ်ထားသော
လက်ကိုင်တန်း

လက်ကိုင်ချောင်းကို
သေချာလော့လုပ်ပါ

အဆင်း

အဆင်းနောက်တွင်
ပါကိုတပ်ဆင်ပါ

ဘုတ်ထုတ်ထားသည့်အောက်ခြေ
ကိုလော့လုပ်ပါ

ဘုတ်ထုတ်ထားသောအောက်ခြေ

လိုက်နာရန်အချက်

- ① လျေကားနှစ်ခုကားမထွက်လာစောန်ထိန်းသည်သံချောင်းချော်မထွက်စောန်ထိန်းသည်အောက်ခြေ
မှုအထိန်းဆန့်ထုတ်လို့သည့်လျေကားတံများသည်တစ်စုံတစ်ဗုပ္ပါက်စီးနေပါကအသုံးမပြုသင့်။
- ② သယ်ဆောင်ရလွယ်သောအလုပ်ခုံးကိုရေပြင်ညီအလျားလိုက်ညီနောက်တွင်ထားပါ။

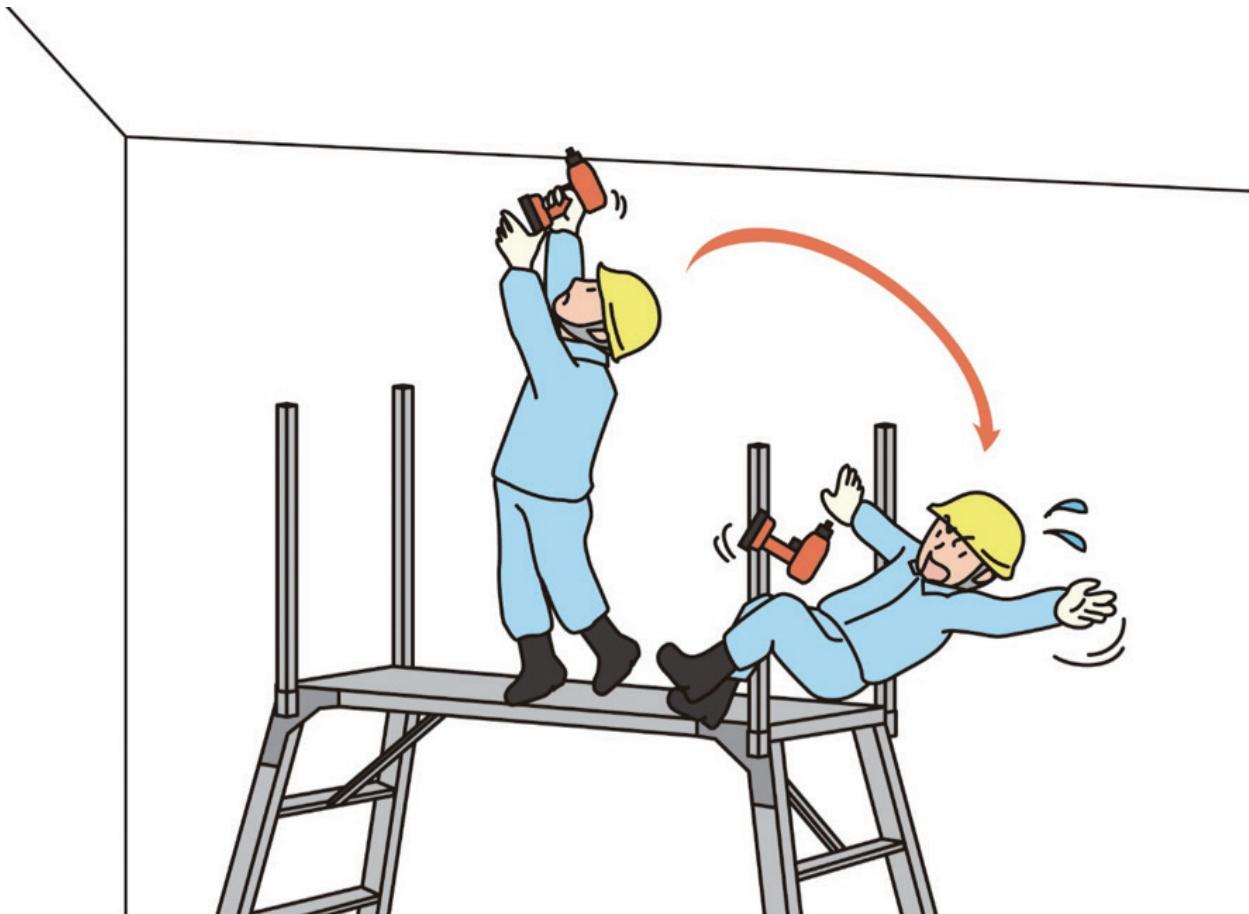
(j) သယ်ဆောင်ရလွယ်သောအလုပ်ခုမှုဘေးကင်းလုပ်ခြေဆင်းရန်



လိုက်နာရန်အချက်

- ① ခေါက်လျှကား၊ သယ်ဆောင်ရလွယ်သောအလုပ်ခုမှုကျောပေး၍မဆင်းပါနှင့်။
- ② ကိုယ်ထည်သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ဘေးတန်းကိုကိုင်၍မဆင်းပါ။
- ③ လက်ထဲတွင်ပစ္စည်းများကိုကိုင်၍မဆင်းပါနှင့်။

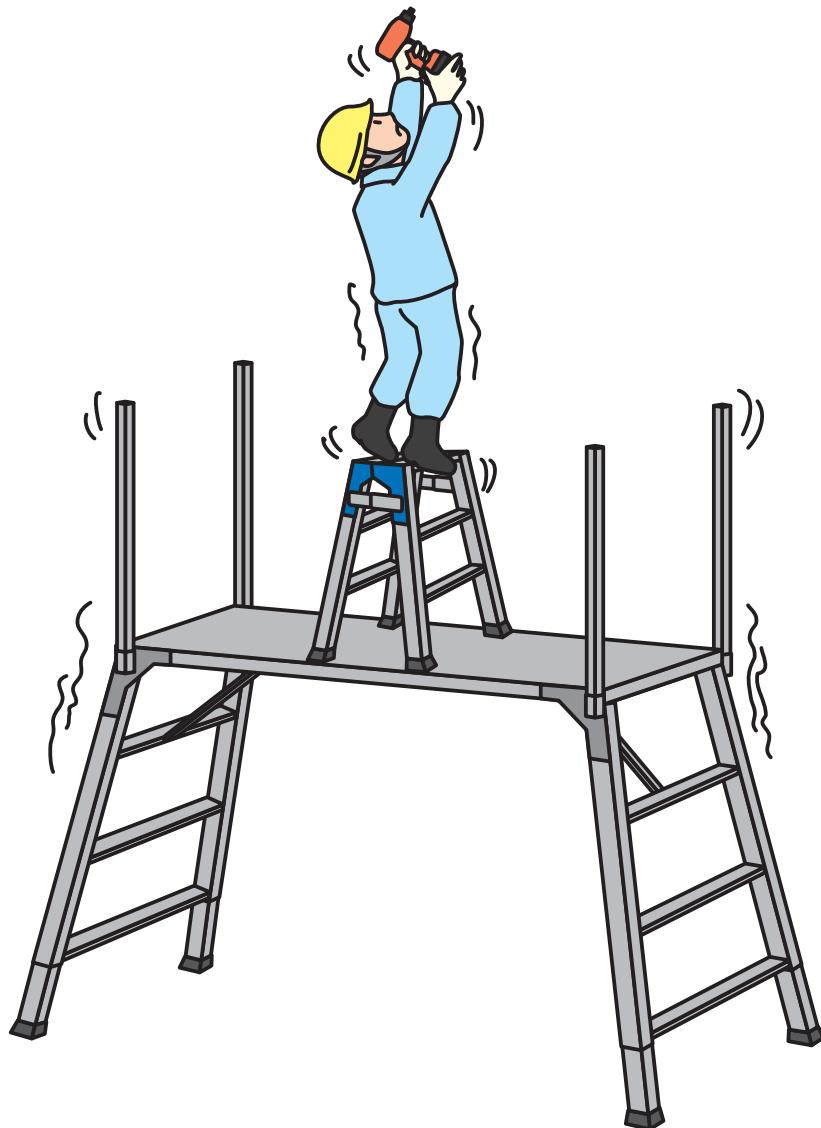
(၃) အမှန်ကန်သောအနေအထားဖြင့်လုပ်ဆောင်ခြင်း



လိုက်နာရန်အချက်

- ① ၁။ အနေအထားမမှန်ကန်ပဲအလုပ်မလုပ်ရ။
- ② ၂။ အလုပ်ခုပေါ်တွင်မှို၍ အလုပ်မလုပ်ရ။
- ③ ၃။ အလုပ်ခုပတ်ဝန်းကျင်တွင်ပစ္စည်းများမထားရ။

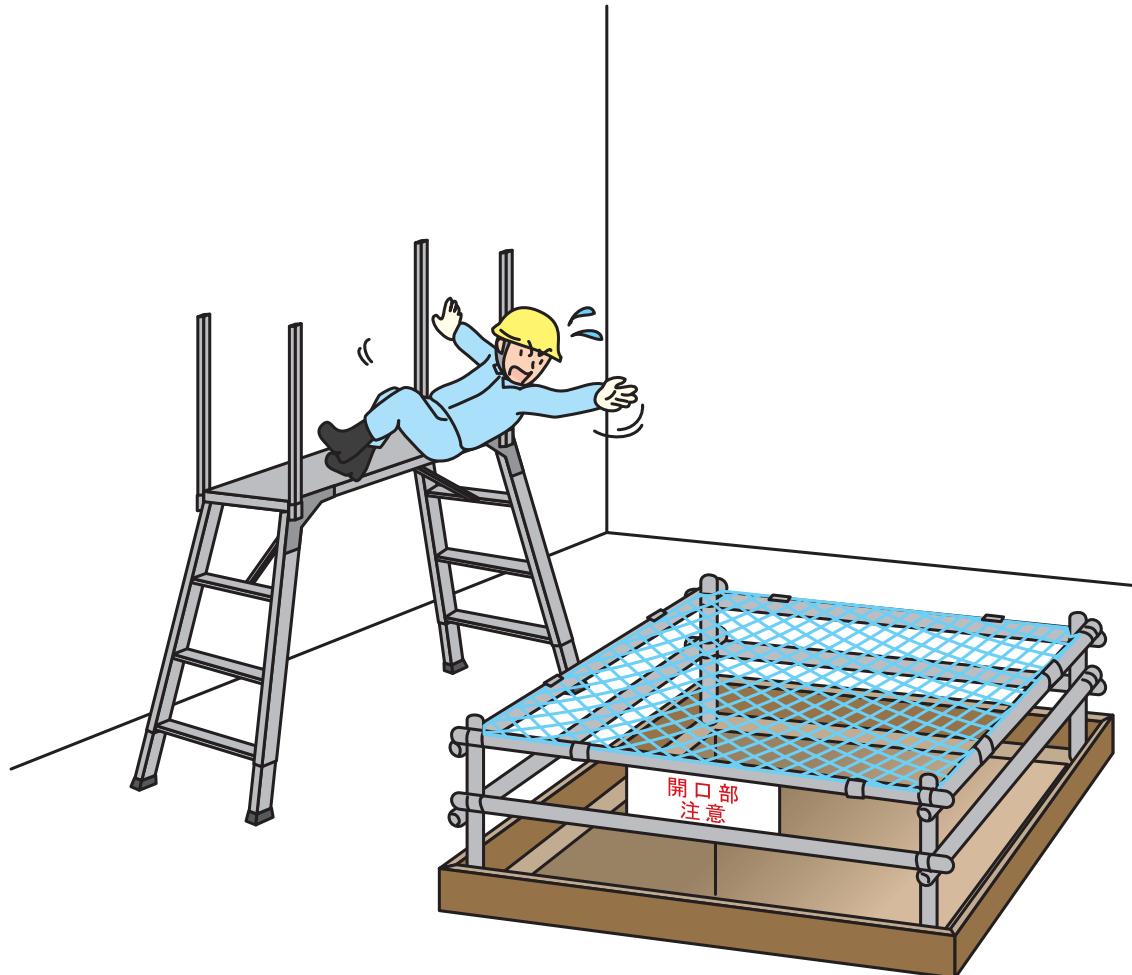
(၄)အလုပ်ခုပေါ်တွင်လျှကားတင်ရှုအလုပ်လုပ်ခြင်းမပြုရ



လိုက်နာရန်အချက်

- ① ၁။လျှကားခုပေါ်တွင်တဆင့်ခုတင်ရှုအလုပ်လုပ်ခြင်းမပြုရန်
- ② ၂။သင့်တော်ဆီလျှော်သောအမြင့်တွင်လျှကားခုကိုနောက်ချက်

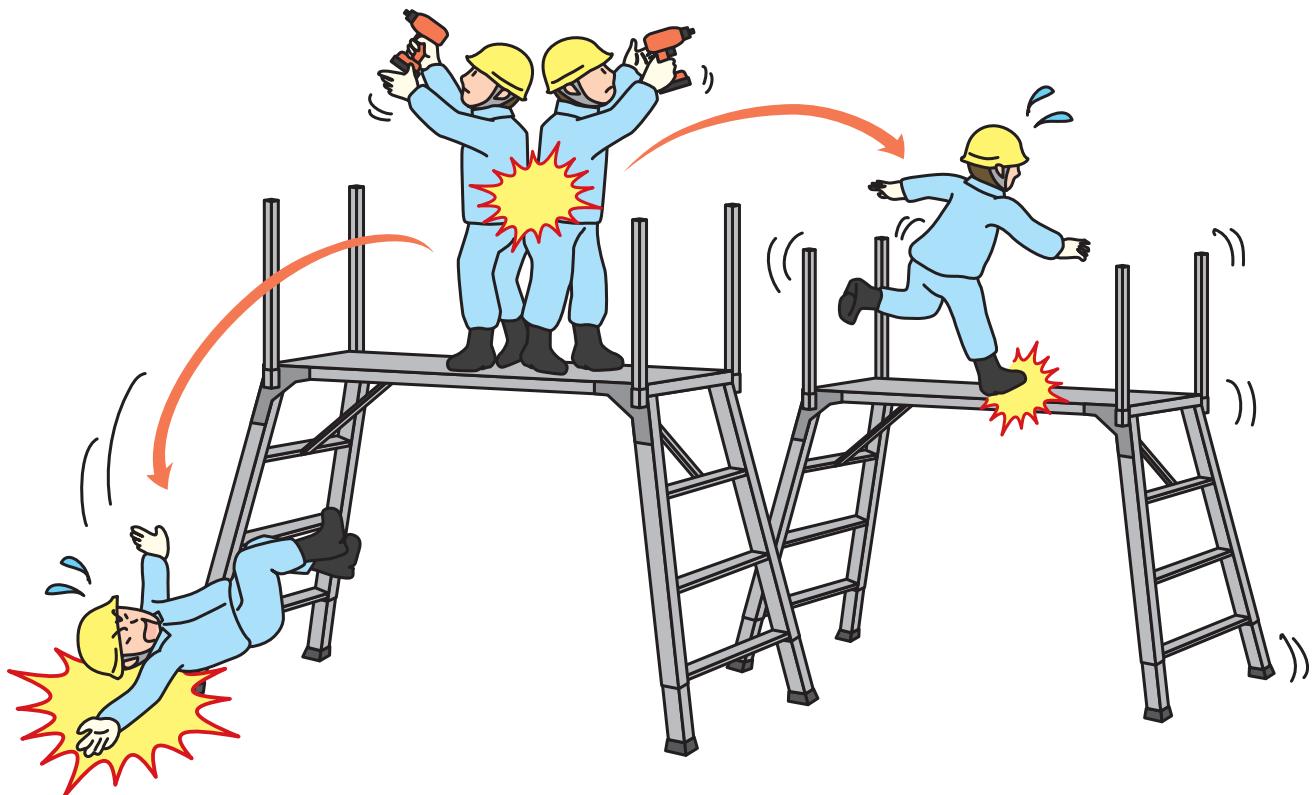
(၅) အလုပ်ခုသုံး၍ အလုပ်လုပ်စဉ်ခြေထောက်အောက်ခြေအားသေချာစစ်ဆေးခြင်း



လိုက်နာရန်အချက်

- ① ၁။ တပ်ဆင်သောအခါဂင်းခြေရင်း၍ အပေါက်မရှိသည့်နေရာတွင်တပ်ဆင်ပါ။
- ② ၂။ အလုပ်နေရာကိုစနစ်တကျဖိစ်တို့တွင်ထားရန်။
- ③ ၃။ အဖွင့်ပတ်ပတ်လည်တွင်ဒေါင်လိုက်သို့မဟုတ်အလျားလိုက်ပိုက်ကွန်မတပ်ဆင်ထားသောနေရာများကိုရှောင်ပါ။

(၆)နှစ်ယောက်တက်၍အလုပ်မလုပ်ရန်



လိုက်နာရန်အချက်

- ① ၁။အလုပ်ခုံပေါ်ယောက်တက်၍အလုပ်မလုပ်ရ။
- ② ၂။အလုပ်ခုံတစ်ခုပေါ်မှုနောက်အလုပ်ခုံတစ်ခုပေါ်သို့ခုန်ကူးခြင်းမပြုရ။
- ③ ၃။တခြားအလုပ်ခုံတွင်အလုပ်လုပ်ရန်လိုအပ်ပါကလက်ရှိခုံပေါ်မှုတစ်ခါပြန်ဆင်း၍နောက်ခုံတစ်ခုပေါ်တက်ပါ။

(၃) မသုံးခင်စစ်ဆေးရန်အချက်(ခေါက်လျှကား)

အစိတ်အပိုင်းတိုင်းကိုစစ်ဆေးပါ

- ဝက်အူမူလီများလျော့နေခြင်းရှိမရှိ
- အစိတ်အပိုင်းများပျောက်ဆုံးမှုရှိမရှိ
- လျှကားတိုင်းခြေနှင့်များပုံပျက်မှုရှိမရှိ

Check!

အပေါ်ပိုင်းကောက်နေခြင်းရှိမရှိ

ဆန့်ထုတ်ထားသည့်နေ့
သေချာကျပ်ထားမှု ရှိမရှိ

Check!

ပွင့်မသွားအောင်ထိန်း
သည့်မူလီသေချာကျပ်ထားမှု ရှိမရှိ

Check!

ဘေးတိုင်းကောက်နေ့မှု ရှိမရှိ

Check!

ခြေနှင့်ကောက်နေခြင်းရှိမရှိ

Check!

အောက်ခြေကောက်နေခြင်းရှိမရှိ

Check!

လိုက်နာရန်အချက်

- ① လျှကားနှစ်ခုကားမထွက်လာစောန်ထိန်းသည့်သံချောင်း၊ ချော်မထွက်စောန်ထိန်းသည့်အောက်ခြေမှုအထိန်း၊ ဆန့်ထုတ်လို့သည့်လျှကားတံများသည်၊ တစ်စုံတစ်ဦးပျက်စီးနေပါကအသုံးမပြုသင့်။
- ③ လျှကားထောင်ဗာတွင်၊ ရေပြင်ညီအလျားလိုက်ညီနေသောနေ့ဗာတွင်ထားပါ။

(၈) အနှင့်ပေါ်ကျေပေးတက်၍ အလုပ်လုပ်ခြင်းမပြုရ



လိုက်နာရန်အချက်

- ① ၁။ အနှင့်ပေါ်ကျေပေးတက်၍ အလုပ်လုပ်ခြင်းမပြုရ
- ② ၂။ အပေါ်ဘုတ်ပြားပေါ်တက်၍ အလုပ်မလုပ်ရ။