조심조심 코리아

PAKISTAN

خدمات
서비스업

کام سے پہلے حفاظتی جانچ
작업 전 안전점검

باورچی خانہ و پکانے والا کمرہ
주방 및 조리원

باورچی خانہ اور پکانے والا کمرہ میں کام کرنے والے ، ریسٹوران، پب(شراب خانہ) بیکری۔ سویٹ شاپ وغیرہ اور بیچنے کے مقام، ہوٹل، سرکاری جگہ، رہائشی کمپنیوں وغیر میں پکانے وغیرہ کے کام کی انجام دہی

주방 및 조리 종사자는 식당 • 주점 • 빵 • 생과자 등 판매, 호텔 • 콘도 • 수련원 등 숙박업체 등에서 조리의 업무를 수행하고 있다.

اہم نقصان • خطرے کے عوامل میں شامل ہیں، 주요 유해 · 위험 요인으로는,

- پانی، تیل وغیرہ میں گر جانا
  물기, 기름기 등에 의한 넘어짐
- کھانا پکانے کی تیار کے آلات سے کٹ لگنا، خراش لگنا اور بیچ میں آ جانا
  조리기구에 의한 절단, 베임, 끼임
- گرم پانی، کھانا وغیرہ سے لاپروائی کیوجہ سے خطرات
  뜨거운 물, 음식 등의 취급 부주의에 의한 화상 위험 등이 있다.

کام سے پہلے
حفاظتی جانچ
آپکی زندگی بچاتی ہے۔

작업 전 안전점검
당신의 생명을 지킵니다

کام سے پہلے حفاظتی جانچ کی عادت / روائیتی ثقافت
작업 전 안전점검의 습관화 / 실천문화 조성

- **کمپنی** کام شروع کرنے سے پہلے حفاظتی جانچ کو فروغ دے
  사업주 작업 전 안전점검 문화 조성 및 지원
- **کارکن** کا کام میں خطرات کو جانچنا، رپورٹ و ردعمل
  근로자 수행 작업의 위험요인 파악, 보고 및 대응
- **نگران** کام میں حفاظتی جانچ اور بہتری کے اقدامات کرے
  관리감독자 해당 작업의 안전점검 및 개선대책 수립

یاد رکھیے!
صنعتی سائیٹ کیلیے
4 لازمی حفاظتی رہنما اصول

기억하세요!
산업현장 4대 필수 안전수칙

1. **حفاظت و صحت کے نشان کا چسپاں**(خطرناک جگہ، آلات وغیرہ)
   안전보건표지 부착(위험장소, 설비 등)
2. **حفاظت و صحت کی تعلیم**
   (خطرہ عناصر، حفاظتی کام کا طریقہ کار)
   안전보건교육 실시(위험요인, 안전작업방법 인지)
3. **حفاظتی کام کی ترکیب پر عمل**(ترکیب، اصول، تعمیل)
   안전작업절차 지키기(절차 제정, 준수)
4. **حفاظتی آلات کی فراہمی۔ استعمال**(کام میں مناسب تحفظ کے آلات)
   보호구 지급 · 착용(작업에 적합한 보호구)

OPEN 공공누리 출처표시 상업용금지 변경금지 공공저작물 자유이용허락

2017 - 교육미디어 - 704

고용노동부 산업재해예방 안전보건공단

PAKISTAN

ریستوران کے کارکنان کے اہم حادثات کی مثالیں

식당 종사자의 주요 재해사례

SAFETY POINT

اہم خطرات 주요 위험요인

گرنا
넘어짐

عنوان حادثات 재해내용

- پھسل کر فرش پر گرنا
  미끄러운 바닥에서 넘어짐

بچنے کے اقدامات 예방대책

- پانی کو بار بار ہٹایا جانا
  물기는 수시로 제거
- پھسلن سے بچنے کیلیے حفاظتی جوتے پہننا
  미끄럼 방지 장화 착용
- پھسلن کے مقام پر نوٹس علامت چسپاں کرنا
  미끄럼 주의 경고표지 부착

جل جانا
화상

عنوان حادثات 재해내용

- گھومنے والے آلہ (برتن) کے گرم پانی سے جل جانا
  회전식 솥 내부 뜨거운 물에 화상

بچنے کے اقدامات 예방대책

- فکسنگ آلہ(برتن) کی جانچ پڑتال
  솥의 고정 장치 점검
- کلائی تک نیچے روکنے والے ایپرن کا استعمال
  발목까지 내려오는 방수 앞치마 착용
- جلانے والے مقام پر (نوٹس) علامت چسپاں کرنا
  화상 주의 경고표지 부착

2017 - 교육미디어 - 704

고용노동부 안전보건공단

PAKISTAN

ریستوران کے کارکنان کے اہم حادثات کی مثالیں

식당 종사자의 주요 재해사례

SAFETY POINT

خراش لگنا
베임

عنوان حادثات 재해내용

- برتن دھونے کے دوران ٹوٹے پیالے وغیرہ سے خراش جیسا زخم
  설거지 중 깨진 컵에 베임

بچنے کے اقدامات 예방대책

- ربڑ کے دستانے پہننا
  고무장갑 착용
- ٹوٹے شیشے وغیرہ کو ہٹا دینا
  깨진 유리 제거

اندر پھنسنا
끼임

عنوان حادثات 재해내용

- گرائنڈر وغیرہ میں انگلیاں پھنس جانا
  분쇄기에 손가락 끼임

بچنے کے اقدامات 예방대책

- چپکنے والی اشیا کو ہٹاتے وقت بجلی بند کرنا
  찌꺼기 제거 시 전원차단
- دستانے کا استعمال منع
  장갑 착용 금지
- مناسب اوزار استعمال کرنا
  적정 공구 사용

2017 - 교육미디어 - 704

고용노동부 산업재해예방 안전보건공단

조심조심 코리아

PAKISTAN

کام کرنے والے افراد کیلیے صحت و حفاظت
일하는 사람의 안전보건

خدمات
서비스업

کھانے پینے کی اشیا کی خدمات کے کارکن

음식 서비스 종사자

محفوظ اصول 1 | پھسلن، جھکاو اور گرنے سے بچاو
안전수칙 1 | 미끄러짐, 헛디딤 및 넘어짐 예방

- عام رستہ اور کوریڈور میں پڑے بکس اور ردی کی ٹوکری کو ہٹانا
  보행 통로와 복도에 쌓인 박스와 잡동사니는 치워야 함
- بڑا سامان منتقل کرتے ہوئے آگے کی طرف صاف نظر آنا چاہیے
  큰 물건을 운반할 때 이동방향 앞이 잘 보여야 함
- گھومنے والے دروازے اور داخلہ دروازے کے ساتھ کھڑا ہونا منع ہے
  회전문이나 출입구 앞에 서 있지 말아야 함
- وقتا فوقتا فرش کی صفائی کرنے پر محرک اشیا ہونے پر ان کو ہٹا دینا چاہیے
  바닥을 정기적으로 청소하고 흘린 것이 있으면 즉시 제거
- محرک اشیا ہونے پر یا گیلے فرش پر احتیاطی علامت چسپاں کرنا
  흘리거나 젖어 있는 바닥 주위에 경고표시 설치
- تمام ردی کی ٹوکریاں بیشترطور پر خالی کرنا
  모든 쓰레기통을 자주 비움
- پھسلن کو مکمل روکنے والے جوتے پہننا
  꼭 맞는 미끄럼 방지 신발 착용

محفوظ اصول 2 | پھسلن، جھکاو اور گرنے سے بچاو
안전수칙 2 | 절단 예방

- ہڈیوں کو سنبھالنے یا دھونے میں انگلیوں کی حرکت سے انکا جسم کی سمت میں آنے سے کٹ لگنا
  다듬거나 뼈를 발라낼 때 손가락을 오므리고 몸 바깥 쪽 방향으로 칼질
- چھری اسکے مختص غلاف میں حفاظت سے سنبھالنا
  칼을 적합한 칼걸이에 안전하게 보관
- کٹنگ بورڈ کی ہموار سطح کو استعمال کرنا
  칼질 시 도마 또는 평탄한 표면을 사용
- اچھی تیز اور مناسب چھری کا استعمال کرنا
  잘 들고 용도에 맞는 칼 사용
- مضبوط ہاتھ سے چھری کا استعمال کرنا
  힘이 센 쪽의 손으로 칼 사용

سینک کے(sink) اردگرد کا انتظام
싱크대 주변관리

- چھری کو دھوتے وقت پانی میں ڈبو دینے کی ممانعت
  칼을 설거지 물에 담그지 말아야 함
- چھری کو سینک سے باہر رکھنا
  칼을 싱크대 밖에 두어야 함
- چھری کو استعمال کرنے کے فورا بعد اسکو دھونا اور سینک کے پاس 'چھری ہے' کا ایک لیبل چسپاں ہے میں سنبھالنا
  칼을 사용한 직후에는 씻거나 싱크대 근처의 '칼 전용' 이라고 라벨이 붙은 용기에 넣어 두어야 함

OPEN 공공누리
2017 - 교육미디어 - 705
고용노동부
산업재해예방 안전보건공단

محفوظ اصول 3 | جلنے سے بچاو
안전수칙 3 | 화상 예방

- اپنے اعتماد کیلیے جسم سے باہر آنے والے ڈھکن کو کھولنا ہوگا
  자신의 몸 바깥쪽으로 뚜껑을 열어야 함
- گرم اشیاء کو سنبھالنے کیلیے اوون دستانے یا خشک کپڑا استعمال کرنا
  뜨거운 물건을 다룰 때는 오븐용 장갑 또는 마른 천을 사용
- تیل کو ضرورت سے زیادہ گرم نہیں ہونا چاہییے
  오일이 과열되지 않도록 해야 함
  - اچانک شعلہ پھیل سکتا ہے
    순식간에 화염으로 퍼질 수 있음
- یقینی بنانا کہ ہتھی متعلقہ ائریا سے باہر نہ آنے پائے
  손잡이가 조리대 바깥으로 튀어나오지 않도록 해야 함

تیل میں آگ لگ جانے کیصورت میں 오일에 불이 붙은 경우

- حفاظتی کمبل یا گیلے کپڑے سے ڈھانپنا یا تربیت حاصل کرنے کیصورت میں بلبلے یا پاوڈر فائر اکسٹینگیوشر کا استعمال
  안전 담요 또는 젖은 천으로 덮거나 교육을 받은 경우 거품 또는 분말 소화기를 사용
- گیس اور بجلی کی مین پاور بند کر دینا
  가스 또는 전원을 차단
- پانی کا استعمال بلکل نہیں کرنا
  절대로 물 사용 금지
- اسی طرح جلنے کی سطع پر پنکھا بلکل نہیں چلانا
  절대로 타고 있는 팬 이동 금지

محفوظ اصول 4 | فرائی کرنے میں محفوظ استعمال
안전수칙 4 | 튀김기의 안전한 사용

- گرم تیل کے مکمل نکل جانے پر کڑاھی کو نکالنا ہو گا
  뜨거운 기름이 완전히 빠진 후에 바구니를 꺼내야 함
- کھانے کے اجزا اور اوزارکو گرم تیل میں آہستہ آہستہ ڈالنا ہوگا
  요리 재료와 기구를 뜨거운 오일에 천천히 넣어야 함
- کھانے کے اجزا اوراوزار پر پانی ختم ہو جانے پر گرم تیل میں ڈالنے ہوں گے
  요리 재료와 기구의 물기를 없앤 다음 뜨거운 기름에 넣어야 함
- کھانا تیار کرنے والے کمرے کے فرش پرپھسلن کی رکاوٹ اور بغیرپھسلن فرشی چٹائی کا استعمال
  조리실 바닥에 미끄럼 방지 바닥처리재와 매트를 사용
- تیل کوفرش پر گرنے سے روکنے کیلیے اقدامات
  기름이 바닥에 떨어지지 않도록 조치

مندرجہ ذیل نکات پر غور کرنا اورفرائی کےکام میں صفائی کے لئے حفاظتی ہدایات کو نوٹ کرنا
다음 사항을 고려하여 튀김기 세척을 위한 안전지침서를 작성하세요.

- تیار کردہ ادارہ سےرہنمائی
  제조업체 지침
- تیل / چربی کی اقسام اور ٹھنڈا کرنے کا وقت
  기름/지방의 종류와 식힘 시간
- کنٹینر کی اقسام
  용기 종류
- متحرک راستہ: چھوٹا اور بہتر
  옮김 경로 : 짧을수록 좋음
- ضرورت کے تحت حفاظتی سامان اور ذاتی حفاظتی آلات کی اقسام
  필요한 안전 장비 및 개인 보호구의 종류

OPEN 공공누리
2017 - 교육미디어 - 705
고용노동부
산업재해예방 안전보건공단

محفوظ اصول 5 | پکڑ کر اٹھاتے وقت زخمی ہونے کی روکتھام

안전수칙 5 | 들어올릴 때의 부상 예방

01

وزن کے مرکز کی جانچ کرنا اورسامان کے قریب ہونا

무게중심을 확인한 후 물건 가까이 다가감

02

کمر کو پھیلانا ہپیس اور گھٹنے کو موڑنا، مضبوطی سے سامان کو پکڑنا (دستانے استعمال کرنے کی بجائے مضبوطی سے پکڑنا اہم ہے)

허리를 펴고 엉덩이와 무릎을 구부림, 단단히 물체를 잡음 (장갑을 사용하면 보다 잘 잡을 수 있습니다.)

03

سامان کو جسم کے قریب کرکے ساتھ لگا کر ایک مناسب رفتار سے آہستہ آہستہ آٹھانا، گھٹنے اور کندھے کے درمیان وزن کو چپکا کر اٹھانا ہوگا

물건을 몸에 가까이 붙인 채 일정한 속도로 천천히 들어 올림, 무릎과 어깨 사이에서 무게를 받쳐야 함

04

کمر کو گھومائے بغیر پاوں کا استعمال کرنا

등을 돌리지 않고 발을 이용하여 돌아섬

※ مندرجہ بالا کچھ مندرجات غیر ملکی ذرائع سے حوالہ دیتے ہیں اور کوریا کے قوانین یا حالات کے لئے موزوں نہیں ہوسکتے ہیں. 상기 내용 중 일부는 외국 자료를 인용한 것으로 국내법이나 상황 등에 적합하지 않을 수 있습니다.

조심조심 코리아

PAKISTAN

خدمات
서비스업

کام سے پہلے حفاظتی جانچ پڑتال
작업 전 안전점검

نکاسی کی بحالی کا کام حادثے کی روک تھام (آکسیجن کمی وغیرہ)

오수정화시설 작업 사고예방(산소결핍 등)

آفات کے معاملات 재해사례

نکاسی کی بحالی کے کام میں گرنا، دم گھٹنا وغیرہ کے حادثہ کا خطرہ

오수정화시설 작업시 떨어짐이나 중독, 질식 등의 사고 위험

حفاظت و صحت کے معیاری صورتحال 안전보건 준수사항

- محدود جگہوں کے لئے قواعد و ضوابط کو سمجھنا اور عمل کرنا
  밀폐공간 작업수칙 숙지 및 준수
- حفاظتی ٹوپی، حفاظتی بوٹ، حفاظتی عینک، آکسیجن ماسک، حفاظتی بیلٹ، حفاظتی رسی کا استعمال
  안전모, 안전화, 보안경, 송기마스크, 안전대, 구명줄 착용
- کام سے پہلے - بعد میں کھینچنا (کسنا) کے اقدامات
  작업 전 • 후 스트레칭 실시
- کام سے پہلے کام کی تصدیق کے اقدامات
  작업시작 전 지적확인 실시
- کام کے دوران علاماتی نشان آویزاں کرنا باہر کیطرف نگران مقرر کرنا
  작업 중 표지판을 게시하고 외부에서 작업관리자 감독 실시

کام میں حفاظت کے اصول 작업안전수칙

- کام سے پہلے متعلقہ نمائندہ سے اجازت لینا
  작업 전 책임자의 사전허가를 받음
- آکسیجن دباو اور گیس کے دباو کو چیک کرنے کے بعد صفائی کے ٹینک میں جانا
  산소농도 및 가스농도 측정 후 정화탱크 내로 투입
- کام سے پہلے ٹینک کے اندر ہوا کی گزرگاہ
  작업 전 탱크 내부 환기
- پمپ وغیرہ کے ارتھ کی تصدیق کرنا
  펌프 접지상태 확인
- اندھیرا ہونے پرروشنی کا بندوبست کرنا اور ٹارچ کا استعمال
  어둡지 않도록 적정 조명 유지 및 손전등 휴대
- کام ختم کرنے کے بعد ٹینک سے باہر کارکنان کی گنتی و تصدیق
  작업완료 후 탱크 외부 근로자 수 확인

OPEN 공공누리
2017 - 교육미디어 - 706

고용노동부 산업재해예방 안전보건공단

محدود جگہ میں کام کیلیے داخلہ کیلیے اجازت کی (مثال) 밀폐공간작업 출입 허가서(예시)

درخواست دہندہ 신청인 : [شعبہ 부서 : نام 직책 : نام 성명 : (دستخط) 서명]

داخلہ کا وقت 출입시간 : وقت 월 تاریخ 일 ماہ 시 ~ وقت 월 تاریخ 일 ماہ 시 داخلہ کا مقام 출입장소 : داخلہ کا مقصد 출입목적 :

اندر کیلیے رابطہ کا طریقہ (ضرورت پڑنے پر مخصوص نمبر) 내부 연락방법(필요시 번호 기재) :

داخلہ کیلیے اجازت زیادہ سے زیادہ 8 دن تک ہونی چاہیے۔ خطرناک گیس کے دباو کیمطابق داخلہ وقت میں اضافہ ممکن بھی ہو سکتا ہے۔
یہ اجازت نامہ صرف ایک مرتبہ کیلیےہے۔ مندرجہ بالا صورت حال میں کام کی اجازت صرف مندرجہ ذیل شرائط کے تحت ہے

출입허가는 최대 8시간까지만 유효합니다. 유해가스의 농도에 따라서 출입시간에 제한이 있을 수도 있습니다. 이 허가서는 한 회에 한해 유효합니다. 위 공간에서의 작업을 다음의 조건하에서만 출입허가 합니다

حفاظت و صحت کے ضروری معاملات 안전보건조치 요구사항

تصدیق کرنے والی باتیں 확인항목	قابل اطلاق 해당여부	نتیجہ کی تصدیق 확인결과
متعلقہ نمائندہ کیطرف سے تفویض اور انکی نگہبانی کرنا 작업책임자 지정 및 감시인 배치		
محدود جگہ میں کام کرنے والوں کے علاوہ دیگر افراد کا داخلہ ممنوع کی علامت چسپاں کرنا 밀폐공간작업 관계자 외 출입금지 표지판 게시		
وال بند کرنا، پردہ وغیرہ کی تنصیب، غیر فعال گیس کی منتقلی، کنٹینر کی صفائی 밸브차단, 맹판 설치, 불활성 가스 치환, 용기 세정		
برقی سرکٹ، محرک مشینری آلات، بائیٹرالک، غیرفعال گیس کو بند کرنا اور درستگی معاملات 전기회로, 기계장비 가동장치, 유압, 압축공기 잠금 및 시건조치		
آکسیجن اور مضر گیس کی پیمائش 산소 및 유해가스 측정		
ہوا کی گزرگاہ کے اقدامات کرکے انکی تصدیق کرنا 환기시설 설치 및 환기 실시여부		
فون وغیرہ اور وائر لیس (واکی ٹاکی) وغیرہ کا بندوبست کرنا 전화 및 무선기기 구비		
دھماکہ پروف برقی مشینری کا استعمال کرنا 방폭형 전기기계기구의 사용		
فائر اکسٹینگویشر کا بندوبست کرنا 소화기 비치		
سانس لینے کیلیے اکسیجن آلات کا بندوبست 공기호흡기 비치		
ضروری حفاظتی آلات کا بندوبست 필요한 안전장구 구비		
حفاظتی تربیت کا بندوبست اور شمولیت 안전보건교육 실시		

مضر ماحول (گیس) کی پیمائش کرنا 유해공기 측정결과

پیمائش کرنے والے مواد کا نام 측정물질명	پیمائشی دباو 측정농도	پیمائش کا وقت 측정시간	پیمائش کرنے والے کا نام 측정자성명	کیفیت 비고
				اجازت کا معیار ہوا کا دباو 허가기준 공기농도
				آکسیجن (O_2) کا دباو: 18% سے زائد 23.5% سے کم 산소(O_2) 농도 : 18% 이상 23.5% 미만
				ہائیڈروجن سلفائیڈ 10ppm سے کم 황화수소 10ppm 이하
				آتش گیر گیس (میتھین وغیرہ) 10% سے کم 가연성 가스(메탄 등) : 10% 미만
				کاربن ڈائی اکسائیڈ 1.5% سے کم 탄산가스 1.5% 미만
				کاربن مونو اکسائیڈ 30ppm سے کم 일산화탄소 30ppm 미만

مخصوص اقدامات جو ضروری ہیں 특별조치 필요사항 :

داخل ہونے والے افراد کی فہرست 출입자 명단

(دستخط) 서명	(دستخط) 서명	(دستخط) 서명
(دستخط) 서명	(دستخط) 서명	(دستخط) 서명
(دستخط) 서명	(دستخط) 서명	(دستخط) 서명
(دستخط) 서명	(دستخط) 서명	(دستخط) 서명
(دستخط) 서명	(دستخط) 서명	(دستخط) 서명

اجازت دینے والا (مجاز) 최종허가자 | شعبہ 부서 : عہدہ 직책 : نام 성명 : (دستخط) 서명

متعلقہ قوانین اور معیارات
참고 법령 및 작성 기준

- صنعتی حفاظت و صحت کے قانون آرٹیکل کی شق 10 (محدود جگہ میں صحت کی خرابی کی روک تھام)
  산업안전보건기준에 관한 규칙 제10장 (밀폐공간 작업으로 인한 건강장해의 예방)
- کوشا رہنمائی G-156-2014 「محدود جگہ میں جانے کیلیے اجازت کے اقدامات」
  KOSHA GUIDE G-156-2014「밀폐공간 출입허가제 실시지침」

조심조심 코리아

PAKISTAN

خدمات
서비스업

کام سے پہلے حفاظتی جانچ پڑتال
작업 전 안전점검

گھاس کاٹنے کی مشین کو چلانے کے کام میں حفاظت

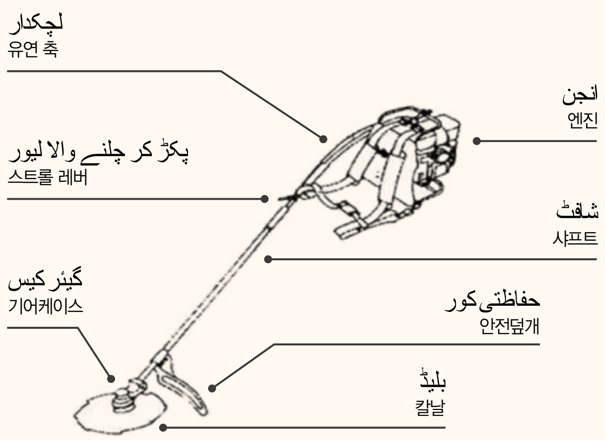
예초기 운전 작업안전

آفات کے معاملات 재해사례

گھاس کاٹنے کی مشین کو چلانے کے کام میں اسکے گھومنے والے بلیڈ یا اسکے ملبے سے حادثے کا خطرہ، زیادہ وقت مشین سے کام کرنے پر مسل (پٹھوں) کا عارضہ ہونے کا خدشہ

예초기 작업 중 회전날이나 파편으로 인한
사고 발생 위험, 장시간 작업시 근골격계질환 발생 위험

گھاس کاٹنے کی مشین کی ساخت و اقسام 예초기의 종류와 구성



- **منقسم نما مشین**
  배부식 예초기

  کمر پر اٹھانے والی، بھاری، بڑے کام کیلیے استعمال کی جاتی ہے، طویل کام کرنے والے علاقے کے لئے استعمال کی جا سکتی ہے
  등에 지고 사용, 무겁고 출력이 크며, 넓은 작업면적에 장시간 사용 가능

- **باندھنے والی مشین**
  견착식 예초기

  کندھوں پر رکھ کر استعمال کرنا، ہلکی اور ہلکے کام کیلیے ہے زیادہ دیر استعمال کرنے میں خطرہ ہو سکتا ہے
  어깨에 걸어 사용, 가볍고 출력이 낮으며, 장시간 사용시 위험 발생 우려

2017 - 교육미디어 - 707

고용노동부
산업재해예방 안전보건공단

PAKISTAN

SAFETY POINT

گھاس کاٹنے کی مشین کو چلانے کے کام میں حفاظتی اقدامات و اصول

예초기 운전작업 안전대책 및 수칙

ذاتی حفاظت کے آلات 개인 보호구

- حفاظتی ٹوپی، حفاظتی عینک، ائر پلگ (کان کیلیے)، حفاظتی لباس، گھٹنوں کیلیے حفاظتی اشیا، حفاظتی جوتے وغیرہ
  안전모, 보안경, 귀마개, 안전보호복, 안전장갑, 무릎보호대, 안전화 등

کام سے پہلے تربیت کا عنوان 작업 전 교육내용

- ایک سے زائد افراد کے اکھٹے کام کرنے کی صورت میں ایک دوسرے سے فاصلے پر کام کرنا
  다수 작업자가 동시 작업시 작업자 간 안전거리 유지
- روکنے یا منتقل کرنے کے دوران چلانے والوں کےدرمیان اور کام کے اوقات کے علاوہ بھی حفاظتی فاصلے کو برقرار رکھنا
  작업 중지 또는 이동 등 작업시간 외에는 반드시 엔진 정지 또는 이동 중 작업자 간 안전거리 유지
- ڈھلوان وغیرہ سے منتقل کرتے ہوئے گرنے سے احتیاط
  경사지 이동 중 걸려 넘어짐 주의
- سڑک وغیرہ کو پار کرتے وقت گھاس وغیرہ سے احتیاط
  도로변 제초작업시 보행이동 주의
- نقصان دہ جانوروں کے ابھر آنے پر خاموشی و سکون اختیار کر لینا
  유해동물 출현시 침착하게 대응
- حفاظتی احتیاطی تدابیر اور ذاتی حفاظتی الات کا استعمال
  안전수칙 및 개인보호구 착용 준수

خطرے کا عناصر 위험요소

- کام کے دوران مشین کے بلیڈ کےساتھ، لکڑی، پتھر وغیرہ لگ کر اسکے بلیڈ ٹوٹنے جیسا حادثہ ہو سکنے کی ممکنات ہوتی ہیں
  작업 중 예초기 날에 돌, 나무 등이 날아오거나 예초기 날 파편이 튀는 사고 가능성
- گھومنے والی گھاس کاٹنے والی مشین کے بلیڈ کےساتھ لگنے سے حادثے کی ممکنات
  회전하는 예초기 날에 접촉하여 베이는 사고 가능성
- کام کے دوران گرنا یا پھسل جانے جیسے حادثہ کی ممکنات
  보행 중 넘어지거나 미끄러지는 사고 위험
- زیادہ دیر کام کرنے سے مسل (پٹھوں) کا عارضہ ہونے کا خدشہ
  장시간 동일한 자세로 작업시 근골격계질환 발생 위험

روک تھام کے اقدامات 예방대책

- درست ذاتی حفاظتی آلات کا استعمال اور حفاظتی فاصلے کو قائم رکھنا
  올바른 개인보호구 착용 및 안전거리 유지
- اس بات کو یقینی بنانا کہ کاٹنے والے بلیڈ زمین کو نہ چھوئیں
  예초기 칼날과 지면이 닿지 않도록 주의
- گھاس کاٹنےوالی مشین کے بلیڈ کا زاویہ 5°~10°، اور انکی اونچائی تقریبا 10cm ہو
  예초기 날의 각도는 5~10°, 높이는 10cm 내외로 유지
- گھاس کاٹنے کی مشین کے بلیڈز کا رخ بائیں جانب ہوتا ہے، کام کرتے وقت دائیں جانب سے بائیں جانب کام کرنا
  예초기 날의 회전방향이 좌측이므로 우측에서 좌측으로 작업 실시
- ڈھال کی سمت میں کام کرنا اور کھڑی ڈھال میں کام کرنا ممنوع
  경사방향으로 작업을 진행하며 급경사지에서 작업 금지

متعلقہ قوانین اور معیارات
참고 법령 및 작성 기준

- کوشا رہنمائی G-69-2011 「محدود گھاس کاٹنے کی مشین سے کام سے متعلقہ تکنیکی اقدامات」
  KOSHA GUIDE G-69-2011 「예초기 작업에 관한 기술지침」

خدمات
서비스업

مضر۔خطرناک کام میں حادثہ کی روکتھام
유해 · 위험작업 사고예방

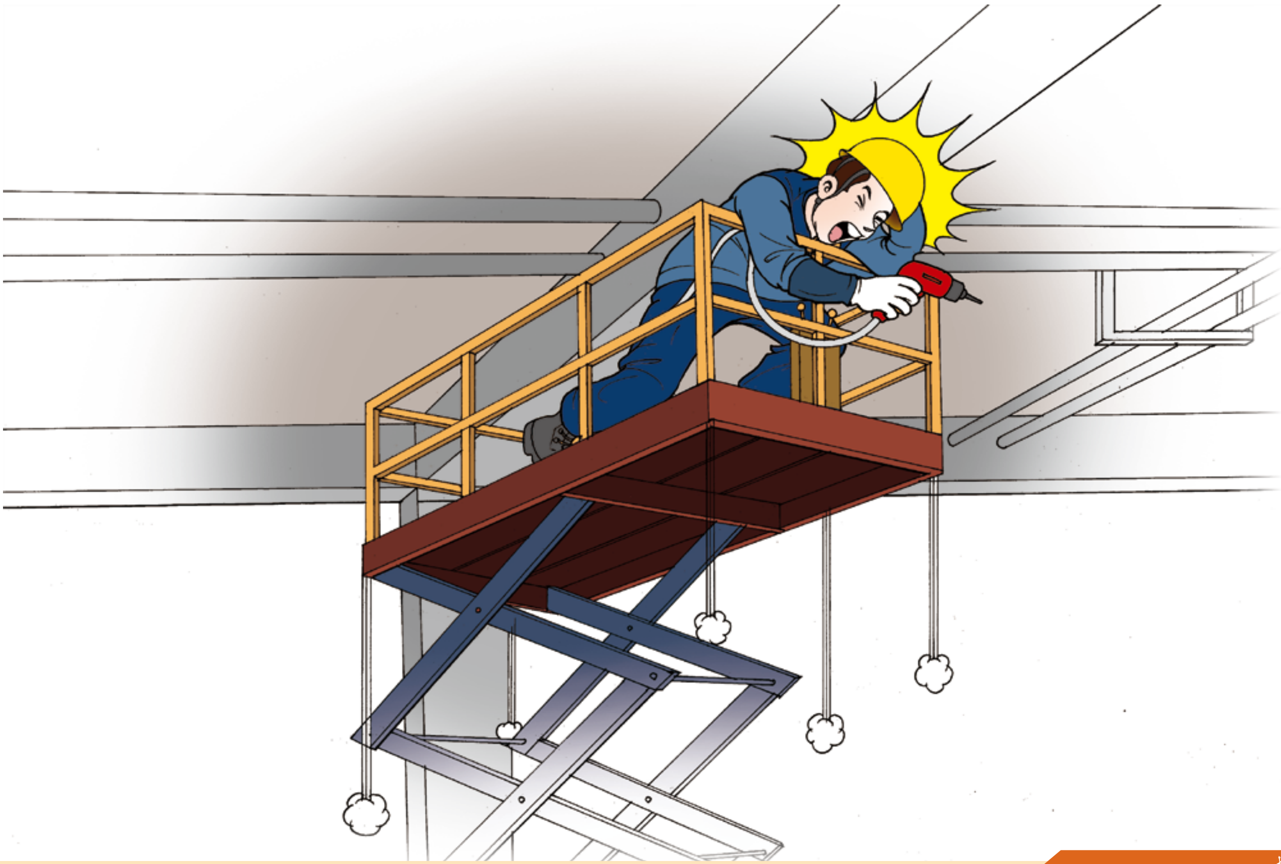
گودام کے کام میں حفاظت
창고 작업안전

PAKISTAN

آفات کے معاملات 재해사례

فیکٹری کی اندرونی چھت میں رنگسازی کا کام کرتے ہوئے کام کے بنچ اور چھت کے درمیان پھنس کر کارکن کی ہلاکت

공장 천장 도색작업을 하던 근로자가 고소작업대와 천장 사이에 끼어 사망



کام والی فیکٹری 작업공정

- کام کیلیے بنچ
  고소 작업
- گودام میں گاڑیوں وغیرہ سے متعلقہ کام
  창고 내외의 차량 운행작업
- صنعتی ٹرک سے متعلقہ کام
  산업용트럭 작업
- لوڈنگ کا کام
  적재 작업

مضر۔خطرناک عناصر 유해 · 위험요인

- پھسلنا یا کسی چیز میں پھنس کے گرنا
  미끄러지거나 걸려 넘어질 위험
- افرادی قوت کے کام کے دوران عضلاتی مسائل کا خطرہ
  인력 작업시 근골격계 질환 발생의 위험
- کام کے بنچ پر کام کرتے ہوئے گرنے کا خطرہ
  고소 작업시 떨어질 위험
- گودام کے اندر یا گودام کے ارد گرد گاڑیوں کے ساتھ ٹکرانے کا خطرہ
  물류창고 내부 혹은 주변 이동시 이동 중인 차량과 부딪힐 위험
- منتقلی کے دوران گرنے والے مواد کے لگنے یا لوڈنگ کے دوران گرنے والے مواد کے لگنے کا خطرہ
  이동 중 떨어지는 물체에 맞거나 적재된 물체가 떨어져 맞을 위험 휴대

OPEN 공공누리
2017 - 교육미디어 - 708

고용노동부
산업재해예방 안전보건공단

PAKISTAN

SAFETY POINT

گودام کے کام والے کارکنان کیلیے حفاظتی اقدامات و اصول

창고 작업 근로자 안전대책 및 수칙

پھسلنا یا کسی چیز میں پھنس کے گرنا 미끄러짐과 걸려 넘어짐

- کام کی جگہ کے فرش بکھرے مواد کا منظم بندوبست کرنا
  작업장 바닥에 흐트러진 물건을 정리
- پھسلنے والے مقام پر پھسلنے سے بچنے کا علامتی نشان چسپاں کرنا
  미끄러운 장소에 미끄럼주의 경고 표지판 설치
- مناسب روشنی کا انتظام کرنا
  충분한 조명 설치

افرادی قوت کا کام 인력작업

- افرادی قوت کے ذریعے منتقلی کے کام کو کم سے کم اور فورکلفٹر اور کنویئر وغیرہ سے منتقلی کا کام سر انجام دینا
  인력 운반작업을 최소화하고, 지게차, 컨베이어 등 운반기계장치를 이용
- سامنے نظر نہ آنے سے عضلاتی ٹکراو وغیرہ کی روک تھام کا انتظام
  부적절한 자세 등에 의한 근골격계질환 예방

کام کرنے والے بنچ پر کام کرنا 고소작업

- کرنے والے کام کا منصوبہ بنانا اور متعلقہ زیر نگرانی کام سر انجام دینا
  올바른 작업계획 수립 및 철저한 작업감독 실시
- کام کے بنچ کو استعمال کرتے ہوئے اسکے آلات کی حفاظتی جانچ کرنا
  고소 작업에 사용되는 장비의 안전점검 실시

گودام کے اندرگاڑیوں وغیرہ کا آنا جانا 창고 내외의 차량 운행

- گاڑیوں اور پیدل چلنے والے استعمال شدہ راستہ کے فاصلہ کومخصوص صورر پر تقسیم کرنا
  차량과 보행자가 같은 도로를 사용시 경계선 등을 통한 통로 구분
- نگران کے حکم کیمطابق ورکشاپ میں گاڑیوں کو حفاظتی طریقے سے چلانے کے اقدامات
  유도자 배치를 통한 안전한 차량 운전 작업실시
- گاڑیوں کی روانگی سے پہلے لوڈ سامان کی تصدیق، روانگی کے حکم کے بغیر روانگی ممنوع
  차량 출발 전 적재 상태 확인, 출발 지시 없이 임의 출발 금지

لوڈنگ کا کام 적재 작업

- پائلٹ (تختہ) استعمال کرنے کے قابل ہے یا نہیں استعمال سے پہلے لازمی تصدیق
  팔레트들이 사용가능한 상태인지 사용 전 반드시 확인
- ناقابل استعمال پائلٹ کو مرمت یا ضائع کرنے کیلیے علحیدہ کرنا
  손상된 팔레트는 수리나 폐기를 위해 따로 분류
- پائلٹ کا توازن بگڑے بغیر مکمل طریقے سے لوڈنگ کرنا
  팔레트의 편하중이 생기지 않도록 정확하게 적재
- فورکلفٹر دوسری گاڑیوں سے ٹکرانے کے خطرہ کیصورت میں رہنما ریل (گائیڈ ریل) کی تنصیب کرنے کے اقدامات کرنا
  지게차나 다른 차량에 부딪힐 위험이 있는 경우 가이드 레일을 설치하는 등 적절한 조치 실시

متعلقہ قوانین اور معیارات
참고 법령 및 작성 기준

- صنعتی حفاظت و صحت کےمعیار سے متعلقہ قوانین آرٹیکل 3 (گرنے کی روکتھام)
  산업안전보건기준에 관한 규칙 제3조 (전도의 방지)
- صنعتی حفاظت و صحت کےمعیار سے متعلقہ قوانین آرٹیکل 4 (کام کی جگہ پر صفائی برقرار رکھنا)
  산업안전보건기준에 관한 규칙 제4조 (작업장의 청결)
- صنعتی حفاظت و صحت کےمعیار سے متعلقہ قوانین آرٹیکل32 (تحفظ کی فراہمی وغیرہ)
  산업안전보건기준에 관한 규칙 제32조 (보호구의 지급 등)
- کوشا رہنمائی G-109-2014 」گودام کے کام میں حفاظت سے متعلقہ تکنیکی اقدامات「
  KOSHA GUIDE G–109–2014「창고 작업 시 안전에 관한 기술지침」

OPEN 공공누리
2017 - 교육미디어 - 708

고용노동부
산업재해예방 안전보건공단