



Para Technical Intern Trainee
ぎ のう じっしゅうせい む
技能実習生向け

Isang Hakbang para sa mga Technical Intern Trainee tungkol sa Ligtas na Paghihinang

ぎ のう じっしゅうせい よう せつ さ ぎょう
技能実習生が溶接作業を
あん ぜん おこな だい いっ ぽ
安全に行うための第一歩

Mga Nilalaman

Pambungad	1
1 Tatlong Pangkaraniwang Uri ng Aksidente sa mga Operasyong Paghihinang ...	2
2 Mga Operasyong may Pinakamataas na Kaso ng mga Aksidenteng Nakamamatay	2
3 Mga Aksidenteng Maaaring Mangyari sa Oras ng Operasyong Paghihinang at mga Katanungan	3
4 Alamin ang Sitwasyon ng Paghihinang sa Bansang Hapon	15
5 Apat na Puntos upang Maiwasan ang mga Aksidente	16
6 Listahan ng mga Paliwanag	17

Pambungad

Ang paghihinang ay isang kasanayan na ginagamit sa mga produkto at mga istraktura sa isang malawak na hanay ng mga larangan, kabilang ang paggawa ng mga bapor, mga sasakyan, pang-industriyang makinarya, at konstruksyon.

Malawak ang sakop na mga uri ng trabaho nito, at mahirap tiyakin kung gaano karaming impormasyon ang maipapaloob sa teknikal na pagsasanay.

Hinihiling namin sa mga technical intern trainees na basahing maigi ang gabay pang-operasyon ng kaligtasan at kalusugan upang malaman ang mga pamamaraan para manatiling ligtas at komportable sa trabaho. Kabilang dito ang pag-aaral ng tamang paraan sa pagsusuot ng kagamitang pamproteksiyon at pag-unawa ng mga bahaging may panganib at kung saan dapat mag-ingat upang maprotektahan ang sarili bilang isang trainee sa mga operasyong paghihinang.

Umaasa kaming kapag naunawaan ang mga nilalaman ng manwal na ito, magbibigay-daan ito sa iyo upang maging mahusay ang pag-unlad ng iyong mga teknikal na pagsasanay sa pamamagitan ng paghahatid ng kapaki-pakinabang na mga gabay sa kaligtasan.



1

Tatlong Pangkaraniwang Uri ng Aksidente sa mga Operasyong Paghihinang



Ang tatlong pinaka-karaniwang uri ng mga aksidente sa mga operasyong paghihinang na ikaw ay kasangkot ay nabibilang sa 70 porsiyento ng lahat ng mga aksidenteng may kaugnayan sa paghihinang.

(Batay sa isang occupational accident survey na isinagawa ng JITCO sa taong-piskal 2015.)

Pinsala sa mata mula sa mga tilamsik at pinagkataman ng gilingan: 35%



Ang mga tilamsik mula sa hinangan at pinagkataman ng gilingang tumatama sa mata at mukha ay nagdudulot ng maraming pinsala. Gayundin, ang pagtingin sa liwanag mula sa hinihinang ay maaaring maging mapaminsala sa mga mata at magdulot ng pananakit.

Pagkakaipit at pagkakagusot: 23%

Ang mga guwantes ay kadalasang nagugusot sa mga electric drill kapag ang mga manggagawa ay nagpapasok ng isang kamay upang alisin ang basura o materyal na sumabit sa isang makina nang hindi muna ino-off ang makina. Ito, kung minsan ay humahantong sa malubhang pinsala tulad ng pamamaga ng kamay o daliri, pagkabali ng braso, o iba pang mga pinsalang pisikal na permanente.



Pagkakahiwa at pagkagalos: 14%



Ang mga kamay o binti ng mga manggagawa ay madalas na nahihawi sa mga gilingan at ang kanilang mga daliri sa mga materyales tulad ng bakal na ohas.

2

Mga Operasyong may Pinakamataas na Kaso ng mga Aksidenteng Nakamamatay



(1) Pagbubuhat ng mga mabibigat na bagay

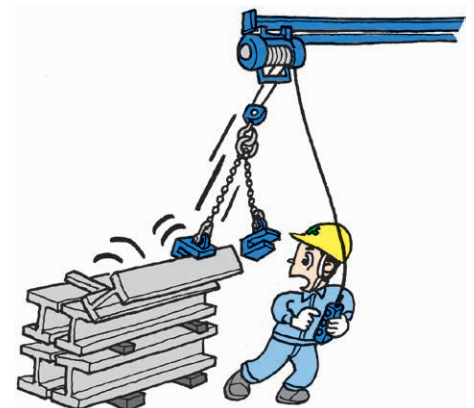
Ang pagkakaipit sa pagitan o sa ilalim ng mga mabibigat na kargada ay maaaring maging sanhi ng malubhang pinsala. Huwag magpatakbo ng isang kreyn, magsagawa ng paglulubid at paglalayag, o gumawa ng iba pang katulad ng trabaho nang walang lisensiya.

Kapag ang isang lisensiyadong opereytor ay pansamantalang umalis, ang katulong nito ay hindi kailanman dapat gumawa ng kahit ano hanggang sa bumalik ang lisensiyadong opereytor. Maghintay sa isang ligtas na lokasyon.

(2) Paggamit ng makinang pamproseso maliban sa makinang panghinang

Ang saklaw ng trabaho na maaari mong gawin bilang manghihinang ay nakatukoy. Dahil lamang may maaaring humiling sa inyo na gawin ang isang bagay ay hindi nangangahulugang maaari kang gumawa ng ano mang uri ng trabaho.

Hindi ka maaaring gumawa ng ibang trabaho maliban sa paghihinang hanggang sa matanggap mo ang sapat na pagsasanay tungkol sa kaligtasan at kalusugan.





Listahan (Salaming Pangkaligtasan)

	Mga Gamit na Kailangang Tiyakin	Oo	Hindi
1	Alam mo ba ang iba't-ibang mga uri ng salaming pangkaligtasan?		
2	Nakapili ka na ba ng akmang pares ng salaming pangkaligtasan para sa trabahong gagawin?		
3	Gumagamit ka ba ng salaming pamproteksyon sa liwanag?		
4	Alam mo ba ang numero ng iyong ginagamit na salaming pamproteksyon sa liwanag?		
5	Lapat ba sa iyong mukha ang salaming pangkaligtasan?		
6	Gumagamit ka ba ng salaming pangkaligtasang may proteksyon sa tagiliran?		
7	Nauunawaan mo ba kung bakit mainam ang salaming pangkaligtasang may proteksyon sa tagiliran?		
8	Ang mga lente ba ng salaming pangkaligtasan ay may marka ng JIS?		
9	Nagsusuot ka ba ng salaming inireseta ng doktor?		
10	Iniiinspeksyon mo ba ang salamin bago gamitin?		
11	Ang mga manggagawa ba ay may sari-sariling salaming pangkaligtasan?		
12	Inaalagaan mo ba ang salamin pagkatapos gamitin ang mga ito?		
13	Itinatabi mo ba ang salaming pangkaligtasan sa tamang lugar?		
14	Alam mo ba kung kailan mo dapat palitan ang iyong salaming pangkaligtasan?		

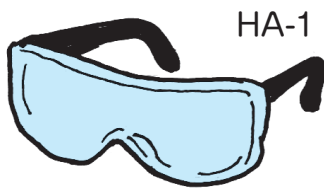
Gaano karami ang iyong nauunawaan?
Tiyakin ang kaalaman!
Tingnan ang mga susunod na mga pahina para sa mga kasagutan.



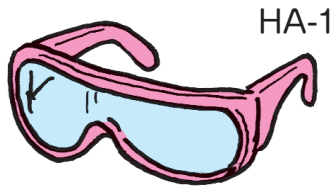
Q1 Bakit nakapasok pa rin ang iron powder sa aking mga mata kahit na suot ko ang salaming pangkaligtasan?

A1 Kahit na suot mo ang salaming pangkaligtasan, maaaring makapasok ang mga labi sa iyong mga mata sa mga siwang ng salamin kapag ito ay hindi lapat sa iyong mukha, kapag hinipan ng manggagawang katabi mo, o, sa kaso ng mga goggles, kapag ang mga labing natipon sa ibabaw nito ay nalaglag sa iyong mga mata kapag ito ay hinubad mo.

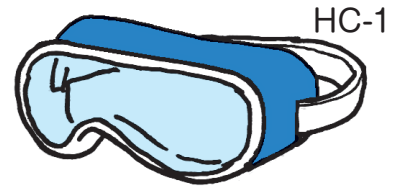
- ◆ Gumamit ng salaming pangkaligtasang angkop sa uri ng gawain (paghihiwa, pag-aahit, paggigiling, at iba pa.).



Gapas (proteksyon sa mga mata mula sa mga bagay na lumilipad)



Gapas na may proteksyon sa tagiliran (proteksyon sa mga mata mula sa mga bagay na lumilipad)



Goggles (proteksyon sa mga mata mula sa mga maliliit na bagay na lumilipad, alabok, liquid spray, at iba pa)

Paglalapad ng salaming pangkaligtasan

- Mamili ng salaming pangkaligtasang lapat sa iyong mukha. Ang salaming pangkaligtasan ay gamit na pampersonal. Huwag itong ipahiram sa iba.
- Mahalagang isaayos ang mga nose pads at temples ng salaming pangkaligtasan upang ito ay siguradong nakalapat sa iyong mukha.
- Dapat na pantay ang suporta ng salaming pangkaligtasan sa tatlong bahagi (ilong at parehong tainga).



Bahaging paglalapatan

Inspeksyon pagkatapos gamitin

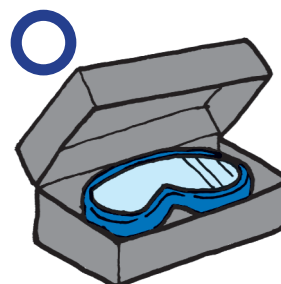
- Tiyaking walang problema, kung ito ay madumi, may gasgas, may basag na bahagi o kaya naman ang mga lente, eyepiece o panganantawan ay hindi sira.
- Matapos gamitin, linisin ito sa pamamagitan ng paghuhugas sa umaagos na tubig. Pagkatapos, ipasok ito sa malambot na lalagyan.



Paano linisin



Paano tanggalin ang salaming pangkaligtasan



Ilagay sa lalagyang kasama ng salamin.



Huwag ilagay sa loob ng toolbox kasama ng iba pang mga kagamitan.

Taguan

Q2 Ang mga manggagawa ay madalas na nasasaktan kapag naggigiling. Saan ako dapat mag-ingat?

A2 Ang gulong na panggiling ay madaling nasisira kapag napupuwera, kaya ito ay dapat gamitin nang maayos. Kailangan mo ring maging maingat sa mga aksidenteng dulot ng mga lumilipad na pinagkataman, mga aksidenteng dulot ng pagkakahawak o pagkakangusot sa gulong, at mga aksidenteng dulot ng pagkakalanghap ng alabok. Kapag naggigiling, sundin ang mga wastong pamamaraan at magsuot ng naaangkop na kagamitang pamproteksyon.

Halimbawa ng tamang paggamit sa disc grinder

1. Gawain

Paggiling ng malambot na ohas na bakal gamit ang disc grinder (Fig. 1)

2. Mga materyales at kagamitan

- Soft steel sheet (19mm × 80mm × 150mm)
- Gato
- Disc grinder, gulong na panggiling

3. Pamamaraan

(1) Ihanda

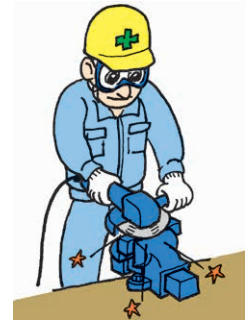
Isaayos ang work piece upang may 10 mm na nakapaibabaw sa mga pangil ng gato (Fig. 2).

(2) Gilingin

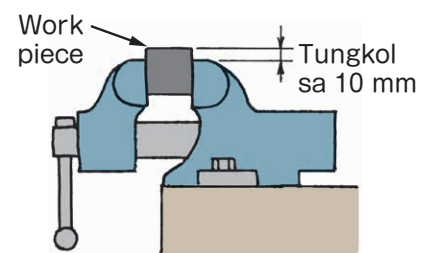
- Hawakan ang gilingan gamit ang dalawang kamay at buksan ito. Paganahin sa loob ng mga tatlong minuto upang matiyak kung may mga abnormalidad sa makina.
- Habang hawak ang gilingan sa anggulong 15-30 degrees mula sa ibabaw ng gilingan, marahang itulak ito nang pabalik-balik upang makapaggiling (Fig. 3).

(3) Linisin

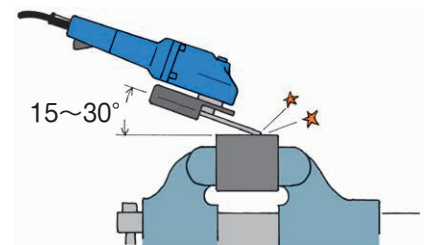
- Patayin ang gilingan. Kapag tuluyan nang huminto ang gulong sa pag-ikot, ilagay ang gilingan sa tabi ng gato kung saan ang gulong ay nakaharap paitaas. Tanggalin sa saksakan ang gilingan.
- Linisin ang ibabaw ng gilingan gamit ang walis na pamalis. Linisin ang mga labi sa gilingan gamit ang basahan.



(Fig. 1)



(Fig. 2)



(Fig. 3)

◆ Mga pag-iingat ◆

- (1) Palaging gumamit ng salaming pangkaligtasan o ng takip sa mukha bilang pamproteksyon mula sa alabok habang naggigiling.
- (2) Huwag kailanman gamitin ang gilingan nang nakatanggal ang takip na pangkaligtasan.
- (3) Huwag kailanmang gumamit ng gilingan nang basa ang iyong mga kamay. Huwag kailanmang basain ang gulong ng gilingan gamit ang tubig o langis.
- (4) Gumamit ng mga saksakang may ground-fault interrupter.
- (5) Mapanganib kapag napalakas masyado ang pagtutulak sa gilingan dahil maaaring huminto ito sa pag-ikot o masira ang gulong nito.
- (6) Kapag bago ang gulong ng gilingan, maaaring masira ng mga sulok ang ibabaw nito kung itutulak paharap. Kung kaya't maggiling sa pamamagitan ng paghila nito.
- (7) Tiyaking nakakabit ang ground wire. (Ang ibang mga gilingan ay hindi nangangailangan nito.)
- (8) Kailangan ng espesyal na pagsasanay upang makapagpalit ng gulong ng gilingan.

Listahan (Dust mask)

	Gamit na Kailangang Tiyakin	Oo	Hindi
1	Maipapaliwanag mo ba ang iba't-ibang mga uri ng alabok na nalilikha habang ikaw ay nagtatrabaho?		
2	Bukod sa alabok, mayroon bang malaambong langis?		
3	May mga lugar ba sa malapit kung saan ang mga panunaw na organic ay ginagamit?		
4	Alam mo ba ang uri at mga kakayahan ng gamit mong dust mask?		
5	Kapag ang gawain ay nasasangkot sa lubhang mapanganib na alabok, gumagamit ka ba ng dust mask na maaaring itapon?		
6	Nakasubok ka na ba dati ng mask fit test?		
7	Nakagamit ka na ba dati ng fit checker?		
8	Kapag marahan mong tinatakpan ang daluyan ng hangin ng dust mask gamit ang iyong mga palad, mainam pa ba ang iyong paghinga?		
9	Alam mo ba kung kailan pinapalitan ang salaan ng dust mask?		
10	Isinasabit mo ba ang tali ng iyong dust mask sa iyong mga tainga?		
11	Nakagamit ka na ba dati ng de-kuryenteng gamit sa paghingang may panlinis ng hangin?		
12	May tao bang responsable sa pamamahala ng pagsusuot ng proteksiyon kagamitan sa iyong lugar na pinagtatrabahuan?		

Alam mo ba ang mga kasagutan sa mga oras na ito?
Tingnan din ang mga sumusunod na katanungan!



Q3 Bakit dapat akong magsuot ng dust mask na nagpapahirap sa paghinga, kahit na parang wala akong masasamang sintomas?

A3 Ang usok mula sa panghinang ay naglalaman ng maliliit na alabok na tinatawag na fumes. Kapag nalanghap, ito ay nakakarating sa malalim na bahagi ng baga, kung saan ito ay natitining at hindi kailanmang nailalabas mula sa katawan.

Hindi magdudulot agad ng sakit kinabukasan ang pagkakalanghap ng alabok ngayon. Ngunit makapagdudulot ito ng pagkakapos sa paghinga, pag-ubo at plema kapag patuloy ang paglanghap nito.

Ang patuloy na paglala nito ay maaaring humantong sa nakatatakot na sakit na tinatawag na pneumoconiosis kung saan ang paghinga ay nagiging mahirap kahit na ikaw ay naglalakad lamang. O kaya ay nagiging mabilis ang tibok ng puso at hindi mo na kakayaning magtrabaho pa.

Baga ng isang malusog na tao



Baga ng isang pasyenteng may pneumoconiosis



(Mga larawang naghahambing ng mga baga ng isang malusog na tao at ng taong may pneumoconiosis)

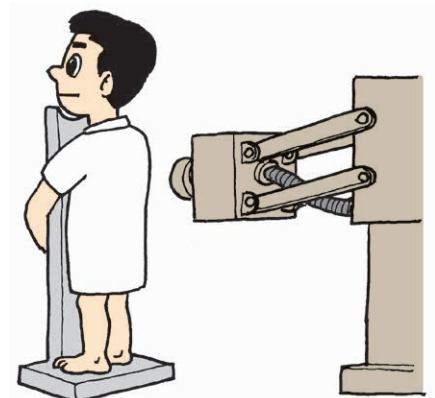
Mahalagang isalang-alang ang mga sumusunod kapag nagsasagawa ng arc welding at paggigiling upang maiwasan ang pneumoconiosis.

- Bago magsimula sa trabahong ito, kumuha ng medikal na pagsusuri para sa pneumoconiosis. Pagkatapos, magkaroon ng regular na pagsusuri para sa pneumoconiosis upang masigurong walang problema sa kalusugan.
- Magsimula lamang ng pagtatrabaho pagkatapos maglagay ng dusk mask na akma para sa uri ng trabahong gagawin.
- Buksan ang kagamitan para sa lokal na bentilasyon.

Ano ang pagsusuri para sa pneumoconiosis?

Ang pagsusuri para sa pneumoconiosis ay para makita kung may anino sa baga sanhi ng pneumoconiosis. Ito ay isinasagawa sa pamamagitan ng film radiography (direktang radiography) gamit ang makinang pang-X-ray. Bago simulan ang maalabok na trabaho, magpasuri muna upang matiyak na walang problema sa baga.

Ang fluorography (isang paraan kung saan ang litrato ng X-ray ay hindi direktang kinukuha) ay isinasagawa habang nagsusuri ng kalusugan ng mga bagong manggagawa at sa regular na pagsusuri ng kalusugan, ngunit hindi nito matutuklasan ang pneumoconiosis. Siguraduhing makakakuha ka ng direktang pagsusuri ng radiography.



Tamang paraan ng pagsusuot ng mask

Kahit na maayos ang pagkakalagay mo ng dust mask, makapapasok pa rin ang alabok sa kahit anong puwang.

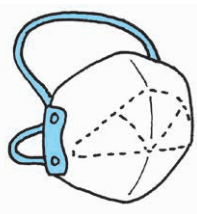


Marahang takpan ang daluyan ng hangin ng mask gamit ang mga palad upang matiyak na ang hangin ay hindi makadadaloy papasok sa pansala, na siyang magpapahirap sa paghinga.

Kung hindi makakaramdam ng hirap sa paghinga, ibig sabihin may tagas sa pagitan ng iyong mukha at ng mask. Ayusin ang mask pataas o pababa, o ayusin ang pagkakasikip ng tali upang mailapat ang mask nang mabuti.



Dust mask na napapalitan



Dust mask na maaaring itapon

Mga uri ng dust masks

May dalawang uri ng dust masks (na makikita sa kaliwa). Gumamit ng mask na aprubado sa pamantayan ng pambansang pagsusuri.

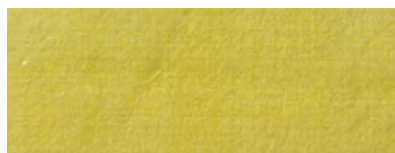
Mamili ng dust mask na napapalitan kapag madalas na nagsasagawa ng arc welding at paggiling.

Mamili ng dust mask na napapalitan kapag ikaw ay nagtatrabaho sa lugar na may alabok na lubhang mapanganib.

Kailan magpapalit ng salaan

Ang mga salaan ay dapat palitan pagkalipas ng takdang panahon, dahil nagkakaroon ito ng pagbabara, na siyang nagpapahirap sa paghinga at pagbaba ng kalidad nito.

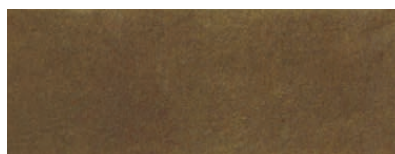
Ang kulay ng salaan ang siyang makapagsasabi kung kailangan na itong palitan.



Bagong salaan



Ang salaan na maaari pang gamitin



Salaan na kailangan nang palitan

* Ang mga litratong ito ay mga halimbawa lamang. Ang kulay ng mga salaan na kailangan nang palitan ay nag-iiba depende sa lugar ng pinagtatrabahuan.

Tiyakin sa gumawa ng kagamitang pamproteksyon ang mga kulay ng mga salaang kailangang palitan sa lugar na pinagtatrabahuan.

Q4 Ang mga damit na sintetiko ay mainit sa pakiramdam at ang botang gawa sa goma ay mainam isuot kahit na ang lapat sa mga paa ay hindi mainam. Bakit hindi ko sila maisuot?

A4 Ang mga tilamsik at mga piraso ng mga abo ay minsang lumilipad sa lahat ng direksyon habang naghihinang. Magsuot ng damit pamproteksyon mula sa apoy habang nagtatrabaho at takip para sa mga binti upang maprotektahan ang iyong katawan mula sa pagkakasunog.

◆ Damit at kagamitang pamproteksyon para sa paghihinang.

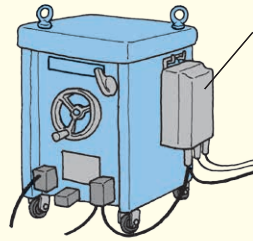
- Damit pantrabaho: Ang mga damit na may proteksyon mula sa sunog ay higit na mainam. Huwag magsusuot ng punit o basang mga damit.
- Tapis: Ang katad ay higit na mainam.
- Hard hat: Proteksyon mula sa mga lumilipad o nahuhulog na mga gamit.
- Salaming pangkaligtasan: Gapas na pamproteksyon mula sa liwanag o goggles
- Dust mask: napapalitan o naitatapon
- Botang pangkaligtasan: may gomang suwelas
- Takip para sa mga binti: ang katad ay higit na mainam.
- Guwantes: tuyong katad. Huwag gumamit ng punit o basang guwantes.



Isipin ang iba pang mga kagamitang pangkaligtasan maliban sa mga nabanggit upang maprotektahan ang iyong katawan mula sa mga aksidente.

Q5 Sinabihan akong gumamit ng awtomatikong kagamitan pamproteksyon mula sa electric shock kapag gumagawa ng arc welding nang may AC arc welder. Anong uri ng gamit iyon?

A5 Ang boltahe sa lalagyan ng elektrod ay nasa 30 V kapag gumagawa ng isang arc na may isang AC arc welding. Kapag walang arc na ginagawa, ang boltahe ay mabilis na tumataas, na umaabot ng mga 70-80 V. Kaya, kung sakaling mahawakan ang isang nag-uugnay na bahagi ng hawakan ng elektrod, makakaranas ng isang electric shock. Isang awtomatikong aparatong pamproteksyon mula sa electric shock ay awtomatikong binababaan nang husto ang boltahe hanggang sa mawalan ng panganib mula sa electric shock sa mga oras ng walang load. Ang ilang mga awtomatikong aparatong pamproteksyon mula sa electric shock ay panloob at ang iba naman ay panlabas.



Halimbawa ng aparatong otomatikong nakakapigil ng electric shock

(Sa kasalukuyan, karamihan sa mga makinang panghinang ay may aparato sa loob na otomatikong nakakapigil ng electric shock)

Panganib ng Electric Shock

Kapag mas mataas ang kuryenteng dumadaloy sa katawan, mas malaki ang panganib. Maaaring makamatay ang 50 A (milliamperes).



Electric shock na bunga ng paso sa electrode holder

Electric shock na bunga ng paso sa nababaluktot na kable



Electric shock na bunga ng paso sa electrode holder

Kapag mas mataas ang resistensya, mas mahirap para sa kuryente ang dumaloy, at kapag mas mababa ang resistensya, mas madali itong makadadaloy. Kapag ikaw ay nagpapawis naman o kaya ay nababasa ng ulan, ang resistensya ng balat mo ay malubhang bumababa. Kung kaya't kapag nakaranas ng electric shock, mas mataas ang kuryenteng dadaloy sa iyong katawan, na siyang mapanganib. Ito ang dahilan kung bakit dapat na maging mas lalong maingat kapag panahon ng tag-araw.

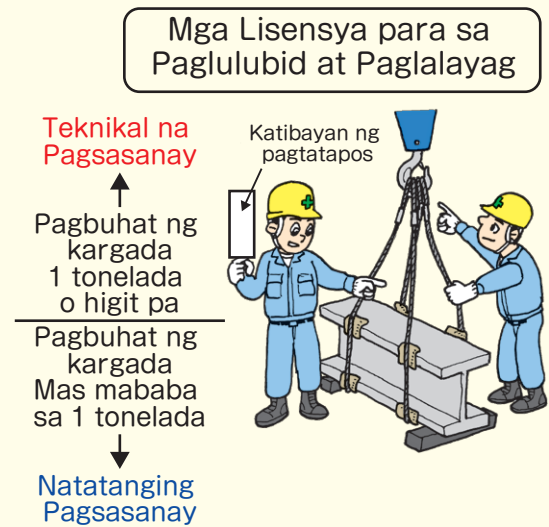


Ang electric shock na nararanasan kapag sumalang ang tagiliran ng katawan sa elektrod habang bumubuo ng bakal na ramp.

Q6 Sa aking bansa, gumagamit ako ng kreyn upang magbuhat ng mga materyales nang mag-isa. Ngunit bakit hindi ako maaaring gumamit ng mga kreyn sa bansang Hapon?

A6 Ang kreyn ay isang makapangyarihang makinang nakapagbubuhat at nakapaglilipat ng mga mabibigat na kargada. Ito ang nakakapagpanganib dito. Kapag hindi napatakbo nang tama, makapagdudulot ito ng malaking aksidente. Ang ligal na sistema sa bansang Hapon ay nakapagpapahintulot lamang sa mga taong nakatanggap ng teknikal na pagsasanay at espesyal na pagsasanay at sa mga taong lisensyado ayon sa kapasidad ng kreyn upang makapagpatakbo ng mga kreyn.

Bilang karagdagan, ang mga palubid at palayag, tulad ng mga lubid na alambre, mga fiber sling, at mga salansan at mga kawit ay ginagamit upang iangat ang mga bagay gamit ang kreyn. Liban na lamang kapag naiangat nang tama depende sa uri ng mga palubid at palayag, ang kargada ay maaaring umugoy o mahulog. Ito ay lubhang mapanganib. Ang mga palubid at palayag ay tumutukoy sa parehong kagamitan at sa paraan ng pagkakabit ng kagamitang ito upang magkarga ng mga kargada. Ang paglulubid ay isa na namang uri ng trabaho na kailangan ng lisensya sa bansang Hapon.



Listahan ng mga teknikal na pagsasanay at mga espesyal na pagsasanay para sa mga kreyn, mga kreyn na madaling ilipat at mga palubid at palayag

Mga uri	Pagbubuhat ng mga kargada	Lisensya, at iba pa
Kreyn	Floor-operated, 5 tonelada o higit pa	Teknikal na pagsasanay sa paggamit ng floor-operated na kreyn
	Mas mababa sa 5 tonelada	Espesyal na pagsasanay
Kreyn na madaling ilipat	Isang tonelada o higit pa, mas mababa sa 5 tonelada	Teknikal na pagsasanay para sa paggamit ng maliit na kreyn na madaling ilipant
	Mas mababa sa 1 tonelada	Espesyal na pagsasanay
Mga palubid at palayag	Isang tonelada o higit pa	Teknikal na pagsasanay para sa mga palubid at palayag
	Mas mababa sa 1 tonelada	Espesyal na pagsasanay

Maging maingat

- Kapag nagtatrabaho bilang katulong sa operasyon ng kreyn, huwag pumuwesto sa ilalim ng kargadang binubuhat nito.
- Tiyakin ang mga senyas ng kreyn bago simulan ang pagtatrabaho.
- Kapag nagtatrabaho malapit sa kreyn, huwag kailanmang tumayo sa loob ng radius ng pag-uugoy ng kreyn.
- Kabilang sa mga iba't ibang uri ng mga palubid at palayag, mga salansan, ay may maraming mga usli. Maraming malulubhang aksidenteng nagmumula sa pagpapagana kapag ang isang usli ay nasasabit sa isang H beam. Alinsunod dito, sapat na pag-iingat ang kinakailangan kapag gumagalaw ang mga salansang nakalawit mula sa kalawit ng isang kreyn, kahit kapag walang kargada.

POINT

Kahit na ang pagtulong sa trabaho ay hindi nangangailangan ng lisensya, siguraduhing makakakuha ng espesyal na pagsasanay at unawain ang mga panganib bago masangkot sa trabaho.

Q7 Nasaktan ako dahil sa sarili kong kasalanan nang ako ay nagproseso ng bakal na ohas. Bakit ngayon ay hindi na ako pinahihintulatang gumawa ng mga operasyong pampress.

A7 Upang makalahok sa mapanganib na trabaho, dapat ka munang makatanggap ng sapat na pagsasanay na pangkaligtasan at malaman ang mga panganib at ang pagkakaayos ng mga makinang gagamitin mo pati na rin ang ligtas na paraan ng paggamit sa kanila.

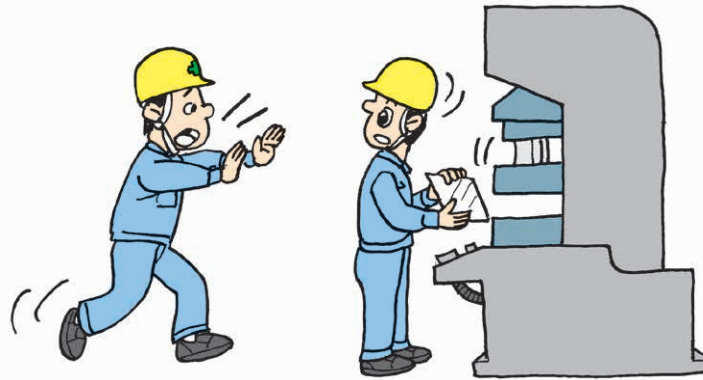
Bukod pa rito, ang saklaw ng trabahong maaari mong lahukan ay limitado depende sa mga uri ng kasanayang mayroon ka. Ang mga taong kasalukuyang tumatanggap ng teknikal na pagsasanay sa operasyong paghihinang ay hindi makapagsasagawa ng mga operasyong pampress.

Ang trabahong hindi maaaring gawin ng mga technical intern trainee ng paghihinang.

Hindi dahil ang kumpanya ay abala ay nangangahulugang maaari ka nang gumawa ng kahit anong gawain.

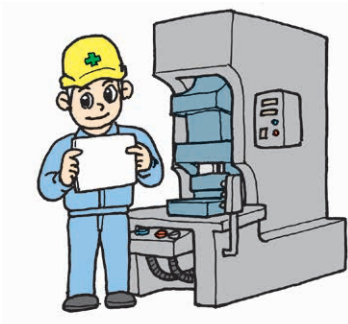
Ang mga technical intern trainees ay hindi maaaring masangkot sa mga trabahong hindi kabilang sa plano ng kanilang teknikal na pagsasanay.

* Ang pagsangkot sa trabahong hindi kasali sa plano ng iyong teknikal na pagsasanay ay nagpapalaki ng pagkakataong masangkot sa malubhang aksidente. May mga pagkakataon ding ang mga trainee ay sumusuko sa pagsasanay at bumabalik sa kanilang bansa dahil sa mga ganitong uri ng insidente.



Mga halimbawa ng trabahong hindi maaaring gawin ng mga trainees sa operasyong paghihinang bilang pangkalahatang patakarán

- Gumamit ng makinang pampress upang iproseso ang mga bahaging hihinangin bilang paghahanda sa paghihinang
- Gumamit ng spray gun upang pintahan ang mga bahaging hininang pagkatapos maghinang (hindi kabilang ang paglalagay ng proteksyon mula sa kalawang)



Press



Pagpinta

Q8 Ang paglilinis ng makinarya ay maaaring gawin nang mas mahusay habang tumatakbo ang makina. Bakit kailangan naming pahintuin ang makinarya bago ito linisin?

A8 Ang kalubhaan ng mga aksidenteng nagsasangkot ng makinarya ay partikular na mataas. Ang pagsabit ng mga kamay o ng iba pang mga bahagi ng katawan sanhi ng paglilinis ng makinaryang umaandar ay magbubunga ng malubhang pinsala at maging ng kamatayan. Kung kaya't inatasan ng batas ng bansang Hapon ang paghihinto sa makinarya bago ito linisin.

• Bago ang paglilinis, paglalangis, pag-aayos o pag-aadjust ng makinarya, patayin ang makina at tiyaking ito ay lubusang nakahinto. Pagkatapos lamang nito maaaring ituloy ang gawain.

• Matapos patayin ang makina, ikandado ang panimulang sistema at lagyan ito ng pananda upang mapigilan ang ibang tao na paandarin ang makina.

• Huwag kailanmang magsusuot ng guwantes kapag may isasagawang gawain sa makina tulad ng mga lalik, makinang panggiling, o mga drill press dahil maaari itong magdulot ng malubhang aksidenteng nagsasangkot ng pagkakasabit sa mga umiikot na patalim o mga machining chips.

• Kung sakali, magsanay sa pagpapatigil ng makinarya gamit ang emergency stop switch.

Ang mga sumusunod ay hindi katanggap-tanggap na mga dahilan!

- Ngunit bumababa ang husay ng produksyon kapag ang makinarya ay pinahinto.
- Palagi ko naman itong ginagawa kung kaya't ayos lang.
- Nakakaabala ang pagpapahinto ng makinarya
- Magiging maingat ako kung kaya' t patapusin mo ako sa gawaing ito nang mabilisan.



Q9 Nang ako ay namumulot ng mga materyales na nahulog sa sahig, naatrasan ako ng forklift at ako ay nagtamo ng pinsala. Ano sana dapat ang pag-iingat na aking ginawa?

A9 Ang mga forklift ay pangkaraniwang nakikita, ngunit sila rin ay mga makakapangyarihang makina. Ang pangunahing atas ay ang hindi pagpasok sa mga lugar kung saan posible ang pagkakabangga. Kapag hindi ito posible, may gabay na kailangang iatas para sa forklift upang maisaalang-alang ang kaligtasan at matiyak na walang mga lugar na hindi nakikita.



- a. Ang batayan ng kaligtasan ay ang pagpapanatili ng kalinisan at kaayusan ng mga kagamitan. Hindi magkakaroon ng mga banggaan kapag ang mga pasilyong pangkaligtasan at daanan para sa mga forklift ay lubusang magkahiwalay. Huwag maglalagay ng mga gamit sa mga pasilyong pangkaligtasan. Huwag ding maglalagay ng mga gamit na makasasagabal sa mga daanan. Sa ganitong paraan maiiwasan ang mga aksidente.
- b. May mga lugar na hindi nakikita mula sa upuan ng nagmamaneho ng forklift. Ang mga kargada ay nakasasagabal sa paningin ng tsuper kapag umaabante. May mga lugar ding hindi nakikita kapag umaatras. Huwag kailanmang dumaan sa shortcut o dumaan sa hindi itinakdang daanan. Hindi ito inaasahan ng nagmamaneho, at maaaring ikaw ay nakapuwesto sa lugar na hindi niya nakikita. Ito ay lubhang mapanganib.

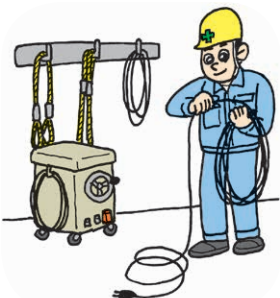
Q10 Anu-ano ang mga gawaing 3S? Ginagawa ba sila araw-araw?

A10 Ang mga 3S ay ang mga gawaing pagkaligtasang napapalooban ng seiri, seiton at seisou.

- | | | |
|--------|--------------------|---|
| Seiri | Suriin | } |
| Seiton | Sinupin | |
| Seisou | Simutin/PakiSlapin | |

Tinatawag silang mga 3S (san-S) dahil ang mga salitang Hapon na ito ay nagsisimula sa letrang S kapag isinulat sa alpabeto.

Mahalagang isagawa ang mga 3S araw-araw upang makagawa ng maayos na kapaligiran sa pagtatrabaho para sa lahat at upang malinaw na makita ang mga mapapanganib na lugar.



Seiri (Suriin)

Magsagawa ng inspeksyong pangkaligtasan sa mga kasangkapang para sa kamay, padaliin ang paggamit ng mga kagamitan, at magtapon ng mga hindi na nagagamit.



Seiton (Sinupin)

Ibalik nang maayos ang mga gamit kung saan sila nakalagay upang madali silang gamitin.

Seisou (Simutin/PakiSlapin)

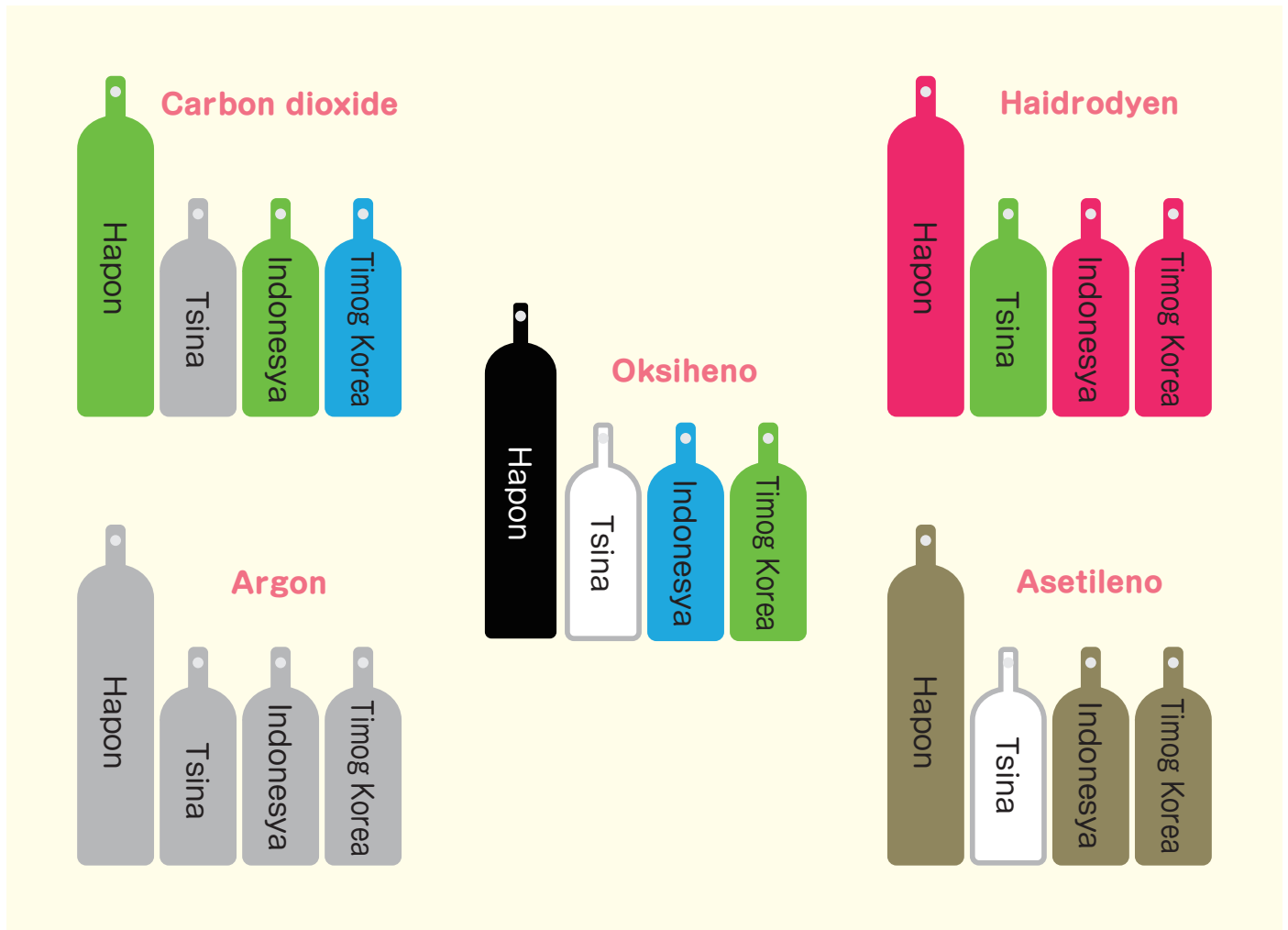
Kapag ang sahig at mga pasilyo ay malinis, ang mga tao ay hindi nadudulas o nahuhulog.

4

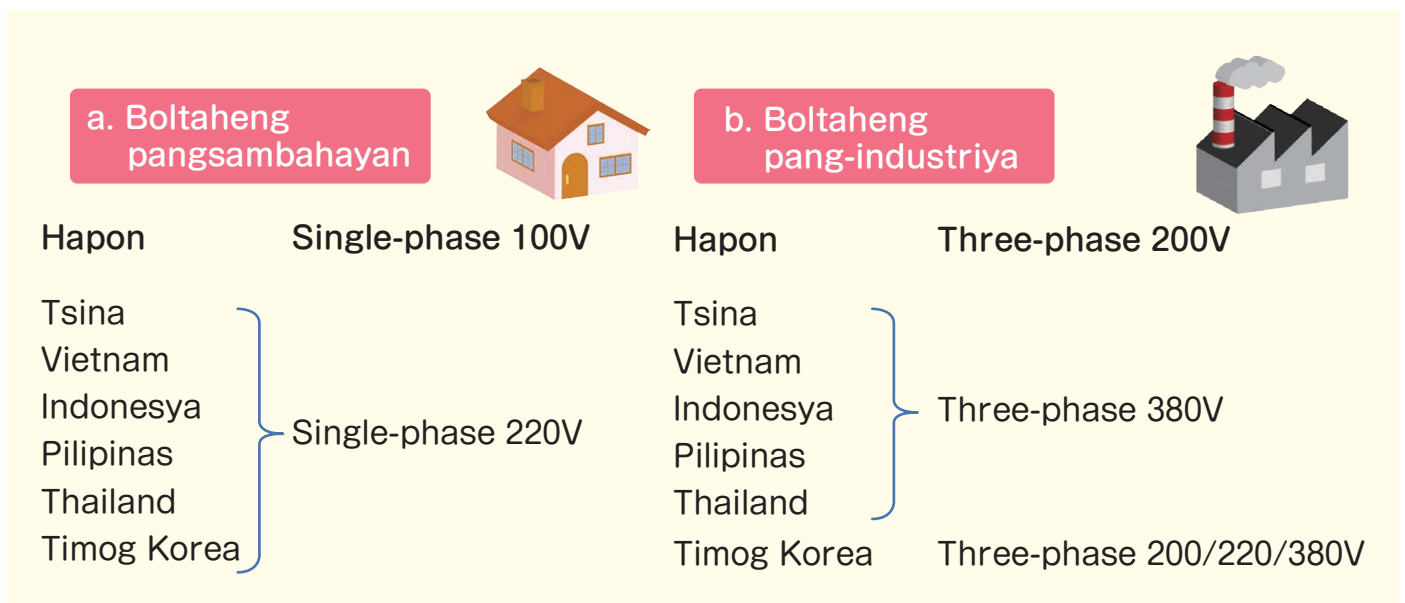
Alamin ang Sitwasyon ng Paghihinang sa Bansang Hapon



(1) Kulay ng gas cylinder: Naiiba depende sa bansa. Tiyakin ang mga kulay na ginagamit sa bansang Hapon.



(2) Boltaheng power-supply sa bansang Hapon at sa Asya: Mag-ingat sa pag-aasikaso ng kuryente dahil naiiba ang prikwensiya at boltaheng depende sa bansa.



5

Apat na Puntos upang Maiwasan ang mga Aksidente



Bilang wakas, hinihiling namin mula sa mga technical intern trainees na isaalang-alang ang mga sumusunod na apat na puntos upang maiwasan ang mga aksidente.

1

Lubusang unawain ang mga impormasyong kakailanganin para sa trabaho.

Ito ay mahirap liban na lamang kung nauunawaan mo ang mga mapaglalang na mga pagkakaiba ng pananarinari sa salitang Hapon sa tiyak na antas. Ang pinakamabilis na paraan upang pahasayin ang iyong pagsasalita ng Hapon ay ang paggamit nito sa iyong pang-araw-araw na pamumuhay.

2

Palaging patayin ang makinarya bago magsagawa ng pagkukumpuni o pagtatanggal ng mga duming naipon.

Ang makinarya ay hindi humihinto agad matapos mong pindutin ang stop button. Huwag hawakan ang makinarya hanggang sa matiyak na ito ay lubusang nakahinto. Kapag may ginagawang trabaho sa makinang nakapatay, kailangan mong maglagay ng pananda tulad ng, “Naka-off ang Makina. HUWAG Hawakan ang Pindutan!”

3

Linangin ang kaugaliang nag-iisip para sa iyong sarili kung ang isang bagay ba ay mapanganib o hindi.

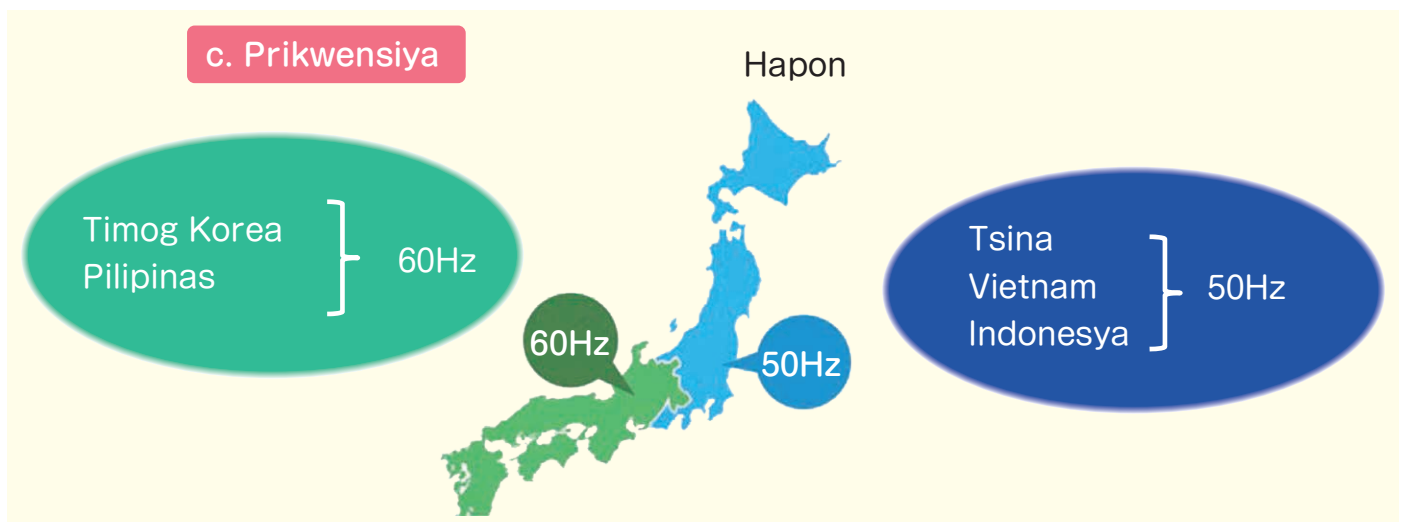
Mahalagang mag-isip muna bago gumawa ng isang bagay. Mag-isip muna, at tsaka kumilos, dahil may mga panganib maski saan. Lubos na mahalaga ang pagkakalap ng sariwang impormasyon at magamit ito para sa sariling pagdedesisyon.

4

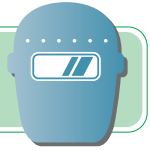
Magpakasaya sa paglalaro

Kahit pa iginagalaw mo ang iyong katawan araw-araw habang nagtatrabaho, ito ay nagdudulot din ng istres. Marami pang maaaring gawin sa buhay bukod sa pagtatrabaho. Kailangan mo ring igalaw ang iyong katawan nang may saya at magpakaligaya nang sarilinan at buong puso. Maging masaya sa paglalaro ng mga isports kasama ang iyong mga kaibigan.

Umaasa kaming kusa mong gagawin ang mga apat na puntos, linangin ang iyong mga kasanayan, bumalik sa iyong tahanan nang masaya at malusog, at gumanap ng aktibong papel doon.



6 Listahan ng mga Paliwanag



Salaming Pangkaligtasan

1	Ginawa ang mga salaming pangkaligtasan upang protektahan ang iyong mga mata mula sa iba't-ibang uri ng mga panganib, kabilang ang matinding liwanag at mga mapapanganib na sinag sa mga operasyong paghihinang at paghihiwa, mga sangkap na nakakapagpairita sa mga mata tulad ng alabok, at mga lumilipad na mga bagay tulad ng machining chips, lumilipad na mga sambutil at mga abu-abo.
2	May mga iba't-ibang uri ng mga salaming pangkaligtasan para sa iba't-ibang layunin upang maprotektahan ang mga mata mula sa mga lumilipad na bagay, lumilipad na alabok, airborne dust, liquid spray, at iba pa. Gumamit ng salaming pangkaligtasang angkop sa gawain.
3	Pumili ng salaming may proteksyon mula sa liwanag na angkop sa kapaligiran ng pagtatrabahuan upang maprotektahan ang iyong mga mata mula sa nakasasamang liwanag na nalilikha habang nagsasagawa ng arc welding at thermal cutting. Maaaring ito ay salaming pangkaligtasan o mask na pangkaligtasan.
4	Ang antas ng panganib ng mga nakasasamang sinag ay naiiba depende sa uri ng panghinang o thermal cutting at ang mga kondisyon nito. Kapag gumagamit ng salaming pangkaligtasan, mamili at gumamit ng mga tamang lente at safety mask plates na may light-shielding number na angkop para sa lugar na pinagtatrabahuan.
5	Pumili ng salaming lapat sa iyong mukha.
6	Karamihan sa mga pinsalang natatamo ng mga mata ay nagmumula sa mga bagay na nakasisingit sa mga puwang sa tagiliran. Gumamit ng salaming pangkaligtasan na may proteksyon sa tagiliran.
7	Ang mga pinsala ay hindi lamang nagmumula sa mga lumilipad na mga bagay tulad ng bakal, pati na rin sa mga spray na kemikal tulad ng mga pintura at mga mapapanganib na sinag na nalilikha habang naghihinang (ultraviolet rays, infrared rays, at iba pa) na pumapasok sa tagiliran.
8	Kapag hindi na maganda ang kundisyon ng mga lente, maaari silang mabasag o magasgasan, na siyang magdudulot ng pananakit sa iyong mga mata.
9	Dapat magsuot ng goggles o ng salaming nailalapat sa ibabaw ng iyong salaming nireseta.
10	a. Tiyakin ang mga abnormalidad tulad ng dumi, mga lamat, mga basag o pagkakasira ng hugis nito. Kung mayroong makitang abnormalidad, palitan ang salamin. b. Kapag maluwag o naaalog na ang salamin, higpitan ang mga turnilyo nang sapat.
11	Kapag maraming gumagamit ng parehong pares ng salamin, nagiging hindi sila kumportable, na para bang hindi ito lapat sa kanila. Ito ay nagbubunga ng aksidente.
12	Alinsunod sa manwal ng paggamit, linisin ang iyong salamin matapos gamitin upang matanggal ang mga alabok at mga dumi nito.
13	a. Kapag inilalpag ang salaming pangkaligtasan, huwag iharap pababa ang mga lente/ eyepiece. Ito ay nakakapagpadumi o nakagagasgas. b. Itago ang salamin sa isang malambot na bag o kaha upang hindi masalang ng mga lente/ eyepiece ang iba pang mga bagay.
14	Palitan ang salamin kapag may mga abnormalidad tulad ng duming hindi natatanggal sa paghuhugas, mga gasgas, mga basag o mga pagbabago sa anyo nito.

Mga Dust Mask

1	Hindi ka makapipili ng angkop na dust mask kapag hindi mo alam ang iba't-ibang uri ng mga alabok.
2	Ang mga mask para sa tuyong kundisyon ay hindi nagagamit nang epektibo kapag may oil mist. Sa kasong ito, pumili ng mask na angkop para sa proteksyon mula sa oil mist.
3	Pumili ng gas mask na may pangontra sa alabok at may chemical cartridge respirator.
4	Kinakailangang malaman kung angkop ang mask para sa gawain o hindi.
5	Gumamit ng mask na napapalitan kapag gumagawa ng trabahong nagsasangkot ng alabok na lubhang mapanganib.
6	Mahalagang nailalapat sa iyong mukha ang mask. Kapag ang pagkakalapat sa mukha ay hindi napapanatili, makalalanghap ka ng alabok. Magsagawa ng pagsusuri ng pagkakalapat nito upang matiyak ang lapat ng mask.
7	Sa kasalukuyan, may mga mask na may kasamang pantiyak sa lapat nito. Gamitin ito sapagkat ito ay madaling paraan upang matiyak na ang mask ay lumalapat sa iyong mukha tuwing isusuot mo ito.
8	Kung hindi makakaramdam ng hirap sa paghinga kapag tinakpan mo ang daluyan ng hangin gamit ang iyong mga palad, ibig sabihin ay may tagas ito. Kadalasan, maaaring iayos ang lapat ng mask sa pamamagitan ng paggalaw nito pataas o pababa o ng pagpapahigpit ng tali nito.
9	Ang tamang panahon sa pagpapalit ng salaan ay malalaman sa pamamagitan ng kulay nito.
10	Ang tali ay hindi dapat isabit sa mga tainga tulad nang ginagawa sa gauze mask. Isabit ang mask nang direktso sa likod ng ulo.
11	Mapapadali nito ang paghinga kahit na suot ang mask.
12	Huwag mangasiwa ng mga mask nang mag-isa. Ang taong responsable para sa pangangasiwa nito ang dapat magsiyasat nito.

Mask na may kasamang pantiyak sa lapat nito

Kung mayroon kang mask na may kasamang pantiyak sa lapat nito, madali mong matitiyak ang tamang lapat nito matapos itong isuot. Ito ay napakabisang paraan upang makagawiang tiyakin na ang mask ay lubos na lapat sa iyong mukha.



Ilagay ang panali sa mismong likod ng iyong ulo.



Ilagay ito sa ibabaw ng iyong tenga at helmet.

JITCO