



SHAWPAT SAFETY TODAY

Safety Health Wellbeing

2023

รวบรวมโดย

สมาคมส่งเสริมความปลอดภัยและอนามัยในการทำงาน (ประเทศไทย) ในพระราชูปถัมภ์
สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

SAFETY AND HEALTH AT WORK PROMOTION ASSOCIATION (THAILAND)

UNDER HER ROYAL HIGHNESS PRINCESS MAHA CHAKRI SIRINDHORN PATRONAGE

สารบัญ

การป้องกันอันตรายจากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน	1
อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลที่ได้มาตรฐาน ตามประเภทและชนิดของงาน	11
การใช้สัญญาณมือปั้นจั่นเคลื่อนที่ตามมาตรฐาน ASME (Controlling Mobile Crane Operations)	23



SHAWPAT
Safety Today



1/10

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



ความหมาย

“ทำงานในที่สูง”

หมายความว่า การทำงานในพื้นที่ปฏิบัติงานที่สูงจากพื้นดิน หรือจากพื้นอาคารตั้งแต่สองเมตรขึ้นไป ซึ่งลูกจ้างอาจพลัดตกลงมาได้

“นั่งร้าน”

หมายความว่า โครงสร้างชั่วคราวที่สูงจากพื้นดินหรือจากพื้นอาคาร หรือส่วนของสิ่งก่อสร้าง สำหรับเป็นที่รองรับลูกจ้าง วัสดุ หรือเครื่องมือ และอุปกรณ์

“อาคาร”

หมายความว่า อาคารตามกฎหมายว่าด้วยการควบคุมอาคาร





การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีกำงานในที่สูง ต้องจัดให้มีนั่งร้านที่เหมาะสมกับสภาพของการทำงาน โดยต้องมีความมั่นคง แข็งแรง และปลอดภัย



นั่งร้าน



การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีทำงานในที่สูงตั้งแต่สี่เมตรขึ้นไป ต้องจัดทำราวกันหรือรั้วกันตก
ตาข่ายนิรภัย ทั้งนี้ ต้องจัดให้มีการใช้เข็มขัดนิรภัยหรือสายช่วยชีวิตพร้อม
อุปกรณ์ตลอดระยะเวลาการทำงาน



ราวกัน
หรือรั้วกันตก



ตาข่ายนิรภัย



เข็มขัดนิรภัย



สายช่วยชีวิต

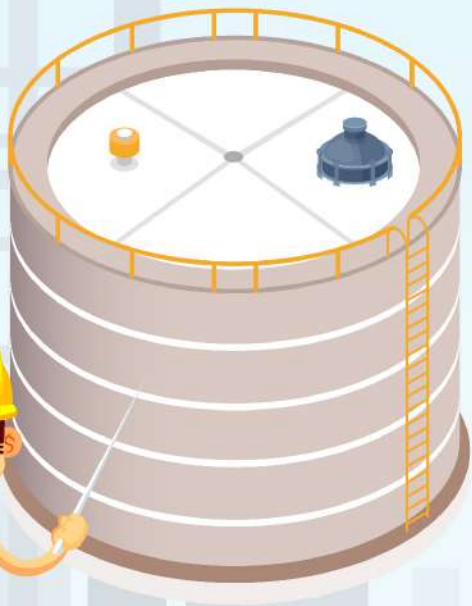




การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีที่มีปล่องหรือช่องเปิดต่าง ๆ ต้องจัดทำฝาปิดที่แข็งแรง ราวกัน
รั้วกันตก หรือแผงกั้น พร้อมทั้งติดป้ายเตือนอันตรายให้เห็นชัดเจน



ฝาปิดที่แข็งแรง



ราวกัน รั้วกันตก
หรือแผงกั้น



ป้ายเตือนอันตราย



การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



ต้องมีให้ลูกจ้างทำงานในที่สูงนอกรอาคารหรือพื้นที่เปิดโล่ง ในขณะที่มี
พายุลมแรง ฝนตกหรือฟ้าคะนอง



6/10

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



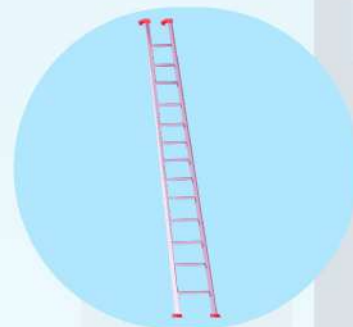
www.shawpat.or.th



การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีต้องใช้บันไดไต่ชนิดเคลื่อนย้ายได้เพื่อทำงานบนที่สูงต้องดูแลการตั้งบันได โดยมีมุมบันไดที่ตรงข้ามผนังเจ็ดสิบห้าองศา จะต้องมีโครงสร้างที่มั่นคง แข็งแรง และปลอดภัย



บันไดไต่ชนิดเคลื่อนย้ายได้





การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีใช้บันไดไต่ชนิดติดตั้งกับที่ที่มีความสูงเกินหกเมตรขึ้นไป
ต้องมีโครงสร้างที่มั่นคง แข็งแรง และปลอดภัยต่อการใช้งาน
และต้องจัดทำโถงบันไดเพื่อป้องกันการพลัดตกของลูกจ้าง



โถงบันได



การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีใช้ข่าหยั่งหรือม้ายืน ต้องมีโครงสร้างที่มั่นคง
แข็งแรง และมีพื้นที่สำหรับยืนทำงานอย่างเพียงพอ



ข่าหยั่งหรือม้ายืน



การป้องกันอันตราย จากการตกจากที่สูงและที่ลาดชัน



กรณีทำงานบนที่ลาดชันที่ท่ามุงเกินสิบห้าองศาแต่ไม่เกินสามสิบองศา จากแนวราบต้องจัดให้มีนั่งร้านที่เหมาะสม หรือเข็มขัดนิรภัยและเชือกนิรภัย หรือสายช่วยชีวิตพร้อมอุปกรณ์



นั่งร้าน



เข็มขัดนิรภัย



สายช่วยชีวิต



SHAWPAT
Safety Today



**อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัย
ส่วนบุคคลที่ได้มาตรฐาน
ตามประเภทและชนิดของงาน**

1/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



นายจ้างต้องจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานของสถานประกอบการกิจการให้อยู่ในลักษณะที่ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัยของลูกจ้าง หากนายจ้างไม่สามารถดำเนินการป้องกันหรือแก้ไขเพื่อไม่ให้เกิดอันตรายได้ นายจ้างต้องจัดหาอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลที่สามารถป้องกันอันตรายนั้นให้ลูกจ้างสวมใส่

นายจ้างต้องจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลที่ได้มาตรฐานตามประเภทและชนิดของงาน





งานเชื่อมหรือตัดชิ้นงานด้วยไฟฟ้า ก๊าซ หรือพลังงานอื่น ให้สวมถุงมือหนังหรือถุงมือผ้า กระบังหน้าลดแสงหรือแว่นตาลดแสง รองเท้านิรภัย และแผ่นปิดหน้าอกกันประกายไฟ ทั้งนี้ ต้องเป็นชนิดที่สามารถป้องกันประกายไฟหรือความร้อนได้ดี



ถุงมือหนังหรือถุงมือผ้า



กระบังหน้าลดแสง
หรือแว่นตาลดแสง



รองเท้านิรภัย



แผ่นปิดหน้าอกกันประกายไฟ

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้



งานลับ ฝน หรือแต่งผิวโลหะด้วยหินเจีย ให้สวมแว่นตานิรภัยหรือหน้ากากชนิดใส
ถุงมือผ้า และรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



แว่นตาหรือหน้ากากชนิดใส



ถุงมือผ้า



รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้



งานกลึงโลหะ งานกลึงไม้ งานไสโลหะ งานไสไม้ หรืองานตัดโลหะ ให้สวมแว่นตานิรภัย
หรือหน้ากากชนิดใส ถุงมือผ้า และรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



แว่นตาหรือหน้ากากชนิดใส



ถุงมือผ้า



รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้

5/12



งานป้อนโลหะ ให้สวมแว่นตานิรภัยหรือหน้ากากนิรภัย ถุงมือผ้า และรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



แว่นตานิรภัยหรือหน้ากากนิรภัย



ถุงมือผ้า



รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้

6/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



SHAWPAT

safety Today

งานขุดลอก: ให้สวมถุงมือยาง และรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



ถุงมือผ้า

รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้

7/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



งานพ่นสี ให้สวมที่กรองอากาศสำหรับใช้ครอบจมูกและปากกันสารเคมี ถุงมือผ้า และรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



ที่กรองอากาศสำหรับ
ใช้ครอบจมูกและปาก



ถุงมือผ้า



รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้



งานยก ขนย้าย หรือติดตั้ง ให้สวมหมวกนิรภัย ถุงมือผ้า และรองเท้านิรภัย



หมวกนิรภัย



ถุงมือผ้า



รองเท้านิรภัย

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้



งานควบคุมเครื่องจักร ให้สวมหมวกนิรภัยและรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



หมวกนิรภัย

รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้

10/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



งานปั้นจั่น ให้สวมหมวกนิรภัย ถุงมือผ้า หรือถุงมือหนัง และรองเท้านิรภัย สำหรับกรณี
ปั้นจั่นหอสูง ปั้นจั่นขาสูงหรือปั้นจั่นเหนือศีรษะที่ลูกจ้างต้องขึ้นไปทำงานเหนือพื้นดิน
ให้สวมใส่เข็มขัดนิรภัย และสายช่วยชีวิตด้วย



หมวกนิรภัย



ถุงมือผ้า
หรือถุงมือหนัง



รองเท้านิรภัย



เข็มขัดนิรภัย



สายช่วยชีวิต

หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้



งานหม้อน้ำ หม้อต้มที่ใช้ของเหลวเป็นสื่อนำความร้อน หรือภาชนะรับความดัน ให้สวมแว่นตานิรภัยหรือหน้ากากนิรภัย ปลั๊กลดเสียงหรือที่ครอบหูลดเสียงที่เหมาะสม กับสภาพงาน ชุดป้องกันความร้อนหรืออุปกรณ์ป้องกันความร้อน และรองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



แว่นตานิรภัย
หรือหน้ากากนิรภัย



ปลั๊กลดเสียง
หรือที่ครอบหูลดเสียง



ชุดป้องกันความร้อน
หรืออุปกรณ์ป้องกัน
ความร้อน



รองเท้าพื้นยางหุ้มส้น



หมายเหตุ: นอกจากอุปกรณ์ที่กำหนดไว้ นายจ้างอาจจัดให้มีอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลอื่น ให้ลูกจ้างใช้งานตามความเหมาะสมกับลักษณะงานและอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับลูกจ้างได้



SHAWPAT
afety Today

การใช้สัญญาณมือ

ปั้นจั่นเคลื่อนที่

ตามมาตรฐาน ASME

CONTROLLING MOBILE CRANE OPERATIONS

1/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



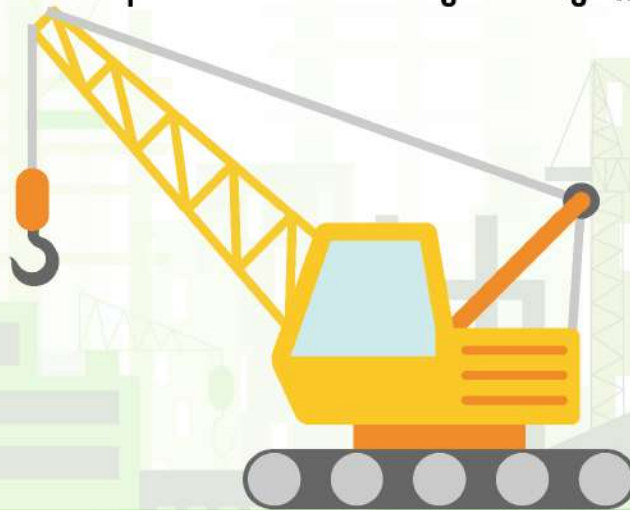
02-884-1852



www.shawpat.or.th



นายจ้างต้องจัดให้มีคู่มือการใช้สัญญาณสื่อสารระหว่างผู้ปฏิบัติงานเกี่ยวกับปั้นจั่นในกรณีที่ใช้สัญญาณตามวรรคหนึ่งเป็นการใช้สัญญาณมือ นายจ้างต้องจัดให้มีรูปภาพ หรือคู่มือการใช้สัญญาณมือตามมาตรฐาน ASME หรือมาตรฐานอื่นเทียบเท่าตามแบบที่อธิบดีประกาศกำหนด ติดไว้ที่จุดหรือตำแหน่งที่ลูกจ้างผู้ปฏิบัติงานเห็นได้ชัดเจน



ที่มา: กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับเครื่องจักร บันจั่น และหม้อน้ำ พ.ศ. 2564 (ข้อที่ 67)

2/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



SHAWPAT

safety Today



เลื้อยรอกขึ้น

ให้ง้อศอกขึ้นได้อาก ใช้นิ้วชี้ ชี้นขึ้น
แล้วหมุนเป็นวงกลม



เลื้อยรอกลง

ทางแขนออกเล็กน้อย ใช้นิ้วชี้ ชี้นลง
แล้วหมุนเป็นวงกลม



SHAWPAT

safety Today



ใช้รอกใหญ่

กำมือยกมือขึ้นเหนือศีรษะแล้วเคาะเบา ๆ บนศีรษะของตัวเองหลาย ๆ ครั้ง แล้วใช้สัญญาณอื่น ๆ ที่ต้องการ



ใช้รอกเล็ก

งอข้อศอกขึ้นกำมือระดับไหล่ไปข้างหน้าเล็กน้อยแล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งแตะที่ข้อศอก จากนั้นใช้สัญญาณอื่น ๆ ที่ต้องการ



SHAWPAT

safety Today



ยกบูม

เหยียดแขนขวาออกสุดแขนแล้วทำมือ
ยกหัวแม่มือขึ้น



นอนบูม

เหยียดแขนขวาออกสุดแขนแล้วทำมือ
ยกหัวแม่มือลง

5/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



SHAWPAT

safety Today



ให้ยกของขึ้นช้า ๆ

ยกแขน คว่ำฝ่ามือให้ได้ระดับคางแล้วใช้นิ้วชี้ของมืออีกข้างหนึ่งชี้ตรงกลางฝ่ามือแล้วหมุนช้า ๆ



สวิงบูมไปด้านมือที่ชี้

เหยียดแขนซ้ายหรือขวาชี้ไปตามทิศทางที่ต้องการที่จะให้หมุนบูมไป

6/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



SHAWPAT

safety Today



ยกบูมขึ้นพร้อมกับเลื่อนรอกลง

เหยียดแขนออกสุดแขน เหยียดฝ่ามือในลักษณะตั้งยกหัวแม่มือขึ้นแล้วกวัดนิ้วทั้งสี่ไป - มา (ยกเว้นหัวแม่มือ)



นอนบูมลงพร้อมกับเลื่อนรอกขึ้น

เหยียดแขนออกสุดแขน เหยียดฝ่ามือในลักษณะตั้งหัวแม่มือชี้ลงแล้วกวัดนิ้วทั้งสี่ไป - มา (ยกเว้นหัวแม่มือ)

7/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย

 shawpat
  @shawpat
  shawpat
  02-884-1852
  www.shawpat.or.th



SHAWPAT

safety Today



หยุดยกของ

เหยียดแขนซ้ายออกไปอยู่ในระดับไหล่
ฝ่ามือคว่ำลง แล้วเหวี่ยงไป - มา ในแนว
ระดับไหล่อย่างรวดเร็ว



หยุดยกของถูกเงิน

เหยียดแขนทั้งสองข้างออกไปอยู่ในระดับ
ไหล่ฝ่ามือคว่ำลง แล้วเหวี่ยง ไป - มา
ในแนวระดับไหล่อย่างรวดเร็ว

8/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย

 shawpat
  @shawpat
  shawpat
  02-884-1852
  www.shawpat.or.th



SHAWPAT

afety Today



เดินหน้า

เหยียดฝ่ามือขวาตรงออกไปข้างหน้าในระดับไหล่ฝ่ามือตั้งตรงทำท่าพลักในทิศทางที่ต้องการให้รถเครนเคลื่อนที่ไป



ให้หยุดและยึดเชือกมัดทั้งหมด

กำมือทั้งสองเข้าหากันให้อยู่ในระดับเอว



SHAWPAT

safety Today



ให้รอกเรนต์ตีนตะขาบเดินหน้าหรือถอยหลัง

กำมือทั้งสองซ้อนกัน ยกขึ้นเสมอหน้าท้อง แล้วหมุนมือทั้งสองข้างให้ได้จังหวะกัน ถ้าจะให้เดินหน้าก็หมุนมือไปข้างหน้า ถ้าต้องการเดินถอยหลังก็หมุนมือถอยหลัง



ลือคแทรกหนึ่งข้าง

ให้ลือคแทรกข้างหนึ่ง โดยกำมือขวาชูมือให้ศอกงอ 90 องศา ให้แทรกด้านตรงข้ามเคลื่อนที่ตามต้องการโดยกำมืออีกข้างหนึ่งอยู่ระดับเอว แล้วหมุนเข้าหาตัวแล้วตั้ง (ใช้เฉพาะรอกเรนต์ตีนตะขาบเท่านั้น)

10/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย

 shawpat
  @shawpat
  shawpat
  02-884-1852
  www.shawpat.or.th



SHAWPAT

afety Today



ยึดบูม

กำมือทั้งสองข้างหงายยกขึ้นเสมอ
และเหยียดหัวแม่มือออกทั้งสองข้าง



กดบูม

กำมือทั้งสองข้างคว่ำยกขึ้นเสมอ
และให้หัวแม่มือทั้งสองข้างชี้ เข้าหากัน

11/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



SHAWPAT

afety Today



ยึดบูม (ใช้ขณะที่ต้องใช้มือ อีกข้างหนึ่งดึงเชือก)

ให้กำมือข้างหนึ่งแบบหน้าอกชี้หัวแม่มือขึ้น
แล้วเกาะเบา ๆ บนหน้าอก



กดบูม (ใช้ขณะที่ต้องใช้มือ อีกข้างหนึ่งดึงเชือก)

ให้กำมือข้างหนึ่งแบบหน้าอกชี้หัวแม่มือ
เอียงออกนอกตัวแล้วเกาะเบา ๆ บนหน้าอก

12/12

SHAWPAT เพื่อสร้างสังคมปลอดภัย



shawpat



@shawpat



shawpat



02-884-1852



www.shawpat.or.th



SHAWPAT

ติดต่อเรา | Contact us



SAFETY AND HEALTH AT WORK PROMOTION ASSOCIATION (THAILAND)
UNDER HER ROYAL HIGHNESS PRINCESS MAHA CHAKRI SIRINDHORN PATRONAGE