

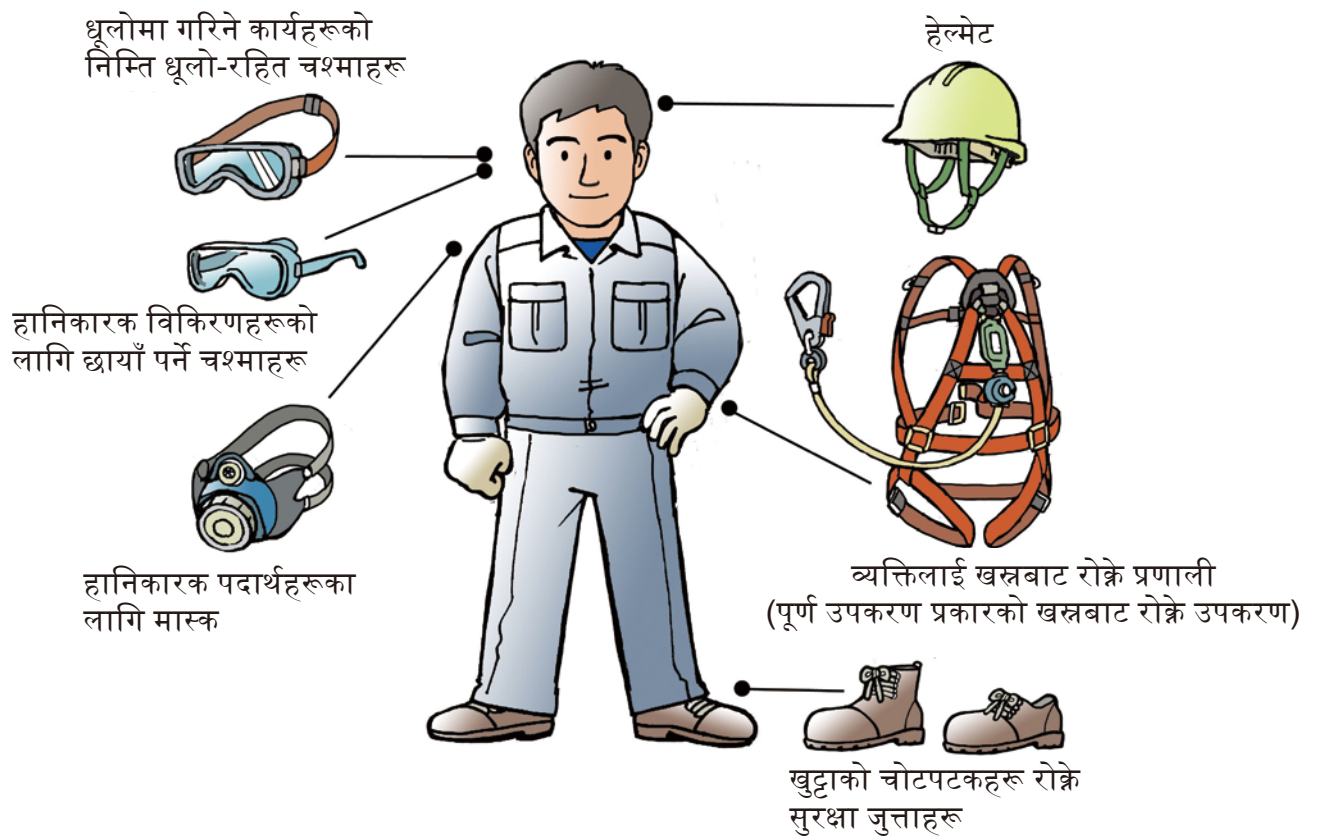


“रुफिडः कार्य”

सुरक्षा र स्वास्थ्यका लागि महत्वपूर्ण बुँदाहरू

छतबाट खस्न रोकथाम गर्ने उपायहरू

(1) सुरक्षा हेल्मेट, सुरक्षा जुत्ताहरू



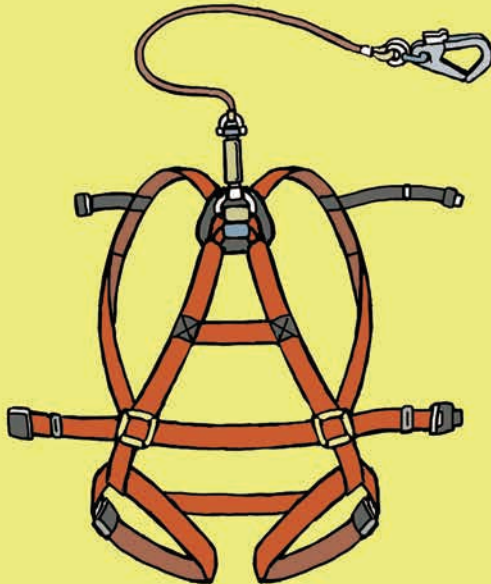
पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

1. हेल्मेट सही तरिकाले लगाएको हुनुपर्छ।
2. हेल्मेटको चेनस्ट्र्याप सुरक्षित तरिकाले बाँधिएको हुनुपर्छ।
3. चिप्लो नहुने वा सजिलै नमोडिने सुरक्षा जुत्ताहरू लगाउनुहोस्।
4. तपाईंका खुट्टाका औंलाहरूमा सामग्रीहरू आदि खस्नबाट बचाउने सुरक्षा जुत्ताहरू लगाउनुहोस्।

(2) व्यक्तिलाई खस्नबाट रोक्रे प्रणालीहरू (पूर्ण उपकरण प्रकारको खस्नबाट रोक्रे उपकरण)

व्यक्तिलाई खस्नबाट रोक्रे प्रणालीहरू (पूर्ण उपकरण प्रकारको खस्नबाट रोक्रे उपकरण)

शरीरको बोझलाई कम गरेर तिघ्राहरू, काँधहरू र कम्मर जस्ता विभिन्न शरीरका भागहरूलाई नष्ट गर्न रोक्रे प्रभावलाई वितरण गर्ने अति सुरक्षित सुरक्षा पेटी हो।

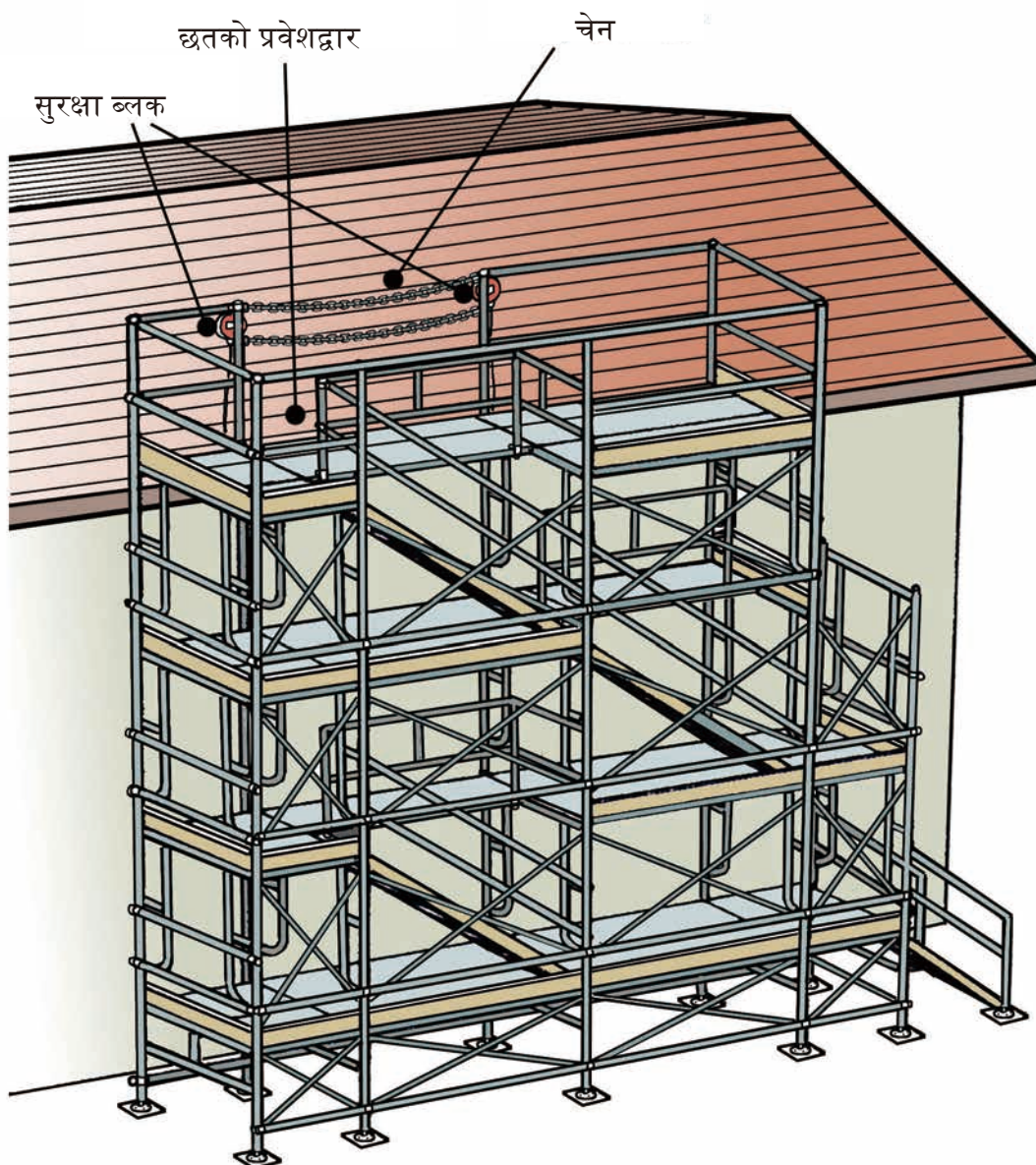


पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

1. 2M वा सोभन्दा बढी उचाइमा वर्क प्लेटफर्म सेट अप गर्न कठिनाई हुँदा, "सुरक्षा र स्वास्थ्य विशेष शिक्षा" व्यक्तिलाई खस्नबाट रोक्रे प्रणालीहरू (पूर्ण उपकरण प्रकारको खस्नबाट रोक्रे उपकरण) प्रयोग गर्न आवश्यक हुन्छ।
2. 5M वा सोभन्दा कम उचाइको लागि धड पेटी प्रकार (एकल विलम्ब प्रकार) प्रयोग गर्नुहोस्।
3. यसलाई सुरक्षित तरिकाले जोडौं।

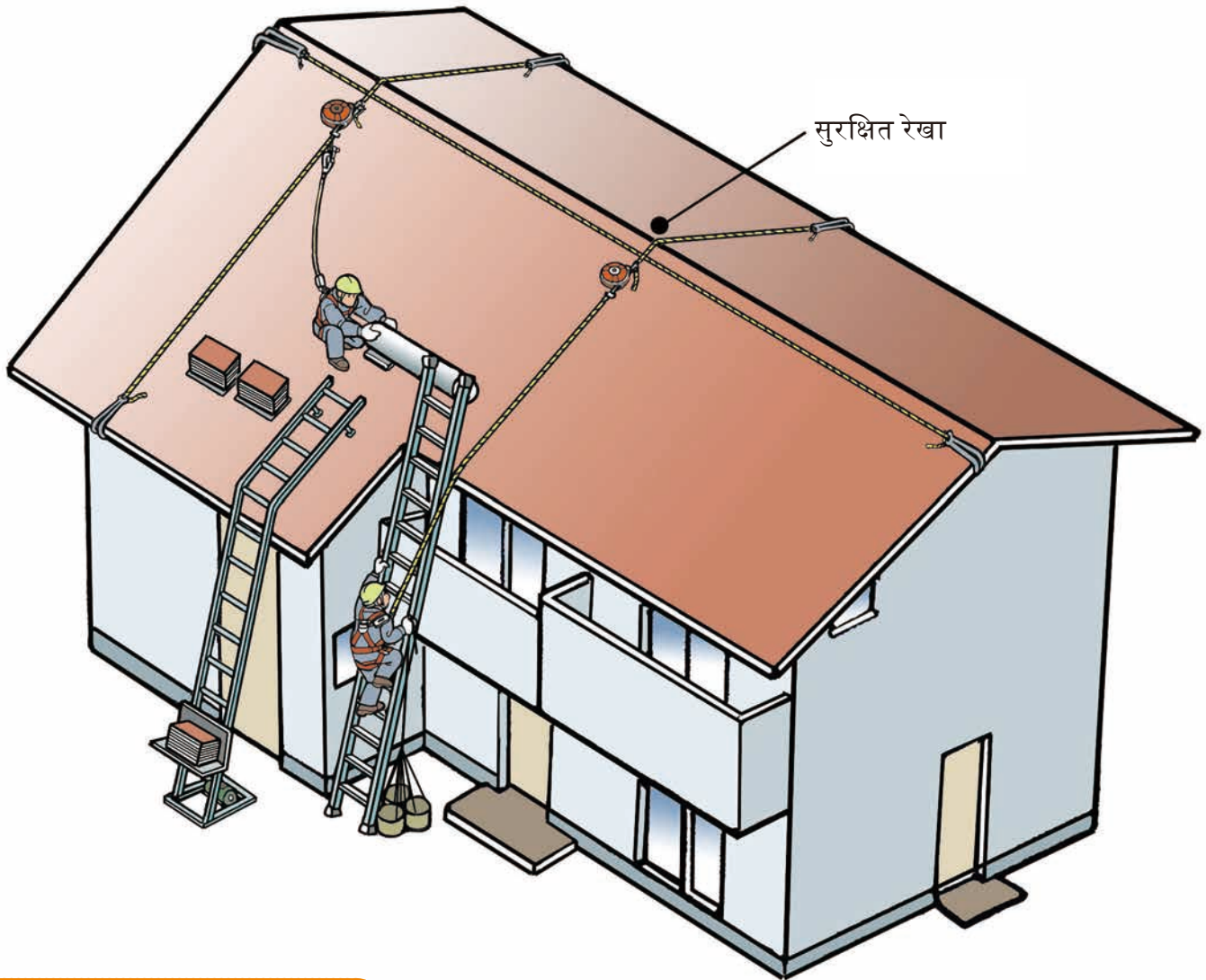
(3) स्क्याफोल्डहरूको प्रयोग

कार्यस्थलका अवस्थाहरू र निर्माणको प्रकारमा निर्भर रहेर, माथि र तल गर्नको लागि स्क्याफोल्डहरू प्रयोग गरिएका छन्। स्क्याफोल्डको प्यासेजमा, ह्याण्डरेल र तेर्सो बिच बारहरू स्थापना गरिएका छन्।



छतको स्क्याफोल्ड माथि जान र तल झर्नको लागि प्रयोग गरिएको छ।

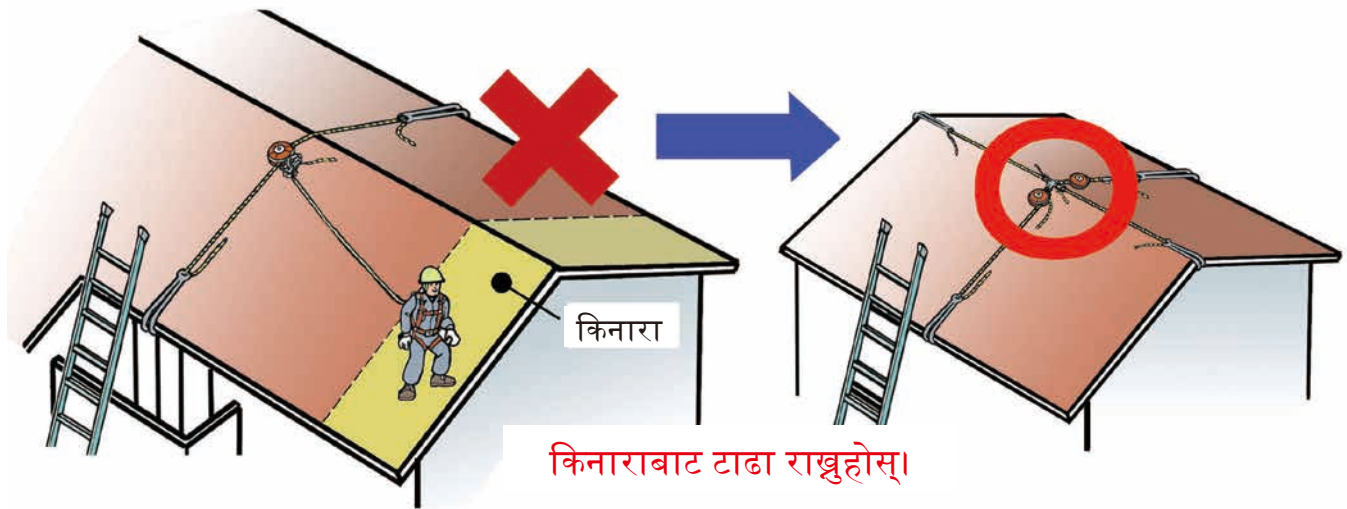
(4) ठाडो सुरक्षित रेखाहरू (मुख्य रेखा) 1 को स्थापना विधि



पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

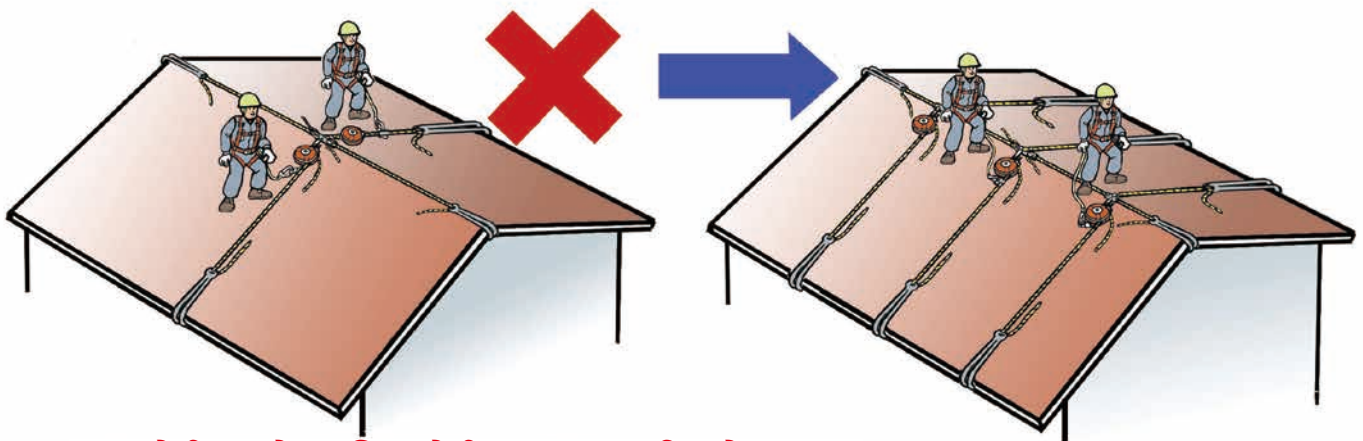
1. जापानी औद्योगिक गुणस्तरमा अनुपालन गरिएको सन्तुष्टि दिने एउटा मजबुत प्रयोग गरौं।
2. निर्बाधता बिना सहायता गर्नमा कसिलो तरिकाले जोड्नको लागि सुनिश्चित गर्नुहोस्।
3. एकल व्यक्तिद्वारा एकल सुरक्षित रेखा प्रयोग गर्नुहोस् र समान समयमा व्यक्तिहरूको बहुमतद्वारा यसलाई प्रयोग गर्न त्यागुहोस्।

(5) ठाडो सुरक्षित रेखाहरू (मुख्य रेखा) 2 को स्थापना विधि



पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

किनाराको समीपता आउँदा, फिक्सिङ डोरीसँग मुख्य डोरी वा थप ठाडो मास्टर डोरीहरू मजबूत बनाउन आवश्यक हुन्छ, जसकारण यो तेर्सो गरेर सार्ने।



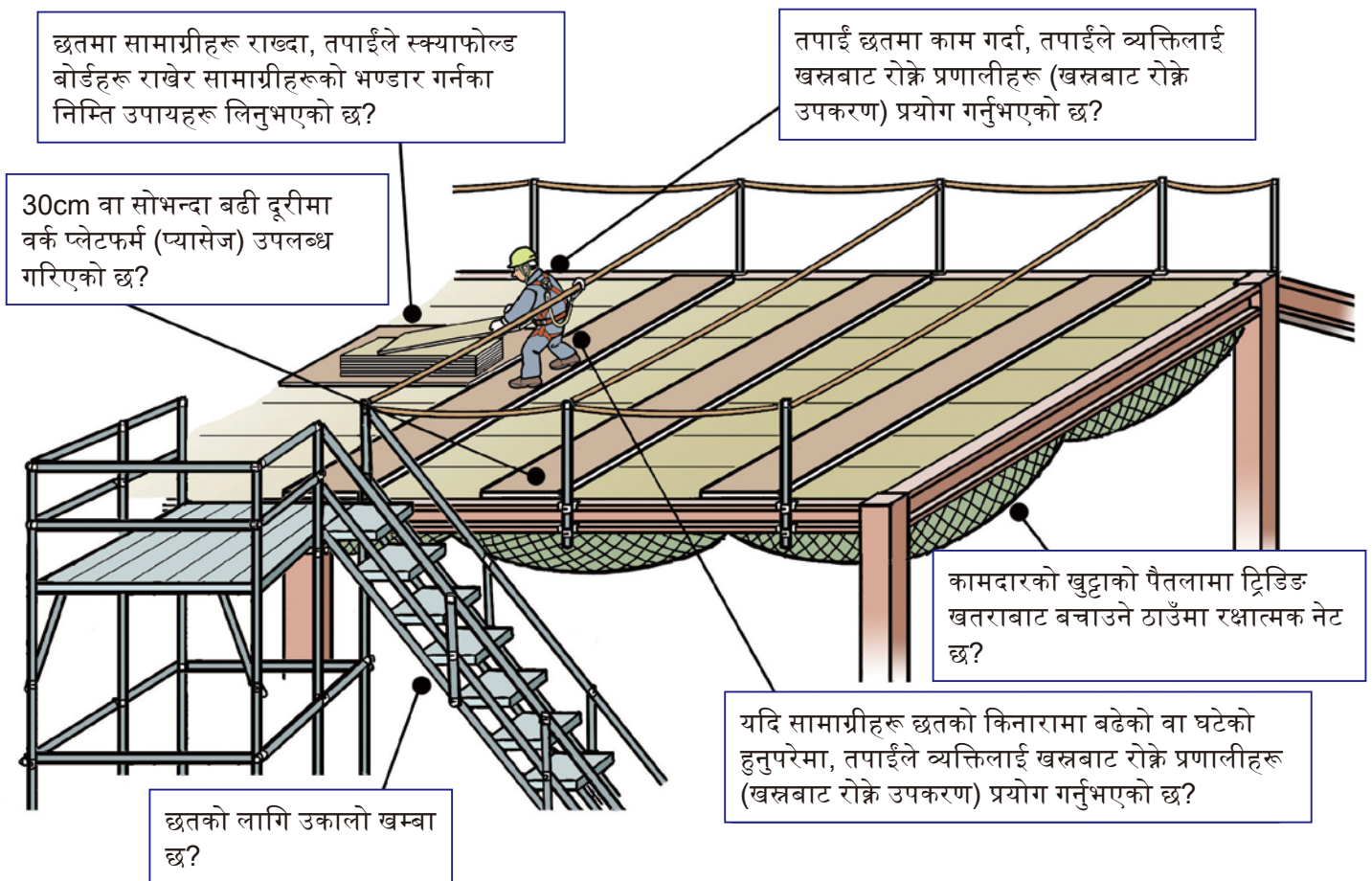
मुख्य डोरी (ठाडो सुरक्षित डोरी) मा संलग्न गरिएको एक भन्दा बढी सुरक्षा ब्लक प्रयोग नगर्नुहोस्।

पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

समान समयमा व्यक्तिहरूको बहुमतले छतमा काम गर्दा, कामदारहरूको संख्या अनुसार छतमा ठाडो सुरक्षित रेखाहरू थप गर्न आवश्यक हुन्छ।

(6) छतमा कार्य गर्नको लागि सुरक्षित तरिका

अकस्मात दुर्घटना रोकने महत्वपूर्ण बुँदाहरू



पालना गर्नपर्ने कुराहरू

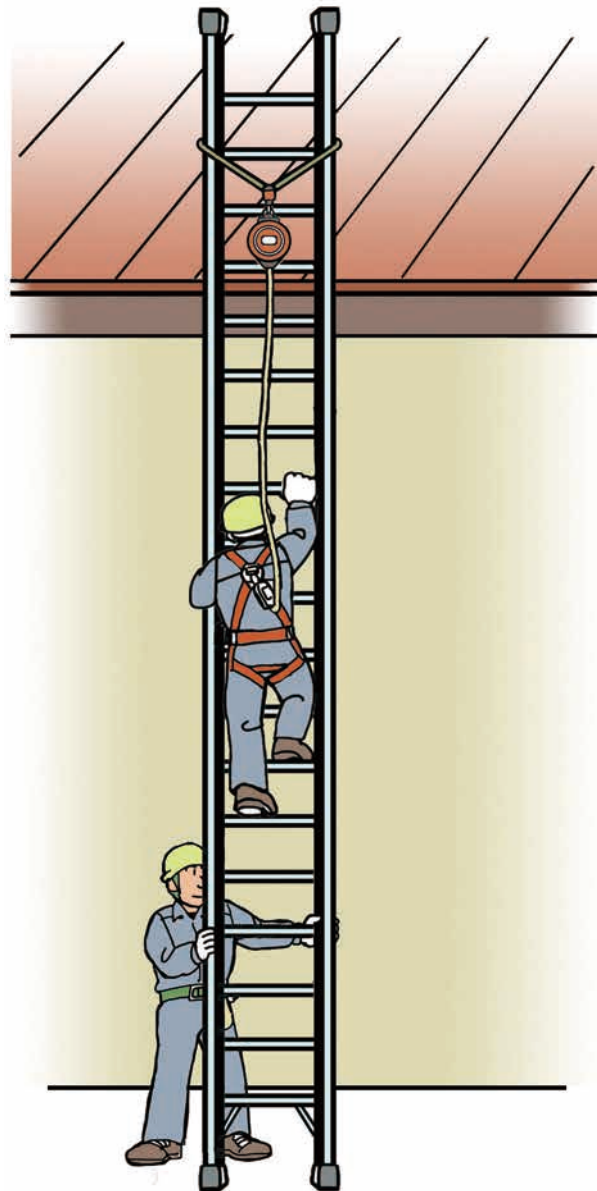
1. वर्क प्लेटफर्म स्थापना गर्ने र फेन्सिङ गर्ने जस्ता उपायहरू लिनुहोस्।
2. व्यक्तिलाई खस्नबाट रोकने प्रणालीहरू (खस्नबाट रोकने उपकरण) प्रयोग गरौं।
3. वर्षा हुने वा हिउँ पर्ने समयमा छत भिज्दा फोरम्यानका निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्।
4. सुरक्षित प्यासेज प्राप्त गरौं।

(7) छत माथि जान हल्लिरहेको सिँढी प्रयोग गर्दा

पालना गर्नपर्ने कुराहरू

छतमा काम गर्दा र छत माथि जान हल्लिरहेको सिँढी प्रयोग गर्दा, निम्न कुराहरूमा सचेत रहनुहोस्:

1. इभमा सिँढीको माथिल्लो भागको अन्त्यबाट छत अवरोही हुँदा, सिँढीको (1m चौडाइ भित्रमा) माथिल्लो अन्त्य भागको माथिको निश्चित क्षेत्रको दायरा भित्र बस्न सचेत रहनुहोस्।
2. सिँढीको शीर्षमा स्थापना गरिएको सुरक्षित ब्लकमा खस्नबाट रोक्ने उपकरण लागू गरेर सिँढी निकाल्नुहोस्।



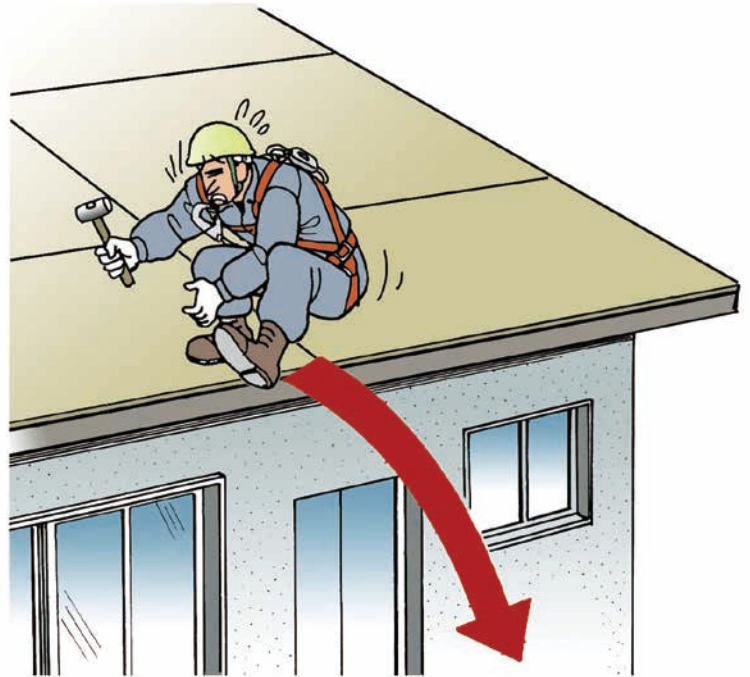
(8) यस्ता दुर्घटनाहरू धेरै हुन्छन्

दुर्घटना मामिला 1

पीडितले दुई सचित्र काठको घरको छतमा अवतरण गर्ने छतका बोर्डहरू स्थापना गर्नुभयो, कदम राख्नुभयो र ग्राउण्डमा खस्नुभयो।

पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

1. भवनको वरिपरि स्क्याफोल्ड स्थापना गरौं।
2. सुरक्षित रेखा स्थापना गरौं र व्यक्तिलाई खस्नबाट रोक्ने प्रणालीहरू (खस्नबाट रोक्ने उपकरण) प्रयोग गरौं।



दुर्घटना मामिला 2

गोदाम छत निर्माणको स्लेट छतलाई सार्दा, पीडितले आफ्नो खुट्टाको पैतलाले कुच्नु भयो र खस्नुभयो, कन्क्रिट भुइँमा आफ्नो टाउकोलाई चोट पुर्याउनुभयो।

पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

1. तपाईं स्लेट छतमा काम गर्दा, तपाईंको खुट्टाको पैतालामा ट्रिडिङ रोकको लागि "लोड बोर्ड" उपलब्ध गराउनुहोस्।
2. स्लेटहरूमा काम गर्दा, रक्षात्मक नेट र सुरक्षित रेखामा व्यक्तिलाई खस्नबाट रोक्ने प्रणालीहरू (खस्नबाट रोक्ने उपकरण) प्रयोग गर्नुहोस्।

