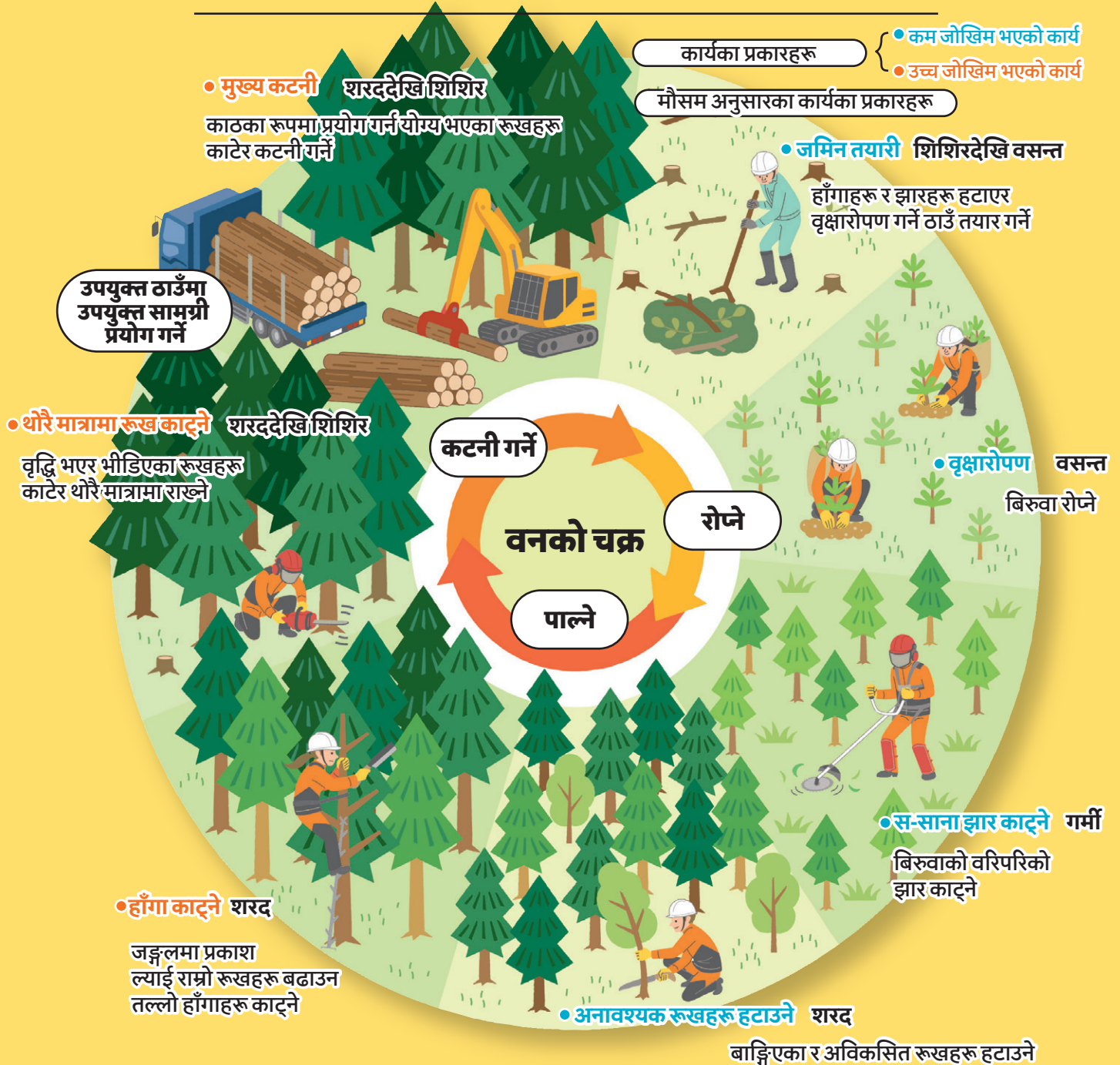




आफू र अरूलाई जोगाउनका लागि गर्ने प्रतिज्ञा सुरक्षित वन

जापानको वनजन्य कार्यको चक्र



वनजन्य कार्यलाई सुरक्षित बनाउन सबैको बुझाइ र सही कार्यान्वयन अति महत्वपूर्ण छ।

यस पर्वामा समेटिएका वनजन्य कार्यका बारेमा गहिरो रूपमा बुझेर सिक्नुहोस्।

काम कसरी गर्ने र केमा सावधानी अपनाउने भन्ने बुझ्नुहोस्



निर्देशनहरूलाई ध्यान दिएर सुन्नुहोस् ताकि चोट नलागोस्



जबझिकी कुरा स्पष्ट गर्न प्रश्नहरू सोध्नुहोस्

सँगै सुरक्षा जाँच गर्नुहोस्



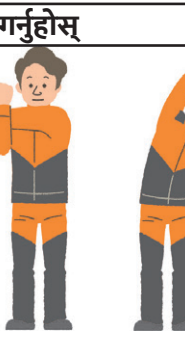
देखेर पनि नदेखेजस्तो नगर्नुहोस्



बेवास्ता नगर्नुहोस्



काम अघि स्ट्रेचिङ गर्नुहोस्

तयारीका व्यायाम वा स्ट्रेचिङले
चोटपटकको रोकथाममा मद्दत पुर्याउँछ

दैनिक शारीरिक स्वास्थ्य अवस्थाको व्यवस्थापन

राति अबेरसम्म खानेपिउने वा
गेम खेल्ने नगर्नुहोस्

अत्यधिक प्रयास नगर्नुहोस्

जङ्गलभित्रका केही वनस्पति र जनावरमा
खतरनाक विष हुन सक्छ

आराम र निद्रा पर्याप्त लिनुहोस्



स्वास्थ्य खराब भएको बेला परामर्श गर्नुहोस्

विषालु जनावर वा वनस्पति खाँदा मृत्यु
हुन सक्छ, त्यसैले आफू खुसी नखानुहोस्

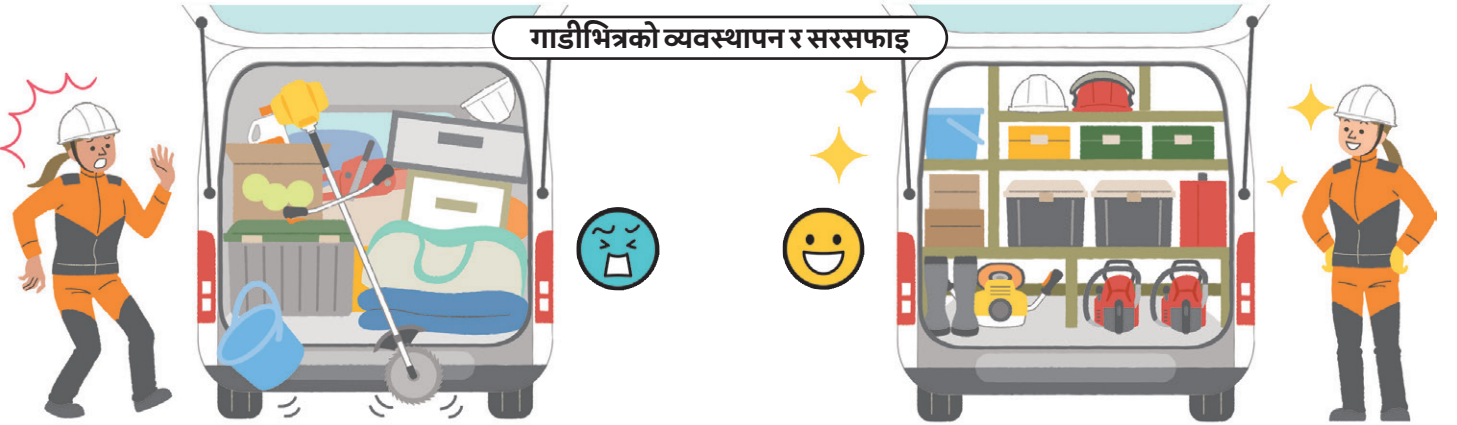
कार्यस्थलको व्यवस्थापन र सरसफाइ



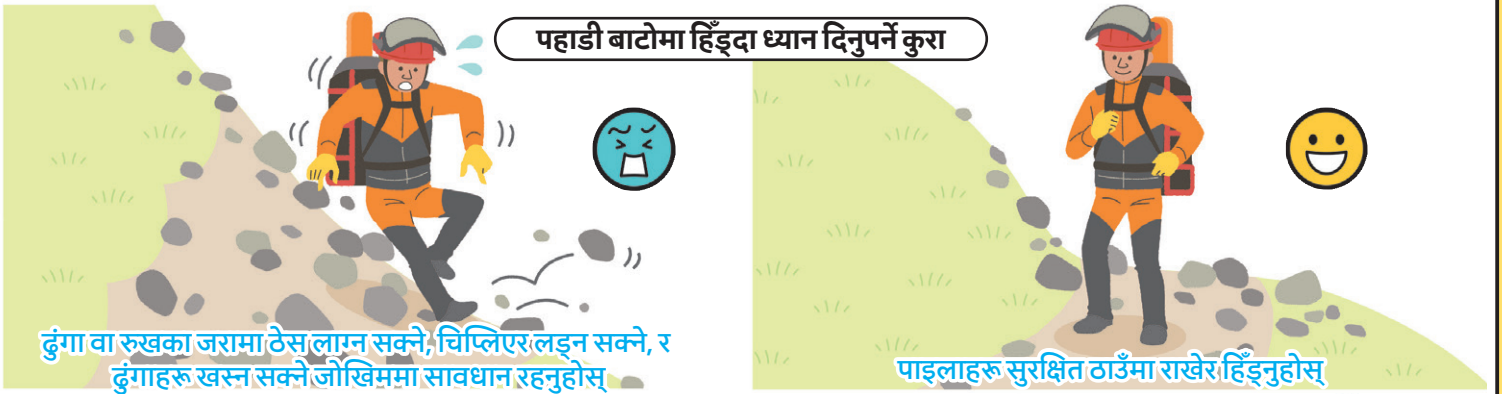
सामग्री भण्डारण स्थानको व्यवस्थापन र सरसफाइ



गाडीभित्रको व्यवस्थापन र सरसफाइ



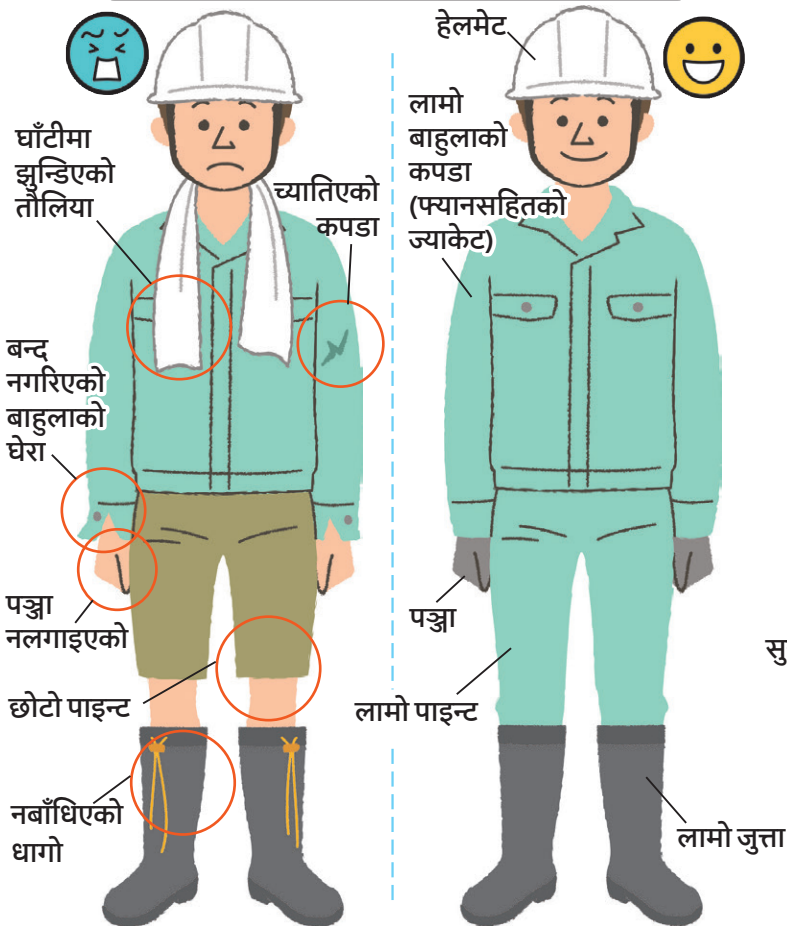
पहाडी बाटोमा हिँड्दा ध्यान दिनुपर्ने कुरा



मेशिनहरू प्रयोग नगरिएको बेला व्यवस्थापन

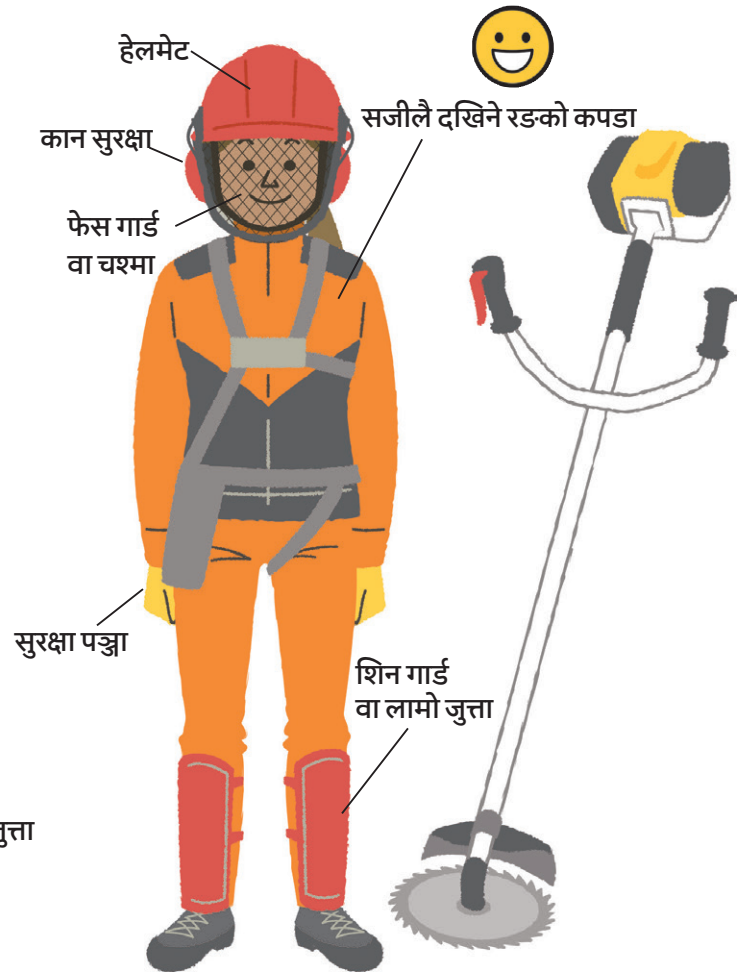


सामान्य वनजन्य कार्य (जमिन तयारी, वृक्षारोपण)



गर्मीको तातो मौसममा फ्यानसहितको ज्याकेट जस्ता कपडा लगाउनुहोस्

तल्लो झार काट्ने कार्य



सुरक्षा उपकरण प्रयोग नगर्दा



मेशिनको आवाजले कानमा असर पर्ने

चेनसाले रूख काट्ने कार्य



चोट लागेको पाइन्ट प्रयोग नगर्नुहोस्

सुरक्षा उपकरण अनधिकृत रूपमा अरूलाई नदिई प्रयोग गर्नुहोस्

मौरी



विषालु सर्प (मामुशी)



किरा (डानी)



जुकका



काँडा भएका वनस्पति

(जापानीज गुलाब, क्यास्टर अरलिया रूख,
जापानीज एन्जेलिका रूख आदि)



एलर्जी गराउने वनस्पति

(सुम्याक सिस्नु आदि)



मौसम खराब हुँदा कार्य रोक्ने र सुरक्षित ठाउँमा सर्ने

बिजुलीको चट्याङ



सवारी साधन, भवन, वा खोचमा शरण लिने
(रूखमुनि बस्नु खतरनाक हुन्छ)

हुरी बतास



हुरी बतास वा भारी वर्षा जस्ता खराब मौसममा कार्य रोक्ने

आपतकालीन सम्पर्कको तरिका

चोटपटक लागेको व्यक्ति वा दुर्घटना भएको समयमा
यदि सार्न सकिन्छ भने, सुरक्षित स्थानमा
स्थानान्तरण गर्नुहोस्।

चोटपटक लागेको
व्यक्ति

- मोबाइल फोन
- वायरलेस
- पठाउनुहोस् /
ल्याउनुहोस्

दुर्घटना रिपोर्ट

जिम्मेवार व्यक्ति

119 नम्बरमा
फोन गर्नुहोस्

पठाउनुहोस्

119 नम्बरमा
फोन गर्नुहोस्

जिम्मेवार व्यक्ति

दमकल विभाग

डाक्टरको हेलिकप्टर

एम्बुलेंस

ल्याउनुहोस्

HOSPITAL

अस्पताल

सानो चोटपटक पनि अवश्य
रिपोर्ट गर्नुहोस्

तुरुन्तै रोजगारदातालाई
रिपोर्ट गर्नुहोस्।

कुनै कुरा नलुकाई, जानकारी दिनु धेरै
महत्त्वपूर्ण छ।

प्राथमिक उपचारका

कार्डियोपल्मोनरी
पुनरुत्थान

(यदि आवाजमा
कुनै प्रतिक्रिया छैन र
व्यक्ति श्वास फेर्दैन भने)

प्राथमिक उपचारको बाकस
तयार राख्नुहोस्

रक्तस्राव हुँदा दबाव
लगाएर रोक्नुहोस्

(रगत बगेको
बेला)

माध्यमिक रूखको साथमा स्थिर गर्नुहोस्
(हड्डी भाँचिएको जस्ता अवस्थामा)

भाँचिएको भागलाई
चल नदिन
समर्थन गर्नुहोस्।

भाँचिएको भागको
दुबैपट्टि माध्यमिक
रूखको साथमा स्थिर
गर्नुहोस्

पट्टी जस्ता वस्तुले
उचित दबाव
लगाउनुहोस्।

तौलियाहरू जस्तै
सामानले
पठाउनुहोस्।

गाडी प्रयोग गर्न नसकिने स्थानमा ल्याउने तरिका
(यदि व्यक्तिले टाउकोमा चोट पाएको छ भने, उसलाई नचलाउनुहोस्।)

एक जनाले उठाएर
सार्ने अवस्थामा

दुई जनाले उठाएर
सार्ने अवस्थामा

यदि मौरीले टोकेको छ भने,
उसलाई काँधमा नउठाउनुहोस्।

स्ट्रेचरमा उठाउने अवस्थामा

06

हातले प्रयोग गर्ने उपकरणको कार्य

कार्य स्तर ★ ★ ★

खुर्पा प्रयोग गर्ने तरिका र चोटपटक



खुर्पालाई धेरै हल्लाउनु र खुट्टाको दिशामा तल झार्नु खतरनाक छ।



खुर्पाको हान्ने धार खुट्टा, घुँडा, र हातमा नपरोस भन्ने कुरा ध्यान दिनुहोस्।

हँसिया प्रयोग गर्ने तरिका र चोटपटक



ठूलो हँसियाले घाँस काट्ने काम (धेरै नहल्लाउनुहोस्)



ठूलो हँसियाले घाँस काट्ने काम (हँसिया थोरै तान्नुहोस्)

07

जमीन तयारी र वृक्षारोपण कार्य

कार्य स्तर ★ ★ ★

जमीन तयारी कार्य र चोटपटक



हाँगाहरू व्यवस्थापन गर्दा हाँगाहरू फर्कने र छेउका सामग्रीहरूको खस्ने कुरामा ध्यान दिनुहोस्।



तलमाथि हुने कार्य नगर्नुहोस्।

कोदालो धेरै हल्लाउनु र चोटपटक



कोदालो धेरै नहल्लाउनुहोस्।



विस्तारै हल्लाउनुहोस्

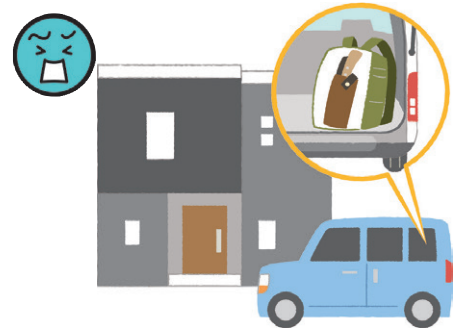


प्रयोग हुने कार्यस्थल बाहेक शरीरमा लगाइराखेर बोक्नु हुँदैन।

धातुका वस्तुहरूको बोक्ने र व्यवस्थापन



गाडीमा बोक्नुपर्दा केस वा झोलामा राखेर ट्रकमा राख्नुहोस्।



कम्पनी वा घरमा गाडीको भित्रमा छोड्नु हुँदैन।

घाँस काट्ने मेसिनको इन्जिन सुरु गर्नु

होल्ड गर्दा सुरु नगर्नुहोस्

जमिनमा राखेर सुरु गर्नुहोस्

माथि-तल वा नजिक मानिसहरू हुँदा काम नगर्नुहोस्

किकब्याक

हुने सम्भावना बढी भएको भाग

ब्लेडबाट घाँस काट्ने

अनिवार्य
इन्जिन बन्द गर्नु

घाँस हट्ने बित्तिकै ब्लेड घुम्न सक्छ, त्यसैले खतरनाक हुन्छ

ढलानमा काम गर्दा

पाइला चिप्लीएर शरीर असन्तुलन भई हुन सक्ने खतरनाक

पाइलाको सुरक्षा सुनिश्चित गरी काम गर्नुहोस्

मेसिनको ढुवानी

इन्जिन बन्द गर्नुहोस्

तेर्सो राख्नुहोस्

कभर लगाउनु

२ मिटर

ब्लेडमा कभर लगाएर, ब्लेड अगाडि फर्काएर राख्नुहोस्, र अन्य व्यक्तिबाट पर्याप्त दूरीमा राख्नुहोस्

09

अनावश्यक रूखहरू हटाउने र हाँगा छाँट्ने कार्य

कार्य स्तर ★ ★ ★

हाँगा काट्ने (आराको प्रयोग)



हात ब्लेडभन्दा तल



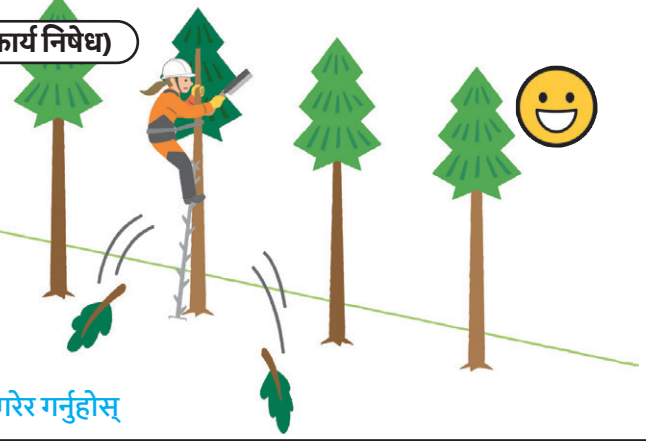
हात ब्लेडभन्दा माथि



हाँगा छाँट्ने (तल्लो भागमा कार्य निषेध)



तल कोही नभएको सुनिश्चित गरेर गर्नुहोस्



10

चेनस प्रयोग गरेर रूख काट्ने कार्य

कार्य स्तर ★ ★ ★

चेनसको इन्जिन सुरु गर्नु



होल्ड गर्दा सुरु नगर्नुहोस्



जमिनमा राखेर सुरु गर्नुहोस्

चेनस समाउने तरिका



ह्यान्डलमा औला घुमाएर समाउनुहोस्



चेनस प्रयोग (ब्रेक)



ब्रेक→



काट्दा बाहेक अन्य समयमा अनिवार्य ब्रेक लगाउनु

प्रतिघात



किकब्याक हुने ठाउँ

किकब्याक

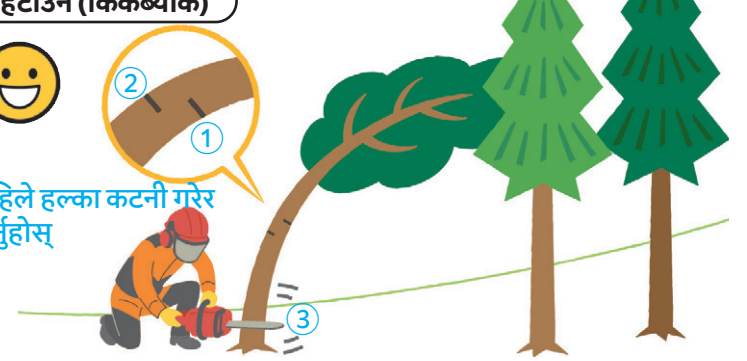
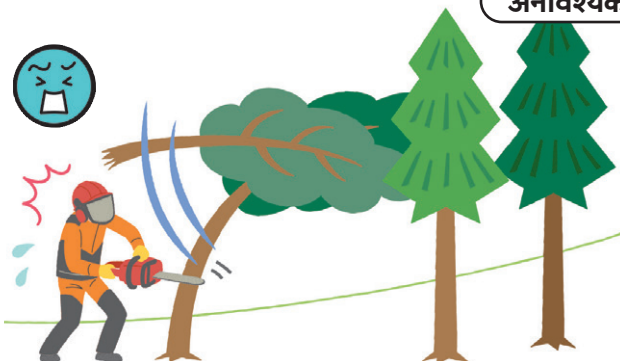


किकब्याक हुँदा पनि चोट नपर्ने स्थानमा उभिनुहोस्

अनावश्यक रूख हटाउने (किकब्याक)

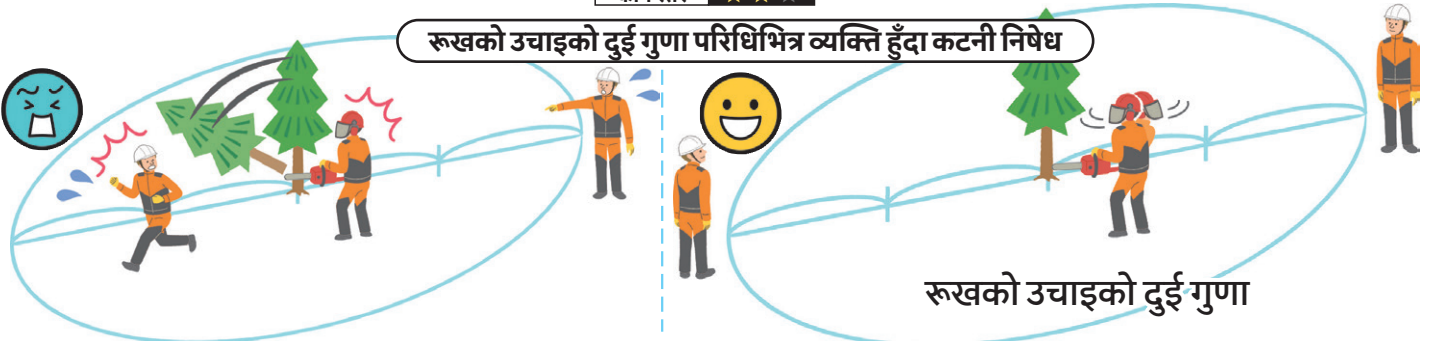


पहिले हल्का कटनी गरेर गर्नुहोस्



कार्य स्तर ★ ★ ★

रूखको उचाइको दुई गुणा परिधिभित्र व्यक्ति हुँदा कटनी निषेध

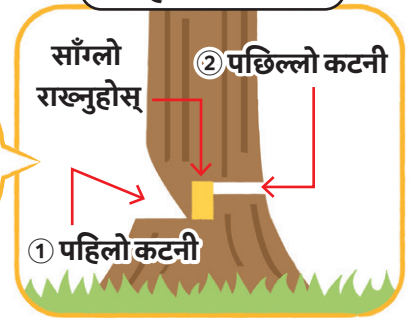


कटनी विधि (छड्के कटनी निषेध)



छड्के कटनी खतरनाक

सही कटनी विधि



औलाले संकेत गर्दै सुरक्षाको पुष्टि गर्नु



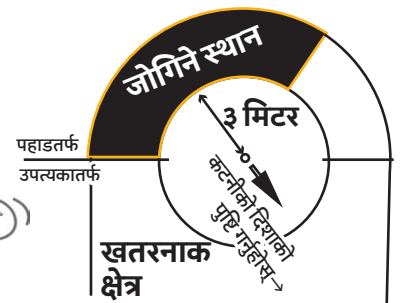
संकेत



कटनी गर्दा (हाँगा उड्नु वा खस्नु)

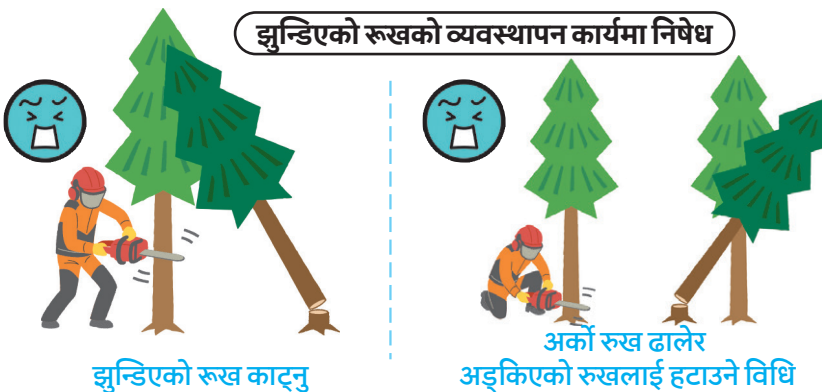


जोगिने

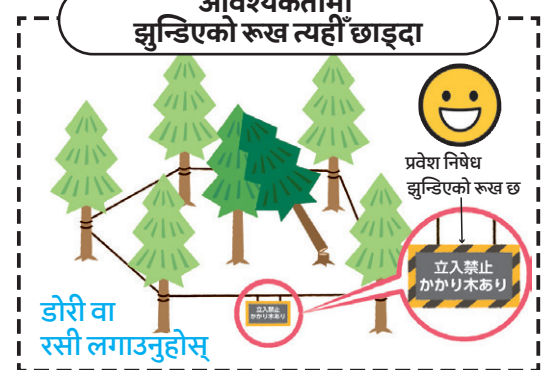


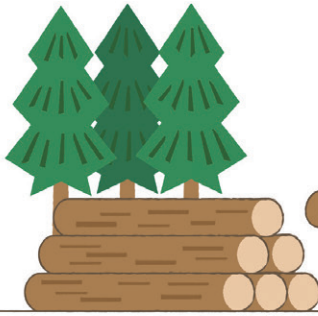
कटनी अघि सुरक्षित जोगिने ठाउँ पुष्टि गर्नुहोस्

झुन्डिएको रूखको व्यवस्थापन कार्यमा निषेध



आवश्यकतामा झुन्डिएको रूख त्यहीँ छाड्दा





★ ★ ★

सञ्चालन गर्न विशेष शिक्षा आवश्यक

労働安全衛生法による ↓
特別教育修了証

०० प्रशिक्षण केन्द्र

〇〇教習所



रुखको उचाइ र हातको लम्बाइको २ गुणाको दायरा भित्र संयुक्त कार्य गर्न निषेध



रूखको उचाइ र हातको लम्बाइको २ गुणा



मेसिनद्वारा रूख काट्नुपर्ने कार्यमा रूखको उचाइको २ गुणा दायराभित्र संयुक्त कार्य निषेध
मेसिनद्वारा सामग्री संकलन वा निर्माण कार्यमा आर्म मेसिनको २ गुणा दायराभित्र संयुक्त कार्य निषेध



ढुवानी सवारीमा सँगै बस्न निषेध



तारको भित्री कुनामा प्रवेश नगर्नुहोस्



तारले झुण्ड्याएको बस्तु खस्ने सम्भावित क्षेत्रमा प्रवेश निषेध





तपाईंहरूको स्वास्थ्य र सुरक्षा
हाम्रो चाहना हो
