

まんがでわかる



Filipino
タガログ語

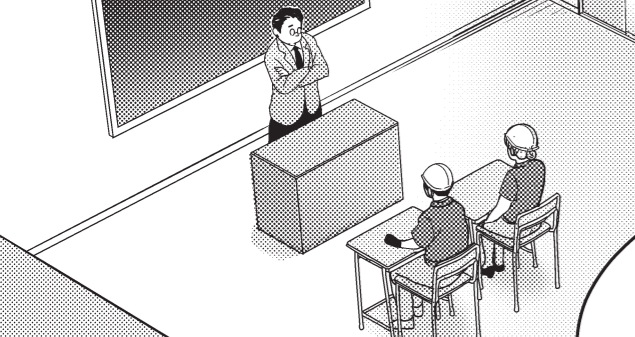
陸上貨物運送事業の安全衛生

Alamin sa Pamamagitan ng Manga

Kaligtasan at Kalusugan sa Land Transportation Industry



Ang audiovisual material na ito ay ginawa na may layuning matutunan ang mga pangunahing pamantayan ng kaligtasan at kalusugan para sa mga manggagawa sa lugar ng trabaho na may kinalaman sa cargo handling sa truck at warehouse.

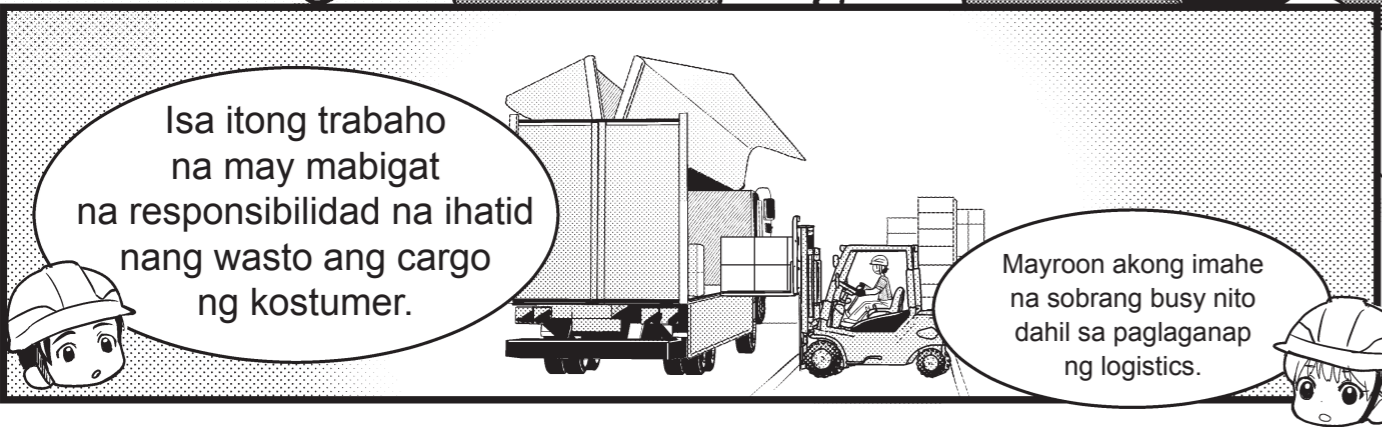


Ngayong araw,
alamin natin ang tungkol sa
kaligtasan at kalusugan
sa land transportation
industry!



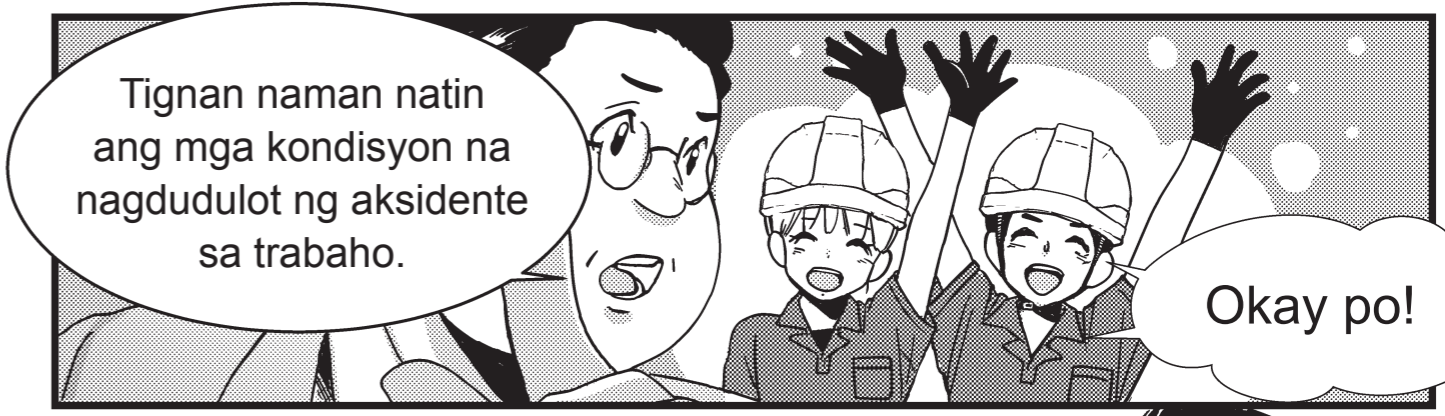
Magandang trabaho ito
na sumusuporta sa
lipunan, 'di ba?

Oo nga!



Isa itong trabaho
na may mabigat
na responsibilidad na ihatid
nang wasto ang cargo
ng kostumer.

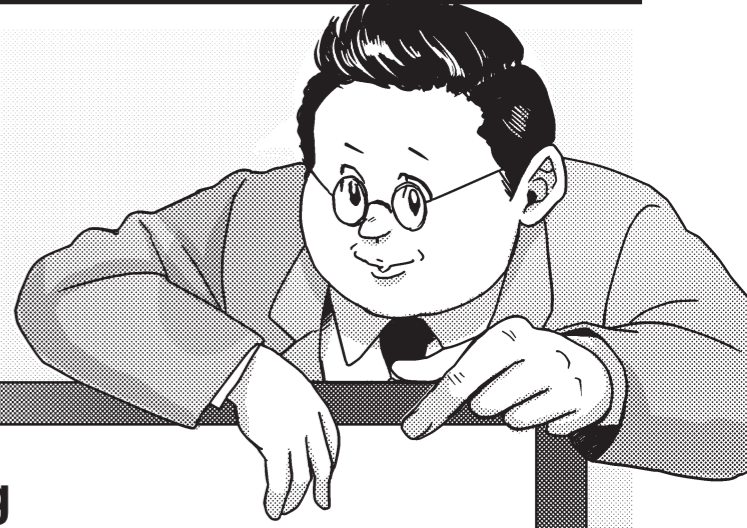
Mayroon akong imahe
na sobrang busy nito
dahil sa paglaganap
ng logistics.



Tignan naman natin
ang mga kondisyon na
nagdudulot ng aksidente
sa trabaho.

Okay po!

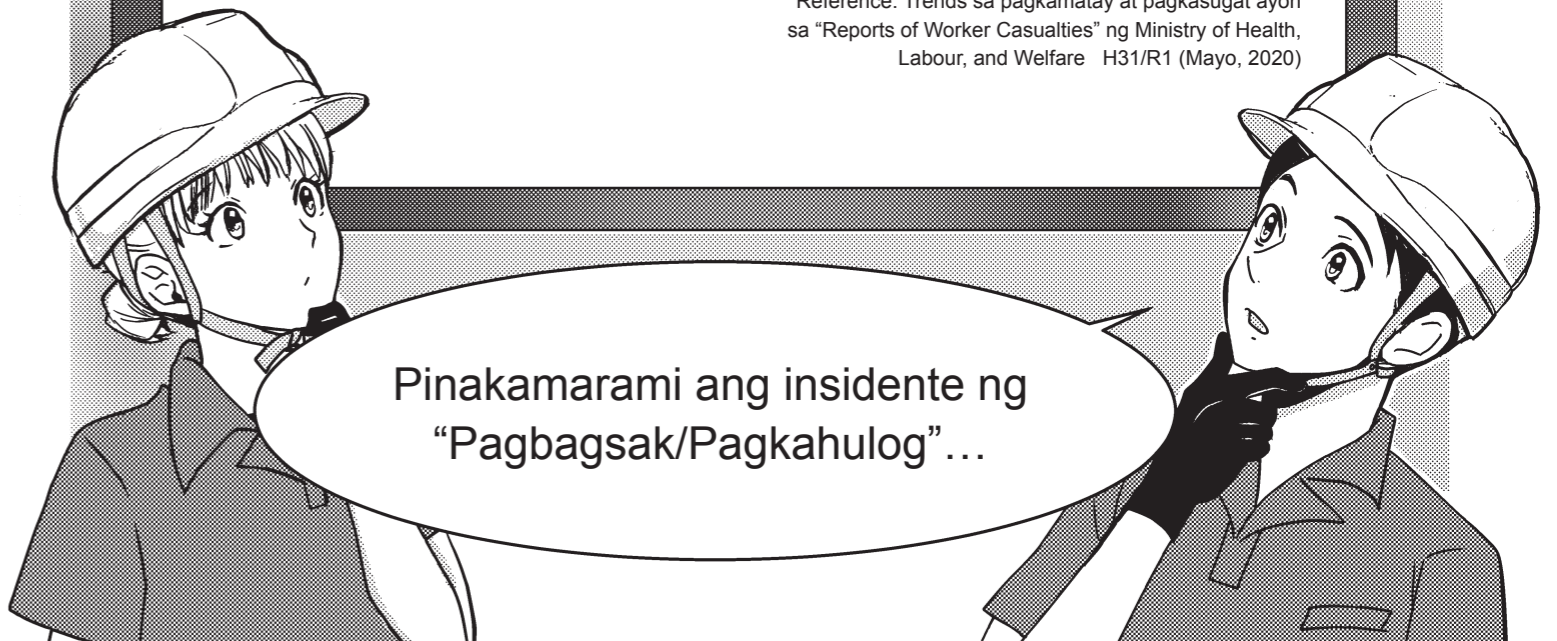
Tignan natin ang mga
pangunahing sanhi
ng aksidente sa trabaho.



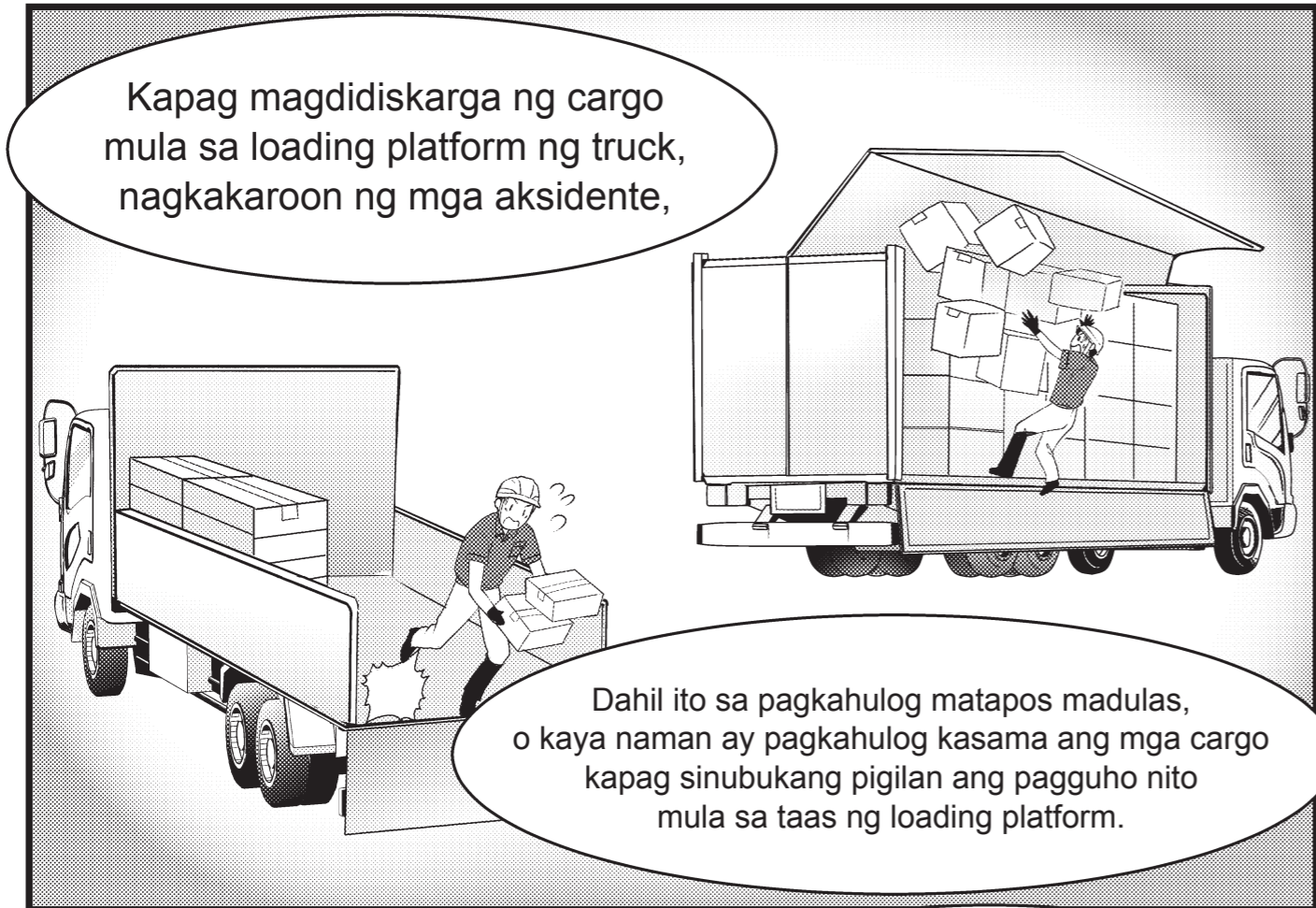
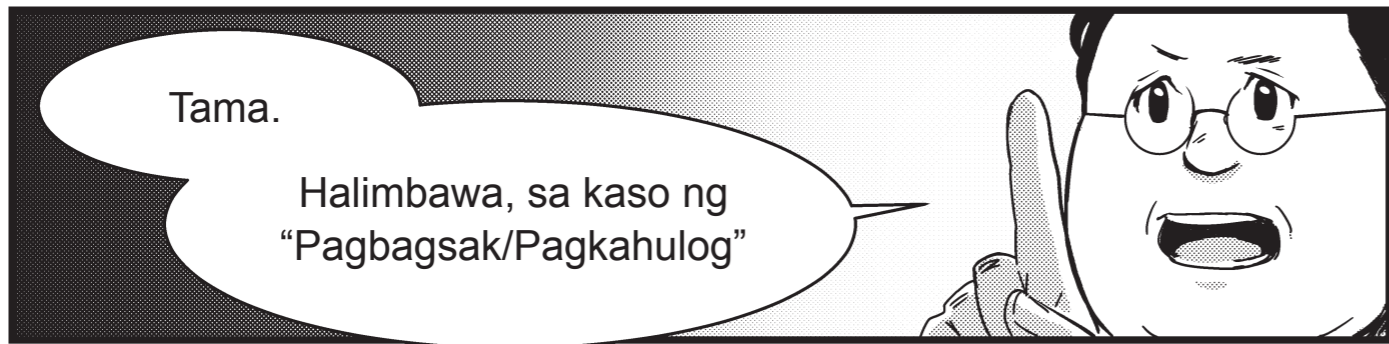
**Bilang ng insidente ng
aksidente sa trabaho.**

1	Pagbagsak/Pagkahulog	4,279 katao
2	Reaksyon ng operasyon / Pinilit na operasyon	2,475 katao
3	Pagkatumba	2,457 katao
4	Pagkaipit/Pagsabit	1,673 katao
5	Pagkabangga	1,163 katao

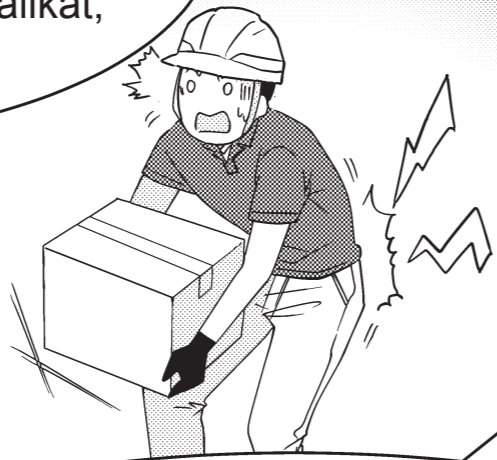
Reference: Trends sa pagkamatay at pagkasugat ayon
sa "Reports of Worker Casualties" ng Ministry of Health,
Labour, and Welfare H31/R1 (Mayo, 2020)



Pinakamarami ang insidente ng
"Pagbagsak/Pagkahulog" ...



Susunod dito ang
"Reaksyon ng operasyon /
Pinilit na operasyon".
Kapag nagbubuhat ng mabigat na cargo,
maaaring masaktan ang braso, balikat,
baywang, atbp.



Lalo na kapag sinusubukang magbuhat
ng mabigat na cargo,
madaling masaktan ang likuran.

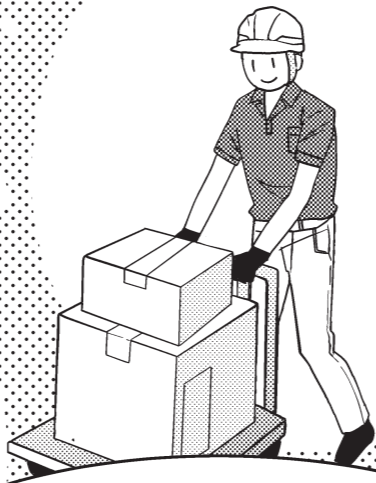
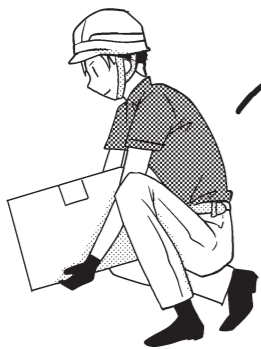
Kapag nasaktan, mag-aalala
ang pamilya at magkakaroon ng
problema sa pinagkakakitaan...



Dahit dito,
importante talaga ang
palaging maingat na
pagkilos.



Gawin sa tamang paraan
ang pagbuhat at
pag-usog ng cargo.



Ang tamang pagbuhat at pag-usog
ay tumutulong din upang pigilan
ang pagkatumba kaya importante ito.

Kailan
nangyayari ang
"Pagkatumba"?



Halimbawa,
sa sabay sabay na pagdala
ng maraming cargo,

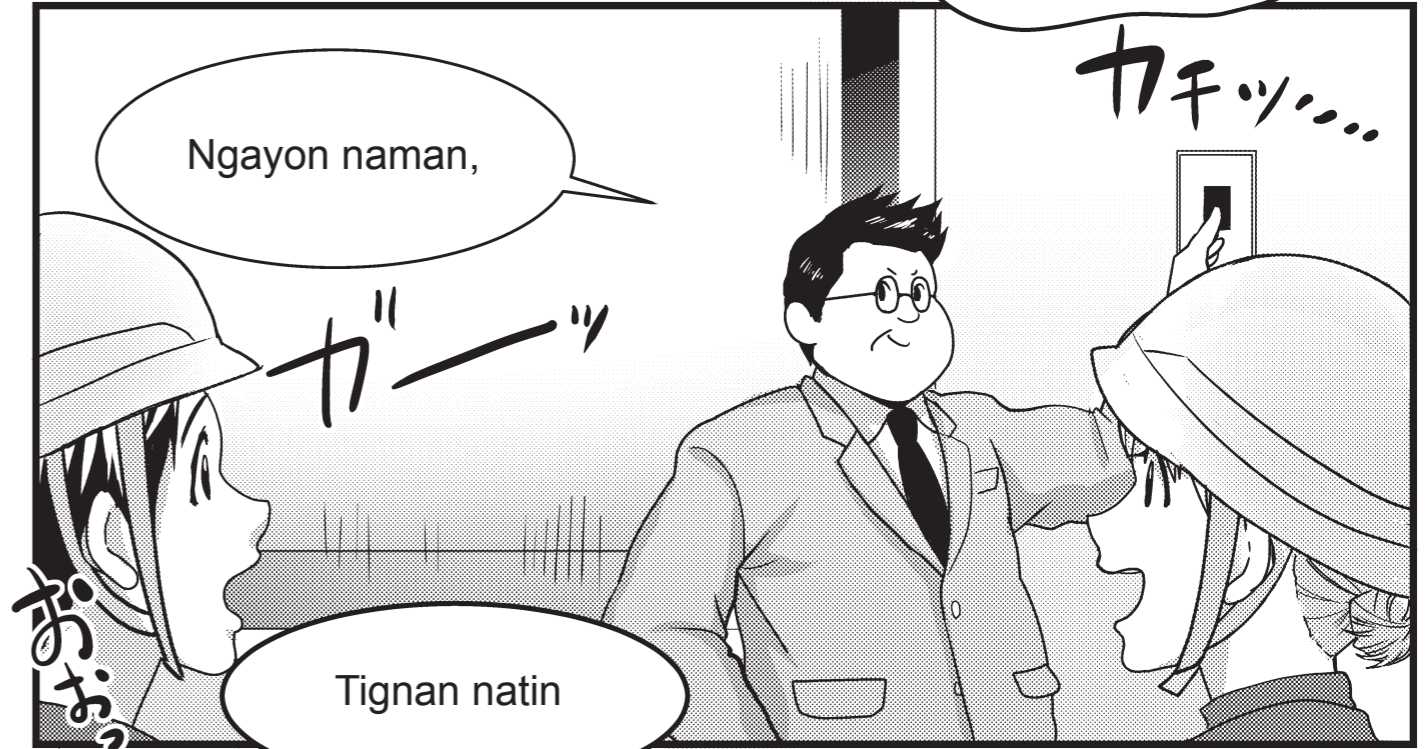
Mayroong insidente
kung saan natatalisod
dahil hindi nakikita ang baitang
sa paanan.



Ganoon pala...



Ngayon naman,

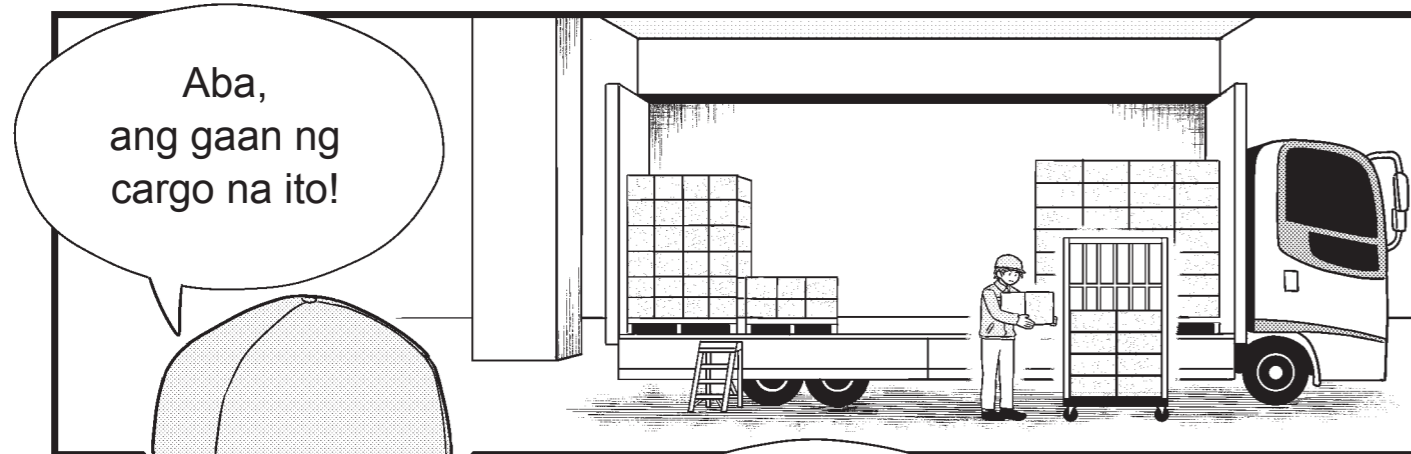


Tignan natin

Ang eksena sa
lugar ng trabaho.

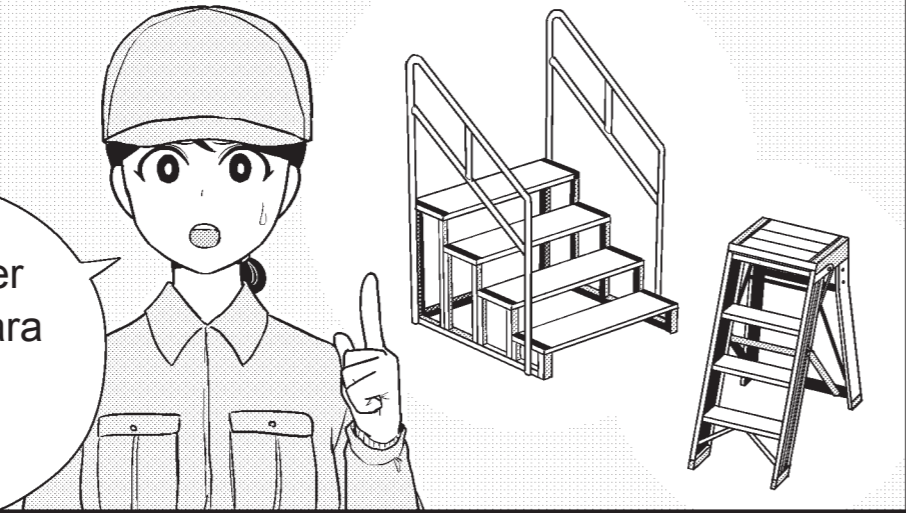


CASE 1



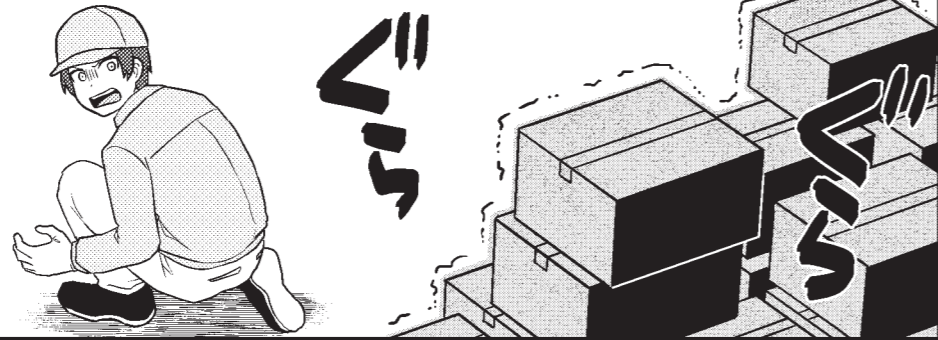
Huwag na huwag kang tatalon mula sa loading platform!

Ang stepladder ay nandiyan para pigilan ang pagkahulog.



Sorry po...

Hala!



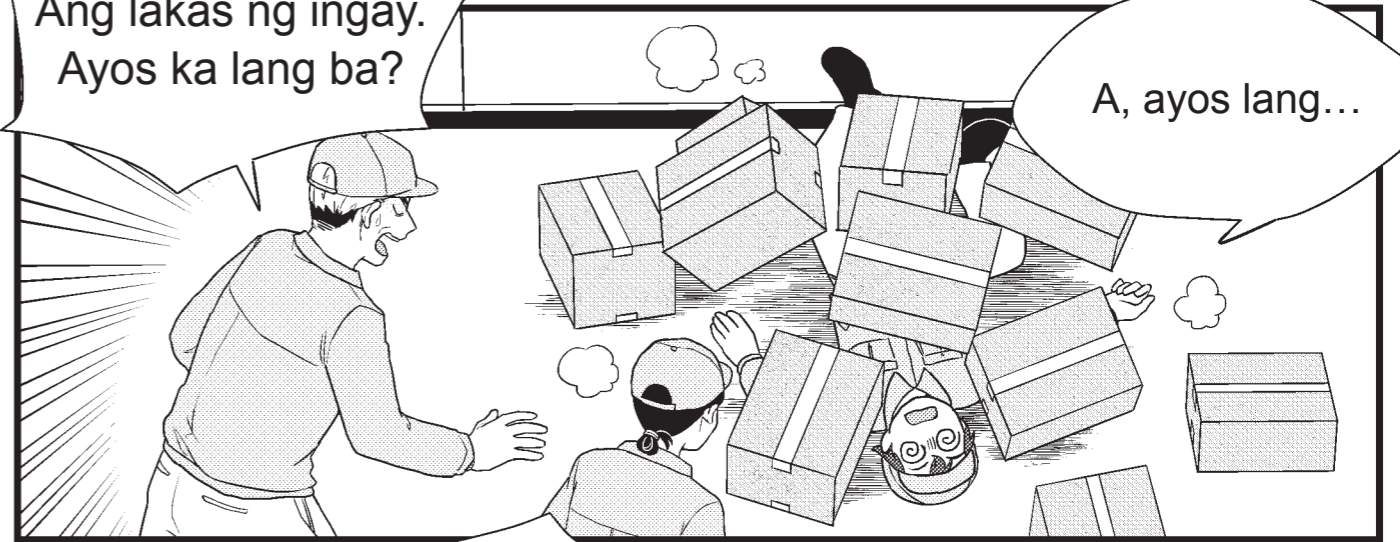
Wahhhh!

Gumuguhu!



Ang lakas ng ingay. Ayos ka lang ba?

A, ayos lang...



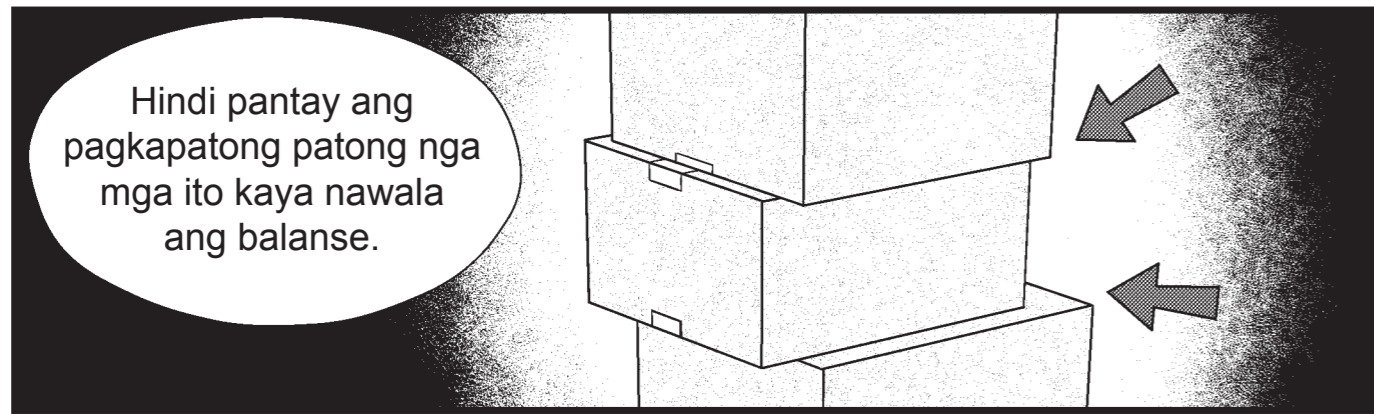
Kung mabigat na cargo o bakal ang mga ito baka malalang sugat ang inabot mo!

Hindi maganda ang pagkapatong patong ng mga cargo kaya naman bumagsak ang mga ito.

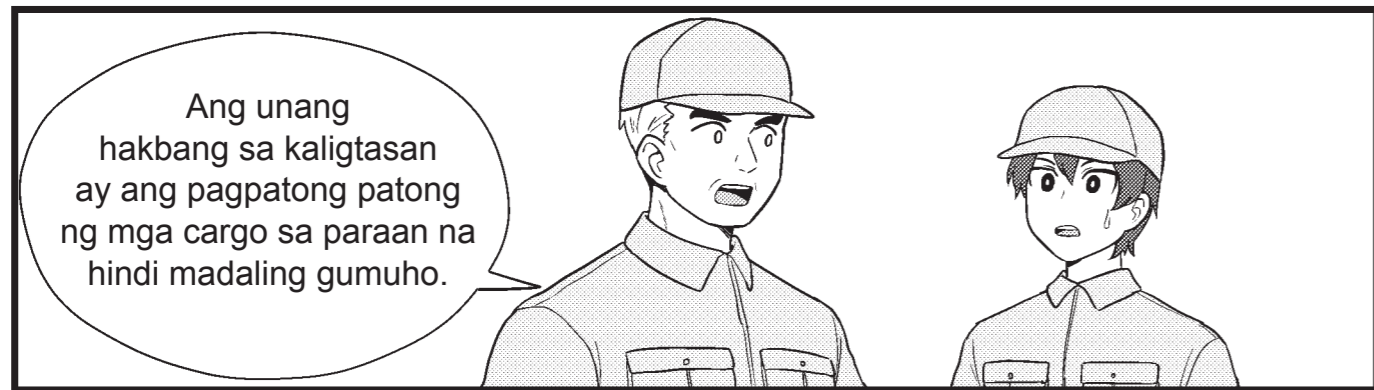


Oo nga po...

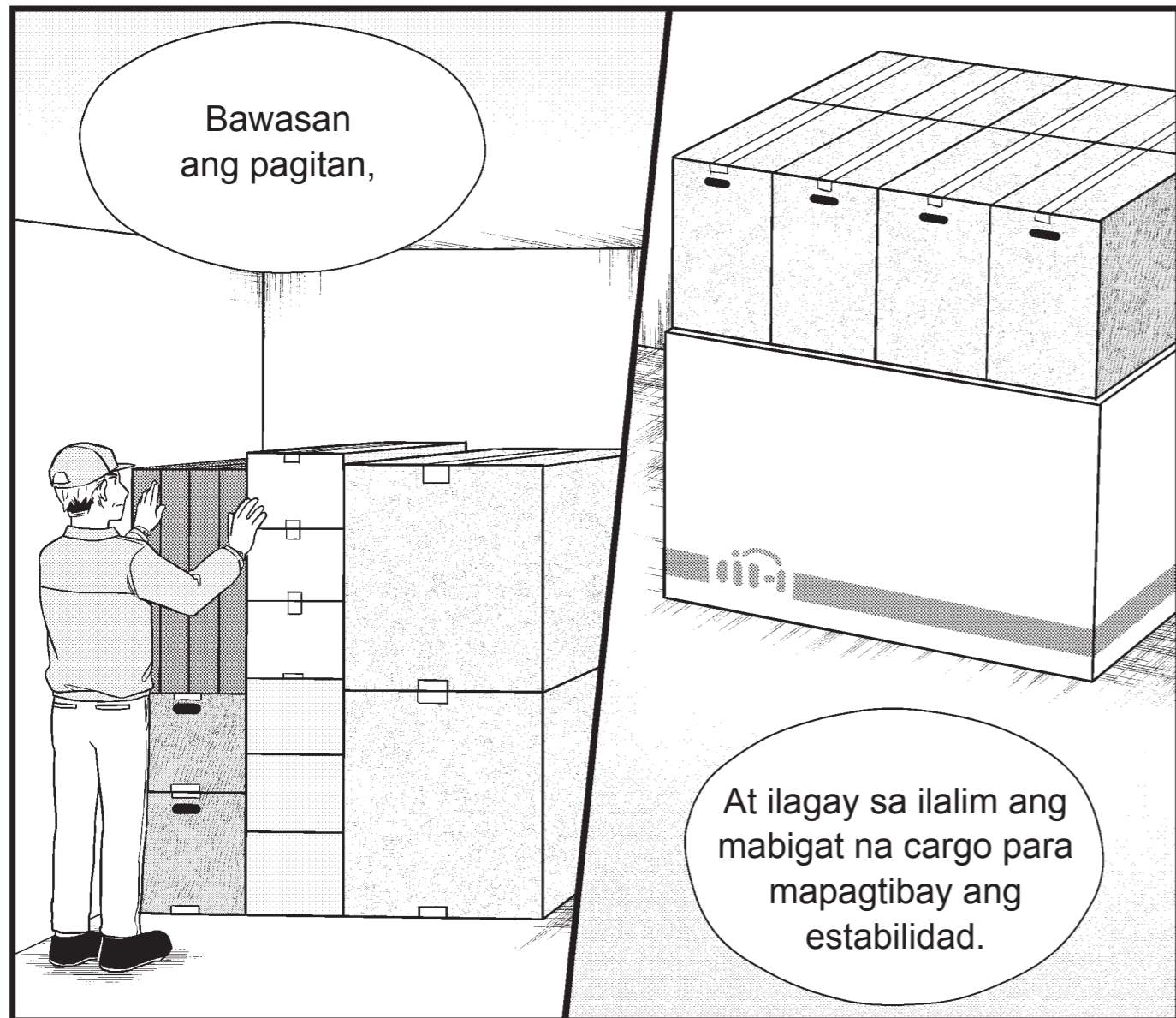
Ganoon ba? Dahil sa pagkapatong patong?



Hindi pantay ang pagkapatong patong nga mga ito kaya nawala ang balanse.

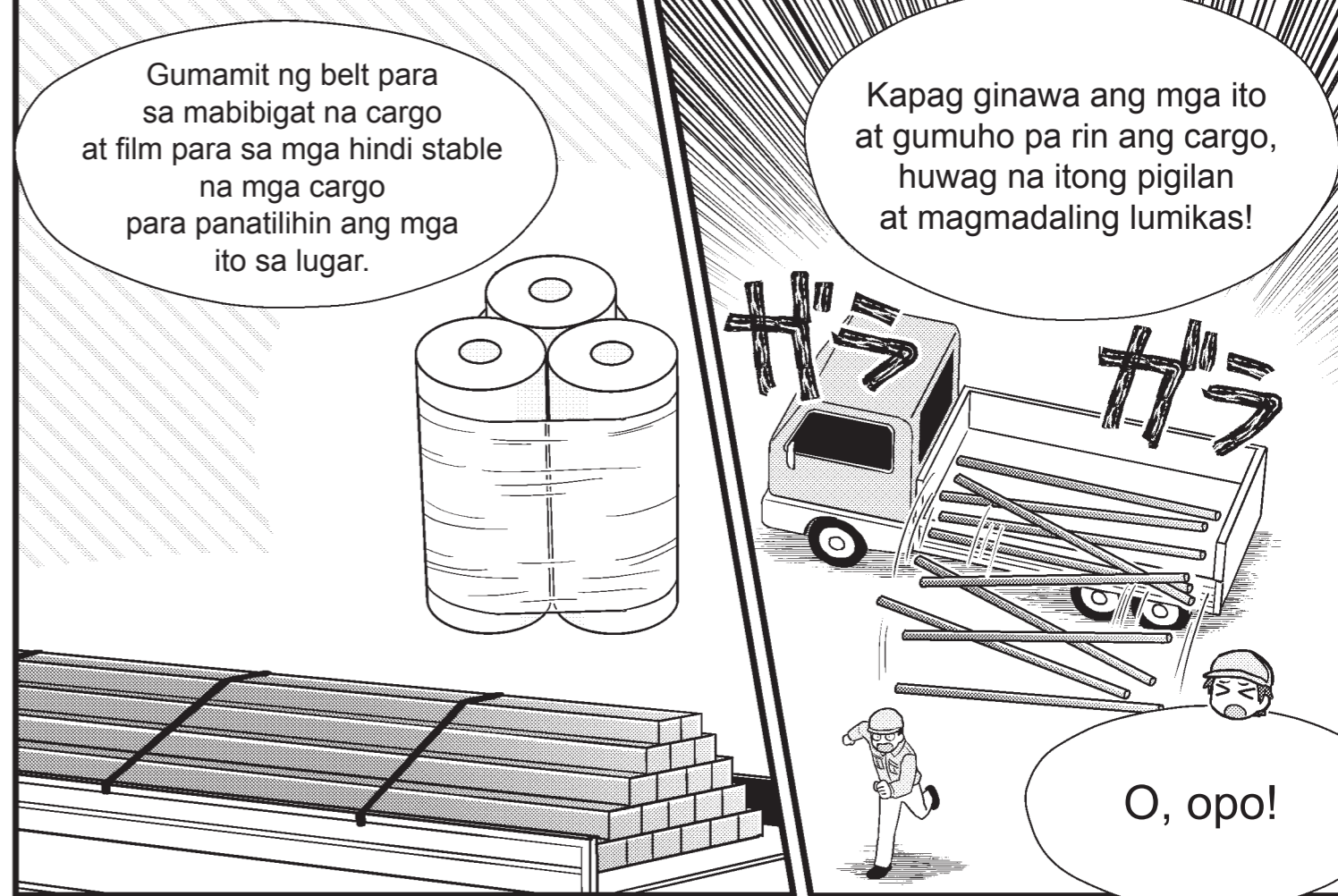


Ang unang hakbang sa kaligtasan ay ang pagpatong patong ng mga cargo sa paraan na hindi madaling gumuho.



Bawasan ang pagitan,

At ilagay sa ilalim ang mabigat na cargo para mapagtibay ang estabilidad.



Gumamit ng belt para sa mabibigat na cargo at film para sa mga hindi stable na mga cargo para panatilihin ang mga ito sa lugar.

Kapag ginawa ang mga ito at gumuho pa rin ang cargo, huwag na itong pigilan at magmadaling lumikas!

O, opo!



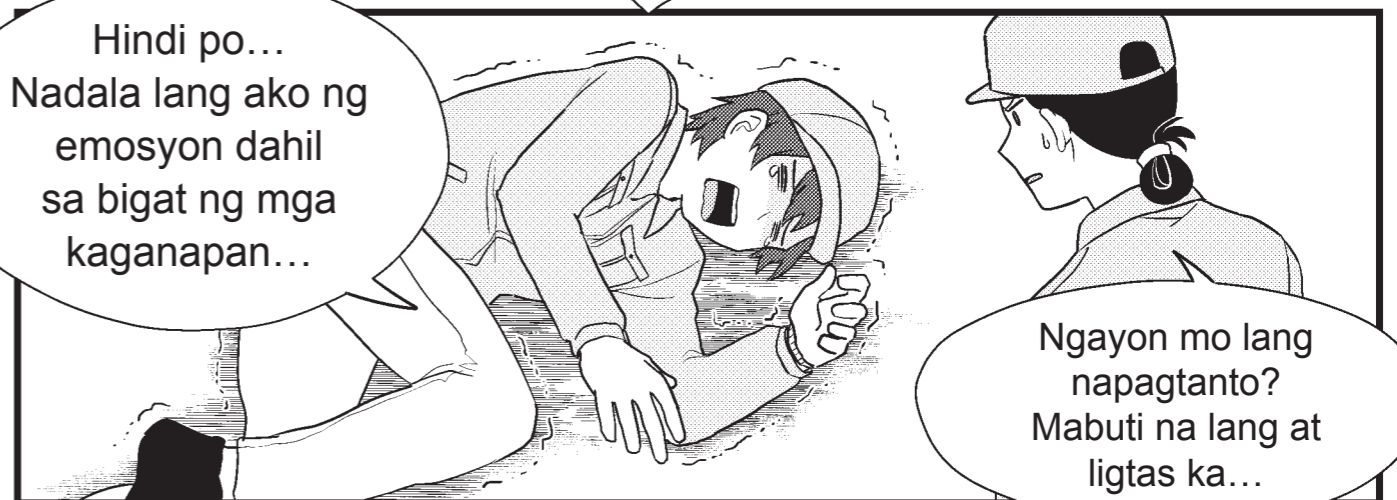
Okay! Bumalik na tayo sa traba...



ばたーん

Nasaktan ka ba?

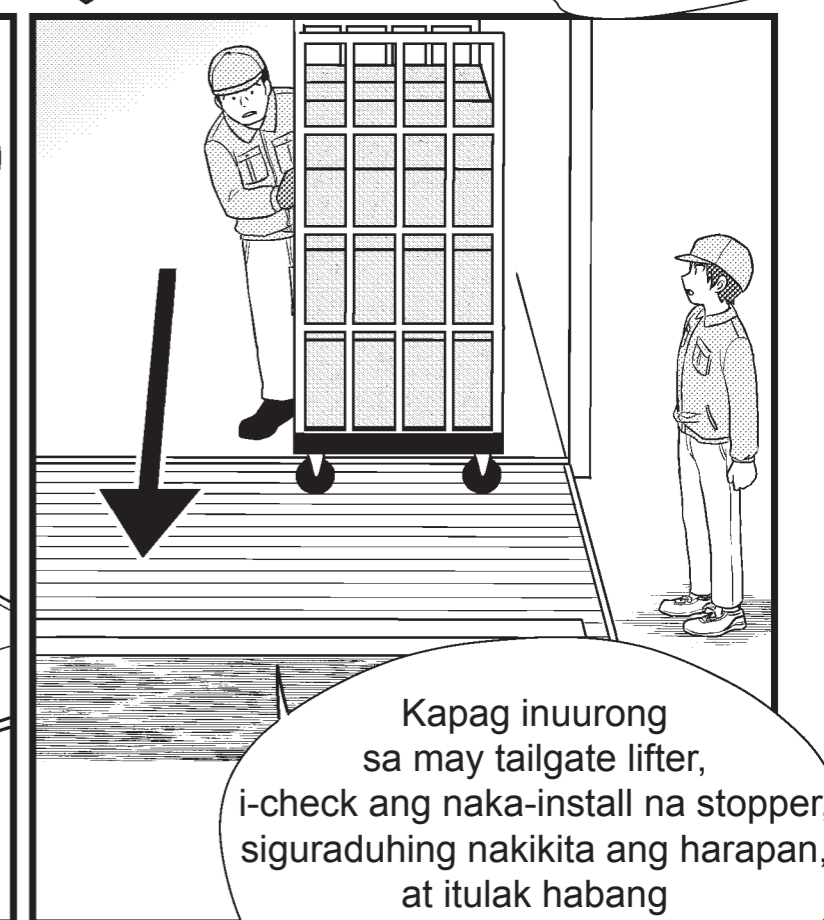
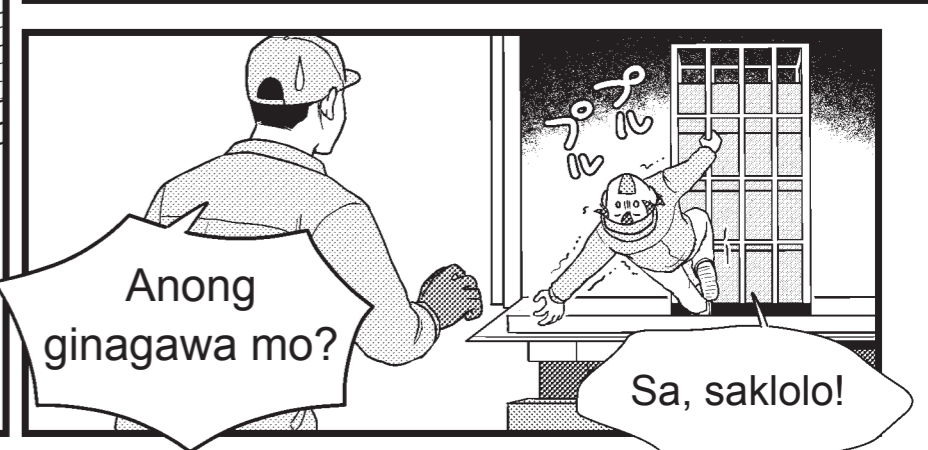
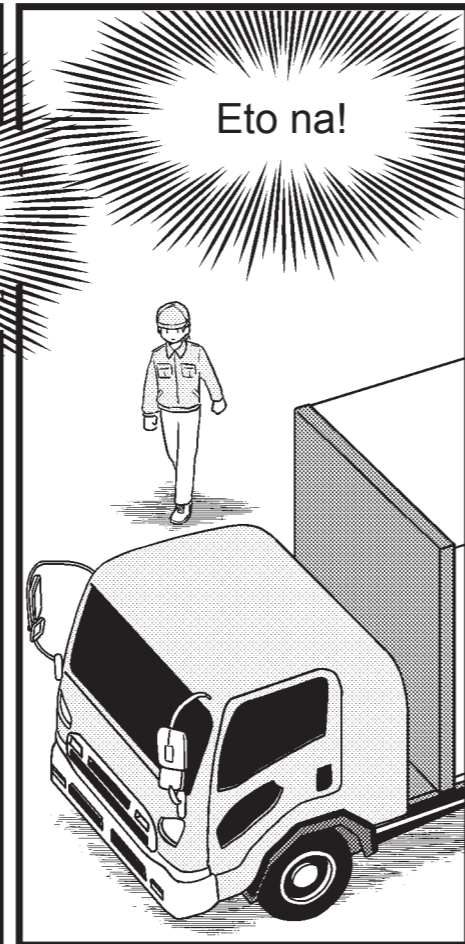
Anong nangyari?

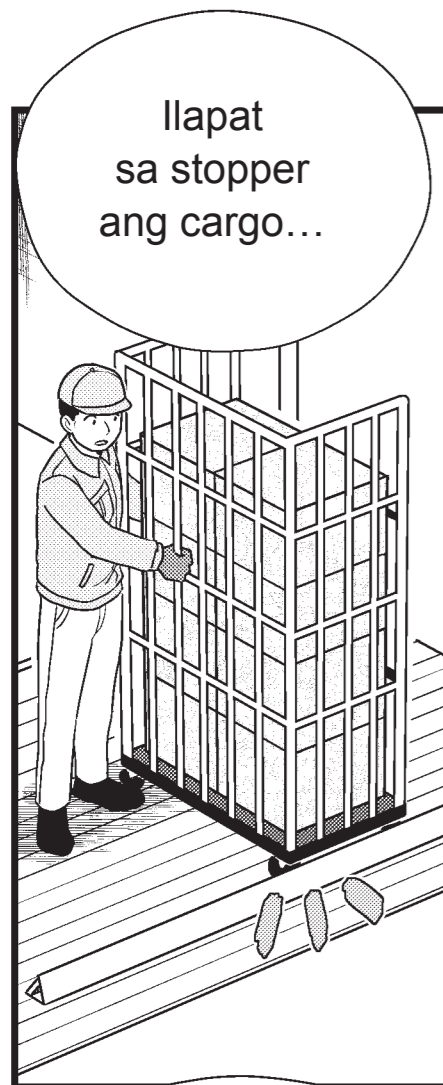


Hindi po... Nadala lang ako ng emosyon dahil sa bigat ng mga kaganapan...

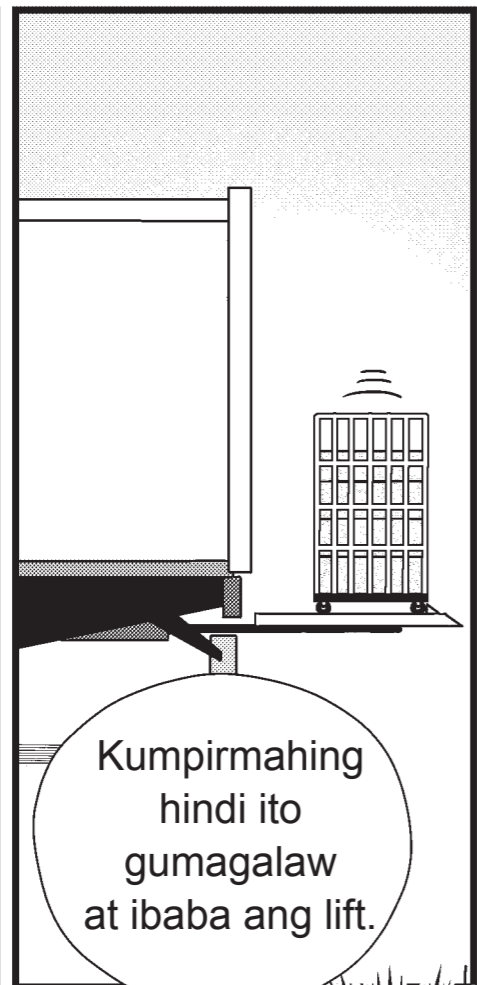
Ngayon mo lang napagtanto? Mabuti na lang at ligtas ka...

CASE 2





Ilapat sa stopper ang cargo...



Kumpirmahing hindi ito gumagalaw at ibaba ang lift.



Pagkatapos ay ipaubaya na sa transport staff.



Hanggang dito na lang ang trabaho ng driver,

Pwede mo bang dalhin ang roll box pallet sa loob ng warehouse?

Opo!



Aayusin ko na ngayon!



Teka lang.

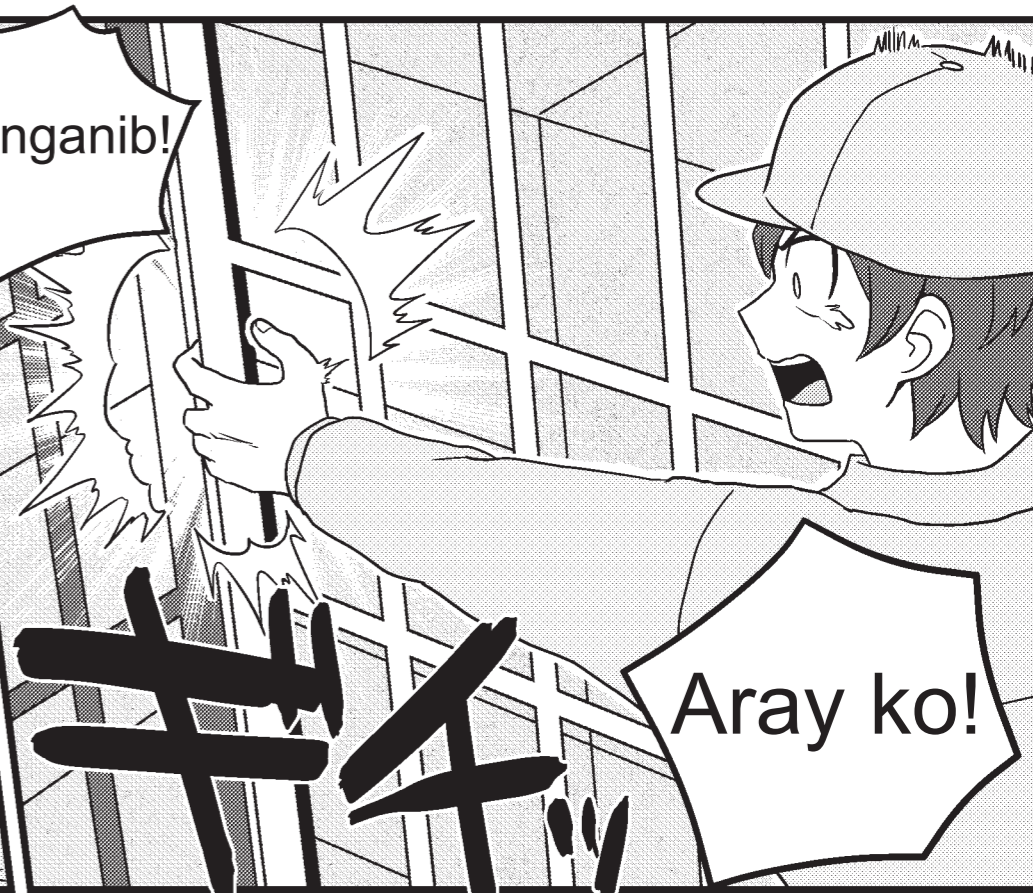


Hindi ka nakasuot ng work gloves at safety shoes!



Kukunin ko po mamaya!

Mapanganib!



Aray ko!



Kakasabi ko lang...

Mabigat ang cargo kaya hindi ko napigilan ang puwersa nito...



Naprotektahan mo sana ang kamay mo kung nakasuot ka ng work gloves.



Ang mga ito ay dinisenyo para hindi maging madulas at para mapadali ang operasyon.



At higit sa lahat, importante rin ang tamang pag-operate sa roll box pallet.



Una sa lahat ay magsagawa ng inspeksyon sa unit!

Okay ang galaw ng caster!



Pinoprotektahan ng safety shoes ang dulo ng paa mula sa caster at iba pa,



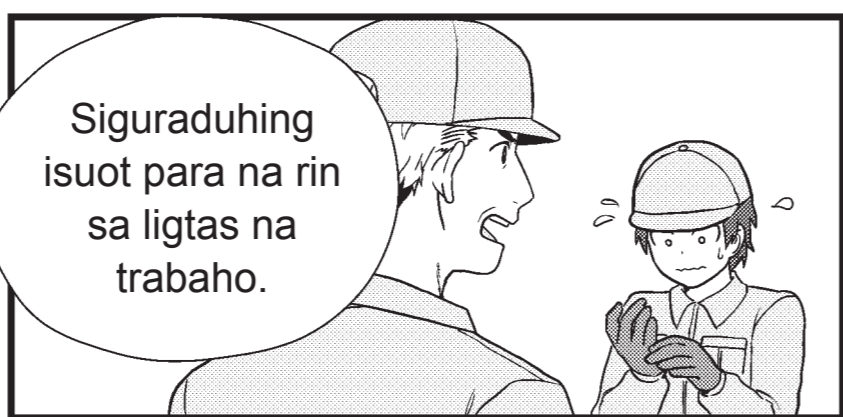
At hindi rin madulas ang ilalam ng sapatos para kumapit ito sa sahig at makatapak ng pirmi.



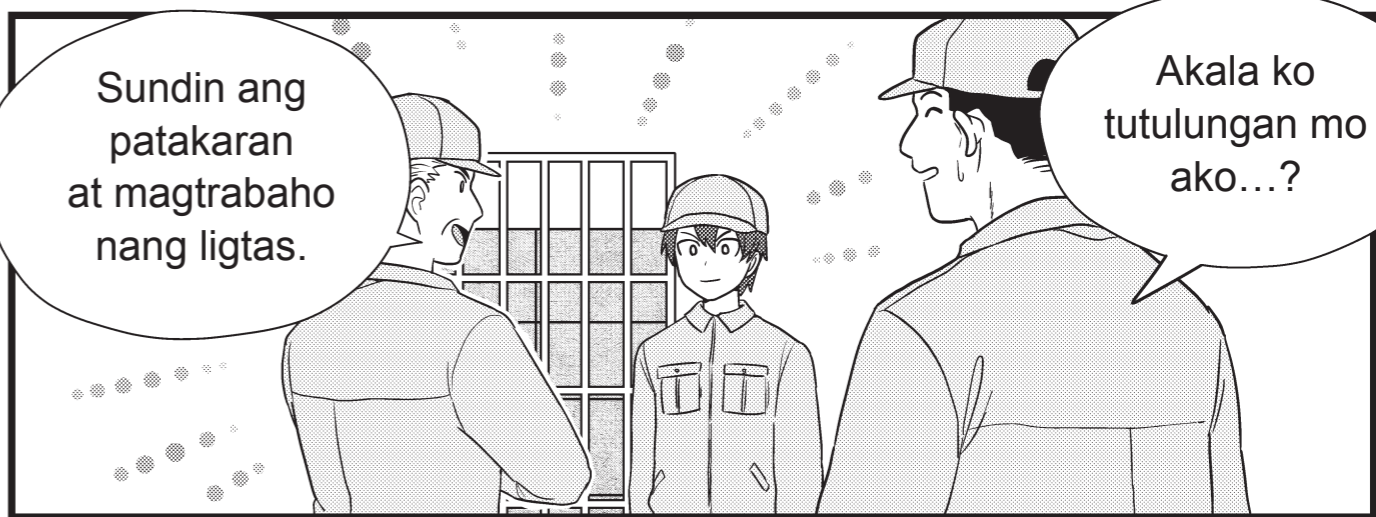
Siguraduhing i-operate gamit ang dalawang mga kamay!



Kapag igagalaw o ihihinto, ibaluktot mabuti ang tuhod! Huwag hawakan ang frame sa direksyon kung saan ito papunta!



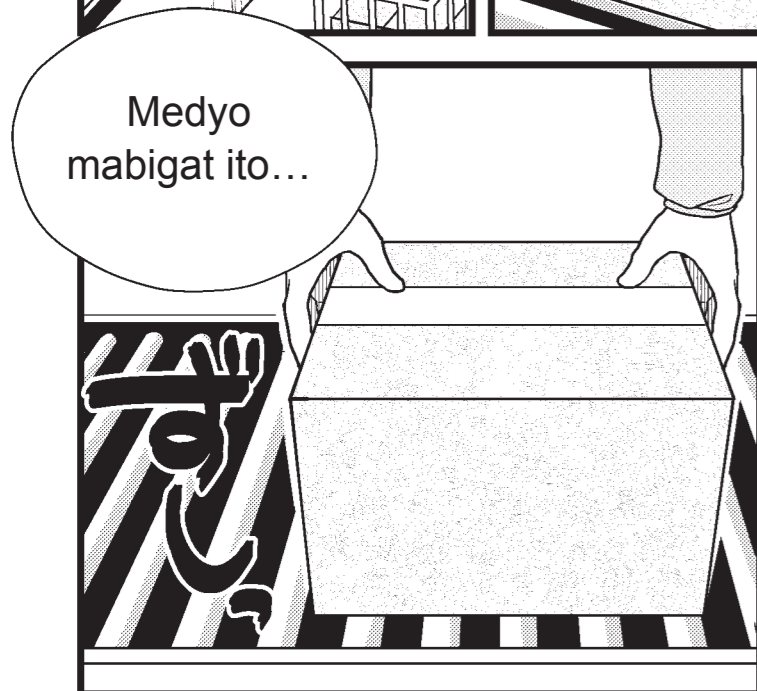
Siguraduhing isuot para na rin sa ligtas na trabaho.

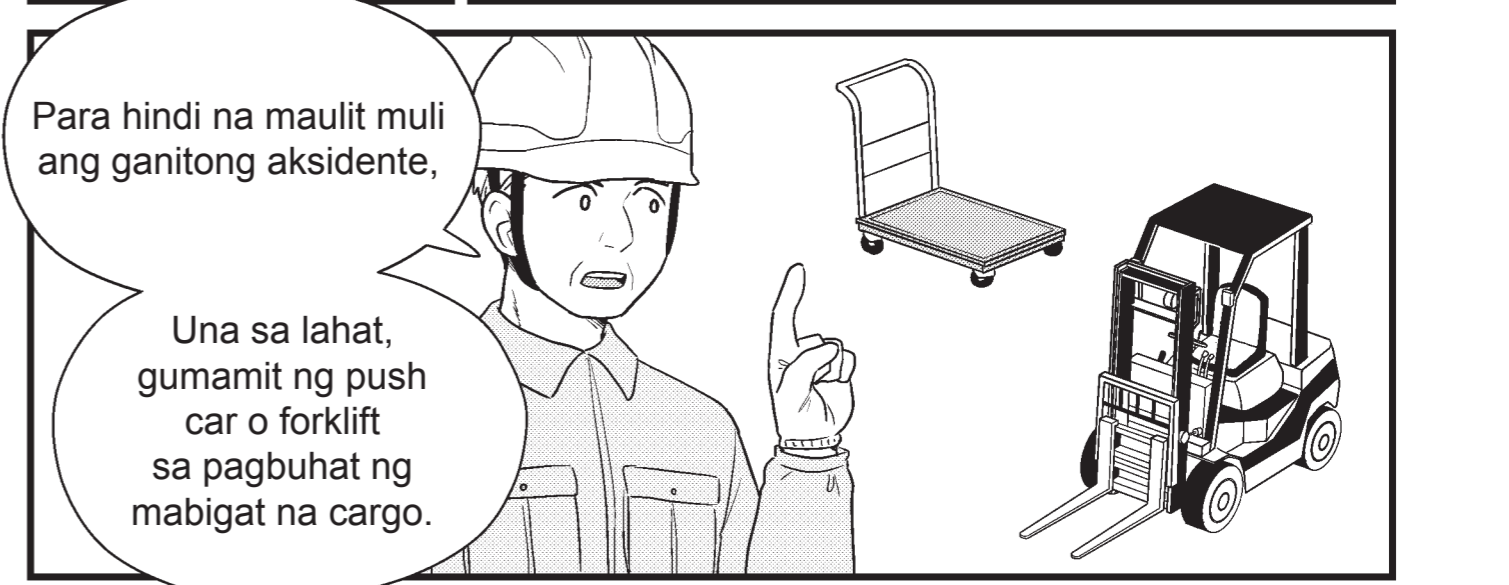
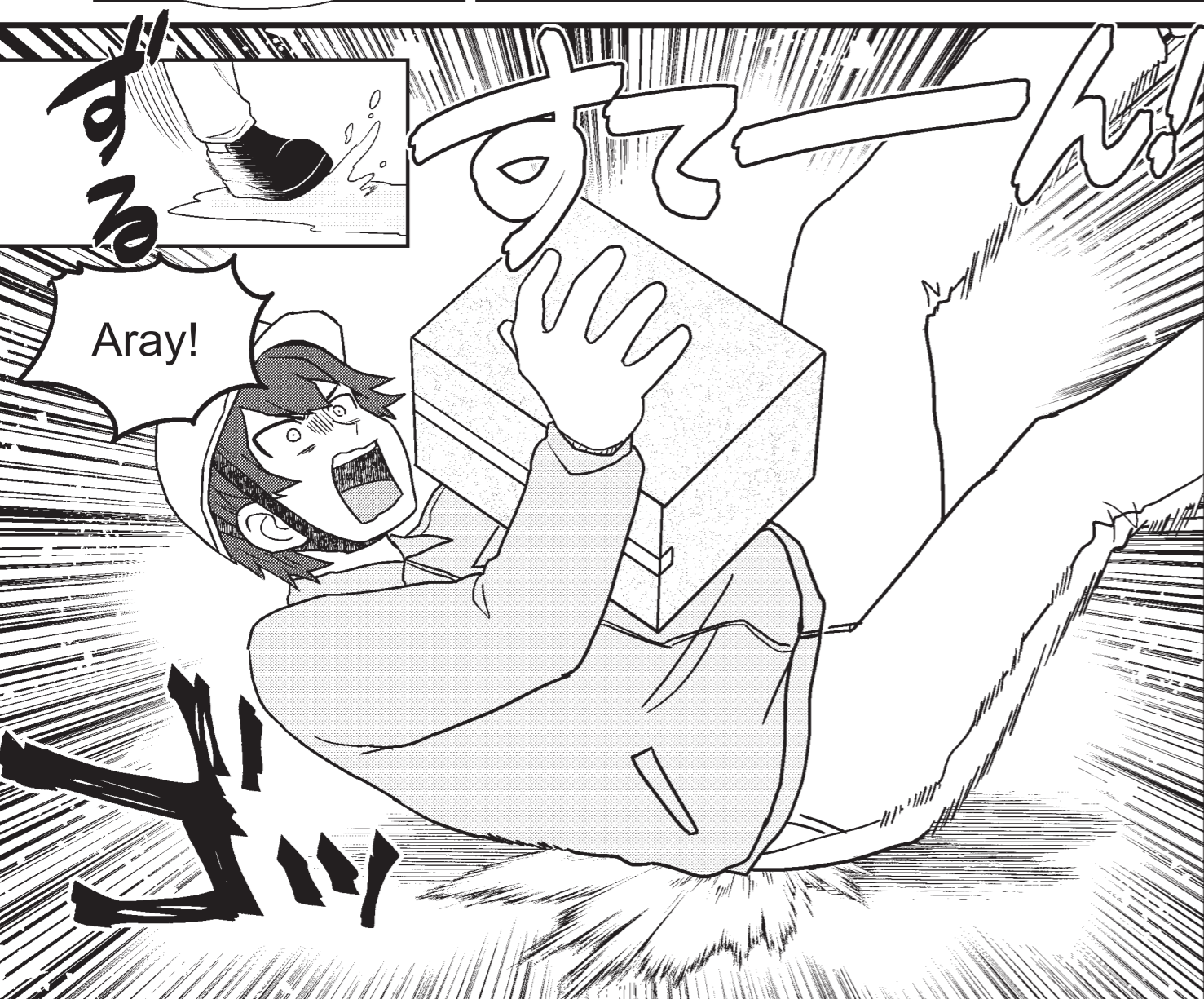
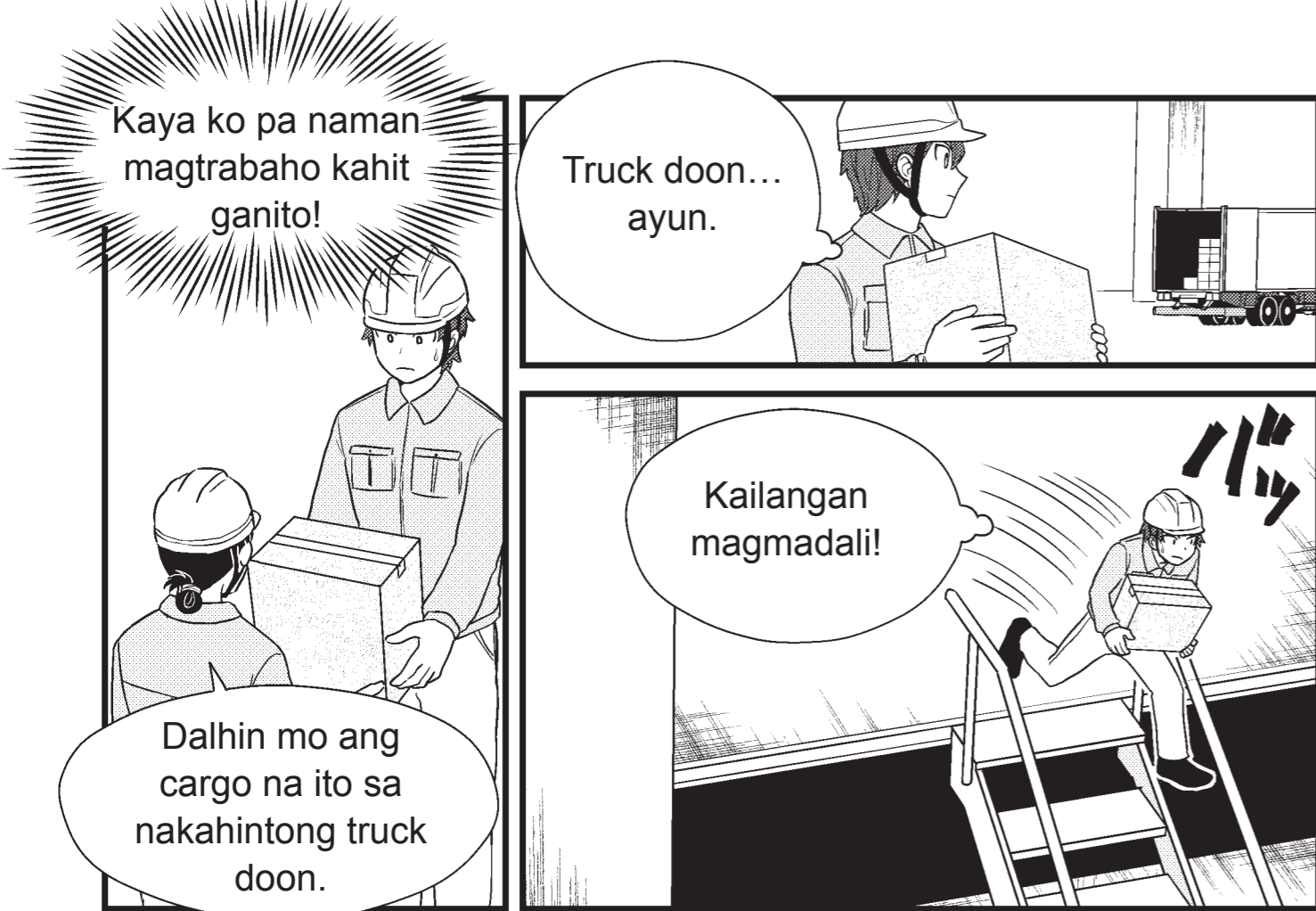


Sundin ang patakaran at magtrabaho nang ligtas.

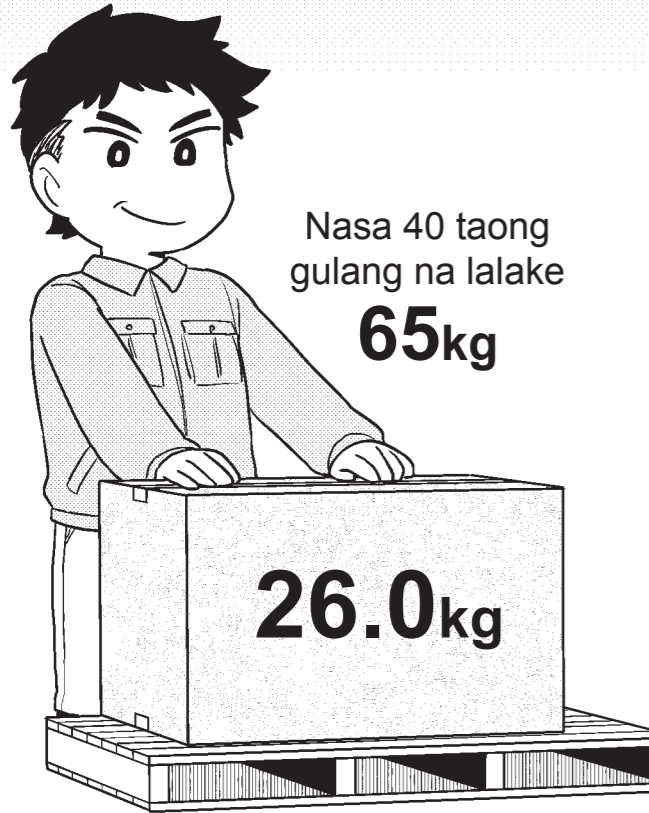
Akala ko tutulongan mo ako...?

CASE 3



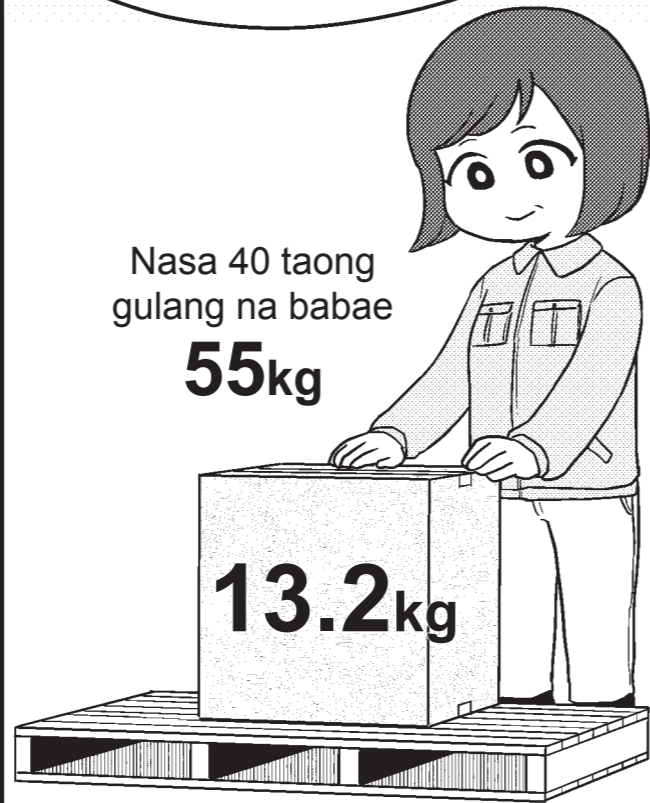


Ayon sa gabay para maiwasan ang sakit sa likod sa lugar ng trabaho, para sa mga lalake, huwag magbuhat gamit ang sariling lakas ng bagay na higit sa 40% ng sariling timbang ang bigat.



Nasa 40 taong gulang na lalake
65kg

Para sa mga babae, huwag magbuhat gamit ang sariling lakas ng bagay na higit sa 24% ng sariling timbang ang bigat.



Nasa 40 taong gulang na babae
55kg

Huwag tumakbo sa loob ng warehouse.



Huwag umakyat o bumaba ng hagdan kapag may hawak na cargo gamit ang dalawang kamay.



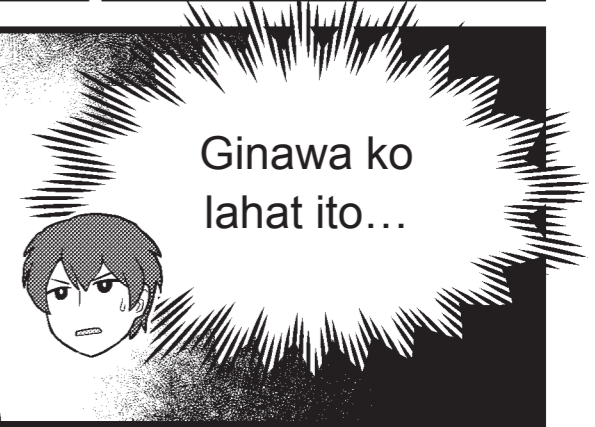
Huwag tumalon mula sa mataas na lugar!



Kapag sinunod ang mga ito, maiwasan hindi lamang ang sakit sa likod kundi pati na rin ang iba't ibang aksidente.



Ginawa ko lahat ito...



Epektibo rin ang regular na pagsasagawa ng stretching.



Importante rin ang pagsunod sa patakaran ng trabaho sa loob ng warehouse.



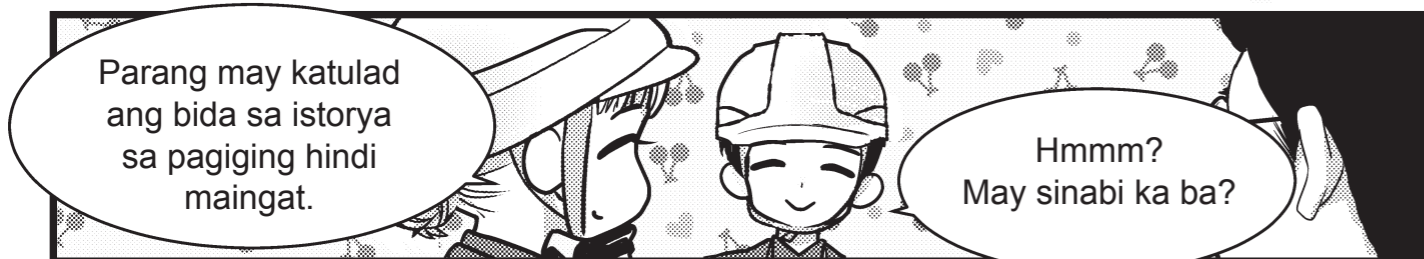
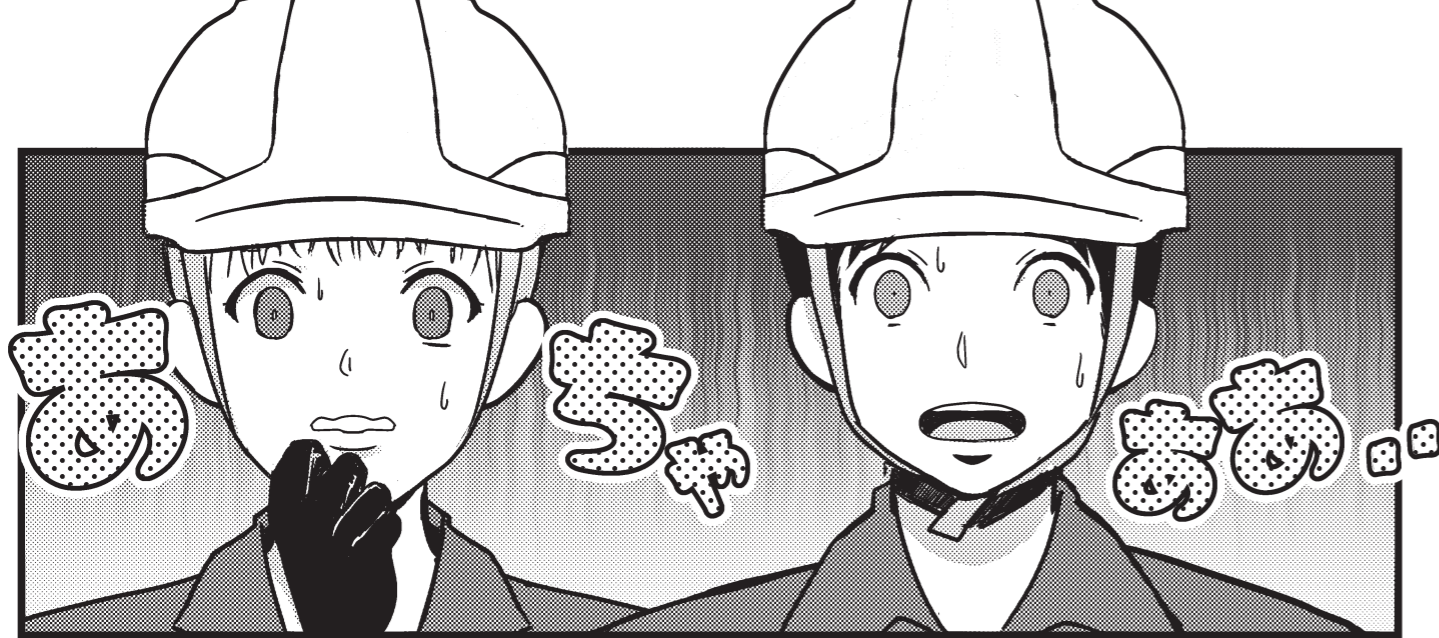
Kapag may naramdamang kakaiba sa katawan habang nagtatrabaho, ipagbigay-alam kaagad.



Malulungkot ang pamilya mo kapag may nangyari sa iyo.

Mag-iingat na po ako.





Mga paalala kung saan dapat mag-ingat sa land transportation industry



1 | Trabaho sa loading platform ng truck



Sa pag-akyat o pagbaba mula sa loading platform ng truck, gumamit ng equipment sa pag-akyat o pagbaba tulad ng stepladder.

2 | Pagkaipit sa roll box pallet



Kapag gumagamit ng roll box pallet, mag-suot ng protective equipment tulad ng safety shoes at work gloves.

3 | Sakit sa likod



Huwag piliing magbuhat ng mabigat na bagay at gumamit ng equipment tulad ng push car.

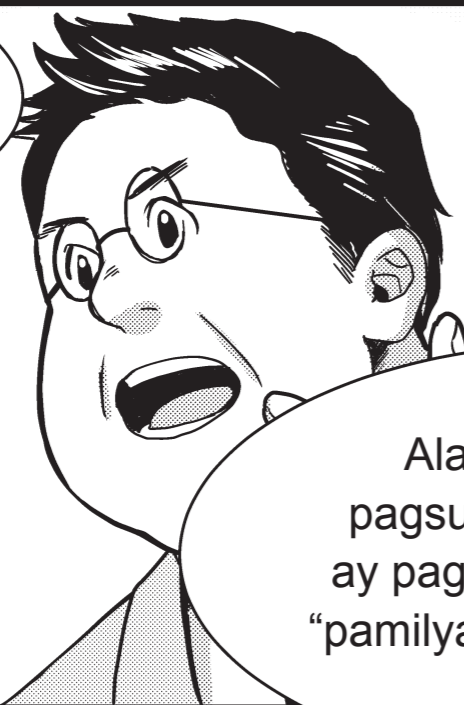
*Para sa mga detalye, sumangguni sa "Alamin sa Pamamagitan ng Manga ang mga Pangunahing Pamantayan ng Kaligtasan at Kalusugan at Pag-iwas sa Aksidente sa Trabaho (common materials)"

4 | Pagkahulog/Pagbagsak sa loob ng warehouse



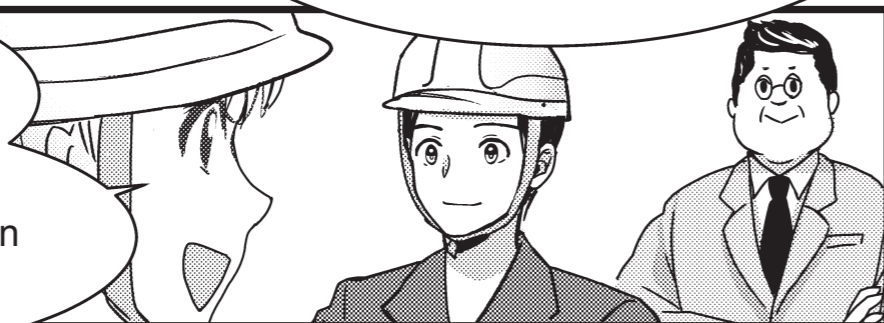
Sa loob ng warehouse, huwag tumakbo at huwag din tumalon mula sa mataas na lugar.

Ang aksidente sa trabaho ay may epekto sa sarili at hindi lamang problema ng iba.



Alalahanin na ang pagsunod sa patakaran ay pagprotekta sa "sarili", "pamilya", at "pamumuhay".

Kapag may nangyari, importante ang regular na komunikasyon sa lugar ng trabaho.



Ayos!

Susundin ko ang patakaran at gagalingan ko araw-araw!



Land Transportation Industry

Mag-ingat din sa mga sumusunod! Mga paalala para sa kaligtasan at kalusugan



1 | Tamang paggamit ng roll box pallet

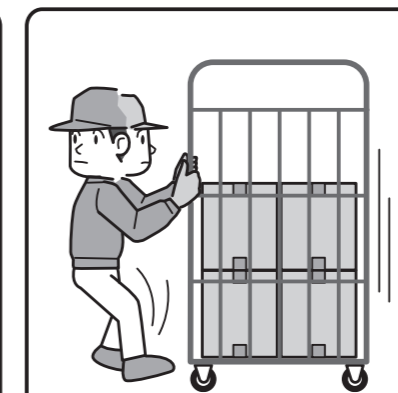
Reference: "Occupational Accident Prevention Manual when using a Roll Box Pallet" Ministry of Health, Labour, and Welfare at National Institute of Occupational Safety and Health

1 | Pagtulak



Ang pinaka-basic na paraan ng operasyon. Maaaring i-operate kapag nasa postura na madaling magamit ang lakas.

2 | Paghila



Hindi madalas mangyari ang panganib na tumama sa ibang tao dahil madaling kontrolin sa masikip na lugar at nakatayo ang manggagawa sa direksyon kung saan patungo.

3 | Pagtulak sa gilid



Madaling i-operate at makita ang nasa harapan dahil maaaring itulak nang nakahawak sa gilid ng roll box pallet.

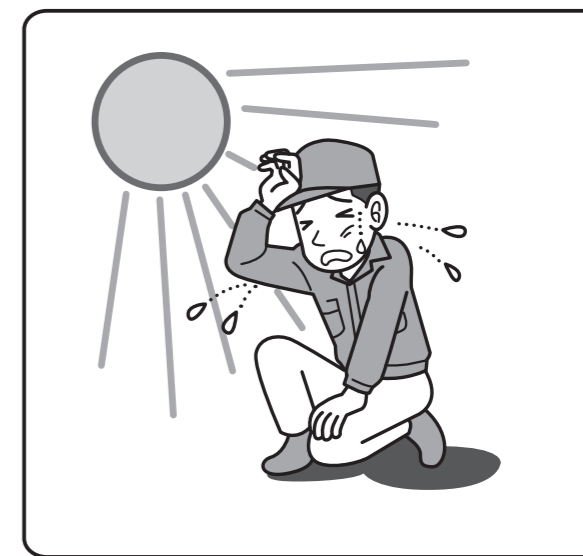
Ang "Paghila" ang unang aksyon, at maaari itong isama sa "Pagtulak sa gilid" at "Pagtulak". Siguraduhing gumamit ng dalawang mga kamay.

2 | Tamang paraan ng pagpatong patong ng cargo



Huwag pagpatupatungin ng mas mataas pa sa mata ng manggagawa.

3 | Heatstroke



Mag-ingat sa heatstroke sa loob at labas ng warehouse!

*Para sa mga detalye, sumangguni sa "Alamin sa Pamamagitan ng Manga ang mga Pangunahing Pamantayan ng Kaligtasan at Kalasugan at Pag-iwas sa Aksidente sa Trabaho (common materials)"

Alamin sa Pamamagitan ng Manga

Kaligtasan at Kalusugan sa Land Transportation Industry

Inilathala: Marso ng 2021

Tagalathala: Ministry of Health, Labour, and Welfare

Tagaplano: Mizuho Information & Research Institute, Inc.

Suporta: Safety Education Material Working Group tungkol sa Land Transportation
Industry at Forklift

Producer: Sideranch Inc.



Kapag may katanungan ukol sa materyal na ito
Ministry of Health, Labour, and Welfare
Labour Standards Bureau
Safety and Health Department
Safety Section