

အလုပ်သမား၊ အလုပ်အကိုင်နှင့်လူမှုဖူလုံရေးဝန်ကြီးဌာန
လုပ်ငန်းခွင်ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက်မှတ်တမ်း

စဉ်	အကြောင်းအရာ	ရှိ	မရှိ
သန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှု			
၁	လုပ်ငန်းခွင်၌ အညစ်အကြေး၊ အမှိုက်သရိုက်များကင်းရှင်းမှု		
၂	လုပ်ငန်းခွင် ကြမ်းပြင်ပေါ်ရေအိုင်ခြင်း၊ ဆီများဖိတ်စင်နေခြင်း စသည်များကင်းရှင်းမှု		
၃	လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သော အခန်းနံရံနှင့် မျက်နှာကြက်များသန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှု		
၄	လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သော အခန်း၏ ပြုတင်းပေါက်နှင့် တံခါးများတွင် တပ်ဆင်ထားသော မှန်များ သန့်ရှင်းကြည်လင်ခြင်း		
၅	လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သော အခန်းရှိ မီးအိမ်၊ မီးချောင်းများ သန့်ရှင်းကြည်လင်ခြင်း၊		
၆	စွန့်ပစ်ပစ္စည်းများနှင့် ရေပုပ်/ရေနံများကို စနစ်တကျ သုတ်သင်ရှင်းလင်းခြင်း		
လုပ်ငန်းခွင်လေဝင်လေထွက်နှင့် အပူအအေးမျှတမှု			
၁	လုပ်ငန်းခွင် လေ၏ ထူထည် ပမာဏသည် (ကြမ်းပြင်အမြင့် ၁၃ ပေ အထက် ထည့်မတွက်ရ) အလုပ်လုပ်ကိုင်သော လူဦးရေနှင့် မျှတမှု		
၂	လုပ်ငန်းခွင်၌လုပ်သောအလုပ်သမားဦးရေနှင့်မျှတရန်လေဝင်လေထွက်ပေါက်များ		
၃	လုပ်ငန်းခွင် လေဝင်လေထွက်ပေါက်များကို ပိတ်ဆို့ခြင်းမရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ထားခြင်း		
၄	လုပ်ငန်းခွင်၌ လေဝင် လေထွက်ကို အထောက်အကူပြုသည့် ပန်ကာ၊ Exhaust ပန်ကာ စည်များကောင်းမွန်ခြင်း		
၅	လုပ်ငန်းခွင်၌ အမှုန်အမွှားများ စုဝေးမနေစေရန် စီမံဆောင်ရွက်ထားခြင်း		
၆	လုပ်ငန်းခွင်၌ လေထုစိုထိုင်းရန် ပြုလုပ်ထားပါက စိုထိုင်းဆသည် သတ်မှတ်ထားသော အတိုင်းအတာ		
လုပ်ငန်းခွင်အလင်းရောင် သင့်တော်လုံလောက်မှု			
၁	လုပ်ငန်းခွင်၌ သင့်တော်လုံလောက်သော အလင်းရောင်ရရှိခြင်း		
၂	အနုစိတ်လုပ်ရသော လုပ်ငန်းအတွက် သီးခြားအလင်းရောင်ပေးရန် စီမံထားခြင်း		
၃	လုပ်ငန်းခွင်၌ အလွန်အမင်းတောက်ပသော အလင်းရောင်မှမျက်စိကိုကာကွယ်ရန် မျက်မှန်များ ပေးထားခြင်း		
၄	အပူဒဏ်ကို ကာကွယ်ရန် သင့်တော်သော နည်းလမ်းများစီမံထားခြင်း		
၅	လုပ်ငန်းခွင်၌နေသောအလုပ်သမားများသက်သာချောင်ချိမှုမရှိသည်အထိအပူချိန် မြင့်တင်နေခြင်း		
၆	လုပ်ငန်းခွင်၌ အပူဓာတ်ဖြစ်ပေါ်သောနေရာများ		

စဉ်	အကြောင်းအရာ	ရှိ	မရှိ
လုပ်ငန်းခွင် အမှုန်အမွှား ၊ အခိုးအငွေ့နှင့် ဆူညံသံများ			
၁	လုပ်ငန်းခွင်၌ ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေနိုင်သော အခိုးအငွေ့၊ အမှုန်အမွှားများ စုဝေးနေခြင်း		
၂	အခိုးအငွေ့ ၊ အမှုန်အမွှားများကို ဖြစ်ပေါ်သည့်နေရာမှ ဖယ်ရှားရန် နည်းလမ်းများ စီမံထားရှိခြင်း		
၃	အခိုးအငွေ့၊ အမှုန်အမွှားများကို ထိရောက်စွာ ဖယ်ရှားခြင်း မပြုနိုင်သည့် လုပ်ငန်းခွင်၌ အလုပ်သမားများအား သင့်တော်သော အသက်ရှူမှုကိရိယာများ (Respirators) ပေးထားခြင်း		
၄	လုပ်ငန်းခွင်၌ နားမခံနိုင်သော ဆူညံသံများ		
၅	ဆူညံသံလွန်ကဲမှုမရှိရန် စီမံဆောင်ရွက်ထားမှု		
ကျန်းမာရေး			
၁	သန့်ရှင်း၍ သောက်သုံးရန် သင့်တော်သော သောက်ရေအလုံအလောက် ပေးထားခြင်း		
၂	အိမ်သာများ လုံလောက်သော အရေအတွက်ထားရှိခြင်း		
၃	အိမ်သာများ သန့်ရှင်းသော အခြေအနေတွင် အမြဲရှိစေရန် စီမံထားခြင်း		
၄	ကျင်ငယ်စွန့်ရန် နေရာများကို လုံလောက်စွာထားရှိခြင်း		
၅	ကိုယ်လက်ဆေးကြောရန် နေရာများကို ရေလုံလောက်စွာဖြင့် ထားရှိခြင်း		
၆	အလုပ်ရုံအတွင်း ထွေးခံနှင့် အမှိုက်ပစ်ရန် ပုံးများထားရှိခြင်း		
၇	ရှေးဦးသူနာပြုအစီအစဉ်များ ပြုလုပ်ထားခြင်း		
၈	ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်ရှိသော အလုပ်မျိုးတွင် လုပ်ကိုင်သော အလုပ်သမားများကို သတ်မှတ်ထားသော ကာလအပိုင်းအခြားဖြင့် ဆေးစစ်ဆေးမှု		
စက်များကာရံထားခြင်း			
၁	လုပ်ငန်းခွင်သုံး အားပေးစက်၊ အားပို့စက်နှင့် အခြားစက်ကိရိယာများ၏ အန္တရာယ်ရှိသော လှုပ်ရှားသည့် အစိတ်အပိုင်းများကို ခိုင်ခံ့လုံခြုံစွာ ကာရံထားခြင်း		
၂	ကုန်ထုတ်စက်များ၏ အန္တရာယ်ရှိသော အလုပ်နေရာ (Point of Operation) များကို သင့်တော်သော အကာအရံများ တပ်ဆင်ထားခြင်း		
၃	စက်များတွင် အားဖြတ်တောက်ရန် ကိရိယာများ တပ်ဆင်ထားခြင်း		
၄	သာမန်လေဖိအားထက် အတွင်းဖိအားများသော ပေါင်းအိုး၊ ဓာတ်ငွေ့အိုး၊ ဘွိုင်လာအိုး စသည်များ၏ သတ်မှတ်ဖိအားထက် လွန်ကဲမှုကို အလိုအလျောက် လျော့ရန် ဘားများ (Safety Valves) တပ်ဆင်ထားခြင်း		
၅	လုပ်ငန်းခွင်သုံး မြောက်စက်၊ ပင့်စက်၊ ကရိန်းစက်များကို စစ်ဆေးပိုင်ခွင့်ရှိသူက အခါအားလျော်စွာ စစ်ဆေးခြင်း		
၆	လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းသယ်သော ယာဉ်များကို အန္တရာယ်ကင်းရှင်းစွာ အသုံးပြုရန်		

	ဆောင်ရွက်ထားခြင်း		
စဉ်	အကြောင်းအရာ	ရှိ	မရှိ
လုပ်ငန်းခွင်အခင်းအကျင်း			
၁	အလုပ်သမားများ အလုပ်လုပ်ရန် နေရာအကျယ်အဝန်းလုံလောက်မှု		
၂	စက်တစ်ခုနှင့် တစ်ခုအကြား လုံလောက်သော နေရာအကျယ်အဝန်း		
၃	ပစ္စည်းသယ်ရန် လမ်းနှင့် လူသွားလမ်းများကို ရှင်းလင်းထားခြင်း		
၄	ပစ္စည်းထားသိုရန်နေရာကို သတ်မှတ်ထားခြင်း		
၅	လုပ်ငန်းခွင်တိုင်း၌ အရေးပေါ် အားဖြတ်တောက်ရန် ကိရိယာကို သင့်တော်သည့် နေရာတွင် တပ်ဆင်ထားခြင်း		
စက်ရုံ၊ အလုပ်ရုံ နေရာ အဆောက်အအုံ			
၁	စက်ရုံ၊ အလုပ်နေရာ အဆောက်အအုံသည် တောင့်တင်းခိုင်ခံ့ပြီး အန္တရာယ်ကင်းရှင်းသော အခြေအနေ		
၂	အမြင့်တွင် အလုပ်လုပ်ရန် လက်ရမ်းကားသော စင်မြင့်မှာ အကာအရံများ		
၃	ကြမ်းပေါက်၊ တွင်းပေါက် ၊ လှေခါး ၊ လှောင်ကန် စသည်များကို လက်ရမ်းများဖြင့် ခိုင်ခံ့စွာ ကာရံထားခြင်း		
၄	ကြမ်းပေါက်၊ တွင်းပေါက် ၊ ဆိုင်လို စသည်များအတွင်းသို့ ဆင်းရန် သင့်တော်သော လှေခါးများ ထားရှိခြင်း		
၅	အလုပ်လုပ်ရန်နေရာသို့ အန္တရာယ်ကင်းရှင်းစွာ သွားလာရန် အစီအမံများ		
၆	လုပ်ငန်းခွင်မှ အရေးပေါ်ရှောင်ထွက်ရန် ထွက်ပေါက်များ ထားရှိခြင်း		
စက်များကာရံထားခြင်း			
၁	အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများကို မည်သို့သော အန္တရာယ်ရှိသည်ကို အသိပေးသော သတိပေးအမှတ်တံဆိပ်များကပ်ထားခြင်း		
၂	အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများနှင့် အခိုးအငွေ့အမှုန်အမွှားများ ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းသို့ မဝင်ရောက်နိုင်စေရန်နှင့် အလုပ်သမားများ မရှုရှိုက်မိစေရန် စီမံထားရှိခြင်း		
၃	အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ်ရန် အထောက်အကူပစ္စည်းများ ပေးထားခြင်း		
၄	အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ်ရာ၌ မတော်တဆ ဖြစ်ပွားမှုရှိခဲ့လျှင် အရေးပေါ် ဆောင်ရွက်ရန် စီမံမှုများ ပြုလုပ်ထားခြင်း		
၅	အန္တရာယ်ရှိသော ပစ္စည်းများကို အခြားပစ္စည်းများနှင့်မရောဘဲ သီးခြား လုံလောက်စွာထားရန် စီမံထားမှုများ		
ကိုယ်ခန္ဓာအကာအကွယ် ပစ္စည်းများ			
၁	အလုပ်အတွက်လိုအပ်သော ကိုယ်ခန္ဓာ အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ လုံလောက်စွာ ပေးထားခြင်း		
၂	ကိုယ်ခန္ဓာ အကာအကွယ် ပစ္စည်းများကို မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်း		

၃	ကိုယ်ခန္ဓာ အကာအကွယ် ပစ္စည်းများကို စနစ်တကျ ထိန်းသိမ်းထားရှိခြင်း		
---	------------------------------------------------------------------	--	--

စဉ်	အကြောင်းအရာ	ရှိ	မရှိ
-----	-------------	-----	------

အလုပ်လုပ်နည်းလုပ်ဟန်များ			
၁	အလုပ်လုပ်ရန် နည်းစနစ်နှင့် ပတ်သက်၍ ထုတ်ပြန်ထားသော ညွှန်ကြားချက်၊ လမ်းညွှန်ချက်များအတိုင်း လုပ်ကိုင်ခြင်း		
၂	အန္တရာယ်ရှိသော အလုပ်များကို လုပ်ကိုင်ရာ၌ သက်ဆိုင်ရာမှ ခွင့်ပြုချက် (Permit to work) ရရှိမှ လုပ်သည့်စနစ်ကို ကျင့်သုံးခြင်း		
၃	အလုပ်လုပ်ရန် အသုံးပြုသော လက်သုံးကိရိယာများကို မှန်ကန်စွာ ရွေးချယ် အသုံးပြုခြင်း		
၄	လက်သုံးကိရိယာများသည် အန္တရာယ် မရှိစေရန် ထိန်းသိမ်းထားခြင်း		
၅	လက်သုံးကိရိယာများကို ထားသို့ သိမ်းဆည်းမှု စနစ်ကျခြင်း		
၆	အလုပ်လုပ်ရန် အထောက်အကူပစ္စည်းများကို ကောင်းမွန်စေရန် ပြုပြင် ထိန်းသိမ်း ထားခြင်း		

လျှပ်စစ်နှင့် မီးဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ခြင်း			
၁	လျှပ်စစ်ကြိုးသွယ်တန်းမှု စနစ်တကျ ပြုလုပ်ထားခြင်း		
၂	လျှပ်စစ် စက်ကိရိယာများကို မြေဓာတ်ချထားခြင်း		
၃	လျှပ်စစ်ဆိုင်ရာ ပြစ်ချက်များရှိက အလုံအလျောက် အားဖြတ်တောက်ရန် ခလုတ်များ တပ်ဆင်ထားခြင်း		
၄	လျှပ်စစ်အန္တရာယ် အမှတ်အသား ဆိုင်းဘုတ်များ ချိတ်ဆွဲထားခြင်း		
၅	လျှပ်စစ်နှင့် အခြားမီးများ ငြိမ်းသတ်ရန် မီးသတ်ဘူး အလုံအလောက်ထားရှိခြင်း		

ထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းစဉ်၏ ဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်သည့်စနစ်			
၁	ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်သည့် စနစ်သည် ကောင်းမွန်စွာ အလုပ်လုပ်နေခြင်း		
၂	ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်သည့် စနစ်ကို ဖယ်ရှား/ဖြုတ်ထားပြီး ထုတ်လုပ်နေမှု လုပ်ငန်းစဉ် ဆောင်ရွက်နေခြင်း		
၃	ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်သော ကိရိယာများနှင့် အချက်ပေးကိရိယာများ ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်းထားရှိခြင်း		

အလုပ်လုပ်သည့် ကိုယ်ဟန်အနေအထား			
၁	အားလွန်စွာ စိုက်ထုတ်ရသော (သို့) သဘာဝမကျသောကိုယ်ဟန်အနေအထားဖြင့် အချိန်ကြာစွာ လုပ်နေရခြင်း		
၂	ထိုင်၍ လုပ်ရသော အလုပ်မျိုးအတွက် ထိုင်ခုံနှင့် အလုပ်ခုံအမြင့်သည် သက်တောင့် သက်သာ လုပ်နိုင်သည့် အခြေအနေ		
၃	မကြာခဏ အသုံးပြုရသော ပစ္စည်းနှင့် အထိန်းခလုတ်များသည် လက်လှမ်း မီသော နေရာတွင် ရှိ/မရှိ		

စဉ်	အကြောင်းအရာ	ရှိ	မရှိ
ပစ္စည်းများ ကိုင်တွယ်သယ်ဆောင်ခြင်း			
၁	မနိုင်မနင်းဖြစ်သော ဝန်များကို မပင့် သယ်ဆောင်ရခြင်း		
၂	ပစ္စည်းသယ်မပုံ နည်းစနစ်မှားယွင်းနေခြင်း		
၃	ပစ္စည်းများ မပင့်သယ်ဆောင်ရာ၌ အထောက်အကူ ပစ္စည်းအသုံးပြုခြင်း		
လုပ်ငန်းခွင်သက်သာချောင်ချိရေး			
၁	အဝတ်လဲရန်နှင့် စိုစွတ်သော အဝတ်များကို လှန်းရန်နေရာ		
၂	အနားယူခန်း/ ထမင်းစားခန်းများ		
၃	အမျိုးသမီးအလုပ်သမားများသော အလုပ်ရုံတွင် ၎င်းတို့၏ (၆)နှစ် အောက် ကလေးများအတွက် ကလေးထိန်းခန်း		
၄	စားသောက်ဆိုင်		
အလုပ်ချိန်နှင့် နားချိန်			
၁	နေ့စဉ်အလုပ်ချိန်နှင့် ရက်သတ္တပတ်သည်အလုပ်ချိန်ဥပဒေ ပြဋ္ဌာန်းချက်ထက် ရှည်လျားခြင်း		
၂	အချိန်ပို အလွန်အမင်း လုပ်ကိုင်ခြင်း		
၃	အလုပ်နားချိန်မရှိဘဲ တဆက်တည်း (၅) နာရီကျော် လုပ်ရခြင်း		
၄	အစာစားရန် လုံလောက်သော နားချိန်ပေးထားခြင်း		
၅	ရက်သတ္တပတ် နားရက်မရှိဘဲ အလုပ်ဆက်တိုက် လုပ်ရခြင်း		
ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ			
၁	ရှေးဦးသူနာပြုဆေးသေတ္တာနှင့် ဆေးပေးခန်း		
၂	ဆရာဝန် ၊ သူနာပြု ၊ ဆရာမ ၊ သင်တန်းဆင်း ၊ ကျွမ်းကျင်သူများ		
၃	မတော်တဆ ထိခိုက်မှု ဖြစ်ပွားမှု မှတ်တမ်းတင် ထားရှိမှု		
၄	ထိခိုက်မှုအခြေအနေ (သေဆုံး၊ ပြင်းထန်၊ သာမန်)		
၅	လုပ်ငန်းခွင်ဆိုင်ရာ ရောဂါခံစားရမှုများ		
၆	စုံစမ်းစစ်ဆေးမှု၊ သတင်းပို့မှု အခြေအနေ		

အလုပ်ရုံအမည်နှင့် တည်နေရာ -----

အလုပ်သမားဦးရေ ၊ ကျား ----- ၊ မ -----၊ ပေါင်း -----ဦး၊

စစ်ဆေးသည့်ရက်စွဲ/အချိန် -----

ပိုင်ရှင်/မန်နေဂျာ

လက်မှတ် -----

အမည် -----

လိပ်စာ -----

စစ်ဆေးရေးအရာရှိ

လက်မှတ် -----

အမည် -----

ရာထူး -----

