



ลลปท

ฉบับที่
24

OSHE Magazine

นิตยสาร ความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน
Occupational Safety, Health and Environment



เรื่องเด่นในฉบับ

- แรงงานนอกระบบ
- วิศวไรเตอร์
ปรากฏการณ์ความเสี่ยงในสังคมไทยและแนวทางแก้ไขปัญหาเชิงระบบ
- แรงงานสูงวัยนอกระบบ กับ การป้องกันพิษจากการใช้สารเคมีทางการเกษตร
- สวัสดิภาพและความปลอดภัยของแรงงานในกิจการประมง

ISSN 2539-6242



9 772539 624002

8 ท่าบริหารร่างกาย คลายความเมื่อยล้า



ท่าที่ 1



ท่ายืดกล้ามเนื้อคอหน้า

- ท่านี้จะช่วยลดอาการปวดคอหน้า

STEP 1 ยืนตัวตรง หน้ามองตรง ใช้มือซ้ายจับศีรษะข้างขวา

STEP 2 จากนั้นออกแรงดันศีรษะมาทางซ้าย ให้รู้สึกตึงบริเวณบ่าขวา



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 2



ท่ายืดกล้ามเนื้อบริเวณคอด้านหลัง

- ท่านี้จะช่วยลดอาการปวดคอด้านหลัง

STEP 1 ยืนตัวตรง ให้เอามือทั้งสองข้างประสานไว้ที่ท้ายทอย

STEP 2 ค่อยๆ โน้มคอกลงไปข้างหน้า



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 3



ท่ายืดกล้ามเนื้อสะบักและไหล่ด้านหลัง

- ท่านี้จะช่วยลดความตึงของกล้ามเนื้อไหล่และสะบัก

STEP 1 นั่งหรือยืนตรง ยกแขนซ้ายมาทางด้านหน้า ดึงนิ้วโป้งขึ้น โดยเอียงมาทางขวาเล็กน้อย

STEP 2 จากนั้นนำแขนขวามาจับที่ศอกซ้าย ให้แขนซ้ายแนบชิดหน้าอกให้รู้สึกตึงบริเวณข้อไหล่ด้านหลัง



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 4



ท่าบริหารข้อต่อหัวไหล่และท่อนแขน

- ท่านี้จะช่วยยืดข้อต่อหัวไหล่ และยืดกล้ามเนื้อบริเวณท่อนแขน

STEP 1 ยืนหรือนั่งตัวตรง ยกแขนข้างซ้ายขึ้น งอข้อศอก พาดแขนซ้ายไปด้านหลังศีรษะ

STEP 2 แล้วยกมือขวาไปจับที่ข้อศอกของแขนซ้าย จากนั้นดึงให้รู้สึกตึงบริเวณท่อนแขนและหัวไหล่



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 5



ท่ายืดกล้ามเนื้อข้อศอกด้านใน

- ท่านี้จะช่วยยืดกล้ามเนื้อรอบข้อศอกและข้อมือ เพื่อป้องกันภาวะเอ็นข้อศอกด้านในอักเสบ

STEP 1 เหยียดแขนซ้ายไปทางด้านหน้า หายฝ่ามือขึ้น ศอกเหยียดตรง

STEP 2 จากนั้นใช้มือขวา จับที่หลังมือแล้วกดลง ให้ปลายนิ้วมือถึง 5 ซี่งพื้น ให้รู้สึกตึงบริเวณข้อศอกด้านใน



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 6



ท่ายืดกล้ามเนื้อข้อศอกด้านนอก

- ท่านี้จะช่วยยืดกล้ามเนื้อรอบข้อศอกและข้อมือ เพื่อป้องกันภาวะเอ็นข้อศอกด้านนอกอักเสบ

STEP 1 เหยียดแขนซ้ายไปทางด้านหน้า คว่ำฝ่ามือลง ศอกเหยียดตรง

STEP 2 จากนั้นใช้มือขวา จับที่ฝ่ามือแล้วกดลง ให้ปลายนิ้วมือถึง 5 ซี่งพื้น ให้รู้สึกตึงบริเวณข้อศอกด้านนอก



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 7



ท่าบริหารหลัง

- ท่านี้จะช่วยยืดกล้ามเนื้อหลังด้านข้าง และกล้ามเนื้อสะโพก

STEP 1 นั่งไขว่ห้าง ให้ขาซ้ายทับขาขวา

STEP 2 บิดลำตัวและศีรษะไปทางซ้าย โดยใช้มือขวาทับเท้าซ้ายให้รู้สึกตึงบริเวณเอวด้านข้างและสะโพก



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

ท่าที่ 8



ท่ายืดกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า

- ช่วยลดอาการปวดเข่าและเมื่อยล้าจากการนั่งทำงานนาน

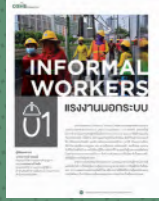
STEP 1 ยืนตัวตรง งอเข่าหน้าท้อง เพื่อไม่ให้หลังแอ่น

STEP 2 จากนั้นพับขาขวาไว้ด้านหลัง ใช้มือขวาช่วยจับเท้าขวา ให้รู้สึกตึงบริเวณหน้าขาข้างขวา



ทำค้างไว้ 10 วินาที
ทำซ้ำ 5 รอบจากนั้นสลับข้าง

สารบัญ



- 6 สัมภาษณ์ นางบุปผา พันธุ์เพ็ง
ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัยอาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน
- 8 แรงงานนอกระบบ
- 11 ไรเดอร์ชีวิต Gig Worker อาชีพอิสระที่เข้าแล้วออกไม่ได้ คือ ฮีโร่ หรือ ไซตรวน
- 14 วิถีไรเดอร์ ปรากฏการณ์ความเสี่ยงในสังคมไทยและแนวทางแก้ไขปัญหาเชิงระบบ
- 18 แม่บ้าน (House Keeping) กับการทำงานอย่างปลอดภัย
- 21 แรงงานสูงวัยนอกระบบ กับการป้องกันพิษจากการใช้สารเคมีทางการเกษตร
- 24 สวัสดิภาพและความปลอดภัยของแรงงานในกิจการประมง
- 27 ร่วมแรง ร่วมใจ เพื่อป้องกันโรคและภัยในแรงงานนอกระบบ
- 30 คอลัมน์ จป.มือโปร คุณกมลวรรณ พรหมชู (โบว์)
- 33 คอลัมน์ จป.วัยทีน คุณปรานค์ทิพย์ สุภาพ (ซิง)
- 36 แรงงานนอกระบบ ครอบคลุมเรื่องสุขภาพ
- 38 อาสาสมัครกับความปลอดภัย
- 40 MDC คำนิยมร่วมด้านความปลอดภัย:
สู่การสร้างวัฒนธรรม ความปลอดภัยอย่างยั่งยืน EP.1
- 44 รู้หรือไม่ ถูมือ Safety มีที่ประเภท เลือกให้ดีให้เหมาะกับงาน ก่อนใช้
- 48 Safety for Delivery ขนส่งที่ปลอดภัย
- 52 การประเมินประสิทธิภาพและความคุ้มค่าขององค์การมหาชน
- 55 T-OSH NEWS ข่าว สสปท.



บทบรรณาธิการ



สวัสดีครับ

ฤดูร้อนที่ผ่านมามีประเทศไทยเราต้องเจอกับสภาพอากาศที่ร้อนผิดปกติเนื่องจากคลื่นความร้อนหรือสถานการณ์ Monster Asian Heatwave บางพื้นที่ต้องเผชิญกับสภาพอากาศที่ร้อนสูงถึง 44 องศาและยาวนานหลายสัปดาห์ ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตและสุขภาพอนามัย โดยเฉพาะผลกระทบต่อสุขภาพที่ถึงขั้นเสียชีวิตจากภาวะฮีทสโตรกหรือภาวะลมแดด มีสาเหตุหลักมาจากความร้อนที่สูงและอบอวลในร่างกาย จนร่างกายไม่สามารถระบายความร้อนออกได้ ซึ่งมีผู้เสียชีวิตจากภาวะฮีทสโตรกหลายราย ทั้งนี้มีคำแนะนำการดูแลตนเองเพื่อความปลอดภัยคือ หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่แจ้งที่ไม่มีร่มเงา และดื่มน้ำบ่อยๆ ในจำนวนที่เหมาะสมกับร่างกายของแต่ละคน

แม้จะผ่านช่วงเวลาที่น่าเป็นห่วงจากภาวะฮีทสโตรกไปแล้ว แต่กลุ่มคนทำงานกลางแจ้งที่ต้องสัมผัสกับอุณหภูมิที่สูงอย่างเช่น งานก่อสร้าง งานเกษตรกรรม และงานขนส่ง ควรต้องมีการดูแลด้านความปลอดภัยในการทำงานต่อไปนะครับ นิตยสารฉบับนี้ ขอเสนอการดูแลความปลอดภัยในหลายอาชีพของกลุ่มแรงงานนอกระบบ นอกจากนั้นยังมีสาระและข่าวสารด้านความปลอดภัยอื่นๆ อีกนะครับ แล้วพบกันฉบับต่อไปนะครับ



ที่ปรึกษา

บุปผา

พันธุ์เพ็ญ

ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัยฯ

บรรณาธิการบริหาร

พฤทธิฤทธิ์

เลิศลิลากิจจา

รองผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัยฯ

กองบรรณาธิการ

วรลักษณ์

ศรียไย

ควบคุมการผลิตและประสานงาน

พิษณุ

จันทร์ลี

พิมพ์รัมภา

เรือนคำ

สุกานดา

ปรางทิพย์

กฤตติกา

เหล่าวัฒน์โรจน์

นันธิชา

อรชร

ปรีนดา

ศาตะมาน

สุกานดา

ปรางทิพย์

ณัฐพัชร์

คงคำ

สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย

และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน)

เลขที่ 18 ถนนบรมราชชนนี แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร 10170

โทรศัพท์ 0 2448 9111, 0 2448 9098

www.tosh.or.th

บทนำ

OSHE Magazine ฉบับนี้ ขอต้อนรับผู้อำนวยakerคนใหม่ของสถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน) **นางบุปผา พันธุ์เพ็ง** ซึ่งมารับตำแหน่งแทนผู้อำนวยakerท่านเดิมที่ครบวาระโดยกองบรรณาธิการได้สัมภาษณ์มุมมอง วิสัยทัศน์ของท่านในการบริหาร สสพท.ตลอด 4 ปีนี้

สำหรับเนื้อหา OSHE Magazine ฉบับ 24 นี้ เป็นการนำเสนอมาตรฐานความปลอดภัย อาชีวอนามัย ของแรงงานนอกระบบ เช่น ไรเดอร์ รับส่งอาหาร เอกสาร แม่บ้านทำงานบ้าน และแรงงานที่รับงานไปทำที่บ้าน รวมไปถึงแรงงานภาคเกษตรกร ที่ต้องทำงานกับสารเคมี ยากำจัดศัตรูพืช ที่ค่อนข้างเป็นอันตราย หากใช้ไม่ถูกต้องตามคำแนะนำ และยังมีแรงงานประมง ซึ่งส่วนหนึ่งจะเป็นแรงงานข้ามชาติ ที่นายจ้างมีวิธีปฏิบัติในการดูแลพวกเขาเหล่านั้นอย่างไร เราได้นำเสนอไว้ภายในเล่มนี้

และไม่ว่าจะเป็นแรงงานในรูปแบบใด ทั้งแรงงานนอกระบบ ในระบบแรงงานข้ามชาติ มาตรฐาน “ความปลอดภัยในการทำงาน” เป็นสิ่งสำคัญที่ทั้งแรงงานและนายจ้างต้องคำนึงถึง เพื่อลดอุบัติเหตุที่จะเกิดขึ้นจากการทำงาน ดังนั้น นอกเหนือไปจากการสร้าง มาตรฐานความปลอดภัยในการทำงานแล้ว สสพท. จึงต้องการสร้าง วัฒนธรรมความปลอดภัย ให้เกิดขึ้นในสังคมคนทำงานด้วย



นางบุปผา พันธุ์เพ็ง

ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน





นางบุปผา พันธุ์เพ็ง

ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย
และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

มุมมองทัศนคติในด้านความปลอดภัยของ ผอ.

“ความปลอดภัยต้องมาก่อน” คำนี้คือเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ในการทำงาน เช่นเดียวกันบุคลากรของ สสพท. ก็จะคำนึงถึง “ความปลอดภัย” มาเป็นอันดับแรก ซึ่งแน่นอนค่ะว่า การใช้ชีวิตให้มีความปลอดภัย ต้องมี “สติ” รู้ตัวพร้อมอยู่ตลอดเวลา อย่างเช่น การขับรถ สังเกตได้เลยคะ ถ้าเราผลอใจลอยนิดเดียว อุบัติเหตุสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา

ซึ่งคิดไปถึงการทำงานของพนักงานในโรงงาน ที่ต้องทำงานกับเครื่องจักร สารเคมี พนักงานเหล่านี้ต้องใช้สติในการทำงานตลอดเวลา เพื่อความปลอดภัย ซึ่งสอดคล้องกับการสร้างวัฒนธรรมการทำงานที่ สสพท. ต้องการให้เกิดขึ้น ที่ใช้ตัวย่อ MDC M = Mindfulness การมีสติรู้ตัว คือการทำงานด้วยความรอบคอบ คำนึงถึงความปลอดภัยที่มีความพร้อมทั้งกายและใจที่จะทำงาน / D = Discipline การมีวินัยโดยยึดหลักการทำงานที่ถูกต้อง ทั้งวิธีการทำงานและการใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ปฏิบัติตามกฎระเบียบด้านความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด และ C = Caring ความเอื้ออาทรใส่ใจ ช่วยเหลือ ตักเตือน ใส่ใจซึ่งกันและกัน ดูแลความปลอดภัยทั้งตนเอง เพื่อนร่วมงาน และคนรอบข้างให้มีความปลอดภัยในการทำงาน การสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัย ผลที่เกิดขึ้นไม่ได้เพียงแค่ความปลอดภัยในการทำงานเท่านั้น แต่ในการดำเนินชีวิต ถ้าเรามี MDC อยู่ด้วย จะทำให้เราใช้ชีวิตด้วยความไม่ประมาท



ในฐานะที่ ผอ.เฟิงเข้ามารับตำแหน่ง การกิจใดที่ก่านผอ. คิดว่าเป็นภารกิจที่สำคัญต้องดำเนินการเร่งด่วน

สสพท. เป็นหน่วยงานที่จัดตั้งขึ้น เพื่อทำหน้าที่ในการส่งเสริม พัฒนา สร้างองค์ความรู้และนวัตกรรมให้บริการวิชาการที่ตอบสนองความต้องการของหน่วยงานรัฐและเอกชน ให้คำปรึกษา แนะนำในการแก้ไขปรับปรุงงานด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน ตลอดจนยังมีบทบาทในด้านการขับเคลื่อนงานวิจัยจากสถาบันการศึกษา นำผลวิจัยมาประยุกต์ใช้โดยจัดทำมาตรฐานต่าง ๆ คู่มือ แนวทางการดำเนินงานในการป้องกันและแก้ไขปัญหาด้านความปลอดภัยฯ รวมทั้งสนับสนุนให้นำผลงานวิจัยใช้ประกอบการพิจารณาปรับปรุง กฎหมาย ระเบียบ ข้อกำหนดต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน เพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการทำงานในสังคม

จากบทบาท ภารกิจที่สำคัญของ สสพท. ที่ตั้งเป้าหมายไว้นั้น แน่นอนว่า สสพท. ไม่สามารถดำเนินการเพียงหน่วยงานเดียวได้ เราจึงต้องหาพันธมิตร สร้างเครือข่าย เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ไม่ว่าจะเป็นหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชน เช่น กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน สำนักงานประกันสังคม กรมควบคุมโรค สถาบันการศึกษา สถานประกอบการ วมไปถึงชุมชนต่าง ๆ ที่จะร่วมผลักดันให้สถานประกอบการ มีการจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

หลังจากเข้ามารับตำแหน่ง ก็ได้มีการหารือกับทีม สสพท. เรื่องการทำ BIG DATA ด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน เนื่องจากในยุคที่ขับเคลื่อนด้วยระบบดิจิทัล การเก็บข้อมูลในรูปแบบกระดาษอาจจะเป็นเรื่องที่ล้าสมัย และทำให้ยากต่อการค้นหา จึงอยากทำระบบ BIG DATA ขึ้นมาเพื่อเป็นแหล่งเก็บข้อมูลขนาดใหญ่ ที่รวบรวมข้อมูลจากเครือข่ายด้านความปลอดภัย เช่น ข้อมูลสถิติของผู้ประสบอุบัติเหตุ โรคที่เกิดจากการทำงาน เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ วางแผน ตัดสินใจในเชิงนโยบาย รวมทั้งเป็นแหล่งข้อมูลและองค์ความรู้ในการบริหารจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน เพื่อให้ทุกองค์กร/หน่วยงานสามารถนำข้อมูลในส่วนนี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้



หลายองค์กรยังขาดความตระหนักด้านความปลอดภัยในการทำงานในฐานะองค์กรที่เป็นผู้นำก่าน ผอ. อยากจะฝากอะไรกับผู้อ่านหรือไม่

สถานประกอบการบางแห่งคิดว่าการลงทุนจัดให้มีระบบมาตรฐานด้านความปลอดภัยจะเป็นการเพิ่มต้นทุนในการผลิต ซึ่งจริง ๆ แล้ว การสร้างมาตรฐานด้านความปลอดภัยในการทำงานในระยะยาวจะเป็นการลดต้นทุนการผลิตได้มากกว่า เนื่องจากการจัดให้มีระบบมาตรฐานด้านความปลอดภัยและมีวัฒนธรรมความปลอดภัยในองค์กรจะช่วยลดอุบัติเหตุที่เกิดจากการทำงาน และเมื่อสถิติอุบัติเหตุจากการทำงานลดลง ก็จะเป็นการสร้างขวัญ กำลังใจและความมั่นใจให้กับพนักงานทำงานได้อย่างมั่นใจในความปลอดภัย ลดการลาออกของพนักงานผลประโยชน์ก็จะเกิดกับเจ้าของกิจการนั้น ๆ

สิ่งที่ขอฝากไว้คือ หัวใจหลักที่จะทำให้เกิดการลดการประสบอันตรายได้นั้น ก็คงหนีไม่พ้นการสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยให้มีประสิทธิภาพและยั่งยืน โดยเริ่มจากการทำให้ทุกคนมีจิตสำนึก และตระหนักว่า ทำงานอย่างจริงจังจะปลอดภัย ทำบ่อย ๆ จนเกิดเป็นวิถีการทำงานที่ปลอดภัย ซึ่งเชื่อว่าจะเป็นสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยในองค์กรได้

ก่านคิดว่าอนาคตใน 5 ปี สสพท. จะเดินทางขับเคลื่อนไปในทิศทางไหน

ตามแผนปฏิบัติการระยะ 5 ปี สสพท. จะเป็นองค์กรแห่งการเรียนรู้ เราจะทำงานเชิงรุกในการส่งเสริม พัฒนา สร้างองค์ความรู้และนวัตกรรมใหม่ ๆ เพื่อให้บริการทั้งด้านทางวิชาการ และส่งเสริมสนับสนุนให้สถานประกอบการมีการจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยในการทำงานกับกลุ่มเป้าหมายทุกช่วงวัย ให้ตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันอันตรายก่อนเกิดเหตุ เพื่อให้ทุกคนมีพฤติกรรมความปลอดภัยในการดำรงชีวิตและการทำงานค่ะ



INFORMAL WORKERS

01

แรงงานนอกระบบ

ผู้เขียนบทความ

นายธนากรณ์ ทอนมณี

ตำแหน่งนักวิชาการแรงงานชำนาญการ

และ นายธนพล แก้วพจน์

ตำแหน่งนักวิชาการแรงงานปฏิบัติการ

สำนักเสริมสร้างความมั่นคงแรงงานนอกระบบ

สำนักงานประกันสังคม

แรงงานนอกระบบ (Informal Workers) ตามความหมายขององค์การแรงงานระหว่างประเทศ (International Labour Organization : ILO) หมายถึง แรงงานที่อยู่ในการจ้างงานในภาคเศรษฐกิจที่ไม่เป็นทางการ (informal sector) ซึ่งมีลักษณะเป็นกิจการขนาดเล็ก ตั้งได้ง่าย มีลักษณะเป็นธุรกิจชั่วคราว มักใช้วัตถุดิบในประเทศ มีการใช้แรงงานเป็นหลัก และมีการดัดแปลงเทคโนโลยีง่าย ๆ มาใช้ เป็นแรงงานอิสระที่ทำกิจกรรมเพื่อความอยู่รอด เช่น หาบเร่ริมถนน คนขับรถแท็กซี่ คนเก็บขยะ แรงงานรับใช้ในบ้านที่รับจ้างจากครัวเรือน ผู้ที่รับงานไปทำที่บ้าน และเป็นผู้ประกอบอาชีพอิสระในสถานประกอบการขนาดเล็กมาก ซึ่งทำงานด้วยตนเอง หรือมีสมาชิกในครอบครัว หรือมีผู้ฝึกงานหรือมีลูกจ้างช่วย

สำนักงานประกันสังคม ให้ความหมายว่า แรงงานนอกระบบเป็นผู้ทำงาน มีรายได้และไม่มียาจ้าง หรือไม่อยู่ในความคุ้มครองของกฎหมายตามพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 และแรงงานนอกระบบในที่นี้ หมายถึง แรงงานที่ไม่ได้รับความคุ้มครองในระบบประกันสังคม เป็นกำลังแรงงานที่ครอบคลุมประชากรไทยเกือบครึ่งหนึ่งของประเทศ

ตารางผลการสำรวจจำนวนประชากรผู้มีงานทำในประเทศไทย โดยอ้างอิงจากข้อมูลสำนักงานสถิติแห่งชาติย้อนหลัง 3 ปี (ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2563 – พ.ศ. 2565)

ปี	ผู้มีงานทำ	
	แรงงานในระบบ (หน่วย : ล้านคน)	แรงงานนอกระบบ (หน่วย : ล้านคน)
2563	17.5	20.4
2564	18.1	19.6
2565	19.4	20.2

จากตารางแสดงให้เห็นว่าจำนวนประชากรแรงงานนอกระบบในประเทศไทยมีจำนวนมากกว่าจำนวนประชากรแรงงานในระบบ แรงงานนอกระบบโดยเฉลี่ยจะมีจำนวนประมาณ 20.06 ล้านคน แต่จะเป็นผู้ที่มีหลักประกันทางสังคมจากการทำงานเพียง 10.88 ล้านคนเท่านั้น คิดเป็นร้อยละ 54.23 และมีการนำส่งเงินสมทบอย่างต่อเนื่องเพื่อรับสิทธิประกันสังคมมาตรา 40 จำนวน 1.82 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 18.29

ถึงแม้กฎหมายประกันสังคมจะเปิดโอกาสให้แรงงานนอกระบบสามารถสมัครเป็นผู้ประกันตนได้โดยสมัครใจตามมาตรา 40 แห่งพระราชบัญญัติประกันสังคม พ.ศ. 2533 อีกทั้งยังมีการแก้ไขปรับปรุงสิทธิประโยชน์ ของผู้ประกันตนตามมาตรา 40 ให้เพิ่มขึ้นเพื่อให้สอดคล้องกับสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน แต่ยังคงมีจำนวนแรงงานนอกระบบที่ไม่ได้เข้าสู่ระบบประกันสังคมเท่าที่ควร สำนักงานประกันสังคมเล็งเห็นถึงปัญหาดังกล่าว และถือเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องได้รับการแก้ไข พัฒนา และส่งเสริมอย่างเร่งด่วนเพื่อสร้างระบบคุ้มครองและป้องกัน พัฒนาระบบหลักประกันทางสังคมด้านสุขภาพและเศรษฐกิจให้มีประสิทธิภาพและความคุ้มค่า ครอบคลุมอย่างทั่วถึงและเป็นธรรมแบบถ้วนหน้า เพื่อให้แรงงานนอกระบบมีหลักประกันการดำรงชีวิตที่มั่นคง หลักประกันด้านสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงาน และความมั่นคงในการดำรงชีวิตเมื่อเข้าสู่วัยชรา

สิทธิประโยชน์สำหรับผู้ประกันตนตามมาตรา 40 จะได้รับความคุ้มครอง ดังนี้

ทางเลือกที่ 1 จ่ายเงินสมทบ 70 บาท/เดือน ได้รับความคุ้มครอง 3 กรณี ได้แก่ กรณีประสบอันตรายหรือเจ็บป่วย กรณีทุพพลภาพ และกรณีเสียชีวิต

ทางเลือกที่ 2 จ่ายเงินสมทบ 100 บาท/เดือน ได้รับความคุ้มครอง 4 กรณี ได้แก่ กรณีประสบอันตรายหรือเจ็บป่วย กรณีทุพพลภาพ กรณีเสียชีวิต และกรณีชราภาพ (ผู้ประกันตนสามารถออมเพิ่มได้อีกไม่เกินเดือนละ 1,000 บาท)

ทางเลือกที่ 3 จ่ายเงินสมทบ 300 บาท/เดือน ได้รับความคุ้มครอง 5 กรณี ได้แก่ กรณีประสบอันตรายหรือเจ็บป่วย กรณีทุพพลภาพ กรณีเสียชีวิต กรณีชราภาพ (ผู้ประกันตนสามารถออมเพิ่มได้อีกไม่เกินเดือนละ 1,000 บาท) และกรณีสงเคราะห์บุตร

สิ่งที่ท้าทายสำนักงานประกันสังคมในปัจจุบัน เป็นเรื่องของการประชาสัมพันธ์ ให้ความรู้ความเข้าใจแก่แรงงานนอกระบบให้เข้าสู่ระบบประกันสังคมเพื่อให้มีหลักประกันทางสังคม รวมทั้งรณรงค์ให้ความรู้แรงงานนอกระบบที่เข้าสู่ระบบประกันสังคมมาตรา 40 แล้ว ให้นำส่งเงินสมทบอย่างต่อเนื่องเพื่อสิทธิประโยชน์ของตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญที่สำนักงานประกันสังคมจะต้องศึกษาและวางแผนดำเนินการให้บรรลุวัตถุประสงค์

โรเตอร์ | ฟรีแลนซ์ | พ่อค้า | แม่ค้า

สมัคร ม.40

รับสิทธิคุ้มครองสูงสุด 5 กรณี

1. ประสบอันตรายหรือเจ็บป่วย

2. ทุพพลภาพ

3. เสียชีวิต

4. ชราภาพ
(เฉพาะทางเลือกที่ 2,3)

5. สงเคราะห์บุตร
(เฉพาะทางเลือกที่ 3)

คุณสมบัติ

- ▶ ประกอบอาชีพอิสระ เช่น พ่อค้า แม่ค้า ไร่นาเกษตรอิสระ
- ▶ อายุไม่ต่ำกว่า 15 ปี ไม่เกิน 65 ปี
- ▶ ไม่เป็นลูกจ้างในบริษัทเอกชนตามมาตรา 33
- ▶ ไม่เป็นผู้ประกันตนมาตรา 33 และ 39
- ▶ ไม่เป็นข้าราชการหรือเป็นบุคคลที่ผูกพันด้วยตามกฎหมาย

ช่องทางการสมัคร

- สำนักงานประกันสังคม
- เครือข่ายประกันสังคม
- เอ็ม-เอสเฟว
- อีทีซี กู้บะกัก
- www.sso.go.th
- หน่วยบริการเคลื่อนที่ สปส.
- ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร (ธ.ก.ส.)
- สายด่วน 1506

สอบถาม สายด่วน **1506** www.sso.go.th @ssothai

รายเดือนฟรี

ผู้ประกันตนตามมาตรา 40

ได้รับความคุ้มครอง

ทางเลือกที่ 1
จ่าย **70** บาท/เดือน

ทางเลือกที่ 2
จ่าย **100** บาท/เดือน

ทางเลือกที่ 3
จ่าย **300** บาท/เดือน

เงื่อนไขการเกิดสิทธิ	ทางเลือกที่ 1 จ่าย 70 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 2 จ่าย 100 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 3 จ่าย 300 บาท/เดือน
1. กรณีประสบอันตรายหรือเจ็บป่วย	วันละ 300 บาท	วันละ 300 บาท	วันละ 300 บาท
2. กรณีทุพพลภาพ	วันละ 200 บาท	วันละ 200 บาท	วันละ 200 บาท
3. กรณีเสียชีวิต	ไม่เกิน 30 วัน/ปี	ไม่เกิน 30 วัน/ปี	ไม่เกิน 90 วัน/ปี
4. กรณีชราภาพ	ครั้งละ 50 บาท (3 ครั้ง/ปี)	ครั้งละ 50 บาท (3 ครั้ง/ปี)	ไม่คุ้มครอง
5. กรณีสงเคราะห์บุตร	ไม่คุ้มครอง	ไม่คุ้มครอง	ไม่คุ้มครอง

2. กรณีทุพพลภาพ รับเงินทดแทนค่าขาดรายได้

เงื่อนไขการเกิดสิทธิ	ทางเลือกที่ 1 จ่าย 70 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 2 จ่าย 100 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 3 จ่าย 300 บาท/เดือน
ได้รับเงินทดแทนค่าขาดรายได้	500-1,000 บาท	500-1,000 บาท	500-1,000 บาท
ระยะเวลาในการรับเงินทดแทน	ไม่เกิน 12 เดือน	ไม่เกิน 12 เดือน	ไม่เกิน 12 เดือน
ได้รับเงินค่าทำศพ	25,000 บาท	25,000 บาท	50,000 บาท

3. กรณีเกษียณ ได้รับเงินบำนาญ

เงื่อนไขการเกิดสิทธิ	ทางเลือกที่ 1 จ่าย 70 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 2 จ่าย 100 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 3 จ่าย 300 บาท/เดือน
ได้รับเงินบำนาญ	25,000 บาท	25,000 บาท	50,000 บาท
ระยะเวลาในการรับเงินบำนาญ	ไม่เกิน 12 เดือน	ไม่เกิน 12 เดือน	ไม่เกิน 12 เดือน
ได้รับเงินค่าทำศพ	25,000 บาท	25,000 บาท	50,000 บาท

4. กรณีชราภาพ ได้รับเงินบำนาญชราภาพ

เงื่อนไขการเกิดสิทธิ	ทางเลือกที่ 1 จ่าย 70 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 2 จ่าย 100 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 3 จ่าย 300 บาท/เดือน
ได้รับเงินบำนาญชราภาพ	ไม่คุ้มครอง	50 บาท/เดือน	150 บาท/เดือน
ระยะเวลาในการรับเงินบำนาญชราภาพ	ไม่คุ้มครอง	ไม่เกิน 12 เดือน	ไม่เกิน 12 เดือน
ได้รับเงินค่าทำศพ	ไม่คุ้มครอง	10,000 บาท	10,000 บาท

5. กรณีสงเคราะห์บุตร ได้รับเงินรายเดือน

เงื่อนไขการเกิดสิทธิ	ทางเลือกที่ 1 จ่าย 70 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 2 จ่าย 100 บาท/เดือน	ทางเลือกที่ 3 จ่าย 300 บาท/เดือน
ได้รับเงินสงเคราะห์บุตรรายเดือน	ไม่คุ้มครอง	ไม่คุ้มครอง	200 บาท/คน/เดือน
ระยะเวลาในการรับเงินสงเคราะห์บุตร	ไม่คุ้มครอง	ไม่คุ้มครอง	ไม่เกิน 12 เดือน

หมายเหตุ : การจ่ายสิทธิประโยชน์เป็นไปตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขการเกิดสิทธิ (ข้อมูล ณ เดือนกันยายน 2565)

เอกสารอ้างอิง

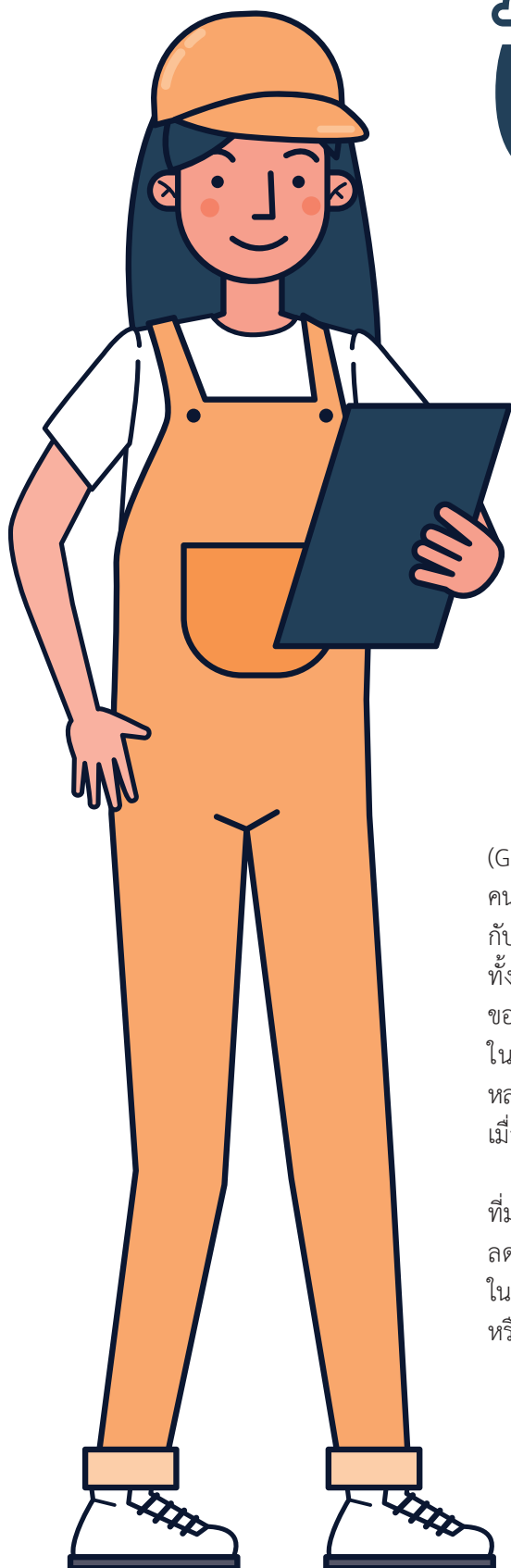
กลุ่มงานพัฒนาระบบประกันสังคมมาตรา 40. (2565). ข้อมูลสำนักเสริมสร้างความมั่นคงแรงงานนอกระบบประจำเดือนธันวาคม 2565 สำนักงานประกันสังคม กระทรวงแรงงาน [สืบค้นวันที่ 5 พฤษภาคม 2565].

สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2564).การสำรวจแรงงานนอกระบบ พ.ศ. 2563 THE INFORMAL EMPLOYMENT SURVEY 2020. จาก http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านสังคม/สาขาแรงงาน/Informal_work_force/2563/fullreport_63.pdf [สืบค้นวันที่ 5 พฤษภาคม 2565].

สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2565). การสำรวจแรงงานนอกระบบ พ.ศ. 2564 THE INFORMAL EMPLOYMENT SURVEY 2021. จาก http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านสังคม/สาขาแรงงาน/Informal_work_force/2564/Report_IES2021.pdf [สืบค้นวันที่ 5 พฤษภาคม 2565].

สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2566).การสำรวจแรงงานนอกระบบ พ.ศ. 2565 THE INFORMAL EMPLOYMENTSURVEY 2022. จาก http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านสังคม/สาขาแรงงาน/Informal_work_force/2565/summary_65.pdf [สืบค้นวันที่ 5 พฤษภาคม 2565].

Chiangmai. (2561). ความหมายของแรงงานนอกระบบ. สำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานจังหวัดเชียงใหม่. จาก <https://chiangmai.labour.go.th/index.php/2018-10-31-08-11-28/408-2018-10-31-06-38-13> [สืบค้นวันที่ 5 พฤษภาคม 2565]



02

ไรเดอร์ชีวิต Gig Worker อาชีพอิสระที่เข้าแล้วออกไม่ได้ คือ ฮีโร่ หรือ ไซตรวน



ดร.กัณฐวุฒิ บุนนิต

ผู้อำนวยการสำนักวิจัยและพัฒนา
สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย
และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน)

ไรเดอร์ (ผู้ขับรถจักรยานยนต์ส่งอาหาร) ที่เคยฟังดูดี กลายเป็นได้แค่ “กิ๊ก” (Gig Work) โดยคำว่า Gig เป็นคำแสลงหมายถึง รูปแบบชั่วคราว ดังนั้น Gig Worker คือ คนที่ทำงานในรูปแบบงานชั่วคราว งานที่รับจ้างเป็นระยะเวลาสั้น จบเป็นครั้ง ๆ ไป ไม่ยึดติดกับที่ใดที่หนึ่ง เช่น งานพาร์ทไทม์ งานฟรีแลนซ์ โดยจุดเด่นของรูปแบบการทำงานนี้คือ มีอิสระทั้งการเลือกรับงานหรือเวลาทำงาน มีค่าตอบแทนขึ้นอยู่กับจำนวนงานและความยากง่ายของงานที่ทำ อาชีพไรเดอร์ติดกับดักของอาชีพในตลาดแรงงานนอกระบบที่กำลังถูกบิดเบือนในอนาคตโดยระบบเศรษฐกิจงานไม่ประจำ (Gig Economy) ครอบคลุมการทำงานหลากหลายรูปแบบ ซึ่งล้วนมีลักษณะเหมือนกันอย่างหนึ่งคือ ทำงานให้เฉพาะช่วงเวลาหนึ่งเท่านั้น เมื่อจบงานก็แยกย้ายกันไป

ในอดีตเสน่ห์ของการเป็นแรงงานในระบบเศรษฐกิจงานไม่ประจำ คือการมีอิสระที่มากขึ้น สามารถหยุดหรือลดงานเพื่อเอาเวลาไปใช้ชีวิตได้ ในขณะเดียวกัน นายจ้างก็สามารถลดค่าใช้จ่ายในการจ้างพนักงานประจำ โดยหันมาจ้างงานแบบออนดีมานด์แทน พบว่าในประเทศพัฒนาแล้วอย่างสหภาพยุโรปและสหรัฐอเมริกา มีแรงงานเหล่านี้นี้มากกว่า 162 ล้านคน หรือกว่า 30% ของประชากรทั้งหมด

ในยุคการแพร่ระบาดของโรค COVID19 ในช่วงปี พ.ศ. 2563 – 2565 และยุคเศรษฐกิจตกต่ำทำให้อาชีพไรเดอร์ กลายเป็นทางออกและทางเลือกให้คนได้ทำหลายอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้ไปพร้อมกัน อาชีพไรเดอร์เกิดขึ้นจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทำให้เกิดการสร้างรายได้เมื่อไหร่ก็ได้ ทั้งเป็นแหล่งงานชั่วคราวสำหรับผู้ที่กำลังเปลี่ยนงานหรือเรียนต่อ เพื่อรอวันกลับเข้าสู่งานในระบบอีกครั้ง โดยมีการคาดการณ์มูลค่าตลาดขนส่งอาหารจะมีมูลค่าการตลาด 1.05 แสนล้านบาท ในอีก 2-3 ปีข้างหน้า

ในความหอมหวานของมูลค่าการตลาดที่เติบโตต่อเนื่องทุกปี แต่กลับพบว่าผู้ที่ประกอบอาชีพไรเดอร์ กลายเป็นยาขมในช่วงเวลาไม่ถึง 5 ปีที่ผ่านมา โดยอาชีพไรเดอร์กำลังติดกับดักอยู่กับงานไม่ประจำ แต่กลับต้องทำงานหนักกว่างานประจำและหาทางออกจากงานนี้ไม่ได้ ประเด็นนี้กำลังเป็นปัญหาใหญ่ระดับโครงสร้างแรงงาน ถึงขั้นทำให้อัตราการจ้างงานในระบบ (Formal Sector) ตีกลับ การเข้ามาของแพลตฟอร์ม (Food Delivery Platform) ที่แข่งขันกันอย่างรุนแรง มีการดึงดูดไรเดอร์ด้วยผลตอบแทนสูงเกินจริง ทำให้หลายคนลาออกจากงานประจำเพื่อมาเป็นแรงงานนอกระบบรายได้งาม รวมถึง ผู้ที่ตกงาน นักเรียนนักศึกษา และคนรุ่นใหม่ที่ต้องการรายได้เสริมก็กระโดดเข้ามาทำอาชีพไรเดอร์

เมื่อช่วงฮันนิมูนจบลง การให้ผลตอบแทนเกินจริงหมดไป ตามมาด้วยการตั้งเงื่อนไขจำนวนมาก เช่น ต้องวิ่งให้ได้จำนวนรอบตามกำหนด ห้ามปฏิเสธผู้โดยสาร มอบงานเพิ่มโดยวัดจากผลงานในอดีต

กลับกลายเป็นว่าในประเทศไทยมีไรเดอร์ที่ต้องทำเป็นงานประจำเพิ่มขึ้น ด้วยชั่วโมงการทำงานมากกว่า 8 ชั่วโมงต่อเนื่อง ตรงข้ามกับแนวคิดระบบเศรษฐกิจงานไม่ประจำที่ควรได้อิสระในชีวิตมากขึ้น ความสัมพันธ์ระหว่างไรเดอร์กับแพลตฟอร์มที่เป็นเพียงการรับคำสั่งเท่านั้น ไม่มีการตกลงราคากันเหมือนอาชีพฟรีแลนซ์ประเภทอื่น ไม่มีกลไกรู้กำหนดราคามาตรฐาน และไม่มีแม้แต่สวัสดิการแรงงานหรือการรวมกลุ่มที่มีอำนาจการต่อรองเพียงพอ ในขณะที่ประเทศอังกฤษมีเพียง 8% ของแรงงานไม่ประจำที่ทำงานเกิน 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

ในปี 2565 สสพ. ได้ทำวิจัยในหัวข้อ **“การศึกษาสถานการณ์ ปัจจัยและผลกระทบด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานของผู้ขับรถจักรยานยนต์ส่งอาหาร”** พบว่าการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับลูกค้า เป็นหลักประกันอย่างหนึ่งของคนทำงานใน Gig Economy ว่าจะได้รับงานอย่างสม่ำเสมอด้วยความเชื่อใจในความสามารถแต่ทว่าอาชีพไรเดอร์ไม่มีโอกาสได้สร้างความสัมพันธ์กับลูกค้าแม้แต่เนี่ย เพียงยื่นของให้แล้วจบ จึงทำให้ความมั่นคงในอาชีพน้อยลงไปอีก

อย่างไรก็ตาม การก้าวออกจากอาชีพนี้มีต้นทุนสูงกว่าที่คิด เริ่มตั้งแต่การลงทุนส่วนตัวทั้งมอเตอร์ไซด์ และสมาร์ตโฟนเครื่องใหม่ โดยค่าผ่อนรถโดยทั่วไปของไรเดอร์สูงถึง 200-300 บาทต่อวัน และยังมีค่าบำรุงรักษาและค่าน้ำมันที่พุ่งแรง กลุ่มไรเดอร์ต้องแบกค่าใช้จ่ายในการเติมน้ำมันเฉลี่ย 50-70 บาท/วัน เท่ากับต้องวิ่งให้ได้วันละไม่ต่ำกว่า 800 บาท จึงจะเพียงพอต่อการเลี้ยงครอบครัว จะเห็นได้ว่าอาชีพไรเดอร์มีความเปราะบางมากกว่าอาชีพฟรีแลนซ์ทั่วไป จากการทำงานบนท้องถนนที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ และการเร่งทำยอดหรือทำงานเกินเวลา อาจเป็นอันตรายต่อคนใช้ท้องถนนโดยรวมจากงานวิจัยพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความปลอดภัยในการปฏิบัติงานของไรเดอร์เรียงตามลำดับดังนี้

1. ปัจจัยด้านรถจักรยานยนต์และความพร้อมของอุปกรณ์
2. ปัจจัยด้านสภาพอากาศ และสภาพแวดล้อมในการปฏิบัติงาน
3. ปัจจัยด้านถนน และเส้นทางการขนส่ง
4. ปัจจัยด้านวิธีการปฏิบัติงาน
5. ปัจจัยส่วนบุคคล
6. ปัจจัยด้านนโยบายแพลตฟอร์ม และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

และแนวทางการลดความไม่ปลอดภัยในการปฏิบัติงานของไรเดอร์ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง สามารถดำเนินการได้ 2 ด้าน คือ

1. การปฏิบัติงานและการพัฒนาความรู้และทักษะในการประกอบอาชีพ
2. สวัสดิการและการส่งเสริมคุณภาพชีวิต

และในปี พ.ศ. 2566 สสพท. ได้ดำเนินการจัดทำ “แนวปฏิบัติการจัดการอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงานของผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ส่งอาหาร (Guidelines for Occupational Health and Safety of Food Delivery Motorcycle)” โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

- 1) เพื่อเป็นแนวทางในการทำงานของผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ส่งอาหาร แพลตฟอร์ม ร้านค้า และผู้ที่เกี่ยวข้องให้เกิดความปลอดภัย
- 2) เพื่อให้ผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ แพลตฟอร์ม ร้านค้า และผู้ที่เกี่ยวข้อง มีความรู้ความเข้าใจ ในบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบในกระบวนการดำเนินงาน
- 3) เพื่อใช้เป็นแนวทางในการวางระบบจัดการด้านความปลอดภัยให้กับระบบการส่งอาหาร ด้วยรถจักรยานยนต์

โดยสรุปอาชีพไรเดอร์ในประเทศไทยต้องมีการแทรกแซงจากรัฐ อาทิ เเร่งปฏิรูปกฎหมาย แรงงานนอกระบบเพื่อผลักดันให้เกิดการดูแลสวัสดิภาพของไรเดอร์ หรือสร้างสหภาพแรงงาน ไรเดอร์เพื่อให้มีอำนาจต่อรองกับแพลตฟอร์ม ที่ผ่านมา แม้จะมีการลุกขึ้นประท้วงครั้งใหญ่ของ ไรเดอร์ แต่ยังคงมีไรเดอร์บางส่วนทำงานบนแอปพลิเคชันตามปกติ นั้นทำให้การเคลื่อนไหวไม่บรรลุผล ตามที่หวังในระยะยาว การสร้างงานในระบบให้มากขึ้น จะเป็นแสงสว่างที่ปลายอุโมงค์ให้กับ ไรเดอร์ที่ติดกับดัก จากช่วงแพร่ระบาดของโควิด-19 ยิ่งคนสูญเสียงานในระบบ แพลตฟอร์มเหล่านี้ กลับรับคนมากขึ้น ทำให้การแข่งขันมากขึ้นไปอีก และนั่นก็必将ทำให้เกิดปรากฏการณ์ การตัดราคาที่ต่ำลงเรื่อยๆ หรือ Race to the Bottom Phenomenon ดังนั้นอาชีพไรเดอร์ ต้องมีจุดยืนที่แข็งแกร่งของการเป็นแรงงานใน Gig Economy คือการพัฒนาตัวเองให้เป็นแรงงาน ทักษะสูง มีความสามารถที่จะส่งมอบงานที่ดีได้ในระยะเวลาจำกัด เมื่องานดีย่อมต่อราคาได้มาก มีโอกาสเลือกงานเลือกชีวิตที่ตัวเองต้องการได้ในที่สุด





วิถีไรเดอร์ ปรากฏการณ์ความเสี่ยงในสังคมไทย และแนวทางแก้ไขปัญหาเชิงระบบ



นพ.ธนพงศ์ จินวงศ์

ผู้จัดการแผนงานศูนย์วิชาการเพื่อความปลอดภัยทางถนน

และนางสาวดารารัตน์ ช่างด้วง

นักวิจัย ศูนย์วิชาการเพื่อความปลอดภัยทางถนน

แม้ว่าอาชีพไรเดอร์ส่งอาหารจะเกิดขึ้นในสังคมไทยมายาวนานกว่า 10 ปี นับตั้งแต่ฟู้ดแพนด้า ซึ่งเป็นแพลตฟอร์มรายแรกๆ ที่เข้าสู่ประเทศไทยเมื่อปี 2555 แต่อาชีพนี้เป็นที่รู้จักแพร่หลายและได้รับความนิยมในช่วงที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ในประเทศไทยตั้งแต่ปี 2563 ที่มีมาตรการจำกัดการเดินทาง ทำงานที่บ้าน การซื้อสินค้า ส่งพัสดุ โดยเฉพาะการส่งอาหาร ล้วนแล้วแต่ต้องพึ่งพาไรเดอร์ ซึ่งมีผู้ให้บริการหลากหลายแอปพลิเคชัน แต่มีจุดร่วมที่ตรงกันคือ ขาดบริการที่รวดเร็วทันใจในราคาประหยัด มีโปรโมชั่นลดราคาค่าส่งไม่จำกัดปริมาณอาหาร และเครื่องดื่ม คู้มค่าว่าการเดินทางออกไปซื้ออาหารเองและไม่ต้องเสี่ยงกับโรคระบาด จากความนิยมดังกล่าวประกอบกับการปิดกิจการ มีการเลิกจ้างพนักงานจำนวนมากในช่วงเวลาดังกล่าว ทำให้มีผู้คนมากขึ้นหลายตาหันหน้าเข้าสู่การประกอบอาชีพไรเดอร์ แม้จะเป็นอาชีพที่มาพร้อมกับความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุทางถนนก็ตาม

ปัจจุบันอาชีพไรเดอร์มีครอบคลุมทุกจังหวัด แม้จะไม่มีตัวเลขที่แน่ชัดว่ามีจำนวนผู้ประกอบการอาชีพ ไรเดอร์มากขนาดไหน แต่มีตัวเลขคาดการณ์จำนวนไรเดอร์เมื่อปี 2563 อยู่ที่ 965,000 คน¹ ข้อมูลจากการทำแบบสำรวจไรเดอร์ 1,136 คน ของ Rocket Media Lab²

¹ การศึกษาสถานการณ์ ปัจจัยและผลกระทบด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานของผู้ขับรถจักรยานยนต์ส่งอาหาร, หน้า 9

² ไรเดอร์ไทย เป็นอยู่อย่างไร อยากได้อะไรบ้าง. เข้าถึงได้จาก <https://rocketmedialab.co/ rider/>

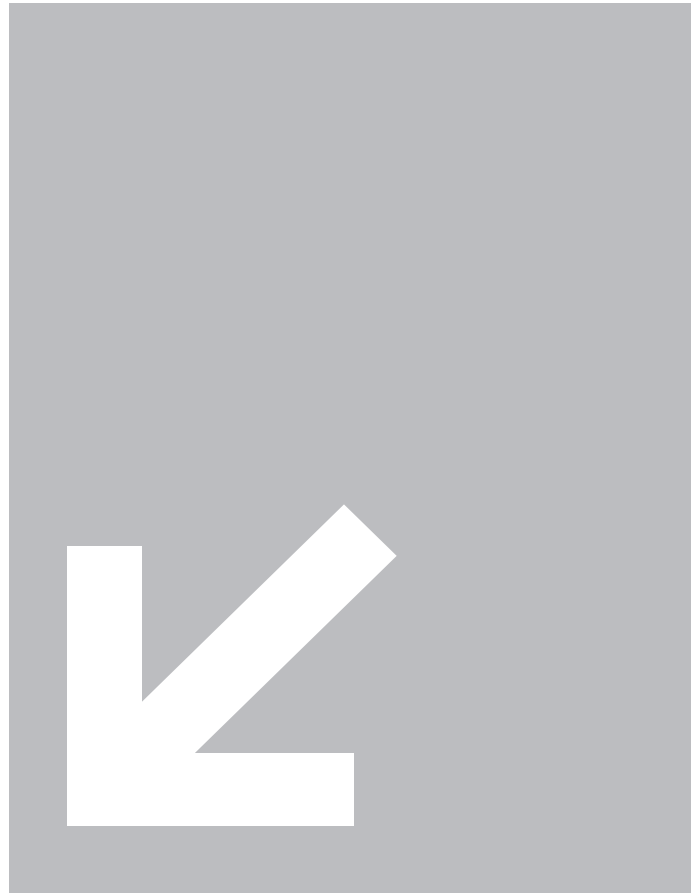
เมื่อปี 2564 มีประเด็นสำคัญคือ ไรเดอร์ 37.13% มีชั่วโมงการทำงานมากกว่า 8 ชั่วโมงต่อวัน 34.51% ทำรอบ 11-16 รอบต่อวัน 48.77% มีรายได้ต่อเดือน 10,000-15,000 บาท 65.96% เคยประสบอุบัติเหตุทางถนน 1-4 ครั้ง และ 33.89% ใช้สิทธิบัตรทองรักษา ข้อมูลดังกล่าวได้สะท้อนให้เห็นวิถีชีวิตและความเสี่ยงที่ไรเดอร์ต้องรับในแต่ละวันในประเทศไทยไรเดอร์ไม่ได้มีสถานะเป็นลูกจ้างตามกฎหมาย ไม่มีกฎหมายคุ้มครองเฉพาะ ไม่มีสหภาพแรงงาน แต่เป็นเพียงเป็นพาร์ทเนอร์ของแพลตฟอร์ม หมายถึง ไม่มีประกันรายได้ขั้นต่ำและเงินชดเชยเมื่อเกิดอุบัติเหตุ³ ในส่วนของประกันสุขภาพและประกันอุบัติเหตุจะได้รับเมื่อปฏิบัติตามเงื่อนไขของแพลตฟอร์ม เช่น ทำรอบได้ตามที่แพลตฟอร์มกำหนด เป็นต้น ซึ่งรายละเอียดจะแตกต่างกันในแต่ละแพลตฟอร์ม

ในขณะที่ไม่มีการประกันรายได้ แต่ไรเดอร์กลับมีต้นทุนมากมายที่ต้องแบกรับ ไม่ว่าจะเป็นค่าเชื้อ ค่ากระเป๋าค่าน้ำมันรถ ค่าประกันอุบัติเหตุ ค่าสิทธิการใช้อะไหล่จักรยานยนต์ กรณีไม่มีรถต้องมีต้นทุนค่าเช่ารถ เงินสำรองจ่ายค่าอาหารให้ลูกค้ามีไรเดอร์ท่านหนึ่งทำคลิป “วิ่งงาน 12 ชั่วโมง ได้เงินกี่บาท”⁴ คำตอบคือ 1,366 บาท (รวมทิป 4 บาท) ต้องวิ่งทำรอบ 30 งาน ตัดต้นทุนออกไป 289 บาท คงเหลือ 1,077 บาท แต่ต้นทุนที่ไรเดอร์ท่านนี้นำมาคำนวณมีเพียงค่าน้ำมันรถ 100 บาท และค่าอาหารประจำวัน 189 บาท ยังไม่นับรวมค่าสิทธิการรถ ค่าอุปกรณ์แรกเข้า ค่าประกันรายเดือน แม้จะคิดต้นทุนเพียงค่าน้ำมันรถและค่าอาหารแต่รายได้กลับหายไปถึง 26.83% ค่าถามคือ หากคำนวณต้นทุนทั้งหมด รายได้จะหายไปกี่เปอร์เซ็นต์และคุ้มค่ากับความเสี่ยงหรือไม่



แม้จะต้องลงทุนสูงแต่การรอบกลับไม่สูงตาม ยกตัวอย่างพื้นที่กรุงเทพฯ ค่ารอบถูกกำหนดไว้ที่ 40 บาท และมีการลดเหลือเพียง 28 บาท แม้ล่าสุดจะมีการเพิ่มให้เล็กน้อย แต่เมื่อเทียบกับต้นทุนแล้วจะเห็นได้ว่าหากไม่ทำรอบจำนวนมากไม่มีทางที่จะได้ค่าตอบแทนคุ้มกับการลงทุน นอกจากนี้ยังมีต้นทุนแฝงคือ สุขภาพกาย สุขภาพจิตและความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ เพราะอาชีพไรเดอร์เป็นบริการที่ขายความเร็ว หากไปส่งอาหารช้าอาจถูกลูกค้าตำหนิ กดยกเลิก หรือประเมินดาวต่ำ ส่งผลต่อโอกาสในการได้รับงานครั้งถัดไป และถ้าถูกประเมินดาวต่ำบ่อยๆ อาจเสียคะแนนที่ทำให้ ถูกลดลำดับชั้น เสียสิทธิพิเศษที่เคยได้รับ เช่น ประกันอุบัติเหตุ หรือรายได้สูงสุด คือโดนปิดระบบโดยไม่มีสิทธิชี้แจง การปฏิเสธงานก็ส่งผลต่อโอกาสได้รับงานหรือการถูกลงโทษเช่นกัน หน่วยงาน Department of Consumer and Worker Protection (DCWP) ประเทศสหรัฐอเมริกา นครนิวยอร์กได้ออกกฎระเบียบให้แพลตฟอร์มต้องได้รับใบอนุญาตประกอบการ เงื่อนไขข้อหนึ่งคือ ไรเดอร์สามารถกำหนดระยะทางสูงสุดที่ยอมรับได้ และเส้นทางเสี่ยงที่ต้องการหลีกเลี่ยง แต่ไรเดอร์ไทยไม่สามารถปฏิเสธงานระยะทางไกลหรือเส้นทางเสี่ยงได้ และมีอำนาจต่อรองกับแพลตฟอร์มน้อยมาก

ปัจจุบันนอกจากต้องเร่งไปส่งอาหารให้ทันเวลา ยังต้องรับงานคู่หรือที่เรียกกันว่า “งานแบช” ซึ่งเป็นงานบังคับที่ต้องทำ หากเป็นงานที่ต้องไปส่งอาหารในระยะทางไม่ไกลกันมากจะไม่ใช่ปัญหาเพราะไรเดอร์จะได้ค่าตอบแทนเพิ่ม แต่ถ้าเป็นระยะทางที่ห่างกันมากๆ จะเพิ่มความกดดันให้ไรเดอร์ เพราะอาหารบางประเภทต้องส่งตอนที่ยังร้อนหรือต้องส่งก่อนละลาย การที่ไรเดอร์ไปถึงร้านค้า ไม่ใช่ทุกครั้งที่จะได้รับอาหารทันที หากต้องรอรับอาหารนานเท่ากับไรเดอร์จะเสียเวลาในการส่งอาหารน้อยมากหากถูกกดยกเลิกอาหาร ไรเดอร์อาจต้องเป็นผู้รับผิดชอบค่าอาหารเอง เนื่องจากกระบวนการเคลมสินค้าในแต่ละแพลตฟอร์มมีเงื่อนไขแตกต่างกัน หากทำผิดขั้นตอนหรือส่งข้อมูลไม่ครบ โอกาสได้รับค่าอาหารคืนจะน้อยลงหรืออาจใช้เวลาหลายวัน แต่ไรเดอร์หลายคนมีเงินสำรองค่าอาหารวันต่อวัน หากไม่ได้ค่าอาหารคืนอาจหมายถึงวันรุ่งขึ้นจะไม่มีเงินทุนในการประกอบอาชีพ



นอกจากความเสี่ยงที่เกิดจากความรีบเร่งในการส่งอาหารให้ทันเวลา การบรรทุกเกินก็เป็นโจทย์สำคัญที่ไรเดอร์ต้องเผชิญ เนื่องจากแพลตฟอร์มไม่ได้จำกัดปริมาณน้ำและอาหารที่ส่งแต่ละครั้ง ภาพที่ไรเดอร์บรรทุกของจนเต็มกล่อง และต้องนำของมาแขวนกับแฮนด์รถหรือต้องจับซุ้มมือเดียว อีกมือหนึ่งหิ้วของจึงเป็นภาพที่เราพบเห็นได้บ่อยครั้ง นำหนักบรรทุกที่มากเกินไปส่งผลต่อการทรงตัว และการที่ต้องหิ้วของส่งผลต่อการควบคุมรถ ประกอบกับต้องขับเร็ว ดูแผนที่ในการเดินทางยิ่งเพิ่มความเสี่ยงให้ไรเดอร์มากขึ้นไปอีก กรณีเกิดอุบัติเหตุ แม้ไรเดอร์จะทำประกันกับแพลตฟอร์มแต่จะต้องใช้สิทธิ์ที่มาทับพรบ.รถก่อน ในส่วนของประกันกับแพลตฟอร์มจะใช้ได้ 2 ครั้งเท่านั้น จึงไม่แปลกที่ไรเดอร์ส่วนใหญ่จะใช้สิทธิ์บัตรทองในการรักษาพยาบาล เมื่อเกิดอุบัติเหตุ มีการบาดเจ็บสาหัสหรือเสียชีวิต สิ่งทีกลุ่มไรเดอร์ทำเพื่อช่วยเหลือสมาชิกคือเรียกรถพยาบาลหรือค่าทำศพ ชีวิตไรเดอร์ต้องทำงานหนัก ค่าตอบแทนน้อย และไม่มีหลักประกันชีวิตอะไรเลย คำถามคือ เราจะแก้ปัญหานี้ได้อย่างไร เพื่อให้ไรเดอร์ประกอบอาชีพนี้ได้อย่างปลอดภัย มีระบบกำกับดูแลช่วยเหลือที่เหมาะสม

ปรากฏการณ์ที่สังคมเห็นภาพไรเดอร์ขี่รถจักรยานยนต์ด้วยความเร็ว ย้อนศร ฝ่าไฟแดง ขับบนฟุตบาท ดูโทรศัพท์ขณะขับขี่จอดในจุดอันตราย ล้วนมาจากเงื่อนไขทั้งจากแพลตฟอร์ม ร้านค้าและลูกค้า ซึ่งการแก้ไขปัญหานี้จำเป็นต้องใช้แนวทางวิธีแห่งระบบที่ปลอดภัย (Safe System Approach) ที่เชื่อว่ามนุษย์เปราะบางและสามารถทำผิดพลาดได้ แต่การออกแบบระบบที่ดี เช่น การจัดการความเร็ว การจัดการสภาพแวดล้อมและสภาพเสี่ยงจะช่วยรองรับความผิดพลาดและไม่ทำให้เสียชีวิต ที่สำคัญคือทุกภาคส่วนต้องรับผิดชอบความปลอดภัยทางถนนร่วมกัน ในกรณีไรเดอร์สิ่งที่ต้องเร่งดำเนินการเพื่อตัดวงจรความเสี่ยงคือ 1) ไรเดอร์ ต้องได้รับการฝึกทักษะขับขี่เชิงป้องกันโดยแพลตฟอร์มต้องดูแลรับผิดชอบในส่วนนี้และกำหนดเป็นหลักเกณฑ์ก่อนให้ไรเดอร์เริ่มงาน 2) แพลตฟอร์มไม่จ่ายงานในระยะทางที่ไกลเกินไป โดยเฉพาะงานแบบ ส่วนการกำหนดว่าควรเป็นระยะทางเท่าไร ควรจัดเวทียอมรับฟังความคิดเห็นไรเดอร์ 3) ลูกค้า ต้องเผื่อเวลาในการสั่งอาหาร ไม่สั่งปริมาณมากๆ ในครั้งเดียว เมื่อสั่งแล้วต้องไม่ยกเลิก 4) หน่วยงาน ผลักดันร่างกฎหมายคุ้มครองผู้ประกอบการอาชีพไรเดอร์ โดยเฉพาะการประกันรายได้ และเงินทดแทนเมื่อเกิดอุบัติเหตุ รวมถึงให้ไรเดอร์สามารถต่อรองกับแพลตฟอร์มในเรื่องการไม่รับงานในระยะไกลเกินไปหรือเส้นทางเสี่ยงได้ ปัญหาอุบัติเหตุในกลุ่มไรเดอร์เหมือนระเบิดเวลาทีรอวันระเบิด ผู้ประกอบอาชีพไรเดอร์ 965,000 คน ที่กระจายตัวอยู่ทั่วประเทศ 37.13% มีชั่วโมงทำงานมากกว่า 8 ชั่วโมงและทุกวินาทีของการทำงาน ตั้งอยู่บนการทำพฤติกรรมเสี่ยงภายใต้เงื่อนไขของการประกอบอาชีพ ขว่อาอุบัติเหตุไรเดอร์ ทั้งบาดเจ็บและเสียชีวิตปรากฏแทบทุกอาทิตย์ นอกจากกลุ่มไรเดอร์ที่ได้รับผลกระทบ ผู้ใช้ถนนกลุ่มอื่นก็มีโอกาสได้รับผลกระทบเช่นกัน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจำเป็นต้องบูรณาการความร่วมมืออย่างเร่งด่วน เพื่อลดขนาดความเสี่ยงก่อนจะเกิดผลกระทบที่คาดไม่ถึงต่อสถานการณ์อุบัติเหตุทางถนนในประเทศไทย



เอกสารอ้างอิง

- ¹ การศึกษาสถานการณ์ ปัจจัยและผลกระทบด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานของผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ส่งอาหาร, หน้า 9
- ² ไรเดอร์ไทย เป็นอยู่อย่างไร อยากได้อะไรบ้าง.เข้าถึงได้จาก <https://rocketmedialab.co/rider/>
- ³ งานวิจัยการศึกษาสถานการณ์ ปัจจัยและผลกระทบด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานของผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ส่งอาหาร, หน้า 12
- ⁴ วิ่งงาน 12 ชั่วโมง ได้เงินกี่บาท.เข้าถึงได้จาก <https://www.instagram.com/reel/CrXAyZ0OYTj/?igshid=NTc4MTIwNjQ2YQ==>
- ⁵ Not present.เข้าถึงได้จาก <https://youtu.be/INTl6xiO2Ck>
- ⁶ รู้หรือไม่ ? วิธีแห่งระบบที่ปลอดภัย ช่วยลดอุบัติเหตุได้.เข้าถึงได้จาก <https://trafficsafety.drr.go.th/?p=6979>



แม่บ้าน (House Keeping) กับการทำงานอย่างปลอดภัย

ปัจจุบันหน่วยงานต่าง ๆ เช่น กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน หน่วยงานภาคเอกชนได้ให้ความสำคัญกับการทำงานในตำแหน่งแม่บ้าน (House keeping) หรือพนักงานทำความสะอาดมากขึ้น เนื่องจากเป็นอาชีพที่ทุกสำนักงานจะขาดไม่ได้เลย ดังนั้น ในหลายหน่วยงานจึงมีการเปิดหลักสูตรการฝึกอบรม เพื่อสร้างความเป็นมืออาชีพให้กับแม่บ้าน หรือพนักงานทำความสะอาดให้มากยิ่งขึ้น เพราะปฏิเสธไม่ได้ว่า ตำแหน่งแม่บ้าน เปรียบเสมือนฟันเฟืองหลักของทุกสำนักงาน ซึ่งหลักสูตรการอบรมที่หน่วยงานต่าง ๆ จัดขึ้นนั้นจะมุ่งเน้นการเพิ่มเติมองค์ความรู้ เทคนิค วิธีการ การทำงานในตำแหน่งพนักงานทำความสะอาด แต่ในหลักสูตรส่วนมากนั้นมิได้มีการพูดถึง “แม่บ้าน (House Keeping) กับการทำงานอย่างปลอดภัย”

ในทุก ๆ อาชีพมีความอันตรายและความเสี่ยงภัยเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาในการทำงาน แตกต่างกันไปตามรายละเอียดปัจจัยของแต่ละอาชีพ เช่นเดียวกัน อาชีพแม่บ้าน อันตรายในการทำงานของพนักงานทำความสะอาดขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อมและปัจจัยต่าง ๆ เช่น อันตรายที่เกิดจากสารเคมีที่ใช้ในการซักล้าง กำจัดเชื้อโรค รวมไปถึงอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นจากท่าทางระหว่างปฏิบัติงาน เป็นต้น โดย สสพท. มีวิธีการทำงานบ้านอย่างปลอดภัยมานำเสนอ ให้กับแม่บ้านและพนักงานทำความสะอาด ดังนี้

1. การยศาสตร์ ลักษณะท่าทางในการทำงานบ้าน ตั้งแต่การกวาดพื้น ถูพื้น ขัดพื้น ไปจนถึงท่าทางการทำความสะอาด การยกหรือเคลื่อนย้ายวัสดุด้วยท่าทางที่ไม่ถูกต้อง เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายได้ ดังนั้น จึงขอเสนอท่าทางในการทำงานที่ถูกต้องและเหมาะสม



ไม่เอื้อม เอื้อมมากเกินไป

พยายามตั้งหลังตรงขณะถูพื้น



ควรสลับมือในการออกแรงถู



คุกเข่าหรือย่อตัวขณะทำความสะอาดใกล้ชิดกับที่



ที่มา : ศูนย์ความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. สารเคมี ผลิตภัณฑ์ที่ใช้มีความสำคัญกับแม่บ้าน ในการทำความสะอาด ที่มีองค์ประกอบของสารเคมี เช่น น้ำยาล้างห้องน้ำ น้ำยาฆ่าเชื้อโรคและทำความสะอาด ยาฆ่าแมลง น้ำยาซักผ้าขาว ฯลฯ รวมทั้งแก๊สเชื้อเพลิงต่าง ๆ มีองค์ประกอบของสารเคมีที่ก่อให้เกิดอันตรายได้ หากใช้ไม่ถูกวิธี ในบางกรณีหากสาร 2 ชนิดสัมผัสกันอาจเกิดปฏิกิริยาและก่อให้เกิดอันตรายเพิ่มขึ้นได้ เช่น น้ำยาล้างห้องน้ำผสมกับน้ำยาซักผ้าขาว เป็นต้น ซึ่งสารเคมีเหล่านี้ มีโอกาสเข้าสู่ร่างกายได้ตั้งแต่ การหายใจ การสัมผัสผ่านทางผิวหนังหรือดวงตา หรือทางบาดแผล รวมไปถึงการกลืนกิน ซึ่งอาจทำให้เกิดพิษและอันตรายต่อ ผิวหนัง ดวงตา ระบบทางเดินหายใจ ระบบทางเดินอาหารได้ ดังนั้นบรรดาเหล่าแม่บ้าน พนักงานทำความสะอาด จึงจำเป็นที่จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับอันตรายจากสารเคมี และวิธีการป้องกันอันตรายจากสารเคมีเบื้องต้น โดยศึกษาจากสัญลักษณ์ที่แสดงว่าเป็นวัตถุอันตรายที่ฉลากบรรจุภัณฑ์ นอกจากนี้ ยังต้องรู้แนวทางการแก้ไขกรณีเกิดอุบัติเหตุที่เกี่ยวข้องกับผลิตภัณฑ์เคมีหรือสารเคมีอีกด้วย



ตัวอย่าง
ถังเก็บน้ำยาฆ่าเชื้อโรคของสารเคมีกับถังเก็บน้ำยา



ตัวอย่าง
ฉลากเตือนภัยในถังเก็บน้ำยาฆ่าเชื้อโรค



สารไวไฟ



สารออกซิไดซ์



วัตถุระเบิด



ก๊าซบรรจุก๊าซที่มีความดัน



สารก่อมะเร็ง



พิษเฉียบพลัน



อันตรายต่อสุขภาพ



ระวัง



อันตรายต่อสิ่งแวดล้อม

- สารเข้าตา ล้างตาทันทีด้วยน้ำสะอาดโดยเปิดเปลือกตาและกลอกตาไปมา ให้น้ำไหลผ่านตาอย่างน้อย 15 นาที
ผู้ดูแลเหตุการณ์รีบแจ้งผู้ดูแลห้องปฏิบัติการ/สำนักงานเพื่อรีบพาไปพบแพทย์
- สารสัมผัสผิวหนัง ให้ถอดเสื้อผ้าที่เปื้อนออก ล้างบริเวณที่สัมผัสสารเคมีด้วยน้ำสะอาดมาก ๆ อย่างช้าๆ ซับตัวให้แห้ง
ใช้ผ้าสะอาดคลุมตัว ห้ามทายาอื่น และนำส่งโรงพยาบาลทันที
- สารเข้าระบบทางเดินหายใจ รีบออกจากบริเวณทันที
- สารเข้าสู่ระบบทางเดินอาหาร ให้อาบน้ำล้างช่องปาก บรากรณมีน้ำคั่งในช่องปาก ให้อาเจียน เช่น การกลืนกับสารกัดกร่อน
เพราะจะทำให้สายทางเดินอาหารอักเสบ
- กรณีเกิดสเปรย์ไหล ให้รีบออกจากพื้นที่ ๆ เกิดเหตุไปยังบริเวณที่มีการถ่ายเทของอากาศที่ดีโดยทันที
และอยู่ในตำแหน่งเหนือลมอย่างน้อย 150 เมตร

3. อุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า อันตรายที่เกิดขึ้นจากเครื่องใช้ไฟฟ้า เป็นอันตรายที่เกิดขึ้นเป็นอันดับต้น ๆ ดังนั้นเพื่อความปลอดภัยในการทำงาน ก่อนเริ่มการใช้งานอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด ควรตรวจสอบว่า สายไฟ ปลั๊ก ขั้วต่อ มีการชำรุด เปียกชื้น หรือไม่ เต่าเสียควรจะเป็นแบบที่ได้มาตรฐาน และที่สำคัญคือไม่ควรเสียบปลั๊กร่วมกันมากเกินไป นอกจากนี้ หากแม่บ้านพนักงานทำความสะอาด พบเครื่องใช้ไฟฟ้าชำรุดให้เลิกใช้ทันที แจ้งผู้รับผิดชอบดำเนินการซ่อมแซม อย่าพยายามซ่อมเอง ปิดไฟและถอดปลั๊กอุปกรณ์ทุกครั้งหลังเลิกใช้งาน



1. ตรวจสอบอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ไฟฟ้า ก่อนการใช้งานทุกครั้ง โดยให้ตรวจสอบว่า สายไฟ ปลั๊ก ขั้วต่อ ชำรุด เปียกชื้นหรือไม่



2. อย่าใช้เต้าเสียบที่ไม่ได้มาตรฐาน หรือใช้ร่วมกันมากเกินไป



3. ห้ามใช้เครื่องมืออุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า ขณะร่างกายเปียกน้ำเด็ดขาด



4. ปิดไฟและถอดปลั๊กอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า ทั้งของตนเองและส่วนกลางทุกครั้ง เมื่อเลิกใช้งานหรือภายหลังจากเลิกงานแล้วทุกครั้ง



5. ศึกษาคู่มือการใช้งานของเครื่องมือ เครื่องใช้ไฟฟ้าแต่ละชนิดให้เข้าใจ ก่อนใช้งาน



6. พบอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ไฟฟ้าชำรุด เลิกใช้ทันที อย่าพยายามซ่อมแซมเอง ให้รีบแจ้งผู้รับผิดชอบมาดำเนินการซ่อมแซมให้ ให้หยุดการใช้งาน



7. ควรเก็บสายไฟให้เป็นระเบียบ ใช้สายไฟ ให้ถูกประเภท และมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การใช้ไฟฟ้าอย่างปลอดภัย



8. สวิตช์ สายไฟ เต้ารับ เต้าเสียบ ควรได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ ในสภาพดีตลอดเวลา



9. การปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับไฟฟ้าหรือซ่อมแซม ติดตั้งระบบที่เกี่ยวข้องกับไฟฟ้า ต้องมีผู้ปฏิบัติ อย่างน้อย 2 คน



10. เครื่องใช้ไฟฟ้าประเภทที่สร้างความร้อนอยู่เป็นประจำ เช่น กระติกน้ำร้อน ควรจัดหาวัสดุที่ไม่ติดไฟ เช่น กระเบื้อง หินอ่อน ฯลฯ ทำเป็นพื้นรองเครื่องใช้ไฟฟ้าขณะใช้งานทุกครั้ง



11. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตราย หรือผู้ถูกไฟดูดให้ตัดกระแสไฟก่อน อย่าเอามือเปล่าจับ ให้ใช้ผ้า ไม้ เชือกที่แห้งดีผูกมัดจับให้หลุดออกมาทำการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

แม้ว่า แม่บ้าน พนักงานทำความสะอาด จะเป็นงานหลังบ้าน แต่ถือเป็นหลังบ้านที่สำคัญ เพราะเขาคือคนที่ดูแลสุขอนามัยของคนในบ้าน ในสำนักงาน ดังนั้น “แม่บ้าน (House Keeping) กับการทำงานอย่างปลอดภัย” จึงไม่ใช่แค่เรื่องของแม่บ้าน หรือพนักงานทำความสะอาดคนใดคนหนึ่งเท่านั้น แต่เป็นเรื่องของทุกๆ คน เพราะเมื่อแม่บ้านปลอดภัย เราทุกคนก็ย่อมจะปลอดภัยอีกด้วย



แรงงานสูงวัยนอกระบบ กับการป้องกันพิษจากการใช้สารเคมี ทางการเกษตร



ศูนย์วิจัยและฝึกอบรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตคนวัยแรงงาน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ปฏิเสธไม่ได้เลยว่าในปัจจุบันการทำเกษตรกรรมในประเทศไทยมีการใช้สารเคมีกันเป็นจำนวนมาก เพื่อเป็นตัวช่วยในการกำจัดโรคและแมลง ช่วยเร่งการเจริญเติบโต และเพื่อให้ได้ผลผลิตที่มากขึ้นตามที่ตลาดต้องการ แต่ในขณะเดียวกันสารเคมีทางการเกษตรเหล่านั้นก็ทำให้เกิดโทษตามมามากมาย ฉะนั้น ในการประกอบอาชีพเกษตรกรรม จึงมีโอกาสเสี่ยงที่จะได้รับพิษจากสารเคมีทางการเกษตรในเกือบทุกขั้นตอนของกระบวนการ ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ทำให้เกิดการเจ็บป่วยจากพิษของสารเคมีทั้งแบบเฉียบพลันและเรื้อรัง

โดยเฉพาะแรงงานสูงวัยนอกระบบกลุ่มเกษตรกร เนื่องจากเป็นวัยที่ร่างกายมีความเสื่อมถอยมากกว่าเจริญเติบโต ทำให้แรงงานสูงวัยมีความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ และการเจ็บป่วยจากการทำงานได้ง่าย นอกจากนี้ยังมีความเสี่ยงจากการได้รับปัจจัยคุกคามต่อสุขภาพด้วย โดยเฉพาะแรงงานสูงวัยนอกระบบกลุ่มเกษตรกรที่มีการใช้สารเคมีเป็นประจำหรือบ่อย ๆ จะก่อให้เกิดการเจ็บป่วยจากพิษของสารเคมีได้ง่าย

สารเคมีทางการเกษตรที่ใช้ในกระบวนการแบ่งออกเป็น 4 ชนิด แต่ละชนิดมีพิษแตกต่างกันออกไป คือ

1. ปุ๋ยเคมีชนิดต่าง ๆ มีพิษทำลายไต ดับ และปวดกระดูกและทำให้กระดูกเปราะบาง
2. กลุ่มยาฆ่าแมลง เช่น

ออร์แกโนฟอสเฟต : ทำให้แขนขาสั่น น้ำตาออกมาก เหนื่อย วิงเวียนศีรษะ ปวดศีรษะ

คาร์บอเมต : คล้ายสารออร์แกโนฟอสเฟตต่างกันที่ระยะเวลาและความรุนแรง

ไพรีทรัมและสารสังเคราะห์ไพรีทรอยด์ : มีอาการตัวสั่น กล้ามเนื้อกระตุก น้ำลายไหล แขนและขาไม่มีแรง อาเจียน ท้องเสีย

3. ยาฆ่าเชื้อรา เช่น กลุ่มโทรฟิเนม กลุ่มคอปเปอร์ไฮดรอกไซด์ กลุ่มยาฆ่าแมลงเหล่านี้ มีพิษต่อระบบผิวหนัง ระบบประสาท ตัวข้อกระดูก ระบบทางเดินหายใจ คอแห้ง แสบจมูก

4. กลุ่มยาฆ่าหญ้า เช่น

พาราควอตไดคลอไรด์ : ทำให้ผิวหนังแห้ง แตก มีหนอง พุพอง เล็บหลุด

อาทราซีน : ทำให้อาการระคายเคืองระบบทางเดินหายใจและตา

ไกลโฟเซต : ทำให้กล้ามเนื้ออ่อนแรงและพาร์กินสัน อัลไซเมอร์

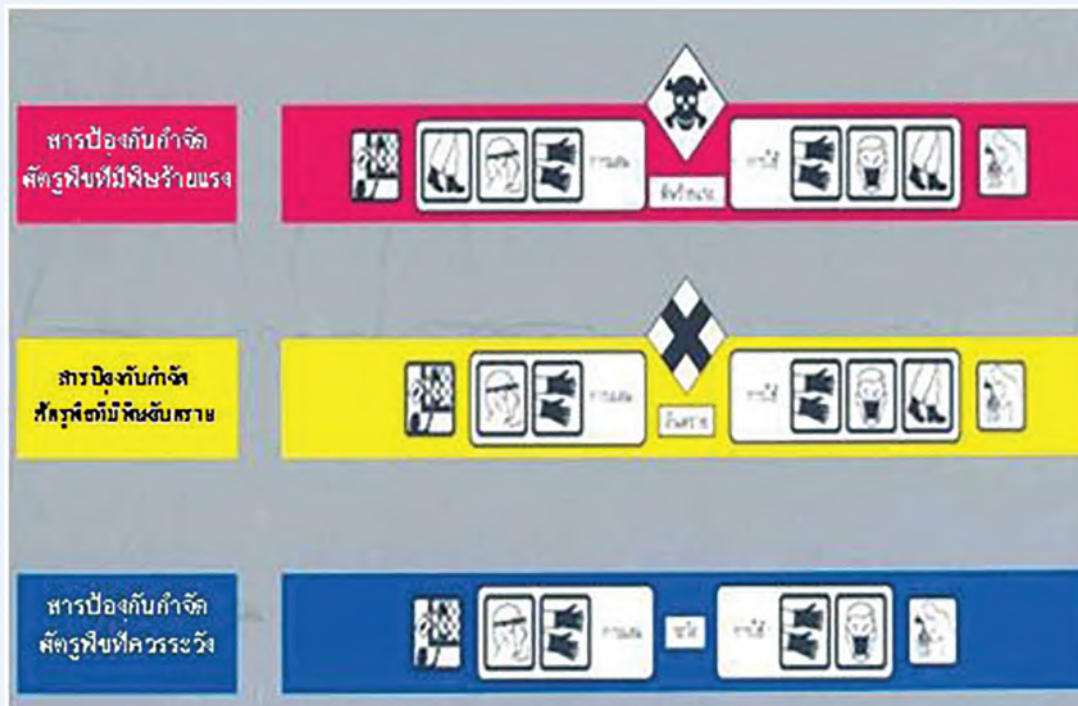
สารเคมีทางการเกษตรสามารถเข้าสู่ร่างกายได้ 3 ทาง คือ ทางจมูกโดยการหายใจ ทางปากโดยการรับประทานอาหารที่ปนเปื้อนสารเคมี และทางผิวหนังจากการสัมผัสสารเคมีโดยไม่มีอุปกรณ์ป้องกัน

การดูแลตัวเองในขณะที่มีการใช้สารเคมีทางการเกษตร

- 1) การอ่านฉลากกำกับสินค้าความเป็นพิษของสารเคมีทางการเกษตรและการอธิบายความหมายของแถบสีโดยละเอียดและคำเตือนตัวอย่าง

แถบสีและสัญลักษณ์ภาพของฉลากสารเคมี

แถบสีและสัญลักษณ์เตือนระดับอันตรายที่เกิดจากการใช้ยาและการป้องกันตนเองขณะใช้สารเคมี เช่น การสวมหน้ากากและถุงมือขณะผสมสารเคมีที่เป็นอันตรายตามระดับทางความรุนแรงของพิษของสารเคมี



ควรเลือกใช้สารเคมีที่มีพิษไม่รุนแรง

ตัวอย่าง

คำเตือนจากฉลากของสารเคมีฆ่าแมลง



- 2) การดูแลตนเองขณะใช้สารเคมีทางการเกษตร เช่น การใช้ผ้าปิดปากและจมูก การสวมถุงมือ การใส่รองเท้าน้ำบู๊ท
- 3) การใช้ถังบรรจุสารเคมี ควรตรวจสอบการรั่วของถังบรรจุสารเคมีก่อนใช้งาน
- 4) การดูแลตนเองขณะใช้สารเคมีทางการเกษตร เช่น ใส่หน้ากากปิดจมูก ปากสวมถุงมือ รองเท้าบู๊ทขณะผสมหรือพ่นสารเคมี ห้ามรับประทานอาหารดื่มน้ำ สูบบุหรี่ หรือดื่มสุรา
- 5) มีชุดสำหรับใช้งานเกี่ยวกับสารเคมีทางการเกษตรโดยเฉพาะ
- 6) หลีกเลี่ยงการใช้ปากเป่าหัวฉีด เวลาอุดตันควรใช้ไม้แคะเอาสิ่งอุดตันออก
- 7) อย่าล้างภาชนะบรรจุหรืออุปกรณ์พ่นลงในลำคลอง แต่ให้ตักน้ำมาใส่ภาชนะบรรจุแล้วพ่นใส่บริเวณข้างเคียงที่มีศัตรูพืช
- 8) เมื่อเสร็จจากการใช้สารเคมีทางการเกษตรแล้วให้ถอดเสื้อผ้าที่ใส่ออกซักและอาบน้ำทันทีหากสารเคมีทางการเกษตรหกตร่างกาย ให้ล้างออกทันที ในกรณีที่ไม่มีน้ำสะอาดให้ใช้ผ้าสะอาดเช็ดเอาสารเคมีทางการเกษตรออก และหากมีบาดแผลระวังอย่าให้สารเคมีทางการเกษตรโดนแผล
- 9) การสารเคมีหกตร่างกายให้ล้างด้วยสบู่และน้ำมาก ๆ ทันทีในกรณีสารเคมีเข้าตาให้ล้างน้ำสะอาดจำนวนมากประมาณ 10 นาที

ทั้งนี้ หากใช้สารเคมีที่มากเกินไปจนเกิดความจำเป็น หรือไม่รู้จักวิธีการกำจัดหรือทำลายอย่างถูกต้อง สารเคมีกำจัดศัตรูพืชนั้นก็อาจสะสมลงบนพื้นดิน แม่น้ำลำคลอง ส่งผล กระทบต่อสิ่งแวดล้อมในชุมชนของตนและบริเวณใกล้เคียงได้ ดังนั้น เกษตรกรควรที่จะทำความเข้าใจอย่างถ่องแท้เกี่ยวกับสารเคมี ตั้งแต่การเลือกซื้อ การผสม การฉีดพ่น และการกำจัดหรือ ทำลายอย่างถูกต้อง เพื่อให้แรงงานสูงวัยนอกระบบได้นำไปเป็นแนวทางในการป้องกันสารเคมีอันตราย และยืดอายุด้วยการดูแลสุขภาพด้วยการรู้เท่าทันอันตรายจากการทำงานกับสารเคมี

สวัสดิภาพ และความปลอดภัย ของแรงงาน ในกิจการประมง



| คุณพรณวไล ศรีวะโร ¹

06

¹ นางพรณวไล ศรีวะโร นักวิชาการประมงปฏิบัติการ กองบริหารจัดการทรัพยากรและกำหนดมาตรการ กรมประมง

ในอดีตกรมประมงยังไม่มีกฎหมายในการบริหารจัดการแรงงานที่ทำงานบนเรือประมง ก่อให้เกิดปัญหาการค้ำมนุษย์ การใช้แรงงานเด็ก และแรงงานบังคับ ประกอบกับรัฐบาลมีนโยบายในการส่งเสริมอาชีพด้านการประมง โดยเปิดโอกาสให้แรงงานต่างด้าว 4 สัญชาติ ได้แก่ เมียนมา กัมพูชา ลาว และเวียดนาม รวมถึงคนไทยพื้นที่สูง ขอรับหนังสือคนประจำเรือสำหรับคนต่างด้าว (Seabook) ตามมาตรา 83 แห่งพระราชกำหนดการประมง พ.ศ. 2558

เมื่อทำงานในเรือประมงแรงงานดังกล่าว ต้องเข้าเมืองอย่างถูกกฎหมาย มีสัญญาจ้างที่ได้รับการคุ้มครอง ด้านสวัสดิภาพและความปลอดภัย เพื่อให้การแก้ไขปัญหาแรงงานในภาคประมงดังกล่าว บรรลุเป้าหมาย

กรมประมงจึงได้เปิดขึ้นทะเบียนจัดทำหนังสือคนประจำเรือสำหรับคนต่างด้าว (Seabook) ตามมาตรา 83 แห่งพระราชกำหนดการประมง พ.ศ. 2558 ผ่านระบบการออกหนังสือคนประจำเรือสำหรับคนต่างด้าว ณ ประมงพื้นที่กรุงเทพมหานคร และสำนักงานประมงจังหวัดชายทะเล 22 จังหวัด โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อจัดเก็บข้อมูล และประวัติแรงงานต่างด้าวที่ทำงานบนเรือประมง เพื่อคุ้มครองสวัสดิภาพคน ประจำเรือให้แก่แรงงานต่างด้าว ที่ประสงค์ทำงานบนเรือประมงไทย ซึ่งแรงงานที่ทำงานบนเรือประมงจะมีความเสี่ยงภัยค่อนข้างสูง จึงมีความจำเป็น ต้องได้รับการดูแลการคุ้มครองความปลอดภัย สุขอนามัย และสวัสดิภาพ



ในการปฏิบัติงานบนเรือประมงของคนประจำเรือ ที่ควรจะได้รับตามกฎหมายกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เช่น เรือประมงขนาดตั้งแต่ 30 ตันกรอสขึ้นไปแต่ไม่ถึง 60 ตันกรอส ต้องมีอาหาร เครื่องดื่ม ที่มีคุณภาพถูกสุขลักษณะและปริมาณที่เพียงพอให้เหมาะสมกับการทำงาน และระยะเวลาการใช้ชีวิตบนเรือ และให้นายจ้างจัดให้ลูกจ้าง (แรงงาน) มีเวลาพักผ่อนไม่น้อยกว่า 10 ชั่วโมงในระยะเวลาทำงาน 24 ชั่วโมง เป็นต้น รวมทั้งได้รับสวัสดิการต่าง ๆ เช่น ให้นายจ้างจัดให้ลูกจ้างมีวันหยุดประจำปี ในหนึ่งปีไม่น้อยกว่า 30 วัน และบัตรประกันสุขภาพ เป็นต้น ทำให้แรงงานมีคุณภาพชีวิตการทำงานบนเรือประมงที่ดีขึ้น ป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบต่อภาคธุรกิจในการส่งออกผลิตภัณฑ์ และสินค้าประมงไปยังสหภาพยุโรป สร้างความเชื่อมั่นกับประเทศต้นทางของแรงงานต่างด้าว ได้ว่าแรงงานที่มาทำงานในภาคการประมงของไทย ได้รับสิทธิการดูแลเป็นพิเศษและเป็นธรรมตามกฎหมายที่คุ้มครอง รวมถึงการบูรณาการร่วมกันระหว่างกรมประมงและองค์กรระหว่างประเทศ ร่วมกันจัดโครงการฝึกอบรมแรงงานและลูกเรือประมงไทย เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานให้เป็นมาตรฐาน

ทั้งนี้ ปัจจุบันมีแรงงานต่างด้าวที่มีหนังสือคนประจำเรือสถานะเปิดใช้งาน จำนวน 35,685 ราย โดยแบ่งตามสัญชาติ ได้แก่ เมียนมา จำนวน 23,908 ราย กัมพูชา จำนวน 10,619 ราย ลาว จำนวน 760 ราย เวียดนาม จำนวน 11 ราย และอื่น ๆ จำนวน 387 ราย (ข้อมูล ณ วันที่ 5 พฤษภาคม 2566)

นอกจากนี้ กรมประมงยังได้เปิดขึ้นทะเบียนผู้ทำการประมง (ทบ.3) เพื่อให้ผู้ลงทะเบียนได้รับความช่วยเหลือและอุดหนุนตามมาตรการของรัฐบาล และมีข้อมูลอยู่ในฐานระบบข้อมูลทะเบียนผู้ทำการประมงของกรมประมง

ซึ่งผู้ที่ประสงค์จะขึ้นทะเบียนจะต้องมีคุณสมบัติเป็นผู้มีสัญชาติไทยและอายุไม่ต่ำกว่า 15 ปีบริบูรณ์ในวันที่ยื่นคำขอ โดยปัจจุบันมีผู้ขึ้นทะเบียนในระบบขึ้นทะเบียนผู้ทำการประมง จำนวน 112,449 ราย แบ่งออกเป็นจังหวัดชายทะเล 22 จังหวัดและกรุงเทพมหานคร จำนวน 57,486 ราย และจังหวัดในพื้นที่น้ำจืด 54 จังหวัด จำนวน 54,963 ราย (ข้อมูล ณ วันที่ 30 เมษายน 2566)



เอกสารอ้างอิง

กฎกระทรวงคุ้มครองแรงงานในงานประมงทะเล พ.ศ. 2565. ราชกิจจานุเบกษา. 2565. เล่มที่ 139. ตอนที่ 16 ก, หน้า 6 - 11.
ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง การออกหนังสือคนประจำเรือ ตามกฎหมายว่าด้วยการประมง พ.ศ. 2565. ราชกิจจานุเบกษา. 2565. เล่มที่ 139. ตอนพิเศษ 175 ง, หน้า 1 - 10.
พระราชกำหนดการประมง พ.ศ. 2558. ราชกิจจานุเบกษา. 2558. เล่มที่ 132. ตอนที่ 108 ก, หน้า 24. และพระราชกำหนดการประมง (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2560. ราชกิจจานุเบกษา. 2560. เล่มที่ 134. ตอนที่ 67 ก, หน้า 7.



ร่วมแรง ร่วมใจ เพื่อป้องกันโรคและภัยในแรงงานนอกระบบ



คุณอรพินทร์ อันติมานนท์

กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม



ปัญหาสุขภาพในกลุ่มคนทำงานเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ โดยเฉพาะในกลุ่มแรงงานนอกระบบที่ไม่มีสวัสดิการประกันสังคมตามมาตรา 33 และเป็นแรงงานกลุ่มใหญ่ของประเทศ ซึ่งมีกว่าร้อยละ 50 ของแรงงานไทย กลุ่มแรงงานเหล่านี้มีข้อจำกัดในการบริหารจัดการด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงาน ทำให้มีความเสี่ยงจากการทำงานสูง แรงงานนอกระบบแบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ ๆ ได้แก่ กลุ่มเกษตรกรที่เป็นกลุ่มใหญ่ของประเทศ กลุ่มอาชีพบริการ เช่น ช่างเสริมสวย ขับขี่รถรับจ้าง ฯลฯ และกลุ่มผลิตสินค้าต่างๆ เช่น กลุ่มทอผ้า ผลิตเครื่องประดับ ผลิตอาหาร กลุ่มผลิตสินค้า OTOP ฯลฯ และจากการระบาดของโรคโควิด 19 ประชาชนต้องปรับวิถีชีวิต เกิดอาชีพใหม่ที่หลากหลาย เช่น กลุ่มขับขีรถส่งสินค้าขายของออนไลน์ เป็นต้น และปัจจุบันหลังเหตุการณ์ระบาด อาชีพนี้ก็ยังคงอยู่และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น สำหรับบทความนี้จะกล่าวถึงผลกระทบทางสุขภาพและวิธีป้องกันความเสี่ยงจากการทำงานเฉพาะกลุ่มแรงงานนอกระบบที่สัมผัสสิ่งคุกคามอันตรายสูง 5 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มเกษตรกร แกะสลักหิน ขับรถรับจ้าง/ ขับ ขีรถส่งของ ตัดเย็บผลิตภัณฑ์จากผ้า และกลุ่มเก็บและคัดแยกขยะอิเล็กทรอนิกส์



กลุ่มอาชีพเกษตรกร

ความเสี่ยงสำคัญ : สารกำจัดศัตรูพืช

ผลกระทบทางสุขภาพ

คอแห้ง มือสั่น น้ำลายไหล ปวดหัว คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย ชา ชักเกร็ง (อาการขึ้นกับชนิดของสารกำจัดศัตรูพืช)

การป้องกัน

1. อ่านฉลากบรรจุสารกำจัดศัตรูพืช และปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด
2. สวมใส่เสื้อแขนยาว กางเกงขายาว ถุงมือ รองเท้าบูท หน้ากากกันสารเคมี ขนั้ผสมสาร หรือฉีดพ่น
3. อาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้าทันที เมื่อเลิกทำงาน
4. ไม่จัดเก็บสารเคมีไว้ในบ้าน ควรมีสถานที่แยกเก็บ ห่างไกลมือเด็ก

กลุ่มอาชีพแกะสลักหิน เช่น แกะพระพุทธรูป ครกหิน ลูกนิมิต เป็นต้น

ความเสี่ยงสำคัญ : ฝุ่นซิลิกา

ผลกระทบทางสุขภาพ

โรคปอดฝุ่นหิน (silicosis) มีอาการไอแห้งๆ เรื้อรัง เหนื่อยง่าย บางครั้งอาจมีอาการไอเป็นเลือด

การป้องกัน

1. สวมหน้ากากป้องกันฝุ่นที่ได้มาตรฐานเมื่อทำงานทุกครั้ง
2. ใช้ระบบปิด หรือสเปรย์น้ำช่วยลดฝุ่น
3. อาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้าทันที เมื่อเลิกทำงาน
4. แยกส่วนที่ทำงานกับบริเวณที่พักอาศัย หากทำงานที่บ้าน
5. งดสูบบุหรี่ หากมีอาการไอเรื้อรัง เหนื่อยง่ายควรพบแพทย์ทันที



กลุ่มอาชีพคัดแยกขยะอิเล็กทรอนิกส์

ความเสี่ยงสำคัญ : โลหะหนัก เช่น สารตะกั่ว อุบัติเหตุจากการทำงาน

ผลกระทบทางสุขภาพ

หากสัมผัสสารตะกั่วในผู้ใหญ่มีอาการอ่อนเพลีย มึนงง คลื่นไส้ อาเจียน ชีต และพบความดันโลหิตสูง

การป้องกัน

1. ควรสวม ถุงมือ หน้ากากป้องกันสารเคมี เมื่อทำงานทุกครั้ง
2. ล้างมือก่อนดื่มน้ำ หรือรับประทานอาหาร
3. อาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้าทันที เมื่อเลิกงาน
4. แยกส่วนที่ทำงานกับบริเวณที่พักอาศัย และห้ามเด็กเล็ก เข้ามาในบริเวณที่ทำงาน



กลุ่มอาชีพขับรถรับจ้าง/ ขับ ชีรกงสงของ

ความเสี่ยงสำคัญ : ทำางการทํางาน เชื้อโรค อุบัติเหตุจากการขับชียานพาหนะ
ผลกระทบทางสุขภาพ

ตาล้า ปวดหลัง ปวดไหล่ ปวดเข่า โรคติดต่อระบบทางเดินหายใจ
บาดเจ็บจากอุบัติเหตุบนท้องถนน

การป้องกัน

1. พักผ่อนอย่างเพียงพอ หลีกเลี่ยงการขับรถติดต่อกันเป็นเวลานาน
2. ใส่แว่นตากันแดด เบาะรองหลัง
3. คัดเข็มขัดนิรภัย หมวกกันน็อคทุกครั้ง ปฏิบัติตามกฎหมายจราจรอย่างเคร่งครัด
4. ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ บริหารและพักสายตาในระหว่างวัน
5. สวมหน้ากากอนามัย และทำความสะอาดภายในรถอย่างสม่ำเสมอ
6. อาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้าเมื่อกลับถึงบ้านทันที

กลุ่มอาชีพตัดเย็บผลิตภัณฑ์จากผ้า

ความเสี่ยงสำคัญ : ทำางการทํางาน ฝุ่นผ้า อุบัติเหตุจากการทํางาน

ผลกระทบทางสุขภาพ

ตาล้า ปวดหลัง ปวดไหล่ ปวดเข่า โรคระบบทางเดินหายใจ เข้มทึมดำ กรรไกรบาด

การป้องกัน

1. จัดเก้าอี้ที่มัพนักพิงในการนั่งเย็บผ้า รวมทั้ง โต๊ะตัดผ้าที่มีความสูงพอเหมาะ
2. ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ บริหารและพักสายตาในระหว่างวัน
3. สวมหน้ากากป้องกันฝุ่นที่ได้มาตรฐานเมื่อทำงานทุกครั้ง
4. ทำาความสะอาดพื้นที่ทำงานเพื่อลดปริมาณฝุ่นทุกวัน
5. ติดตั้งหลอดไฟเฉพาะที่เพิ่มเติม เช่น ติดตั้งหลอดไฟเพิ่มที่จักรเย็บผ้า



บทสรุป

ด้วยข้อจำกัดของระบบอาชีวอนามัยและความปลอดภัย แรงงานนอกระบบเหล่านี้จึงจำเป็นต้องมีความรู้ในการป้องกันตนเอง เพื่อลดความเสี่ยงจากโรคและอุบัติเหตุจากการทํางาน ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้ขับเคลื่อนการดำเนินงานผ่านกลไกต่างๆ เช่น การพัฒนาระบบบริการ เพื่อให้แรงงานเข้าถึงบริการอาชีวอนามัย การสื่อสารความเสี่ยงผ่านช่องทางต่างๆ เพื่อเพิ่มความรอบรู้ทางสุขภาพ การส่งเสริมสนับสนุนการพัฒนา นวัตกรรมต่างๆ ในการป้องกันโรคและอุบัติเหตุจากการทํางาน เพื่อให้แรงงานฯ สามารถป้องกันตนเองได้ มีสุขภาพดีพร้อมขับเคลื่อนเศรษฐกิจ ประเทศต่อไป



จป. มือโปร

ประวัติการศึกษา :

ปริญญาตรี สาขาวิชา สุขศาสตร์อุตสาหกรรมและความปลอดภัย คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง

ประวัติการทำงาน :

ปี พ.ศ. 2559 – 2564 บริษัท สมบูรณ์ แอ็ดวานซ์ เทคโนโลยี จำกัด (มหาชน)
ปี พ.ศ. 2564 – ปัจจุบัน บริษัท ต้นจาง ชูบารู ออโตโมทีฟ (ประเทศไทย) จำกัด

ประวัติการฝึกอบรม :

หลักสูตร การเลือกใช้ และการดูแลรักษาอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล
หลักสูตร คณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

หลักสูตร ISO 14001:2015 Internal auditor.

หลักสูตร ความปลอดภัยในการทำงานที่อับอากาศ

หลักสูตร Logistic master trainer.

หลักสูตร Emergency response team (ERT).

หลักสูตร การดับเพลิงขั้นต้น

หลักสูตร ผู้ควบคุมเครน

หลักสูตร CPR and AED.

หลักสูตร เทคนิคการบริหารบุคคลสำหรับหัวหน้างาน

หลักสูตร Environmental aspect via life cycle perspective & risk-opportunity determination.

หลักสูตร Effective Internal auditing of ISO 14001:2015.

หลักสูตร ISO 9001:2015.

หลักสูตร ISO 14001:2015.

หลักสูตร ISO 45001:2018.

หลักสูตร Lockout tagout.

คุณกมลวรรณ พรมชู (โบว์)

Safety Executive

ผลงานดีเด่น /เกียรติประวัติ /รางวัลที่เคยได้รับในการทำงาน :

2562-2563 : สถานประกอบกิจการได้รับรางวัลจากการเข้าร่วมกิจกรรม Zero accident campaign

2562-2563 : สถานประกอบกิจการได้รับรางวัลจากการเข้าร่วมกิจกรรมการคัดเลือกสถานประกอบกิจการต้นแบบดีเด่นด้านความปลอดภัยอาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน (ระดับประเทศ)

2562-2564 : สถานประกอบกิจการได้รับการคัดเลือกเป็น Sub lead safety shop floor management activity (THCC) by HMMT.

เหตุใดถึงได้เลือกเรียนในหลักสูตรอาชีวอนามัยและความปลอดภัย

ด้วยความที่ไม่ได้ตั้งใจ และไม่รู้อะไรเลย เพราะสาขาวิชาที่วางแผนไว้ไม่สามารถไปเรียนได้ จึงมีความคิดว่าฉันจะเรียนอะไรที่ฉันจบมาแล้วถึงแม้ว่าฉันไม่ได้ทำงานราชการ ฉันก็จะไม่ตกงาน จึงได้ค้นหาในเว็บไซต์ Google สาขาวิชาเกี่ยวกับอุตสาหกรรม เพราะมีความคิดว่าอุตสาหกรรมในประเทศไทยมีเยอะแยะมากมายฉันไม่ตกงานอย่างแน่นอน สุดท้ายได้ค้นพบและเลือกเรียนสาขาวิชาสุขศาสตร์อุตสาหกรรมและความปลอดภัย ที่มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง ซึ่งในปัจจุบันทางมหาวิทยาลัยฯ ได้มีการปรับเปลี่ยนชื่อสาขาวิชาเพื่อให้สอดคล้องกับการเตรียมการด้านสาขาวิชาชีพ คือสาขาวิชา อาชีวอนามัยและความปลอดภัย ซึ่งผ่านการรับรองจากกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

อะไรคือความภูมิใจมากที่สุดในการประกอบอาชีพด้านความปลอดภัย

การที่ได้เห็นพนักงาน รวมไปถึงผู้รับเหมาที่เข้ามาทำงานภายในบริษัทมีจิตสำนึกที่ดีด้านความปลอดภัย ไม่มีอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นจากการทำงาน ผลการตรวจสอบสุขภาพตามปัจจัยเสี่ยงของพนักงานเป็นปกติ และไม่มีอุบัติเหตุทางด้านจราจร นั่นก็คือความภาคภูมิใจมากที่สุดในการประกอบอาชีพด้านความปลอดภัย

ท่านมีแนวทางในการบริหารจัดการองค์กรด้านความปลอดภัยอย่างไรให้มีระบบที่ยั่งยืน เพื่อทุกคนจะได้กลับบ้านอย่างปลอดภัยในทุก ๆ วัน

การสร้างมาตรฐานเรื่องความปลอดภัย และการปลูกจิตสำนึกที่ดีในเรื่องความปลอดภัยเป็นสิ่งสำคัญ จากประสบการณ์ที่ผ่านมา มักจะมีเหตุการณ์ที่สอดคล้องกับสำนวนไทยที่ว่าไว้ “ไม่เห็นโรงศพ ไม่หลั่งน้ำตา” ถึงแม้เราจะสร้างมาตรฐานเรื่องความปลอดภัยขึ้นมาได้จนสำเร็จ แต่หากพนักงานไม่ปฏิบัติตามกฎ หรือปฏิบัติด้วยความไม่เต็มใจ หรือปฏิบัติแค่ต่อหน้า จบ. นั้นหมายความว่างานด้านความปลอดภัยก็ยังไม่สำเร็จ ซึ่งยังมีโอกาสความเสี่ยงที่จะเกิดอุบัติเหตุ

ดังนั้นเราไม่ควรที่จะให้เหตุการณ์การเกิดอุบัติเหตุเกิดขึ้นกับพนักงานก่อน เราสามารถดำเนินการได้ด้วยวิธีการดังต่อไปนี้

1) ประเมินความเสี่ยงในการทำงานแต่ละขั้นตอนการทำงาน ทั้งงานที่เป็น Routine job, maintenance job และ low frequency job และกำหนดมาตรฐานการปฏิบัติงานโดยชี้ให้เห็นว่าหากไม่ปฏิบัติตามจะเกิดผลกระทบอะไร จากนั้นวางแผนอบรมมาตรฐานขั้นตอนปฏิบัติงาน และประเมินความสอดคล้องในการปฏิบัติงานในแต่ละขั้นตอนในขณะที่พนักงานปฏิบัติงาน หากปฏิบัติไม่สอดคล้องก็ต้องนำมาพิจารณาดำเนินการปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการทำงาน และพนักงานก็ได้เป็นส่วนหนึ่งในการสร้างมาตรฐานเรื่องความปลอดภัยให้กับตัวของเขาเอง เพราะหากไม่มีการประเมินความสอดคล้องในการทำงานตามมาตรฐานที่วางไว้ บางครั้งการที่พนักงานปฏิบัติไม่สอดคล้อง อาจเป็นเพราะสภาพแวดล้อมในการทำงานไม่เหมาะสม หรือไม่ปลอดภัยก็เป็นได้ ดังนั้นการที่ให้พนักงานมีส่วนร่วมในการดำเนินงานเรื่องความปลอดภัยก็เป็นสิ่งสำคัญ

2) การสอดแทรกกิจกรรมความปลอดภัยให้เป็นจุดสนใจ เช่น การให้ความรู้เรื่องความปลอดภัย และตั้งคำถาม แจกของรางวัลให้กับพนักงานที่เข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งกิจกรรมนี้เรียกว่ากิจกรรมตอบคำถามด้านความปลอดภัยประจำเดือน (Safety question)



ท่านมีแนวทางอย่างไรในการลดอุบัติเหตุจากการทำงานให้ได้ผล

แนวทางการลดอุบัติเหตุที่ได้ผลคือ การทำกิจกรรม Accident YOKOTEN นั้นหมายความว่า การนำเสนอเหตุการณ์อุบัติเหตุที่เกิดขึ้น หรือ แม้แต่การนำเสนอเหตุการณ์ Near miss มาประเมินในลักษณะงาน หรือพื้นที่การทำงานที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน เพื่อดำเนินการแก้ไข และป้องกัน ไม่ให้อุบัติเหตุเกิดซ้ำ หรือขจัดความเสี่ยงที่จะเกิดอุบัติเหตุให้หมดไป เท่านั้นก็เป็นส่วนหนึ่งที่สามารถป้องกัน หรือลดการเกิดอุบัติเหตุได้

ท่านเห็นว่าการหรือแนวทางไหน ที่น่าจะจัดการกับพฤติกรรมเพื่อให้หยุดอุบัติเหตุ จากการดำเนินงานได้อย่างเหมาะสม ซึ่งรวมถึงมีผลลัพธ์ที่น่าจะออกมาดีที่สุด

วิธีการการสร้างความปลอดภัยให้กับพนักงาน ยกตัวอย่างเช่น

- 1) การวางแผนงบประมาณสำหรับรางวัลให้แต่ละหน่วยงานที่มีความปลอดภัย ไม่มีอุบัติเหตุเกิดขึ้นจากการดำเนินงานในแต่ละปี
- 2) เปิดโอกาสให้พนักงานได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงานด้านความปลอดภัย ด้วยกิจกรรมค้นหาจุดเสี่ยงอันตรายในพื้นที่การทำงานของตนเอง ด้วยกิจกรรม CCF และให้รางวัลกับพนักงานที่เข้าร่วมกิจกรรม

ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมและสังคมมีส่วนสำคัญในการบริหารจัดการด้านความปลอดภัย อย่างไรบ้าง

ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อมและสังคมมีความสำคัญอย่างมาก เช่น การเผาไหม้ ขับ ถือ เป็นการรับผิดชอบต่อสังคมอย่างหนึ่ง ซึ่งทุกท่าน คงเคยได้ยิน หรือได้ดูข่าวการเกิดเหตุการณ์อุบัติเหตุคนมาแล้วขับรถไปชนผู้ที่ใช้รถใช้ถนนร่วมกันจนพิการหรือเสียชีวิตหลายครั้งที่ผ่านมา ซึ่งผลกระทบที่เกิดขึ้นทำให้บางครอบครัวต้องเสียคนที่รักไป หรือทำให้ครอบครัวผู้ประสบเหตุหรือตนเองขาดรายได้เพราะผู้ประสบเหตุ หรือตนเองเป็นเสาหลักของครอบครัว ดังนั้นเราจึงมีการณรงค์ขับขี่ปลอดภัยให้กับพนักงานในทุกๆ ช่วงเทศกาลปีใหม่ หรือสงกรานต์ เพื่อปลูกฝังให้พนักงานมีความรับผิดชอบต่อตัวเอง และสังคม



น้อง ๆ จป.รุ่นใหม่ ถ้าอยากจะเป็น จป.มืออาชีพ หรือประสบความสำเร็จในวิชาชีพนี้ ควรจะมี แนวทางอย่างไรบ้าง

- 1) การมีสมาธิมาเป็นสิ่งสำคัญ เพราะงานความปลอดภัยจะสำเร็จไม่ได้ถ้าไม่ได้รับความร่วมมือ และความตั้งใจ
- 2) การเอาใจเขามาใส่ใจเรา คือการเข้าถึงพนักงาน เปิดโอกาสให้เค้าได้เป็นส่วนหนึ่งของงานความปลอดภัย บางครั้งคนที่ทำผิดกฎระเบียบ อาจจะไม่ใช่ว่าคนที่ผิดเสมอไป เราต้องเข้าไปหาเขาสอบถามเพื่อหาสาเหตุและหาแนวทางแก้ไขป้องกัน
- 3) วางแผนจัดลำดับความสำคัญของงาน หากไม่มีการวางแผนจัดลำดับความสำคัญ อาจจะทำให้เกิดความเครียดได้
- 4) หาเวลาพักผ่อน ดูแลคนอื่นแล้วก็อย่าลืมดูแลตัวเองกันด้วยนะ

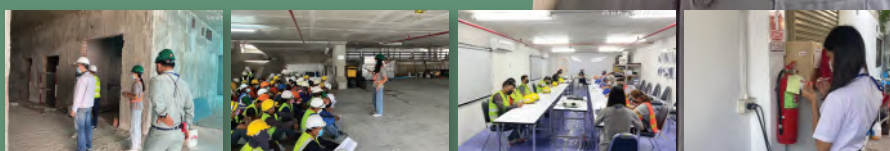
“สุดท้ายนี้ขอขอบคุณอาจารย์ เพื่อนรุ่นเดียวกัน รุ่นพี่มหาวิทยาลัย พี่เลี้ยงและพี่ๆในบริษัททุกคนในช่วงเวลาฝึกงาน รวมไปถึงเจ้านาย หัวหน้า เพื่อนร่วมงานทั้งที่ผ่านมาและในปัจจุบัน ที่คอยช่วยเหลือ ให้ความแนะนำ ให้ประสบการณ์ที่ดีเสมอมา”



จป. วัยทัน

คุณปรารักษ์ทิพย์ สุภาพ (ขิง)

อายุ : 23 ปี



สถาบันการศึกษา/คณะ/ชั้นปี

- บัณฑิต สาขาเทคโนโลยีความปลอดภัยและอาชีวอนามัย
- คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม
- หลักสูตร วิทยาศาสตรบัณฑิต (วท.บ.)
- มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

ประสบการณ์ทำงาน/ฝึกงาน จป.วิชาชีพ

- ปี 2564 : ฝึกประสบการณ์วิชาชีพ บริษัท ดีเวลลอปเมนต์ จำกัด มหาชน โครงการ ก่อสร้างอาคารสำนักงานศาลยุติธรรม พร้อมสิ่งประกอบ
- ปี 2565 : เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงาน (ระดับวิชาชีพ) บริษัท ซีวิลเอนจิเนียริง จำกัด มหาชน โครงการก่อสร้างสะพานลอยเดินเท้า (Skywalk) สายสีน้ำเงินเชื่อมระบบขนส่งมวลชนเพื่อสาธารณะประโยชน์
- ปี 2566 : เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงาน (ระดับวิชาชีพ) บริษัท บิวเทค จำกัด โครงการก่อสร้างที่พักข้าราชการกองบัญชาการกองทัพไทย พื้นที่ศูนย์รักษาความปลอดภัย (ศรภ.รามอินทรา)

แนะนำไลฟ์สไตล์ตนเองคร่าวๆอุปนิสัยส่วนตัว

ส่วนตัวหนูแล้วเป็นคนเข้ากับคนอื่นได้ง่าย ใช้ชีวิตง่ายๆสบาย ยิ้มแย้มแจ่มใส เนื่องจากหนูเรียนไม่ค่อยเก่ง แต่ชอบเรียนรู้และอยากจะทำนาตนเองเสมอ จึงพยายามฝึกฝนและพยายามอยู่เสมอเป็นคนชอบวางแผนชีวิตประจำของตัวเองเสมอ เป็นคนมีน้ำใจ ช่วยเหลือคนอื่น งานอดิเรกคือ อ่านหนังสือ แนวนหนังสือที่อ่านเป็นแนวให้กำลังใจและพัฒนาตัวเอง การที่เราได้ให้ความรู้แก่คนอื่นหรือพูดเป็นแรงบันดาลใจ ได้เห็นรอยยิ้มของคนอื่นแค่นี้หนูก็มีความสุขแล้วค่ะ

เหตุใดถึงเลือกเรียนอาชีวอนามัยและความปลอดภัย

ตอนแรกไม่ทราบเลยว่าสาขาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย จบมาทำอะไร ตอนแรกคิดว่าทำงานในอนามัย 55 จบมาทำอะไร ที่ไหน จนอาจารย์ที่ปรึกษาสมัยมัธยม แนะนำว่า สายงานนี้เรียนมาไม่ตกงาน เป็นที่ต้องการของตลาดแรงงาน กฎหมายบังคับให้มี โอกาสการทำงานสูง ทำงานได้หลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นโรงงาน ก่อสร้าง โรงพยาบาล และอื่นๆ หลักสูตรได้รับการรับรอง จึงเป็นจุดเปลี่ยนให้ตัดสินใจเรียนสายอาชีพนี้ค่ะ

ตอนที่เรียน ยากไหม (ต้องมีการทบทวนเนื้อหาที่เรียนไหม หรือเล่าถึงว่าตอนเรียนได้ไปฝึกงาน ได้ศึกษาอะไรเป็นพิเศษไหม)

- ปี 1 : เรียนพื้นฐานของแต่ละวิชา เรียนวิชาหลักอาชีวอนามัยและความปลอดภัย
- ปี 2 : เรียนวิชากายวิภาคศาสตร์ สรีรวิทยา ฟิสิกส์ทางการแพทย์และการบริหารโรงพยาบาล
- ปี 3 : เรียนความปลอดภัยในโรงพยาบาล และอาชีวอนามัย
- ปี 4 : เรียนสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม ฝึกประสบการณ์วิชาชีพ

เตรียมตัวอย่างไรบ้างใน บกบาท จป.วัยทีน

3 บทบาท หลักในวิชาชีพ จป.

- 1.Leadership : ภาวะผู้นำด้านความปลอดภัย
- 2.Communication : ทักษะการสื่อสาร
- 3. Reason : ทักษะการใช้เหตุผล





เมื่อทำงานในฐานะ จป. วิชาชีพ มีการบริหารจัดการองค์กรอย่างไรบ้างเพื่อให้เกิดความปลอดภัย

อันดับแรกเลยนะคะ ละทิ้งความกลัวต้องเป็น จป.ที่พร้อมบวกพร้อมลุยอยู่เสมอ ต่อมาก็คือการทำ Master Patrol เพื่อเป็น guideline การทำสิ่งนี้จะทำให้เรารู้ว่าในแต่ละเดือนเราจะทำอะไรบ้าง อย่างเช่น การทำเอกสารส่งราชการ หรือกิจกรรมด้านความปลอดภัย เรื่องเอกสารก็สำคัญเหมือนกัน Safety Patrol เดินหน้างานบ่อย ๆ การสร้าง mindset ด้านความปลอดภัยให้กับพนักงาน เช่นการทำ safety Talk และกิจกรรมอื่น ๆ และมีของรางวัลแจก เพราะนั่นคือส่วนหนึ่งที่พนักงานจะให้ความร่วมมือกับเรามากขึ้นค่ะ และสิ่งที่หนีไม่พ้นนั่นก็คือการสื่อสารกับทุกแผนก และงานทุกอย่างต้องใช้ความอดทนเช่นกันค่ะ ความเป็นผู้นำด้านความปลอดภัยก็สำคัญเช่นกันค่ะ สร้างผลงานเพื่อต่อยอด ไม่ว่าทุกอย่างก้าวจะยากแค่ไหนเราต้องผ่านมันไปได้ค่ะสู้ ๆ ค่ะ

ความภูมิใจสูงสุดในการทำงาน หรือความภูมิใจในบทบาท จป.วิชาชีพ

หนูมีความภูมิใจในอาชีพนี้และรักในสายงานนี้ ได้ปฏิบัติหน้าที่ของตนเองอย่างเต็มที่ตลอดเวลาในการทำงาน ด้วยจรรยาบรรณวิชาชีพ ได้มีส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือผู้อื่นในการทำงานให้ปลอดภัย และรู้สึกยินดีมากที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของ สถาบันส่งเสริมความปลอดภัยและอาชีวอนามัย (องค์การมหาชน) สสปท. ทำให้มีโอกาสในการเผยแพร่ความรู้กิจกรรมต่าง ๆ ในด้านความปลอดภัย

สุดท้ายอยากให้ฝากถึงน้องๆนิสิต นักศึกษาที่กำลังศึกษาในสาขาที่เกี่ยวข้อง ก่อนที่จะเป็น (ว่าที่) จป.ในอนาคต

ฝากถึงน้อง ๆ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในวิชาชีพที่เกี่ยวข้องทุกคนนะคะ พี่เชื่อว่าน้อง ๆ อาจมีคำถามเกิดขึ้นมากมาย จบแล้วทำงานที่ไหน เรียนยากไหม สัมภาษณ์ยังงัย ได้เงินเดือนเท่าไร พี่ว่าดิฉันคะที่เราตั้งคำถามแบบนี้ มันทำให้เราตั้งเป้าหมายในชีวิต หรือหาคำตอบให้กับตนเองได้ สายงานวิชาชีพด้านความปลอดภัยของเราอันที่จริงก็ไม่ยากอย่างที่คิด อย่าลืมเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับตำแหน่ง จป.วิชาชีพ ในอนาคต เก็บเกี่ยวความสุขในรั้วมหาลัย และมีความสุขในการใช้ชีวิตในทุกวัน ๆ และสุดท้ายขอเป็นกำลังใจให้ทุกคนนะคะ



แรงงานนอกระบบ ครบเครื่องเรื่องสุขภาพ



ลัดดาวัลย์ ไชยวงศ์วัฒน์ ภัทรินทร์ คณะมี และอรพินทร์ อันติมานนท์
กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

แรงงานนอกระบบซึ่งมีจำนวนกว่า 20 ล้านคน เป็นแรงงานกลุ่มใหญ่ของประเทศที่ยังขาดระบบบริหารจัดการด้านอาชีวอนามัย และความปลอดภัย เพื่อลดความเสี่ยงจากโรคและอุบัติเหตุจากการทำงาน โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงสูง 5 อาชีพ ได้แก่ เกษตรกรรม เก็บและคัดแยกขยะอิเล็กทรอนิกส์ ตัดเย็บผลิตภัณฑ์จากผ้า แกะสลักหิน และขับรถรับจ้าง ทั้งนี้ กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ได้มีการพัฒนาอาสาสมัครอาชีวอนามัยในชุมชน เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมเสี่ยงด้านสุขภาพ ในปีงบประมาณ 2565

พบว่า แรงงานนอกระบบส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อาชีพส่วนใหญ่เป็นเกษตรกรรม รองลงมา ได้แก่ ขับรถรับจ้าง และแกะสลักหิน พบปัญหาพฤติกรรมสุขภาพที่สำคัญ ได้แก่ ขาดการออกกำลังกาย ทำท่างานเดิมๆ ซ้ำๆ ยกของหนัก ฯลฯ และบริโภคอาหารหวาน มัน และเค็ม สำหรับพฤติกรรมเสี่ยงจากการทำงาน ซึ่งเป็นข้อมูลที่เกิดจากการสอบถาม ส่วนใหญ่แรงงานนอกระบบยังไม่ทราบความเสี่ยงในการทำงานของตนเอง

ทั้งนี้ แรงงานนอกระบบควรได้รับการพัฒนาความรู้ทางด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัย การส่งเสริมสุขภาพ เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม รวมทั้ง หน่วยบริการสุขภาพและเครือข่ายในพื้นที่ ควรมีการเดินสำรวจสถานที่ทำงาน เพื่อประเมิน และให้ข้อเสนอแนะในการจัดการความเสี่ยงจากการทำงาน

■ อาชีพเสี่ยง การทำงานในท่าทางเดิมๆ ซ้ำๆ



■ อาชีพเสี่ยง การทำงานท่าทางเดิมๆ ซ้ำๆ



■ การบริหารร่างกายระหว่างทำงาน



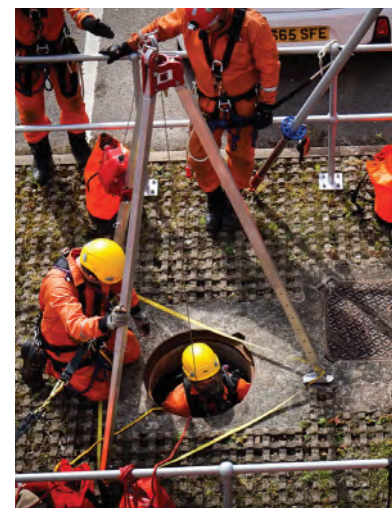


อาสารักษามัค กับความปลอดภัย



เมื่อพูดถึง “อาสากู้ชีพ อาสาгүй” หลายคนก็คงเห็นคุ้นตาไม่ว่าจะริมถนน ทำแผล จับุง พ่วงแบต ช่วยคนในป่า ในเขา ในอาคารถล่ม ในเหตุเพลิงไหม้ หรือแม้แต่ในที่อับอากาศ ที่ที่มีความเสี่ยงอันตรายถึงชีวิต และแน่นอนว่า “อาสา” เกือบทั้งหมด ไม่ใช่ “เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงาน หรือเจ้าหน้าที่ด้านการกู้ชีพโดยตรง” และยังมีอีกจำนวนมาก อาจจะยังไม่เคยได้รับการอบรมการช่วยเหลือ จากผู้ชำนาญการที่เกี่ยวข้องด้านการความปลอดภัย และการช่วยเหลืออย่างถูกต้อง แต่ปฏิบัติงานกันด้วยความเคยชิน

การที่อยากเข้ามาเป็น “อาสาสมัคร” ทั้งสายงานกู้ชีพ และгүй นับเป็นความต้องการของหลาย ๆ คน ด้วยพื้นฐานจิตใจของคนไทยที่อยากช่วยคนอื่นอยู่แล้ว แต่จะอย่างไร ที่จะสามารถเป็น “อาสาสมัคร” ที่สามารถปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ปลอดภัยทั้งตัวทีมอาสาสมัครเอง ปลอดภัยต่อผู้ที่ถูกช่วยเหลือ และปลอดภัยต่อสาธารณะ รวมถึงสิ่งแวดล้อมโดยรอบ



ในทุกวันนี้ จึงเกิดหลักสูตรการฝึกอบรมอาสาสมัครทั้งгүй และสายงานกู้ชีพเกิดขึ้นมากมาย ทั้งจัดโดยหน่วยงานของรัฐ เช่น ปภ. อปพร. หรือ สพฉ. ที่กำกับดูแลโดยตรง รวมถึงภาคเอกชน จากศูนย์ฝึกต่าง ๆ ที่ควบคุมโดย จป.วิชาชีพ เช่น อบรมที่อับอากาศ การгүйบนท้องถนนอย่างปลอดภัย การгүйทางสูง หรือการгүйทั้งระดับอาสาสมัครฉุกเฉินการแพทย์ และพนักงานฉุกเฉินการแพทย์ ที่เปิดโอกาสให้เหล่าอาสาสมัครได้เข้าไปอบรม เพื่อฝึกฝน พัฒนาศักยภาพตัวเอง และนำความสามารถมาช่วยเหลือประชาชนได้อย่างถูกต้อง และปลอดภัย ตามหลักการ Safe People Safe Public Safe Patient เพื่อไม่ให้เกิดเหตุการณ์ไม่คาดคิดซึ่งอาจจะเกิดขึ้นได้หากทำการโดยประมาท ซึ่งเราอาจได้เห็นตามหน้าสื่อหลายครั้ง เช่นการลงไปช่วยผู้ที่ตกลงไปในท่อในกรุงเทพฯ เมื่อหลายปีก่อน และผู้ช่วยเหลือได้หย่อนตัวลงไป โดยไม่มีอุปกรณ์ใด ๆ ในการช่วยให้มีอากาศหายใจ หรือมีถังอากาศ ตามหลักการเข้าที่อับอากาศ ทำให้ผู้ที่ลงไปช่วยเหลือกลายเป็นอีก 1 ศพ

ในทุกวันนี้หน่วยงานที่มีอาสาสมัคร หรือมูลนิธิต่าง ๆ จึงต้องเร่งผลักดันให้อาสาสมัครในสังกัด เข้าสู่กระบวนการอบรม เรียนรู้ เพื่อพัฒนาศักยภาพของทีมгүй กүй ให้มากขึ้น จะใช้ความเคยชินอย่างที่มีมาไม่ได้ โดยเฉพาะในหลาย ๆ เรื่อง ที่มีข้อกฎหมายมาเกี่ยวข้องในการปฏิบัติงาน เช่นงานгүй ที่ต้องมีการช่วยเหลือผู้เจ็บป่วยฉุกเฉิน ก็จะมีกฎหมายมาเกี่ยวเนื่อง และอาจส่งผลเสียของอาสาสมัคร ที่เข้าไปช่วยอย่างไม่ถูกต้อง จนเกิดการฟ้องร้องได้ แม้แต่การгүйบนท้องถนน หากอาสาสมัครไม่ได้รับการเรียนรู้อย่างถูกต้อง ก็อาจทำให้ทรัพย์สินผู้เสียหาย มีความเสียหายมากขึ้นเกินจำเป็น และอาจถูกฟ้องร้อง เรียกจ่ายค่าเสียหายได้

ดังนั้น การพัฒนาศักยภาพ ให้ถูกต้องตามหลักการ ตามกฎหมาย ตามเรื่องที่ว่าด้วยความปลอดภัย จึงจำเป็นมาก สำหรับอาสาสมัครในยุคนี้ จะใช้กฎเกณฑ์เดิม ๆ ที่ว่า “ไม่เห็นจะเป็นไร” ไม่ได้เสียแล้ว เมื่อเราคิดจะช่วยเหลือคน เราก็ต้องพร้อมที่จะเรียนรู้ ในทางกลับกัน ถ้าเราเป็นผู้ประสบเหตุ เราก็อยากได้คนที่ “เก่งจริง” มาช่วยเหลือเรา เช่นกัน

จงทำให้เขารู้สึกโชคดี เมื่อเจอเรา





MDC

ค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย: สู่การสร้างวัฒนธรรม ความปลอดภัยอย่างยั่งยืน EP.1



คุณพฤกษ์ฤทธิ์ เลิศสลาภิวงษา

รองผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัย
อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน
(ฝ่ายวิชาการ)

ทำไมต้องมีวัฒนธรรมความปลอดภัย

วัฒนธรรมความปลอดภัยเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าผู้ปฏิบัติงาน
ในสถานประกอบกิจการนั้น ๆ มีพฤติกรรมและทัศนคติเกี่ยวกับ
ความปลอดภัยที่ดี

กุญแจสำคัญในการสร้างและส่งเสริมงานด้านความปลอดภัย
อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติงาน
ทุกคน บุคลากรทุกระดับ ในสถานประกอบกิจการจะต้องมี **ความร่วมมือ**
ในการทำงานที่ถูกต้องและปลอดภัย ภายใต้การบริหารจัดการ
ที่เหมาะสมและเป็นไปในทิศทางเดียวกัน ทั้งสถานประกอบกิจการ
จนเกิดเป็นรูปแบบ ค่านิยม และวัฒนธรรมความปลอดภัยในการทำงาน
ของสถานประกอบกิจการนั้น

การเสริมสร้างความปลอดภัยจะยั่งยืนได้ เป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องใส่ใจต่อการทำงานที่ได้รับมอบหมาย โดยไม่ผลักระให้เป็นหน้าที่ของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง แต่ทุกคนควรต้องช่วยเหลือ รวมทั้งคอยให้คำแนะนำ กำกับ ดูแลกันและกันอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดเป็นวัฒนธรรมความปลอดภัยที่ยั่งยืน

การขับเคลื่อนวัฒนธรรมความปลอดภัยจะสำเร็จได้ ต้องเริ่มจากตนเองและร่วมมือกับเพื่อนร่วมงานทุกคนในสถานประกอบการ ในการปฏิบัติตน และปฏิบัติงาน ด้วยความปลอดภัยอย่างต่อเนื่อง จนเป็นพฤติกรรมความปลอดภัย เพื่อนำไปสู่การก่อให้เกิดค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัยของทุกคนภายในองค์กร โดยสถานประกอบการเองต้องมีการบริหารงานตามระบบการจัดการด้านความปลอดภัยในการทำงานของสถานประกอบการที่ยอมรับเป็นเบื้องต้น และมีการจัดการความเสี่ยงอยู่ในระดับที่ยอมรับได้ อีกทั้งต้องมีความพร้อมทางทรัพยากรที่จะสนับสนุนและดำเนินงานด้านความปลอดภัยอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

แนวคิดการสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัย

วัฒนธรรมความปลอดภัยของสถานประกอบการ ต้องเริ่มจากพฤติกรรมความปลอดภัยของบุคคล และมีจุดยืนในแนวทางการบริหารจัดการด้านความปลอดภัยของสถานประกอบการ จนเปลี่ยนเป็นค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัยที่มีความชัดเจน ทั้งนี้โดยมีจุดมุ่งหมายเป้าประสงค์ และการยอมรับของบุคลากรทุกภาคส่วนที่มีส่วนร่วมในการทำงาน รวมทั้งต้องสอดคล้องกับวิสัยทัศน์ในการบริหารธุรกิจ และการบริหารด้านความปลอดภัยของสถานประกอบการ เพื่อผลสัมฤทธิ์ในการลดการประสบอันตราย อุบัติเหตุจากการทำงาน โดยมีแนวทาง ดังนี้

ขั้นที่ 1 การพิจารณาวิสัยทัศน์ พันธกิจของสถานประกอบการ เพื่อนำมากำหนดค่านิยมร่วม และขับเคลื่อนงานด้านความปลอดภัยในการทำงานของสถานประกอบการ อันจะนำไปสู่เป้าหมายวัฒนธรรมความปลอดภัยเชิงป้องกัน

ขั้นที่ 2 การเลือกและประยุกต์ใช้ค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย ที่เหมาะสมกับการดำเนินงาน โดยเริ่มจากการเสริมสร้างค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย M D C โดย สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน (ศึกษารายละเอียดได้จากนิตยสารความปลอดภัยฯ สสพท. T-OSH: OSHE Magazine ฉบับที่ 21)

ขั้นที่ 3 การจัดกิจกรรมและติดตามประเมินผลการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ต้องมีการสื่อสาร ข้อมูล ข่าวสาร การดำเนินงาน ผลการปฏิบัติ ให้บุคลากรในสถานประกอบการได้รับทราบ เพื่อร่วมทบทวน รวมทั้งปรับแผนดำเนินงาน ให้สอดคล้องกับเป้าหมายที่คาดหวังไว้

ขั้นที่ 4 สถานประกอบการ ควรจัดให้มีการอบรมถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านความปลอดภัย เชิงค่านิยมที่เป็นระบบให้กับบุคลากรทุกคนรู้และเข้าใจ และมีการจัดกิจกรรมรณรงค์ รวมถึงให้มีการติดตามประเมินผลกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นต่อระบบการบริหารจัดการด้านความปลอดภัยขององค์กร

อนึ่ง ผู้บริหารต้องเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินการด้านความปลอดภัย ในขณะที่ผู้ปฏิบัติงานต้องให้ความร่วมมือกับผู้บังคับบัญชาทุกระดับ รวมทั้งเพื่อนร่วมงานในการปรับเปลี่ยนแนวคิดและพัฒนาตนเองเพื่อการปฏิบัติงานที่ถูกต้องและปลอดภัยจนเกิดเป็นการทำงานร่วมกันเป็นทีม

การขับเคลื่อนด้วยค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย M D C

การเสริมสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยอย่างยั่งยืน เป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าผู้ปฏิบัติงานในสถานประกอบกิจการนั้น ๆ มีพฤติกรรมและทัศนคติเกี่ยวกับความปลอดภัยที่ดี จนเป็นค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย M D C

การสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยการทำงานด้วยการขับเคลื่อนค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย M D C ต้องเริ่มจากการสร้างในระดับบุคคล สู่เพื่อนร่วมงาน สู่ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย จนเกิดเป็นค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัยระดับสถานประกอบกิจการ และขยายไปสู่สถานประกอบกิจการด้วยกัน จนเป็นวัฒนธรรมความปลอดภัยของสถานประกอบกิจการ โดยรวม

การสร้างค่านิยมร่วมด้านความปลอดภัย มีหลากหลายแนวทาง สามารถพิจารณาค่านิยมที่เหมาะสมและนำมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับสถานประกอบกิจการของตนเองซึ่ง สสปท. ได้ทำการศึกษาและผ่านการคัดกรองค่านิยมแต่ละรายการจากผู้เชี่ยวชาญ พบว่า ค่านิยม M D C (Mindfulness สติรู้ตัว / Discipline วินัยถูกต้อง / Caring เอื้ออาทรใส่ใจ) เป็นเครื่องมือในการบริหารจัดการด้านความปลอดภัยในการทำงานที่มีความเหมาะสมกับสถานประกอบกิจการทุกประเภท อีกทั้งเป็นค่านิยมที่หลากหลาย ๆ สถานประกอบกิจการนำไปสร้างค่านิยมด้านความปลอดภัย จนประสบผลสำเร็จต่อการมีวัฒนธรรมความปลอดภัยอย่างยั่งยืน

(หมายเหตุ สามารถศึกษารายละเอียดค่านิยมร่วมความปลอดภัย M D C ฉบับสมบูรณ์ได้จากนิตยสารความปลอดภัยฯ สสปท. (T-OSH: OSHE Magazine ฉบับที่ 21)





ประโยชน์จากการสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยอย่างยั่งยืน

การสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัย ภายในสถานประกอบการ ก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์อย่างยั่งยืน ดังนี้

1. ช่วยลดอุบัติเหตุ การบาดเจ็บ และการเจ็บป่วยจากการทำงาน
2. ช่วยลดต้นทุน และค่าใช้จ่ายจากการไม่หยุดงาน ไม่สูญเสีย ไม่สิ้นเปลืองทรัพยากร และสร้างความคุ้มค่าในการลงทุน
3. เพิ่มศักยภาพของผู้ปฏิบัติงานทุกคนต่องานความปลอดภัย ที่ทราบจุดอันตราย บริหารความเสี่ยง กำหนดแนวทางการป้องกันอันตราย และมีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมในการทำงาน
4. สร้างการมีส่วนร่วมและการทำงานเป็นทีมของบุคลากร จากความร่วมมือกันของพนักงานทุกระดับ และการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้บริหารและผู้ปฏิบัติงาน
5. สร้างความรับผิดชอบต่อสังคม จากการให้ความสำคัญต่อผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกับสถานประกอบการ ครอบครัวพนักงาน ชุมชน และผลิตภัณฑ์
6. สร้างผลผลิต ผลิตภัณฑ์ที่มีคุณค่าภายใต้การจัดการความปลอดภัยอย่างเป็นระบบจากการที่ผู้ปฏิบัติงานทำงานด้วยความปลอดภัยและมีสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีและปลอดภัย



13

รู้หรือไม่ ถุงมือ Safety มีที่ประเภท เลือกให้ดี ให้เหมาะกับงาน ก่อนใช้

ถ้าพูดถึงเรื่องความปลอดภัยส่วนบุคคล (PPE : Personal Protective Equipment) ในการทำงานเขาร้านส่วนที่สำคัญอีกหนึ่งอย่างที่ไม่พูดถึงไม่ได้เลย นั่นก็คือ “ถุงมือ” หรืออุปกรณ์ป้องกันการบาดเจ็บที่มือ (Hand Protection) ที่มีความจำเป็นอย่างมาก ๆ ฉะนั้นการเลือกถุงมือที่เป็นอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคลจะต้องเลือกให้เหมาะกับงาน และประเภทถุงมือก็ต้องเหมาะสมตามความเสี่ยงของลักษณะงานอีกด้วย วันนี้ Glovetex จะพาไปดูว่าถุงมือป้องกันส่วนบุคคลแบ่งไว้กี่ประเภทกันครับ

1. ถุงมือสำหรับงานทั่วไป

เป็นถุงมือที่ใช้สวมใส่ทำงานเบาและงานอเนกประสงค์ทั่วไปในชีวิตประจำวัน เพื่อป้องกันไม่ให้สิ่งสกปรกต่าง ๆ สัมผัสกับมือได้โดยตรง และช่วยเพิ่มความคล่องตัวในการทำงานได้เป็นอย่างดี โดยถุงมือสำหรับงานทั่วไปมีให้เลือกใช้งานอยู่หลากหลายชนิด เช่น ถุงมือผ้า ถุงมือถัก หรือถุงมือกลุ่มเกษตรต่าง ๆ เป็นต้น ซึ่งถุงมือแต่ละชนิดมีคุณสมบัติในการใช้งานและมีประสิทธิภาพในการป้องกันมือได้ดีแตกต่างกันไป ดังนั้นควรเลือกชนิดถุงมือสำหรับงานทั่วไปให้เหมาะกับจุดประสงค์การใช้งาน ดูข้อมูลถุงมือสำหรับงานทั่วไป

การใช้งานที่เหมาะสม : งานทำความสะอาด งานซักล้างทั่วไป ในครัวเรือน หรืองานเกษตร เป็นต้น

ข้อควรระวัง : ถุงมือสำหรับงานทั่วไปส่วนใหญ่ จะไม่สามารถป้องกันสารเคมี ความร้อน สะเก็ดไฟ หรือของมีคมได้

2. ถุงมือกันบาด

ถุงมือกันบาด เป็นถุงมือเพื่อป้องกันอันตรายจากการบาดเฉือน การตัด การเจาะทะลุ หรือการขีดข่วนได้ เป็นถุงมือเซฟตี้รูปแบบหนึ่งที่ได้พัฒนาเพื่อรองรับผู้ปฏิบัติงานที่มีการสัมผัสกับของมีคม ซึ่งช่วยลดความเสี่ยงอันตรายต่อมือและนิ้วได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติงานสามารถทำงานต่อได้อย่างราบรื่นและปลอดภัย ถุงมือกันบาดนิยมสวมใส่ตั้งแต่ในงานทั่วไปจนถึงระดับงานอุตสาหกรรม และทั้งนี้ถุงมือกันบาดยังมีให้เลือกอีกหลายแบบ รวมถึงคุณสมบัติพิเศษอื่นเพิ่มเติมอีก เช่น ถุงมือเสริมใยสแตนเลส ถุงมือเสริมวัสดุเพิ่มความแข็งแรงกันทิ่มทะลุ ถุงมือกันบาดเสริมกันกระแทก ถุงมือกันบาดระดับ 5 ถุงมือกันบาดเคลือบยางกันลื่น ฯลฯ ดูข้อมูลถุงมือสำหรับกันบาด

การใช้งานที่เหมาะสม : งานที่เกี่ยวข้องกับของมีคม เช่น งานตัดที่ใช้มีดคัตเตอร์ กรรไกร หรืองานเคลื่อนย้ายกระจก แผ่นเหล็ก และแผ่นกระเบื้อง เป็นต้น

ข้อควรระวัง : ไม่ควรใช้ในงานที่มีโอกาสปนเปื้อนกับน้ำมัน

3. ถุงมือหนัง

ถุงมือหนังหรือถุงมือช่างเชื่อม เป็นถุงมือที่ผลิตจากหนังสัตว์แท้หรือหนังฟอกผัด ซึ่งมีความเหนียว แข็งแรงทนทาน ทนความร้อน สวมใส่สบาย สามารถป้องกันสะเก็ดไฟและประกายไฟได้ดี และในบางรุ่นเสริมซับในเพื่อให้มีความต้านทานต่อแรงฉีกขาดและการบาดเฉือนได้อีกด้วย ดูข้อมูลถุงมือหนัง

การใช้งานที่เหมาะสม : ใช้ในงานเชื่อมต่าง ๆ งานก่อสร้าง งานที่ก่อให้เกิดประกายไฟ งานสัมผัสความร้อน และงานอุตสาหกรรมทั่วไป

ข้อควรระวัง : ไม่ควรนำถุงมือหนังไปซักโดยเด็ดขาด เพราะจะทำให้หนังเสื่อมคุณภาพเร็วยิ่งขึ้นความสามารถในการป้องกันการกระแทก หรือการหนีบ ค่อนข้างต่ำและเสื่อมสภาพอย่างรวดเร็วเมื่อตากแดด

4. ถุงมือป้องกันสารเคมี

ถุงมือป้องกันสารเคมีผลิตจาก ยางธรรมชาติ หรือ ยางสังเคราะห์ต่าง ๆ จะมีความสามารถในการป้องกันสารเคมีได้ในระดับ 1 แต่ส่วนใหญ่ที่นิยมผลิตจากยางไนไตรมากกว่า เพราะจะมีความเหนียว ทนทาน และที่สำคัญ ป้องกันการแพ้ได้ เพราะว่ามีส่วนผสมที่เป็นโปรตีนจากยางธรรมชาติ นอกจากนี้ถุงมือไนไตร ยังทนทานต่อ สารเคมี กรด ด่าง หรือน้ำมันต่าง ๆ

การใช้งานที่เหมาะสม : เหมาะกับงานอุตสาหกรรมหลากหลายประเภท และเป็นที่ยอมรับนำไปใช้งานกันอย่างกว้างขวาง ไม่ว่าจะเป็นงานการแพทย์ โรงงานผลิตอาหาร อุตสาหกรรมยานยนต์ งานพ่นสี งานซ่อมบำรุง งานอิเล็กทรอนิกส์ งานระบบไฟฟ้า ฯลฯ

ข้อควรระวัง : ไม่ควรนำไปใช้กับงานที่ต้องสัมผัสกับสารละลายที่มีคลอรีนผสมอยู่ และไม่ควรวางในที่ที่มีแสงแดด หรือโอโซน

ได้ดี ไม่แพ้ยางธรรมชาติ อย่างไรก็ตามถุงมือที่สามารถป้องกันสารเคมีได้ ก็จะมีระดับการกันของสารเคมีแต่ละชนิดไม่เท่ากัน โดยอาจจะทนทานต่อสารเคมีได้ดีมาก หรือ ทนทานได้พอสมควร หรือแม้ทนทานได้น้อย ผู้ใช้งานควรเลือกให้เหมาะสมและถูกต้องกับ หน้าที่งานที่ต้องใช้ ดูข้อมูลถุงมือกันสารเคมี

5. ถุงมือล็กฟ้า

ถุงมือล็กฟ้า เป็นถุงมือที่ใช้สวมใส่เพื่อในการลดการเสียดทานระหว่างผิวของเรา ซึ่งจะเป็นถุงมือทักผ้าชนิดทั่วไป และมีบางรุ่นที่ต้องนำไปใช้ตรวจสอบควบคุมคุณภาพสินค้า ซึ่งจะต้องใช้ถุงมือรุ่นที่มีการใช้เส้นด้ายพิเศษ เพื่อไม่ให้รอยข่วนไวกับงาน โดยทั่วไปแล้วถุงมือล็กฟ้าชนิดนี้จะเป็นถุงมือผ้า มีความยืดหยุ่น สวมใส่สบายมือ ซึ่งผลิตได้ทั้งจากผ้าคอตตอนหรือผ้าไนลอน มีความสมบัติป้องกันไฟฟ้าสถิตย์ ทนทานต่อน้ำมัน ไม่ทิ้งไรชนจากถุงมือ พร้อมยังมีรุ่นที่เคลือบสาร PU หรือ PVC เพื่อเพิ่มความกระชับมือและกันลื่นได้เป็นอย่างดี ดูข้อมูลถุงมือล็กฟ้า

6. ถุงมือชนิดใช้แล้วทิ้ง

ถุงมือแบบใช้แล้วทิ้งส่วนใหญ่เป็นถุงมือยางหรือถุงมือพลาสติกที่มีลักษณะเป็นถุงมือเนื้อบาง เหนียว ทนทาน สามารถผลิตได้จากทั้งยางธรรมชาติและยางสังเคราะห์ ซึ่งทำให้มีความสมบัติการใช้งานที่แตกต่างกันออกไป เช่น ความยืดหยุ่นสูง ทนต่อแรงดึง ความต้านทานต่อสารเคมี น้ำมัน กรด ด่าง เป็นต้น ทำให้ถุงมือแบบใช้แล้วทิ้งเป็นที่ และเนื่องจากในปัจจุบันมีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโควิด 19 (COVID-19) ทำให้ถุงมือแบบใช้แล้วทิ้งยิ่งเป็นที่นิยมมากยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นอีกตัวช่วยลดความเสี่ยงต่อการสัมผัสกับเชื้อโรคในชีวิตประจำวันได้อย่างดีเยี่ยม ดูข้อมูลถุงมือชนิดใช้แล้วทิ้ง

7. ถุงมือป้องกันไฟฟ้า

ถุงมือที่ผลิตมาเพื่อกันกระแสไฟฟ้าโดยเฉพาะส่วนมากผลิตจากจากยางสังเคราะห์ จำพวก Ethylene Propylene Diene Monomer หรือ EPDM ซึ่งถุงมือยางทั่วไปไม่สามารถนำมาใช้กับไฟฟ้าได้ เนื่องจากมีขั้นตอนการผลิตที่ต่างกันทำให้มีความสมบัติในการป้องกันที่ต่างกัน จึงเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยั้งที่ต้องเลือกใช้ถุงมือกันไฟฟ้าโดยเฉพาะในการป้องกัน ซึ่งถุงมือชนิดนี้ สามารถแบ่งออกได้ 5 ระดับ ตาม Voltage หรือ แรงดันไฟฟ้าที่จะใช้งาน เช่น class 00 สามารถป้องกันไฟฟ้าได้ 500 V. โดยคุณสมบัติหลัก ๆ แล้ว จะต้องสามารถป้องกันไฟฟ้าได้ มีความแข็งแรง ยืดหยุ่นสูง และราคาของถุงมือ ขึ้นอยู่กับการทนทานต่อกระแสไฟฟ้า ดูข้อมูลถุงมือป้องกันไฟฟ้า

ส่องถึงตลอดเวลาจะทำให้ถุงมือชนิดนี้เสื่อมสภาพได้ และหลีกเลี่ยงการทำงานกับวัตถุที่มีความแหลมคม

การใช้งานที่เหมาะสม : ใช้ในงานเชื่อมต่าง ๆ งานก่อสร้าง งานที่ก่อให้เกิดประกายไฟ งานสัมผัสความร้อน และงานอุตสาหกรรมทั่วไป

ข้อควรระวัง : ไม่ควรนำถุงมือหนึ่งไปซักโดยเด็ดขาด เพราะจะทำให้หนังเสื่อมคุณภาพเร็วขึ้นความสามารถในการป้องกันการกระแทก หรือการหนีบ ค่อนข้างต่ำและเสื่อมสภาพอย่างรวดเร็วเมื่อตากแดด

การใช้งานที่เหมาะสม : นิยมนำไปใช้ในการทำงานและกิจกรรมได้อย่างหลากหลายทั้งทางด้านครัวเรือน ทางเชิงพาณิชย์ ทางการแพทย์ และโรงงานอุตสาหกรรมประเภทต่าง ๆ

ข้อควรระวัง : หลีกเลี่ยงการทำงานกับวัตถุที่มีความแหลมคม ไม่แนะนำให้ใช้งานทั่วไป

การใช้งานที่เหมาะสม : ถุงมือชนิดนี้เหมาะกับงานที่ต้องสัมผัสกับงานที่มีกระแสไฟฟ้าต่ำ ไปจนถึงแรงสูงไหลผ่าน

ข้อควรระวัง : ก่อนการใช้งาน ควรตรวจสอบถุงมือให้ดีก่อนใช้ทุกครั้งว่า มีรอยขาด รุ่ยๆ โดยการสังเกตด้วยตาเปล่า หรือ ใช้วิธีการเพิ่มลมเข้าไปในถุงมือ แคพพอให้ถุงมือพองตัว แล้วค่อย ๆ บีบลมออก พร้อมกับฟังเสียงลมที่รั่วออกมา บางครั้ง หากเก็บไว้นานจนเกินไป ถุงมืออาจจะเสื่อมสภาพ เนื่องจากความร้อน และ ช่วงอายุของถุงมือ

และในปัจจุบันหลังจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) ทำให้ธุรกิจออนไลน์เติบโตแบบก้าวกระโดด ทุกคนชินกับการอยู่บ้านและกดสั่งซื้อสินค้าผ่าน Internet หรือ Application ต่าง ๆ กันมากขึ้น ทำให้เกิดกลุ่มอาชีพที่เข้ามาสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมผู้บริโภค นั่นคือ อาชีพของ Rider หรือ ผู้ขับขี่รถจักรยานยนต์ในการขนส่งสินค้าตามต้องการ และขอแนะนำสำหรับ Rider ควรใช้ถุงมือขี่รถจักรยานยนต์ที่ได้มาตรฐานสำหรับการขับขี่รถ มีดังนี้ สามารถกันสั่นจากการจับแฮนด์รถจักรยานยนต์ สามารถซับเหงื่อขณะขับขี่ได้ ลดอาการมือพอง มือด้าน และป้องกันแดด และรังสี UV

สาระดีๆ By Glovetex : <https://glovetex.com/knowledge/>

"ผู้เชี่ยวชาญด้านอุปกรณ์ป้องกันภัยส่วนบุคคลทุกชนิด"



ไมโครเท็กซ์ MICROTEX®

ถุงมือกันสั่น กัซสกรีน SPEED 3 สปีด

กัซสกรีนจอส
Smartphone ได้ทุกระยะ

เส้นด้ายพิเศษ
น้ำหนักเบา แข็งแรง
สวมใส่สบาย

Dot PVC
เกร็ดพรีเมียม
ป้องกันลื่นที่ฝ่ามือ

ขอบยาง Synthetic พิเศษ
กระชับข้อมือ ไม่ย้วยเมื่อ
เจอความร้อน



MICROTEX®

Speed3 Touch Screen Gloves

ถุงมือ พิมพ์ลายมอเตอร์ไซด์ กัซสกรีน

ผลิตจาก เส้นด้ายโพลี ระบายอากาศ สามารถกดกัซสกรีนมือถือได้ โดยไม่ต้องถอดถุงมือระหว่างขับขี่รถมอเตอร์ไซด์ มีปุ่ม DOT กันลื่นที่ฝ่ามือ ช่วยยึดจับสิ่งต่างๆ ได้ดี ขอบยางยึดกระชับข้อมือ มีความยืดหยุ่นสูง ใช้งานกับระบบสปีดทุกชนิด

Application & Industry:
Construction
Warehousing & Logistics
Repairs & Maintenance

Pack size:
1 แพ็ค USSJ 1 คู่
1 ถุง USSJ 12 คู่

TOUCH SCREEN

Safety for Delivery ขนส่งที่ปลอดภัย

14



คุณกมล บัวจันทร์ (กานต์)

เจ้าหน้าที่อาวุโสความปลอดภัยและ
อาชีวอนามัยระดับวิชาชีพ
บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ โลจิสติก จำกัด

ปัจจุบันกลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่งสินค้าทางถนนมีแนวโน้มเติบโต ซึ่งการเกิดอุบัติเหตุทางถนนจากการขนส่งสินค้าแต่ละครั้งก่อให้เกิดความสูญเสียทั้งการสูญเสียโอกาสทางธุรกิจการสูญเสียทรัพย์สิน และเกิดความเสียหายทั้งต่อพนักงานขับรถบรรทุก อุบัติเหตุทางถนนนั้น เกิดจากปัจจัยหลัก 4 ปัจจัย นั่นก็คือ ปัจจัยด้านคน ปัจจัยด้านยานพาหนะ ปัจจัยด้านสภาพถนน และ ปัจจัยในส่วนของสภาพสิ่งแวดล้อม

ดังนั้น ธุรกิจบริการขนส่งสินค้าต้องการจัดทำระบบมาตรฐานความปลอดภัยเป็นสิ่งสำคัญกับการวิเคราะห์ของปัญหาเพื่อนำไปสู่การจัดทำมาตรการและระบบในการป้องกันการเกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน รวมไปถึงการปฏิบัติตามกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัยบนท้องถนน กลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่งต้องมีมาตรการควบคุมยานพาหนะ ผู้ขับขี่และสินค้า ต้องยึดถือพันธสัญญา “รถพร้อม คนพร้อม สินค้าพร้อม”

การเตรียมความพร้อมของรถ

กลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่งสินค้าสิ่งสำคัญที่ต้องมีมาตรการ ดังนี้ มีการสำรวจเส้นทางการวิ่งรถ เพื่อหาจุดเสี่ยง จุดพักรถและต้องสำรวจจุดที่ต้องไปส่งสินค้า การเข้าบำรุงรักษารถและดูแลอุปกรณ์รถตามแผนงาน บำรุงรักษารถและอุปกรณ์รถอย่างต่อเนื่อง การติดตั้งระบบ GPS และติดตั้งกล้องหน้ารถขนส่ง เพื่อสามารถติดตาม การขับขี่ของผู้ขับขี่ตลอดเส้นทางและเมื่อเกิดอุบัติเหตุสามารถนำมาวิเคราะห์ในกระบวนการค้นหาสาเหตุของอุบัติเหตุได้ การเลือกประเภทของรถที่นำไปใช้งานให้เข้ากับเส้นทางและประเภทของสินค้าที่บรรทุก รวมถึงก่อนใช้งาน ต้องตรวจสอบความพร้อมของรถและตรวจสอบอุปกรณ์ความปลอดภัยให้ครบถ้วนทุกครั้ง

การเตรียมความพร้อมของร่างกาย

ความพร้อมของร่างกายของผู้ขับขี่ กลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่งต้องให้ความสำคัญด้านความปลอดภัย เป็นอันดับหนึ่ง เนื่องด้วยสาเหตุส่วนใหญ่ของอุบัติเหตุบนท้องถนน เกิดจากพฤติกรรม การขับขี่ของผู้ขับขี่

การสร้างแนวคิดและความปลอดภัยในการขับขี่ ผู้ขับขี่ทุกคนต้องเพิ่มความรู้ทักษะ ความชำนาญ ความเชี่ยวชาญและความมั่นใจในการขับขี่ ควบคู่กับการส่งเสริมพฤติกรรมรถที่ปลอดภัย จึงต้องมุ่งเน้นไปอบรม หลักสูตรเพื่อการขับขี่เชิงป้องกันอุบัติเหตุ ตั้งแต่เริ่มต้นการเป็นพนักงานใหม่ขององค์กรและมีการทบทวนอยู่เสมอ โดยเริ่มจากมุ่งเน้นการให้ความรู้พื้นฐานด้านการขับขี่ การอบรมเพิ่มการปรับทัศนคติและแรงจูงใจ ซึ่งมีผล ต่อพฤติกรรมรถของผู้ขับขี่ของบุคคล การมุ่งเน้นความรู้ เทคนิคขั้นสูงในการขับขี่เชิงป้องกัน เพื่อสามารถป้องกันและ หลีกเลี่ยงสถานการณ์ฉุกเฉินการเกิดอุบัติเหตุและสามารถควบคุมสถานการณ์ฉุกเฉินที่อาจเกิดขึ้นได้ขณะขับขี่

การสร้างความพร้อมของผู้ขับขี่ โดยก่อนเริ่มงานทุกครั้งหัวหน้างานต้องควบคุมดูแล เช่น การตรวจวัด ความดัน การตรวจวัดปริมาณแอลกอฮอล์ และการสอบถามความพร้อมร่างกายของผู้ขับขี่ทุกครั้งที่จะไปขับขี่

การสร้างการป้องกันอันตรายของตัวผู้ขับขี่ กลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่งการจัดสรรอุปกรณ์ป้องกัน อันตรายส่วนบุคคล ได้แก่ เสื้อสะท้อนแสง หมวกนิรภัย และรองเท้านิรภัย เพราะเมื่อเข้าไป รับ-ส่ง สินค้าในพื้นที่ ปฏิบัติงาน และขณะที่ผู้ขับขี่ต้องคาดเข็มขัดนิรภัย หากประสบอุบัติเหตุจะช่วยปกป้องร่างกายคุณไม่ให้กระเด็น ออกไปนอกตัวรถ ลดอาการบาดเจ็บจากแรงกระแทก

การควบคุมความเมื่อยล้าของผู้ขับขี่ ผู้ขับขี่ต้องมีเวลาในหยุดพักและพักผ่อนที่เพียงพอซึ่งการขับรถเป็น เวลานานอาจเสี่ยงต่อการเหนื่อยล้าสะสม ส่งผลต่อการตัดสินใจขณะขับขี่และอุบัติเหตุจากการหลับในได้ ดังนั้น การขับรถเกินระยะเวลาที่กำหนดในรอบ 1 วัน (24 ชั่วโมง) ขับรถต่อเนื่องไม่เกิน 4 ชั่วโมง และต้องหยุดพัก อย่างน้อย 30 นาที จึงจะสามารถขับได้อีก 4 ชั่วโมง การหยุดที่ไม่ถึง 30 นาทีไม่ถือว่าเป็นการหยุดพัก และขับรถได้ 8 ชั่วโมง รวมการขับรถที่เป็น OT ได้ไม่เกิน 2 ชั่วโมง รวมกัน 1 วัน (24 ชั่วโมง) สามารถขับรถได้ ไม่เกิน 10 ชั่วโมง และเมื่อปฏิบัติงานในแต่ละวันเสร็จสิ้น พนักงานขับรถจะต้องมีระยะเวลาอนพักพักผ่อนไม่น้อยกว่า 10 ชั่วโมง ก่อนเริ่มงานใหม่ในวันถัดไป

ดังนั้น กลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่ง ต้องมีการจัดสรรเวลาพักผ่อนให้กับผู้ขับขี่และผู้ขับขี่เองต้องพัก พ่อนตามที่กำหนดไว้ โดยการปฏิบัติตามข้อกำหนดต่าง ๆ จะนำไปสู่การช่วยป้องกันอุบัติเหตุจากการเหนื่อยล้าและ การหลับใน เพราะการขับรถเป็นเวลานานจะทำให้ผู้ขับขี่มีผลต่อการรบกวนนอนส่งผลให้ประสาทสัมผัสทุกอย่างช้าลง สมองดี การตัดสินใจผิดพลาด ใจลอย ไม่มีสมาธิ การสังเกตรองไปยังกล้ามเนื้อข้าง เมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน จึงตอบสนองได้ช้าลง

การขับรถปลอดภัยเชิงป้องกันอุบัติเหตุ เป็นเทคนิคการขับรถที่ถูกต้อง เพิ่มทักษะความชำนาญในการใช้ อุปกรณ์ต่างๆ การสังเกตและคาดการณ์ถึงอันตรายที่อาจเกิดขึ้น ใช้ทักษะในการขับรถแบบ LOOK LOCK TALK ซึ่งจะช่วยให้ผู้ขับขี่มีสมาธิ มีเวลาในการวางแผนตัดสินใจ แก่ไขสถานการณ์ต่างๆ ได้ทันที

LOOK: การมองอย่างมีประสิทธิภาพ การมองให้เห็นภาพโดยรวม

การมองภาพกว้างไปข้างหน้าในระยะสายตา เพื่อแบ่งเขตการมองเห็นเป็น 3 โซน ได้แก่ 1.โซนการมองเห็น 2.โซนการตัดสินใจ 3.โซนปฏิบัติ

การมองให้เห็นภาพโดยรวม หมายถึง จะต้องเว้นระยะห่างจากคันหน้าอย่างน้อย 3 วินาทีเพื่อให้เห็นทัศนวิสัย ที่ชัดเจนและจะต้องมองกระจกทุก ๆ 5 – 8 วินาที

LOCK: การให้ความสำคัญต่อสิ่งที่คาดว่าจะก่อให้เกิดอุบัติเหตุ

การคาดการณ์อุบัติเหตุ หมายถึง การคาดการณ์อันตรายที่อาจเกิดขึ้นระหว่างการขับขี้อย่างเป็นระบบ เพื่อสามารถยับยั้งเตือนให้ผู้ขับขี่ได้เกิดความตระหนักและรู้เท่าทันถึงอันตรายทั้งก่อน และระหว่างการเดินทาง

การมองหาทางออกให้ตัวเอง หมายถึง คอยสังเกต และหาทางออกให้สำหรับตัวเองหากเกิดเหตุการณ์ ไม่คาดคิดขึ้นตลอดเวลา เป็นการแก้ไข ตอบสนองต่อเหตุการณ์ (Response)

TALK: การสื่อสารกับผู้ร่วมทาง

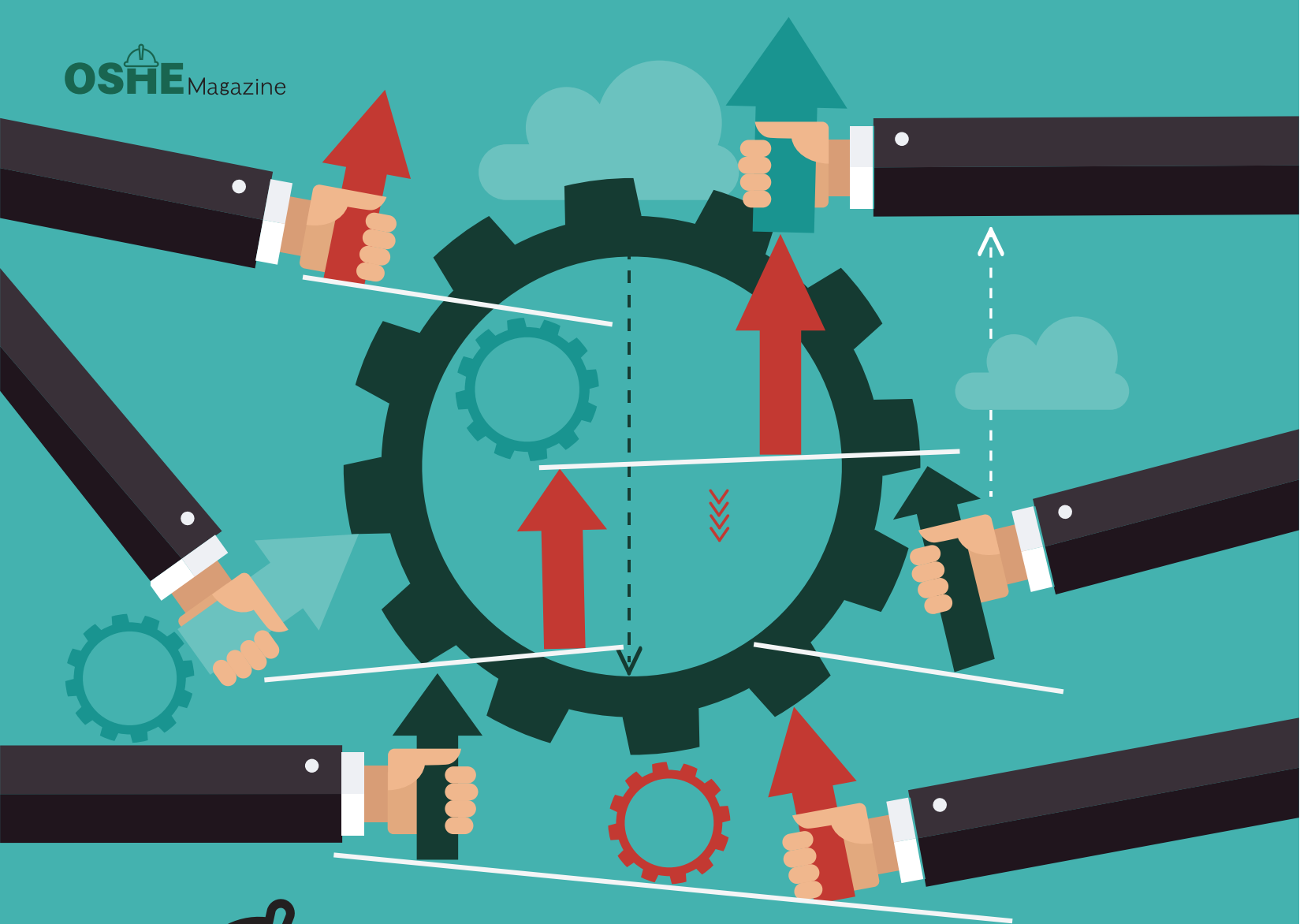
การสื่อสารกับผู้ร่วมทางโดยใช้สัญญาณไฟ และสัญญาณเสียง



การเตรียมความพร้อมของสินค้า

การบรรจุสินค้าอย่างปลอดภัย เป็นสิ่งหนึ่งที่กลุ่มธุรกิจผู้ให้บริการด้านการขนส่งสินค้าต้องให้ความสำคัญ เพราะถือว่าเป็นบทบาทหน้าที่ที่ต้องไปส่งสินค้าให้กับลูกค้าหรือปลายทางให้ครบถ้วนและสินค้าสมบูรณ์ การเลือกยานพาหนะ ต้องเป็นรูปแบบที่เหมาะสมกับประเภทของของบรรจุ ไม่ควรบรรจุเกินมวลที่กำหนดไว้ โดยรัฐบาล และกฎหมายท้องถิ่น โดยการบรรจุทุกนั้นจะต้องมีการจัดเรียงสินค้าให้เรียบร้อยเพื่อให้เกิดความปลอดภัย ในขณะที่ขนส่ง และยังเป็นการกระจายน้ำหนักที่ดีสำหรับเสถียรภาพของยานพาหนะเพื่อให้เกิดความปลอดภัย ในขณะที่ขนส่งที่

การผูกมัดสินค้าอย่างปลอดภัย ต้องมีการผูกมัด ติดตรึง ที่เพียงพอ โดยการผูกมัดที่ดีจะต้องมีแนวมุมของสายสแตย์ในการมัดสินค้าที่ 90 องศา เพื่อสร้างแรงกดที่มีประสิทธิภาพในการรัดวัตถุขณะการขนส่ง และจัดวางอยู่ในตำแหน่งเหมาะสมกับประเภทของที่บรรจุโดยไม่ทำให้ของที่บรรจุได้รับความเสียหาย



15

การประเมินประสิทธิภาพ และความคุ้มค่าขององค์การมหาชน

การประเมินความคุ้มค่าเพื่อพัฒนาองค์การมหาชน

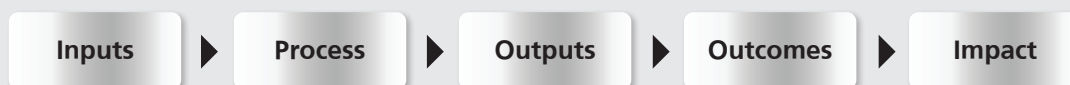
มติคณะรัฐมนตรีเมื่อวันที่ 11 ตุลาคม 2565 เห็นชอบหลักการให้องค์การมหาชนต้องได้รับการประเมินความคุ้มค่าเพื่อพัฒนาองค์การมหาชนอย่างน้อยหนึ่งครั้งในทุกสามปี ซึ่งจะเริ่มประเมินความคุ้มค่าฯ ปีงบประมาณ พ.ศ. 2569 โดยคณะกรรมการพัฒนาและส่งเสริมองค์การมหาชนเป็นผู้กำหนดแนวทางการประเมินความคุ้มค่าเพื่อพัฒนาองค์การมหาชน รวมถึงการปรับปรุง แก้ไขรายละเอียดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยใช้กรอบการประเมินความคุ้มค่าเพื่อพัฒนาองค์การมหาชน CPER Model มาใช้ในการกำหนดตัวชี้วัดการประเมินผลภายใต้กรอบหลักเกณฑ์ วิธีการ และเกณฑ์การประเมิน



ห่วงโซ่ผลการดำเนินงาน Result Chain

ห่วงโซ่ผลการดำเนินงาน Result Chain เป็นเครื่องมือที่ถูกนำมาใช้ในการวิเคราะห์ กระบวนการในการวางแผน และการดำเนินการเชื่อมโยงไปสู่เป้าหมายผลลัพธ์และผลกระทบที่ต้องการ และถูกนำมาใช้ในการทดสอบสมมติฐานทฤษฎีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะมีการตรวจสอบว่าผลลัพธ์ ที่คาดหวัง สามารถนำมาประกอบการวิเคราะห์ว่าสิ่งที่หน่วยงานหรือการให้ความช่วยเหลือพัฒนา ต่าง ๆ ได้เข้าไปแทรกแซง (Intervention) ได้ตรงจุดเกิดผล และมีการเปลี่ยนแปลงนำไปสู่เป้าหมาย ที่วางไว้หรือไม่

RESULT CHAIN



ห่วงโซ่ผลการดำเนินงาน (Results chain) เป็นกระบวนการที่พัฒนาไปตามลำดับการ กระทำเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ต้องการ เริ่มตั้งแต่ **ปัจจัยนำเข้า (Inputs)** ที่จำเป็นผ่าน **ขั้นตอนต่างๆ หรือกิจกรรม (Activities/Process)** ที่เปลี่ยนจากปัจจัยนำเข้าเพื่อให้บรรลุ วัตถุประสงค์ที่ต้องการ ได้แก่ องค์ประกอบต่างๆ ในการส่งมอบให้เป็น **ผลผลิต (Outputs)** เพื่อมุ่งผลให้เกิด **ผลลัพธ์ (Outcomes)**

ผลลัพธ์ (Outcomes) คือ ผลระยะกลางที่เกิดขึ้นต่อกลุ่มเป้าหมาย พื้นที่ และองค์กร เป้าหมายที่ได้รับบริการนั้นๆ ที่สำคัญคือ คาดหวังให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สังเกตเห็นได้ และนำไปสู่ **ผลกระทบ (Impacts)** อันเป็นผลที่เกิดขึ้นในระยะยาว ทั้งตั้งใจและไม่ตั้งใจ ทางตรง และทางอ้อม ส่งผลในวงกว้างต่อภาคอุตสาหกรรม สังคม และประเทศ

โดยการเปลี่ยนผลสัมฤทธิ์จากผลผลิตไปสู่ผลลัพธ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งจากผลลัพธ์ไปสู่ ผลกระทบที่สัมฤทธิ์ผล ถือเป็นการเปลี่ยนแปลงตามเงื่อนไขของห่วงโซ่ผลสัมฤทธิ์ (Results chain) และช่วยทำให้เห็นความเชื่อมโยงหรือความสัมพันธ์เชิงตรรกะระหว่างการกระทำเพื่อให้บรรลุ เป้าประสงค์นั้น (Logic model)

การวิเคราะห์บทบาทขององค์การมหาชนในระบบนิเวศ (Ecosystem)

บทบาทขององค์การมหาชนในระบบนิเวศเป็นการพิจารณาปัจจัยแวดล้อม ทรัพยากร ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทุกกลุ่ม เช่น ผู้รับบริการ เครือข่ายความร่วมมือ เป็นต้น ความสามารถขององค์กรในระยะยาว คือ การถูกยอมรับในระบบนิเวศของภารกิจองค์กร บ่งบอกถึงความสามารถในการเปลี่ยนแปลง การเชื่อมต่อและการทำงานร่วมกันที่ช่วยให้องค์กรเข้มแข็ง และพัฒนาประเทศได้อย่างแท้จริง

ความคาดหวังต่อบทบาทขององค์การมหาชนในระบบนิเวศ คือ การปฏิบัติหน้าที่ตามภารกิจขององค์กร ทบทวนภารกิจให้สร้างคุณค่า และพัฒนาอยู่เสมอให้มีความสำคัญกับผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ต่อยอดและสร้างคุณค่าจากงานโดยพิจารณากับหน่วยงานอื่น ๆ โดยไม่ทำทับซ้อนและเสริมในประเด็นที่เป็นช่องว่าง

การสร้างคุณค่าบทบาทขององค์การมหาชนต่อปัจจัยแวดล้อม				
ภารกิจตามวัตถุประสงค์ตั้ง	ความจำเป็น Ecosystem	ความไม่ซ้ำซ้อน	ผลงาน/ ความเชื่อมั่นของกลุ่มเป้าหมายที่สูงกว่าเมื่อเทียบกับหน่วยงานอื่น	สถานะ
✓	✓	✓		●
✓	✓	✗ ซ้ำซ้อน	✓	●
✗	✓	✗ ซ้ำซ้อน	✓	●
✗	✓	✓		(เกินกว่า แปร.) ●
✓	✓	✗ ซ้ำซ้อน	✗	(เกินกว่า แปร.) ●
✗	✓	✗ ซ้ำซ้อน	✗	(ยกเลิกแผนงาน) ●
✗	✗	✓		(ยกเลิกแผนงาน) ●

สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน) หรือ สสปท. มีวัตถุประสงค์การจัดตั้งเพื่อส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน โดยมุ่งหวังให้สถานประกอบการและผู้ใช้แรงงานได้รับการบริการทางวิชาการ และส่งเสริมสนับสนุนให้น้องๆมีความรู้ด้านความปลอดภัยในการทำงาน เช่น มาตรฐาน คู่มือ แนวปฏิบัติ นวัตกรรม งานวิจัย ฯลฯ ไปถือปฏิบัติอย่างทั่วถึง และ สสปท. จะเป็นองค์กรหลักที่มีความเป็นผู้นำในการส่งเสริม พัฒนามาตรฐาน งานวิจัย และให้บริการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน ภายในปี 2570 สสปท. จึงมีความพร้อมในการประเมินความคุ้มค่าในการมีอยู่ของระบบนิเวศด้านความปลอดภัยและอาชีวอนามัยอย่างแน่นอน

*อ้างอิงข้อมูลจากการประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อการออกแบบห่วงโซ่ผลการดำเนินงาน (Result Chain) และการวิเคราะห์บทบาทขององค์การมหาชนในระบบนิเวศ (Ecosystem)
โดย บริษัท ทริส คอร์ปอเรชั่น จำกัด



ข่าวที่ 1 สสปท. ผ่านการตรวจประเมิน ห้องปฏิบัติการตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงาน มาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (สมอ.)

วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 13.30 น. พลเอก อภิชาติ แสงรุ่งเรือง ประธานกรรมการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน ให้เกียรติ มาร่วมและกล่าวแสดงความยินดีการรับรองใบรับรอง ความสามารถตามมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม มอก. 17025 (ISO/IEC 17025) โดยมีนายวีระศักดิ์ เพ็งหลัง ผู้อำนวยการสำนักงานคณะกรรมการการมาตรฐานแห่งชาติ เป็นผู้มอบใบรับรองฯ มามอบให้กับ สสปท. หลังจากห้องปฏิบัติการทางสุขศาสตร์อุตสาหกรรมและการวิเคราะห์ทางเคมี ของ สสปท. ได้ขึ้นทะเบียนในขอบข่ายการวิเคราะห์ โลหะหนักในอากาศ ได้แก่ ตะกั่ว (Lead) ด้วยวิธีทดสอบตาม มาตรฐาน NIOSH Method 7304 และได้ผ่านการตรวจ ประเมินห้องปฏิบัติการตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงานมาตรฐาน ผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (สมอ.) กำหนดเป็นที่เรียบร้อยแล้ว เมื่อปี 2565

นายวรานนท์ ปีติวรรณ ผู้อำนวยการ สสปท. ได้กล่าวว่า



สสปท. มีวัตถุประสงค์ในการจัดตั้งเพื่อส่งเสริม และแก้ไขปัญหา ที่เกี่ยวข้องกับ ด้านความปลอดภัยฯ และดำเนินการส่งเสริม สนับสนุน ร่วมกับหน่วยงานด้าน ความปลอดภัยทั้งภาครัฐและเอกชน ซึ่งภารกิจสำคัญอย่างหนึ่งของ สสปท. คือ การสนับสนุนงานด้านสุขศาสตร์อุตสาหกรรมแก่สถานประกอบกิจการ และมีการดำเนินงานทางห้องปฏิบัติการควบคู่ไปด้วย โดยในปี 2563 – 2565 ที่ผ่านมา สสปท. ได้จัดทำโครงการเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมการดำเนินงาน ด้านสุขศาสตร์อุตสาหกรรม และการตรวจวัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้แก่ สถานประกอบกิจการ ซึ่งมีสถานประกอบกิจการเข้าโครงการเป็นจำนวนมาก และได้รับผลการตอบรับเป็นอย่างดี



ข่าวที่ 2 สสปท. งานสัมมนาวิชาการด้านความปลอดภัยและอาชีวอนามัยส่วนภูมิภาค จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประจำปี 2566

วันที่ 9 มีนาคม 2566 เวลา 09.00 น. นายสุทธิ สุโกศล ประจําสำนักเลขาธิการนายกรัฐมนตรี ปฏิบัติหน้าที่ประจำกระทรวงแรงงาน เป็นประธานเปิดงานสัมมนาวิชาการด้านความปลอดภัยและอาชีวอนามัยส่วนภูมิภาค จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประจำปี 2566 ณ ศูนย์การค้าอยุธยาซิตี้พาร์ค โดยมีนายธีรศักดิ์ โฉมศิริ รองผู้ว่าราชการจังหวัดพระนครศรีอยุธยา กล่าวต้อนรับ และนายวรานนท์ ปีติวรรณ ผู้อำนวยการ สสปท. กล่าวรายงานถึงวัตถุประสงค์การจัดงาน

งานสัมมนาวิชาการด้านความปลอดภัยและอาชีวอนามัยส่วนภูมิภาค จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประจำปี 2566 จัดขึ้นระหว่างวันที่ 8-9 มีนาคม 2566 ณ ศูนย์การค้าอยุธยาซิตี้พาร์ค ชั้น 2 (The Hall) จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อให้นายจ้าง ลูกจ้าง ผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน รวมทั้งเพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านความปลอดภัยในการทำงานของสถานประกอบกิจการ ภายใต้แนวคิด ร่วมสร้างวัฒนธรรมไทยเชิงป้องกัน สู่ความปลอดภัย อาชีวอนามัย และความผาสุกที่ยั่งยืน (Forward Culture of Prevention for Safety Thailand) โดยงานดังกล่าวจัดให้มีการสัมมนาวิชาการ การแสดงนิทรรศการจากภาครัฐและเอกชน เพื่อเสริมสร้างการพัฒนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์ทางวิชาการ โดยมีผู้เข้าร่วมสัมมนาวิชาการ จำนวน 240 คน

ข่าวที่ 3 ศูนย์ OSHCET จัดอบรมเชิงปฏิบัติการพัฒนาผู้มีความรู้ความสามารถ (Competent Person) เกี่ยวกับการทำงานบนที่สูง

วันที่ 20 - 21 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 08.30 - 16.00 น. ศูนย์ส่งเสริมความปลอดภัยและอาชีวอนามัยภูมิภาคตะวันออก (Occupational Safety and Health Center in Eastern Thailand : OSHCET) ร่วมกับบริษัท 3เอ็ม ประเทศไทย จำกัด จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ หัวข้อ “การพัฒนาผู้มีความรู้ความสามารถ (Competent person) เกี่ยวกับการทำงานบนที่สูง”

ภายใต้โครงการส่งเสริมความปลอดภัยและอาชีวอนามัยภูมิภาคตะวันออก โดยเน้นการให้บริการด้านความปลอดภัยฯ ในพื้นที่ภาคตะวันออก เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้และพัฒนาศักยภาพบุคลากร ผู้ใช้แรงงานด้านความปลอดภัยนำไปสู่การลดการประสบอันตรายจากการทำงาน เพิ่มจำนวนผู้มีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการทำงานบนที่สูงในสถานประกอบกิจการ และยกระดับความปลอดภัยของการทำงานบนที่สูงในสถานประกอบกิจการให้มีมาตรการควบคุมและมีแนวทางในการแก้ไขปัญหาการทำงานบนที่สูงสอดคล้องกับมาตรฐานการจัดการความปลอดภัยในการทำงานบนที่สูงของ สสปท.



ข่าวที่ 4 สสปท. เข้ารับมอบเกียรติบัตร องค์กรคุณธรรมต้นแบบ ประจำปี 2565

วันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2566 เวลา 9.30 น. นายวรานนท์ ปีติวรรณ ผู้อำนวยการ สสปท. มอบหมายให้นางสาวชวลักษณ์ ภูไพบูลย์ ผู้อำนวยการสำนักยุทธศาสตร์เข้าร่วมการประชุมคณะกรรมการส่งเสริมคุณธรรมกระทรวงแรงงาน ครั้งที่ 1/2566 และรับมอบเกียรติบัตร “องค์กรคุณธรรมต้นแบบ ประจำปี 2565” ณ ห้องประชุมประสงค์ รัชชะนันท์ ชั้น 5 อาคารกระทรวงแรงงาน โดยมี นายบุญชอบ สุทธมนัสวงษ์ ปลัดกระทรวงแรงงานเป็นประธานการประชุม



ข่าวที่ 5 สสปท. รับมอบประกาศนียบัตรผู้ที่ให้การสนับสนุนและความร่วมมืออันดีทางด้านวิชาการแก่กองเศรษฐกิจการแรงงาน

วันที่ 29 มีนาคม 2566 เวลา 09.30 น. ดร.ธนวรรณ ฤทธิชัย นักวิจัยชำนาญการ สำนักวิจัยและพัฒนา สสปท. เข้าร่วมการสัมมนา “โครงการสัมมนาเครือข่ายงานวิจัยด้านแรงงาน ประจำปี 2566” และรับมอบประกาศนียบัตรผู้ที่ให้การสนับสนุนและความร่วมมืออันดีทางด้านวิชาการแก่กองเศรษฐกิจการแรงงาน สำนักงานปลัดกระทรวงแรงงาน โดยมีนายประทีป ทรงลำยอง รองปลัดกระทรวงแรงงาน เป็นประธานพิธีเปิดการสัมมนาและมอบประกาศนียบัตรหน่วยงานที่ให้การสนับสนุน ณ ห้องรัชโยธิน แกรนด์ ชั้น 20 โรงแรมเดอะบาศาร์ กรุงเทพฯ

การสัมมนาเครือข่ายงานวิจัยด้านแรงงาน มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างและพัฒนาเครือข่ายงานวิจัยด้านแรงงาน สร้างเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสร้างการรับรู้งานวิจัยด้านแรงงาน และส่งเสริม พัฒนา และขยายฐานการใช้งานระบบฐานข้อมูลวิจัยด้านแรงงานให้กว้างขวางและมีการนำไปใช้ประโยชน์ได้จริงมากยิ่งขึ้น โดยมีผู้แทนจากหน่วยงานสังกัดกระทรวงแรงงาน นักวิชาการจากสถาบันการศึกษาและหน่วยงานภายนอก ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ผู้สังเกตการณ์ วิทยากร และเจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการเข้าร่วมการสัมมนา จำนวน 100 คน และผ่านระบบออนไลน์





ข่าวที่ 6 สสพท. จัดพิธีมอบประกาศเกียรติคุณแก่สถานประกอบกิจการในโครงการพัฒนาสถานประกอบกิจการตามมาตรฐานระบบการจัดการด้านความปลอดภัย

วันที่ 30 มีนาคม 2566 นายสมัย โชติสกุล ประธานกรรมการสถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน เป็นประธานเปิดงานและมอบประกาศเกียรติคุณแก่สถานประกอบกิจการในโครงการพัฒนาสถานประกอบกิจการตามมาตรฐานระบบการจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 จำนวน 50 แห่ง ณ ห้องอมรินทร์ โรงแรม เอส.ดี. อเวนิว บางพลัด กรุงเทพมหานคร

นายวรานนท์ ปีติวรรณ ผู้อำนวยการ สสพท. กล่าวรายงานถึงวัตถุประสงค์การจัดงาน ซึ่งในงานมีการเสวนา CEO Sharing Forum จากตัวแทนของสถานประกอบกิจการ ระดับ Platinum จำนวน 3 แห่ง ได้แก่ บริษัท อาซิโมริ (ประเทศไทย) จำกัด บริษัท เบตเตอร์ เวิลด์ กรีน จำกัด มหาชน สาขา 00002 และบริษัท โรงพยาบาลราชบุรียีนดี จำกัด (มหาชน) โดยมี นายประเสริฐ เหล่าบุศณันต์ ผู้อำนวยการสำนักบริการวิชาการ เป็นผู้ดำเนินรายการ ต่อด้วยการบรรยายเรื่อง “แนะนำมาตรฐานแรงงานไทย (มรท. 8001 : TLS 8001)” โดยนางสาวปัญญฉโฉม สุขนาคน ผู้อำนวยการกลุ่มงานพัฒนาระบบมาตรฐานแรงงาน กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน และการบรรยายหัวข้อ “ทิศทางมาตรฐานระบบการจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานในอนาคต” โดย นายกันฐวุฒิ บุญมี ผู้อำนวยการสำนักวิจัยและพัฒนา สสพท.



Do

สิ่งที่ต้องทำ เมื่อเกิดเพลิงไหม้ในอาคาร



ตั้งสติ

อย่าตื่นตระหนก
รีบออกจากที่เกิดเหตุ
ให้เร็วที่สุด



โทรแจ้ง 199

โทรแจ้งเจ้าหน้าที่ดับเพลิง
หากไฟไหม้ระดับรุนแรง
ควรรีบอพยพหนีไฟทันที



ดับเพลิง

หากไฟไหม้เพียงเล็กน้อย
ให้ใช้ถังดับเพลิงควบคุม
เพลิงในเบื้องต้นก่อน

กด/ดึงสัญญาณเตือนภัย

และตะโกนบอกให้ทุกคน
อพยพหนีไฟ



ใช้ผ้าชุบน้ำปิดปากและจมูก

หรือใช้ถุงพลาสติกขนาดใหญ่อัดอากาศบริสุทธิ์
แล้วนำมาครอบศีรษะ เพื่อป้องกันการสูดดมควันไฟ



อย่าเปิดประตูทันที

ให้แตะหรือคลำลูกบิดก่อน หากร้อนจัดแสดงว่า
มีเปลวเพลิงอยู่ด้านนอก ห้ามเปิดประตูออกไป
แต่หากไม่ร้อนให้เปิดประตูออกไปช้าๆ
และอพยพตามเส้นทางหนีไฟที่ปลอดภัย



หมอบคลานต่ำ

ให้หมอบคลานต่ำหรือย่อตัวใกล้กับระดับพื้นมากที่สุด
เนื่องจากอากาศบริสุทธิ์อยู่เหนือระดับพื้นไม่เกิน 1 ฟุต
เพื่ออพยพไปสู่ประตูทางออกฉุกเฉินที่ใกล้ที่สุด

Don't

สิ่งที่ห้ามทำ เมื่อเกิดเพลิงไหม้ในอาคาร



ห้ามหนีเข้าไปในห้องน้ำ

เพราะปริมาณน้ำไม่เพียงพอต่อการดับไฟ
และอาจถูกไฟลวกเสียชีวิตได้



ห้ามเข้าไปในจุดอับของอาคาร

เพราะเจ้าหน้าที่จะเข้าช่วยเหลือได้ยาก



ห้ามขึ้นชั้นบนหรือตาดฟ้าอาคาร

เพราะไฟจะลุกลามจากชั้นล่างขึ้นสู่ชั้นบน
เว้นแต่ไม่สามารถอพยพลงชั้นล่างได้



ห้ามใช้บันไดภายในอาคาร

ซึ่งมีลักษณะเป็นปล่องเพราะควัน
และเปลวไฟจะลอยขึ้นมาปกคลุม
เสี่ยงสำลักควันถูกไฟลวก



ห้ามใช้ลิฟต์

เพราะเมื่อเกิดเพลิงไหม้ไฟฟ้าจะดับ ทำให้ติดค้างภายในลิฟต์และขาดอากาศหายใจ
เสียชีวิตได้ (ให้ใช้บันไดหนีไฟในการอพยพออกจากอาคาร เนื่องจากมีช่องระบายอากาศ
ช่วยลดการสูดดมควันไฟเข้าสู่ร่างกายได้)



ห้ามวิ่งขณะที่เสื้อผ้าติดไฟอยู่

เพราะไฟจะลุกลามเร็วขึ้น ให้รีบถอดเสื้อผ้า
หรือใช้วิธีนอนราบกับพื้นและกลิ้งตัวไปมาให้ไฟดับ



สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย
และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน)



www.tosh.or.th



สสปจ-TOSH



@TOSH

**รับข่าวสารก่อนใคร!!!
แอดไลน์ สสพท.**

