



คู่มือมาตรฐาน

ด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกว.)

Thailand Science Research and Innovation (TSRI)

คำนำ

สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.) ได้จัดทำคู่มือมาตรฐานความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานขึ้น เพื่อเป็นคู่มือในการปฏิบัติงานให้เกิดความปลอดภัยและมีการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสมตามหลักสุขศาสตร์และกฎหมาย โดย สำนักงานฯ ได้ตระหนักถึงความปลอดภัยในการทำงานและการสร้างเสริมสุขภาพชีวิตในการทำงานของผู้ร่วมงานเป็นสำคัญ ตลอดจนการถือปฏิบัติตามนโยบาย กฎหมายด้านความปลอดภัยฯ กฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้อง และมาตรฐานด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัย

ดังนั้น สำนักงานฯ จึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือร่วมใจจากผู้บริหารและพนักงานทุกท่านในการใช้คู่มือนี้ให้เป็นประโยชน์ และเพื่อให้มีการปฏิบัติงานด้วยความระมัดระวังและตระหนักถึงความปลอดภัยในการทำงาน รวมถึงการจัดและดูแลสถานที่ทำงานให้สะอาด เป็นระเบียบ น่าอยู่ น่าทำงาน ปลอดภัย ไร้มลพิษ ทั้งนี้เพื่อเสริมสร้างความสุขและคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

พ.ศ.2564

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
1. ประกาศ เรื่อง นโยบายความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมการทำงาน	1
2. นิยามศัพท์อาชีวอนามัยและความปลอดภัย	3
3. 5ส. เพื่อความปลอดภัยในการทำงาน	4
4. มาตรฐานความปลอดภัยในการทำงาน	5
● มาตรฐานข้อปฏิบัติเพื่อสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน	5
● มาตรฐานความสะอาดและความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสถานที่ทำงาน	6
● มาตรฐานความปลอดภัยในสำนักงาน	7
● มาตรฐานความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า	8
● มาตรฐานความปลอดภัยในการใช้ยานพาหนะ	10
● มาตรฐานความปลอดภัยในการใช้เครื่องถ่ายเอกสารและเครื่องพิมพ์	11
● มาตรฐานการป้องกันและระงับอัคคีภัย	12
● มาตรฐานความปลอดภัยในการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด-19	13
ภาคผนวก	
● สีและเครื่องหมายเพื่อความปลอดภัย	15
● ติดต่อสายด่วนช่วยชีวิต	16



ประกาศสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม
เรื่อง นโยบายความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

ด้วยสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกว.) ให้ความสำคัญเกี่ยวกับความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน เพื่อเป็นการคุ้มครองผู้ปฏิบัติงานในหน่วยงานและ
ผู้มาใช้บริการให้มีความปลอดภัยและสุขภาพอนามัยที่ดี รวมทั้งเพื่อเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีด้านความ
ปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา 50 แห่งพระราชบัญญัติสถานการณ์นโยบายการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์
วิจัยและนวัตกรรมแห่งชาติ พ.ศ. 2562 จึงออกประกาศสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์
วิจัยและนวัตกรรม เรื่อง นโยบายความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานไว้ ดังนี้

1. ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องยึดถือความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานเป็นหน้าที่
รับผิดชอบของตน
2. สกว. จะสนับสนุนการออกประกาศ กฎระเบียบ ข้อบังคับ และแนวปฏิบัติด้านความปลอดภัย
อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานที่เหมาะสมและสอดคล้องกับมาตรฐานที่เกี่ยวข้อง
3. สกว. จะดำเนินการและสนับสนุนให้มีการปรับปรุงสภาพการทำงาน และสภาพแวดล้อมในการทำงาน
4. ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเอง เพื่อร่วมงาน ทรัพย์สินของ สกว. และผู้มา
ใช้บริการหรือผู้ติดต่อ เป็นสำคัญตลอดระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน
5. ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องดูแลความสะอาด และความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายใน สกว.
6. ผู้ปฏิบัติงานทุกคนต้องให้ความร่วมมือและต้องปฏิบัติตามคู่มือมาตรฐานความปลอดภัย อาชีวอนามัย
และสภาพแวดล้อมของ สกว. และข้อกำหนดต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างเคร่งครัด ตลอดจนร่วมเสนอความคิดเห็นใน
การปรับปรุงสภาพการทำงานและวิธีการทำงานที่ปลอดภัย
7. ผู้บังคับบัญชาทุกระดับพึงกระทำตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีต่อผู้ปฏิบัติงานและปฏิบัติตามกฎระเบียบ
ข้อบังคับ ประกาศ เกี่ยวกับความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานอย่างเคร่งครัด
8. ในกรณีที่มีการจัดซื้อจัดจ้างหรือดำเนินการให้บุคคลภายนอกมาดำเนินการเพื่อประโยชน์ของ สกว.
จะต้องจัดให้มีการควบคุมดูแลความปลอดภัย และกำกับให้บุคคลภายนอกยึดถือนโยบายด้านความปลอดภัย
อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานของ สกว.

9. สกสว. จะจัดให้มีการฝึกอบรมด้านความปลอดภัยในการทำงานสำหรับผู้ปฏิบัติงานตามลักษณะงาน โดยระบุในแผนงานด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน รวมทั้งจัดกิจกรรม สนับสนุนการรณรงค์ส่งเสริมความปลอดภัยในการทำงานเพื่อกระตุ้นจิตสำนึกของผู้ปฏิบัติงาน

10. สกสว. จะจัดให้มีการตรวจสอบ ติดตามและประเมินผลการดำเนินงานความปลอดภัยในการทำงาน ตามนโยบายที่กำหนดไว้ข้างต้นอย่างสม่ำเสมอ

ประกาศ ณ วันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ.2564



(รองศาสตราจารย์ ดร.ปัทมาวดี โพชนุกูล)

ผู้อำนวยการ

สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

นิยามศัพท์อาชีพอนามัยและความปลอดภัย

อุบัติเหตุจากการทำงาน	หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด ไม่ได้ตั้งใจ มีผลทำให้เกิดการบาดเจ็บ พิการ เสียชีวิต หรือทำให้ทรัพย์สินเสียหาย
โรคจากการทำงาน	หมายถึง โรคหรือความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติงานโดยมีสาเหตุมาจาก สภาพแวดล้อมในการทำงานที่ไม่เหมาะสม สัมผัสสิ่งคุกคาม ลักษณะท่าทางการ ทำงานที่ไม่ถูกต้อง โดยอาการของโรคหรือความเจ็บป่วยเกิดขึ้นขณะปฏิบัติงาน หรือหลังจากทำงานเป็นเวลานานหรือภายหลังหยุดการทำงาน หรือลาออกจากงานนั้นๆ แล้ว เช่น โรคออฟฟิศซินโดรม โรคประสาทหูเสื่อม โรคปอด ฯลฯ
โรคที่เกี่ยวข้องจากการทำงาน	หมายถึง โรคหรือความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติงาน โดยมีสาเหตุทำงาน จากปัจจัยหลายอย่างประกอบกัน และสาเหตุที่เกี่ยวข้องกับงาน ปัจจัยหนึ่งของการเกิดโรค เป็นผลโดยอ้อมจากการทำงาน เช่น โรคความดันโลหิตสูงจาก สาเหตุความเครียดจากการทำงาน โรคกระเพาะอาหาร (พนักงานที่ทำงาน ล่วงเวลาบ่อยๆ) ฯลฯ
ความปลอดภัยในการทำงาน	หมายถึง การกระทำหรือสภาพการทำงานซึ่งปลอดภัยจากสาเหตุที่ทำให้เกิด อันตราย การเจ็บป่วย การสูญเสียหรือความเดือดร้อนรำคาญอันเนื่องมาจากการทำงาน
อาชีพอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน	หมายถึง การดูแลสุขภาพอนามัย ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม สภาพแวดล้อมในการทำงานตลอดจนสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวกับการทำงานของผู้ปฏิบัติงาน

5 ส. เพื่อความปลอดภัยในการทำงาน



5 ส. เป็นแนวความคิดการจัดระเบียบเรียบร้อยในสถานที่ทำงาน เพื่อก่อให้เกิดสภาพการทำงานที่ดี ปลอดภัย มีระเบียบเรียบร้อย อันจะนำไปสู่การเพิ่มคุณภาพและประสิทธิภาพ

- 1. สะสาง** คือ การจัดแยกสิ่งที่ไม่จำเป็นออกจากสิ่งที่จำเป็นและกำจัดสิ่งที่ไม่จำเป็นออกไปให้มากที่สุด ของที่ไม่ใช้ ไม่ต้องการ ทิ้งไป/ขาย ของที่จะใช้เก็บเป็นระเบียบ มีป้ายบอก
- 2. สะอาด** คือ ดูแลสถานที่ทำงานให้ทำงานสะอาดเป็นระเบียบอยู่เสมอ จุดที่ควรดูแล พื้น มุมห้อง เพดาน มุมเพดาน โต๊ะทำงาน ชั้นวางของ ตู้เอกสาร หลอดไฟ ฝาครอบ และอื่นๆ อย่างรอบตัวเรา
- 3. สะดวก** คือ จัดวางสิ่งของที่จำเป็นให้ง่ายต่อการใช้ทางเดิน จัดเป็นหมวดหมู่ มีป้ายบอก
- 4. สุขลักษณะ** คือ รักษาสถานที่ทำงานให้สะอาด คำนึงถึงสุขภาพอนามัยของผู้บริหารและพนักงาน โดยดูแล 3 ส. แรกให้ดีอยู่เสมอ
- 5. สร้างนิสัย** คือ การปฏิบัติให้ต่อเนื่องจนเกิดเป็นนิสัย

มาตรฐานความปลอดภัยในการทำงาน

- มาตรฐานข้อปฏิบัติเพื่อสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน

- สิ่งที่ควรทำ (Do)

1. ดูแลสถานที่ทำงานสภาพแวดล้อมโดยรอบให้สะอาดและเป็นระเบียบด้วยหลักการ 5 ส. อยู่เสมอ
2. ดูแลป้องกันตนเองโดยการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี และปฏิบัติตามตามประกาศนโยบายด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย สภาพแวดล้อมในการทำงาน
3. รับประทานอาหารในบริเวณที่สำนักงานฯ จัดให้เท่านั้น
4. ปิดสวิทช์หรือถอดปลั๊กไฟฟ้าหลังการใช้งานทุกครั้ง
5. ผู้ปฏิบัติงานควรใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือให้ถูกวิธี และเหมาะสมกับประเภทของงาน
6. ควรรีบแจ้งผู้บังคับบัญชา หรืองานอาคารสถานที่ ซึ่งเป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบทราบทันที เมื่อพบเห็นสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ไม่ปลอดภัย หรือสิ่งนี้อาจทำให้เกิดอันตราย

- สิ่งที่ไม่ควรทำ (Don't)

1. ไม่ควรสูบบุหรี่ในบริเวณที่ทำงาน
2. ไม่ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงอันตรายในขณะที่ร่างกายไม่พร้อม
3. ไม่ให้ดัดแปลงแก้ไขอุปกรณ์ เครื่องใช้ต่าง ๆ ที่อาจทำให้เกิดอันตรายแก่ตนเองหรือผู้อื่น ควรแจ้งให้งานอาคารสถานที่ ซึ่งเป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบมาดำเนินการให้



- มาตรฐานความสะอาดและความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสถานที่ทำงาน



การปรับปรุงสภาพแวดล้อมในการทำงานอย่างต่อเนื่อง ทำให้สถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เพื่อเป็นการส่งเสริมให้พนักงานทุกคนมีสุขภาพที่ดี มีความสุขและความปลอดภัยในการทำงาน ควรปฏิบัติดังนี้

สถานที่ทำงานและบริเวณโดยรอบ	สะอาด ไม่ทิ้งหรือปล่อยปละละเลย และให้มีขยะหรือเศษวัสดุเกลื่อนกลาด
สภาพการทำงานที่ปลอดภัย	จัดเก็บสิ่งของเครื่องใช้ เอกสารต่างๆ ให้เป็นระเบียบตามหลัก 5 ส. โต๊ะ เก้าอี้ ตู้เก็บเอกสารจัดเก็บเข้าที่ให้เรียบร้อยหลังเลิกใช้งานแล้วทุกวัน การเดินสายไฟ สายโทรศัพท์เป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่พาดหรือวางเกะกะและมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์
สภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงานและบริเวณโดยรอบ	ไม่มีเสียงดังรบกวนการทำงาน มีแสงสว่างพอเหมาะไม่มีมลพิษจากอากาศ ฝุ่นละออง สาร เคมีต่าง ๆ (ควั่นบุหรี่ยี่ น้ำยาทำความสะอาด)

- มาตรฐานความปลอดภัยในสำนักงาน



พื้นที่สำนักงาน - ทางเดิน - ประตู - หน้าต่าง

- สิ่งที่ควรทำ (Do)

1. พื้นที่สำนักงานควรมีการทำความสะอาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะบริเวณทางเดินและมุมอับต่างๆ
2. กรณีมีน้ำหรือสิ่งของที่อาจทำให้เกิดการลื่นหกล้ม ให้รีบแจ้งพนักงานแม่บ้านมาทำความสะอาดพื้นที่ทันที ระหว่างรอทำความสะอาดควรแสดงเครื่องหมายเตือนไว้ด้วย
3. สายโทรศัพท์ เครื่องใช้ไฟฟ้า ควรติดตั้งให้เรียบร้อย ไม่พาดผ่านทางเดินหรือวางเกะกะ
4. บานประตูที่เปิด - ปิดสองบานควรติดเครื่องหมาย “ดึง” หรือ “ผลัก” ให้ชัดเจนและควรปฏิบัติตามโดยเคร่งครัด
5. หากมีการเปิดหน้าต่าง ควรทำการปิดล็อกหน้าต่างทุกครั้งหลังเลิกใช้งาน

- สิ่งที่ไม่ควรทำ (Don't)

1. อย่าวางสิ่งของเกะกะบริเวณทางออก ช่องทางเดิน ประตู ทางออกฉุกเฉิน

- มาตรฐานความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์ไฟฟ้า

การใช้ไฟฟ้าหรือเครื่องใช้ไฟฟ้า อย่างปลอดภัย



กระแสไฟฟ้าแม้มีเพียงเล็กน้อยอาจทำให้ถึงแก่ความตายได้ จึงควรระมัดระวังทุกครั้งที่ใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า โดยปฏิบัติตามดังนี้

○ สิ่งที่ควรทำ (Do)

1. ตรวจสอบอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ไฟฟ้า ก่อนการใช้งานทุกครั้ง โดยให้ตรวจสอบดูว่า สายไฟ ปลั๊กขั้วต่อชำรุด เปียกชื้นหรือไม่
2. จัดเก็บสายไฟให้เรียบร้อยขณะปฏิบัติงานและภายหลังเลิกใช้แล้ว
3. ปิดไฟและถอดปลั๊กอุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าทั้งของส่วนตัวและส่วนกลางทุกครั้ง เมื่อเลิกใช้งานหรือภายหลังจากเลิกแล้วทุกวัน
4. ศึกษาคู่มือการใช้งานของเครื่องมือ เครื่องใช้ไฟฟ้า แต่ละชนิดให้เข้าใจก่อนใช้งาน
5. ควรเก็บสายไฟให้เป็นระเบียบ ใช้สายไฟให้ถูกประเภท และมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การใช้ไฟฟ้าอย่างปลอดภัย
6. สวิตซ์ สายไฟ เต้ารับ เต้าเสียบ ควรได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพดีตลอดเวลา
7. การปฏิบัติงานที่เกี่ยวกับไฟฟ้าหรือซ่อมแซมติดตั้งระบบที่เกี่ยวกับไฟฟ้า ต้องมีผู้ปฏิบัติอย่างน้อย 2 คน

○ สิ่งที่ไม่ควรทำ (Don't)

1. อย่าใช้เต้าเสียบที่ไม่ได้มาตรฐานหรือใช้ร่วมกันมากเกินไป
2. ห้ามใช้เครื่องมืออุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้า ขณะร่างกายเปียกน้ำเด็ดขาด
3. พบอุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ไฟฟ้า ชำรุดให้เลิกใช้ทันที อย่าพยายามซ่อมแซมเอง ให้รีบแจ้งงานอาคารสถานที่ ซึ่งเป็นหน่วยงานรับผิดชอบมาดำเนินการซ่อมแซมให้
4. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายหรือผู้ถูกไฟดูดให้ตัดกระแสไฟก่อน อย่าเอามือเปล่าจับให้ใช้ผ้า ไม้ เชือก ที่แห้งดีงผู้บาดเจ็บให้หลุดออกมา เพื่อทำการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

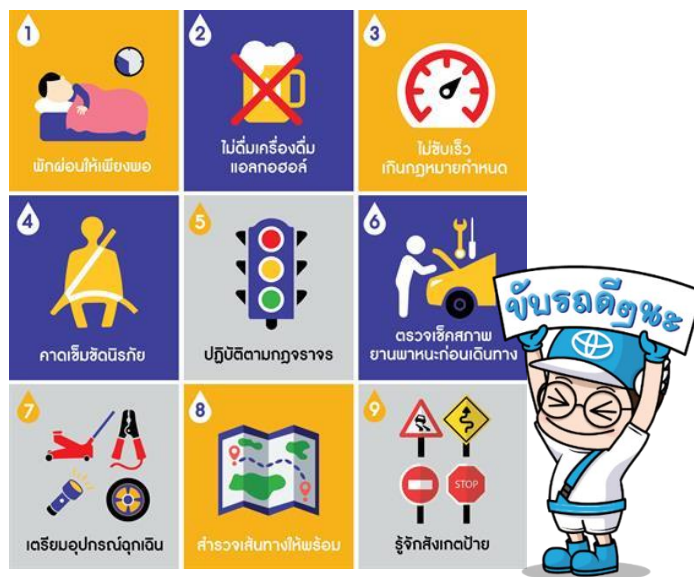
- **มาตรฐานความปลอดภัยในการใช้ยานพาหนะ**

- **สิ่งที่ควรทำ (Do)**

1. ขับขี่รถด้วยความระมัดระวัง อย่าประมาท
2. มีมารยาทในการขับที่ดี มีน้ำใจเอื้อเฟื้อแก่กัน
3. หมั่นตรวจเช็คสภาพเป็นประจำไม่ว่าจะเป็นน้ำมันเครื่อง น้ำมันเบรก น้ำมันเกียร์ น้ำในหม้อน้ำ น้ำกลั่นในแบตเตอรี่ ไฟสัญญาณต่างๆ เติมลมยางรถอย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง และนำรถเข้าตรวจและบำรุงรักษาที่ศูนย์บริการ หรือโดยช่างผู้ชำนาญตามระยะทางหรือเวลาที่กำหนด เพื่อความมั่นใจว่าไม่มีส่วนใดบกพร่องและพร้อมที่จะใช้งานได้อย่างปลอดภัยเสมอ
4. ปฏิบัติตามกฎหมายจราจรโดยเคร่งครัด
5. ขับรถด้วยความเร็วที่เหมาะสมกับสภาพถนนและการจราจร
6. การขับรถยนต์ต้องคาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้ง
7. การขับขี่รถจักรยานยนต์ต้องสวมหมวกกันน็อคทุกครั้ง
9. ควรใส่เบรกมือทุกครั้งเมื่อเมื่อนำรถเข้าจอดรถ เพื่อป้องกันรถลื่นไหล

- **สิ่งที่ไม่ควรทำ (Don't)**

1. อย่าขับรถขณะมีเมานเมาหรือกินยาแก้หวัด หรือขณะง่วงนอนจัด เพราะเมื่อตกอยู่ในสภาพเช่นนั้น จะทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ควรหาที่จอดที่ปลอดภัยแล้วพักผ่อน เพื่อให้ร่างกายกลับคืนสู่สภาพที่พอจะขับรถต่อไปได้



- มาตรฐานความปลอดภัยในการใช้เครื่องถ่ายเอกสารและเครื่องพิมพ์



○ สิ่งที่ควรทำ (Do)

1. ปิดฝาเครื่องให้สนิทก่อนเริ่มถ่ายเอกสารทุกครั้ง (เพื่อป้องกันแสงอัลตราไวโอเล็ตเข้าตา หรือสัมผัสผิวหนังมากเกินไปจนเกิดความจำเป็น ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการตาแดง ตุ่มคัน มะเร็งผิวหนัง)
2. หลีกเลี่ยงการสูดโอโซนที่ปล่อยออกมาจากเครื่องถ่ายเอกสาร (เพราะอาจทำให้เกิดอาการอ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ระคายเคืองจมูก/ปาก/คอ)
3. ควรตั้งเครื่องถ่ายเอกสารและเครื่องพิมพ์ในที่ที่มีอากาศหมุนเวียน หรือถ่ายเทได้สะดวก หรือจัดวางให้ไกลห่างจากผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่นั้น ๆ เพื่อป้องกันการฟุ้งกระจายของฝุ่น
4. บำรุงรักษาเครื่องถ่ายเอกสารและเครื่องพิมพ์อย่างสม่ำเสมอ

○ สิ่งที่ไม่ควรทำ (Don't)

1. พนักงานหญิงที่กำลังมีครรภ์ควรหลีกเลี่ยงการถ่ายเอกสาร

- **มาตรฐานการป้องกันและระงับอัคคีภัย**

การป้องกันและระงับอัคคีภัยเป็นหน้าที่ของพนักงานทุกคนต้องช่วยกันดูแลปฏิบัติ ดังนี้

- สิ่งที่ควรทำ (Do)

1. ต้องทราบวิธีการปฏิบัติตนเมื่อมีเหตุการณ์ไฟไหม้เกิดขึ้นในบริเวณสำนักงาน อย่าตื่นตกใจ ให้ปฏิบัติตามแผนปฏิบัติการฉุกเฉินที่ได้ฝึกซ้อมไว้
2. ต้องทราบตำแหน่งและที่ตั้งของอุปกรณ์เครื่องดับเพลิงที่มีใช้อยู่ในสำนักงาน ได้แก่ สัญญาณแจ้งเหตุเพลิงไหม้ เครื่องดับเพลิงแบบมือถือ
3. เรียนรู้วิธีการใช้งานของอุปกรณ์ดับเพลิงแต่ละประเภทและสามารถนำมาใช้งานได้ทันทีเมื่อมีเหตุการณ์ฉุกเฉินเกิดขึ้น
4. ให้ความร่วมมือ เข้าร่วมในการฝึกซ้อมดับเพลิงและฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ โดยพร้อมเพรียงกัน
5. พนักงานที่ไม่มีหน้าที่รับผิดชอบในแผนปฏิบัติการฉุกเฉินต้องรีบออกจากตัวอาคารโดยเร็วตามขั้นตอนในแผนอพยพหนีไฟ และให้ไปรวมกันที่จุดรวมพล ห้ามหนีไปที่อื่น ทั้งนี้เพื่อจะได้ตรวจและเช็คจำนวนและทราบว่ายังมีผู้ใดติดค้างอยู่ในอาคารอีกหรือไม่



- สิ่งที่ไม่ควรทำ (Don't)

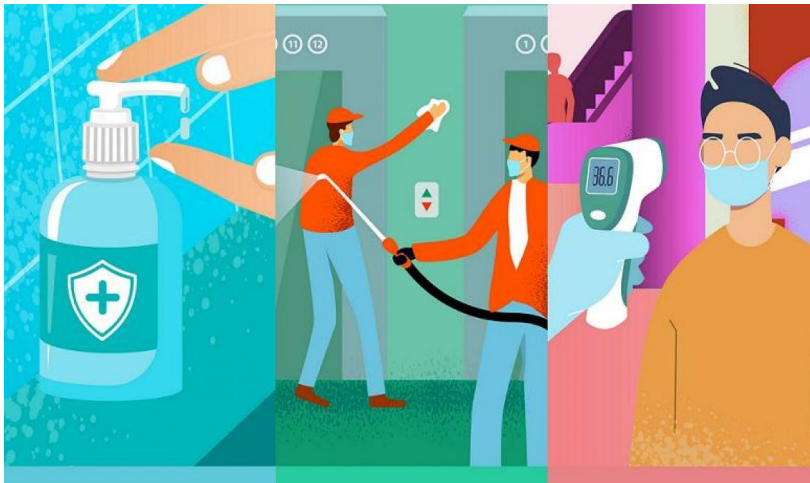
1. ห้ามสูบบุหรี่หรือทำให้เกิดประกายไฟบริเวณที่อาจก่อให้เกิดอัคคีภัย
2. ห้ามทิ้งก้นบุหรี่หรือวัตถุที่มีความร้อนลงในตะกร้า ถังขยะ หรือสิ่งรองรับอื่น ๆ ที่อาจก่อให้เกิดอัคคีภัยได้
3. ห้ามวางสิ่งของ วัสดุ เอกสารในตำแหน่งที่จะเป็นอุปสรรคหรือกีดขวางการนำเครื่องดับเพลิงมาใช้งานอย่างสะดวกและรวดเร็ว
4. ห้ามนำเครื่องดับเพลิงมาฉีดยกหรือหยอกล้อกัน

- มาตรฐานความปลอดภัยในการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด-19



มาตรการความปลอดภัยสำหรับผู้บริหารและพนักงาน

1. กำหนดให้ผู้บริหารและพนักงานปฏิบัติงานจากที่บ้าน (Work From Home) เพื่อลดโอกาสการแพร่กระจายเชื้อโรค โดยให้เป็นไปตามประกาศของสำนักงาน ฯ เรื่อง มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อโรคโควิด-19
2. มีการรายงานสุขภาพและประวัติความเสี่ยงจากโรคโควิด-19 ต่อผู้บังคับบัญชาเป็นประจำทุกวัน
3. หลีกเลี่ยง/งดเว้นการเข้าร่วมประชุม สัมมนา หรือปฏิบัติงานอื่นภายนอกร่วมกับผู้อื่น
4. การจัดประชุม การจัดสัมมนา และการฝึกอบรม ให้ดำเนินการในระบบ e-Meeting
5. พนักงานได้รับการอบรม ให้ตระหนัก และปฏิบัติตามหลักสุขอนามัยที่ดี ล้างมือเป็นประจำ มีแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อติดตัว และสวมใส่หน้ากากอนามัยก่อนออกจากบ้านทุกครั้งทุกคน
6. มีมาตรการกักตัวเองเป็นเวลา 14 วันทันที ตามระยะฟักตัวที่องค์การอนามัยโลกกำหนด หากมีไข้ หรือมีความเสี่ยงที่ได้รับเชื้อโรค COVID-19
7. งดการเดินทางไปต่างประเทศ



มาตรการความปลอดภัยภายในสำนักงาน

1. ทำความสะอาด บริเวณจุดเสี่ยงและบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อย ทุก 1-2 ชม. เช่น ลูกบิดประตู ราวบันได เป็นต้น
2. มีการติดตั้งเครื่องวัดอุณหภูมิร่างกายและเครื่องจ่ายแอลกอฮอล์ล้างมือสำหรับผู้บริหารและพนักงาน บริเวณทางเข้า-ออก สำนักงาน
3. มีการประชาสัมพันธ์ข้อมูล ข่าวสาร สถานการณ์ของโรคโควิด-19 ให้แก่ ผู้บริหารและพนักงาน ตามช่องทางของสำนักงาน
4. จัดเตรียมอุปกรณ์เครื่องมือเพื่อป้องกันการติดเชื้อโรค ได้แก่ สบู่ แอลกอฮอล์ หน้ากากอนามัย เป็นต้น
5. สำนักงาน ดำเนินการพ่นยาฆ่าเชื้อโรคทุกครั้งที่ได้รับทราบว่ามีผู้บริหารหรือพนักงานติดเชื้อโรคโควิด-19

ภาคผนวก

เครื่องหมายเพื่อความปลอดภัย

เครื่องหมาย	ความหมาย
	ห้ามสูบบุหรี่
	ทางออกฉุกเฉิน ซ้ายมือ
	ทางออกฉุกเฉิน ขวามือ
	ทิศทางตรงสู่ปลอดภัย

เครื่องหมาย	ความหมาย
	ทิศทางเฉียงสู่ปลอดภัย
	จุดรวมพล
	อุปกรณ์ดับเพลิงยกหิ้ว

ติดต่อสายด่วนช่วยชีวิต

1. เมื่อพบเหตุเจ็บป่วยฉุกเฉินให้ตั้งสติ และโทรแจ้ง **สายด่วน 1669**
2. ให้ข้อมูลว่าเกิดเหตุอะไรมีผู้ป่วยและผู้บาดเจ็บในลักษณะใด
3. บอกสถานที่เกิดเหตุเส้นทางจุดเกิดเหตุให้ชัดเจน
4. บอกเพศ ช่วงอายุ อาการจำนวนผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บ