

होक्काइडो में काम करने वाले सभी विदेशियों के लिए

北海道で働く外国人の皆様へ

सुरक्षा सबसे पहले आती है!

安全はすべてに優先します



**जापान में काम करते समय विभिन्न कानूनी प्रावधान हैं।
अगर आप कानून का पालन नहीं करेंगे तो आपको सजा
मिलेगी। नियमों का पालन करें और सुरक्षित एवं संरक्षित
तरीके से काम करें।**



この資料は厚生労働省北海道労働局が作成した
資料をヒンディー語に翻訳したものです。

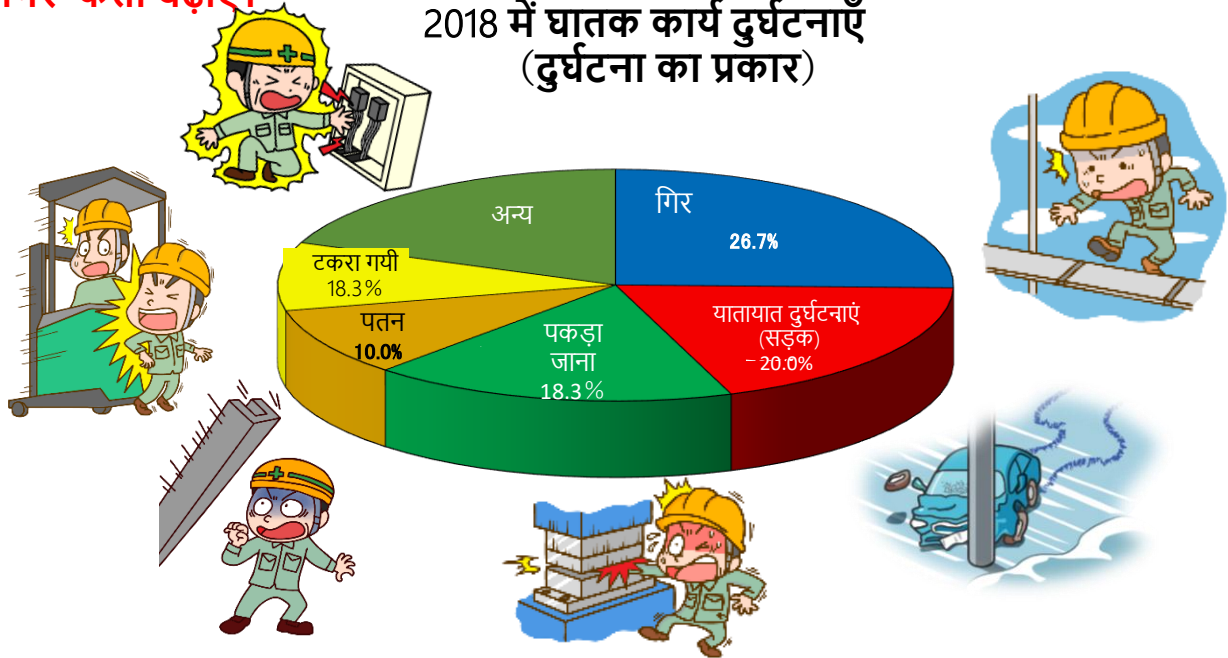


कार्यस्थल पर दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

【1】 職場にはさまざまな危険がある！ कार्यस्थल पर कई खतरे हैं!

आइए होक्काइडो में होने वाली औद्योगिक दुर्घटनाओं को समझें और खतरों के प्रति जागरूकता बढ़ाएं।

2018 में घातक कार्य दुर्घटनाएँ
(दुर्घटना का प्रकार)



【2】 「かもしれない」で危険を意識する！ विचार करें कि दुर्घटनाएं घटित हो सकती हैं!

इंसान

चुटकी लगना, चोट लगना, गिरना, ऑक्सीजन की कमी, जलना, बिजली का झटका लगना, पीठ पर चोट लगना, फंस जाना, गैस विषाक्तता, गिरना, डूबना

ऐसा हो सकता है



कार्यस्थल पर कई खतरे हैं!



चीज़

हिलना, मुड़ना, उड़ना, गिरना, बाहर आना, जलना, उखड़ना, उखड़ना, टूटना, रिसाव

ऐसा हो सकता है

कार्यस्थल पर दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

【3】安全な作業は正しい服装から!

सुरक्षित कार्य उचित कपड़ों से शुरू होता है!

◆ काम करते समय उचित सुरक्षात्मक कपड़े पहनें।

◆ काम के कपड़े फिट और हल्के होने चाहिए।

◆ यदि आपकी आस्तीन लंबी है, तो कफ को कस लें और जैकेट को अपनी पतलून में डाल लें।

◆ काम करते समय ब्लेड, स्कूड्राइवर या ड्रिल जैसे औजार अपनी जेब में न रखें।

◆ कोई ऐसी चीज न पहनें जो उसमें फंस सकती हो, जैसे स्कार्फ या।



【4】決められた作業手順を守る!

स्थापित कार्य प्रक्रियाओं का पालन करें!

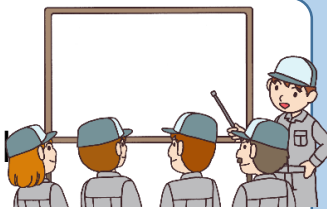
◆ स्थापित कार्य प्रक्रियाओं (कार्य मानकों) का सख्ती से पालन करें।

◆ सुरक्षा उपकरणों की आवश्यकता को समझें और काम करते समय सुरक्षा उपकरणों को हटाएं या अक्षम न करें।

◆ कृपया कार्य निर्देशों में वर्णित कार्य प्रक्रियाओं का बार-बार अभ्यास करें और उनमें महारत हासिल करें।

◆ सुरक्षा के लिए क्या करें और क्या न करें को समझें।

◆ आदत के कारण होने वाली चोटों से सावधान रहें, और जल्दबाजी या मजबूर कार्य न करें।



कार्यस्थल पर दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

【5】 4Sの励行で安全を高める! 4S लागू करके सुरक्षा बढ़ाएँ!

【जेल भेजना】 (Seiri)

आपको जो चाहिए उसे अलग करें और जो नहीं चाहिए उसे हटा दें। इससे कार्यकुशलता बढ़ती है और दुर्घटनाओं का खतरा कम होता है।



【इकट्टा करना】 (Seiton)

आवश्यक वस्तुओं को उपयोग में आसान और समझने में आसान तरीके से संग्रहीत करके, आप बर्बाद होने वाले समय को कम कर सकते हैं और गुणवत्ता में सुधार कर सकते हैं।



【स्वच्छता】 (Seiketsu)

गंदगी हटाने और आसपास के क्षेत्र को साफ रखने से उत्पाद की गुणवत्ता में सुधार होता है और ख़ाद्य विषाक्तता और विदेशी पदार्थ संदूषण को रोकने में मदद मिलती है।



【आदत डाल लो】 (Syuukan)

नियमों का पालन करके, आप स्वचालित रूप से इसके बारे में सोचे बिना सुरक्षित और स्वच्छतापूर्वक कार्य करने में सक्षम होंगे।

कार्यस्थल पर दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

安全な作業をみんなで実施し職場を安全に!

【6】 आइये हम सभी सुरक्षित तरीके से काम करें और कार्यस्थल को सुरक्षित बनाएं!

गिरने से बचाव के लिए मुख्य बिंदु

- ◆ अपने फर्श को हर समय साफ सुथरा रखें।
- ◆ बड़ी या भारी वस्तुओं के लिए डोली का प्रयोग करें।
- ◆ वस्तुओं को पकड़कर हिलें नहीं।
- ◆ कृपया दालान को रोशन करें।



किसी चीज में फंसने से होने वाली दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

- ◆ मशीन की सफाई, समायोजन या मरम्मत करने से पहले, मशीन का संचालन बंद कर दें।
- ◆ इसे अप्रत्याशित रूप से पुनः चालू होने से रोकने के लिए सावधानी बरतें।
- ◆ कार्य क्षेत्र को घेरें और सुरक्षा उपकरणों को सक्रिय करें



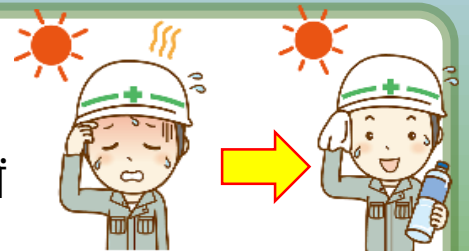
कटने और खरोंचने से होने वाली दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

- ◆ मशीन के ब्लेड को साफ रखें।
- ◆ चाकू का उपयोग करते समय कृपया इसे सुरक्षित रखें।



हीट स्ट्रोक से बचाव के लिए मुख्य बिंदु

- ◆ पर्याप्त नींद लें और अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें।
- ◆ अपने आस-पास के लोगों की शारीरिक स्थिति में किसी भी बदलाव पर ध्यान दें।
- ◆ सांस लेने योग्य, नमी सोखने वाले तथा शीघ्र सूखने वाले कपड़े पहनें।
- ◆ बार-बार ब्रेक लें और पानी पीते रहें।



कार्यस्थल पर दुर्घटनाओं को रोकने के लिए मुख्य बिंदु

【7】もし異常事態が発生したら！ अगर कुछ असामान्य घटित हो तो क्या होगा?

यदि आपको कुछ असामान्य दिखाई दे तो पहले जांच लें कि क्या हो रहा है।

- ◆ अपने बॉस या सहकर्मियों से ज़ोर से बोलें।
- ◆ मशीन को रोकने के लिए आपातकालीन स्टॉप बटन का उपयोग करें।
- ◆ कृपया प्रभारी व्यक्ति के निर्देशों के तहत और अपने आस-पास के लोगों के सहयोग से उचित उपाय करें।
- ◆ आपको अपने निर्णयों पर कार्य नहीं करना चाहिए।



【8】労働災害が発生したら！ यदि कोई कार्य दुर्घटना घटित हो तो क्या होगा?

यदि आपको कुछ असामान्य दिखाई दे तो पहले जांच लें कि क्या हो रहा है।

- ◆ सबसे पहले, शांत हो जाइये
 - जल्दबाजी में पीड़ित के पास जाने से द्वितीयक आपदा हो सकती है।
 - अपने आस-पास के लोगों को ऊंची आवाज में बताएं कि कोई आपदा घटित हुई है।
- ◆ पीड़ितों को सहायता प्रदान करें।
 - अपने प्रबंधक या पर्यवेक्षक से संपर्क करें।
 - पीड़ितों को अस्पताल ले जाने आदि के संबंध में प्रभारी व्यक्ति के निर्देशों का पालन करें।



तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं के लिए कार्य-विशिष्ट सुरक्षा और स्वास्थ्य मैनुअल के लिंक

~जापान अंतर्राष्ट्रीय प्रशिक्षण सहयोग संगठन (JITCO) द्वारा तैयार~



- ◆ वेल्डिंग उद्योग में लगे तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं की सुरक्षा एवं स्वास्थ्य सुनिश्चित करने के संबंध में
- ◆ खाद्य निर्माण उद्योग में लगे तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं की सुरक्षा एवं स्वास्थ्य सुनिश्चित करने के संबंध में
- ◆ तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं के लिए निर्माण कार्य सुरक्षित रूप से करने के लिए पहला कदम
- ◆ धातु उत्पाद विनिर्माण उद्योग में तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं की सुरक्षा और स्वास्थ्य सुनिश्चित करना
- ◆ कृषि में लगे तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं की सुरक्षा और स्वास्थ्य सुनिश्चित करना
- ◆ पशुधन प्रजनन में लगे तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षुओं की सुरक्षा और स्वास्थ्य सुनिश्चित करना
- ◆ पीसने वाली मशीनों (ग्राइंडर, सैंडर्स, आदि) के संचालन से संबंधित औद्योगिक दुर्घटनाओं को रोकने के उपाय
- ◆ वेल्डिंग प्रशिक्षण के लिए औद्योगिक दुर्घटना निवारण मैनुअल

अपने स्मार्टफोन पर
साइट पर जाएं !



श्रम परामर्श केंद्र लिंक

तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षण संगठन (TITO) मूल भाषा परामर्श

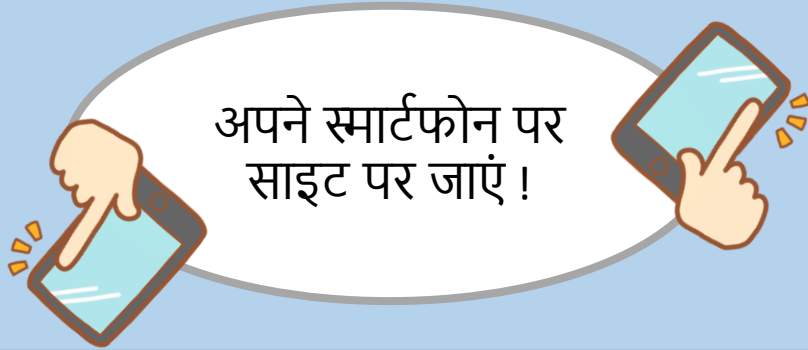
हम जापान में जीवन, कौशल प्रशिक्षण आदि के बारे में आपकी मूल भाषा में आपसे परामर्श करेंगे।

◆ तकनीकी प्रशिक्षुओं के सामने आने वाली समस्याएं

उदाहरण के लिए

ओवरटाइम का भुगतान न करना, हिंसा का शिकार होना, अनुबंध में लिखी बातों से अलग होना, उनका पासपोर्ट छीन लेना, स्वतंत्र रूप से यात्रा करने में सक्षम न होना, अपने देश लौटने के लिए मजबूर होना आदि।

आप प्रशिक्षण प्रदाताओं और प्रबंधन संगठनों द्वारा तकनीकी प्रशिक्षु प्रशिक्षण अधिनियम के उल्लंघन की रिपोर्ट भी कर सकते हैं।



अपने स्मार्टफोन पर
साइट पर जाएं !



होक्काइडो श्रम ब्यूरो विदेशी कर्मचारी परामर्श कॉर्नर

◆ विदेशियों के लिए रोजगार सहायता

हेलो वर्क प्लाजा साप्पोरो में एक विदेशी रोजगार सेवा कॉर्नर है।

◆ विदेशी कामगारों के लिए टेलीफोन परामर्श (स्वास्थ्य, श्रम और कल्याण मंत्रालय के होमपेज का लिंक)

क्या आप कामकाजी परिस्थितियों को लेकर चिंतित हैं?