

ข่าวสารถึงผู้ปฏิบัติงานด้านเทคนิคทุกคน

หวังว่าทุกคนจะสบายดีในช่วงที่อากาศร้อนเช่นนี้

ในช่วงที่อากาศร้อนอย่างต่อเนื่อง ทุกคนสบายดีกันหรือไหม

ความแตกต่างของอุณหภูมิอากาศข้างนอกกับในห้องที่เปิดแอร์อาจทำให้ไม่สบายได้

อากาศร้อนทำให้เบื่ออาหารบ้างหรือไม่ และมีใครเป็นหวัดเพราะเปิดแอร์ทิ้งไว้ในช่วงเวลาที่นอนหรือไม่

ในทุกๆปีในช่วงระหว่างหยุดยาวหน้าร้อนมักจะมีคนได้รับบาดเจ็บหรือป่วยเพราะความประมาท

ขอให้ทุกคนดูแลสุขภาพในช่วงหน้าร้อนกันด้วย

ปัจจุบันได้มีการผ่อนคลายมาตรการป้องกันโควิดพร้อมกับการผ่อนคลายเรื่องการสวมหน้ากากอนามัย

แล้วก็ตามแต่อย่างไรก็ตามขอให้ทุกคนยังคงปฏิบัติตามมาตรการรับมือและป้องกันโควิดอย่างเคร่งครัด

ข่าวสารแจ้งเกี่ยวกับข้อควรระวังในช่วงวันหยุดเทศกาลไอบิ่ง

ขอให้ระมัดระวังตามข้อต่อไปนี้

1. การป้องกันการติดเชื้อโควิด

- สวมใส่หน้ากากอนามัย และหลีกเลี่ยงการสนทนากับผู้ที่ไม่สวมใส่หน้ากากอนามัย
- รักษาระยะห่างระหว่างกันอย่างน้อย 1 เมตรขึ้นไป (social distancing)
- หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารในที่ที่มีผู้คนจำนวนมากและเป็นระยะเวลานาน
- เปิดระบายอากาศภายในห้องพักอย่างสม่ำเสมอ

ตรวจสอบข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ “ https://www.dtit.go.jp/Covid2_jissyu_kansen/ ”

2. อุบัติเหตุทางน้ำ

จากข้อมูลของ JTCC พบว่าในทุกๆปีมีผู้ฝึกงานด้านเทคนิคหลายคน ประสบอุบัติเหตุเสียชีวิตจากการจมน้ำในแม่น้ำ ทะเล บ่อน้ำและคลอง

ข้อควรระวังพื้นฐานในการป้องกัน 'อุบัติเหตุทางน้ำ'

- (1) ปฏิบัติตามกฎระเบียบการใช้สระว่ายน้ำ และปฏิบัติตามคำสั่งของผู้ควบคุมดูแล
- (2) ทะเล เล่นน้ำได้เฉพาะในจุดที่อนุญาตให้เล่นน้ำได้เท่านั้น ห้ามเล่นน้ำในเขตต้องห้ามบริเวณชายฝั่ง เนื่องจากมีความอันตราย
- (3) ห้ามเล่นน้ำนอกเหนือจากเขตที่จัดให้เล่นน้ำได้เด็ดขาด
- (4) ห้ามเล่นน้ำในแม่น้ำและบ่อน้ำเด็ดขาด เนื่องจากมีความอันตราย
- (5) ห้ามเล่นน้ำหลังดื่มแอลกอฮอล์หรือเวลาที่ไม่สบายเด็ดขาด
- (6) ห้ามเล่นน้ำในแม่น้ำ หรือกระโดดจากสะพานลงแม่น้ำที่ช่วงน้ำขึ้นหลังพายุเข้าและฝนตกหนักเด็ดขาดเนื่องจากมีความอันตรายสูง

3. โรคลมแดด

ถ้าเป็นโรคลมแดดร่างกายจะไม่สามารถปรับอุณหภูมิในร่างกายได้ ทำให้มีอาการหน้ามืด ชัก คลื่นไส้ อาเจียน หมดสติ และในบางครั้งอาจทำให้ถึงขั้นเสียชีวิตได้

วิธีการป้องกันจากโรคลมแดดมีดังต่อไปนี้

- (1) ห้ามออกไปเดินเล่นด้านนอก หรือออกกำลังกายในขนาดที่ร่างกายอ่อนเพลีย จากการพักผ่อนไม่เพียงพอ ทำงานหนักเกินไป หรือเป็นหวัดไม่สบาย เป็นต้น
- (2) สวมใส่เสื้อผ้าที่ดูดความชื้นและระบายความร้อนได้ดี พกหมวกและร่มกันแดดเวลาออกไปข้างนอกและพักผ่อนร่มไม้ที่อากาศเย็นสบายหรือในห้องที่มีแอร์
- (3) ดื่มน้ำและเกลือแร่บ่อยๆ ในกรณีที่เป็น โรคลมแดดสิ่งที่สำคัญ คือ การทำให้อุณหภูมิร่างกายลด โดยใช้ผ้าเย็น หรือใช้พัดพัด เป็นต้น

การดื่มน้ำหรือเกลือแร่ควรทำหลังจากที่มีสติแล้ว ในระหว่างที่หมดสติให้ปล่อยให้เป็นหน้าที่ของผู้ที่เกี่ยวข้องกับการรักษา เช่น รถฉุกเฉิน หรือโรงพยาบาล

4. การเจ็บไข้ได้ป่วย

ถ้าหากไม่สบาย • • •

- ให้ทำการแจ้งอาการให้กับผู้รับผิดชอบดูแล
- กรณีที่จำเป็นต้องไปโรงพยาบาล ให้ทำการปรึกษากับผู้ดูแล

ฝากให้ระมัดระวังเรื่องอาหารเป็นพิษด้วย

5. อุบัติเหตุทางจราจร

ปฏิบัติตามกฎจราจรของญี่ปุ่นอย่างเคร่งครัดเพื่อไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ

กรณีเกิดอุบัติเหตุ • • •

พกบัตรข้อมูลสำหรับติดต่อ, บัตรไซริวติดตัวเสมอ

เพื่อให้สามารถติดต่อกับสหกรณ์และคนที่ดูแลได้แม้ในกรณีที่เกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด

อีกทั้งให้ปฏิบัติตามกฎจราจรในการขับขี่จักรยาน การรักษากฎระเบียบ = รักษาชีวิตตัวเอง

6. การทำงานพิเศษ

ห้ามผู้ฝึกทักษะทางเทคนิคทำงานพิเศษ หรือการหารายได้เสริม

สถานะการพำนักที่เกี่ยวข้องได้แก่ 「ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค 1」 และ 「ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค 2」 และ 「ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค 3」

การรับค่าตอบแทนจากบริษัทอื่นหรือร้านค้าอื่น ทั้งหมดถือเป็นการทำงาน

ฉะนั้นไม่เพียงแก่เจ้าตัวเท่านั้น ยังรวมถึงบริษัท สหกรณ์จะได้รับโทษจากการฝ่าฝืนกฎหมาย

อีกทั้งหากทำงานนอกเหนือสายงานที่กำหนดจะถูกส่งตัวกลับประเทศ

7. แผ่นดินไหว

เป็นที่ทราบกันดีว่าประเทศญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีแผ่นดินไหวบ่อย

ถ้าเกิดเหตุแผ่นดินไหว

ทุกคนทราบหรือไม่ว่าต้องทำอะไรบ้าง

และสามารถปฏิบัติเพื่อป้องกันตัวเองได้หรือไม่

ขอให้ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับแผ่นดินไหว

(หนังสือให้คำแนะนำการดำเนินชีวิต

คู่มือการป้องกันภัยพิบัติของสำนักงานดับเพลิงและจัดการภัยพิบัติ)

(http://www.fchagc.jp/bousai_manual/index.html) เพื่อรับข่าวสาร ความรู้ที่ถูกต้องเป็นประจำ

8. อื่นๆ

ปฏิบัติตามกฎหมายญี่ปุ่น กฎระเบียบของบริษัทและหอพัก

อาชญากรจะถูกลงโทษโดยไม่เกี่ยวข้องว่าเป็นคนญี่ปุ่นหรือต่างชาติ

และเมื่อถูกบันทึกประวัติของอาชญากรจะติดตัวไปตลอดชีวิตไม่สามารถลบได้

- ห้ามพกแรมนอกหอพักโดยไม่ได้รับอนุญาต

ต้องขออนุญาตตามกฎหมายของบริษัท และสหกรณ์ก่อน (บางกรณีอาจจะไม่ได้รับอนุญาตจากบริษัท

ขอให้ปฏิบัติตามคำสั่ง)

- กฎระเบียบมีไว้เพื่อให้ผู้ฝึกทักษะทางเทคนิคทุกคนสามารถใช้ชีวิตในญี่ปุ่นได้โดยสวัสดิภาพ

ขอให้ปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่างเคร่งครัด

อย่าปล่อยให้มีความสุข

ความอยากรู้อยากเห็นในชั่วขณะหนึ่งทำให้ทุกอย่างที่ทุ่มเทมาเสียเปล่า

การลักขโมย การนั่งพาหนะโดยไม่จ่ายค่าโดยสาร •

การเอาจักรยานที่คนอื่นทิ้งไว้มาใช้ถือเป็นอาชญากรรม

เป็นเรื่องที่น่าเสียดาย

ที่แก๊งค์อาชญากรรมตั้งเป้าหมายเป็นผู้ฝึกงานด้านเทคนิค

และมีเหตุการณ์ถูกล่อลวงให้ไปพันพัวกับการก่ออาชญากรรมเพิ่มมากขึ้น

ห้ามหลงเชื่อการชักชวนที่สวยหรูแม้จะเป็นคนชาติเดียวกัน

คำพูดที่สวยหรูคู่มือจะมีหลุมพรางอยู่ในนั้น ให้ทำการป้องกันตัวเองด้วยตัวเอง

ห้ามให้พาสปอร์ตกับใคร ยกเว้นสหกรณ์และบริษัท

ต.ม.จะไม่มีการขอพาสปอร์ตโดยตรงกับผู้ฝึกงาน

พาสปอร์ตของคุณกำลังตกเป็นเป้า ขอให้ระมัดระวัง