



### 宿舎内の行動面での安全対策

#### ① 食事の調理中

日本と研修生・技能実習生のみなさんの母国では、使用する調理器具が異なる場合があります、特に日本と中国の包丁では、大きさも異なり使い方も違うために指を切りやすいものです。また、中国において揚げ物などに使う鍋は、肉厚で重く、火が日本のフライパンと比べ中へは回りにくく、サイズも大きいので一般に油が飛び散ることが起きにくいのに比べ、日本のフライパンは容易に火が回りやすく火傷します。

対策として、調理の仕方、調理器具の使い方などについて生活指導員に聞いて使います。

また、火災防止のために消火器の設置とその使用方法についても併せて聞きます。

#### ② 就寝中

湯たんぽによる低温火傷がよくありますが、暖房方法（中国は床暖房）が違う湯たんぽを、よく判らぬまま使い始めることに問題があります。

対策として、湯たんぽなど暖房器具の使用法について生活指導員に聞いて使います。

#### ③ 一般生活行動中

階段昇降中の転落、廊下歩行中の転倒、家具移動中の挟まれ・無理な動作、入浴中の転倒、掃除中の物の落下・無理な動作、洗濯物を運んだり、干したりする際の墜落・転倒、扉開閉中の挟まれなどによる怪我が発生しています。これらの事故は日本に長年住んでいる者にも同様に発生しますが、研修生・技能実習生の母国との習慣の違いなどに問題があるとも考えられます。

対策として、一般的安全教育に加え、宿舎内での生活活動を円滑にするルール化や習慣化が必要で、それを実地に指導する生活指導員やリーダーの適切な指導が必要です。

#### ④ 天災地変時の対応

地震、台風等非常時の対応として、避難通路の確保、家具の転倒防止措置、懐中電灯、情報収集のためのテレビ・ラジオ等が必要で。

### มาตรการป้องกันความปลอดภัยในที่พักอาศัย

#### ① ขณะทำการปรุงอาหาร

อุปกรณ์เครื่องครัวของญี่ปุ่นและของประเทศผู้ฝึกงาน และผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคอาจมีความแตกต่างกัน โดยเฉพาะมีดทำครัวของญี่ปุ่นและของจีนจะมีขนาดที่แตกต่างกัน และวิธีใช้ก็แตกต่างกันซึ่งอาจบาดเจ็บได้ง่าย หม้อที่ใช้สำหรับทอดอาหารต่างๆของจีน จะมีเนื้อหนาและหนัก ความร้อนจะกระจายได้ไม่ทั่ว เมื่อเทียบกับกระทะญี่ปุ่น และขนาดกระทะที่ใหญ่ขึ้น โดยทั่วไปจะทำให้ น้ำมันกระเด็นออกได้ยาก แต่กระทะญี่ปุ่นจะร้อนได้ง่ายและเร็ว ความร้อนอาจลวกมือได้ง่าย

วิธีการป้องกันแก้ปัญหา คือขอคำแนะนำจากที่ปรึกษาดูแลเกี่ยวกับการดำรงชีวิต ถึงวิธีการปรุงอาหาร วิธีการใช้อุปกรณ์เครื่องครัวต่างๆ รวมทั้งขอคำแนะนำเกี่ยวกับการติดตั้งวัสดุอุปกรณ์ดับเพลิงและวิธีการใช้ เพื่อป้องกันอัคคีภัยด้วย

#### ② ขณะนอนหลับ

การโดน “ยูทัมโป” (อุปกรณ์ทำความร้อนด้วยน้ำร้อน) ลวก (เทออน ยาโกโดะ) จะเกิดขึ้นอยู่บ่อยๆ แต่ปัญหานี้มักจะเกิดจากความไม่เข้าใจวิธีการใช้งาน (ประเทศจีนใช้เครื่องทำความร้อนชนิดที่ให้อุ่นจากพื้นห้อง)

วิธีการป้องกันแก้ปัญหานี้คือ สอบถามวิธีการใช้ “ยูทัมโป” หรือเครื่องทำความร้อนต่างๆก่อนใช้ จากที่ปรึกษาดูแลเกี่ยวกับการดำรงชีวิต

#### ③ การดำรงชีวิตทั่วไป

อุบัติเหตุที่จะพบเห็นได้บ่อย ไม่ว่าจะ การหกล้มขณะขึ้นลงบันได หกล้มขณะเดินที่ระเบียง ถูกหนีบหรือทับขณะทำการเคลื่อนย้ายเครื่องเรือน ผื่นทำการเคลื่อนย้ายสิ่งของ ล้มลงขณะอาบน้ำ วัตถุสิ่งของตกหล่นขณะทำความสะอาด พลัดตก หกล้มขณะตากผ้า ประตูหนีบขณะที่เปิดหรือปิด เป็นต้น แม้แต่ผู้ที่อาศัยอยู่ญี่ปุ่นเป็นเวลานานหลายปีก็ตามก็อาจเกิดอุบัติเหตุดังกล่าวได้ ซึ่งคิดว่าปัญหานี้จะมาจากความไม่คุ้นชินในการใช้ชีวิตที่มีความแตกต่างจากประเทศบ้านเกิดของผู้ฝึกงาน

วิธีการป้องกันก็คือ การหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับความปลอดภัยทั่วไป และเพื่อให้การดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันราบรื่น จำเป็นต้องมีกฎระเบียบร่วมกันและปรับความเคยชินของตน ทั้งนี้สามารถขอคำแนะนำจากที่ปรึกษาดูแลเกี่ยวกับการดำรงชีวิต และหัวหน้าได้

#### ④ การปฏิบัติตนเมื่อเกิดภัยธรรมชาติ

การปฏิบัติตนเมื่อเกิดภัยธรรมชาติ เช่น แผ่นดินไหว พายุไต้ฝุ่น มีความจำเป็นต้องรู้ถึงเส้นทางหนีภัยอย่างดี ติดตั้งระบบป้องกันการล้มคว่ำของตู้ เครื่องใช้เฟอร์นิเจอร์ในบ้าน การเตรียมไฟฉาย รวมทั้งอุปกรณ์สำหรับรับฟังข่าวสาร เช่น วิทยุ โทรทัศน์ให้พร้อม