



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามสำหรับพนักงานโรงงานนิคมอุตสาหกรรม ภาคเหนือ จังหวัดลำพูน

เรื่อง “ผลกระทบของมลภาวะอุตสาหกรรมต่อคนงานใน
โรงงานนิคมอุตสาหกรรมภาคเหนือ จังหวัดลำพูน”

แบบสอบถามนี้ใช้ในการสำรวจข้อมูลสำหรับการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระของนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต ภาคพิเศษ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ทั้งนี้ เพื่อสำรวจและวิเคราะห์ถึงผลกระทบที่พนักงานได้รับจากมลพิษที่เกิดจากการทำงานโรงงานอุตสาหกรรมในนิคมอุตสาหกรรมลำพูน ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงานของพนักงานและผู้บริหาร วิธีการในการสร้างความตระหนักถึงผลกระทบจากมลพิษที่เกิดจากการทำงาน และพฤติกรรมการดูแลป้องกันรักษาสุขภาพอนามัยและความปลอดภัยของพนักงานที่ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสอบถามครั้งนี้จะนำไปใช้ในการปรับปรุง เปลี่ยนแปลงและพัฒนาการจัดการด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในโรงงานให้เหมาะสมต่อไป

ทางผู้ศึกษาหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับข้อมูลที่ตรงตามความเป็นจริงจากท่าน โดยผลของการศึกษาครั้งนี้จะเก็บไว้เป็นความลับ และท่านเท่านั้นที่จะทำให้การสำรวจครั้งนี้สัมฤทธิ์ผล จึงขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ด้วย

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงใน () ที่ตรงกับข้อเท็จจริง หรือความคิดเห็นของท่านมากที่สุด เพียงคำตอบเดียวหรือเติมข้อความในช่องว่างตามเหมาะสม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล

1. เพศ

() 1. ชาย

() 2. หญิง

2. อายุ

() 1. 18-20 ปี

() 2. 21-30 ปี

() 3. 31-40 ปี

() 4. 41-50 ปี

() 5. ตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป

3. สถานภาพ

- () 1. โสด () 2. สมรส
() 3. ม่าย () 4. หย่าร้าง

4. ระดับการศึกษา

- () 1. ประถมศึกษา () 2. มัธยมศึกษาตอนต้น
() 3. มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช./ปวส.
() 4. อนุปริญญา () 5. ปริญญาตรี
() 6. สูงกว่าปริญญาตรี

5. รายได้ต่อเดือน

- () 1. ต่ำกว่า 5,000 บาท () 2. 5,001-10,000 บาท
() 3. 10,001-15,000 บาท () 4. 15,001-20,000 บาท
() 5. มากกว่า 20,000 บาท

1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับการทำงานของท่าน

6. ปัจจุบันท่านทำงานในตำแหน่ง

.....

7. ระยะเวลาที่ท่านทำงาน ปี (ในบริษัทหรือโรงงานที่ท่านทำในปัจจุบัน)

8. ประเภทของบริษัทที่ท่านทำงานอยู่ในปัจจุบัน

- () 1. อุตสาหกรรม อิเล็กทรอนิกส์
() 2. อุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่ม
() 3. อุตสาหกรรมผลิตชิ้นส่วนอุปกรณ์จักรยานยนต์ เครื่องบิน
() 4. อุตสาหกรรมอัญมณีและเครื่องประดับ

9. ในการทำงานของท่าน ท่านเคยมีปัญหาด้านสุขภาพหรือไม่

- () 1. มี () 2. ไม่มี
() 3. อื่น ๆ (ระบุ).....

10. งานที่ท่านต้องสัมผัสกับสารเคมีชนิดใดเป็นประจำ
- () 1. ตะกั่ว () 2. แมงกานีส
- () 3. แอมโมเนีย () 4. ซัลเฟอร์ไดออกไซด์
- () 5. อื่น ๆ (ระบุ).....
11. ลักษณะงานที่ท่านต้องทำงานในลักษณะเดียวกัน ซ้ำซากจำเจตลอดทั้งวัน
- () 1. ใช่ () 2. ไม่ใช่
12. ท่านต้องทำงานให้เสร็จในเวลาที่กำหนดทำให้ต้องเร่งรีบทำงานแข่งกับเวลา
- () 1. ใช่ () 2. ไม่ใช่
13. ลักษณะงานที่ท่านต้องทำงานกับเครื่องจักรหรืออุปกรณ์ที่เสียงดังตลอดเวลา
- () 1. มีเสียงดังเล็กน้อย () 2. เสียงดังมาก
- () 3. เสียงค่อนข้างดัง () 4. ไม่มีเสียงดัง
14. งานที่ท่านต้องสัมผัสกับแสงที่มีแสงสว่างมากหรือสถานที่ที่ค่อนข้างมืดแสงสว่างน้อย
- () 1. มีแสงสว่างพอดี () 2. มีแสงสว่างค่อนข้างมาก
- () 3. มีแสงสว่างแสงมาก () 4. แสงสว่างค่อนข้างน้อยไม่พอ
15. งานที่ท่านทำหรือในโรงงานของท่านต้องสัมผัสหรือมีฝุ่นละออง พุ้งกระจายอยู่ในที่ทำงาน
- () 1. ไม่มีฝุ่นละออง () 2. มีฝุ่นละอองบ้างเล็กน้อย
- () 3. มีฝุ่นละอองค่อนข้างมาก () 4. มีฝุ่นละอองมาก

**ส่วนที่ 2 ผลกระทบที่พนักงานได้รับจากมลพิษที่เกิดจากการทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมใน
นิคมอุตสาหกรรมลำพูน**

จากการที่ท่านทำงานในโรงงานหรือบริษัทที่ท่านทำงานอยู่ ท่านเคยพบกับปัญหา
ทางด้านสุขภาพหรืออุบัติเหตุต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการทำงานดังต่อไปนี้บ้างหรือไม่

โปรดพิจารณาเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริง เพียงข้อละ 1 คำตอบ

ผลกระทบที่ได้รับจากการทำงาน	ใช่/เคย	ไม่ใช่/ไม่เคย
ด้านโรคที่เกิดจากการทำงาน		
1. ท่านมีอาการเจ็บป่วยด้วยโรคดังต่อไปนี้หรือไม่ ระบบทางเดินหายใจ - วัณโรค - หอบหืด - ภูมิแพ้ - มะเร็งปอด		
2. ท่านมีอาการระคายเคืองผิวหนังเกิดผื่น อาการคันแพ้		
3. ท่านมีอาการผิดปกติทางด้านสายตาและการมองเห็น		
4. ท่านมีอาการผิดปกติทางด้านสมอง เช่น ปวดศีรษะ มึนชา		
5. ท่านมีหรือเคยมีอาการผิดปกติทางการได้ยิน เช่น หูอื้อ ปวดหู เจ็บหู หูตึง ฯลฯ		
6. ท่านเคยเจ็บป่วยด้วยสาเหตุที่ได้รับเชื้อรา เชื้อไวรัส แบคทีเรียที่ ปนเปื้อนอยู่ในกระบวนการผลิต		
7. ท่านเกิดความเครียดในขณะที่ต้องทำงานซ้ำซากหรือเร่งรีบ		
8. ท่านเคยได้รับอุบัติเหตุจากการทำงานบ้างหรือไม่		
ด้านความสูญเสีย		
9. ท่านเคยได้รับอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยจากการทำงานและประสบ เหตุการณ์ต่อไปนี้หรือไม่		
9.1 ท่านต้องเข้ารับการรักษายาบาลแล้วสามารถกลับมาทำงานได้ เลยโดยไม่สูญเสียวันทำงาน		
9.2 ท่านเคยต้องเข้ารับการรักษายาและต้องหยุดงานไม่เกิน 3 วัน		

ผลกระทบที่ได้รับจากการทำงาน	ใช่/เคย	ไม่ใช่/ไม่เคย
9.3 ท่านเคยต้องเข้ารับการรักษาดูแลและต้องหยุดงานเกิน 3 วัน		
10. ท่านต้องสูญเสียอวัยวะบางส่วนจากอุบัติเหตุ		
11. ท่านต้องทุพพลภาพ เช่น หูหนวก ตาพิการ นิ้วขาด ขาหัก แขนหัก		
12. ท่านต้องย้ายงานไปทำงานในตำแหน่งอื่น เพราะสุขภาพร่างกายไม่สามารถทำงานเก่าได้		
13. ท่านต้องหยุดงานเพื่อรักษาตัวเป็นเวลานาน ทำให้ต้องขาดรายได้จากการทำงาน		

ส่วนที่ 3 ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการด้านอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงาน
ท่านคิดว่าข้อความต่อไปนี้ เป็นวิธีการจัดการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมการทำงานที่ถูกต้อง ตามหลักวิชาการและกฎหมาย

การจัดการด้านความปลอดภัยฯ	ถูก	ผิด
1. ต้องมีการกำหนดนโยบายความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานขึ้นมาในสถานประกอบการที่มีลูกจ้างตั้งแต่ 50 คน ขึ้นไป		
2. ต้องมีการจัดตั้งคณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานขึ้นในสถานประกอบการที่มีลูกจ้างตั้งแต่ 50 คน ขึ้นไป		
3. ต้องมีการแบ่งกำลังเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยระดับหัวหน้างานในแต่ละแผนก		
4. ต้องมีการตรวจสอบอย่างน้อยปีละครั้ง โดยผู้เชี่ยวชาญ ถ้ามีสิ่งผิดปกติในด้านไฟฟ้า หม้อแปลง สายไฟฟ้า ปลั๊กไฟ		
5. ต้องมีการฝึกอบรมปฐมนิเทศพนักงานเกี่ยวกับความปลอดภัยอาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานก่อนรับเข้าทำงานเสมอ		
6. ควรมีการตรวจสอบระบบแจ้งเหตุและควบคุม เช่นระบบฉีดน้ำ ระบบดับเพลิง อุปกรณ์จับความร้อนและควัน สัญญาณเตือนภัยทุก 2 ปี		

การจัดการด้านความปลอดภัยฯ	ถูก	ผิด
7. ต้องจัดทำคู่มือการใช้เครื่องจักรอุปกรณ์เครื่องมือที่ใช้ในการทำงาน วิธีการจัดเก็บ การใช้และเคลื่อนย้ายสารเคมี อุปกรณ์ป้องกันส่วนตัวให้พนักงานทุกคนได้รับทราบ		
8. ควรทำกิจกรรม 5 ส เพื่อง่าย ดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยภายในโรงงาน และติดป้ายบอกเพื่อความปลอดภัย		
9. ต้องจัดให้มีการตรวจสภาพของพนักงานที่มีความเสี่ยงเนื่องจากต้องทำงานเกี่ยวข้องกับการใช้สารเคมี ก่อนเริ่มทำงานและหลังออกจากงานทุกวัน		
10. ต้องมีการฝึกอบรมเกี่ยวกับการป้องกันภัยอันตรายหรือการเจ็บป่วยจากการทำงานให้พนักงานทุกปี		
11. ต้องจัดให้มีการตรวจสภาพสิ่งแวดล้อมเช่น ระดับความเข้มข้นของสารเคมีในบรรยากาศเป็นประจำทุกปี		
12. ต้องมีการตรวจวัดความเข้มของแสงทุก 6 เดือน โดยต้องมีแสงสว่างระหว่าง 50-1,000 ลักษณนามตามรายละเอียดของงาน		
13. ต้องมีการตรวจวัดระดับเสียงในการทำงาน 1 ครั้งต่อปี โดยต้องมีเสียงดังระหว่าง 80-91 เดซิเบล ตามเวลาการทำงาน		
14. ปล่องควันไฟต้องตรวจเช็คทุก ๆ เดือน		
15. น้ำที่ทิ้งจากโรงงาน ต้องมีการตรวจวัดทุกเดือน		
16. ต้องเปิดโอกาสให้พนักงานสามารถแจ้งหรือร้องเรียนเกี่ยวกับสภาพการทำงาน ความไม่ปลอดภัยที่เกิดขึ้นต่อผู้บริหารได้ตลอดเวลา		
17. นายจ้างต้องจัดอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยให้ลูกจ้างทุกคน ตามสภาพการทำงาน เช่น หมวกแก๊งกันกระแทก ถุงมือ ฝากรอบหู		
18. เครื่องจักรต้องมีเครื่องป้องกันเช่น สายดิน		
20. ต้องมีการกำหนดข้อห้ามต่าง ๆ เช่น ห้ามสูบบุหรี่ ห้ามคนไม่เกี่ยวข้องเข้าห้ามก่อไฟ ฯลฯ		

ส่วนที่ 4 วิธีการสร้างความตระหนักถึงผลกระทบจากมลพิษที่เกิดจากการทำงานให้กับพนักงานใน
โรงงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมลำพูน

จากการที่ท่านทำงานอยู่ในโรงงาน(บริษัท) แห่งนี้มาทางบริษัท (โรงงาน) ได้มีการ
จัดระบบด้านความปลอดภัยอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม ดังต่อไปนี้หรือไม่

โปรดพิจารณาเลือกคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านพบหรือ ทราบมากที่สุด

การสร้างความตระหนักความปลอดภัยให้แก่พนักงาน	ทำ	ไม่ได้ทำ
<u>ด้านนโยบายและการจัดการ</u>		
1. มีการจัดทำนโยบายความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานเป็นลายลักษณ์อักษรและแจ้งให้ลูกจ้าง (พนักงาน)ทุกคนทราบอย่างชัดเจน		
2. มีการจัดทำแผนการปฏิบัติงานด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานและดำเนินการตามแผนอย่างจริงจัง		
3. มีการแต่งตั้งเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงานทั้งในระดับพนักงานและระดับหัวหน้างาน/ผู้บริหารขึ้นมาในโรงงาน(บริษัท) โดยให้ทำงานเต็มเวลา		
4. มีการแต่งตั้งคณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานประจำบริษัท(โรงงาน)		
5. ในการคัดเลือกลูกจ้างมีการทดสอบความคิดเห็นเกี่ยวกับความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานทุกคน		
6. ก่อนที่จะให้ลูกจ้าง(พนักงาน)ใหม่ทำงานมีการอบรมปฐมนิเทศ ความรู้เกี่ยวกับความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานให้ทุกคน		
<u>ด้านการบริหารและคุ้มครองความปลอดภัยในการทำงาน</u>		
7. มีการตั้งกฎระเบียบเกี่ยวกับการรักษา ความเป็นระเบียบ การเก็บรักษา การทำความสะอาด สถานที่ทำงาน อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ไว้ให้พนักงานต้องปฏิบัติก่อนและหลังการทำงานอย่างชัดเจน		
8. มีการดูแลตรวจสอบเช็คเครื่องมือ เครื่องจักรและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงานเป็นประจำ		

การสร้างความตระหนักความปลอดภัยให้แก่พนักงาน	ทำ	ไม่ได้ทำ
9. มีกฎ ระเบียบ คำสั่ง และมอบหมายให้มีผู้รับผิดชอบทำหน้าที่ควบคุมดูแล จัดทำเครื่องหมายเตือนภัยต่าง ๆ ไว้ตามสถานที่ต่าง ๆ เพื่อให้ทุกคนทราบและเห็นอย่างชัดเจน		
10. มีการฝึกอบรมด้านความปลอดภัย การใช้อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล เช่น หมวกแข็ง รองเท้ายาง แวนกันแสง ฝากรอบปาก จมูก หู ให้พนักงานทุกคนก่อนที่จะทำงานในหน้าที่นั้น		
11. มีการควบคุม ดูแลให้ลูกจ้าง (พนักงาน) ทุกคน ต้องใช้อุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด		
12. มีการกำหนดให้หัวหน้างานหรือผู้มีประสบการณ์มาเป็นผู้สอนงานหรือวิธีการใช้อุปกรณ์เครื่องมือให้พนักงานเพื่อความปลอดภัย		
13. มีการใช้สื่อต่าง ๆ เช่นป้ายปิดประกาศไว้ตามสภาพที่ทำงานเกี่ยวกับการรักษาความปลอดภัยในการทำงาน เพื่อเป็นเครื่องเตือนภัยให้พนักงาน		
14. มีการจัดอุปกรณ์การป้องกันอัคคีภัยและฝึกซ้อมดับเพลิงและหนีไฟประจำปีทุกปี		
15. มีการฝึกอบรมและฝึกซ้อมกรณีที่เกิดอุบัติเหตุอันตรายที่เกิดขึ้นด้านอื่น ๆ แก่พนักงานประจำทุกปี		
16. เมื่อเกิดอุบัติเหตุหรือการเจ็บป่วยของพนักงานที่เกิดจากการทำงาน มีการค้นหาสาเหตุและรายงานผลเพื่อทำไปแก้ไขทุกครั้ง		
17. มีการควบคุมไม่ให้พนักงานทำงานนอกเวลามากเกินไป เพื่อไม่ให้เกิดความเหนื่อยล้า เพราะอาจเกิดอันตรายต่อลูกจ้าง		
18. มีการสลับเปลี่ยนหมุนเวียนให้พนักงานทำงานเพื่อไม่ให้มีเวลาทำงานต่อเนื่องนานเกินไปเพื่อความปลอดภัยของลูกจ้าง		
19. มีการจัดรถรับ-ส่ง พนักงานระหว่างที่พักและที่ทำงาน เพื่อให้เกิดความปลอดภัยในการเดินทาง		
20. มีการจัดนิทรรศการและบอร์ดเผยแพร่ข้อมูลความรู้เกี่ยวกับการรักษาความปลอดภัยในการทำงานในที่ทำงานเป็นประจำอย่างน้อยปีละครั้ง		

การสร้างความสะดวกความปลอดภัยให้แก่พนักงาน	ทำ	ไม่ได้ทำ
<u>ด้านการบริหารและคุ้มครองสุขภาพอนามัย</u>		
21. มีการตรวจสุขภาพทั่วไปลูกจ้างที่รับเข้ามาทำงานครั้งแรกทุกคน		
22. มีการตรวจสุขภาพประจำปีและแจ้งผลการตรวจให้กับพนักงาน(ลูกจ้าง) ทุกคนเป็นประจำ		
23. มีการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัยและโรคที่อาจเกิดขึ้นจากการทำงานให้ลูกจ้าง รู้และเข้าใจเป็นประจำอย่างต่อเนื่อง		
24. มีห้องพยาบาลอุปกรณ์ในการปฐมพยาบาลเบื้องต้น พร้อมพยาบาลหรือผู้ที่ได้รับการอบรมให้ดูแลตลอดเวลา		
25. มีการจัดทำชุดทำงานและห้องอาบน้ำให้กับลูกจ้างที่ทำงานเกี่ยวกับสารเคมีอันตรายเพื่อเปลี่ยนก่อนหรือหลังการทำงาน		
26. มีการจัดเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วยอุบัติเหตุของพนักงานและเผยแพร่ให้ทุกคนได้ทราบเพื่อประโยชน์ในการป้องกันไม่ให้เกิดเหตุร้ายอีก		
<u>ด้านการจัดการดูแลสภาพแวดล้อมการทำงาน</u>		
27. มีการตรวจสภาพแวดล้อมในที่ทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง เสียง ฯลฯ เพื่อไม่ให้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของพนักงาน(ลูกจ้าง) ที่ทำงาน		
28. มีการตรวจวิเคราะห์เกี่ยวกับระดับความเข้มข้นของสารเคมีไม่ให้มีเกินขนาดที่จะเป็นอันตรายต่อพนักงาน(ลูกจ้าง)ที่ทำงาน		
29. มีการกระตุ้นให้พนักงานสำนึกถึงการที่จะต้องดูแลสุขภาพอนามัยและระมัดระวังภัยอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการทำงาน โดยผ่านสื่อต่างๆ เช่น แผ่นพับ ป้ายประชาสัมพันธ์ ประกาศต่างๆ ฯลฯ		

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการดูแลและป้องกันรักษาสุขภาพอนามัยและความปลอดภัยในการทำงานของพนักงานในการทำงานของท่านในปัจจุบันท่านมีการปฏิบัติดังต่อไปนี้ หรือไม่

พฤติกรรมการป้องกันความปลอดภัยในการทำงาน	ทำ	ไม่ได้ทำ
1. ศึกษาถึงภัยอันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้อุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ หรือวัตถุที่ต้องใช้ในการทำงานของท่าน		
2. ใช้อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล เช่น หมวกกันกระแทก ถุงมือ แว่นตา เสื้อผ้า ที่ครอบปากครอบจมูก ที่ครอบหู ฯลฯ เป็นประจำในขณะที่ทำงาน		
3. คอยสังเกตสิ่งผิดปกติ เช่น กลิ่นของสารเคมี ฝุ่นละออง คิววันไฟ ฯลฯ ในที่ทำงานและแจ้งให้หัวหน้างานทราบ		
4. สังเกตถึงความผิดปกติของอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ที่ต้องใช้ในการทำงาน เพื่อแจ้งให้มีการซ่อมแซมแก้ไขเสมอ		
5. ในที่ทำงานถ้ามีอากาศร้อนหรือเย็นจัดเกินไป ท่านจะแจ้งให้เจ้าหน้าที่ความปลอดภัยหรือหัวหน้างานทราบทันที		
6. เมื่อเกิดความผิดปกติในแสงสว่าง เช่น มีด หรือสว่างจ้าเกินไป ท่านจะแจ้งให้มีการปรับปรุงแก้ไขทันที		
7. ท่านคอยเฝ้าระวังสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงานอยู่เสมอ โดยการตรวจร่างกายประจำปี หรือเมื่อมีอาการผิดปกติ		
8. ท่านจะระมัดระวังไม่ทำงานติดต่อกันยาวนานเกินไป เพื่อไม่ให้ร่างกายเหนื่อยล้า ซึ่งอาจเสี่ยงต่อภัยอันตราย		
9. ท่านจะไม่ทำงานล่วงเวลามากเกินไป เพราะอาจทำให้ร่างกายไม่ได้พักผ่อน		
10. ท่านพยายามพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานเกี่ยวกับการดูแลรักษาสุขภาพ หรือการป้องกันโรคที่อาจเกิดขึ้นจากการทำงานของท่านเสมอ เพื่อสร้างความรู้ และหาทางป้องกัน		

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ – สกุล	นายวิบูลย์ มะลิวัลย์ รหัสประจำตัว 4784104
วัน/เดือน/ปีเกิด	19 ตุลาคม 2498
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2507 ประถมศึกษา โรงเรียนบ้านท่าพล ตำบลท่าพล อ.เมือง จ.เพชรบูรณ์ พ.ศ. 2514 มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนเพชรพิทยาคม อ.เมือง จ.เพชรบูรณ์ ปี พ.ศ. 2517 ปวช. แผนกช่างยนต์ โรงเรียนการช่างเพชรบูรณ์ อ.เมือง จ.เพชรบูรณ์ ปี พ.ศ. 2519 ปวส. แผนกเทคนิคอุตสาหกรรม วิทยาลัยเทคนิคภาคพายัพ ปี พ.ศ. 2547 บริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารทรัพยากรมนุษย์ สถาบันราชภัฏเชียงใหม่
ประวัติการทำงาน	ปี พ.ศ. 2522 ตำแหน่งเจ้าหน้าที่ตรวจโรงงาน 2 กรมโรงงานอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม ปี พ.ศ. 2525 – 2533 ตำแหน่งเจ้าหน้าที่อุตสาหกรรม 3 – 4 สำนักงานอุตสาหกรรมจังหวัดเชียงใหม่ ปี พ.ศ. 2533 – 2541 ตำแหน่งเจ้าหน้าที่อุตสาหกรรม 5 – 6 สำนักงานอุตสาหกรรมจังหวัดสมุทรปราการ ปี พ.ศ. 2541 – 2542 ตำแหน่งเจ้าหน้าที่อุตสาหกรรม 6 สำนักงานอุตสาหกรรมจังหวัดลำพูน ปี พ.ศ. 2542 – 2546 ลาออกไปทำงานบริษัทเอกชน ดำเนินกิจการอุตสาหกรรมเกษตรเพื่อการส่งออก ปี พ.ศ. 2547 – ปัจจุบัน กลับเข้ารับราชการใหม่ สังกัดกรมโรงงานอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม ประจำจังหวัดลำพูน สำนักงานอุตสาหกรรมลำพูน ตำแหน่งเจ้าหน้าที่ตรวจโรงงาน 6