

Sa Mga Magsisimulang Magtrabaho sa Lugar ng Konstruksiyon ng Kitano Construction Corp.

北野建設の作業所で仕事を開始するみなさんへ

アン・マガ・スムスド・アイ・マガ・タグビリン・サ・パグトラパーホ・サルガール・ナン・コンストウルクシヨシ

Ang mga sumusunod ay mga tagubilin sa pagtatrabaho sa lugar ng konstruksiyon.

次の事項は、この作業所で働くためのルールです。

パキスヨシ・スムスド・サ・マガ・イト・ウーパン・マイワサン・アン・アヌマン・アクシデンテ

Pakisuyong sumunod sa mga ito upang maiwasan ang anumang aksidente.

きちんとルールを守り事故の無い様にしましょう。

パキスヨシ・マルカハン・アン・スクエア・カパグ・ナインティンディハン・モ

Pakisuyong markahan ang kapag naintindihan mo.

理解できた場合は口にチェックを入れてください。

パナナミット

● Pananamit

服装について

イスオット・アン・ターマン・ダミット・ハーパン・ナグトラパーホ (ダミット・ナ・マイ・マハーパン・マンガス、パンタロン、アット・セイフティシューズ)

1. Isuot ang tamang damit habang nagtatrabaho. (Damit na may mahabang manggas, pantalon, at safety shoes)
作業中は正しい服装をすること。(長袖・長ズボン・安全靴)

ティヤキン・イスオット・アン・ヘルメット・アット・ガミティン・アン・セイフティベルト・サ・ローブ・ナン・ルガール・ナン・コンストウルクシヨシ

2. Tiyaking isuot ang helmet at gamitin ang safety belt sa loob ng lugar ng konstruksiyon.

(イターリ・アン・マガ・イストラップ・サ・ババ)

(Itali ang mga istrap sa baba.)

現場内では、必ず保護帽をかぶり、安全帯を着用すること。(あごひもをきちんとしめる)

ガミティン・アン・グワンテス・ナ・アンコップ・サ・ウリ・ナン・トラパーホ

3. Gamitin ang guwantes na angkop sa uri ng trabaho.

手袋は作業内容に合ったものを使用すること。

イスオット・アン・マスク・アット・サラミン・パラ・サ・プロテクシヨシ・デベンデ・サ・パガガイランガン

4. Isuot ang mask at salamin para sa proteksiyon depende sa pangangailangan.

(スムスド・サ・マガ・タグビリン・ナン・ボス・モ)

(Sumunod sa mga tagubilin ng boss mo)

必要に応じ、保護マスクや保護メガネを着用すること。(職長の指示に従うこと)

パガガラーガ・サ・カルスガン

● Pangangalaga sa Kalusugan

健康管理について

(サ・ラハット・ナン・パナホン)

(Sa lahat ng panahon)

(通期)

ワラ・パン・パグババゴ・サ・イヨシ・カルスガン?

5. Wala bang pagbabago sa iyong kalusugan?

体調に変わりは有りませんか?

ワラ・カ・パン・シントーマス・トゥラド・ナン・サキット・サ・ウーロ、パツカヒーロ、サキット・サ・ティヤン、アット・サキット・サ・カマイ・アット・ペア?

6. Wala ka bang sintomas tulad ng sakit sa ulo, pagkahilo, sakit sa tiyan, at sakit sa kamay at paa?

頭痛・めまい・腹痛・手足の痛み 等 ありませんか?

ヒンディ・カ・バ・シニシポン? ワラ・カ・バン・ラグナット?

7. Hindi ka ba sinisipon? Wala ka bang lagnat?
風邪をひいていませんか? 発熱はありませんか?

ヒンディ・カ・バ・クーラン・サ・トゥログ? マイ・ハングオーバー・カ・バ?

8. Hindi ka ba kulang sa tulog? May hangover ka ba?
睡眠不足・二日酔いはいませんか?

アガッド・ナ・マグレポート・サ・ボス・モ・カバグ・ナダラマ・モ・アン・パグババゴ・サ・カタワン・ハーバン・ナグトラパーホ

9. Agad na magreport sa boss mo kapag nadarama mo ang pagbabago sa katawan habang nagtatrabaho.
作業中に体調の変化を感じた場合は速やかに職長に報告すること。

(サ・サマー)

(Sa summer)

(夏季期間)

イワサン・アン・クーラン・サ・パグトゥログ、ハングオーバー、ディ・パッカイン・ナン・アルムサール・ダヒル・マギギン・ダヒラン・アン・マガ・イト・ナン・ヒートストローク

10. Iwasan ang kulang sa pagtulog, hangover, di-pagkain ng almusal dahil magiging dahilan ang mga ito ng heatstroke.

(マグレポート・サ・ボス・モ・クン・ガニト・アン・カラガヤン・モ)

(Magreport sa boss mo kung ganito ang kalagayan mo)

睡眠不足・二日酔い・朝食抜きは、熱中症になりやすいので避けること。(該当者は、必ず職長に報告すること)

マグパヒンガ・パミンサンミンサン、アット・レグラール・ナ・イレフィル・アン・トゥービッグ・アット・アシン・ナ・ナワラ・サ・カタワン

11. Magpahinga paminsan-minsan, at regular na i-refill ang tubig at asin na nawala sa katawan.
こまめに休憩をとり、水分と塩分を定期的に補給すること。

ラロン・マグインガット・アット・ポシティーボン・イレフィル・アン・マガ・イト・カバグ・イニレポート・ナ・マギギン・マヒギット・サーティ・ディグリー・アン・ダブリュ・ジー・ピー・ティー・バリユール

(Lalong mag-ingat at positibong i-refill ang mga ito kapag inirereport na magiging mahigit 30°C ang WBGT value.)

(WBGT値が30°C以上になる予報の時は、特に注意し、積極的に補給すること)

アガッド・ナ・マグレポート・サ・ボス・モ・アット・プムンタ・サ・オスピタル・カバグ・ナツカカサキット・ハーバン・ナグトラパーホ

12. Agad na magreport sa boss mo at pumunta sa ospital kapag nagkasakit habang nagtatrabaho.
作業中に体調不良となったら、すぐに職長に報告し、病院へ行くこと。

(シントーマス・トゥラド・ナン・ナヒヒロ、ナギギニグ・アン・カマイ・アット・パア、パータンパータ・サ・カタワン・アット・ナススーカ、

(Sintomas tulad ng nahihilo, nanginginig ang kamay at paa, patang-pata sa katawan at nasusuka,

マス・マラミ・オオ・マス・カウンティン・パウイス、アット・マタアス・アン・ラグナット)

mas marami o mas kaunting pawis, at mataas na lagnat)

(めまい・手足の痙攣・体のだるさや吐き気・汗が普段より多い少ない・体温が高い)

マガ・サリガン・タグビリン・ハーバン・ナグトラパーホ

● Mga Saligang Tagubilin Habang Nagtatrabaho

作業中の基本ルール

ティヤキン・スマーリ・サ・ミーティング・サ・ウマーガ・アット・ガワイン・パグハハンダ・パラ・マイワサン・アン・マガ・バンガニブ

13. Tiyaking sumali sa meeting sa umaga at gawaing paghahanda para maiwasan ang mga panganib (KY).
朝礼、危険予知活動 (KY) には必ず参加すること。

マグトラパーホ・アヨン・サ・マガ・ディレクション・ナン・ボス

14. Magtrabaho ayon sa mga direksyon ng boss.
職長の指示のもと作業をおこなうこと

フワッグ・マグパシヤ・サ・サリリー・アット・グマワ・アヨン・サ・サリリン・カグスチューハン

15. Huwag magpasiya sa sarili at gumawa ayon sa sariling kagustuhan.
個人で勝手な判断をして、作業を行わないこと。

カバグ・ヒンディ・モ・ナイインティンディハン・アン・イビッグ・サビヒン・ナン・ボス、サビヒン・モ・ナ・ヒンディ・モ・ナイインティンディハン・アット・ティヤキン・イオン

16. Kapag hindi mo naiintindihan ang ibig sabihin ng boss, sabihin mo na hindi mo naiintindihan at tiyakin iyon.
何を言っているのか解らない時は、必ず解らない意志を伝え、内容を確認すること。

- アン・バグママネーホ・ナン・ササキヤン・アット・バックホー、アット・スリンギング・アイ・パラ・ラマン・サ・マガ・タオン・マイ・リセンシャ
17. Ang pagmamaneho ng sasakyan at backhoe, at slinging ay para lamang sa mga taong may lisensya.
ヒンディ・イト・マガガワ・ナン・マガ・タオン・ワラン・リセンシャ
Hindi ito magagawa ng mga taong walang lisensya.
車の運転、バックホウの操作、物を吊る作業は有資格者作業です。資格の無い方は出来ません。
- スムド・サ・マガ・サイン・パラ・サ・カリグターサン・ナ・ナカラガイ・サ・ローブ・ナン・ルガール・ナン・コンストゥルクシヨ
18. Sumunod sa mga sign para sa kaligtasan na nakalagay sa loob ng lugar ng konstruksiyon.
現場内に掲示している安全標識に従うこと。
- ティヤキン・ガミティン・アン・セイフティベルト・ハーバン・ナグトラバーホ・サ・マタアス・ナ・ダーコ (カヒット・ナ・ナサ・スカフォールディング)
19. Tiyaking gamitin ang safety belt habang nagtatrabaho sa mataas na dako (kahit na nasa scaffolding).
高い場所（足場の上も）での作業は、必ず安全帯を使用すること。
- ティヤキン・ガミティン・アン・パシリダド・パラ・サ・バグアキヤット・アット・バグババ・パラ・サ・バグパソック・サルガール・ナン・バグフカイ
20. Tiyaking gamitin ang pasilidad para sa pag-akyat at pagbaba para sa pagpasok sa lugar ng paghukay
アット・サ・バグリリパット・サ・マタアス・ナ・ダーコ
at sa paglipat sa mataas na dako.
掘削場所へ入る時や高い場所へ移動する時は、必ず昇降設備を使用すること。
- ガミティン・アン・イティナクダン・マガ・ダアナン (ダアナン・パラ・サ・コンストゥルクシヨ)
21. Gamitin ang itinakdang mga daanan (daanan para sa konstruksiyon).
決められた通路（作業通路）を通ること。
- フワグ・ルマピット・サ・マララキン・マキナーリヤ (ガヤ・ナン・クレーン・アット・バックホー)
22. Huwag lumapit sa malalaking makinarya (gaya ng crane at backhoe).
重機（クレーンやバックウなど）に近づかないこと。
- フワグ・ウミラリム・サ・スリンギング
23. Huwag umilalim sa slinging.
吊り荷の下に入らないこと。
- フワグ・ガミティン・アン・アポイ・ナ・ワラン・パヒントウロト
24. Huwag gamitin ang apoy na walang pahintulot.
無断で火を使わないこと。
- フワグ・スミガウ・ハーバン・ナグトラバーホ
25. Huwag sumigaw habang nagtatrabaho.
仕事中に大声を張り上げないこと。
- カバグ・ナスガタン・カ・ハーバン・ナグトラバーホ (カヒット・アン・スガット・アイ・マリット・ラマン)、
26. Kapag nasugatan ka habang nagtatrabaho (kahit ang sugat ay maliit lamang),
ティヤキン・マグレポト・サ・ボス・ウーバン・マタンガップ・アン・アンコップ・ナ・バグモット
tiyaking magreport sa boss upang matanggap ang angkop na paggamot.
作業中にケガをしてしまったら（どんな小さなケガも）、必ず職長に報告して適正な処置を受けること。
(マギギン・クリメン・クン・イタターゴ・アン・アクシデンテ・サ・パナホン・ナン・バグトラバーホ)
(Magiging krimen kung itatago ang aksidente sa panahon ng pagtatrabaho.)
(労災隠しは、犯罪です)
- ティヤキン・ガウイン・アン・バグウウリ・アット・バグアアヨス・カヒット・ハーバン・ナグトラバーホ、
27. Tiyaking gawin ang pag-uuri at pag-aayos kahit habang nagtatrabaho,
アット・フワグ・マグラガイ・ナン・アヌマン・バガイ・サ・マガ・ダアナン
at huwag maglagay ng anumang bagay sa mga daanan.
仕事でも整理整頓に心掛け、通路には物を置かないこと。

- シグラドゥーヒン・ガウイン・アン・ファイブエス、セイリ(パグウウリ)、セイトン(パグアアヨス)、セイソウ(パグリリニス)、
- 28. Siguraduhing gawin ang 5S. "Seiri" (Pag-uuri), "Seiton" (Pag-aayos), "Seiso" (Paglilinis),
 セイケツ(パグパパナティール・ナン・カアユサン)、アット・シツケ(パグササーナイ・ナン・ターマン・パッガーウイ
 "Seiketsu (Pagpapanatili ng kaayusan), at "Shitsuke" (Pagsasanay ng tamang paggawi
 アット・パグパバトウパッド・ナン・マガ・パタカラン)
 at pagpapatupad ng mga patakaran)
 5Sの徹底を図ること。(整理Seiri・整頓Seiton・清掃Seisou・清潔seiketū・しつけSituke)
- ティヤキン・マリニス・アット・マシノップ・アン・ルガール・ナン・イヨン・トラバーホ・バーゴ・ウムウイ
- 29. Tiyaking malinis at masinop ang lugar ng iyong trabaho bago umuwi.
 帰る前に必ず後片付けをすること。

イバ・パン・サリガン・マガ・タグビリン

● Iba Pang Saligang Mga Tagubilin

その他の基本ルール

- フワグ・マグトラバーホ・ハーバン・ナニガリーリヨ。マニガリーリヨ・サ・イティナクダン・ダーコ・ラマン
- 30. Huwag magtrabaho habang naninigarilyo. Manigarilyo sa itinakdang dako lamang.
 くわえ煙草で仕事をしないこと。喫煙は決められた喫煙所で。
- マグパヒンガ・サ・イティナクダン・ダーコ、アット・フワグ・ウムポ・サ・マガ・ダアナン
- 31. Magpahinga sa itinakdang dako, at huwag umupo sa mga daanan.
 休憩は決められた場所でとり、道路、通路に座り込まないこと。
- フワグ・ナ・フワグ・ウミヒ・ナ・ヒンディ・サ・シーアール
- 32. Huwag na huwag umihi na hindi sa CR.
 立小便は絶対にしないこと。
- ガミティン・アン・ルガール・パラ・サ・パグパパヒンガ・アット・シーアール・サ・パラアン・ナ・マパパナティール・アン・カリニサン
- 33. Gamitin ang lugar para sa pagpapahinga at CR sa paraan na mapapanatili ang kalinisan.
 (マグリニス・カバグ・ナドゥミハン)
 (Maglinis kapag nadumihan.)
 休憩所・トイレは、きれいに使用すること。(汚したら清掃すること)
- マグトラバーホ・サ・ローブ・ラマン・ナン・ルガール・ナン・コンストウルクシヨ、アット・フワグ・ビグラン・ルマバス・サ・マガ・ダアン
- 34. Magtrabaho sa loob lamang ng lugar ng konstruksiyon, at huwag biglang lumabas sa mga daan.
 工事帯の中での作業とし、道路に飛び出ないこと。
- マゲインガット・サ・マガ・ササキヤン・ナン・マガ・タオン・ヒンディ・ナウウグナイ・サ・コンストウルクシヨ、タオン・ルマラカッド、アット・ビスクレータ
- 35. Mag-ingat sa mga sasakyan ng mga taong hindi nauugnay sa konstruksiyon, taong lumalakad, at bisikleta.
 工事関係者以外の車・歩行者・自転車に注意すること。

ピルマ

Pirma

サイン

タオン

(Taon)

年

ブワン

(Buwan)

月

アラウ

(Araw)

日