

# Candidate Self-Assessment Form of Rubber Latex Harvesting Worker Level - 1

(Self-Assessment Form)

အလုပ်အကိုင်နာမည်	ရော်ဘာအစေးခြစ်လုပ်သား	
ကျွမ်းကျင်အဆင့်သတ်မှတ်ချက်	အဆင့် (၁)	
လမ်းညွှန်ချက်		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• အောက်ပါလုပ်ငန်းများကိုသေချာစွာဖတ်၍ မိမိကိုယ်ကို ပြန်လည်ဆန်းစစ်ပါ။</li> </ul>		
ဆောင်ရွက်နိုင်ရမည့်လုပ်ငန်းများ	လုပ်နိုင်သည်။	မလုပ်နိုင်ပါ။
၁။ တစ်ကိုယ်ရေကာကွယ်ရေးပစ္စည်း (PPE) များ မှန်ကန်စွာ အသုံးပြုခြင်းနှင့်လုပ်ငန်းခွင်အန္တရာယ် ကင်းရှင်းရေး ဆိုင်ရာ အချက်များ လိုက်နာခြင်း		
၂။ လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းကိရိယာများကို မှန်ကန်စွာ စုဆောင်း အသုံးပြုခြင်း		
၃။ အစေးခြစ်စားကို စနစ်ကျစွာ သွေးနိုင်ရမည့်အပြင် အခမဲ့ကင်းရှင်းစွာနှင့် စနစ်ကျစွာ အသုံးပြုနိုင်ခြင်း		
၄။ အစေးခြစ်ရန် အရွယ်ရောက်/မရောက် ခွဲခြားသိရှိနိုင်ခြင်း		
၅။ အစေးခြစ်ကြောင်းမျက်နှာဖွင့်ရာတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်များကို သတ်မှတ်ချက်များအတိုင်း စနစ်ကျစွာ ဆောင်ရွက်ခြင်း		
၆။ အစေးခြစ်ရာတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့် များကို သတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ စနစ်ကျစွာ ဆောင် ရွက်ခြင်း		
၇။ စံသတ်မှတ်နှုန်း အချိန်အတွင်း အစေးခြစ်ခြင်း		
၈။ ဓားစာအထူနှင့် အရည်မှာ စံနှုန်းထားနှင့်အညီ ရှိခြင်း		
၉။ အသားတိုးလွှာ ထိခိုက်ပျက်စီးမှု အနည်းဆုံး ရှိစေခြင်း		
၁၀။ တစ်လစာအခေါက်ကျနှုန်းမှာ သတ်မှတ်စံနှုန်းထားအတိုင်း ရှိခြင်း		
၁၁။ အစေးရည်စုသိမ်းရာတွင် လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်း စဉ်အဆင့်များကို သတ်မှတ်ချက်များအတိုင်း စနစ်ကျစွာ ဆောင်ရွက်ခြင်း		
၁၂။ 5 S ၏အခြေခံသဘောတရားများကို နားလည်သိရှိခြင်း		
၁၃။ ရာဘာအစေးခြစ်လုပ်ငန်းနှင့်သက်ဆိုင်သော အခြေခံ ဗဟုသုတများကို နားလည်သိရှိခြင်း		
၁၄။ မိမိအလုပ်ကို လေးစားတန်ဖိုးထားခြင်း		
အထက်တွင်ဖော်ပြထားသော လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။		
လျှောက်ထားသူ၏အမည်	.....	
လက်မှတ်	.....	

