

目次



1 マナー編

1. マナーの重要性	4
2. マナーの向上のために	5
3. 清掃作業のプロとして知っておきたいこと	12
練習シート	17

2 実技編

1. タオルの使い方	20
2. 自在ぼうきの使い方	24
3. ダストクロス of 使い方	30
4. モップの使い方	33
5. ウィンドスクイジーの使い方	36
6. 真空掃除機の使い方	39
7. ポリッシャーの使い方	42
8. トイレ清掃の方法	48
9. 移動時の安全な持ち方	56

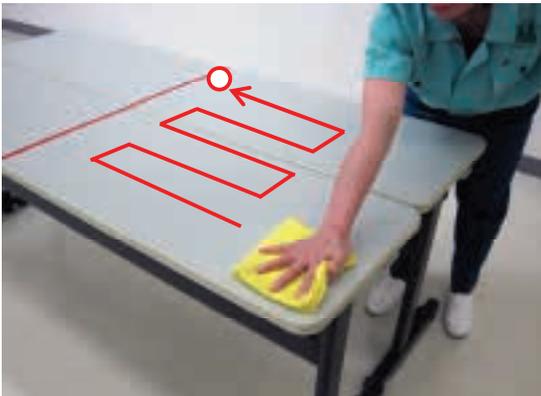
3 清掃作業の安全と衛生編

1. 清掃作業の安全と衛生	58
2. 建物内部清掃作業基準	59
安全衛生管理チェックリスト (様式例)	62
3. 運搬作業基準	63
4. 資材の安全基準	65

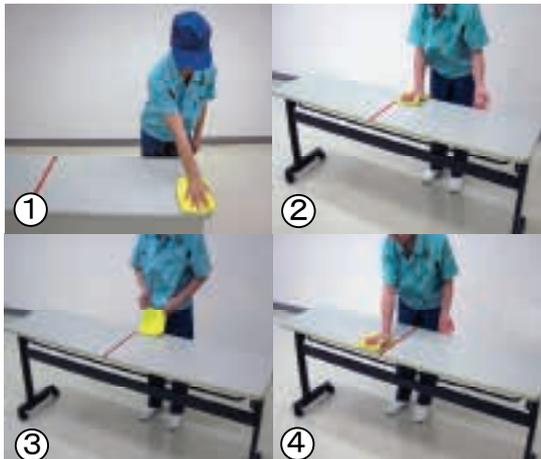
<参考資料>

1. 清掃資機材	67
2. 関連用語	70

2) 作業手順

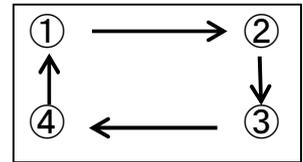


3) おさらい

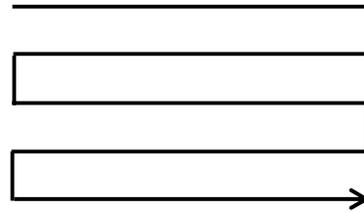


ア. 8つ折りタオルのバラバラの部分に親指をかけて持ち、机の左隅からスタートする

イ. 左半分の隅を拭き、スタート地点に戻る



ウ. タオルを少しずつ下げながら写真の○まで拭いて行く



エ. タオルの面を替える(写真①)

オ. タオルの下を両手で持ち、縦に裏返し中央の位置からスタートする(写真②)



以下、残り部分も同じ動作の繰り返し

ア. 左上からスタート、左半分の隅を拭き、スタートに戻ったら、少しずつ下げながら中央下へ移動(写真①②)

イ. タオルの面を替えて中央上へ移動し、中央上スタートで右半分の隅を拭く(写真③④)

ウ. 少しずつ下げながら右下隅まで拭き、終了する(写真⑤)

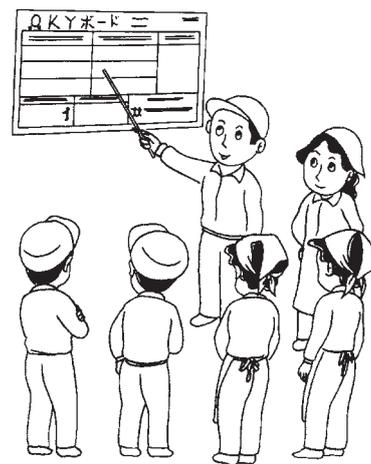


2. 建物内部清掃作業基準

建物内部の清掃を作業内容で区分すると、日常清掃、定期清掃および室内高所清掃作業になります。
事務所ビルを作業場所と区分すると、共用区域、専用区域および管理用区域になります。
作業内容、作業場所ごとにそれぞれ特徴があり、安全に作業を進める上で必要とされる留意点は、
おおむね次のとおりです。

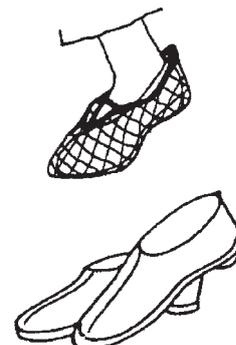
(1) 作業前の確認

- ① 従事者の健康状態を確認する
- ② 作業内容を理解しているか確認する
- ③ 作業手順を理解しているか確認する
- ④ 作業服装の良否を確認する
 - a 作業服、作業靴、保護帽、三角巾等は指定されたものを着用する
 - b 作業服等は身体に合った動きやすいものを着用する
 - c 破れ、ほころび等のないものを着用する
 - d 常に清潔なものを着用する
 - e 作業靴は正しく履き、突っ掛け履き等は禁止する
 - f 刃物等の小物類は決められたとおり着用する
- ⑤ 作業開始前に軽い準備運動を行っているか確認する



(2) 作業前の準備

- ① 作業場の整理整頓を行う
 - a 作業に不要な物を片付ける
 - b 必要な物を整理整頓し、つまずきの原因となったり、倒れないように置く
- ② 作業に必要な機材(機材・器具)、を用意する(P62、安全衛生管理チェックリスト参照)
 - a 必要な機材を必要数量用意する
 - b 十分に整備された機材を用意する
- ③ 作業に必要な資材、消耗品等を用意する
- ④ 安全上必要な保護具を用意する
 - a 表面洗浄には、靴の滑り止め用カバーまたはすべりにくい靴を用意する
 - b 室内高所清掃作業には、保護帽を用意する
 - c 洗剤使用の場合は、保護手袋を用意する
 - d 粉塵(ほこり)の多い場所での作業には、防塵用マスク等を用意する



滑り止めカバー