

## แบบฟอร์มการนำส่งองค์ความรู้ ประจำปี ๒๕๖๕

องค์ความรู้ด้าน ประสบการณ์การทำงานที่องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้

เรื่อง มาตรฐานการขับรถที่ดี แนวทางการนำไปใช้ประโยชน์

องค์ความรู้ จากผู้เกษียณอายุ

เจ้าขององค์ความรู้ นายเหลี่ยม ศรีจำปา พนักงานปฏิบัติการ (ชั้น ๕) งานสวนป่ามัญจาคีรี

ชื่อหน่วยงาน องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้เขตขอนแก่น

ประกอบด้วย

### ๑. เนื้อหาสาระ

ประวัติส่วนตัว เกิดวันที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๐๕

ที่อยู่ปัจจุบัน เลขที่ ๒๔ หมู่ที่ ๑๕ ต.บ้านเบ็ด อ.เมือง จ.ขอนแก่น ๔๐๐๐๐

เบอร์โทร. ๐๘๔-๕๘๐๕๗/๑๒

ประสบการณ์ทำงานที่องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เป็นพนักงานจ้างทดลองงาน คนครัว คนทำรถ ประจำหน่วยจักรกลหนัก คนขับรถมือ ๒ งานทำไม้ป่าสัมปทาน และทำไม้ออกจากเขื่อนเขาแหลม จังหวัดกาญจนบุรี ย้ายไปปฏิบัติงานที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี ทำไม้สัมปทานที่เขื่อนรัชชประภา และได้ปฏิบัติงานต่างๆ ที่สวนป่าทุกสวนป่าของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้บรรจุเป็นพนักงานประจำของ องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้เมื่อปี ๒๕๒๗ และได้ปฏิบัติงานในท้องที่ต่างๆ จนครบอายุเกษียณราชการ ข้าพเจ้าได้สร้างคุณประโยชน์ให้กับองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ทুমเทในการทำงานมาตลอด ช่วงเวลาการปฏิบัติงาน ซึ่งพนักงานขับรถที่ดีไม่เพียงแต่รู้กฎจราจรขั้นพื้นฐานแต่ ยังต้องมีทักษะการขับรถที่ดี มีสมาธิ สติระหว่างการขับรถ และต้องคำนึงถึงความปลอดภัยไว้ก่อนเสมอ

การเตรียมความพร้อมรถยนต์ก่อนเดินทาง

#### ๑. ตรวจสอบสภาพภายนอก

ตรวจดูสภาพภายนอกตัวรถว่ามีอะไรผิดปกติหรือไม่ ตรวจเช็คระบบไฟรดให้พร้อม ที่ปิดน้ำฝน ต้องมีความพร้อม

#### ๒. ตรวจสอบยางรถยนต์

ยางรถยนต์ เป็นหัวใจของความปลอดภัย ควรเช็คลมยางให้เรียบร้อยทุกครั้งก่อนออกเดินทาง โดยดูปริมาณลมยางที่เหมาะสมจากคู่มือที่มากรับรถ นอกจากนั้นควรเช็คดอกยาง รวมทั้งลมของยางสำรองเผื่อไว้ด้วย

#### ๓. ตรวจสอบช่วงล่าง

เบรก เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ต้องเช็ค สังเกตได้ง่ายๆ คือ ถ้าเหยียบแล้วเบรกไม่นิ่งแต่มีอาการกระด้าง นิดหน่อย เหยียบเบรกแล้วรถเบนไปด้านใดด้านหนึ่ง หรือมีเสียงแปลกๆ รีบแก้ไขทันที

ใช้คัพ เป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับความปลอดภัยในการขับรถ ควรจะเช็คได้ว่าใช้คัพอยู่ในสภาพดีหรือไม่ โดยให้คนที่แข็งแรงออกแรงกดรถที่ละด้าน หากรถคืนตัวเป็นจังหวะเดียวแสดงว่าใช้คัพอยู่ในสภาพดี แต่หากรถกระดกขึ้นลงหลายทีก่อนจะหยุด ควรจะนำรถไปให้ช่างตรวจสอบ

#### ๔. ตรวจสอบน้ำมันเครื่อง

น้ำมันเครื่อง การเช็คระดับน้ำมันเครื่องควรทำบนพื้นราบ และทำในขณะที่เครื่องยนต์ไม่ร้อนเกินไป โดยให้ดึงก้านวัดออกมา แล้วเช็ดด้วยผ้าสะอาดก่อนเสียบกลับ ทิ้งไว้ราว ๓ นาที จึงดึงก้านออก เพื่อดูระดับน้ำมันว่าใช้คัพอยู่ระหว่าง MAX-MIN หรือไม่ พร้อมทั้งทดสอบความหนืดของตัวน้ำมันเครื่องด้วยว่ามีความข้นเพียงพอ

กรองอากาศ การเช็คกรองอากาศ หากที่กรองอากาศสกปรก รถจะวิ่งได้ไม่เต็มที่ และเปลืองน้ำมัน

#### การเตรียมความพร้อมของร่างกายก่อนเดินทาง

ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอและเต็มที่ ไม่ควรดื่มแอลกอฮอล์ หรือยาแก้แพ้ที่อาจทำให้เกิดอาการง่วงได้ สภาพจิตใจจะต้องสบายไม่หงุดหงิด ดวงตาสดใสไม่่วงนอน สามารถสู้แสงแดดได้ ถ้าตาพร่ามัวหรือมองเห็นไม่ชัด คุณควรหยุดขับรถในเวลากลางคืน นอกจากนั้นหากคุณรับประทานยาที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอนอ่อนเพลียควรหยุดรถหรือหากไม่มีสติในการขับรถ เช่นมีอาการมึนเมาก็ควรที่จะหยุดรถเช่นเดียวกัน นอกจากนี้คนที่นั่งรถไปด้วย ก็ควรมีสติพร้อมเพื่อช่วยเพิ่มความปลอดภัยให้แก่กันและกัน

#### วิธีขับรถให้ปลอดภัย

##### ๑. มองไกล

การมองเลยไปถึงรถคันที่อยู่ข้างหน้าของรถคันหน้าเราอีกที เพื่อให้สามารถเบรกได้ทันหากมีการเบรกกะทันหัน เพื่อลดความรุนแรงของอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น และอาจสร้างความเสียหายให้แก่รถที่วิ่งต่อท้ายกันอีกหลายคัน

##### ๒. มองภาพกว้าง ๓๖๐ องศา

ผู้ขับควรมองทั้งหน้า ซ้าย ขวา หลัง ล่าง และมองกระจกทุกๆ ๔ - ๘ วินาที รับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆ รถของเรา เพื่อให้สามารถประเมินความเสี่ยงจากทุกทิศทาง และทิ้งระยะห่างจากคันหน้าอย่างน้อย ๓-๔ วินาที

### ๓. สอดสายสายตาตลอดเวลา

ไม่มองจุดใดจุดหนึ่งนานเกินไป (ไม่เกิน ๒ วินาที) เพราะจะทำให้เรามองไม่เห็นรถคันอื่นที่อาจแทรกมาได้ การระสายตาออกจากการมองท้องถนนมีโอกาสที่เกิดอุบัติเหตุ ทั้งจากตัวเรา หรือการขับขี่ของผู้ร่วมทางคันอื่นได้ตลอดเวลา

### ๔. สร้างพื้นที่ว่างให้ตัวเอง

หากเป็นไปได้ ให้พยายามให้มีช่องว่างรอบๆ รถของเรา เพื่อให้สามารถหลบหลีกได้ทัน หากมีรถคันอื่นเบียดเข้ามา หรือเบรกกะทันหัน ควรเว้นระยะห่างจากคันหน้าประมาณ ๕ เมตรเพื่อความปลอดภัย

### ๕. ให้สัญญาณล่วงหน้า

หากต้องการที่จะเลี้ยว เปลี่ยนเลน หรือหยุด ควรให้สัญญาณแก่รถคันอื่นก่อน เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ

## **เทคนิคการขับรถลดอุบัติเหตุ**

### **๑. กฎความปลอดภัย**

#### **ก่อนสตาร์ทเครื่องยนต์**

- คาดเข็มชี้ดนิรภัยและปรับเบาะนั่ง
- ปรับมุมกระจกส่องหลังทั้ง ๓ บาน
- เลื่อนคันเกียร์มาที่ตำแหน่ง P (รถเกียร์อัตโนมัติ) หรือเกียร์ว่างสำหรับรถเกียร์ธรรมดา
- ขณะสตาร์ทเครื่องยนต์ให้เหยียบคลัช (รถเกียร์ธรรมดา) หรือเบรก (รถเกียร์อัตโนมัติ)
- อย่ายืนสตาร์ทเครื่องยนต์รถ
- กรณีขับรถถอยหลัง ให้ขับช้าๆ เท่าที่จะทำได้
- เหยียบเบรคทดสอบในระยะ ๑๐ เมตรแรกที่เคลื่อนรถออก
- ดึงเบรคมือทุกครั้งที่จอดรถ (รวมทั้งจอดรถสัญญาณไฟ)
- หมุนพวงมาลัยให้ล้อชนขอบถนน เมื่อจอดรถบนทางลาดชัน
- การเปลี่ยนยางรถให้หาวัสดุมารองหนุนล้อรถ เพื่อกันรถเคลื่อนขณะขึ้นแม่แรงยกรถ
- อย่าจอดรถบนเชิงสะพาน ทางโค้ง หรือช่องขวาสุด เมื่อรถเสีย

### **๒. ทำนั้งขับรถ (จะบอกชี้ความสามารถในการควบคุมรถ)**

- การปรับระยะห่างเบาะรองนั่ง สำหรับรถเกียร์ธรรมดา ให้เท้าเหยียบแป้นคลัชจนสุด ค้างไว้โดยไม่เข่ง แล้วเลื่อนเบาะเข้ามาให้เข่างอเล็กน้อย และรถเกียร์อัตโนมัติให้เหยียบคันเร่งจนสุด โดยไม่เข่งแล้วเลื่อนเบาะเข้ามาเหมือนกับรถเกียร์ธรรมดา

- ต้องนั่งหลังพิงพนักเบาะให้มั่นคง เวลาโดยชนจะลดแรงที่กระทำต่อกล้ามเนื้อหลัง
- ปรับระดับคอปวงมาลัยให้เห็นมาตรวัดและไฟเตือนบนหน้าปัดและวงพวงมาลัยต้องสูงพ้นหน้าตัก/หน้าขาของผู้ขับรถ
- มือจับพวงมาลัยส่วนบนสุดและงอแขนเล็กน้อย จะช่วยให้มีระยะหมุนพวงมาลัยได้ดีกว่าการเหยียดแขนตรง
- เวลาขับรถอย่างนั่งหุบเข่า ให้เข้าช้ายันกับคอนโซลกลางรถ เพื่อให้เกิดความมั่นคงเวลาขับรถ
- การหมุนพวงมาลัย ต้องให้น้ำหนักเท่ากันทั้งมือขวาและซ้าย จะทำให้หมุนพวงมาลัยไม่กระตุก
- ในการเหยียบเบรคหรือคลัช ให้ส้นเท้าลอยจากพื้นรถ (ถ้าส้นเท้าแตะพื้นรถ แรงจะลงที่พื้นรถมากกว่าไปที่คันเบรค เป็นสาเหตุให้เบรคครกไม่หยุด โดยเฉพาะเมื่อเกิดเหตุวิกฤติ)

### ๓. การวางแผนขับรถ จะช่วยลดอุบัติเหตุลงได้ ผู้ขับขี่จะต้อง

- มองรถที่อยู่ข้างหน้าไปอีก ๕ คัน ในการขับตามกันบนถนน (ที่รถวิ่งด้วยความเร็วสูง) ถ้าคันหน้าแตะเบรค ผู้ขับขี่ก็จะมีเวลาประมาณ ๕ วินาทีในการตอบสนองได้ทัน
- ขณะขับรถเข้าโค้ง ตาต้องมองไปที่ทางโค้ง ซึ่งตาจะประเมินความโค้งและมือจะมีความสัมพันธ์กับตาทำให้ควบคุมรถเข้าโค้งได้ดีขึ้น
- การขับรถเข้าโค้ง ให้ชะลอความเร็ว หรือแตะเบรคก่อนเข้าโค้ง (Entrance) แล้วถอนเบรคพร้อมกับเร่งคันเร่งเมื่อถึงกลางโค้ง (Apex) และคืนพวงมาลัยเมื่อสุดโค้ง (Exit) ดูภาพประกอบ
- การเปลี่ยนเกียร์  
เกียร์ธรรมดา เปลี่ยนที่ความเร็วรอบระหว่าง ๓,๐๐๐-๔,๐๐๐ รอบต่อนาที แต่เมื่อจะแข่งให้เปลี่ยนเป็นเกียร์ต่ำก่อน เกียร์อัตโนมัติ ให้ใช้ Kick Down ในการแข่ง

### ๔. เคล็ดลับเกียร์น้อย (Driving Tip)

- การหยุดรถ ควรหยุดห่างจากท้ายรถคันข้างหน้าในระยะที่สามารถมองเห็นล้อรถคันข้างหน้าได้
- การเปลี่ยนช่องทาง การเลี้ยวหรือแข่ง ควรให้สัญญาณไฟกระพริบอย่างน้อย ๓ ครั้ง ก่อนหมุนพวงมาลัยและควรระมัดระวังรถจักรยานยนต์ที่อาจแซงขึ้นมา
- การเว้นระยะห่างในขณะขับรถ ควรเว้นระยะห่างประมาณ ๒-๔ วินาที โดยสังเกตระยะทางประมาณหนึ่งช่วงเสาไฟฟ้า
- การจอดรถ ควรถอยเข้าที่จอดรถ เพื่อหลีกเลี่ยงการชนกันขณะขับออกจากที่จอดและง่ายต่อการบังคับรถ

เทคนิคในการทำงานที่มีประสิทธิภาพทั้งหมดนี้จะเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติงานในองค์กร  
ปฏิบัติงานให้องค์กรเจริญก้าวหน้าต่อไป

๒. แนวทางการนำไปใช้ประโยชน์ ให้คนรุ่นหลังนำไปใช้ปฏิบัติงานต่อไป
๓. แหล่งที่มา จากประสบการณ์การทำงานและการปฏิบัติงาน

ผ่านการกลั่นกรององค์ความรู้โดยคณะกรรมการจัดการองค์ความรู้ (KM) และการจัดการนวัตกรรม (IM)  
สำนัก.....ตามคำสั่ง.....ที่.....๗๕๖๓ ลงวันที่.....พ.ศ.๒๕๖๓

- องค์ความรู้เผยแพร่ภายในองค์กร  
 องค์ความรู้เผยแพร่ทั่วไป

ลงชื่อ.....ประธานคณะกรรมการ  
(.....)

ตำแหน่ง.....

วันที่.....(วันที่กลั่นกรองความรู้)