



รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการสร้างเสริมสุขภาวะและสุขภาพแก่พนักงานส่วนท้องถิ่น
องค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖
วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ มีนาคม ๒๕๖๖
วันพุธที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๖
ณ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนตำบลตะคร้ำเอน อ.ท่ามะกา จ.กาญจนบุรี



ผู้รับผิดชอบโครงการ
งานการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัด
องค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน
อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

รายงานผลการดำเนินงาน

หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง กระบวนการสร้างสมรรถนะ ให้คนเรามีความสามารถเพิ่มขึ้นในการควบคุมปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดสุขภาพ และเป็นผลให้พนักงานมีสุขภาพดีขึ้น การส่งเสริมสุขภาพ เป็นการเอื้ออำนวยให้มีสภาวะร่างกาย จิตใจ และความเป็นอยู่ในองค์กรที่สมบูรณ์ พนักงานสามารถระบุสิ่งที่จำเป็น ในการที่จะบรรลุการมีสุขภาพดี และในการเปลี่ยน หรือการจัดสิ่งแวดล้อมสุขภาพนั้น ถือเป็นแนวความคิดด้านบวกที่เน้นทรัพยากรทางสังคมและส่วนบุคคล มากเท่ากับเน้นความสามารถทางกาย โดยนัยนี้ การส่งเสริมสุขภาพจึงไม่ใช่เป็นความรับผิดชอบของหน่วยงานด้านสุขภาพเท่านั้น แต่รวมถึงการที่พนักงานมีการปฏิบัติให้เกิดวิถีชีวิตที่ดี เพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

การทำงานที่ต้องแข่งกับเวลา ขาดการออกกำลังกาย มลพิษต่างๆในสิ่งแวดล้อม หรือการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ ทำให้ร่างกายอาจเกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพพลานามัยได้ การตรวจสุขภาพจะช่วยให้ทราบว่าขณะนี้ร่างกายอยู่ในระดับไหน มีโรคภัยแฝงอยู่หรือไม่ โดยเฉพาะโรคที่อยู่ในขอบเขตที่การแพทย์ปัจจุบันสามารถตรวจพบได้ ซึ่งจะทำให้สามารถปฏิบัติตัวได้เหมาะสม เพื่อป้องกันอันตรายจากภาวะแทรกซ้อนของโรค และมีคุณภาพชีวิตที่ดี การให้บริการตรวจสุขภาพ จึงเป็นการอำนวยความสะดวกในการรับบริการตรวจสุขภาพและทำให้เจ้าหน้าที่สามารถถ่ายทอดความรู้ด้านสุขภาพรายบุคคลตามบริบทของแต่ละบุคคลในองค์กร

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น การธำรงรักษา และสร้างเสริมสุขภาพของคนในองค์กร จึงมีความสำคัญต่อความสำเร็จ ความเจริญเติบโตก้าวหน้าของทั้งองค์กร รวมถึงคนในองค์กร และผลประโยชน์ไม่ได้หยุดเพียงแค่นั้น งบประมาณโรงพยาบาล กองทุนประกันสังคม ย่อมลดลงด้วยเช่นกัน

คนในวัยทำงานใช้ชีวิตขณะที่ตื่นอยู่ในที่ทำงานมากที่สุด ในแต่ละวัน เราใช้ชีวิตอยู่ในที่ทำงาน ๘-๙ ชั่วโมง ต้องรับประทานอาหารในที่ทำงาน หรือบริเวณใกล้เคียงวันละ ๑-๒ มื้อ ใช้ห้องน้ำ สิ่งอำนวยความสะดวกภายในองค์กร ความสัมพันธ์กับหัวหน้า เพื่อนร่วมงาน สัมผัสกับสิ่งแวดล้อม เครื่องมือ จะเห็นได้ว่าที่ทำงานมีอิทธิพลต่อชีวิต และสุขภาพอย่างมาก หากทุกฝ่ายร่วมมือร่วมใจกัน ช่วยกันแก้ไขจุดด้อย นำกลยุทธ์ และวิธีการที่มีคุณภาพมาใช้ ก็ย่อมจะเห็นพนักงานที่มีคุณภาพ มีสุขภาพ ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น องค์กรเข้มแข็ง เป็นส่วนหนึ่งของการร่วมสร้างสังคมให้น่าอยู่ยิ่งขึ้นได้

เพื่อให้สอดคล้องกับการประเมินประสิทธิภาพขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (สถ-อปท.) (Local Performance Assessment : LPA) ด้านที่ ๒ ด้านการบริหารงานบุคคลและกิจการสภา หมวดที่ ๓ คุณภาพชีวิตและความสมดุลของชีวิตกับการทำงาน ข้อ ๓๔ องค์กรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มีสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีการดำเนินการดังนี้ ข้อ ๕ มีการให้ความรู้ด้านส่งเสริมสุขภาพ และอนามัยสิ่งแวดล้อม มีกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานได้ออกกำลังกายในสถานที่ทำงาน มีการจัดกิจกรรม นันทนาการเพื่อผ่อนคลายความเครียด และจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีของข้าราชการ/พนักงานส่วนท้องถิ่น

ดังนั้น ทางองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอนจึงจัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพและสุขภาพแก่พนักงานส่วนท้องถิ่นขึ้น เพื่อส่งเสริมสนับสนุนบุคลากรในสังกัด ให้มีสุขภาพที่ดี คุณภาพชีวิตที่ดี เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจที่ได้รับมอบหมายอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อขวัญกำลังใจ ความก้าวหน้าในการปฏิบัติงานในองค์กร และเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตัวให้ถูกต้องตามสุขลักษณะที่ดีแก่ครอบครัวและชุมชน ดังสรุปความหมายสุขภาพแบบสั้นๆว่า **สุขภาพดี คือ สุขกายสบายใจ มีชีวิตชีวา และมีคุณค่า** การทำให้พนักงานมีสุขภาพดี ก็คือการทำให้พนักงานมีความสุขกายสบายใจ ขยันขันแข็ง และทำประโยชน์ให้กับองค์กร

/วัตถุประสงค์...

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้พนักงานเกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญ ให้ความสนใจและใส่ใจในสุขภาพของตนเอง
๒. เพื่อให้พนักงานทราบปัจจัยเสี่ยงในการที่จะเกิดภาวะเจ็บป่วยในอนาคตของตนเองได้
๓. เพื่อให้พนักงานทราบและสามารถวิเคราะห์สภาวะสุขภาพของตนเองได้
๔. เพื่อเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตัวให้ถูกต้องตามสุขลักษณะที่ดีแก่ครอบครัวและชุมชน
๕. ปลุกฝังให้พนักงานรักษาสุขภาพร่างกายและจิตใจให้แข็งแรงอยู่เสมอ

เป้าหมาย

เชิงปริมาณ ร้อยละ ๗๐ ของจำนวนพนักงานที่เข้าร่วมโครงการ

เชิงคุณภาพ ร้อยละ ๗๐ ของจำนวนพนักงานให้ความสนใจและใส่ใจในสุขภาพของตนเอง

เชิงประโยชน์ ร้อยละ ๗๐ ของจำนวนพนักงานสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้

วิธีการดำเนินการ

ประกอบด้วยการตรวจสุขภาพ การบรรยาย การออกกำลังกาย และการติดตามผล

ระยะเวลาดำเนินการ

วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ และวันพุธที่ ๑๙ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๖

วิทยากร

คุณศจี จันทรอนันต์ นักกายภาพบำบัดชำนาญการ

คุณพาขวัญ แก้วเพชร นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

งบประมาณในการดำเนินงาน

ข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ แผนงานบริหารทั่วไป งานบริหารทั่วไป งบดำเนินงาน ค่าใช้สอย ประเภทรายจ่ายเกี่ยวกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายงบรายจ่ายอื่นๆ รายการโครงการสร้างเสริมสภาวะและสุขภาพแก่พนักงานส่วนท้องถิ่น ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ตั้งไว้ ๒๐,๐๐๐.-บาท ใช้จ่ายงบประมาณในการดำเนินโครงการทั้งสิ้น ๑๙,๓๗๐.-บาท (-หนึ่งหมื่นเก้าพันสามร้อยเจ็ดสิบบาทถ้วน-)

ผู้รับผิดชอบโครงการ

งานกาเจ้าหน้าที่ สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน

สถานที่ดำเนินการ

ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนตำบลตะคร้ำเอน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. พนักงานเกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญ ให้ความสนใจและใส่ใจในสุขภาพของตนเอง
๒. พนักงานทราบปัจจัยเสี่ยงในการที่จะเกิดภาวะเจ็บป่วยในอนาคตของตนเองได้
๓. พนักงานทราบและสามารถวิเคราะห์สภาวะสุขภาพของตนเองได้
๔. เป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตัวให้ถูกต้องตามสุขลักษณะที่ดีแก่ครอบครัวและชุมชน
๕. พนักงานดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจให้แข็งแรงอยู่เสมอ

สรุปผลการดำเนินงาน (เก็บแบบประเมินได้ ๓๗ คน)

๑. ผลที่ได้จากการดำเนินงานในเชิงปริมาณ คือ ผู้เข้าร่วมโครงการฝึกอบรม จำนวน ๖๓ คน เข้ารับการอบรม จำนวน ๖๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

๒. ผลที่ได้จากการดำเนินงานในเชิงคุณภาพ คือ ผู้เข้าร่วมโครงการฝึกอบรมมีความสนใจและใส่ใจในสุขภาพของตนเอง (นำมาจากแบบประเมินข้อ ๒.๔) ดังนี้

- มีความสนใจและใส่ใจสุขภาพของตนเองในระดับมากที่สุดและระดับมาก จำนวน ๓๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

- มีความสนใจและใส่ใจสุขภาพของตนเองในระดับปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด จำนวน ๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๐

๓. ผลที่ได้จากการดำเนินงานในเชิงประโยชน์ คือ ผู้เข้าร่วมโครงการฝึกอบรมสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ (นำมาจากแบบประเมินข้อ ๒.๕) ดังนี้

- สามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ได้ในระดับมากที่สุดและระดับมาก จำนวน ๓๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

- มีสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ได้ในระดับปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด จำนวน ๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๐

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ



(นางสาวรุจิรา นิ่มน้อย)
นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ

เรียน หัวหน้าสำนักปลัด



(นางปวีณา ดิษผล)
หัวหน้าฝ่ายบริหารงานทั่วไป

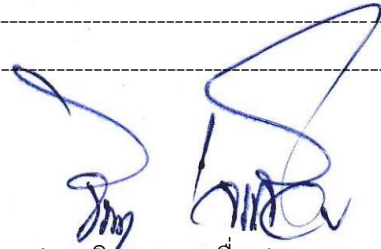
เรียน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน



(นางณภัทร โพธิพิพิธ)
หัวหน้าสำนักปลัด

/เรียน นายก...

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน



(นายจินดา เจเถื่อน)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน

คำสั่ง/ข้อสั่งการของนายกองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน



(นายสำรย อินทร์นัส)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน

ภาคผนวก

โครงการสร้างเสริมสุขภาวะและสุขภาพแก่นักงานส่วนท้องถิ่น
องค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน อำเภอนาทม จ.กาญจนบุรี
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖
วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ มีนาคม ๒๕๖๖
ณ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนตำบลตะคร้ำเอน อ.นาทม จ.กาญจนบุรี











โครงการสร้างเสริมสุขภาวะและสุขภาพแก่นักงานส่วนท้องถิ่น
องค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖
วันที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๖
ณ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนตำบลตะคร้ำเอน อ.ท่ามะกา จ.กาญจนบุรี













โครงการสร้างเสริมสุขภาพและสุขภาพแก่นักงานส่วนท้องถิ่น
องค์การบริหารส่วนตำบลตะคร้ำเอน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี
ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖
วันพฤหัสบดีที่ ๓๐ มีนาคม ๒๕๖๖
วันพุธที่ ๑๙ เมษายน ๒๕๖๖
ณ ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนตำบลตะคร้ำเอน อ.ท่ามะกา จ.กาญจนบุรี









