

ชื่อโครงการ การสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน
ผู้รับผิดชอบ สำนักงานเลขานุการ สำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานคร
ปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๒

.....

๑. หลักการและเหตุผล

การสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรให้มีสุขภาพพลานามัยที่ดี เพื่อพร้อมปฏิบัติงานให้องค์กรมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานของบุคลากร เพราะการมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงและสุขภาพจิตใจที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมถอยลง เช่น การนั่งปฏิบัติงานหน้าคอมพิวเตอร์นาน ๆ อาจส่งผลให้เกิดโรคออฟฟิศซินโดรม เป็นต้น

ดังนั้น เพื่อให้การพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานของบุคลากรในสำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานคร มีสุขภาพกายที่แข็งแรง มีความสุข มีความพร้อมในการปฏิบัติงาน ส่งผลให้ปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นไปตามหลักเกณฑ์การดำเนินการของตัวชี้วัดที่ ๔.๒.๒ ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน จึงได้จัดโครงการ “การสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน” ขึ้น

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อสร้างเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจบุคลากรในหน่วยงาน
- ๒.๒ เพื่อให้บุคลากรในหน่วยงานมีค่าดัชนีมวลกายเข้าสู่เกณฑ์ปกติเพิ่มขึ้นและตระหนักในการดูแลสุขภาพ
- ๒.๓ เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน

๓. เป้าหมาย

ข้าราชการและลูกจ้างสังกัดสำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานคร จำนวน ๑๔๑ คน

๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการที่ดำเนินการให้เป็นไปตามคำรับรองการปฏิบัติราชการประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๒ ตัวชี้วัดที่ ๔.๒.๒ ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

ตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ – สิงหาคม ๒๕๖๒

๖. แผนปฏิบัติงาน

- ๖.๑ ประชาสัมพันธ์โครงการ “การสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน”
- ๖.๒ จัดอบรมให้ความรู้การสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากร สังกัดสำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานคร
- ๖.๓ ออกกำลังกายโดยการเต้นแอโรบิค ทุกวันพุธ ช่วงเวลา ๑๕.๐๐ น. – ๑๖.๐๐ น.

ณ สวนรมณีนาค

๗. งบประมาณ

ไม่ใช้งบประมาณ

๘. ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๘.๑ บุคลากรสำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานครได้ผ่อนคลายความตึงเครียด มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่ดี

๘.๒ บุคลากรสำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานครมีความสุขในการทำงาน ส่งผลให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น

๙. ปัญหาและอุปสรรค

ผู้เข้าร่วมโครงการไม่สามารถเข้าร่วมโครงการได้อย่างต่อเนื่อง เนื่องจากมีภารกิจงานเร่งด่วน

๑๐. การประเมินผล

๑๐.๑ ค่าเฉลี่ยดัชนีมวลกายของบุคลากรในหน่วยงานมีค่าดัชนีมวลกายรวมลดลงไม่น้อยกว่าร้อยละ ๒.๕

๑๐.๒ ร้อยละ ๙๐ ของบุคลากรได้ออกกำลังกายลดความตึงเครียด

ลงชื่อ ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวจงกมลกรณ์ ผจงวิริยาทร)

เลขานุการสำนัก

สำนักงานงบประมาณกรุงเทพมหานคร

ลงชื่อ ผู้อนุมัติโครงการ