

ชื่อโครงการ สร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน
หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายสิ่งแวดล้อมและสุขภาพ สำนักงานเขตประเวศ
ปีงบประมาณ ๒๕๖๑

๑. หลักการและเหตุผล

การสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรให้มีสุขภาพอนามัยที่ดี เพื่อให้พร้อมต่อการปฏิบัติงานแก่องค์กรอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานแก่บุคลากร เพราะการที่บุคลากรมีสุขภาพกายไม่แข็งแรงและสุขภาพจิตใจไม่สมบูรณ์จะส่งผลกระทบต่อการทำงานในหน้าที่ได้ หรือในบางกรณีการทำงานนั้นๆ อาจส่งผลให้บุคลากรมีสุขภาพกายหรือสุขภาพจิตที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมถอยลง เช่น การนั่งปฏิบัติงานหน้าเครื่องคอมพิวเตอร์นานๆ ก็อาจส่งผลให้เกิดโรคออฟฟิศซินโดรม โรคตาแห้ง หรือการปฏิบัติงานของคอนกรีตถนน ก็อาจเสี่ยงต่อการเกิดโรคเกี่ยวกับปอดได้ เนื่องจากคอนกรีตได้หายใจเอา ก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์จากท้องถนนเข้าร่างกาย จึงเห็นได้ว่าการปฏิบัติงานไม่ว่าจะมีอาชีพใดหรือตำแหน่งใด หากสภาพการทำงานไม่เหมาะสมหรือสภาพแวดล้อมในการทำงานไม่ดี อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากรได้ ดังนั้นองค์กรจึงควรมีข้อมูลด้านสุขภาพของบุคลากร ส่งเสริมให้บุคลากรตรวจสุขภาพของตนเอง แล้วนำข้อมูลด้านสุขภาพดังกล่าวมาจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพแก่บุคลากร รวมทั้งจัดหาเครื่องมือหรืออุปกรณ์ ป้องกันความปลอดภัยในการปฏิบัติงานแก่บุคลากรด้วย เพื่อให้บุคลากรขององค์กรมีสุขภาพที่ดีและพร้อมต่อการปฏิบัติงานอยู่เสมอ

สำนักงานเขตประเวศ ได้เล็งเห็นความสำคัญเกี่ยวกับสุขภาพของบุคลากร จึงได้จัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๑ ขึ้น เพื่อตรวจวัดค่าดัชนีมวลกายและส่งเสริมสุขภาพอนามัยของบุคลากรในหน่วยงานให้ได้อยู่เสมอหรือไม่แย่ลงไปกว่าเดิม และลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ อันจะส่งผลให้บุคลากรดังกล่าวมีศักยภาพในการทำงานเพิ่มขึ้นและเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อหน่วยงานเพิ่มขึ้นด้วย

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อตรวจวัดค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index; BMI) ของบุคลากรในหน่วยงาน
- ๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพของตนเอง และออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง
- ๒.๓ เพื่อลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เช่น โรคออฟฟิศซินโดรม โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคอ้วน ฯลฯ

๓. เป้าหมาย

- ๓.๑ บุคลากรในสังกัดสำนักงานเขตประเวศ จำนวน ๘๔๕ คน
- ๓.๒ บุคลากรในสังกัดสถานศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน ๖๕๐ คน

๔. ลักษณะของโครงการ

โครงการนี้สอดคล้องกับแผนปฏิบัติการกรุงเทพมหานคร ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๑ มิติที่ ๔ ด้านการพัฒนาองค์กร ประเด็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงาน (Quality Of Work Life)

/๕. ระยะเวลา...

๕. ระยะเวลาการดำเนินงาน

ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๐ ถึงเดือนสิงหาคม ๒๕๖๑

๖. ขั้นตอนการดำเนินงาน

- ๖.๑ จัดทำและขออนุมัติโครงการ
- ๖.๒ แต่งตั้งคณะกรรมการและคณะทำงานโครงการสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน
- ๖.๓ จัดประชุมคณะกรรมการฯ และคณะทำงานฯ เพื่อชี้แจงรายละเอียดโครงการ/กิจกรรม และคณะทำงาน/คณะกรรมการฯ เพื่อหารือวางแผนแนวทางการดำเนินงาน
- ๖.๔ จัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้เรื่องสุขภาพแก่บุคลากรในหน่วยงานตามสื่อช่องทางต่างๆ
- ๖.๕ จัดกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมและสอดคล้องกับเพศ อายุ ลักษณะงานของบุคลากร
- ๖.๖ สรุปและประเมินผลโครงการ

๗. งบประมาณ

ไม่ใช้งบประมาณของทางราชการ

๘. ปัญหาและอุปสรรค

- ๘.๑ อาจไม่ได้รับความร่วมมือเข้าร่วมกิจกรรมจากบุคลากรเท่าที่ควร
- ๘.๒ บุคลากรไม่ให้ความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพของตนเอง

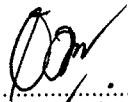
๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ บุคลากรในหน่วยงานมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลเอาใจใส่สุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้น
- ๙.๒ บุคลากรมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อันจะทำให้มีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ห่างไกลจากโรคเรื้อรัง
- ๙.๓ บุคลากรมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการออกกำลังกายและพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตที่ดีขึ้น
- ๙.๔ บุคลากรมีสุขภาพกายที่แข็งแรง ลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ

๑๐. การติดตามประเมินผล

รายงานค่าดัชนีมวลกายของบุคลากรต่อสำนักงาน ก.ก.

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นายทศพล ทรัพย์ศิริธรรม)
นักวิชาการสุขภาพอนามัยชำนาญการพิเศษ
หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมสุขภาพและสุขาภิบาล
สำนักงานเขตประเวศ

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นายสมคิด คำนวณศิลป์)
ผู้อำนวยการเขต ประเวศ
สำนักงานเขตประเวศ