



แผนการฝึกอบรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการและลูกจ้าง สำนักงานเขตสะพานสูง
หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายปกครอง สำนักงานเขตสะพานสูง
ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑

๑. หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมสุขภาพของบุคคลให้มีสุขภาพพลานามัยที่ดี เพื่อพร้อมปฏิบัติงานในองค์กรได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล เป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานแก่บุคลากรเพราะการมีสุขภาพร่างกายไม่แข็งแรงและสุขภาพจิตไม่สมบูรณ์จะส่งผลกระทบต่อการทำงานได้ หรืออีกกรณีก็การทำงานนั้น ๆ อาจส่งผลให้บุคลากรมีสุขภาพกาย หรือสุขภาพจิต ที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่เสื่อมถอยลง เช่น การนั่งปฏิบัติงานหน้าคอมพิวเตอร์นาน ๆ อาจส่งผลให้เกิดโรคออฟฟิศซินโดรม โรคตาแห้ง หรือการปฏิบัติงานคนงานกวาดถนนอาจเกิดโรคเกี่ยวกับปอดได้ เนื่องจากต้องหายใจเอาฝุ่นและก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์จากท้องถนนทุกวันซึ่งจะเห็นได้ว่าการปฏิบัติงานไม่ว่าจะอาชีพหรือตำแหน่งใดอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากรได้ ดังนั้นหากปล่อยให้อาการดังกล่าวลุกลามใหญ่โตขึ้นจะส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการปฏิบัติงานและงบประมาณทางด้านการรักษาพยาบาลของกรุงเทพมหานครที่จะต้องเพิ่มขึ้น

สำนักงานเขตสะพานสูงได้จัดทำโครงการฝึกอบรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการและลูกจ้าง สำนักงานเขตสะพานสูงขึ้น เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับหลักและแนวทางที่ถูกต้องเกี่ยวกับการปฏิบัติงาน การใช้ชีวิต การบริโภคอาหาร และการออกกำลังกาย ฯลฯ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ข้าราชการและลูกจ้างรู้จักที่จะดูแลตนเองในเบื้องต้น เพื่อสุขภาพที่ดีของข้าราชการและลูกจ้างกรุงเทพมหานคร ประกอบกับโครงการนี้เป็นนโยบายของผู้บริหารกรุงเทพมหานคร เห็นว่ามีความจำเป็นในการบริหารศักยภาพของข้าราชการเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้าง มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
- ๒.๒ เพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้าง รู้จักวิธีในการดูแลตนเอง รู้จักการออกกำลังกาย และรู้จักการบริโภคอาหารที่ดี มีโภชนาการที่ถูกต้อง
- ๒.๓ เพื่อให้ข้าราชการและลูกจ้างรู้จักหลักสุขภาพ อนามัยที่ดี และนำไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

๓. เป้าหมาย

จัดการฝึกอบรมแบบพักค้าง ๓ วัน ๒ คืน ณ จังหวัดกาญจนบุรี ให้กับข้าราชการกรุงเทพมหานคร และบุคลากรกรุงเทพมหานครและเจ้าหน้าที่ดำเนินการสำนักงานเขตสะพานสูง รวมทั้งสิ้น ๑๔๐ คน ประกอบด้วย

/๑. ข้าราชการ..



๑. ข้าราชการกรุงเทพมหานครระดับอำนวยการสูง ลงมา	จำนวน ๑๑๖ คน
๒. บุคลากรกรุงเทพมหานคร ลูกจ้างประจำ, ลูกจ้างชั่วคราว	จำนวน ๕๔ คน
๓. เจ้าหน้าที่ดำเนินการ	จำนวน ๒๐ คน
	รวมทั้งสิ้น ๑๙๐ คน

๔. ลักษณะของโครงการ

เป็นโครงการตามนโยบายของผู้บริหารกรุงเทพมหานครในการพัฒนาข้าราชการและบุคลากร กรุงเทพมหานคร สังกัดสำนักงานเขต ปิงปประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑ และสอดคล้องกับแผนพัฒนา กรุงเทพมหานคร ๒๐ ปี ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๖๕) ด้านที่ ๗ การบริหารจัดการเมืองมหานคร มิติที่ ๗.๓ การบริหารทรัพยากรบุคคล เป้าหมายที่ ๗.๓.๑ บุคลากรกรุงเทพมหานคร เป็นผู้ปฏิบัติงานแบบมืออาชีพ มีคุณธรรม จริยธรรม และเป็นที่ยอมรับของประชาชน เป้าประสงค์ที่ ๗.๓.๑.๑ การพัฒนาบุคลากรให้มีทักษะ ความรู้ ความสามารถ มีความเป็นมืออาชีพที่เหมาะสมกับการบริหารมหานครและเป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรม มาตรการที่ ๑ พัฒนาสมรรถนะของบุคลากร ยกระดับมาตรฐานวิชาชีพและคุณภาพการให้บริการในแต่ละสายงานให้ มุ่งสู่ความเป็นมืออาชีพ และสอดคล้องกับการเป็นมหานครแห่งเอเชีย

๕. แนวทางการดำเนินการ

๕.๑ ดำเนินการโดยฝ่ายปกครอง สำนักงานเขตสะพานสูง

๕.๒ ขั้นตอนการดำเนินการ

- จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติเงินงวด
- เสนอขออนุมัติโครงการ
- ประสานหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อจัดทำหลักสูตรในการฝึกอบรม โดยประกอบเทคนิค ดังนี้
 - ๑) การบรรยาย
 - ๒) การบรรยาย และฝึกปฏิบัติ
 - ๓) การสาธิต และฝึกปฏิบัติ
- จัดทำคำสั่งแต่งตั้งเจ้าหน้าที่ดำเนินการ
- ฝึกอบรมตามหลักสูตร
- สรุปผลการดำเนินการเสนอผู้บริหารทราบ

/๖. ระยะเวลา...



๖. ระยะเวลาดำเนินการและสถานที่ดำเนินการ

กำหนดการจัดโครงการฝึกอบรมแบบพักค้างต่างจังหวัด ณ สถานที่เอกชน จำนวน ๓ วัน ๒ คืน วันที่ ๒๖ - ๒๘ มกราคม ๒๕๖๑ ณ จังหวัดกาญจนบุรี

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ.๒๕๖๑ แผนงานบริหารงานปกครองและทะเบียน งานปกครอง หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการและลูกจ้าง สำนักงานเขตสะพานสูง เป็นเงิน ๘๓๗,๕๐๐.-บาท โดยแบ่งเป็นค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ดังนี้

- | | |
|--|-----------------------|
| ๗.๑ ค่าจ้างเหมารถยนต์โดยสารปรับอากาศขนาด ๔๐ ที่นั่งขึ้นไป
(จำนวน ๕ คัน X ๑๒,๒๐๐.-บาท/วัน X ๓ วัน) | เป็นเงิน ๑๘๓,๐๐๐.-บาท |
| ๗.๒ ค่าเช่าที่พัก (จำนวน ๑๔๐ คน X ๗๕๐.-บาท/คืน X ๒ คืน) | เป็นเงิน ๒๑๐,๐๐๐.-บาท |
| ๗.๓ ค่าอาหาร อาหารว่าง และเครื่องดื่ม
(ค่าอาหารจัดครบทุกมื้อ ๑๔๐ คน X ๘๐๐.-บาท X ๑ วัน = ๑๑๒,๐๐๐.-บาท)
(ค่าอาหารจัดไม่ครบทุกมื้อ ๑๔๐ คน X ๖๐๐.-บาท X ๑ วัน) = ๘๔,๐๐๐.-บาท
(ค่าอาหารจัดไม่ครบทุกมื้อ ๑๔๐ คน X ๓๕๐.-บาท X ๑ วัน) = ๔๙,๐๐๐.-บาท) | เป็นเงิน ๓๓๒,๕๐๐.-บาท |
| ๗.๔ ค่าสมนาคุณวิทยากร | เป็นเงิน ๒๗,๐๐๐.-บาท |
| ๗.๕ ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการฝึกอบรม | เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐.-บาท |

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๘๓๗,๕๐๐.-บาท (แปดแสนสามหมื่นเจ็ดพันห้าร้อยบาทถ้วน)

ทั้งนี้ ให้เบิกจ่ายได้ตามระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม พ.ศ.๒๕๔๑ โดยให้ถัวจ่ายได้ตามความเป็นจริง ในกรณียอดโดยยอดหนึ่งไม่เพียงพอ แต่ไม่เกินวงเงินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติตามโครงการฯ

๘. ปัญหาและอุปสรรค

โครงการไม่ได้รับอนุมัติงบประมาณ

๙. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ข้าราชการและลูกจ้าง สำนักงานเขตสะพานสูง มีสุขภาพอนามัยและภาวะโภชนาการที่ดีขึ้น
- ๙.๒ ข้าราชการและลูกจ้างฯ มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
- ๙.๓ ลดปัญหาการเจ็บป่วยของข้าราชการและลูกจ้างฯ ทำให้ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายของครัวเรือนและลดงบประมาณด้านการรักษาพยาบาลของกรุงเทพมหานคร



๑๐. การติดตามประเมินผล

๑. ประเมินผลหลังจบหลักสูตร โดยแบบประเมินความรู้ ตัวชี้วัด ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าการฝึกอบรม
ผ่านการทดสอบประเมินความรู้ตามที่กำหนด พร้อมรายงานผลให้ผู้บังคับบัญชาทราบ

๒. ประเมินผลติดตามผลโครงการ โดยแบบสอบถาม ตัวชี้วัด ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้ารับการ
ฝึกอบรมนำความรู้ที่ได้รับจากการฝึกอบรมไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันทั้งกับตนเองและคนรอบข้าง
ฝ่ายปกครอง รวบรวมสรุปรายงานผลให้ผู้บังคับบัญชาทราบ

ลงชื่อ

ผู้เสนอโครงการ

(นายสมมาตร ภัทรปรีชาการ)

หัวหน้าฝ่ายปกครอง สำนักงานเขตสะพานสูง

ลงชื่อ

ผู้อนุมัติโครงการ

(นางสาวจุฑามาศ วิรุฬห์ธานี)

ผู้อำนวยการเขตสะพานสูง