

แผนปฏิบัติการขับเคลื่อน
ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ
หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่	แผน	กิจกรรม	มาตรการ	ประเด็นความรู้	เป้าหมาย	ระยะเวลาการดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
1	แผนการปฏิบัติการดำเนินงานสถานที่ทำงาน นำอยู่ นำทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิต และความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	1.1 กิจกรรมรณรงค์ Big Cleaning Day (5 ส : สะสาง สะดวก สะอาด สุขลักษณะ สร้างนิสัย)	- ส่งเสริมการสร้างบรรยากาศในการทำงาน ให้มีแนวทางการสร้างสุขอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นองค์กรต้นแบบพร้อมทั้งจัดทำสภาพแวดล้อมให้เป็นสถานที่นำอยู่ นำทำงาน และเกิดความปลอดภัย	- การสื่อสารและการเผยแพร่ความรู้ - การประชาสัมพันธ์ (การจัดบอร์ด) - คู่มือ 5 ส. โดยสำนัก ว. - คู่มือเกณฑ์การประเมิน 5 ส. - คู่มือเกณฑ์การประเมิน HWP - คู่มือความรู้เกี่ยวกับการบริหารทรัพยากรมนุษย์เพื่อองค์กรสุขภาวะ โดย อ.จรรุภา	- จำนวนบุคลากรที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรม เพื่อสร้างบรรยากาศให้สถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงาน - หน่วยงานผ่านเกณฑ์การประเมิน 5ส. - หน่วยงานผ่านเกณฑ์การประเมิน HWP	เดือนพฤศจิกายน 2564 - 30 กันยายน 2564 (ทุกวันพฤหัสบดี สัปดาห์ที่ 3 ของเดือน) 1. 19 พ.ย. 63 2. 17 ธ.ค. 63 3. 21 ม.ค. 64 4. 18 ก.พ. 64 5. 18 มี.ค. 64 6. 22 เม.ย. 64 7. 20 พ.ค. 64 8. 17 มิ.ย. 64 9. 22 ก.ค. 64 10. 19 ส.ค. 64 11. 23 ก.ย. 64	6 กลุ่มงาน กลุ่มอำนวยการ กลุ่มบริหารยุทธศาสตร์ กลุ่มพัฒนาแม่และเด็ก กลุ่มพัฒนาฯวัยเรียนวัยรุ่น กลุ่มพัฒนาฯวัยทำงาน กลุ่มพัฒนาฯผู้สูงอายุ
		1.2 กิจกรรมมีชีวิตชีวากับสมดุลชีวิต - การแข่งขันเทเบิลเทนนิส Dopah ไอโฟนคัพ 2020	- สร้างเสริมการสร้างความสัมพันธ์เพื่อสร้างบรรยากาศเอื้อต่อความเป็นที่ - เป็นน้อง ให้เกิดความใส่ใจซึ่งกันและกัน	- การสื่อสารและการเผยแพร่ความรู้ - การประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทาง Social media LINE กองฯ	- จำนวนบุคลากรที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วม กิจกรรม เพื่อสร้างความสัมพันธ์	เดือนพฤศจิกายน 2563 - 31 มกราคม 2564	กลุ่มพัฒนาแม่และเด็ก
		1.3 การประชุมเชิงปฏิบัติการ การพัฒนาศักยภาพ การขับเคลื่อนองค์กรสู่ความสำเร็จ ปี 2564	- สร้างเสริมการสร้างความสัมพันธ์เพื่อสร้างบรรยากาศเอื้อต่อความเป็นที่ - เป็นน้อง ให้เกิดความใส่ใจซึ่งกันและกัน - สร้างบรรยากาศ ให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาวิธีการทำงานเพื่อสร้างงานที่สร้างสรรค์ มีคุณค่า และนำนวัตกรรมสิ่งใหม่ๆ มาประยุกต์ใช้ในกระบวนการทำงาน	- การสื่อสารและการเผยแพร่ความรู้ - การประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทาง Social media LINE กองฯ	- จำนวนบุคลากรที่เข้าร่วมการประชุม เพื่อให้เกิด การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ได้สื่อสาร และเกิดการ สร้างบรรยากาศที่ดีร่วมกัน	เดือนมิถุนายน 2564 - กรกฎาคม 2564	กลุ่มอำนวยการ
2	แผนกิจกรรมก้าวท้าใจ Season 3	- กิจกรรมการเดิน การวิ่ง แอโรบิค คีตมวยไทย บอด้เวท	- ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากร มีกิจกรรมทางกายที่ถูกต้อง และมีการดูแลสุขภาพ อย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ	- การสื่อสารและการเผยแพร่ความรู้ - การประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทาง Social media LINE กองฯ - คู่มือความรู้เกี่ยวกับโภชนาการกับการออกกำลังกาย โดยกรมพลา - บทเรียนจากการพัฒนาและ นำนโยบายส่งเสริมการก้าวเดินไปปฏิบัติ	- จำนวนบุคลากรเข้าร่วมกิจกรรม ก้าวท้าใจ Season 3	เดือนกุมภาพันธ์ 2564 - กรกฎาคม 2564	กลุ่มพัฒนาฯวัยทำงาน

แผนปฏิบัติการขับเคลื่อน

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ

หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับที่	แผน	กิจกรรม	มาตรการ	ประเด็นความรู้	เป้าหมาย	ระยะเวลาการดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
3	แผนการเข้ารับการตรวจสุขภาพของบุคลากรทุกคนในหน่วยงาน	- บุคลากรเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี	- ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรมีกิจกรรมทางกายที่ถูกต้อง และมีการดูแลสุขภาพ อย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ	- การสื่อสารและการเผยแพร่ความรู้ - การประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทาง Social media LINE กองฯ - รายงานสถานการณ์โรค NCDs โดยกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค - คู่มือความรู้เกี่ยวกับโภชนาการกับการออกกำลังกาย โดยกรมพลา	- จำนวนบุคลากรเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี	เดือนมีนาคม 2564 - กรกฎาคม 2564	กลุ่มอำนวยการ
4	แผนการประเมิน BMI	- บุคลากรเข้ารับการตรวจ InBody - ติดตามผลการตรวจอย่างต่อเนื่อง - การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของบุคลากร - บุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมก้าวท้าใจ Season 3	- ส่งเสริมและสนับสนุนให้บุคลากรมีกิจกรรมทางกายที่ถูกต้อง และมีการดูแลสุขภาพ อย่างต่อเนื่องเพื่อพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีสุขภาพดีทั้งกายและใจ	- คู่มือความรู้เกี่ยวกับโภชนาการกับการออกกำลังกาย โดยกรมพลา - รายงานสถานการณ์โรค NCDs โดยกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค	- ร้อยละของจำนวนบุคลากรที่เพิ่มขึ้นของบุคลากร ที่มี BMI ปกติ	เดือนธันวาคม 2563 - กุมภาพันธ์ 2564 และเดือนพฤษภาคม 2564 - กรกฎาคม 2564	กลุ่มพัฒนาผู้สูงอายุ
5	การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจ และหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป ด้วยโปรแกรม https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cv_risk_score/	- การให้องค์ความรู้อนามัยด้านการส่งเสริมสุขภาพ - ติดตามผลการตรวจอย่างต่อเนื่อง - การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของบุคลากร	- ส่งเสริมมีส่วนร่วมของบุคลากรในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมความสร้างสรรค์ร่วมกัน	- คู่มือความรู้เกี่ยวกับโภชนาการกับการออกกำลังกาย โดยกรมพลา - รายงานสถานการณ์โรค NCDs โดยกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค	- จำนวนบุคลากรที่ประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและโรคหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปี ขึ้นไป	เดือนธันวาคม 2563 - กุมภาพันธ์ 2564	กลุ่มพัฒนาฯ วิทยาลัยวิยรุ่น