



**กรมอนามัย**  
DEPARTMENT OF HEALTH

รายงานการถ่ายทอด/สื่อสารนโยบายและมาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายใน  
ประชาชนวัยทำงาน  
แก่ศูนย์อนามัย สสจ. และภาคีเครือข่าย



**ห้องย่อยคลัสเตอร์วัยทำงาน**

ระหว่างวันที่ ๒๑ - ๒๒ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๓  
โรงแรมเบสท์เวสเทิร์นพลัสแวนด้าแกรนด์ จังหวัดนนทบุรี

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

## สารบัญ

หัวข้อ	หน้า
๑. การขับเคลื่อนการดำเนินงานภายใต้บริบท New Normal (รองรับสถานการณ์ COVID-๑๙ และข้อจำกัดด้านอื่นๆ)	๓
๒. กรอบการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานแบบบูรณาการ	๖
๓. โครงการก้าวทำใจ season ๓	๙
๔. สรุปผลประเมินความพึงพอใจ	๑๔
๕. ภาพบรรยากาศการประชุมห้องย่อยคลัสเตอร์วัยทำงาน	๑๗

แนวทางการขับเคลื่อนงานคลัสเตอร์วัยทำงานปีงบประมาณ ๒๕๖๔

ภายใต้บริบทใหม่ (NEW NORMAL)

นายแพทย์ปัญญา คำของ  
ประธานคลัสเตอร์กลุ่มวัยทำงาน

\*\*\*\*\*

ผังการบูรณาการยุทธศาสตร์ชาติที่มีประชาชนเป็นศูนย์กลาง



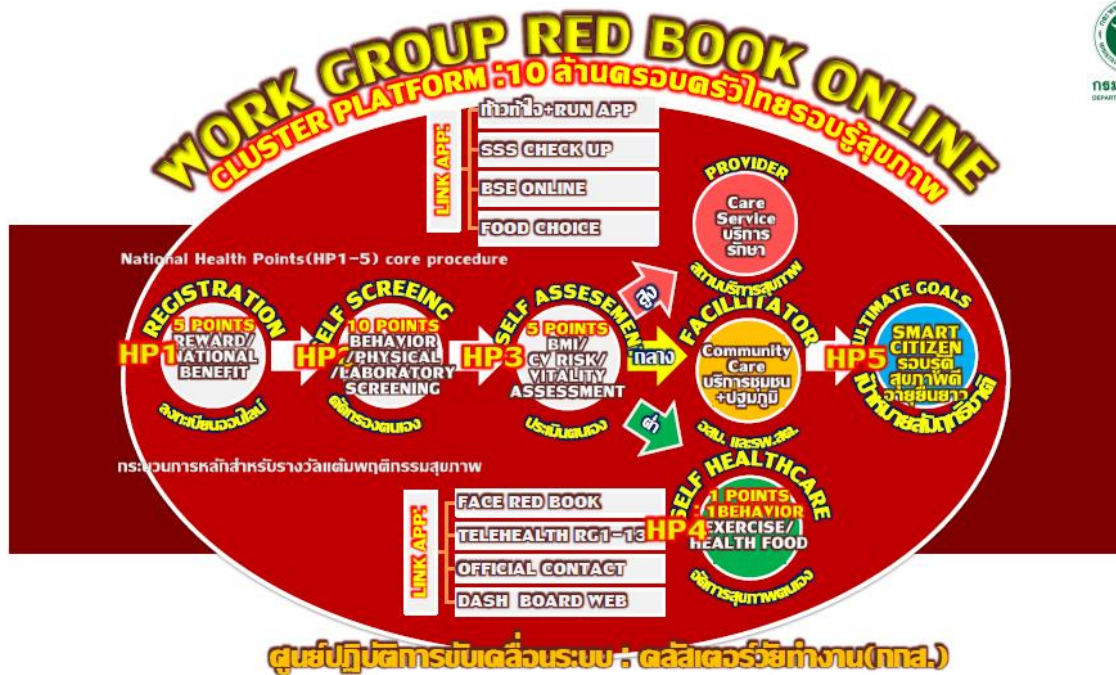
รูปแบบการจัดการสุขภาพภายใต้บริบทใหม่ (NEW NORMAL) (เน้นให้เข้าถึงประชาชน)

๑. Digital literacy (Health literated Community, Health literated Organization} Health literated City)
๒. การจัดการสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพ (Healthy workplace/Healthy city)
๓. System design มุ่งสู่เป้าสัมฤทธิ์ชาติ คือ SMART CITIZEN

เป้าหมาย

Smart citizen → skill behavior → health ecology (digital health platform) → health+literate city ผ่านเครื่องมือ (platform) ๓ ระดับ

- Platform ระดับสำนัก/กอง : self health book online เช่น app.คำนวณพลังงานและสารอาหารของ คอ.๕ ราชบุรี
- Cluster platform : ๑๐ ล้านครอบครัวไทยรอบรู้สุขภาพ
- Health system ๑๐ล้านครอบครัว (บุคคล) <--> ๑๐packages workplace (พนักงาน) <--> national step challenge (ประชาชน)



### Work Group Red Book Online

การขับเคลื่อนการดำเนินงานของคลัสเตอร์วัยทำงาน จะเน้นการดำเนินงานผ่าน Digital Health Platform การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ภายใต้ชื่อ Platform กลาง วัยทำงาน ชื่อเดียว คือ “๑๐ ล้านครอบครัวไทยรอบรู้สุขภาพ” ซึ่งภายใต้ระบบ Platform จะประกอบไปด้วย

๑. **Registration** การลงทะเบียนภายใต้ Platform โดยจะมีการประกาศเป็น National ว่า วัยทำงานทุกคนต้องอยู่ภายใต้ Platform นี้
  ๒. **Self-Screening** (National Screening)
    - ๒.๒.๑ การเจาะเลือด/ตรวจเลือดตามสิทธิ
    - ๒.๒.๒ การ Survey ๔ พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์วัยทำงาน,
    - ๒.๒.๓ การตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม
  ๓. **Self-Assessment** การแปลผล สูง กลาง ต่ำ พร้อมชี้ช่องทางในการปรับพฤติกรรม (กิจกรรมทางกาย อาหาร เป็นต้น)
  ๔. **Provider Health Care, Facilitator, Self-Health Care**
- Ultimate Goal** โดยมีเป้าหมายสุดท้าย คือ คนวัยทำงานสุขภาพดี มีความรอบรู้ เตรียมเข้าสู่สูงวัยสุขภาพดี

### Strategy

1. สร้าง Health Literacy (ให้ประชาชนมีทักษะด้านสุขภาพและรู้ว่าควรมีพฤติกรรมสุขภาพอย่างไร) ใช้แรงจูงใจเป็นแต้มสุขภาพ
2. Health service
3. PIRAB

## Intervention

### ๑. Cluster Intervention

- ๑.๑ ประชาสัมพันธ์: Social Media เครือข่ายราย Setting
- ๑.๒. บริหารการใช้แพลตฟอร์มสำหรับสมาชิก: ศูนย์ปฏิบัติการ Digital Cluster ด้วย Face, Line, Tel, Website
- ๑.๓. รายงานผลและประสานเครือข่ายขับเคลื่อน: สำนัก/กองผู้รับผิดชอบราย Setting
- ๑.๔. รายงานผลดาเนินการต่อผู้บริหาร: ที่ประชุมกรม ผู้บริหาร

### ๒. Regional Intervention

- ๒.๑. สื่อสารการขับเคลื่อนนโยบายสร้างความรู้สุขภาพวิถีใหม่ ด้วย ๓ อ. สู่เครือข่าย: สสจ. สสอ. รพ. อปท. ศธ. ปกส.
- ๒.๒. กำหนดรูปแบบและอุปกรณ์ปฏิบัติการ จัดการสุขภาพด้วยแพลตฟอร์ม ความรอบรู้วิถีใหม่ แก่พนักงานใน สปก. นักเรียน / นศ.ในสถานศึกษา
- ๒.๓. ผลักดันการจัดทำแผนขับเคลื่อนรูปแบบปฏิบัติการในข้อ ๒ ให้ครอบคลุมสปก. และ รร.ในพื้นที่ระดับอำเภอ โดย สสอ.เป็นเจ้าภาพ ร่วม รพสต / รพ.
- ๒.๔. จัดทำแผนเยี่ยมติดตามหน่วยงานจังหวัด (ศอ.เขต+สสจ. +สปก.+ศธ+ ๗MOU) และลงพื้นที่ประเมินผลตามนโยบายใน สปก. / รร.ตัวอย่าง

\*\*\*\*\*

กรอบการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานแบบบูรณาการ

นายแพทย์อุดม อัครุตมางกูร  
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

\*\*\*\*\*

 <b>Plan 64</b>					
<b>วัยทำงาน สุขภาพแข็งแรง ฉลาดรอบรู้ และเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ</b>					
<b>คำเป้าหมาย / ตัวชี้วัด</b>	- ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 50 - ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยกรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ 40				
<b>กลุ่มเป้าหมาย</b>	ประชากรวัยทำงานใน สถานประกอบการ และชุมชน (ชุมชนเมือง และชนบท)				
<b>Value chain / การขับเคลื่อน</b>	<b>การผลักดันและขับเคลื่อนนโยบาย (A)</b>	<b>การพัฒนากระบวนการเทคโนโลยีสารสนเทศ (I)</b>	<b>การพัฒนาศักยภาพบุคลากร (B)</b>	<b>บูรณาการภาคีเครือข่าย (P)</b>	<b>การกำกับติดตามประเมินผล (R)</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>มีแผนปฏิบัติการรวมกันภาคีเครือข่ายในการขับเคลื่อน</li> <li>การผลักดันและขับเคลื่อนนโยบาย</li> <li>มาตรการสร้างเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมของประชาชนวัยทำงาน (10 ล้านครอบครัว, กิจที่ตั้ง SSS, 10 Packages, Dealing)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>การพัฒนา Digital Health Platform การส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมวัยทำงาน สร้างกระแสผ่านสื่อออนไลน์</li> <li>พัฒนาระบบฐานข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ร่วมกับ</li> <li>การสร้างความรู้รอบรู้ด้านสุขภาพ (ชุมชน และสถานประกอบการ)</li> <li>พัฒนาระบบวิจัยและนวัตกรรมเพื่อพัฒนาการบริการส่งเสริมสุขภาพตามวิถีชีวิต</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>การพัฒนาวิทยากรบุคลากร ผู้ปฏิบัติงานผ่าน E-training ด้านการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน (แกนนำด้านสุขภาพ Health Leader, Health Promoter, บุคลากร สส.)</li> <li>E-training ด้านการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน สำหรับประชาชน ผ่าน Digital Health Platform</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>เสริมสร้างภาคีเครือข่ายของภาคีเครือข่าย ภาคธุรกิจ ภาคเอกชน ภาคสุขภาพ เกี่ยวกับภาคีส่งเสริมสุขภาพ การป้องกัน และควบคุมปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>การพัฒนากระบวนการติดตามและประเมินผลผ่าน Digital Health Platform</li> </ul>
<b>Key Activities</b>	<b>Registration</b>		<b>Screening</b>		<b>Assessment</b>
<b>โครงการ</b>	1. โครงการก้าวหัวใจ Season3 2. โครงการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีสุขภาพที่ดี (10 Packages) 3. โครงการเตรียมพร้อมประชากรไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ				4. โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ 5. โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง ปี 2564 6. โครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ 2564 7. โครงการราชทัณฑ์ สุข ใจ ความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์
<b>ระดับความสำเร็จ</b>	<b>ไตรมาส 1 (3 เดือน)</b>	<b>ไตรมาส 2 (6 เดือน)</b>	<b>ไตรมาส 3 (9 เดือน)</b>	<b>ไตรมาส 4 (12 เดือน)</b>	
	1. มีระบบเทคโนโลยีสารสนเทศสนับสนุนดำเนินงาน 2. มีการพัฒนาองค์ความรู้พฤติกรรมสุขภาพวัยทำงานในรูปแบบชีวิตวิถีใหม่ เพื่อเตรียมพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัย 3. ครอบครัวมีทีม HL ด้านสุขภาพ 1,500,000 ครอบครัว 4. มีการขับเคลื่อน 10 Packages ในสภ. 5 จังหวัดเครือข่าย 5. มีการขับเคลื่อนกิจกรรมการดำเนินงานโครงการพระราชดำริตามแผนงาน ร้อยละ 40	1. ครอบครัวมีทีม HL ด้านสุขภาพ 2,500,000 ครอบครัว 2. มีการพัฒนาสื่อ E-Health เกี่ยวกับความรอบรู้พฤติกรรมสุขภาพวัยทำงานในรูปแบบชีวิตวิถีใหม่ 2 ผลิต 3. มีการขับเคลื่อน 10 Packages ในสภ. 10 จังหวัดเครือข่าย 4. มีการขับเคลื่อนกิจกรรมการดำเนินงานโครงการพระราชดำริตามแผนงาน ร้อยละ 60	1. ครอบครัวมีทีม HL ด้านสุขภาพ 3,000,000 ครอบครัว 2. มีการขับเคลื่อนภาคีเครือข่ายที่มีเครือข่าย 77 จังหวัด 3. มีการพัฒนาศักยภาพของอาสาสมัครด้านสุขภาพ 4. มีการขับเคลื่อน 10 Packages ในสภ. 13 จังหวัดเครือข่าย 5. มีการขับเคลื่อนกิจกรรมการดำเนินงานโครงการพระราชดำริตามแผนงาน ร้อยละ 80	1. ครอบครัวมีทีม HL ด้านสุขภาพ 7,000,000 ครอบครัว 2. มีชุมชนต้นแบบวิถีการแพทย์วิถีใจดี 77 แห่ง 3. ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 50 4. ร้อยละของวัยทำงานอายุ 25-59 ปี ที่มีการเตรียมพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัยด้านสุขภาพโดยกรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ 40 5. มีการขับเคลื่อนกิจกรรมการดำเนินงานโครงการพระราชดำริตามแผนงาน ร้อยละ 100	

การขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานแบบบูรณาการ ในปี ๒๕๖๔

Goal : วัยทำงาน สุขภาพแข็งแรง ฉลาดรอบรู้ และเตรียมพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

โดยมี ๒ เป้าหมายในการขับเคลื่อนงานตามยุทธศาสตร์ของกรมอนามัย คือ

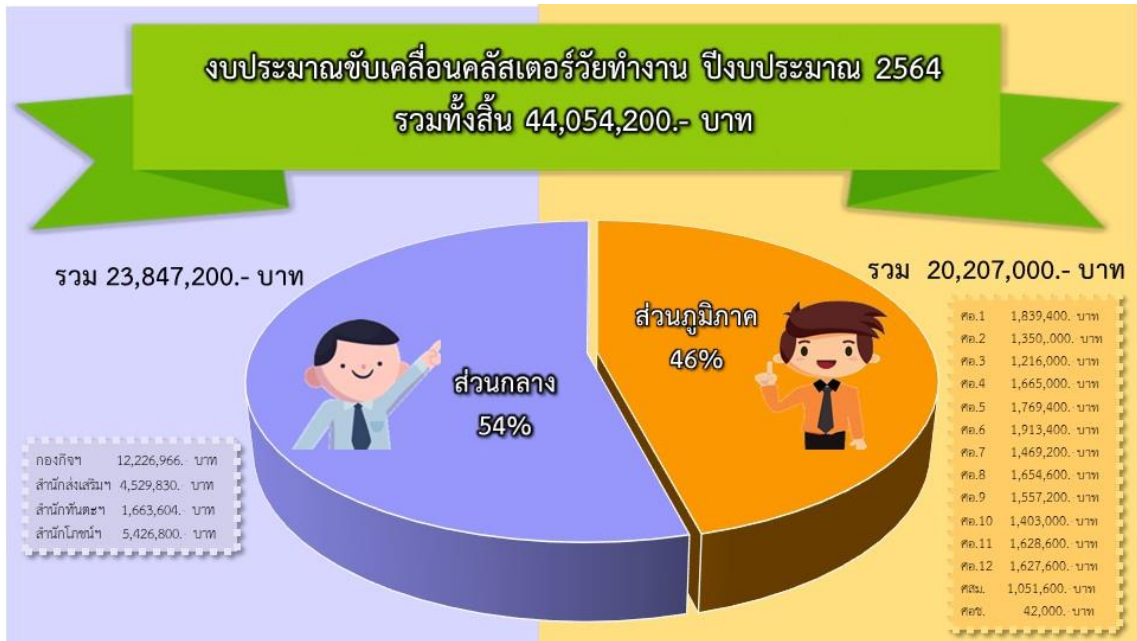
1. ร้อยละของวัยทำงานอายุ ๑๘-๕๙ ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ ๕๐
๒. ร้อยละของวัยทำงานอายุ ๒๕-๕๙ ปี ที่มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพลดการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ ๔๐

ที่พึงประสงค์ ร้อยละ ๔๐

โดยโครงการสำคัญปี ๒๕๖๔ ภายใต้คัลเลอร์วัยทำงานมีทั้งหมด ๗ โครงการ คือ

๑. โครงการก้าวหัวใจ Season๓
๒. โครงการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีสุขภาพที่ดี (๑๐ Packages)
๓. โครงการเตรียมพร้อมประชากรไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ
๔. โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ด้านภัยมะเร็งเต้านม
๕. โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง ปี ๒๕๖๔
๖. โครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ ๒๕๖๔
๗. โครงการราชทัณฑ์ ปันสุข ทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์

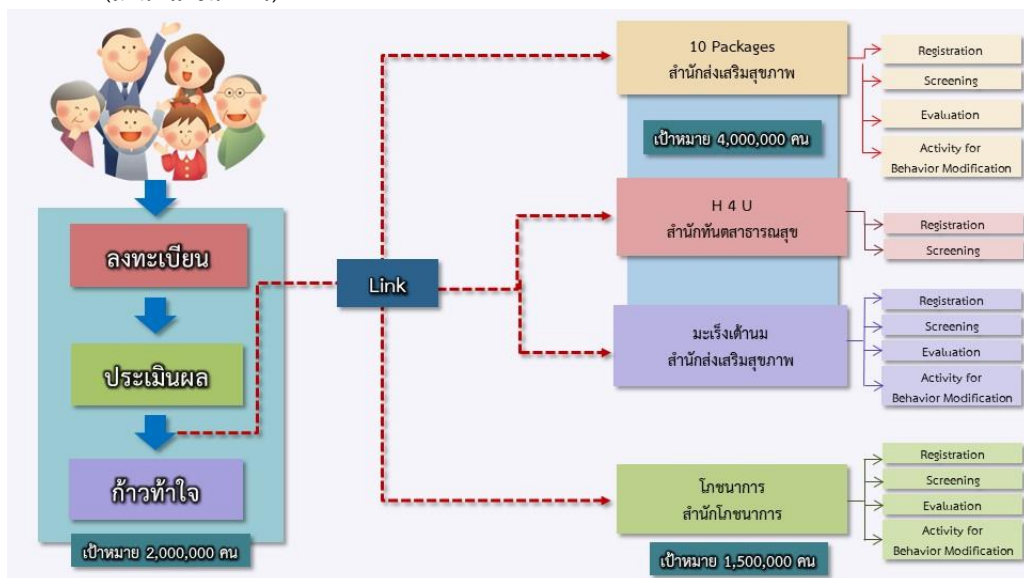
งบประมาณขับเคลื่อนคลัสเตอร์วัยทำงาน ปีงบประมาณ ๒๕๖๔



เป้าหมายสำคัญที่ต้องดำเนินงานเพื่อให้บรรลุตัวชี้วัดสำคัญ (ชาวคาดแดง)

- จำนวนประชาชนอายุ ๒๕ - ๕๙ ปี ได้รับการถ่ายทอดการเตรียมความพร้อมเพื่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี เป้าหมาย จำนวน ๗,๕๐๐,๐๐๐ คน โดยใช้กลยุทธ์สำคัญคือ การดำเนินงานผ่าน Digital Plat from วัยทำงาน โดยกระจาย ค่าเป้าหมายการดำเนินงานดังนี้

๑. โครงการก้าวท้าใจ Season๓ เป้าหมาย ๒,๐๐๐,๐๐๐ คน (กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ)
๒. โครงการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีสุขภาพะที่ดี (๑๐ Packages) เป้าหมาย ๔,๐๐๐,๐๐๐ คน (สำนักส่งเสริมสุขภาพ และสำนักทันตสาธารณสุข)
๓. โครงการเตรียมพร้อมประชากรไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ เป้าหมาย ๑,๕๐๐,๐๐๐ คน (สำนักโภชนาการ)



การกระจายค่าเป้าหมายรายเขตสุขภาพ

**เป้าหมายการขับเคลื่อนการดำเนินงานภายใต้  
Digital Platform การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน**

เขตสุขภาพ	ผลงานสะสมปัจจุบัน (A) (จากฐานข้อมูล 10 ล้านครอบครัวฯ)	เป้าหมายของคัสเตอร์วัยทำงาน ปี 2564 (B)	เป้าหมายที่ต้องดำเนินการจริงในปี 2564 (A-B)
เขต 1	103,512	783,574	680,062
เขต 2	83,744	457,644	373,900
เขต 3	53,188	429,048	375,860
เขต 4	51,739	722,123	670,384
เขต 5	125,359	618,251	492,892
เขต 6	101,474	832,412	730,938
เขต 7	324,164	570,585	246,421
เขต 8	76,554	575,086	498,532
เขต 9	123,206	725,606	602,400
เขต 10	129,569	441,667	312,098
เขต 11	82,900	599,512	516,612
เขต 12	50,809	530,859	480,050
เขต 13	10,819	213,633	202,814
<b>รวม</b>	<b>1,317,037</b>	<b>7,500,000</b>	<b>6,182,963</b>

\*\*\*\*\*



## โครงการก้าวทำใจ Season ๓

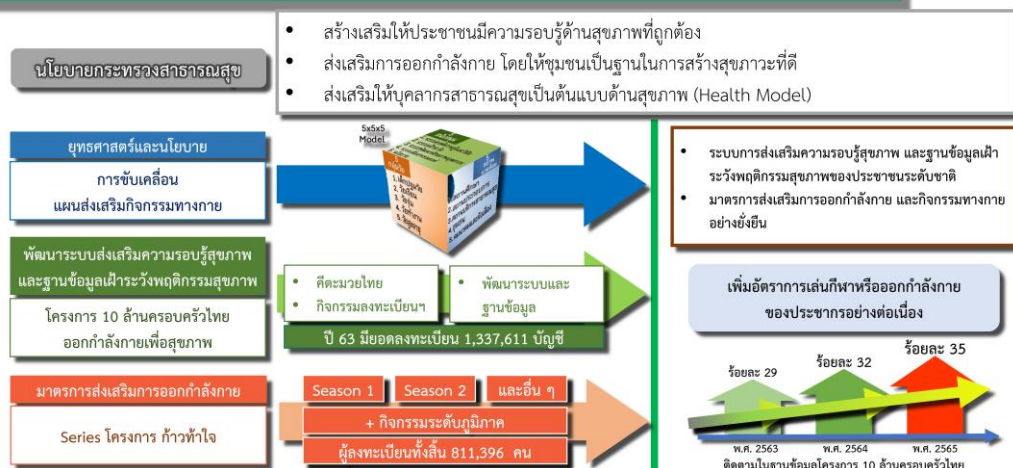
นายแพทย์ชลพันธ์ ปิยถาวรอนันต์  
รองผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

\*\*\*\*\*

การขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกาย ด้วย Digital ในวิถีใหม่ (New Normal): ก้าวทำใจ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔ เป็นส่วนหนึ่งของ Health Book ของกรมอนามัย ซึ่งเป็นระบบที่สำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ หรือ Health-Promoting Ecosystem โดยการขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเป็นการขับเคลื่อนที่ตอบสนองนโยบายกระทรวงสาธารณสุข ในเรื่องของมาตรการส่งเสริมการออกกำลังกาย



## การขับเคลื่อนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย



## โครงการก้าวทำใจ

โครงการก้าวทำใจเป็นโครงการที่ตอบสนองนโยบายกระทรวงสาธารณสุข เรื่องการส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยให้ชุมชนเป็นฐานในการสร้างสุขภาวะที่ดี ซึ่งจากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่า โครงการก้าวทำใจได้รับการตอบรับเป็นจำนวนมากจากประชาชน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หน่วยงานภาครัฐ และเอกชน ดังนี้

ก้าวทำใจ Season ๑ ( ๑ กุมภาพันธ์ – ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๓ )

- ผู้ลงทะเบียน ๔๘๐,๑๑๕ คน
- ระยะสะสมทั้งหมด ๒๐,๗๑๔,๓๘๘ กิโลเมตร

ก้าวทำใจ season ๒ ต้านภัย COVID ๑๙ ( ๑ กรกฎาคม – ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๓ )

- ผู้ลงทะเบียน ๘๑๑,๓๙๖ คน
- สะสมพลังงานทั้งหมด ๙๘๘,๑๕๑,๒๔๕ กิโลแคลอรี

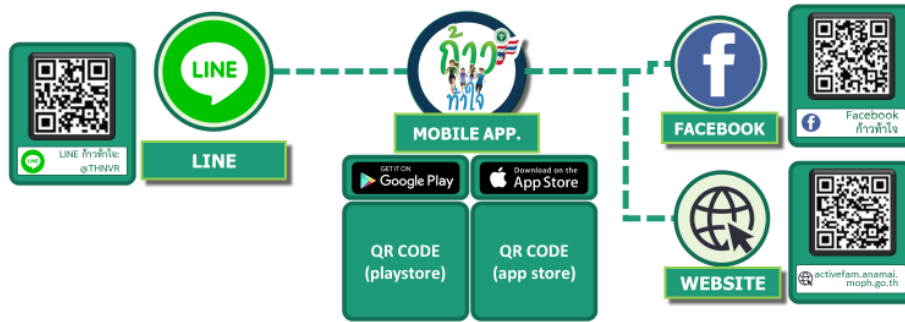
จากการดำเนินงานที่ผ่านมาโครงการก้าวทำใจกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความรอบรู้สุขภาพ และใส่ใจสุขภาพด้านกิจกรรมทางกายมากยิ่งขึ้น กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย จึงได้จัดทำโครงการต่อเนื่อง ซึ่งมีชื่อกิจกรรมว่า “ก้าวทำใจ Season ๓” โดยมีแคมเปญว่า ออกกำลังกายวิถีใหม่ พิชิต ๑๐๐ วัน ๑๐๐ กิโลเมตร ซึ่งได้มีการปรับเปลี่ยนเป็น Mobile App. เพิ่มรูปแบบ และรองรับฟีเจอร์ใหม่ๆ มากขึ้น เช่น การสร้างกลุ่มด้วยตนเองเพื่อกระตุ้นคนในกลุ่มองค์กร การกระตุ้นให้ประชาชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพโดยได้มีการเชื่อมข้อมูลความรู้กับโครงการต่างๆ อาทิเช่น โภชนาการ การสำรวจพฤติกรรมสุขภาพ เป็นต้น รวมถึงการสะสมแต้มสุขภาพ (Health Point) ซึ่งจะกระตุ้นให้ประชาชนได้มีสุขภาพที่ดีเพิ่มขึ้น ดังนี้



### ๑. แอปพลิเคชัน

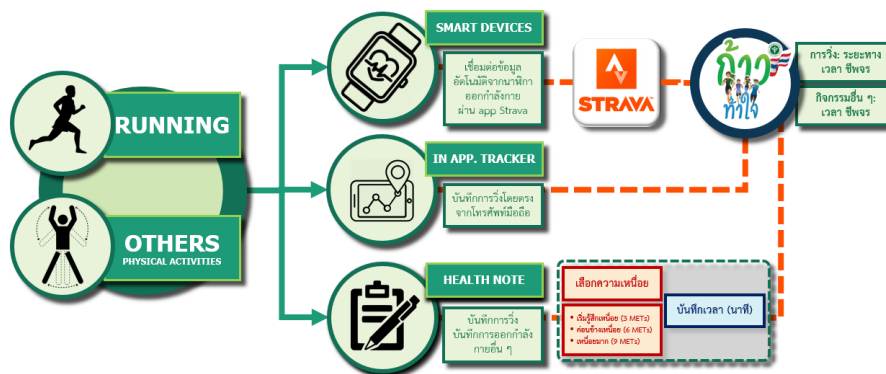
เข้าถึงได้ทั้ง ๔ ทาง คือ

- LINE
- MOBILE APP.
- WEBSITE : <https://activefam.anamai.moph.go.th>
- FACEBOOK : ก้าวทำใจ



๒. กิจกรรม

แบ่งออกเป็นภารกิจ และการออกกำลังกายประเภทต่างๆ โดยจะเก็บข้อมูลเป็นระยะเวลาเป็นหลัก ซึ่งจะบันทึกผ่าน SMART DEVICES APP.TRACKER และ HEALTH NOTE

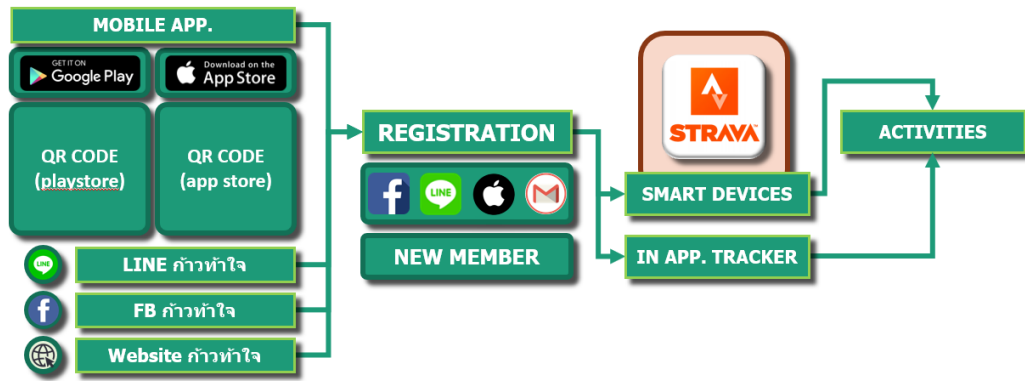


๓. ฟีเจอร์

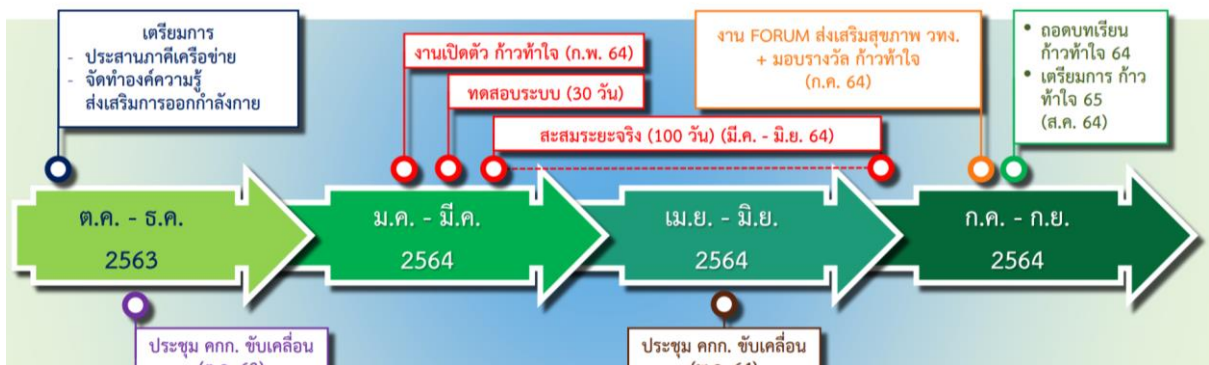


๔. วิธีการเข้าร่วม

สามารถลงทะเบียนได้ง่ายยิ่งขึ้น โดยสามารถลงทะเบียนผ่านทาง LINE FACEBOOK APPLE และGmail ได้



๕. ระยะเวลาการดำเนินการ



นอกจากนี้ยังกล่าวถึงการขับเคลื่อนชุมชนรักการออกกำลังกาย ขณะนี้ยังไม่มีเกณฑ์ที่แน่นอนแต่ถ้าศูนย์อนามัยใดมีความพร้อม สามารถขับเคลื่อนชุมชนรักการออกกำลังกายในพื้นที่ได้

๖. รางวัล และสิ่งจูงใจ

รางวัล และสิ่งจูงใจ แบ่งออกเป็น

- การร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย : จับสลาก
- การขับเคลื่อน : เขตสุขภาพ/จังหวัด
- Health Point : แลกรางวัล

๗. กิจกรรมสำคัญ

ส่วนกลาง

๑. สื่อสารประชาสัมพันธ์โครงการกับองค์กรเครือข่าย ตามเป้าหมาย
๒. พัฒนาระบบฐานข้อมูล ก้าวทำใจ และระบบดำเนินการ
๓. สนับสนุนข้อมูลสำหรับติดตามการดำเนินงานของแต่ละพื้นที่
๔. สนับสนุนสื่อประชาสัมพันธ์ องค์ความรู้ และให้คำปรึกษาแก่ศูนย์อนามัย และ สสม.
๕. สนับสนุนรางวัลระดับประเทศ

ส่วนภูมิภาค

๑. สื่อสารนโยบาย และแนวทางการขับเคลื่อนแก่ภาคีเครือข่าย (เขตสุขภาพ สสจ. สสอ. รพ.สต. และกลุ่มเป้าหมายตาม setting)
๒. จัด event เปิดตัวก้าวทำใจ season ๓ กำหนด กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔
๓. ประชาสัมพันธ์ และเพิ่มยอดผู้เข้าร่วมกิจกรรม ตามเป้าหมายที่ได้รับมอบหมาย

๔. จัดหารางวัลระดับพื้นที่ การขับเคลื่อนและรายบุคคล
๕. ติดตามผลการดำเนินงาน ทาง <https://activefam.anamai.moph.go.th>

\*\*\*\*\*

ผู้สรุปการประชุม  
นางสาวขวัญจิรา นัดประสิทธิ์  
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

สรุปผลการประเมินผลความพึงพอใจ (ห้องย่อยคลัสเตอร์วิจัยทำงาน)  
การถ่ายทอด/สื่อสารนโยบายและมาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในประชาชนวัยทำงาน  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔

การประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัย  
สู่การปฏิบัติ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔ ห้องย่อยคลัสเตอร์วิจัยทำงาน มีผู้ตอบแบบประเมินทั้งหมด ๓๘ คน โดยในการ  
ประเมินความพึงพอใจ แบ่งหัวข้อของการประเมินออกเป็น ๓ ส่วน ดังนี้

- ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมประชุม
- การประเมินผลการเรียนรู้ (ก่อนและหลังการประชุม)
- การประเมินความพึงพอใจต่อการจัดประชุม

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมประชุม

จากการข้อมูลของผู้เข้าร่วมประชุม พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ ๘๖.๘๔ และเพศชาย ร้อยละ ๑๓.๑๖ โดย  
อายุระหว่าง ๒๑ - ๓๐ ปี , ๓๑ - ๔๐ ปี และ อายุ ๕๐ ปีขึ้นไป เท่ากันที่ร้อยละ ๒๖.๓๒ และสุดท้ายคืออายุ ๔๑ - ๕๐ ปี  
ร้อยละ ๒๑.๐๕ โดยส่วนใหญ่เป็นนักวิชาการสาธารณสุข ร้อยละ ๓๔.๒๑ รองลงมาคือ พยาบาลวิชาชีพ ร้อยละ ๒๖.๓๒ และ  
ถัดไปคือ นักโภชนาการ ร้อยละ ๒๖.๓๒ (๑๔.๖๒) โดยเป็นบุคลากรจากหน่วยงานส่วนภูมิภาค ร้อยละ ๕๒.๖๓ และส่วนกลาง  
จำนวน ๑๘ คนคิดเป็นร้อยละ ๔๗.๓๗ รายละเอียดดังแสดงไว้ในตารางที่ ๑

ตารางที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมประชุม

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=๓๘)	(ร้อยละ)
เพศ		
หญิง	๓๓	๘๖.๘๔
ชาย	๕	๑๓.๑๖
อายุ (ปี)		
๒๑ - ๓๐	๑๐	๒๖.๓๒
๓๑ - ๔๐	๑๐	๒๖.๓๒
๔๑ - ๕๐	๘	๒๑.๐๕
๕๑ ปีขึ้นไป	๑๐	๒๖.๓๒
ตำแหน่ง		
แพทย์/ทันตแพทย์	๓	๗.๘๙
นักวิชาการสาธารณสุข	๑๓	๓๔.๒๑
นักโภชนาการ	๙	๒๓.๖๘
พยาบาลวิชาชีพ	๑๐	๒๖.๓๒
อื่นๆ	๓	๗.๘๙
หน่วยงาน		
ส่วนกลาง	๑๘	๔๗.๓๗
ส่วนภูมิภาค	๒๐	๕๒.๖๓

**ส่วนที่ ๒ การประเมินผลการเรียนรู้ (ก่อนและหลังการประชุม)**

จากประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เข้าร่วมประชุม ของห้องย่อยคลัสเตอร์วัยทำงาน ทั้งหมด ๑๑ ประเด็น พบว่า ก่อนการประชุมผู้เข้าร่วมประชุมมีความพึงพอใจต่อผลการเรียนรู้ทุกประเด็นในระดับมาก และภายหลังจากเข้าร่วมประชุมผู้เข้าร่วมประชุมมีความพึงพอใจต่อผลการเรียนรู้ในระดับมากเช่นเดิม แต่มีค่าเฉลี่ยของคะแนนที่สูงขึ้นกว่าก่อนเข้าประชุมในทุกประเด็น รายละเอียดดังแสดงไว้ในตารางที่ ๒

ตารางที่ ๒ สรุปผลการเรียนรู้ (ก่อนและหลังการประชุม)

ลำดับ	หัวข้อ	ช่วงเวลาการประเมิน		ระดับผลการเรียนรู้
		$\bar{X}$	S.D	
๑.	ทิศทางการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพแบบบูรณาการ Cluster กลุ่มวัยทำงาน			
	ก่อนการประชุม	๓.๗๑	๐.๗๗	ระดับมาก
	หลังการประชุม	๔.๐๘	๐.๕๙	ระดับมาก
๒.	กรอบการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานแบบบูรณาการ			
	ก่อนการประชุม	๓.๗๑	๐.๗๗	ระดับมาก
	หลังการประชุม	๔.๐๘	๐.๕๙	ระดับมาก
๓.	การขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกาย ด้วย Digital ในวิถีใหม่ (New Normal) : ก้าวทำใจปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๔			
	ก่อนการประชุม	๓.๗๙	๐.๗๘	ระดับมาก
	หลังการประชุม	๔.๑๑	๐.๕๑	ระดับมาก

**ส่วนที่ ๓ การประเมินความพึงพอใจต่อจัดประชุม**

ผู้เข้าร่วมประชุมส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในการจัดประชุมทุกประเด็นในระดับมาก โดยเมื่อพิจารณารายประเด็นพบว่า ผู้เข้าร่วมประชุมพอใจเรื่อง การบริการ/ อำนวยความสะดวกและการต้อนรับ และความพร้อมของระบบโสตทัศนูปกรณ์ มากที่สุด โดยมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด  $\bar{X} = ๔.๑๖$ , SD ๐.๖๘ และ  $\bar{X} = ๔.๑๖$ , SD ๐.๖๔ และมีความพึงพอใจต่อปริมาณเวลาทั้งหมดสอดคล้องกับเนื้อหา น้อยที่สุด โดยมีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด  $\bar{X} = ๓.๘๒$ , SD ๐.๙๘ รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ ๓

ตารางที่ ๓ สรุปผลความพึงพอใจต่อการจัดประชุม

ลำดับ	หัวข้อที่ประเมิน	ระดับความพึงพอใจ		การแปลผล
		$\bar{X}$	S.D	
๑.	การดำเนินกิจกรรมสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการประชุม	๓.๙๕	๐.๘๔	พอใจระดับมาก
๒	ปริมาณเวลาทั้งหมดสอดคล้องกับเนื้อหา	๓.๘๒	๐.๙๘	พอใจระดับมาก
๓	เนื้อหาสาระตรงกับความต้องการของท่าน	๓.๙๒	๐.๗๘	พอใจระดับมาก
๔	ความเหมาะสมของสถานที่	๔.๑๑	๐.๖๓	พอใจระดับมาก
๕	ความพร้อมของระบบโสตทัศนูปกรณ์	๔.๑๖	๐.๖๔	พอใจระดับมาก
๖	ความเหมาะสมด้านอาหารและอาหารว่าง	๔.๐๓	๐.๘๒	พอใจระดับมาก
๗	การบริการ/ อำนวยความสะดวกและการต้อนรับ	๔.๑๖	๐.๖๘	พอใจระดับมาก
๘	การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากร	๔.๐๘	๐.๕๙	พอใจระดับมาก
๙	การนำความรู้ ความเข้าใจ และทักษะที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้	๔.๐๐	๐.๘๑	พอใจระดับมาก
	<b>ความพึงพอใจโดยภาพรวม</b>	<b>๔.๑๑</b>	<b>๐.๗๓</b>	<b>พอใจระดับมาก</b>

หมายเหตุ : ตารางที่ ๒ และ ๓ ในการประเมินใช้เกณฑ์ ดังนี้

มากที่สุด	มีค่าคะแนน	เท่ากับ ๕
มาก	มีค่าคะแนน	เท่ากับ ๔
ปานกลาง	มีค่าคะแนน	เท่ากับ ๓
น้อย	มีค่าคะแนน	เท่ากับ ๒
น้อยที่สุด	มีค่าคะแนน	เท่ากับ ๑

ความหมายของความพึงพอใจในการประชุม จากระดับคะแนนค่าเฉลี่ย ดังนี้

มากที่สุด	ระดับคะแนนเฉลี่ย	๔.๒๑-๕.๐๐
มาก	ระดับคะแนนเฉลี่ย	๓.๔๑-๔.๒๐
ปานกลาง	ระดับคะแนนเฉลี่ย	๒.๖๑-๓.๔๐
น้อย	ระดับคะแนนเฉลี่ย	๑.๘๑-๒.๖๐
น้อยที่สุด	ระดับคะแนนเฉลี่ย	๑.๐๐-๑.๘๐

ส่วนที่ ๔ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

๑. ควรจัดปริมาณอาหารเจให้พอกับฤดูกาลกินเจ
๒. รูปแบบและเรื่องในการดำเนินงานมีความชัดเจนมากกว่านี้
๓. เวลาลดน้อยไป ทำให้การพัฒนาศักยภาพพื้นที่ไม่สามารถทำได้ตามที่วางแผนไว้ ควรให้เวลาอย่างน้อย ๑ วัน เพื่อจะได้ไม่เสียงบประมาณและเวลาในการดำเนินงาน



รูปประกอบการถ่ายทอด/สื่อสารนโยบายและมาตรการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย  
ในประชาชนวัยทำงาน  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๔  
ห้องย่อยคัลสเตอร์วัยทำงาน





