

รายงานผลการวิเคราะห์

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต รอบ 5 เดือนแรก

รายการผลการวิเคราะห์ข้อมูล สารสนเทศ และความรู้ที่นำมาใช้ในการดำเนินงาน

สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม มุ่งเน้นการดำเนินงานตามนโยบายของกรมอนามัย ในการพัฒนาองค์กร ให้เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life) เพื่อให้บุคลากรมีทั้งสุขภาพที่ดีและมีความสุขในการทำงาน โดยอาศัยหลักการ 3 ประการ คือ

1) คนทำงานมีความสุข (Happy People) การจัดสมดุลชีวิตในการทำงานได้อย่างมีอาชีพ มีศีลธรรม อุตสาหะ และเอื้ออาทรต่อตนเองและผู้อื่น รู้จักเฝ้าระวังภาวะสุขภาพของตนเอง รวมถึงมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

2) ที่ทำงานน่าอยู่ (Happy Workplace) ที่ทำงานมีความปลอดภัย ดูแลความสุขในการทำงานของบุคลากรให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในการอยู่ร่วมกัน และมีการพัฒนาร่วมกัน

3) การทำงานเป็นทีม (Happy Teamwork)

โดยในการขับเคลื่อนการดำเนินงาน สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ได้นำข้อมูล สารสนเทศ และความรู้ องค์ที่เกี่ยวข้อง มาวิเคราะห์ เพื่อให้การจัดทำแผนปฏิบัติการมีความสอดคล้องกับสถานการณ์ และมีประสิทธิภาพสูงสุด โดยแบ่งผลการวิเคราะห์ออกเป็น 3 ส่วนดังนี้ ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน
2. ผลการวิเคราะห์ผลลัพธ์ของการดำเนินส่งเสริมสุขภาพบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม
3. ผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพของบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม

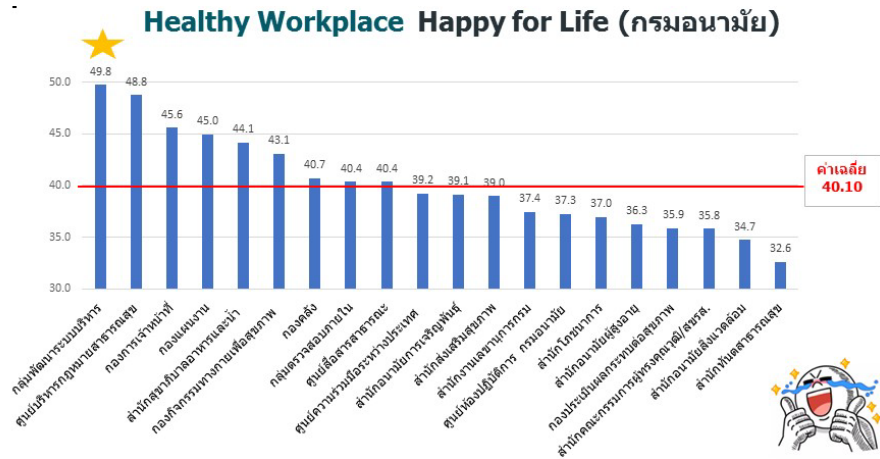
1. ผลการวิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน

เปรียบเทียบ (Comparisons)

ในปีงบประมาณ 2564 สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมได้รับการตรวจประเมินการดำเนินงาน จากคณะกรรมการตรวจประเมินกรมอนามัยทั้งหมด 4 ครั้ง โดยมีผลการตรวจประเมิน ดังนี้

ครั้งที่ 1 ตรวจประเมินในเดือนพฤศจิกายน 2563 เกณฑ์การตรวจประเมินประกอบไปด้วยเกณฑ์ 5ส จำนวน 42 ข้อ (คะแนนเต็ม 10 คะแนน) และเกณฑ์สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานฯ ระดับพื้นฐาน 42 คะแนน คะแนนรวมทั้งเกณฑ์ 5ส คะแนน สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ได้คะแนน 34.7 โดยแบ่งเป็น คะแนน เกณฑ์ 5ส 29 ข้อ (6.7 คะแนน) และคะแนนเกณฑ์สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานฯ 28 คะแนน

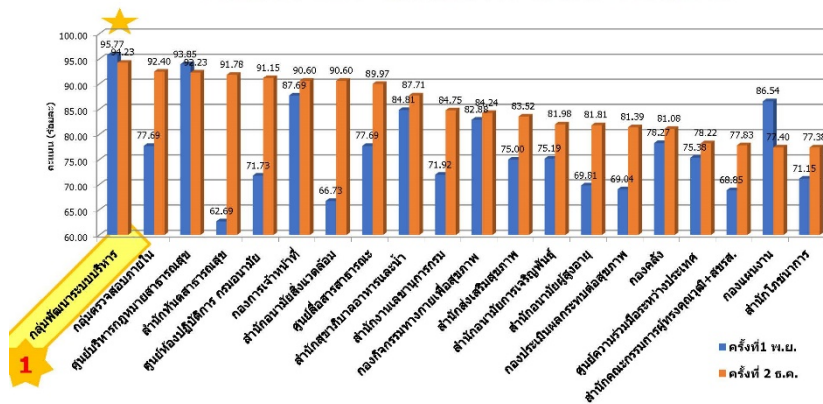
ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต



แสดงคะแนนผลการตรวจประเมินส่วนกลางกรมอนามัยจำนวน 20 หน่วยงาน

ครั้งที่ 2 การตรวจประเมินครั้งที่ 2 เดือนธันวาคม 2563 ผลการตรวจประเมินคะแนนรวมคะแนนของสำนักงานมัยสิ่งแวดล้อมดีขึ้นจากรอบที่ 1 โดยครั้งนี้สำนักงานมัยสิ่งแวดล้อมได้คะแนนรวม 47.11 คะแนน เกณฑ์การตรวจประเมินประกอบไปด้วยเกณฑ์ 5ส จำนวน 42 ข้อ (คะแนนเต็ม 10 คะแนน) และเกณฑ์สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานฯ ระดับพื้นฐาน 42 คะแนน คะแนนรวมทั้งเกณฑ์ 52 คะแนน สำนักงานมัยสิ่งแวดล้อม ได้คะแนน 38.3 โดยแบ่งเป็น คะแนนเกณฑ์ 5ส 37 ข้อ (8.8 คะแนน)

ผลตรวจประเมินครั้งที่ 1 และครั้งที่ 2

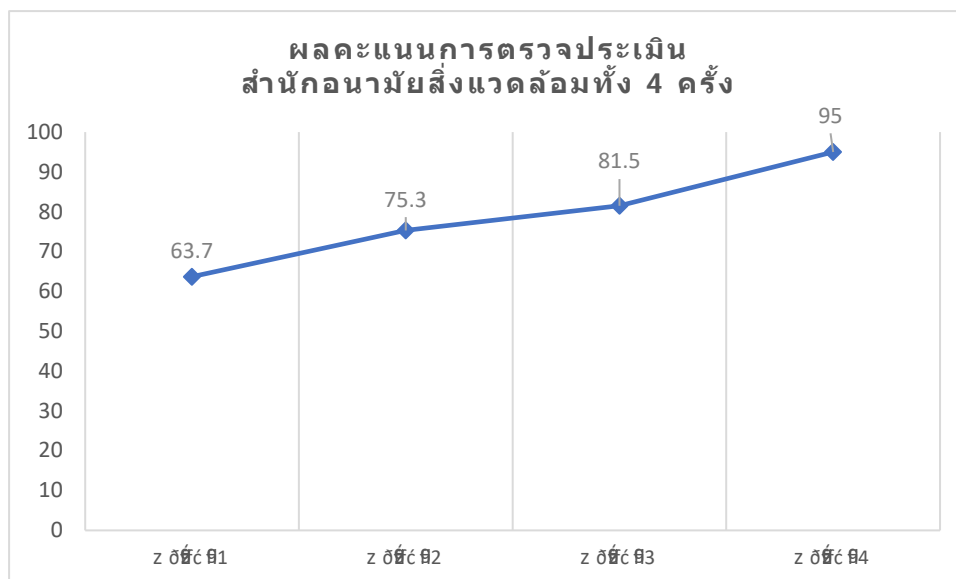


แสดงคะแนนผลการตรวจประเมินส่วนกลางกรมอนามัยจำนวน 20 หน่วยงานเปรียบเทียบครั้งที่ 1 และ 2

ครั้งที่ 3 การตรวจประเมินครั้งที่ 3 เดือนกุมภาพันธ์ ผลการตรวจประเมินคะแนนครั้งที่ 3 จะมีการนำไปใช้เป็นคะแนนใน Output ที่ 4 ของตัวชี้วัด สำนักงานมัยสิ่งแวดล้อมได้คะแนนรวม 81.50 คะแนน เกณฑ์การตรวจประเมินประกอบไปด้วยเกณฑ์ 5ส 41 คะแนน และเกณฑ์สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานฯ ระดับพื้นฐาน 40.50 คะแนน

ครั้งที่ 4 เป็นการตรวจประเมินเพื่อใช้เป็นคะแนน Output ที่ 4 และ Outcome ที่ 5 ของตัวชี้วัด และมีการเพิ่มระดับคะแนนของการตรวจประเมินโดนในเกณฑ์สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานฯ จะตรวจประเมินถึงระดับดีมาก รวมคะแนนเต็ม 95 คะแนน ซึ่งในรอบนี้สำนักงานมัยสิ่งแวดล้อมได้ร่วมมือร่วมใจดำเนินการพัฒนาสำนักทำให้ครั้งนี้ได้เต็ม 95 คะแนน

จากการดำเนินงานพบว่าสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมได้มีการพัฒนาการดำเนินงานดีขึ้นเรื่อย ๆ สืบเนื่องจากการดำเนินงานในส่วนของการสร้างการมีส่วนร่วมของบุคลากรภายในหน่วยงานและนโยบายที่ชัดเจนของผู้บริหารที่ให้ความสำคัญกับการดำเนินงานทั้งในส่วนของการพัฒนาหน่วยงานตามเกณฑ์ 5ส เกณฑ์สะอาดปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี เพื่อให้เจ้าหน้าที่ภายในหน่วยงานได้ปฏิบัติงานในสถานที่ทำงานที่ปลอดภัยมีสภาพแวดล้อมที่ดีที่เอื้อต่อการทำงานรวมถึงกิจกรรมมีชีวิตชีวาที่คณะทำงานได้ดำเนินงานเพื่อสร้างความมีส่วนร่วมและควมมีชีวิตชีวาในการทำงาน



แสดงคะแนนผลการตรวจประเมินสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมทั้ง 4 ครั้ง

แนวโน้ม (Trends)

จากการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ พบว่าสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมได้มีการพัฒนาไปในหลายๆ ด้านได้แก่ ด้านสถานที่สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมได้มีการประเมินตนเองตามแบบประเมิน 5ส และเกณฑ์สถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ พบว่าในหน่วยงานมีจุดที่ต้องพัฒนาในหลายอย่าง โดยได้เริ่มจากกิจกรรมรณรงค์ให้บุคลากรในสำนักดำเนินกิจกรรม 5ส บริเวณโต๊ะทำงานของตนเองและบริเวณรอบ ๆ โต๊ะทำงานและภายในกลุ่มงานของตนเองโดยเริ่มจากสะอาดสิ่งของหรือเอกสารที่ไม่จำเป็น และทำความสะอาดหลังจากนั้นคณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานร่วมกันจัดทำแผนและกิจกรรมพัฒนาสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม รวมถึงกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพต่าง ๆ ผลจากการดำเนินงานพบว่าคะแนนการประเมินสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้นตามลำดับและผลการประเมินครั้งที่ 3 และ ครั้งที่ 4 สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมมีผลการประเมินสูงสุดจากการเปรียบเทียบผลการตรวจประเมินหน่วยงานสังกัดกรมอนามัยส่วนกลาง

การดำเนินงานในปัจจุบัน (Level)

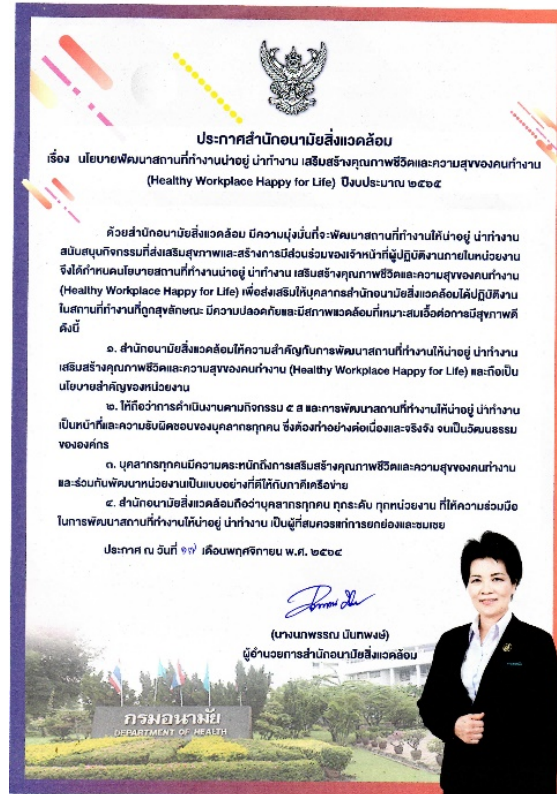
การขับเคลื่อนการดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ (Healthy Workplace Happy for Life)

นางนภพรรณ นันทพงษ์ ผู้อำนวยการสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กำหนดให้มีการขับเคลื่อนการดำเนินงานโดยมีการกำหนดให้สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมให้ความสำคัญกับการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) และถือเป็นนโยบายสำคัญของหน่วยงานและให้ถือว่าการดำเนินงานตามกิจกรรม 5ส และการพัฒนาสถานที่ทำงานให้น่าอยู่ น่าทำงาน เป็นหน้าที่ของบุคลากรทุกคน ซึ่งต้องทำอย่างต่อเนื่องและจริงจังจนเป็นวัฒนธรรม

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

องค์กร และต้องการให้บุคลากรทุกคนมีความตระหนักถึงการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงานและร่วมกันพัฒนาหน่วยงานเป็นตัวอย่างที่ดี ให้กับภาคีเครือข่ายโดยสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ถือว่าบุคลากรทุกคน ทุกระดับ ทุกหน่วยงานที่ให้ความร่วมมือพัฒนาสถานที่ทำงานให้น่าอยู่ น่าทำงาน เป็นผู้ที่สมควรแก่การยกย่องชมเชย ทั้งนี้ สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมก็มีการขับเคลื่อนภายในหน่วยงานโดยดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

1. ประกาศสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม เรื่อง นโยบายพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) ปีงบประมาณ 2565



2. จัดทำคำสั่งสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ที่ 15/2564 เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการอำนวยการ คณะทำงานพัฒนา สถานที่ทำงานและคณะตรวจประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ประจำปีงบประมาณ 2565 ประกอบด้วย

คณะกรรมการอำนวยการ

คณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงาน

- คณะทำงานเกณฑ์ 5ส และเกณฑ์สะอาด
- คณะทำงานการจัดการสุขาภิบาล
- คณะทำงานเกณฑ์ปลอดภัยและเกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี
- คณะทำงานเกณฑ์มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต
- คณะทำงานตรวจประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน ของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผลการประเมินตนเอง สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม

หลังจากการประเมินตนเองของแต่ละกลุ่ม ได้มีการรายงานผลการประเมินตนเองและกำหนดแนวทางปฏิบัติสู่การเป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ดังนี้

1. ทุกกลุ่มงานดำเนินกิจกรรมตามเกณฑ์ 5ส ภายในบริเวณกลุ่มงานและบริเวณพื้นที่ส่วนกลางตามที่ได้รับมอบหมาย
2. คณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานทุกคณะจัดทำแผนการดำเนินงานและกิจกรรมที่จะดำเนินการตามเกณฑ์ HWP
3. ลดและคัดแยกขยะตามประเภท จำแนกเป็น ขยะทั่วไป ขยะรีไซเคิล ขยะอินทรีย์ และขยะอันตรายในภาชนะรองรับที่หน่วยงานจัดเตรียมให้ รวมทั้ง ลดการนำถุงพลาสติกหูหิ้วและโฟมเข้ามาในที่ทำงาน ให้ใช้ภาชนะใส่อาหาร ซ้อนซ้อน แก้วน้ำส่วนตัว และใช้ถุงผ้าแทน
4. ตรงต่อเวลา บริหารจัดการเวลางานและชีวิตส่วนตัวอย่างสมดุล โดยมุ่งมั่นตั้งใจทำงาน แบ่งเวลาให้กับครอบครัว และชีวิตส่วนตัว ไม่ก้าวก่ายเวลาทำงานทำให้งานได้ผลคนเป็นสุข
5. คณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานรายงานความก้าวหน้าและผลการดำเนินงานทุกครั้งในที่ประชุมสำนัก

วิเคราะห์ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียการดำเนินงาน HWP

ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ได้แก่ บุคลากรของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ซึ่งจากผลการประเมินตนเองและผลการตรวจประเมินโดยคณะกรรมการตรวจประเมินฯ มีประเด็นที่ต้องพัฒนา ดังนี้

ประเด็นที่สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมต้องพัฒนา

จากผลการประเมินตนเองและผลการตรวจประเมินโดยคณะกรรมการตรวจประเมิน ตามเกณฑ์การประเมิน 5ส และเกณฑ์การประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) ครั้งที่ 1 พบประเด็นที่ต้องพัฒนา ดังนี้

ประเด็น	ข้อเสนอแนะต่อการพัฒนา
เกณฑ์การประเมิน 5ส	<p>1.ป้ายและบอร์ดประชาสัมพันธ์ต่าง ๆ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดทำผังโครงสร้างองค์กร ป้ายระบุกลุ่มงานและผังที่นั่งของบุคลากรเพื่อสะดวกในการติดต่อราชการ - ติดเทปสีแดงเพื่อป้องกันต่างระดับ <p>2.โต๊ะทำงานหรือพื้นที่บริเวณโต๊ะทำงาน</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดทำป้ายระบุ “ของใช้ส่วนตัว” และ “อุปกรณ์สำนักงาน” - จัดเก็บสายไฟให้เป็นระเบียบเรียบร้อย <p>3.อุปกรณ์สำนักงาน</p> <ul style="list-style-type: none"> - กำหนดผู้รับชอบเพื่อดูแลความสะอาดเรียบร้อยของอุปกรณ์เครื่องมือ/เครื่องใช้สำนักงาน <p>4.ตู้เก็บเอกสาร/ตู้เก็บของ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดทำป้ายดัชนีบ่งชี้ประเภทเอกสาร/วัสดุอุปกรณ์ และกำหนดผู้รับผิดชอบ <p>5.ทางเดิน/ทางหนีไฟ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดเก็บเก้าอี้ สิ่งของที่ขวางทางเดินให้เรียบร้อย

ประเด็น	ข้อเสนอแนะต่อการพัฒนา
	<ul style="list-style-type: none"> - ติดเทปสีแดงเพื่อเป็นสัญลักษณ์แสดงพื้นต่างระดับ <p>6.ถึงขยะ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดหาถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด และกำหนดจุดทิ้งขยะสำหรับทิ้งขยะเศษอาหาร
<p>เกณฑ์การประเมิน HWP</p>	<p>1.การสนับสนุนองค์กรปลະการมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน</p> <ul style="list-style-type: none"> - คณะทำงานจัดทำแผนการดำเนินงานและติดตาม ทบทวน ประเมินผลกิจกรรม และรายงานผลในที่ประชุมสำนัก <p>2.เกณฑ์สะอาด</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใช้เทปสีแดงตีเส้นกำหนดพื้นที่บริเวณอุปกรณ์/เครื่องจักร - จัดทำผังสถานที่ทำงานเพื่อสะดวกในการติดต่อราชการ - จัดทำป้ายดัชนีบ่งชี้ประเภทเอกสาร/วัสดุอุปกรณ์ และกำหนดผู้รับผิดชอบให้ครบทุกตู้ <p>3.เกณฑ์ปลอดภัย</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดเก็บสายไฟให้เป็นระเบียบเรียบร้อย - จัดทำใบบันทึกการตรวจสอบอุปกรณ์ดับเพลิง และคำแนะนำการใช้งาน <p>4.เกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดหาถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด และกำหนดจุดทิ้งขยะสำหรับทิ้งขยะเศษอาหาร <p>5.เกณฑ์มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต</p> <ul style="list-style-type: none"> - จัดทำแผนกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อมและความสมดุลในชีวิตการทำงาน และสำรวจความต้องการของบุคลากรในสำนัก - จัดทำแผนกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ การประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) และวัดรอบวงเอว รวมถึงจัดกิจกรรมทดสอบสมรรถภาพทางกาย - จัดหา ยา อุปกรณ์ปฐมพยาบาล และจัดทำสมุดทะเบียนเพื่อบันทึกการรักษาและการใช้ยา

ข้อเสนอแนะจากผู้รับบริการ ผู้มีส่วนได้/เสีย สำหรับกิจกรรมพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ

บุคลากรของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ซึ่งต้องการให้การดำเนินกิจกรรมพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ สะอาด ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมมีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต เป็นกิจกรรมที่ต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอและให้ทุกคนภายในหน่วยงานถือปฏิบัติจนเป็นลักษณะนิสัยที่ดีและให้ทุกคนเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ดีที่ต้องปฏิบัติ

2. ผลการวิเคราะห์ผลลัพธ์ของการดำเนินส่งเสริมสุขภาพบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม

องค์ประกอบที่ 1 ด้านผลผลิตและผลลัพธ์ของการดำเนินการ

ในปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมมีบุคลากรที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานทั้งสิ้น 63 คน โดยแบ่งตามประเภทตามสิทธิ เป็นสิทธิข้าราชการ จำนวน 56 คน ลูกจ้างประจำจำนวน 5 คน และพนักงานราชการ จำนวน 2 คน รายละเอียดดังรายละเอียดในตารางที่ 1 ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของบุคลากร ประจำปีงบประมาณ 2565 (จำแนกตามสิทธิ)

ประเภทสิทธิ	จำนวนทั้งหมด (63 คน)	ร้อยละ
1. ข้าราชการ	56	88.89
2. ลูกจ้างประจำ	5	7.94
3. พนักงานราชการ	2	3.17

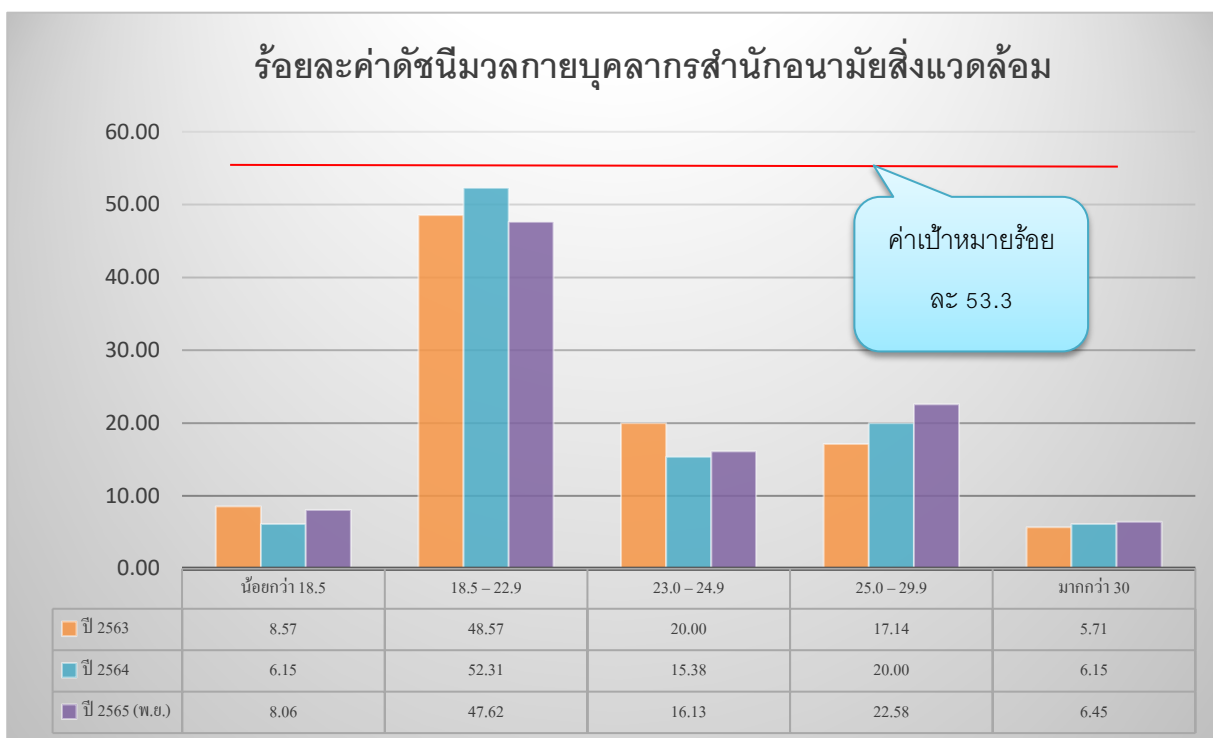
2.1 ค่าดัชนีดัชนีมวลกาย (BMI)

การประเมินผลด้านสุขภาพของการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนาองค์กรสร้างสุข ใช้ดัชนีชี้วัดที่สำคัญ คือ ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ที่เป็นปกติของบุคลากร โดยในปี 2564 รอบ 5 เดือนหลัง บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมมีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ปกติ ร้อยละ 52.3

ในปี 2565 รอบ 5 เดือนแรก ตั้งเป้าหมายให้ บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม มี BMI ปกติ เพิ่มขึ้นร้อยละ 1 แต่เนื่องจากปี 2565 มีการเปลี่ยนแปลงบุคลากรทั้งตัวบุคคลและจำนวน ส่งผลให้จำนวนบุคลากรของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมลดลง จากเดิมที่มีจำนวน 66 คนเหลือ 63 คน โดยจากการสำรวจภาวะสุขภาพของบุคลากรประจำเดือนพฤศจิกายน 2564 พบว่าบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ส่วนใหญ่ มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 47.62 รองลงมา คือ อ้วนระดับ 1 ร้อยละ 22.22 น้ำหนักเกิน ร้อยละ 15.87 ผอม ร้อยละ 7.94 และน้อยที่สุด คือ อ้วนระดับ 2 ร้อยละ 6.35 โดยหากต้องการบรรลุค่าเป้าหมายใน 5 เดือนแรกที่ร้อยละ 53.3 บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมต้องมี BMI ปกติ เพิ่มขึ้นร้อยละ 5.53 รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ร้อยละค่าดัชนีมวลกายบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ปี 2563-2564

ดัชนีชี้วัดสุขภาพ	ปี 2563 (N = 70)	ปี 2564 (N = 66)	ปี 2565 (พ.ย.) (N = 63)
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ค่าดัชนีมวลกาย			
น้อยกว่า 18.5 (ผอม)	8.57	6.15	7.94
18.5 – 22.9 (ปกติ)	48.57	52.31	47.62
23.0 – 24.9 (น้ำหนักเกิน)	20.00	15.38	15.87
25.0 – 29.9 (อ้วนระดับ 1)	17.14	20.00	22.22
มากกว่า 30 (อ้วนระดับ 2)	5.71	6.15	6.35



แผนภาพที่ 1 ร้อยละค่าดัชนีมวลกายบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมเทียบกับค่าเป้าหมาย ปี 2565 รอบ 5 เดือนแรก

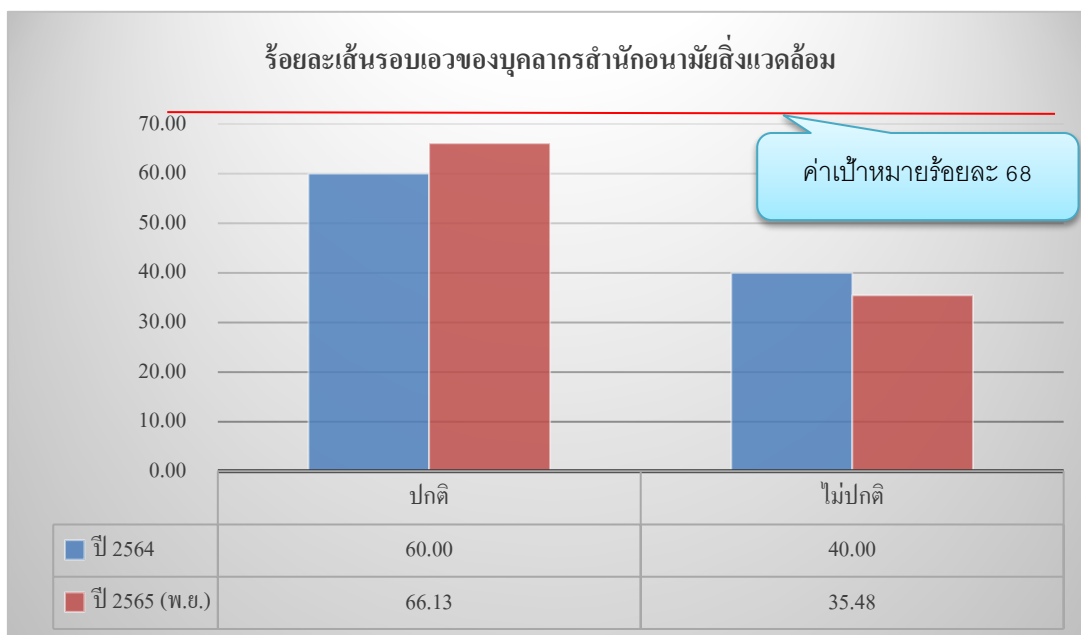
2.2 เส้นรอบเอว

การประเมินผลลัพธ์ด้านสุขภาพของการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนาองค์กรสร้างสุข ใช้ดัชนีชี้วัดที่สำคัญอีกตัว คือ เส้นรอบเอวที่เป็นปกติของบุคลากร โดยในปี 2564 บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมมีเส้นรอบเอวปกติ ร้อยละ 60.00 ซึ่งในปี 2565 รอบ 5 เดือนแรก ตั้งเป้าหมายให้ บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม มี เส้นรอบเอวที่เป็นปกติ ร้อยละ 68 โดยจากการสำรวจภาวะสุขภาพของบุคลากรประจำเดือน พฤศจิกายน 2564 บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ส่วนใหญ่ มีเส้นรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 66.13 และเส้นรอบเอวเกินเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 35.48 รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละเส้นรอบเอว

ดัชนีชี้วัดสุขภาพ	ปี 2564	ปี 2565 (พ.ย.)
เส้นรอบเอว		
ปกติ (น้อยกว่าสูงหารสอง)	60.00	66.13
เกินเกณฑ์ (มากกว่าส่วนสูงหารสอง)	40.00	35.48

หมายเหตุ : เส้นรอบเอววิเคราะห์ที่ใช้เกณฑ์ส่วนใหญ่สูงหารสอง



แผนภาพที่ 2 ร้อยละเส้นรอบเวของบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมเทียบกับค่าเป้าหมาย ปี 2565 รอบ 5 เดือนแรก

3. ผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

จากการวิเคราะห์แบบประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ของบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม พบว่า มีผู้ตอบแบบประเมินทั้งสิ้น 59 คน คิดเป็นร้อยละ 93.65 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 79.66 และเพศชาย ร้อยละ 20.34 อายุเฉลี่ย 39 ปี โดยอายุมากที่สุด 60 ปี และน้อยที่สุด 26 ปี บุคลากรส่วนใหญ่ อยู่ในช่วง Generation Y (อายุระหว่าง 24 – 37 ปี) ร้อยละ 57.63 รองลงมาคือ Generation X (อายุระหว่าง 38 - 53 ปี) ร้อยละ 28.81 และน้อยที่สุด คือ กลุ่ม Generation BB (อายุ 54 ปีขึ้นไป) ร้อยละ 13.56

1.1 ข้อมูลโรคประจำตัว จากผลการตอบแบบประเมิน พบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 76.27 และมีโรคประจำตัวร้อยละ 23.73 โดยโรคที่พบมากที่สุด ได้แก่ ความดันโลหิตสูง ไخمันในเลือดสูง และโรคระบบหัวใจและหลอดเลือด

1.2 ข้อมูลการตรวจสุขภาพประจำปี จากผลการตอบแบบประเมิน พบว่า ใน 1 ปีที่ผ่านมา บุคลากรส่วนใหญ่ได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี คิดเป็นร้อยละ 98.31 มีเพียง 1 รายที่ไม่ได้ตรวจ เนื่องจากเพิ่งบรรจุเข้ารับราชการ ซึ่งผลการตรวจสุขภาพส่วนใหญ่ปกติ ประกอบด้วย

- (1) การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC) คิดเป็นร้อยละ 94.83
- (2) การตรวจปัสสาวะ (Urine Examination) คิดเป็นร้อยละ 84.48
- (3) การตรวจอุจจาระ (Stool Examination and Occult blood) คิดเป็นร้อยละ 58.62
- (4) การเอกซเรย์ปอด (Chest X-ray) คิดเป็นร้อยละ 86.21
- (5) การตรวจภายในและตรวจมะเร็งปากมดลูก (PV, Pap smear) ในเพศหญิง (จำนวน 47 คน) ส่วนใหญ่มีผลปกติ คิดเป็นร้อยละ 53.19 รองลงมาเป็นไม่เคยตรวจ ร้อยละ 40.43

สำหรับบุคลากรอายุมากกว่า 35 ปีขึ้นไป (จำนวน 30 คน) มีผลตรวจสุขภาพที่จำเป็น ประกอบด้วย

- (6) การตรวจระดับน้ำตาลในเลือด (FBS) ส่วนใหญ่มีผลปกติ ร้อยละ 86.67
- (7) การตรวจคอเลสเตอรอล ส่วนใหญ่มีผลไม่ปกติ ร้อยละ 56.67
- (8) การตรวจไขมันชนิดดี HDL ส่วนใหญ่มีผลปกติ ร้อยละ 76.67
- (9) การตรวจไขมันไม่ดี LDL ส่วนใหญ่มีผลปกติ ร้อยละ 53.33
- (10) การตรวจไตรกลีเซอไรด์ ส่วนใหญ่ผลปกติ ร้อยละ 63.33
- (11) การตรวจโรคเก๊าท์ ส่วนใหญ่มีผลปกติ ร้อยละ 90.00
- (12) ตรวจการทำงานของตับ (SGOT/ SGPT / ALP) ส่วนใหญ่มีผลปกติ ร้อยละ 90.00
- (13) ตรวจการทำงานของไต (BUN/Creatinine/eGFR) ส่วนใหญ่มีผลปกติ ร้อยละ 96.67

1.3 ด้านการเงิน จากผลการตอบแบบประเมิน พบว่า เมื่อเปรียบเทียบรายได้กับรายจ่ายทั้งหมดในแต่ละเดือนบุคลากรส่วนใหญ่รายจ่ายน้อยกว่ารายได้ คิดเป็นร้อยละ 37.29 รองลงมาเป็นรายจ่ายเท่ากับรายได้ คิดเป็นร้อยละ 27.12 ซึ่งส่วนใหญ่มีเงินเก็บออมในแต่ละเดือนเพียงเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 52.54 ทั้งนี้ การผ่อนชำระหนี้สินต่างๆ โดยรวมในปัจจุบันเป็นภาระปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.68 รองลงมาเป็นภาระหนักมาก คิดเป็นร้อยละ 25.42 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ (n=59)		
หญิง	47	79.66
ชาย	12	20.34
อายุ (ปี) (n=59)		
18 - 23 ปี (Generation Z)	0	0.00
24 - 37 ปี (Generation Y)	34	57.63
38 - 53 ปี (Generation X)	17	28.81
54 ขึ้นไป ปี (Generation BB)	8	13.56
ค่าเฉลี่ยอายุ		39 ปี
Minimum, Maximum		26, 60 ปี
ข้อมูลโรคประจำตัวที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ (n=59)		
ไม่มี	45	76.27
มี	14	23.73
ความดันโลหิตสูง	3	21.43
ไขมันในเลือดสูง	3	21.43
โรคระบบหัวใจและหลอดเลือด	3	21.43
โรคเบาหวาน	2	14.29
ไทรอยด์	1	7.14
โรคภูมิแพ้	1	7.14
โรคมะเร็ง	1	7.14

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
โลหิตจาง	1	7.14
หอบหืด	1	7.14
ข้อมูลการตรวจสุขภาพประจำปี (ในรอบ 1 ปีที่ผ่านมา)		
1) การได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี (n=59)		
ตรวจ	58	98.31
ไม่ได้ตรวจ	1	1.69
2) กลุ่มอายุ (n=58)		
25 - 29 ปี	9	15.52
30 - 34 ปี	19	32.76
35 - 39 ปี	8	13.79
40 - 44 ปี	7	12.07
45 - 49 ปี	4	6.90
50 - 54 ปี	3	5.17
55 ปีขึ้นไป	8	13.79
3) ตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC) (n=58)		
ปกติ	55	94.83
ไม่ปกติ	2	3.45
ตรวจแต่ไม่ทราบผล	1	1.72
4) ตรวจปัสสาวะ (Urine Examination) (n=58)		
ปกติ	49	84.48
ไม่ปกติ	0	0.00
ไม่เคยตรวจ	9	15.52
5) ตรวจอุจจาระ (Stool Examination and Occult blood) (n=58)		
ปกติ	34	58.62
ไม่ปกติ	1	1.72
ไม่เคยตรวจ	23	39.66
6) เอกซเรย์ปอด (Chest X-ray) (n=58)		
ปกติ	50	86.21
ไม่ปกติ	1	1.72
ตรวจแต่ไม่ทราบผล	1	1.72
ไม่เคยตรวจ	6	10.34
7) ตรวจภายในและตรวจมะเร็งปากมดลูก (PV, Pap smear) **เฉพาะเพศหญิง (n=47)		
ปกติ	25	53.19
ไม่ปกติ	2	4.26
ตรวจแต่ไม่ทราบผล	1	2.13
ไม่เคยตรวจ	19	40.43

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
8) ตรวจระดับน้ำตาลในเลือด (FBS) ** สำหรับผู้ที่มีอายุมากกว่า 35 ปี (n=30)		
ปกติ	26	86.67
ไม่ปกติ	4	13.33
ไม่เคยตรวจ	0	0.00
9) ตรวจคอเลสเตอรอล (n=30)		
ปกติ	12	40.00
ไม่ปกติ	17	56.67
ไม่เคยตรวจ	1	3.33
10) ตรวจไขมันชนิดดี HDL (n=30)		
ปกติ	23	76.67
ไม่เคยตรวจ	3	10.00
ไม่ปกติ	4	13.33
11) ตรวจไขมันไม่ดี LDL (n=30)		
ปกติ	16	53.33
ไม่เคยตรวจ	3	10.00
ไม่ปกติ	11	36.67
12) ตรวจไตรกลีเซอไรด์ (n=30)		
ปกติ	19	63.33
ไม่ปกติ	9	30.00
ตรวจแต่ไม่ทราบผล	1	3.33
ไม่เคยตรวจ	1	3.33
13) ตรวจโรคเก๊าท์ (n=30)		
ปกติ	27	90.00
ไม่ปกติ	0	0.00
ไม่เคยตรวจ	3	10.00
14) การทำงานของตับ (SGOT / SGPT / ALP) (n=30)		
ปกติ	27	90.00
ไม่ปกติ	2	6.67
ไม่เคยตรวจ	1	3.33
15) การทำงานของไต (BUN/Creatinine/eGFR) (n=30)		
ปกติ	29	96.67
ไม่ปกติ	1	3.33
ด้านการเงิน		
1) รายได้ที่ได้รับทั้งหมดในแต่ละเดือน (เมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดในแต่ละเดือน) (n=59)		
รายจ่ายเกินกว่ารายได้มาก	8	13.56

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
รายจ่ายเกินกว่ารายได้เล็กน้อย	12	20.34
รายจ่ายเท่ากับรายได้	16	27.12
รายจ่ายน้อยกว่ารายได้	22	37.29
รายจ่ายน้อยกว่ารายได้มาก	1	1.69
2) เงินเก็บออมในแต่ละเดือน (n=59)		
ไม่มี/มีน้อยที่สุด	13	22.03
มี/เก็บออมเพียงเล็กน้อย	31	52.54
มี/เก็บออมปานกลาง	14	23.73
มี/เก็บออมมาก	1	1.69
3) ท่านรู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่างๆ โดยรวมของท่านในปัจจุบันเป็นภาระหรือไม่ (n=59)		
เป็นภาระน้อย	14	23.73
เป็นภาระปานกลาง	24	40.68
เป็นภาระหนักมาก	15	25.42
เป็นภาระหนักที่สุด	1	1.69
ไม่เป็นภาระ/ไม่ได้ผ่อนชำระ/ไม่มีหนี้สิน	5	8.47

ส่วนที่ 2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และพฤติกรรมความปลอดภัย

2.1 พฤติกรรมการกินอาหาร

จากผลการตอบแบบประเมิน ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการกินอาหารครบ 3 มื้อ ร้อยละ 77.97 สำหรับผู้ที่กินอาหารไม่ครบ 3 มื้อ ส่วนใหญ่ คือ มื้อเช้า พฤติกรรมการกินผักปรุงสุกหรือผักสดทุกวัน ร้อยละ 15.25 การกินผลไม้รสไม่หวานทุกวัน ร้อยละ 10.17 ไม่เติมเครื่องปรุงรสเค็มเลย ร้อยละ 30.51 ไม่เติมเครื่องปรุงรสหวานเลย ร้อยละ 35.59 และมีพฤติกรรมการไม่ดื่มเครื่องดื่มรสหวานเลย ร้อยละ 10.17

2.2 พฤติกรรมการสูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากผลการตอบแบบประเมิน มีพฤติกรรมที่ไม่สูบบุหรี่เลย ร้อยละ 100 มีพฤติกรรมไม่ดื่มเบียร์เลย ร้อยละ 89.83 และไม่ดื่มสุราเลย ร้อยละ 98.31

2.3 พฤติกรรมด้านการมีกิจกรรมทางกาย

จากผลการตอบแบบประเมิน มีกิจกรรมทางกายจนรู้สึกเหนื่อยกว่าปกติ มากกว่าหรือเท่ากับสัปดาห์ละ 150 นาที หรือน้อยกว่า 30 นาทีต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์ น้อยเพียงร้อยละ 11.86 มีพฤติกรรมไม่นั่ง หรือเอนกายเฉยๆ นานเกิน 2 ชั่วโมง ร้อยละ 15.25

2.4 พฤติกรรมการนอน

จากผลการตอบแบบประเมิน มีพฤติกรรมการนอนหลับ ถึง 7 ชั่วโมงทุกวัน น้อยเพียงร้อยละ 11.86 รู้สึกสดชื่นหลังตื่นนอนทุกวัน ร้อยละ 10.17

2.5 พฤติกรรมการแปร่งฟัน

จากผลการตอบแบบประเมิน มีพฤติกรรมการแปร่งฟัน ก่อนนอนทุกวัน ร้อยละ 93.22 ใช้เวลาในการแปร่งฟันแต่ละครั้งนาน 3 นาทีขึ้นไป ร้อยละ 18.64 ในปีที่ผ่านมา ได้รับบริการทันตกรรม ร้อยละ 45.76 โดยส่วนใหญ่เป็นการอุดหินปูน

2.6 พฤติกรรมการขับชี่ยานพาหนะ

จากผลการตอบแบบประเมิน มีพฤติกรรมการใช้เข็มขัดนิรภัยขณะขับรถยนต์ และขณะเป็นผู้โดยสารข้างคนขับทุกครั้ง ร้อยละ 62.71 และร้อยละ 81.36 ตามลำดับ มีพฤติกรรมการสวมหมวกนิรภัยขณะขับชี่รถจักรยานยนต์ และขณะโดยสารรถจักรยานยนต์ทุกครั้ง ร้อยละ 27.12 และร้อยละ 28.81 ตามลำดับ รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมความปลอดภัย

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
พฤติกรรมการกินอาหาร (n=59)		
1) พฤติกรรมการกินอาหารครบ 3 มื้อ		
ครบ 3 มื้อ	46	77.97
ไม่ครบ 3 มื้อ	13	22.03
มื้อเช้า	9	69.23
มื้อกลางวัน	1	7.69
มื้อเย็น	4	30.77
2) พฤติกรรมการกินผักใบปรุงสุก หรือผักสด ปริมาณ 4 ท็อปขึ้นไป		
กิน 1 - 3 วันต่อสัปดาห์	34	57.63
กิน 4 - 6 วันต่อสัปดาห์	13	22.03
กินทุกวัน	9	15.25
ไม่กินเลย	3	5.08
3) พฤติกรรมการกินผลไม้รสไม่หวาน ครบ 3 มื้อต่อวัน		
กิน 1 - 3 วันต่อสัปดาห์	39	66.10
กิน 4 - 6 วันต่อสัปดาห์	7	11.86
กินทุกวัน	6	10.17
ไม่กินเลย	7	11.86
4) พฤติกรรมการเติมเครื่องปรุงรสเค็ม		
เติมเครื่องปรุงรสเค็มทุกครั้ง	3	5.08
เติมเครื่องปรุงรสเค็มบางครั้ง	38	64.41
ไม่เติมเครื่องปรุงรสเค็มเลย	18	30.51
5) พฤติกรรมการเติมเครื่องปรุงรสหวาน		
เติมเครื่องปรุงรสหวานทุกครั้ง	4	6.78
เติมเครื่องปรุงรสหวานบางครั้ง	34	57.63
ไม่เติมเครื่องปรุงรสหวานเลย	21	35.59

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมความปลอดภัย

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
6) ท่านดื่มเครื่องดื่มรสหวานหรือไม่		
ดื่ม 1 - 3 วันต่อสัปดาห์	30	50.85
ดื่ม 4 - 6 วันต่อสัปดาห์	11	18.64
ดื่มทุกวัน	12	20.34
ไม่ดื่มเลย	6	10.17
พฤติกรรมการสูบบุหรี่ (n=59)		
ไม่สูบ	59	100.00
สูบ	0	0.00
พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (n=59)		
1) การดื่มเบียร์เกิน 4 กระป๋อง หรือ 2 ขวดใหญ่ขึ้นไป		
เดือนละครั้ง	4	6.78
ไม่เคยดื่มเลย	53	89.83
สัปดาห์ละครั้ง	2	3.39
2) การดื่มสุรา เกิน 1/2 แบนขึ้นไป		
ไม่เคยดื่มเลย	58	98.31
สัปดาห์ละครั้ง	1	1.69

พฤติกรรมด้านการมีกิจกรรมทางกาย (n=59)

1) กิจกรรมทางกายหรือเคลื่อนไหวร่างกายจนรู้สึกเหนื่อยกว่าปกติทั้งในการทำงาน การเดินทาง หรือนันทนาการ (ออกกำลังกาย)		
มากกว่าหรือเท่ากับสัปดาห์ละ 150 นาที หรือน้อยกว่า 30 นาทีต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์	7	11.86
น้อยกว่าสัปดาห์ละ 150 นาที หรือน้อยกว่า 30 นาทีต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์	30	50.85
ไม่มีเลย	22	37.29
2) นั่งหรือเอนกายเฉยๆ ติดต่อกันนาน 2 ชั่วโมง		
นานเกิน 2 ชั่วโมง ทุกวัน	19	32.20
นานเกิน 2 ชั่วโมง บางวัน	31	52.54
นานเกิน 2 ชั่วโมง	9	15.25

พฤติกรรมการนอน (n=59)

1) พฤติกรรมการนอนถึง 7 ชั่วโมง		
นอนถึง 7 ชั่วโมงทุกวัน	7	11.86
นอนถึง 7 ชั่วโมงบางวัน	38	64.41
นอนไม่ถึง 7 ชั่วโมงทุกวัน	14	23.73
2) ความรู้สึกสดชื่นหลังตื่นนอน		

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมความปลอดภัย

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
1 ถึง 4 วันต่อสัปดาห์	25	42.37
5 ถึง 6 วันต่อสัปดาห์	21	35.59
ทุกวัน	6	10.17
ไม่เคย	7	11.86
พฤติกรรมการแปรงฟัน (n=59)		
1) พฤติกรรมการแปรงฟันก่อนนอน		
แปรงฟันก่อนนอนทุกวัน	55	93.22
แปรงฟันก่อนนอนบางวัน	4	6.78
2) เวลาที่ใช้ในการแปรงฟันแต่ละครั้ง		
3 นาทีขึ้นไป	11	18.64
2 – 3 นาที	41	69.49
น้อยกว่า 2 นาที	7	11.86
3) การได้รับบริการทันตกรรม ในปีที่ผ่านมา		
ไม่ได้ไปรับบริการ	32	54.24
ไปรับบริการ	27	45.76
ขูดหินปูน	23	85.19
อุดฟัน	8	29.63
รักษารากฟัน	3	11.11
จัดฟัน	2	7.41
ถอนฟัน	2	7.41
ผ่าฟันคุด	1	3.70
พฤติกรรมการขับชีเยานพาหนะ (n=59)		
1) การใช้เข็มขัดนิรภัยขณะขับรถยนต์		
ใช้ทุกครั้ง	37	62.71
ใช้บางครั้ง	1	1.69
ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ หรือรถจักรยานยนต์	21	35.59
2) การใช้เข็มขัดนิรภัยขณะเป็นผู้โดยสารข้างคนขับ		
ใช้ทุกครั้ง	48	81.36
ใช้บางครั้ง	4	6.78
ไม่เคยใช้เลย	2	3.39
ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ หรือรถจักรยานยนต์	5	8.47
3) การสวมหมวกนิรภัยขณะขับขี่รถจักรยานยนต์		
ใช้ทุกครั้ง	16	27.12
ใช้บางครั้ง	5	8.47
ไม่เคยใช้เลย	2	3.39

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมความปลอดภัย

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ หรือรถจักรยานยนต์	36	61.02
4) การสวมหมวกนิรภัยขณะโดยสารรถจักรยานยนต์		
ใช้ทุกครั้ง	17	28.81
ใช้บางครั้ง	14	23.73
ไม่เคยใช้เลย	5	8.47
ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ หรือรถจักรยานยนต์	23	38.98

ส่วนที่ 3 ข้อมูลภาวะสุขภาพจิต

จากผลการประเมิน เกี่ยวกับอาการหรือความรู้สึกที่เกิดในระยะ 2 - 4 สัปดาห์

- (1) มีปัญหาการนอน นอนไม่หลับหรือนอนมาก บ่อยครั้ง เพียงร้อยละ 8.47
- (2) มีสมาธิน้อยลง บ่อยครั้ง ร้อยละ 6.78
- (3) มีอาการหงุดหงิด กระทบกระวายเป็น ว้าวุ่นใจ บ่อยครั้ง ร้อยละ 5.08
- (4) มีความรู้สึกเบื่อ เซ็ง เป็นประจำ ร้อยละ 3.39
- (5) มีอาการไม่อยากพบปะผู้คน เป็นประจำ เพียงร้อยละ 1.69

3.1 แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา มีความรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง ร้อยละ 15.25 และรู้สึกเบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน ร้อยละ 27.12 และเมื่อพิจารณาคำตอบ ถ้าตอบ “ไม่มี” ทั้ง 2 คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้า และถ้าตอบ “มี” ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ คือ เป็นผู้มีความเสี่ยง หรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า ซึ่งจากผลการตอบ พบว่า บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมมีความเสี่ยงหรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า ร้อยละ 30.51

3.2 แบบประเมินโรคซึมเศร้า จากผู้มีความเสี่ยงหรือมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า พบว่า ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา

- (1) มีอาการเบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร คำตอบส่วนใหญ่เป็นบางวัน 1-7 วัน ร้อยละ 72.22
- (2) มีความไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้ คำตอบส่วนใหญ่เป็นบางวัน 1-7 วัน ร้อยละ 50.00
- (3) มีอาการหลับยาก หรือหลับๆ ตื่นๆ หรือหลับมากไป คำตอบส่วนใหญ่เป็นบางวัน 1-7 วัน ร้อยละ 61.11
- (4) มีอาการเหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง ท้อแท้ คำตอบส่วนใหญ่เป็นบางวัน 1-7 วัน ร้อยละ 50.00
- (5) มีอาการเบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป คำตอบส่วนใหญ่เป็นบางวัน 1-7 วัน ร้อยละ 55.56
- (6) มีความรู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือรอบครั่วผิดหวัง คำตอบส่วนใหญ่ไม่มีอาการเลย ร้อยละ 72.22
- (7) สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ คำตอบส่วนใหญ่เป็นบางวัน 1-7วัน ร้อยละ 55.56
- (8) มีอาการพูดซ้ำทำอะไรซ้ำลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่ายไม่สามารถอยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น คำตอบส่วนใหญ่ไม่มีอาการเลย ร้อยละ 77.78
- (9) ไม่มีใครคิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ข้อมูลภาวะสุขภาพจิต

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
มีปัญหาการนอน นอนไม่หลับหรือนอนมาก (n=59)		
แทบไม่มี	17	28.81
เป็นบางครั้ง	37	62.71
บ่อยครั้ง	5	8.47
เป็นประจำ	0	0.00
มีสมาธิน้อยลง (n=59)		
แทบไม่มี	22	37.29
เป็นบางครั้ง	33	55.93
บ่อยครั้ง	4	6.78
เป็นประจำ	0	0.00
หงุดหงิด / กระทบกระชวย / ว้าวุ่นใจ (n=59)		
แทบไม่มี	24	40.68
เป็นบางครั้ง	32	54.24
บ่อยครั้ง	3	5.08
เป็นประจำ	0	0.00
รู้สึกเบื่อ เซ็ง (n=59)		
แทบไม่มี	12	20.34
เป็นบางครั้ง	41	69.49
บ่อยครั้ง	4	6.78
เป็นประจำ	2	3.39
ไม่อยากพบปะผู้คน (n=59)		
แทบไม่มี	30	50.85
เป็นบางครั้ง	24	40.68
บ่อยครั้ง	4	6.78
เป็นประจำ	1	1.69
พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคซึมเศร้า (2Q) (n=59)		
1) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง		
มี	9	15.25
ไม่มี	50	84.75
2) ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รู้สึก เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน		
มี	16	27.12
ไม่มี	43	72.88

ตารางที่ 6 ข้อมูลภาวะสุขภาพจิต

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคซึมเศร้า (9Q) (n=18)		
1) เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร		
เป็นทุกวัน	1	5.56
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	1	5.56
เป็นบางวัน 1-7 วัน	13	72.22
ไม่มีเลย	3	16.67
2) ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	1	5.56
เป็นบางวัน 1-7 วัน	9	50.00
ไม่มีเลย	8	44.44
3) หลับยากหรือหลับๆตื่นๆหรือหลับมากไป		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	1	5.56
เป็นบางวัน 1-7วัน	11	61.11
ไม่มีเลย	6	33.33
4) เหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	1	5.56
เป็นบางวัน 1-7วัน	9	50.00
ไม่มีเลย	8	44.44
5) เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	0	0.00
เป็นบางวัน 1-7วัน	10	55.56
ไม่มีเลย	8	44.44
6) รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือครอบครัวยึดหวัง		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	0	0.00
เป็นบางวัน 1-7วัน	5	27.78
ไม่มีเลย	13	72.22
7) สมาธิไม่ดีเวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	0	0.00
เป็นบางวัน 1-7วัน	10	55.56
ไม่มีเลย	8	44.44

ตารางที่ 6 ข้อมูลภาวะสุขภาพจิต

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
8) คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี		
เป็นทุกวัน	0	0.00
เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	0	0.00
เป็นบางวัน 1-7วัน	0	0.00
ไม่มีเลย	18	100.00

สรุปและอภิปรายผล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลภาวะสุขภาพของบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ในภาพรวมพบว่าบุคลากรมีปัญหาด้านสุขภาพ ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต ได้แก่

1. การมีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ปกติ
2. การมีกิจกรรมทางกายในระดับปานกลางถึงหนักไม่เพียงพอ
3. การมีระดับไขมันในเลือด (คอเลสเตอรอล) ที่เกินเกณฑ์มาตรฐาน
4. การมีพฤติกรรมนอนหลับที่มีคุณภาพ (7 ชั่วโมงทุกวัน)ไม่เพียงพอ
5. การมีพฤติกรรมการสวมหมวกนิรภัยขณะขับซึ่รถจักรยานยนต์ และขณะโดยสารรถจักรยานยนต์ทุกครั้ง
6. การมีมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า

ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ และคุณภาพชีวิตของบุคลากร ดังนั้นการส่งเสริมให้บุคลากรมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง โดยมุ่งไปที่การให้องค์ความรู้และ ารจัดกิจกรรม เพื่อป้องกัน Risk Factor สำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ทั้งการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ การรับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ การดูแลรักษาสุขภาพจิตใจ ให้แจ่มใส จะช่วยให้บุคลากรมีสุขภาพแข็งแรง มีทักษะในการจัดการ ป้องกันและลดความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง บุคลากรมีความสุขในชีวิตและการทำงานที่ดีขึ้น มีความรักความผูกพันต่อองค์กร ซึ่งจะส่งผลให้สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม เป็นองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และการทำงานมีประสิทธิภาพสูงสุด

องค์ประกอบที่ 3 วิเคราะห์ด้านผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียได้แก่ บุคลากรของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและกิจกรรมส่งเสริมความผูกพันองค์กร

บุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมต้องการให้จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพในองค์กรอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง โดยกิจกรรมที่ต้องการให้มีมากที่สุด คือ กิจกรรมยืดเหยียดระหว่างวัน ร้อยละ 64.91 รองลงมา คือ กิจกรรม Healthy Meeting ร้อยละ 54.39 และกิจกรรม Steps Challenge ร้อยละ 52.63

ส่วนกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความผูกพันองค์กรที่อยากให้อีกมากที่สุด คือ กิจกรรมสานความสัมพันธ์น้องพี่ OD สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม ร้อยละ 78.95 กิจกรรมสร้างจูงใจให้บุคลากรเป็นคนดี คนเก่ง และมีสมรรถนะสูง ร้อยละ 45.61 กิจกรรมการจัดอบรมพัฒนาความรู้ทักษะและสมรรถนะบุคลากร ร้อยละ 24.56 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพบุคลากรสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=53)	(ร้อยละ)
กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ		
กิจกรรมออกกำลังกายร่วมกันทุกวันพุธ	23	40.35
กิจกรรม Healthy Meeting	24	54.39
กิจกรรมการอบรมให้ความรู้	18	31.58
กิจกรรมการให้ความรู้ / ผ่านกลุ่มไลน์สำนัก	22	38.60
กิจกรรมยืดเหยียดระหว่างวัน	37	64.91
กิจกรรม Steps Challenge	24	52.63
กิจกรรมเพื่อส่งเสริมความผูกพันองค์กร		
กิจกรรมสานความสัมพันธ์น้องพี่ OD สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม	45	78.95
กิจกรรมประกวด นางงามมิตรภาพสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม	12	21.05
กิจกรรมสร้างใจให้บุคลากรเป็นคนดี คนเก่ง และมีสมรรถนะสูง	26	45.61

องค์ประกอบที่ 5 ด้านเทคโนโลยีการสื่อสารและดิจิทัล

สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมได้นำเทคโนโลยีเข้ามาใช้ในการสำรวจ และประเมินผลข้อมูลต่างๆ โดยสำรวจข้อมูลผ่านระบบ Google form ทำให้ลดขั้นตอนและกระบวนการในการดำเนินงาน ส่งผลให้ข้อมูลที่จะนำมาใช้ในการดำเนินงานมีความรวดเร็ว ถูกต้อง แม่นยำและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

องค์ประกอบที่ 6 ด้านข้อมูลวิชาการ กฎระเบียบ และอื่น ๆ

○ ข้อมูลวิชาการและข้อมูลอื่นๆ ที่สนับสนุนในการดำเนินงาน ดังนี้
ข้อมูลและความรู้ที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์เพื่อประกอบดำเนินงานตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ

ลำดับ	ชื่อข้อมูล	แหล่งที่มา	link
1	ข้อมูลการสำรวจ ความสมดุลและ ผูกพันองค์กร	จากการสำรวจความสมดุล ชีวิตและความผูกพันของ บุคลากรของกองการ เจ้าหน้าที่ปีงบประมาณ 2564	https://drive.google.com/file/d/11lgouWdMdS9qeA6uUBSbDovwWpm3B6eW/view?usp=sharing
2	ข้อมูลการสำรวจ ประเมินพฤติกรรม สุขภาพฯสำนัก อนามัยสิ่งแวดล้อม	จากการสำรวจของสำนัก อนามัยสิ่งแวดล้อม	https://drive.google.com/file/d/16JmnCmbmoJxOEXZdzTtwViU0ge-unJE7/view?usp=sharing

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

ลำดับ	ชื่อข้อมูล	แหล่งที่มา	link
3	ข้อมูลการการประเมินHWP ของหน่วยงาน	จากการประเมินHWP ของหน่วยงาน	https://drive.google.com/file/d/1Rrw17cKSIMiPenko_00hqswr3v5HWO1s/view?usp=sharing
4	องค์กรแห่งความสุข	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	https://drive.google.com/file/d/140DY5WjU0LNHcG5L-1wnMf32r5Xn4nXE/view?usp=sharing
5	องค์ความรู้การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน	กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1x-60ZKO1roDaRP9O607edsdYLTvkHwV/view?usp=sharing
6	สรรสาระองค์กรแห่งความสุข	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	https://drive.google.com/file/d/1ZYp74yes4AtgsW4YA65x9MACliprYC5a/view?usp=sharing
7	คู่มือนักสร้างสุข กระทั่งวงสาธารณสุข (Chief Employee Experience Officer: CEEO)	สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ (สวสส.)	https://drive.google.com/file/d/17nl8MHbyiNxdMrEbL1Tcjx02S1MHj2rb/view?usp=sharing
8	องค์กรแห่งความสุข 4.0	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	https://drive.google.com/file/d/1yrYku7Hc0U722v9xYXK8nb-mg85iYwBP/view?usp=sharing
9	ความสุขแปดประการเพื่อความสมดุลในชีวิตและการทำงาน	สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)	https://drive.google.com/file/d/1yfgFrgDeuAF6IblSEQylgqp1nBrjguvc/view?usp=sharing
10	แนวทางการดูแลสุขภาพตามหลัก 3 อ	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/10AAi8-4AQfzPa02-tVP1OUvL-oQWbo09/view?usp=sharing
11	Healthy meeting ประชุมได้ผลคนได้สุขภาพ	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1gabpYtxitD0O4cUTlmeHURfyHY57_i0/view?usp=sharing

ลำดับ	ชื่อข้อมูล	แหล่งที่มา	link
			https://drive.google.com/file/d/1f15hDglrR4MYCJFs0_UVmnzt3wccvEm/view?usp=sharing
12	ข้อเสนอแนะการส่งเสริมกิจกรรมทางกายผู้ใหญ่ 18-59 ปี	กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1VJJeJgwwUTaLOGUECnK4ENSxPAOrl6t6/view?usp=sharing
13	การพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพวัยทำงานที่พึงประสงค์	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1MLMlSir8WGIK0G_2MUwI2OOV8dXuizG/view?usp=sharing
14	องค์กรต้นแบบไร้พุง	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1LBwi-9xfjs2YSAPT1wBNHO6A4Z5V1Sko/view?usp=sharing
15	การยืดเหยียดกล้ามเนื้อพื้นฐาน	กองออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1aNRO0UZOlV3p1ntft5vE_dHILG1-LJv/view?usp=sharing
16	การประเมินความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดและหัวใจ	สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค	https://drive.google.com/file/d/1AmjYLSqlor2lp4nRdz9zLeWAOL09V5IU/view?usp=sharing
17	กินถูกหลักตามธงโภชนาการ ชาย-หญิง	สำนักโภชนาการ กรมอนามัย	https://drive.google.com/file/d/1ISVgmprcn2WM9ebHlPJCq5CiGGoEBUB3/view?usp=sharing
18	คู่มือการส่งเสริมสุขภาพโดยใช้กิจกรรมนันทนาการ	สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา	https://drive.google.com/file/d/1OC9lTDiyMYxwnGvbsuNGcOvzjrf5hAo8/view?usp=sharing
19	แบบคัดกรองโรคซึมเศร้ากรมสุขภาพจิต	กรมสุขภาพจิต	https://drive.google.com/file/d/1M-MZ5l3ujwOWT1CFST5yEpNYjw51YPkZ/view?usp=sharing

ลำดับ	ชื่อข้อมูล	แหล่งที่มา	link
20	คู่มือดูแลตนเองเพื่อสุขภาพดีมีความสุข	คณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	https://drive.google.com/file/d/1pjmrKXxlHe7hex3g01PTnUdWm82SJrN/view?usp=sharing

○ ข้อเสนอเชิงนโยบาย

1. ผู้บริหารควรกำหนดนโยบายและกลยุทธ์เพื่อการสร้างความสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงาน เช่น ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ด้านการดูแลสุขภาพในครอบครัว ด้านความยืดหยุ่นในการทำงาน ด้านสภาพแวดล้อม ด้านสวัสดิการต่าง ๆ
2. กำหนดนโยบายให้ทุกการประชุมของสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อมเป็นแบบ healthy meeting โดยกำหนดให้ทุกการประชุมต้องมีการพักยืดเหยียดร่างกาย และการจัดอาหารว่างทุกครั้งเป็น healthy break
3. สร้างองค์กรให้เป็นองค์กรแห่งความ Active โดยกำหนดนโยบายในการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ออกกำลังกายสั้นๆร่วมกันวันละ 3-5 นาที ในช่วงเวลา 15.30 ของทุกวัน
4. การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจของบุคลากรในหน่วยงานอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง
5. การส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพบุคลากรอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง
6. ควรมีระบบเฝ้าระวังภาวะสุขภาพจิตบุคลากรทุกระดับอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

.....

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวาและเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

รายการผลการวิเคราะห์มาตรการที่กำหนด		
กลยุทธ์ PIRAB	มาตรการ	หลักการ/เหตุผล
Partnership (สร้างพันธมิตร)	สร้างกระบวนการการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life)	เพื่อให้เกิดกลไกในการขับเคลื่อนการดำเนินงานรวมถึงสร้างการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life) ระดับกรมอนามัยและภายในสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม
Investment (การลงทุน)	สนับสนุนการขับเคลื่อนการดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life)	เพื่อให้เกิดการบริหารจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ในการสนับสนุนการดำเนินงานทั้งในส่วนของการสร้างแรงจูงใจ การสนับสนุนองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อการดำเนินงานและสนับสนุนการติดตามการดำเนินงาน
Regulation (การกำกับ ควบคุม)	กำกับ ติดตามการดำเนินงาน สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life)	เพื่อให้เกิดกำกับ ติดตามการดำเนินงาน สถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life) และการดำเนินงานต่างๆที่เกี่ยวข้องอย่างมีประสิทธิภาพ
Advocate (ชี้แนะ สื่อสาร)	สื่อสารนโยบาย องค์ความรู้ และสร้างความเข้าใจการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life)	เพื่อให้เกิดการสื่อสารนโยบาย องค์ความรู้ และสร้างความเข้าใจการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life) ทั้งในระดับกรมอนามัยและภายในสำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม
Building Capacity (พัฒนาศักยภาพผู้รับบริการ)	เสริมสร้าง องค์ความรู้ ความเข้าใจ ทักษะด้านการส่งเสริมสุขภาพ และการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life)	เพื่อให้เกิดกิจกรรมหรือกระบวนการเสริมสร้าง องค์ความรู้ ความเข้าใจ ทักษะด้านการส่งเสริมสุขภาพ และการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for life) รวมถึงข้อมูลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ที่จำเป็นต่อการพัฒนาศักยภาพของบุคลากร

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวาและเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

รายการผลการวิเคราะห์ประเด็นความรู้ที่ให้แก่บุคลากรเพื่อการขับเคลื่อนการดำเนินงาน

○ สรุปประเด็นความรู้ที่ให้แก่บุคลากรเพื่อการขับเคลื่อนเพื่อให้สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม เป็นองค์กรที่มีสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และส่งเสริมคุณภาพชีวิต ดังนี้

1. ความสมดุลในชีวิตและการทำงาน
2. การดูแลตนเองเพื่อสุขภาพดี
3. ความรู้เกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกายวัยทำงาน
4. แนวทางการดูแลสุขภาพตามหลัก 3 อ
5. อาหารเพื่อสุขภาพ/โภชนาการเพื่อการลดน้ำหนัก และการสร้างหุ่นให้แข็งแรง
6. การดูแลสุขภาพจิต การฝึกจิต คิดบวก คลายเครียด /การป้องกันภาวะซึมเศร้า

○ เหตุผลการนำประเด็นความรู้มาใช้

ความสุขในการทำงาน ถือเป็นสิ่งสำคัญที่ทุกคนในองค์กรมีความต้องการและประสงค์ให้เกิดขึ้น เพราะในแต่ละวัน คนส่วนใหญ่จะใช้เวลาไปกับการทำงานอย่างน้อย 8 ชั่วโมง หรือ 1 ใน 3 ของวันซึ่งคนทำงานจะมีความสุข หรือความทุกข์จากการทำงานนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการไม่ได้ขึ้นอยู่กับเงินเดือน รายได้หรือสถานะเศรษฐกิจ เพียงอย่างเดียว จากผลการสำรวจภาวะสุขภาพของบุคลากร พบว่า บุคลากรมีปัญหาด้านสุขภาพ ทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต ที่ส่งผลความสมดุลในชีวิตและการทำงาน ดังนั้นการส่งเสริมให้ บุคลากรมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง โดยมุ่งไปที่การให้องค์ความรู้เพื่อป้องกัน Risk Factor สำคัญที่ส่งผลต่อสุขภาพ ทั้งการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ การรับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ การดูแลรักษาสุขภาพจิตใจ ให้แจ่มใส จะช่วยให้บุคลากรมีสุขภาพแข็งแรง มีทักษะในการจัดการ ป้องกันและลดความเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง บุคลากรมีความสมดุลในชีวิตและการทำงานที่ดีขึ้น มีความรักความผูกพันต่อองค์กร ซึ่งจะส่งผลให้สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม เป็นองค์กรแห่งความสุขที่มีคุณภาพ เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และส่งเสริมคุณภาพชีวิตได้

.....