

รายงานผลการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัดที่ 2.2

ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
สำนักโภชนาการ รอบ 5 เดือนหลัง ปีงบประมาณ พ.ศ. 2565

ระดับที่ 1 Assessment

1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์การดำเนินงาน รอบ 5 เดือนแรก

สำนักโภชนาการ ได้มีการดำเนินงานตามนโยบายการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต โดยมุ่งเน้นการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานที่ทำงานให้มีความเรียบร้อย สะอาด ปลอดภัย และเอื้อต่อการมีสุขภาพดีของบุคลากร ทั้งนี้มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อเสริมสร้างให้บุคลากรมีสุขภาพที่ดีและมีความสุข อันจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำงาน จากการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ประจำปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก ที่ผ่านมา มีการดำเนินการได้ตามแผนปฏิบัติการที่กำหนดไว้ โดยได้รับคะแนนประเมินตัวชี้วัดตามคำรับรองการปฏิบัติราชการ ประจำปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก 4.2 คะแนน จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน เพื่อให้การดำเนินงานมีความต่อเนื่องและบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ จึงได้นำข้อมูลผลการดำเนินงานในรอบ 5 เดือนแรก มาวิเคราะห์เพื่อทบทวนและปรับแผนการขับเคลื่อนการดำเนินงานฯ รอบ 5 เดือนหลัง ต่อไป

1.1.1 สถานการณ์การดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก

สำนักโภชนาการ ได้มีการขับเคลื่อนงานตามนโยบายการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก โดยมีกิจกรรมดังต่อไปนี้

1. ประกาศนโยบายส่งเสริมสุขภาพอนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน สำนักโภชนาการ
2. จัดตั้งคณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ ประจำปีงบประมาณ 2565 ประกอบด้วย ผู้อำนวยการ รองผู้อำนวยการ และผู้แทนจากแต่ละกลุ่มงาน โดยผู้บริหารเห็นถึงความสำคัญ และคาดหวังให้แต่ละกลุ่มงานร่วมกันขับเคลื่อนงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานฯ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. จัดทำแผนปฏิบัติการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ปีงบประมาณ 2565 ของหน่วยงาน รวมทั้งประชุมคณะทำงานเพื่อหารือวางแผนการดำเนินงาน กำกับ ติดตาม และเตรียมความพร้อมรับการตรวจประเมินจากคณะกรรมการฯ กรมอนามัย

4. แจ้งเวียนและชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับนโยบาย แผนปฏิบัติการ และเกณฑ์การประเมิน 5ส และ HWP ปีงบประมาณ 2565 เพื่อให้บุคลากรทุกคนทราบและถือปฏิบัติต่อไป
5. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ สร้างความผูกพัน มีชีวิตชีวา และสมดุลชีวิต เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีสุขภาพที่ดีและมีความสุขในการทำงาน

ผลการประเมินสถานที่ทำงานน่ายู่น่าทำงาน ครั้งที่ 2/2565 รอบ 5 เดือนแรก ประจำปีงบประมาณ 2565

จากการเข้ารับการตรวจประเมินสถานที่ทำงานน่ายู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ครั้งที่ 2/2565 รอบ 5 เดือนแรก ประจำปีงบประมาณ 2565 เมื่อวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2565 นั้น ซึ่งมีข้อเสนอแนะจากคณะกรรมการฯ กรมอนามัย และผลคะแนนการตรวจประเมินตามเกณฑ์ 5ส และ HWP ดังนี้

เกณฑ์ 5ส (42)	เกณฑ์สถานที่ทำงานน่ายู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต						
	การ สนับสนุน ขององค์กร (5)	สะอาด (11)	ปลอดภัย (12)	สิ่งแวดล้อมดี (9)	มีชีวิตชีวา และสมดุลชีวิต ระดับพื้นฐาน (5)	มีชีวิตชีวา และสมดุลชีวิต ระดับดี (2)	รวม (44)
38.55	5.00	9.80	10.95	8.60	7.70	2.00	41.05

ข้อเสนอแนะเกณฑ์การประเมิน 5 ส

ประเด็น	เกณฑ์การพิจารณา	จุดที่ต้องแก้ไข
2. โต๊ะทำงานหรือพื้นที่บริเวณโต๊ะทำงาน (รวมบริเวณโต๊ะคอมพิวเตอร์)	2.3 มีการจัดวางสิ่งของบริเวณพื้นที่ทำงาน ดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> ● บนโต๊ะทำงานไม่วางอาหาร ยกเว้น เครื่องดื่ม ไม่เกิน 1 แก้ว/ขวด ● โต๊ะทำงานไม่วางเอกสารหรือสิ่งของใด ๆ ยกเว้น รองเท้าไม่เกิน 1 คู่ ● ติดป้ายชื่อลิ้นชักของโต๊ะทำงาน 	มีแก้วน้ำวางบนพื้นและในตู้เก็บของ
	2.6 วัสดุ อุปกรณ์บนโต๊ะคอมพิวเตอร์ จัดวางอย่างเป็นระเบียบ และคำนึงถึงความปลอดภัย สายไฟ ปลั๊กไฟ สวิตซ์ไฟ สายคอมพิวเตอร์อยู่ในสภาพเรียบร้อย ปลอดภัย ไม่ชำรุดเสียหาย	สายไฟยังเก็บไม่เป็นระเบียบ บริเวณห้อง Lab
3. อุปกรณ์สำนักงาน	3.3 มีผู้รับผิดชอบดูแลความสะอาดเรียบร้อยของอุปกรณ์เครื่องมือ/เครื่องใช้สำนักงาน (อาจเป็นชื่อบุคคลหรือกลุ่มงาน)	แสดงชื่อผู้รับผิดชอบขาด 2 จุด บริเวณห้อง Lab
4. ตู้เก็บเอกสาร/ตู้เก็บของ	4.1 มีป้ายแสดงรายการประเภทเอกสารในตู้และผู้รับผิดชอบ รูปแบบเดียวกัน	ไม่ติดป้าย Index ขาด 2 จุด บริเวณห้อง Lab

ประเด็น	เกณฑ์การพิจารณา	จุดที่ต้องแก้ไข
	4.2 ภายในตู้มีป้ายดัชนีบ่งชี้ประเภทเอกสาร/วัสดุอุปกรณ์ที่จัดเก็บเป็นรูปแบบเดียวกัน * กรณี เป็นตู้กระจกใสสามารถมองเห็นสิ่งของภายในได้อนุโลมให้ไม่ต้องติดป้ายแสดงป้ายดัชนีเฉพาะหนังสือ เอกสาร ตำราวิชาการ	ไม่ติดป้าย Index เกิน 3 จุด
	4.5 สามารถค้นหาสิ่งของต่าง ๆ ภายในตู้ได้สะดวก	ค้นหาสิ่งของต่าง ๆ ไม่สะดวก
8. ทางเดิน/ทางหนีไฟ	8.2 บริเวณพื้นที่ต่างระดับต้องมีสัญลักษณ์แสดงชัดเจนป้องกันอุบัติเหตุการสะดุดตกลง	บริเวณบันไดหนีไฟติดแถบเตือนไม่ครบเกิน 3 จุด
9. ถังขยะ	9.2 จัดให้มีจุดรวบรวมขยะของหน่วยงานและมีการคัดแยกขยะอย่างน้อย 3 ประเภท (ทั่วไป อินทรีย์ รีไซเคิล)	ไม่มีถังขยะอินทรีย์ 1 จุด บริเวณห้อง Lab

ข้อเสนอแนะเกณฑ์การประเมิน HWP

ประเด็น	เกณฑ์การพิจารณา	จุดที่ต้องแก้ไข
เกณฑ์สะอาด		
3. สภาพของหน้าต่าง ประตู ชั้นบันได ราวบันได อยู่ในสภาพดีและสะอาด	<input type="checkbox"/> หน้าต่างและฝ้าม่านอยู่ในสภาพดีไม่ชำรุด มีความสะอาด <input type="checkbox"/> ประตู อยู่ในสภาพดีไม่ชำรุด มีความสะอาด <input type="checkbox"/> ชั้นบันได ราวบันไดต้องสะอาด และอยู่ในสภาพดี ไม่ชำรุด ไม่ลื่น	ม่านและประตูห้อง พนักงานขับรถชำรุด รวม 2 จุด
4. อุปกรณ์และหลอดไฟตามที่ต่าง ๆ ต้องอยู่ในสภาพดี และสะอาด	<input type="checkbox"/> อุปกรณ์เครื่องใช้ไฟฟ้าอยู่ในสภาพดี ใช้การได้ และมีความสะอาด <input type="checkbox"/> หลอดไฟ ที่ครอบหลอดไฟ รางไฟ อยู่ในสภาพดี ใช้การได้ และมีความสะอาด <input type="checkbox"/> มีแผนตารางกำหนดช่วงเวลาหรือรอบการทำความสะอาด	หลอดไฟบริเวณห้อง LAB เกิน 3 จุด
5. พื้นอยู่ในระนาบเดียวกัน เรียบ ไม่ลื่น ไม่ดูดซึมน้ำ หากเป็นบริเวณต่างระดับ ต้องมีสัญลักษณ์บอกความแตกต่าง มีการกันลื่น อยู่ในสภาพดีและสะอาด	<input type="checkbox"/> บริเวณพื้นภายในหน่วยงานอยู่ในระนาบเดียวกัน เรียบ ไม่ลื่น สภาพดี และมีความแข็งแรง <input type="checkbox"/> บริเวณพื้นสะอาด ไม่มีเศษฝุ่นผง ไม่มีเศษขยะ <input type="checkbox"/> บริเวณพื้นต่างระดับหรือมีลักษณะลื่น มีการติดป้ายสัญลักษณ์บอกความแตกต่างหรือการติดกันลื่น	พื้นห้องพนักงานขับรถชำรุดเกิน 3 จุด เสี่ยงสะดุดเกิดอุบัติเหตุ
8. ตู้เก็บของหรือชั้นวางของ อยู่ในสภาพดีและสะอาด ติดป้ายแสดงชนิดสิ่งของ	<input type="checkbox"/> ตู้เก็บของหรือชั้นวางของอยู่ในสภาพดี มีความสะอาด <input type="checkbox"/> มีป้ายแสดงข้อมูลชื่อผู้รับผิดชอบชนิดสิ่งของที่มีการจัดเก็บภายในตู้ <input type="checkbox"/> มีการจัดเก็บเอกสารและสิ่งของเป็นระเบียบ มีความสะอาด	ไม่มี Index ที่ตู้ เกิน 3 จุด

ประเด็น	เกณฑ์การพิจารณา	จุดที่ต้องแก้ไข
	*กรณี ที่หากเป็นตู้กระจกใสสามารถมองเห็นสิ่งของภายในได้อนุโลมให้ไม่ต้องติดป้ายแสดงรายการเฉพาะหนังสือ เอกสาร ตำราวิชาการ	
10. ได้มาตรฐานส้วมสาธารณะไทย ของกรมอนามัย เช่น ห้องน้ำ ห้องส้วมมีการระบายอากาศและแสงสว่างเพียงพอไม่มีกลิ่น รวมทั้งมีเครื่องใช้และสิ่งอำนวยความสะดวก (ภาคผนวก ข.)	<input type="checkbox"/> ผลการประเมินห้องน้ำห้องส้วมเป็นไปตามมาตรฐานส้วมสาธารณะไทย ของกรมอนามัย <input type="checkbox"/> *กรณีหน่วยงานไม่มีส้วมที่ต้องผัดขอบ ถือว่าผ่านโดยอัตโนมัติ	ขาดผู้รับผิดชอบเซ็น 2 จุด ทั้งห้องน้ำหญิงและชาย
เกณฑ์ความปลอดภัย		
7. การเดินสายไฟเป็นระเบียบ ใช้สายไฟถูกประเภท และมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การใช้ไฟฟ้าอย่างปลอดภัย	<input type="checkbox"/> การเดินสายไฟ อุปกรณ์ไฟฟ้า ผังควบคุมมีสภาพดี ไม่ชำรุด <input type="checkbox"/> การเดินสายไฟ มีการจัดเก็บเป็นระเบียบ <input type="checkbox"/> มีการตรวจสอบระบบไฟฟ้าและสายดิน อย่างสม่ำเสมอ	เดินสายไฟไม่เรียบร้อย 1 จุด
8. สวิตช์ สายไฟ ได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพดี และปลอดภัย	<input type="checkbox"/> สวิตช์ สายไฟ มีสภาพดี ไม่ชำรุด หรือเสื่อมสภาพ	สายไฟชำรุดเกิน 3 จุด
เกณฑ์สิ่งแวดล้อม		
7. มีที่รองรับมูลฝอยเพียงพอ มีฝาปิดมิดชิด และแยกมูลฝอยอันตรายออกจากมูลฝอยทั่วไป	<input type="checkbox"/> มีภาชนะบรรจุ หรือภาชนะรองรับที่เหมาะสมและเพียงพอกับปริมาณ <input type="checkbox"/> มีการแยกตามประเภทมูลฝอยที่เกิดขึ้น เช่น มูลฝอยทั่วไป มูลฝอยรีไซเคิลและมูลฝอยอันตราย <input type="checkbox"/> มีการแยก มูลฝอยอันตราย ออกจากมูลฝอยทั่วไป และมีแนวทางในการจัดการ *เช่น หลอดฟลูออเรสเซนต์ ถ่านไฟฉายหรือแบตเตอรี่ โทรศัพท์เคลื่อนที่ ภาชนะที่ใช้บรรจุสารกำจัดแมลงหรือเวชพืช กระจกสเปร์ยบรรจุสีหรือสารเคมี เป็นต้น	ไม่มีแยกขยะมูลฝอย อันตราย บริเวณห้อง Lab
เกณฑ์มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต ระดับพื้นฐาน		
5. มีตู้ยา ชุดปฐมพยาบาล และเครื่องชั่งน้ำหนัก พร้อม	<input type="checkbox"/> มีตู้ยา อุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้น เครื่องชั่งน้ำหนัก แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม	มียาหมดอายุ

ประเด็น	เกณฑ์การพิจารณา	จุดที่ต้องแก้ไข
ทั้งมีการจัดบันทึกการรักษาและการใช้ยา	<p>มีตู้ยา อุปกรณ์ปฐมพยาบาลเบื้องต้น ให้ 0.2 คะแนน</p> <p>มีเครื่องชั่งน้ำหนัก ให้ 0.2 คะแนน</p> <p><input type="checkbox"/> มีการบันทึกการใช้ยา อุปกรณ์ปฐมพยาบาล</p> <p>แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม</p> <p>ไม่มีสมุดบันทึกการใช้ยาให้ 0 คะแนน</p> <p>มีสมุดบันทึกแต่ไม่บันทึกการใช้ให้ดูการใช้ยาประกอบ หากมีการใช้ยาแต่ไม่บันทึกให้ 0 คะแนน</p> <p><input type="checkbox"/> มีผู้รับผิดชอบ ดูแลตู้ยา อุปกรณ์ปฐมพยาบาล</p> <p>แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม</p> <p>มีผู้รับผิดชอบ แต่ยาหมดอายุให้ 0 คะแนน</p>	

จากผลการประเมินและข้อเสนอแนะดังกล่าว สำนักโภชนาการจึงได้มีประชุมคณะทำงานฯ เพื่อหารือแนวทางการแก้ไข กำกับ ติดตามผลดำเนินงาน รวมถึงมีการตรวจประเมินภายในหน่วยงาน เพื่อหาจุดที่ต้องรีบดำเนินการแก้ไข และมีการรายงานผลต่อคณะผู้บริหารของหน่วยงาน สื่อสารให้บุคลากรทุกคนได้ทราบ เพื่อร่วมกันพัฒนาสถานที่ทำงานให้มีความน่าอยู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา เสริมสร้างคุณภาพชีวิต ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมสำหรับการตรวจประเมินจากคณะกรรมการฯ กรมอนามัย รอบ 5 เดือนหลัง ต่อไป

1.1.2 สถานการณ์สุขภาพ

ผลการวิเคราะห์ภาวะสุขภาพของบุคลากรสำนักโภชนาการ กรมอนามัย ปีงบประมาณ 2565 สัปดาห์ระหว่างวันที่ 11 – 17 พฤศจิกายน 2564 โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพบุคลากรกรมอนามัย 2565

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

จากการสำรวจภาวะสุขภาพของบุคลากรสำนักโภชนาการ จำนวน 52 คน (ไม่นับรวมจ้างเหมาบริการ) **มีผู้ตอบประเมินทั้งสิ้น 50 คน คิดเป็นร้อยละ 96.2** เป็นเพศชาย จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 16 เพศหญิง จำนวน 42 คน คิดเป็นร้อยละ 84 มีอายุน้อยกว่า 35 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 36 อายุ 35 ปีขึ้นไป จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 64 โดยแบ่งเป็นประเภทข้าราชการจำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 44 ลูกจ้างประจำ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 12 และพนักงานราชการ จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 10 บุคลากรส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 72 และมีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีขึ้นไป จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 90

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับภาระทางการเงิน พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีรายจ่ายน้อยกว่ารายได้ ร้อยละ 32 รองลงมามีรายจ่ายเกินกว่ารายได้เล็กน้อย ร้อยละ 28 และรายจ่ายเท่ากับรายได้ ร้อยละ 24 ตามลำดับ โดยส่วนใหญ่มีการเก็บออมเงินได้เพียงเล็กน้อย ร้อยละ 54 ส่วนการผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ ในปัจจุบัน พบว่าส่วนใหญ่เป็นภาระปานกลาง ร้อยละ 46 รองลงมาเป็นภาระหนัก คิดเป็นร้อยละ 20

ส่วนที่ 2 สภาวะสุขภาพ

เมื่อวิเคราะห์ค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ของบุคลากรสำนักโภชนาการ จำนวน 50 คน พบว่ามีภาวะผอมจำนวน 4 คน (ร้อยละ 10) มีน้ำหนักปกติจำนวน 21 คน (ร้อยละ 42) มีภาวะน้ำหนักเกินจำนวน 8 คน (ร้อยละ 16) มีภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 9 คน (ร้อยละ 18) และมีภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 7 คน (ร้อยละ 14) โดยบุคลากรส่วนใหญ่มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/ตารางเมตร)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
น้อยกว่า 18.5 (ผอม)	5	10.0
18.5 - 22.9 (ปกติ)	21	42.0
23.0 - 24.9 (น้ำหนักเกิน)	8	16.0
25.0 - 29.9 (อ้วนระดับ 1)	9	18.0
มากกว่าหรือเท่ากับ 30 (อ้วนระดับ 2)	7	14.0

เมื่อวิเคราะห์ค่าเส้นรอบเอวของบุคลากรสำนักโภชนาการ จำนวน 50 คน พบว่ามีรอบเอวไม่เกินส่วนสูงหารสอง จำนวน 31 คน (ร้อยละ 62) มีรอบเอวเกินกว่าส่วนสูงหารสอง จำนวน 19 คน (ร้อยละ 38) โดยบุคลากรส่วนใหญ่มีเส้นรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติ คือมีเส้นรอบเอวไม่เกินส่วนสูงหารสอง

เส้นรอบเอว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
รอบเอวไม่เกินส่วนสูงหารสอง (ปกติ)	31	62.0
รอบเอวเกินกว่าส่วนสูงหารสอง (อ้วนลงพุง)	19	38.0

ในส่วนของโรคประจำตัว ส่วนใหญ่บุคลากรสำนักโภชนาการ ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 45 คน (ร้อยละ 90) และมีโรคประจำตัว จำนวน 5 คน (ร้อยละ 10) ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง ไชมันในเลือดสูง โรคภูมิแพ้/หอบกรตไหลยอน และแพ้ภูมคุ้มกัันตัวเอง (SLE) การตรวจสุขภาพประจำปี ร้อยละ 70 เข้ารับการตรวจสุขภาพ และบุคลากรส่วนใหญ่มีสุขภาพปกติ

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพ

จากการสอบถามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า ร้อยละ 68 กินครบ 3 มื้อ ไม่ครบ 3 มื้อ ร้อยละ 32 และส่วนใหญ่จะไม่ได้กินมื้อเช้า ด้านการกินผัก ใน 1 วัน ปริมาณ 4 ททัพขึ้นไป ส่วนใหญ่กิน 1 - 3 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 66 รองลงมากินทุกวัน ร้อยละ 18 กิน 4 - 6 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 14 และไม่กินเลย ร้อยละ 2 ด้านการกินผลไม้รสไม่หวานครบ 3 มื้อ ใน 1 วัน ส่วนใหญ่กิน 1 - 3 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 74 รองลงมากิน 4 - 6 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 12 กินทุกวัน ร้อยละ 10 และไม่กินเลย ร้อยละ 4 เมื่อถามถึงการปรุงรสเค็ม ร้อยละ 64 เติมเครื่องปรุงรสเค็มบางครั้ง และร้อยละ 50 ไม่เติมเครื่องปรุงรสหวานเลย ส่วนการดื่มเครื่องดื่มรสหวานพบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 56 ดื่ม 1 - 3 วันต่อสัปดาห์ รองลงมาร้อยละ 18 ดื่มทุกวัน และไม่ดื่มเลย ร้อยละ 16

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมการป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจร

พฤติกรรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจร ในช่วง 30 วันที่ผ่านมา พบว่าบุคลากรส่วนใหญ่ร้อยละ 94.3 และ 75.0 ใช้เข็มขัดนิรภัยขณะขับขี่หรือโดยสารทุกครั้ง และบุคลากรที่ขับขี่จักรยานยนต์หรือขณะโดยสาร พบว่าส่วนใหญ่ใส่หมวกนิรภัยทุกครั้ง ร้อยละ 63.2

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการสูบบุหรี่

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ พบว่า ร้อยละ 98 ไม่สูบ มีเพียง ร้อยละ 2 ที่สูบและสูบเฉลี่ยวันละ 20 มวน โดยมักจะสูบบวนแรกในช่วง 30 นาที ถึง 1 ชั่วโมง หลังตื่นนอน และคิดจะเลิก แต่ไม่ใ้ภายใน 12 เดือนข้างหน้า

ส่วนที่ 6 พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

จากผลการสำรวจ พบว่าส่วนใหญ่ไม่เคยดื่มเบียร์เลย ร้อยละ 88 และไม่เคยดื่มสุราเลย ร้อยละ 96

ส่วนที่ 9 แบบสอบถามกิจกรรมทางกาย

จากการสำรวจพบว่า บุคลากรส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกาย น้อยกว่าสัปดาห์ละ 150 นาที หรือน้อยกว่า 30 นาทีต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 52 รองลงมา ร้อยละ 42 ไม่มีกิจกรรมทางกายเลย และพบว่า ร้อยละ 48 นั่งหรือเอนกายเฉยๆ นานเกิน 2 ชั่วโมงบางวัน รองลงมา ร้อยละ 38 นั่งหรือเอนกายเฉยๆ นานเกิน 2 ชั่วโมงทุกวัน

ส่วนที่ 10 พฤติกรรมการนอนหลับ

จากการสำรวจพบว่า บุคลากรส่วนใหญ่ร้อยละ 60 มีพฤติกรรมการนอนถึง 7 ชั่วโมง เป็นบางวัน และ ร้อยละ 28 นอนไม่ถึง 7 ชั่วโมงทุกวันเลย เมื่อสอบถามความสดชื่นหลังตื่นนอน ร้อยละ 54 รู้สึกสดชื่น 1 - 4 วันต่อสัปดาห์ รองลงมา ร้อยละ 23 รู้สึกสดชื่น 5 - 6 วันต่อสัปดาห์ และร้อยละ 12 ไม่เคยรู้สึกสดชื่นเลย

ส่วนที่ 11 พฤติกรรมการแปร่งฟัน

จากการสำรวจพบว่า บุคลากรส่วนใหญ่ร้อยละ 90 แปร่งฟันก่อนนอนทุกวัน แต่ยังมีร้อยละ 8 ที่แปร่งฟันก่อนนอนบางวัน และร้อยละ 2 ที่ไม่แปร่งฟันก่อนนอนเลย ส่วนเวลาในการแปร่งแต่ละครั้ง ใช้เวลา 2 - 3 นาที ร้อยละ 60 รองลงมาใช้เวลาแปร่งฟันนาน 3 นาทีขึ้นไป ร้อยละ 22 และในปีที่ผ่านมา มีบุคลากรไปรับบริการทันตกรรม ร้อยละ 50 ส่วนใหญ่ไปรับบริการอุดหินปูน

ข้อมูลสถานการณ์สุขภาพและภาวะโภชนาการของบุคลากรสำนักโภชนาการที่ผ่านมา

การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองในอนาคต ด้วยโปรแกรม CV risk score

ร้อยละของระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองในอนาคตของบุคลากรสำนักโภชนาการ ปี 2563 - 2565

ระดับความเสี่ยง	พฤษภาคม 63 (n=36)	กันยายน 63 (n=40)	กุมภาพันธ์ 64 (n=41)	กรกฎาคม 64 (n=42)	กุมภาพันธ์ 65 (n=41)
น้อยกว่า 10% (ความเสี่ยงต่ำ)	83.3	90.0	92.7	88.1	90.2
10 - 20% (ความเสี่ยงปานกลาง)	11.1	5.0	4.9	4.8	7.3
20 - <30% (ความเสี่ยงสูง)	0	5.0	2.4	7.1	2.4
30 - <40% (ความเสี่ยงสูงมาก)	5.6	0	0	0	0
มากกว่า 40% (ความเสี่ยงสูงอันตราย)	0	0	0	0	0

จากข้อมูล พบว่า บุคลากรที่มีระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองในอนาคตอยู่ใน เกณฑ์เสี่ยงต่ำมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น

ส่วนระดับความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองในอนาคตอยู่ในเกณฑ์เสี่ยงปานกลางและความเสี่ยงสูงมีค่าไม่คงที่ สามารถอภิปรายได้ว่า ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์และพฤษภาคม บุคลากรยังไม่ได้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี ทำให้ต้องประเมินความเสี่ยงฯ ด้วยการบันทึกค่าส่วนสูงและเส้นรอบเอว ทำให้มีผู้ที่ถูกประเมินให้จัดอยู่ในกลุ่มความเสี่ยงปานกลางและความเสี่ยงสูงมาก มากกว่าการประเมินในช่วงเดือนกรกฎาคม และกันยายน ที่บุคลากรเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี และประเมินความเสี่ยงฯ โดยใช้ค่าผลเลือด (คอเลสเตอรอลรวม HDL และ LDL)

การประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้ค่าดัชนีมวลกาย (BMI)

ร้อยละของค่าดัชนีมวลกายของบุคลากรสำนักโภชนาการ ปี 2562 - 2565

ค่าดัชนีมวลกาย (กิโลกรัม/ตารางเมตร)	ธันวาคม 62 (n=54)	มีนาคม 63 (n=61)	กันยายน 63 (n=64)	กุมภาพันธ์ 64 (n=64)	กรกฎาคม 64 (n=67)	กุมภาพันธ์ 65 (n=65)
น้อยกว่า 18.5 (ผอม)	7.9	9.8	4.7	6.3	7.5	12.3
18.5 - 22.9 (ปกติ)	38.1	41.0	42.2	40.6	43.3	36.9
23.0 - 24.9 (น้ำหนักเกิน)	23.8	16.4	15.6	12.5	16.4	20.0
25.0 - 29.9 (อ้วนระดับ 1)	20.6	24.7	26.6	28.1	19.4	15.4
มากกว่าหรือเท่ากับ 30 (อ้วนระดับ 2)	9.5	8.2	10.9	12.5	13.4	15.4

จากข้อมูล พบว่า บุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติมีแนวโน้มลดลง และบุคลากรที่มีภาวะ น้ำหนักน้อย น้ำหนักเกิน และอ้วนระดับ 2 มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น

ดังนั้น จึงควรมีมาตรการส่งเสริมสุขภาพที่เข้มข้นขึ้น เพื่อแก้ไขภาวะโภชนาการเกินดังกล่าว และเป็นการกระตุ้นให้บุคลากรเห็นความสำคัญ เกิดความตระหนักและใส่ใจสุขภาพมากขึ้น

1.3.1 ข้อมูลคุณภาพชีวิตของบุคลากร

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตของบุคลากรสำนักโภชนาการ ปีงบประมาณ 2565 สัปดาห์ระหว่างวันที่ 7 - 30 ธันวาคม 2564 โดยใช้แบบสอบถามคุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

จากการสำรวจข้อมูลคุณภาพชีวิตของบุคลากรสำนักโภชนาการ จำนวน 52 คน (ไม่นับรวมจ้างเหมาบริการ) **มีผู้ตอบประเมินทั้งสิ้น 48 คน คิดเป็นร้อยละ 92.31** เป็นเพศชาย จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 14.6 เพศหญิง จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ 85.4 บุคลากรมีอายุน้อยที่สุด 23 ปี อายุมากที่สุด 60 ปี อายุของบุคลากรเฉลี่ย 40 ปี โดยแบ่งเป็นประเภทข้าราชการจำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 81.4 ลูกจ้างประจำ จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 10.4 และพนักงานราชการ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 บุคลากรส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 68.8 มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีขึ้นไป จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 83.3 มีอายุงานน้อยที่สุด 1 ปี และอายุงานมากที่สุด 33 ปี บุคลากรส่วนใหญ่มีเงินเดือนอยู่ในช่วง 15,000 – 30,000 บาท จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 72.9 รองลงมา มีเงินเดือนอยู่ในช่วง 30,001 – 45,000 บาท จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 20.8

ส่วนที่ 2 ความคิดเห็นและความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของผู้ปฏิบัติงาน 8 ด้าน

หัวข้อ	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ
ด้านที่ 1 การได้รับค่าตอบแทนที่เพียงพอและยุติธรรม		
1.1 เงินเดือนที่ได้รับเหมาะสมและเพียงพอกับค่าครองชีพในปัจจุบัน	2.71	54.17
1.2 ค่าตอบแทนที่ท่านได้รับจากการทำงานทำให้ท่านสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ตามอัตภาพ	2.81	56.25
1.3 ท่านได้รับเงินเดือนและผลตอบแทนที่เหมาะสม เมื่อเทียบกับคนอื่นที่ปฏิบัติงานใน ระดับเดียวกัน	3.06	61.25
1.4 หน่วยงานจัดสวัสดิการต่าง ๆ เหมาะสมกับตำแหน่งงาน ภาระหน้าที่ และ ความ รับผิดชอบของท่าน	2.96	59.17
1.5 ท่านได้รับความยุติธรรมในการประเมินผลงาน เพื่อปรับเลื่อนขั้นเงินเดือน	3.44	68.75
ค่าเฉลี่ย	3.00	59.92
1.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ ค่าตอบแทนที่เพียงพอและยุติธรรม เพียงใด	3.02	60.42

หัวข้อ	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ
ด้านที่ 2 สภาพการปฏิบัติงานน่าอยู่น่าทำงานและส่งเสริมสุขภาพ		
2.1 สถานที่ปฏิบัติงานของท่านสะอาดและเป็นระเบียบ เรียบร้อย มีแสงสว่างเพียงพอ ไม่มีเสียง รบกวนขณะปฏิบัติงาน ช่วยสร้างบรรยากาศที่ดีในการทำงาน	3.52	70.42
2.2 หน่วยงานมีเครื่องมือเครื่องใช้สำนักงาน วัสดุ อุปกรณ์ เพียงพอ อยู่ในสภาพที่ดีพร้อมใช้งาน เหมาะสมกับการทำงานและทันสมัย	3.23	64.58
2.3 หน่วยงานมีระบบรักษาความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของเจ้าหน้าที่เป็นอย่างดี	3.17	63.33
2.4 หน่วยงานของท่านมีสถานที่ หรือมีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ	3.33	66.67
2.5 หน่วยงานของท่านมีการตรวจสุขภาพประจำปีของบุคลากร อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง	4.02	80.42
ค่าเฉลี่ย	3.45	69.08
2.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ สภาพการปฏิบัติงานน่าอยู่น่าทำงานและส่งเสริมสุขภาพ เพียงใด	3.29	65.83
ด้านที่ 3 ความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน		
3.1 งานที่ท่านทำอยู่ เป็นงานที่ตรงกับความรู้ ความสามารถ และทักษะเฉพาะตัวของท่าน	3.50	70.00
3.2 ท่านรู้สึกยินดีที่ได้เรียนรู้เทคนิคการทำงานใหม่ ๆ เสมอ	3.81	76.25
3.3 ท่านได้รับมอบหมายงานที่ต้องใช้ความรู้ความสามารถและทักษะในการทำงานเพิ่มขึ้น	3.79	75.83
3.4ท่านมีโอกาสก้าวหน้าในการเลื่อนตำแหน่งหรือเลื่อนระดับที่สูงขึ้นอย่างเหมาะสม ไม่ช้าเกินไป เมื่อเทียบกับบุคลากรของหน่วยงานอื่น ๆ	3.44	68.75
3.5 การปฏิบัติงานในองค์กรนี้ จะทำให้มีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตตามเป้าหมาย	3.25	65.00
ค่าเฉลี่ย	3.56	71.17
3.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ ความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน เพียงใด	3.29	65.83
ด้านที่ 4 โอกาสในการพัฒนาและการใช้ความสามารถของบุคคล		
4.1 หน่วยงานส่งเสริมให้มีการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มพูนความรู้ความสามารถในการ ปฏิบัติงาน	3.65	72.92

หัวข้อ	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ
4.2 ท่านมีโอกาสได้เพิ่มพูนความรู้ความสามารถโดยการไปศึกษาดูงาน หรือเข้ารับการอบรม หลักสูตรต่างๆ	3.48	69.58
4.3 ผู้บังคับบัญชาเปิดโอกาสให้แสดงศักยภาพในการทำงานได้อย่างเต็มที่	3.60	72.08
4.4 หน่วยงานมีแหล่งความรู้ ข้อมูลข่าวสารที่สามารถศึกษาค้นคว้าได้อย่างสะดวก	3.29	65.83
4.5 หน่วยงานมีตำแหน่งหน้าที่ที่พร้อมจะให้ก้าวหน้าขึ้นไปสู่ตำแหน่งที่สูงขึ้นตามลำดับ	3.25	65.00
ค่าเฉลี่ย	3.45	69.08
4.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ โอกาสในการพัฒนาและการใช้ความสามารถของบุคคล เพียงใด	3.29	65.83
ด้านที่ 5 การทำงานร่วมกันและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น		
5.1 หน่วยงานมีการมอบหมายงาน หรือทำงานร่วมกันโดยคำนึงถึงหน้าที่และความสามารถ มากกว่าเรื่องส่วนตัว และไม่มีการแบ่งพรรคแบ่งพวก	3.52	70.42
5.2 ท่านมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน	3.83	76.67
5.3 ท่านสามารถปรึกษาปัญหาเรื่องงานและเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนร่วมงานได้	3.63	72.50
5.4 ท่านได้รับการสนับสนุนและช่วยเหลือในการปฏิบัติงานจากคนในหน่วยงานหรือเพื่อน ร่วมงานต่างส่วนงานเป็นอย่างดี	3.60	72.08
5.5 หน่วยงานของท่านมีการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้บุคลากรได้มีโอกาสพบปะสังสรรค์เพื่อ สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน	3.25	65.00
ค่าเฉลี่ย	3.57	71.33
5.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ การทำงานร่วมกันและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นเพียงใด	3.54	70.83
ด้านที่ 6 ประชาธิปไตยและความยุติธรรมในการทำงาน		
6.1 ผู้บังคับบัญชาให้อำนาจแก่ท่านอย่างเต็มที่ในการตัดสินใจในงานที่อยู่ในความ รับผิดชอบของท่าน	3.69	73.75
6.2 ผู้บังคับบัญชายอมรับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของท่าน	3.65	72.92
6.3 ผู้บังคับบัญชาของท่านไม่ก้าวท้าวเรื่องส่วนตัวที่ไม่เกี่ยวข้องกับงาน	4.13	82.50

หัวข้อ	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ
6.4 ท่านสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระในการทำงานโดยไม่มีผลต่อการ พิจารณาความดีความชอบ	3.58	71.67
6.5 ท่านได้รับการพิจารณาความดีความชอบหรือการปฏิบัติอื่น ๆ อย่างยุติธรรมเสมอ ภาคเช่นเดียวกับผู้ร่วมงานคนอื่น	3.69	73.75
ค่าเฉลี่ย	3.75	74.92
6.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ ประชาธิปไตยและความยุติธรรมในการทำงานเพียงใด	3.65	72.92
ด้านที่ 7 ความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว		
7.1 การปฏิบัติงานของท่านเป็นไปตามแผนที่กำหนดไว้	3.33	66.67
7.2 ท่านไม่ต้องทำงานนอกเวลาปฏิบัติงาน หรือนำงานกลับไปทำที่บ้าน	2.56	51.25
7.3 ภาระงานที่ต้องรับผิดชอบไม่ทำให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพร่างกายและจิตใจ เช่น เครียด นอนไม่หลับ ป่วยง่าย	2.90	57.92
7.4 ท่านเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ขององค์กรได้เสมอ (งานของกลุ่มงานอื่น หรือ งานที่เป็น ส่วนรวมโดยตนเองไม่ใช่ผู้รับผิดชอบหลัก)	3.54	70.83
7.5 ท่านมีเวลาร่างให้กับตนเองและครอบครัวได้อย่างมีความสุข	3.15	62.92
ค่าเฉลี่ย	3.10	61.92
7.6 โดยสรุปท่านพึงพอใจกับ ความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว เพียงใด	3.06	61.25
ด้านที่ 8 ความภูมิใจในองค์กร		
8.1 ท่านเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้งานประสบผลสำเร็จ	3.85	77.08
8.2 ท่านมีความภูมิใจเมื่อบอกผู้อื่นว่าทำงานที่หน่วยงาน/องค์กรแห่งนี้	3.73	74.58
8.3 ท่านสามารถนำความรู้จากการปฏิบัติงานไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันที่เป็นประโยชน์ ต่อสังคมและประเทศชาติได้	3.81	76.25
8.4 หน่วยงาน/องค์กรของท่านมีชื่อเสียง เป็นที่ยอมรับสำหรับบุคคลภายนอก	3.69	73.75
8.5 หน่วยงาน/องค์กรของท่านมีการรณรงค์ให้บุคลากรตระหนักถึงความรับผิดชอบต่อสังคม เช่น การประหยัดพลังงาน	3.94	78.75
ค่าเฉลี่ย	3.80	76.08
8.6 โดยสรุปท่าน ภูมิใจในองค์กร เพียงใด	3.65	72.92
แนวโน้มที่จะทำงานกับหน่วยงานต่อไป		

หัวข้อ	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ
1. ท่านยังไม่คิดมองหางานใหม่ในองค์กรอื่น	3.29	65.83
2. ท่านไม่ได้หาข้อมูลการทำงานใหม่ในองค์กรอื่น	3.38	67.50
3. ท่านมีการวางแผนเพื่อที่จะอยู่ในหน่วยงานนี้ให้นานที่สุด	3.19	63.75
4. ท่านไม่เคยคิดที่จะลาออกจากหน่วยงานนี้	3.13	62.50
ค่าเฉลี่ย	3.24	64.90

สรุปผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นและความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของผู้ปฏิบัติงาน 8 ด้าน

หัวข้อ	ระดับของคุณภาพชีวิต		ระดับความพึงพอใจในการทำงาน	
	ค่าเฉลี่ย	แปลผล	ค่าเฉลี่ย	แปลผล
ด้านที่ 1 การได้รับค่าตอบแทนที่เพียงพอและยุติธรรม	3.00	ปานกลาง	3.02	ปานกลาง
ด้านที่ 2 สภาพการปฏิบัติงานน่าอยู่ น่าทำงานและส่งเสริมสุขภาพ	3.45	ดี	3.29	ปานกลาง
ด้านที่ 3 ความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน	3.56	ดี	3.29	ปานกลาง
ด้านที่ 4 โอกาสในการพัฒนาและการใช้ความสามารถของบุคคล	3.45	ดี	3.29	ปานกลาง
ด้านที่ 5 การทำงานร่วมกันและความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น	3.57	ดี	3.54	มาก
ด้านที่ 6 ประชาธิปไตยและความยุติธรรมในการทำงาน	3.75	ดี	3.65	มาก
ด้านที่ 7 ความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว	3.10	ปานกลาง	3.06	ปานกลาง
ด้านที่ 8 ความภูมิใจในองค์กร	3.80	ดี	3.65	มาก
ค่าเฉลี่ยรวม	3.46	ดี	3.35	ปานกลาง
แนวโน้มที่จะทำงานกับหน่วยงานต่อไป			3.24	ไม่แน่ใจ

กำหนดเกณฑ์การแปลผลของข้อมูล ดังต่อไปนี้

- ระดับของคุณภาพชีวิต ใช้เกณฑ์การแปลความหมายของข้อมูลแต่ละด้าน ดังนี้
 - 4.21 - 5.00 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดีมาก
 - 3.41 - 4.20 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี
 - 2.61 - 3.40 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง
 - 1.81 - 2.60 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับไม่ดี
 - 1.00 - 1.80 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับไม่ตัวอย่างมาก

2. ระดับของความพึงพอใจในการทำงาน ใช้เกณฑ์การแปลความหมายของข้อมูล ดังนี้

- 4.21 - 5.00 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด
- 3.41 - 4.20 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก
- 2.61 - 3.40 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง
- 1.81 - 2.60 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับไม่พึงพอใจ
- 1.00 - 1.80 หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับไม่พึงพอใจอย่างยิ่ง

3. ระดับแนวโน้มในการทำงาน ใช้เกณฑ์การแปลความหมายของข้อมูล ดังนี้

- 4.21 - 5.00 หมายถึง ทำต่อไปแน่นอน
- 3.41 - 4.20 หมายถึง อาจจะทำต่อไป
- 2.61 - 3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ
- 1.81 - 2.60 หมายถึง อาจจะไม่ทำ
- 1.00 - 1.80 หมายถึง ไม่ทำต่อไปแน่นอน

จากผลการสำรวจความคิดเห็นและความพึงพอใจต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในสังกัดสำนักโภชนาการ พบว่า บุคลากรมี ความคิดเห็นต่อระดับของคุณภาพชีวิตในการทำงาน ทั้ง 8 ด้าน มีค่าคะแนนเฉลี่ยรวม เท่ากับ 3.46 ถือว่าอยู่ในระดับดี และมี ระดับความพึงพอใจในการทำงาน ทั้ง 8 ด้าน มีค่าคะแนนเฉลี่ยรวม เท่ากับ 3.35 ถือว่าอยู่ในระดับปานกลาง โดยบุคลากรมี แนวโน้มที่ไม่แน่ใจว่าจะยังคงทำงานกับหน่วยงานต่อไปหรือไม่ คิดเป็นค่าคะแนนเฉลี่ย เท่ากับ 3.24

ความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์

1. เกณฑ์การประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) และ 5ส
2. Template ตัวชี้วัด 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
3. ผลการประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน ปีงบประมาณ 2564 ของสำนักโภชนาการ
4. การตอบแบบประเมินภาวะสุขภาพของบุคลากรสำนักโภชนาการ

ระดับที่ 2 Advocacy/Intervention

จากผลการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก ของสำนักโภชนาการ โดยมุ่งเน้นการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานที่ทำงานให้มีความเรียบร้อย สะอาด ปลอดภัย และเอื้อต่อการมีสุขภาพดีของบุคลากร รวมทั้งมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อเสริมสร้างให้บุคลากรมีสุขภาพที่ดีและมีความสุขในการทำงาน เพื่อให้การขับเคลื่อนงานเป็นไปอย่างต่อเนื่องและบรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้ นั้น จึงยังคงใช้มาตรการในการขับเคลื่อนงานเหมือนกับรอบ 5 เดือนแรก ซึ่งใช้มาตรการดังต่อไปนี้

2.1 มาตรการ และกลวิธีการดำเนินงานที่สอดคล้องกับการวิเคราะห์และกลยุทธ์ PIRAB

	มาตรการ	เหตุผล
P	1. สร้างการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานการพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต	เพื่อสร้างกลไกให้เกิดการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต จำเป็นต้องสร้างความร่วมมือของบุคลากรในองค์กรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้
I	2. สนับสนุนการขับเคลื่อนการดำเนินงานการพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต	เพื่อให้เกิดการสนับสนุนและบริหารจัดการทรัพยากรที่มีความจำเป็นต่อการดำเนินงานอย่างเหมาะสมและเพียงพอ เพื่อให้การขับเคลื่อนงานมีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายตามที่กำหนดไว้
R	3. กำกับ ติดตาม ประเมินผลการดำเนินงานการพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต	เพื่อให้ทราบถึงความก้าวหน้าการดำเนินงาน ปัญหาและอุปสรรคของการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต เพื่อนำไปสู่การพัฒนา ปรับปรุง และแก้ไข
A	4. สร้างความตระหนักในการดำเนินงานการพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต	เพื่อให้บุคลากรในองค์กรเกิดความตระหนักเห็นความสำคัญ และมีความเข้าใจการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

	มาตรการ	เหตุผล
B	5. เสริมสร้างองค์ความรู้และทักษะด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน	เพื่อให้เกิดกระบวนการเสริมสร้างองค์ความรู้และทักษะที่มีความจำเป็นด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน

2.2 ประเด็นความรู้ที่ให้แก่ผู้รับบริการ (C)/ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (SH)

ประเด็นความรู้	เหตุผล
1. เกณฑ์การประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) และ 5ส	เพื่อให้บุคลากรมีความรู้ความเข้าใจในเกณฑ์การประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) และสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด
2. Template ตัวชี้วัด 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต	เพื่อเป็นแนวทางในการขับเคลื่อนงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต
3. การประเมินภาวะโภชนาการด้วยตนเอง	เพื่อระบุภาวะโภชนาการของบุคคล โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ไขมัน ด้วยเครื่องวัดองค์ประกอบร่างกาย INBODY และแปลผลภาวะโภชนาการ
4. แนวทางการดูแลสุขภาพตามหลัก 3 อ. 2 ส.	เพื่อให้บุคลากรมีทักษะในการดูแลตนเอง ในเรื่องของการส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ. 2 ส.
5. การสร้างสมดุลในชีวิตและการทำงาน	เพื่อสร้างสมดุลยภาพระหว่างชีวิตส่วนตัวและการทำงานให้บุคลากรในองค์กรให้มีการจัดสรรส่วนที่เหมาะสมสำหรับการทำงาน ครอบครัว สังคม และตนเอง

ระดับที่ 3 Management and Governance

3.1 แผนการปฏิบัติการพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

ปีงบประมาณ พ.ศ. 2565

มาตรการ (ข้อ)	ประเด็น ความรู้ (ข้อ)	กิจกรรม	เป้าหมาย	ปี 2565					ผู้รับผิดชอบ
				มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	
3	1, 2	1. ประชุมคณะทำงานฯ เพื่อขับเคลื่อนงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่น่าทำงาน และเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (HWP)	2 ครั้ง		✓		✓		คณะทำงาน HWP
1, 2, 5	1, 3, 4, 5	2. จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพสร้างความผูกพัน มีชีวิตชีวา และสมดุลชีวิต (จัดกิจกรรมอย่างน้อย 1 กิจกรรม/เดือน)	5 ครั้ง	✓	✓	✓	✓	✓	คณะทำงาน HWP
3	1, 2	3. กำกับ ติดตาม การดำเนินงาน “สถานที่ทำงานน่ายู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต”	2 ครั้ง			✓	✓		คณะทำงาน HWP
3, 4	3, 4	4. การประเมินภาวะโภชนาการของบุคลากร เช่น ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว ค่าดัชนีมวลกาย (BMI)	ร้อยละ 80					✓	คณะทำงาน HWP
3, 4	3, 4	5. การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรค เส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไป โปรแกรม CV Risk score	ร้อยละ 80					✓	คณะทำงาน HWP
2, 3, 4	1, 3, 4	6. การเข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีของบุคลากร	ร้อยละ 96				✓		คณะทำงาน HWP