

การประชุมคณะกรรมการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิต
และความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) ครั้งที่ ๔/๒๕๖๕
วันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๕ เวลา ๑๓.๓๐ – ๑๖.๓๐ น.
ณ ห้องประชุมอุทัย พิศลยบุตร ชั้น ๕ อาคาร ๔ สำนักโภชนาการ

ผู้มาประชุม

๑.	นางณัฐวรรณ	เชาว์ลิลิตกุล	นักวิชาการสาธารณสุขเชี่ยวชาญ (ด้านโภชนาการ)	ที่ปรึกษา
๒.	นางสาวศศิพร	ตัชชานนุสรณ์	นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ	ที่ปรึกษา
๓.	นางอุษา	กล่อมเอียง	เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน	
๔.	นางสาวภาพิมล	บุญอิง	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	
๕.	นายจักรพันธ์	บุญชู	นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ	
๖.	นางอารียา	เปลี่ยนพันธ์	เจ้าพนักงานพัสดุ	
๗.	นางสาวอารียา	กรุดเงิน	นักวิชาการสาธารณสุข	
๘.	นางสาวเยาวลักษณ์	รินสด	นักวิชาการสาธารณสุข	
๙.	นางสาวสุพรรณิ	ช้างเพชร	นักโภชนาการปฏิบัติการ	เลขานุการ

ผู้เข้าร่วมประชุม

๑.	นางสาวปิยมาศ	บุญสมบอง	ผู้ประสานงานโครงการ
----	--------------	----------	---------------------

ผู้ไม่มาประชุม (ติดราชการ)

๑.	นายสุพจน์	รินเริงกลิ่น	นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ	ประธาน
๒.	นางสาวจุฑารัตน์	สุภาณวัฒน์	นักวิทยาศาสตร์การแพทย์ปฏิบัติการ	
๓.	นางสาวสุทธาศินี	จันทร์ใบเล็ก	นักโภชนาการปฏิบัติการ	
๔.	นางสาวอันธิกา	หน่วงเหนี่ยว	นักวิชาการการเงินและบัญชี	
๕.	นางสาวกาญจนา	ไชยแจ่ม	เจ้าพนักงานธุรการ	ผู้ช่วยเลขานุการ

เริ่มประชุมเวลา ๑๓.๓๐ น.

ระเบียบวาระที่ ๑ เรื่องที่ประธานแจ้งให้ที่ประชุมทราบ

นางณัฐวรรณ เชาว์ลิลิตกุล ที่ปรึกษาคณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงานฯ สำนักโภชนาการ ให้เกียรติเป็นประธานการประชุม แจ้งให้ที่ประชุมทราบ ในประเด็นการเตรียมความพร้อมรับการตรวจประเมินสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ครั้งที่ ๓/๒๕๖๕ รอบ ๕ เดือนหลัง ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕ จากคณะกรรมการฯ กรมอนามัย

ระเบียบวาระที่ ๒ รับรองรายงานการประชุม

รายงานการประชุมคณะกรรมการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) ครั้งที่ ๓/๒๕๖๕ วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๔

มติที่ประชุม รับรองรายงานการประชุมฯ

ระเบียบวาระที่ ๓ เรื่องเพื่อทราบ

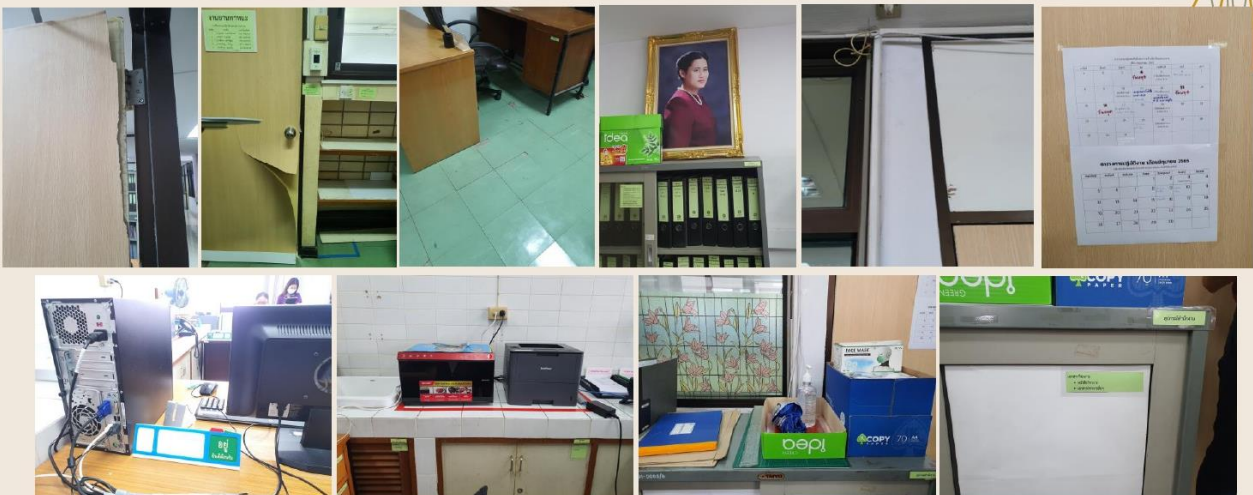
๓.๑ การตรวจประเมิน ๕ส และ HWP ภายในหน่วยงาน ครั้งที่ ๑ เมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๕ และแนวทางการตรวจประเมิน ๕ส และ HWP ภายในหน่วยงาน ครั้งที่ ๒

ที่มเลขาคณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายู่หน้าทำงานฯ สำนักโภชนาการ นำเสนอผลการตรวจประเมิน ๕ส และ HWP ภายในหน่วยงาน ครั้งที่ ๑ เมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๕ ดังนี้

ข้อค้นพบ/จุดที่ต้องแก้ไข

- | | |
|---|--|
| 1. ประตูชำรุด และพื้นห้อง พชร. ชำรุด | 11. มีการวางเอกสารและเครื่องเขียนบนโต๊ะทำงานเยอะ สป บย |
| 2. เกือบสายไฟไม่เป็นระเบียบเรียบร้อย สป ทอ บย วด | 12. มีการวางแก้วน้ำใกล้คอมพิวเตอร์ และวางที่พื้น |
| 3. ป้ายชื่อประจำโต๊ะ ไม่ครบ และขาดรูปภาพ วด สร สป | 13. มีรูปภาพติดที่ผนัง สร |
| 4. ติดป้ายดัชนีบ่งชี้ไม่ครบทุกคู่ และยังไม่เป็นแบบฟอร์มเดียวกันทั้งหมด วด | 14. เสา ผนัง มีคราบสกปรก และสีทาผนังลอก วร ทอ |
| 5. ติดป้ายปลั๊กไฟและผู้รับผิดชอบไม่ครบทุกจุด บย สร | 15. หลอดไฟชำรุด วก |
| 6. ติดป้ายเปิด-ปิดที่สวิตช์ไฟไม่ครบทุกจุด วก | 16. ติดเทปสีแดงตรงบันไดและพื้นที่ต่างระดับไม่ครบทุกจุด |
| 7. ติดป้ายชื่อผู้รับผิดชอบที่อุปกรณ์สำนักงานไม่ครบทุกจุด วก | 17. มีถังขยะมากกว่า 1 ถัง/กลุ่มงาน อก |
| 8. ติดป้ายชื่อลิ้นชักของโต๊ะทำงานไม่ครบทุกจุด บย | 18. ขาดแผนผังแสดงตำแหน่งที่นั่งของบุคลากร และข้อมูลที่บอร์ดไม่เป็นปัจจุบัน |
| 9. มีการวางของบนหลังตู้ วร ทอ วด | 19. มีไมโครเวฟอยู่ในห้องทำงาน บย สร |
| 10. มีเอกสารหรือสิ่งของใต้โต๊ะทำงาน และวางที่พื้นบริเวณโต๊ะทำงาน มีร่องเท้าวางเกิน 1 คู่ ทอ วด | 20. ครุภัณฑ์หรือจำหน่าย อก |
| | 21. มีเครื่องสำรองไฟ และ CPU วางบนพื้น ไม่มีที่รอง บย |

ภาพแสดงจุดที่ต้องปรับปรุงแก้ไข





ภาพแสดงจุดที่ต้องปรับปรุงแก้ไข



ภาพแสดงจุดที่ต้องปรับปรุงแก้ไข



มติที่ประชุม รับทราบ และมอบให้ผู้ที่เกี่ยวข้องในแต่ละกลุ่มงานดำเนินการปรับปรุงแก้ไขให้แล้วเสร็จตามข้อเสนอแนะ ซึ่งจะมีการกำกับติดตามผล โดยการตรวจประเมิน ๕ส และ HWP ภายในหน่วยงาน ครั้งที่ ๒ ในช่วงต้นเดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕ อีกครั้ง

๓.๒ การจัดทำหลักฐานประกอบการรับตรวจประเมิน HWP จากคณะกรรมการฯ กรมอนามัย
รอบ ๕ เดือนหลัง วันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๖๕

นางณัฐวรรณ เชาว์ลิลิตกุล ที่ปรึกษาคณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่านำทำงานฯ สำนักโภชนาการ ได้ชี้แจงรายละเอียดเกณฑ์การประเมิน HWP ระดับดีมากและระดับดีเยี่ยม พร้อมทั้งหารือแนวทางการจัดทำหลักฐานประกอบการรับตรวจประเมิน HWP ครั้งที่ ๓/๒๕๖๕ ในวันที่ ๑๑ กรกฎาคม ๒๕๖๕ และมอบหมายให้ผู้ที่เกี่ยวข้องดำเนินการดังนี้

เกณฑ์การพิจารณา			แนวทางการดำเนินงาน	ผู้รับผิดชอบ
“เกณฑ์มีชีวิตชีวา” และ “สมดุลชีวิต” ระดับดีมาก ประกอบด้วย ๙ ข้อ				
กิจกรรมทางกาย/ ออกกำลังกาย	๑. มีกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานได้มีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย เช่น มีสถานที่ อุปกรณ์ และจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย/การออกกำลังกาย และการเล่นกีฬา พร้อมทั้งกำหนดวัน เวลา การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	☐ มีการจัดกิจกรรมกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย ดังนี้ (๑) ☐ มีสถานที่ อุปกรณ์และจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย (๐.๓) ☐ มีการกำหนดวัน เวลา การออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๕ วัน วันละ ๓๐ นาที (๐.๒) แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม หลักฐานการกำหนดเวลา และการจัดกิจกรรมทางกาย ☐ มีการจัดกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายในระหว่างวัน เช่น การยืดเหยียดช่วงสั้นๆ อย่างน้อย ๕-๑๐ นาทีต่อวัน วันละ ๒ ครั้ง(๐.๕)	กิจกรรมยืดเหยียดแบบออนไลน์ ทุกวันจันทร์-ศุกร์ <u>ช่วงเช้า</u> เวลา ๑๐.๐๐ น. เป็นต้นไป <u>ช่วงบ่าย</u> เวลา ๑๔.๐๐ น. เป็นต้นไป	กิจกรรมยืดเหยียด ๑. วันจันทร์ : ทอ. ๒. วันอังคาร : อก. ๓. วันพุธ : สป./ วร. ๔. วันพฤหัสบดี : วภ./ วต. ๕. วันศุกร์ : บย./ สร.
กิจกรรมส่งเสริมโภชนาการ	๒. มีกิจกรรมส่งเสริมโภชนาการให้ผู้ปฏิบัติงานโดยการจัดอาหารเพื่อสุขภาพในระหว่างประชุม ทั้งอาหารว่างและอาหารหลัก ส่งเสริมให้มีการใช้น้ำตาลของ ๔ กรัม และให้มีการจัดบริการอาหารลดหวาน มัน เค็มเพิ่มเติมผักผลไม้ เมนูสุขภาพอย่างน้อย ๒ เมนูต่อวัน ในโรงอาหารที่ทำงาน	สำหรับภาพกรม ☐ มีคณะกรรมการโรงอาหาร (๐.๓) ☐ มีนโยบาย/มาตรการส่งเสริมการจัดอาหารเพื่อสุขภาพที่คำนึงถึงคุณค่าทางโภชนาการ โดยจะต้องให้พลังงานร้อยละ ๑๐ ของพลังงานที่ต้องการต่อวัน หรือไม่เกิน ๑๐๐ กิโลแคลอรีต่อมื้อ ซึ่งเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่ลดหวาน มัน เค็มในระหว่างประชุม ทั้งอาหารว่างและอาหารหลัก (๐.๔) ☐ มีป้าย/ข้อความแสดงคุณค่าทางโภชนาการติดหน้าร้าน (๐.๓) สำหรับหน่วยงาน ☐ จัดอาหารกลางวัน/อาหารว่างพร้อมเครื่องดื่มลดหวาน มัน เค็มในระหว่างประชุม(๑)	๑. กิจกรรมทิวปิ่นโตโซว์เมนูผัก เดือนละ ๑ ครั้ง ๒. อาหารเพื่อสุขภาพในระหว่างประชุม ถ่ายภาพอาหารเพื่อสุขภาพจากการจัดประชุมต่างๆ เพื่อใช้ประกอบเป็นหลักฐาน	๑. กิจกรรมทิวปิ่นโตโซว์เมนูผัก ๑.๑ พ.ค.๖๕ : ทอ. ๑.๒ มิ.ย.๖๕ : อก. ๑.๓ ก.ค.๖๕ : สป./ วร. ๑.๔ ส.ค.๖๕ : วภ./ วต. ๑.๕ ก.ย.๖๕ : บย./ สร.
กิจกรรมนันทนาการ	๓. มีการจัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เพื่อผ่อนคลายความเครียด	☐ มีรายละเอียดและหรือรูปภาพ การจัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เช่น จัดการ	๑. กิจกรรมนันทนาการคลายเครียด เดือนละ ๑ ครั้ง	๑. กิจกรรมนันทนาการคลายเครียด ๑.๑ ยาวลักษณ์ วร.

เกณฑ์การพิจารณา			แนวทางการดำเนินงาน	ผู้รับผิดชอบ
	และส่งเสริมความ สามัคคีของผู้ปฏิบัติงาน	แข่งขันกีฬา และจัดงานรื่นเริงในเทศกาล ต่าง ๆ (๑)	(เริ่ม ๑๘ พ.ค. ๖๕)	๑.๒ อารียา วต. ๑.๓ ภาพิมล สป. ๑.๔ กาญจนา อก. (ที่ปรึกษา)
กิจกรรมดูแล สุขภาพช่องปาก	๔. มีการจัดกิจกรรมให้ ความรู้การดูแลสุขภาพ ช่องปาก จัดสิ่งอำนวยความสะดวกให้ ผู้ปฏิบัติงานมีโอกาส แปรงฟันในที่ทำงานหรือ บุคลากรมีการเฝ้าระวัง การตรวจสุขภาพ ช่องปาก	☐ มีการจัดกิจกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก ดังนี้ (๑) ☐ มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้ที่ เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพช่องปาก เช่น การมีสื่อให้ความรู้ การให้ความรู้ผ่านไลน์ เสียงตามสาย หรือจัดรูปแบบกิจกรรมอื่นๆ (๐.๔) ☐ จัดสิ่งอำนวยความสะดวกให้ ผู้ปฏิบัติงานมีโอกาสแปรงฟันในที่ทำงาน เช่น มีสถานที่แปรงฟัน สนับสนุนอุปกรณ์ในการ ทำความสะอาดช่องปาก (๐.๓) ☐ ร้อยละ ๗๐ ของบุคลากรเข้ารับ การตรวจสุขภาพช่องปากอย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง (ข้อมูลจากแบบสำรวจภาวะสุขภาพ) (๐.๓) แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม หน่วยงานส่วนกลางใช้ข้อมูลจากแบบสำรวจ ภาวะสุขภาพ หรือการสมัครเข้ารับบริการ ตรวจของสำนักทันตสาธารณสุข (ปีงบประมาณ ๒๕๖๕)	๑. แชรข้อมูลเกี่ยวกับการ ดูแลสุขภาพช่องปาก ผ่านทางไลน์สำนัก โภชนาการ /บอร์ด ประชาสัมพันธ์ ๒. จัดทำ Google form เพื่อสำรวจข้อมูลการตรวจ สุขภาพช่องปากของ บุคลากร	กลุ่ม ทอ.
กิจกรรมส่งเสริม สุขภาพจิต	๕. มีการประเมิน ความเครียดด้วยตนเอง หรือมีบริการให้ คำปรึกษาเมื่อ ผู้ปฏิบัติงานมีปัญหา สุขภาพจิต	☐ มีผลการประเมินความเครียดของ บุคลากรในองค์กร (๑) (ใช้ข้อมูลแบบประเมินภาวะสุขภาพ บุคลากรมอณามัย)	รายงานผลการประเมิน ความเครียดสำหรับบุคลากร โดยใช้แบบประเมินของกรม สุขภาพจิต	จักรพันธ์ บย.
กิจกรรมส่งเสริม ป้องกันภาวะ โลหิตจาง	๖. มีการส่งเสริมให้ ความรู้หญิงวัย เจริญ พันธุ์ในสถานที่ทำงาน ได้รับประทานวิตามิน เสริมธาตุเหล็กและโฟลิก (เฟอร์โรโฟลิก ซึ่งมี ธาตุเหล็ก ๖๐ มิลลิกรัม และกรดโฟลิก ๒.๘ มิลลิกรัม) สัปดาห์ ละ ๑ ครั้ง	☐ มีการส่งเสริมให้ความรู้หญิงวัยเจริญ พันธุ์รับประทานวิตามินเสริมธาตุเหล็ก และโฟลิก (๑) แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม การส่งเสริมให้ความรู้ผ่านช่องทางสื่อสาร ต่างๆ เช่น บอร์ด ไลน์ เพจเฟซบุ๊ก	แชร์ข้อมูลเกี่ยวกับการ ส่งเสริมป้องกันภาวะโลหิต จาง ผ่านทางไลน์สำนัก โภชนาการ /บอร์ด ประชาสัมพันธ์	ปิยมาศ สร.

เกณฑ์การพิจารณา			แนวทางการดำเนินงาน	ผู้รับผิดชอบ
การประเมินภาวะโภชนาการ	๗. มีการประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้ค่าดัชนีมวลกายและวัดรอบเอว (ภาคผนวก จ.)	☐ มีผลการประเมินภาวะโภชนาการ (๑)	วัด INBODY เพื่อเก็บข้อมูล BMI/รอบเอว/visceral fat/muscle mass	ทุกกลุ่ม
กิจกรรมทดสอบสมรรถภาพทางกาย/ประเมินสมรรถภาพร่างกาย	๘. มีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย/ประเมินสมรรถภาพร่างกายเกี่ยวกับ ความอดทนของหัวใจและปอด ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความยืดหยุ่นของร่างกาย	☐ ร้อยละ ๗๐ ของบุคลากรเข้าร่วมการทดสอบสมรรถภาพทางกาย/ประเมินสมรรถภาพร่างกายเกี่ยวกับ ความอดทนของหัวใจและปอด ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และความยืดหยุ่นของร่างกาย (๐.๕) แนวทางการพิจารณาเพิ่มเติม หลักฐานการเข้าร่วมทดสอบสมรรถภาพทางกาย ☐ มีผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย/ประเมินสมรรถภาพร่างกายเกี่ยวกับ ความอดทนของหัวใจและปอด ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและความยืดหยุ่นของร่างกาย อย่างน้อย ๑ ครั้งต่อปี (๐.๕)	ใช้หลักฐานการเข้าร่วมทดสอบสมรรถภาพทางกายของบุคลากร เดือนมีนาคม ๒๕๖๕	-
กิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิต	๙. มีการประเมินเพื่อวัดคุณภาพชีวิตการทำงานรายบุคคล (ภาคผนวก ฉ)	☐ ร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในหน่วยงานประเมินเพื่อวัดคุณภาพชีวิตรายบุคคลและภาพรวมขององค์กร (๐.๕) ☐ มีผลการประเมินเพื่อวัดคุณภาพชีวิตการทำงานรายบุคคลและภาพรวมขององค์กร (๐.๕)	ใช้หลักฐานการตอบแบบประเมินเพื่อวัดคุณภาพชีวิตรายบุคคลและภาพรวมขององค์กร สำนักรวบรวมวันที่ ๗ - ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๔	-
“เกณฑ์มีชีวิตชีวา” และ “สมดุลชีวิต” ระดับดีเยี่ยม				
การประเมินประสิทธิผล	มีการวัดและวิเคราะห์ผลการดำเนินกิจกรรมแต่ละกิจกรรมที่ได้ดำเนินการ (กิจกรรมในระดับดีมาก) และนำไปสู่การสร้างเสริมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และคุณภาพชีวิต ในการทำงาน	☐ มีกิจกรรมที่สามารถนำไปสู่การสร้างเสริมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (มุ่งให้เกิดการเรียนรู้ด้านสุขภาพครอบคลุมทั้ง ๓ ด้าน ได้แก่ ความรู้ เจตคติ และทักษะ) (๐.๔) ☐ มีผลเปรียบเทียบก่อนและหลังการจัดกิจกรรม ที่แสดงถึงประสิทธิผลของการดำเนินงาน และมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเพื่อการพัฒนาในโอกาสต่อไป (๐.๔) ☐ ประเมินการมีส่วนร่วมและประเมินความพึงพอใจต่อกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจากบุคลากรที่เข้าร่วมกิจกรรม (๐.๒)	สำรวจข้อมูลภาวะสุขภาพของบุคลากร ปี ๒๕๖๕ และนำมาวิเคราะห์ผลเปรียบเทียบกับข้อมูลภาวะสุขภาพของบุคลากร ปี ๒๕๖๔ ในประเด็นดังต่อไปนี้ ๑. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต ๒. กิจกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก ๓. กิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย ๔. กิจกรรมส่งเสริมโภชนาการ	กลุ่ม ทอ.

ระเบียบวาระที่ ๔ เรื่องอื่นๆ (ถ้ามี)

ไม่มี

เลิกประชุมเวลา ๑๖.๓๐ น.

นางสาวสุพรรณี ช้างเพชร นักโภชนาการปฏิบัติการ

ผู้สรุปรายงานการประชุม

นางณัฐวรรณ เชาวลิติกุล

ที่ปรึกษาคณะทำงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่ายุ่น่าทำงานฯ

ผู้ตรวจรายงานการประชุม