



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย สำนักงานผู้สูงอายุ โทร. ๒๕๕๐ ๔๕๐๔

ที่ สธ ๐๙๔๑.๐๓/๑๗๔

วันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอส่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลความรู้ และมาตรฐานปฏิบัติงาน (SOP)

เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานผู้สูงอายุ

ตามที่สำนักงานผู้สูงอายุ ได้มีการประชุมการดำเนินงานจัดทำข้อมูลตัวชี้วัดของหน่วยงาน และมาตรฐานปฏิบัติงานของระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต มุ่งเน้นให้บุคลากร ตระหนักและเฝ้าระวังภาวะสุขภาพของตนเอง รวมถึงมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และพัฒนาหน่วยงานให้มีสภาพการทำงานที่คำนึงถึงความปลอดภัย การส่งเสริมสุขภาพ และพัฒนาคนในองค์กรให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี อันนำมาซึ่งความสุข ความมั่นคง ความก้าวหน้าในการทำงานของบุคลากรและหน่วยงาน นั้น

ในการนี้ กลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย ขอส่งผลการวิเคราะห์ ข้อมูลความรู้ และมาตรฐานปฏิบัติงาน (SOP) เพื่อขับเคลื่อนตัวชี้วัดที่ ๒.๒ ระดับความสำเร็จของการพัฒนา สถานที่ทำงานน่าอยู่ นำทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต รายละเอียดตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดลงนามในเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้ด้วย
จะเป็นพระคุณ

จ ๓๑

(นางสาวจุฑาทิพย์ เชนจิตร)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

หัวหน้ากลุ่มพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและเครือข่าย

ก ๓๑๘
๒๖๒๖
๑/๑๒๕๕

(นายนิธิรัตน์ บุญตานนท์)

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ

ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการสำนักงานผู้สูงอายุ กรมอนามัย

ตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานนอกระบบ นำทำงาน มีชีวิตชีวา

และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

สำนักอนามัยผู้สูงอายุ

1. รายการข้อมูลที่น่าสนใจ

1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและความรู้เพื่อการขับเคลื่อน ตัวชี้วัดและความรู้ที่น่าสนใจประกอบการวิเคราะห์

- **ด้านผลผลิตและผลลัพธ์** วิเคราะห์เชิงระดับ

สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ได้ดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานให้น่าอยู่ นาน่าทำงาน มาอย่างต่อเนื่อง โดยดำเนินการทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม อาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการทำงาน เพื่อส่งเสริมให้คนทำงานได้ปฏิบัติงานในสถานที่ทำงานที่ถูกต้องลักษณะ มีความปลอดภัย และมีสภาพแวดล้อมในการทำงานที่เหมาะสม ซึ่งสถานการณ์ปัจจุบัน สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ได้ประเมินตนเองตามเกณฑ์สถานที่ทำงานนอกระบบ นำทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิต และความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) พบว่าผ่านเกณฑ์การสนับสนุนองค์กรและการมีส่วนร่วม ทั้ง 5 ข้อ ผ่านเกณฑ์สะอาด 11 ข้อ ผ่านเกณฑ์ปลอดภัย 12 ข้อ ผ่านเกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี 9 ข้อ ผ่านเกณฑ์มีชีวิตชีวา และ สมดุลชีวิต (ระดับพื้นฐาน) 5 ข้อ และผ่านเกณฑ์มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต (ระดับดี) 2 ข้อ ดังนี้

ส่วนที่ 1 : การสนับสนุนขององค์กรและการมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน ผ่าน ทั้ง 5 ข้อ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
การสนับสนุนขององค์กร	ผู้อำนวยการสำนักอนามัยผู้สูงอายุ ให้การสนับสนุน โดยกำหนดเป็นนโยบายเกี่ยวกับเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน มีการส่งเสริมให้เกิดการมีส่วนร่วมของคนทำงานทุกคน เช่น สนับสนุนให้เกิดกลุ่มกิจกรรม หรือชมรมต่างๆ มีการวางแผน สำหรับดำเนินกิจกรรม พร้อมทั้งเขียนเป็นลายลักษณ์อักษรและประชาสัมพันธ์ ให้บุคลากรทุกคนรับทราบ
วัฒนธรรมองค์กร	มีประกาศวัฒนธรรมองค์กร ผู้บริหารสนับสนุนกิจกรรมการจัดอบรมให้ความรู้ในการสร้างวัฒนธรรมที่เสริมสร้างสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิต โดยการกำหนดพฤติกรรมที่คนในองค์กรคาดหวังที่จะยึดถือปฏิบัติร่วมกัน ได้แก่ หลัก 3 อ , 5 ส เป็นต้น
การติดต่อสื่อสาร	กำหนดและเลือกใช้วิธีการติดต่อสื่อสารภายในองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานมีส่วนร่วมในการรับและให้ข้อมูลข่าวสาร Facebook , Group Line และหนังสือเวียน
การตรวจติดตาม ทบทวน และประเมินผล	ตรวจติดตาม ทบทวน และประเมินผลการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงานในองค์กร โดยการประเมินผลและสังเกตปรับปรุงสถานที่ทำงานนอกระบบ นำทำงานดีขึ้น
การมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน	กำหนด/เปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติงานมีส่วนร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงานอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง มีช่องทางการให้ข้อเสนอแนะ มีการพบปะหารือระหว่างผู้อำนวยการฯ และ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
	ผู้ปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอ และมีช่วงเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ อย่างเหมาะสม เช่น การออกกำลังกาย การทำบุญปีใหม่

ส่วนที่ 2 : เกณฑ์ “สะอาด ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี และมีชีวิตชีวา สมดุลชีวิต”

“เกณฑ์สะอาด” ผ่านเกณฑ์สะอาด 11 ข้อ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
อาคารสถานที่	กำหนดพื้นที่ใช้งานอย่างชัดเจน โดยแบ่งเป็นพื้นที่เพื่อการปฏิบัติงาน จัดเก็บวัสดุ พื้นที่สำหรับพักผ่อน พื้นที่สำหรับรับประทานอาหาร เป็นสัดส่วนเหมาะสม พร้อมมีป้ายแสดง และมีการปฏิบัติตามมาตรฐาน 5ส มีทัศนียภาพโดยรอบอาคารสะอาดเป็นระเบียบเรียบร้อย และไม่มีการวางสิ่งของกีดขวางบริเวณทางเดินหรือ ทางผ่าน
	ไม่แขวนวัสดุต่าง ๆ ตามเสาหรือผนังของอาคาร มีทัศนียภาพภายในอาคารสะอาดเป็นระเบียบเรียบร้อย
	สภาพของหน้าต่าง ประตู ชั้นบันได ราวบันได อยู่ในสภาพดี
	อุปกรณ์และหลอดไฟอยู่ในสภาพดี และมีรอบของการทำความสะอาด
บริเวณพื้น	พื้นอยู่ในระนาบเดียวกัน เรียบ ไม่ลื่น หากเป็นบริเวณต่างระดับมีสัญลักษณ์บอกความแตกต่างพื้นอยู่ในสภาพดี และมีการทำความสะอาดสม่ำเสมอ
	มีการเก็บรวบรวม การกำจัด หรือการจัดการมูลฝอยทั่วไปที่ถูกหลักสุขาภิบาล มีภาชนะบรรจุ หรือภาชนะรองรับที่เหมาะสมและเพียงพอกับปริมาณ และประเภทมูลฝอย มีการทำความสะอาดภาชนะบรรจุหรือภาชนะรองรับ และบริเวณที่เก็บภาชนะอยู่เสมอ
	ขนาดความกว้างของพื้นทางเดิน ทางขนย้าย หรือทางเพื่อการจราจรมีขนาดเหมาะสม
บริเวณที่จัดเก็บวัสดุสิ่งของ	ตู้เก็บของหรือชั้นวางของอยู่ในสภาพดีและสะอาด ติดป้ายแสดงชนิดสิ่งของจัดเก็บเครื่องใช้ และอุปกรณ์เป็นสัดส่วน มีระเบียบเรียบร้อย และปลอดภัย
บริเวณสถานที่ รับประทานอาหาร จำหน่ายอาหาร และเตรียมปรุงประกอบอาหาร	ได้มาตรฐานสุขาภิบาลอาหารตามกฎกระทรวงสุขลักษณะของสถานที่จำหน่ายอาหาร พ.ศ. 2561 หรือมาตรฐานสุขาภิบาลอาหารสำหรับแผงลอยจำหน่ายอาหาร
ห้องน้ำห้องส้วม	มีการทำความสะอาดสม่ำเสมอ
การควบคุมสัตว์ และแมลงพาหะนำโรค	มีการควบคุมสัตว์และแมลงพาหะนำโรค ถูกต้องตามหลักวิชาการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม มีการทำลายแหล่งอาหาร/แหล่งเพาะพันธุ์

“เกณฑ์ความปลอดภัย” ผ่านเกณฑ์ปลอดภัย 12 ข้อ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
การบันทึกข้อมูลอุบัติเหตุ/ การเจ็บป่วยจากการทำงาน	จากการจัดเก็บข้อมูลพบว่าไม่มีการเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน ไม่มีผู้เจ็บป่วยรายใหม่ที่ป่วยเป็นโรคอันเนื่องจากการทำงาน ตลอดระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา
การทำงานที่ปลอดภัย	จัดให้มีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่ถูกต้อง เหมาะสม และเพียงพอ มีการกำหนดกฎระเบียบและขั้นตอนการทำงานที่ปลอดภัยสำหรับงานที่เป็นอันตราย
เครื่องจักร/อุปกรณ์/ เครื่องใช้	อุปกรณ์ที่ชำรุดมีป้ายหรือสัญญาณเตือนอันตราย อุปกรณ์/เครื่องใช้ได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพดี
ระบบไฟฟ้า	การเดินสายไฟเป็นระเบียบ ใช้สายไฟถูกประเภท และมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การใช้ไฟฟ้าอย่างปลอดภัย สวิทช์ สายไฟ ได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพดีและปลอดภัย มีอุปกรณ์ตัดไฟ (Breaker) รองรับกรณีเกิดไฟช็อต/รั่ว ตู้ควบคุมระบบไฟฟ้าอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสม และไม่มีสิ่งกีดขวาง
การป้องกันอัคคีภัย	มีเครื่องดับเพลิงตรงกับชนิดของเชื้อเพลิง และติดตั้งอยู่ในตำแหน่งที่สามารถนำมาใช้ได้ทันที มีใบบันทึกการตรวจอุปกรณ์ดับเพลิงเป็นปัจจุบัน อุปกรณ์ดับเพลิงติดตั้งสูงจากพื้นอาคารไม่เกิน 1.5 เมตร มองเห็นและเข้าถึงได้ง่าย ทางหนีไฟและบันไดหนีไฟอยู่ในสภาพที่ดีไม่มีสิ่งกีดขวาง

“เกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี” ผ่านเกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี 9 ข้อ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
แสงสว่าง	มีการจัดการด้านแสงสว่างให้มีความเข้มแสงเพียงพอต่อการทำงาน และเป็นไปตามมาตรฐาน
การระบายอากาศ	ภายในห้องหรือบริเวณที่ทำงานมีการระบายอากาศที่เพียงพอ อุณหภูมิเหมาะสม
เสียง/ความสั่นสะเทือน	ไม่มีเสียงดังและความสั่นสะเทือนที่อาจมีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน
สารเคมี	แยกเก็บไว้เฉพาะตามหลักปฏิบัติสำหรับสารเคมีประเภทนั้น ไม่มีปัญหาฝุ่นหรือควันที่มีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน ไม่มีกลิ่นสารเคมีหรือกลิ่นเหม็นรบกวนที่มีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน
มูลฝอย	มีที่รองรับมูลฝอยเพียงพอ มีฝาปิดมิดชิด และแยกเศษอาหารออกจากมูลฝอยทั่วไป มีการจัดการมูลฝอยอย่างเหมาะสมไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน
น้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูล	ไม่มีน้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูล ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน

“เกณฑ์มีชีวิตชีวา” และ “สมดุลชีวิต” ระดับพื้นฐาน ผ่านเกณฑ์มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต (ระดับพื้นฐาน) 5 ข้อ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
การจัดสถานที่ เผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร	มีสถานที่เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารและเพิ่มพูนความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงานมีกล่องรับความคิดเห็น กระดานสนทนา (เว็บบอร์ด) มีการติดประกาศ เสียงตามสาย
การให้ความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพอนามัยสิ่งแวดล้อมและความสมดุลในชีวิตการทำงาน	มีการให้ความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน แก่ผู้ปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง 5 เรื่อง/ปี
กิจกรรม ลด เลิก บุหรี่ และสิ่งเสพติด	มีการให้ความรู้และจัดกิจกรรมการรณรงค์การลด เลิกบุหรี่ และสิ่งเสพติด รวมทั้งห้ามสูบบุหรี่ในอาคารสถานที่
การตรวจสุขภาพประจำปี	มีการจัดให้ผู้ปฏิบัติงานได้รับบริการตรวจสุขภาพประจำปีทุกคน และมีการตรวจตามความเสี่ยงที่ผู้ปฏิบัติงานต้องสัมผัส
การให้บริการรักษาเบื้องต้นหรือการปฐมพยาบาล	มีตู้ยา ชุดปฐมพยาบาล และเครื่องชั่งน้ำหนัก พร้อมทั้งมีการจัดบันทึกการรักษาและการใช้ยา

“เกณฑ์มีชีวิตชีวา” และ “สมดุลชีวิต” ระดับดี ผ่านเกณฑ์มีชีวิตชีวาและสมดุลชีวิต (ระดับดี) 2 ข้อ

เรื่อง	ผลการประเมินตนเองพบว่า
การกำหนดผู้รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพอนามัยสิ่งแวดล้อมและความสมดุลในชีวิตการทำงาน	มีการกำหนดและมอบหมายหน้าที่รับผิดชอบของผู้บริหารและผู้ปฏิบัติงาน เป็นลายลักษณ์อักษร
กิจกรรมการมีส่วนร่วม	มีการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสมดุลในชีวิตการทำงาน และดำเนินการอย่างต่อเนื่องทุกๆ ปี โดยคณะผู้ดำเนินกิจกรรมประกอบด้วยผู้เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน เช่น กิจกรรมทำบุญและขึ้นปีใหม่ กิจกรรม Healthy Happy Birthday

- **ด้านผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย**

ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย คือบุคลากรสำนักอนามัยผู้สูงอายุ <https://eh.anamai.moph.go.th/th>

ข้อมูลทั่วไป

บุคลากรสำนักอนามัยผู้สูงอายุในปีงบประมาณ 2565 มีจำนวนทั้งสิ้น 32 คน รายละเอียดดังตารางที่ 1 ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (n=32)	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	21	65.63
ชาย	11	34.38
อายุ (ปี)		
24 - 37 ปี (Generation Y)	26	74.07
38 - 53 ปี (Generation X)	6	22.22
\bar{x}	33 ปี	

ข้อเสนอแนะของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย คือ ควรมีการกระตุ้นให้ทุกส่วนในองค์กรมีการพัฒนาสภาพแวดล้อมในการทำงานของแผนกตนเป็นประจำทุกเดือน โดยส่งภาพกิจกรรมและระบุว่าดำเนินการอะไรเพื่อให้สถานที่ทำงานของตน “สะอาด ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี มีชีวิตชีวา” เพื่อให้ทุกคนมีส่วนร่วมและเกิดความสามัคคี

ผลการวิเคราะห์สภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากร

สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ปีงบประมาณ 2565

สำรวจระหว่างวันที่ 11 - 17 พฤศจิกายน 2564

โดยใช้แบบประเมินภาวะสุขภาพบุคลากรกรมอนามัย 2565

ส่วนที่ 1

จากการสำรวจสภาวะสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของบุคลากรสำนักอนามัยผู้สูงอายุ จำนวน 19 คน ผู้ตอบแบบประเมิน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 94.74 เป็นเพศชาย ร้อยละ 26.32 เพศหญิง ร้อยละ 68.42 อายุ น้อยที่สุด 25 ปี อายุมากที่สุด 55 ปี อายุของบุคลากรเฉลี่ย 40 ปี การศึกษา ร้อยละ 94.74 อยู่ในระดับปริญญาตรีขึ้นไป เป็นประเภทข้าราชการ 78.94 ร้อยละ ลูกจ้างประจำ 10.52 ร้อยละ และพนักงานราชการ 5.26 ร้อยละ

เมื่อสอบถามเกี่ยวกับภาระทางการเงิน พบว่า ร้อยละ 5.26 มีรายจ่ายน้อยกว่ารายได้ ร้อยละ 57.89 มีรายจ่ายเท่ากับรายได้ ร้อยละ 21.05 มีรายจ่ายเกินกว่ารายได้เล็กน้อย และ ร้อยละ 10.53 รายจ่ายเกินกว่ารายได้มาก เมื่อถามถึงการเก็บออม พบว่า ร้อยละ 5.26 มี/เก็บออมปานกลาง ร้อยละ 68.42 มี/เก็บออมเพียงเล็กน้อย และร้อยละ 21.05 ไม่มี/มีน้อยที่สุด ส่วนทางการเป็นภาระ ร้อยละ 10.53 เป็นภาระน้อย ร้อยละ 57.89 เป็นภาระปานกลาง ร้อยละ 10.53 เป็นภาระหนักมาก ร้อยละ 5.26 เป็นภาระหนักที่สุด และไม่เป็นภาระ/ไม่ได้ผ่อนชำระ/ไม่มีหนี้สิน ร้อยละ 10.53

ส่วนที่ 2

เมื่อคิดค่าดัชนีมวลกายของบุคลากร จำนวน 18 คน พบว่า ร้อยละ 10.53 น้ำหนักน้อย/ผอม ร้อยละ 26.32 ปกติ (สุขภาพดี) ร้อยละ 36.84 ท้วม/โรคอ้วนระดับ 1 ร้อยละ 15.79 อ้วน/โรคอ้วนระดับ 2 และ อ้วนมาก/โรคอ้วนระดับ 3 ร้อยละ 5.26 เมื่อดูจากเส้นรอบเอว ผู้ชาย จำนวน 5 คน เกินค่าเฉลี่ยเส้นรอบเอว 1 คน และผู้หญิง จำนวน 13 คน เกินค่าเฉลี่ยเส้นรอบเอว 3 คน

เส้นรอบเอว (เซนติเมตร)

เส้นรอบเอว	เกณฑ์	Average (CM)	Max (CM)	Min (CM)
ชาย	ไม่ควรเกิน 90 เซนติเมตร หรือ 36 นิ้ว	84.5	90	79
หญิง	ไม่ควรเกิน 80 เซนติเมตร หรือ 32 นิ้ว	78.5	93	64

BMI

BMI kg/m2	อยู่ในเกณฑ์	ภาวะเสี่ยงต่อโรค	2565	
			จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 18.50	น้ำหนักน้อย/ผอม	มากกว่าคนปกติ	2	10.53
ระหว่าง 18.50 – 22.90	ปกติ (สุขภาพดี)	เท่าคนปกติ	5	26.32
ระหว่าง 23 – 24.90	ท้วม/โรคอ้วนระดับ 1	อันตรายอ้วนระดับ 1	7	36.84
ระหว่าง 25 – 29.90	อ้วน/โรคอ้วนระดับ 2	อันตรายอ้วนระดับ 2	3	15.79
มากกว่า 30	อ้วนมาก/โรคอ้วนระดับ 3	อันตรายอ้วนระดับ 3	1	5.26

ด้านของโรคประจำตัว บุคลากรสำนักก่อนอายุผู้สูงอายุ ร้อยละ 78.95 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 15.79 มีโรคประจำตัว มีโรคประจำตัวและอายุน้อยที่สุด คือ 43 ปี ส่วน 3 อันดับแรกของโรค ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง, โรคเบาหวาน, โรคกระดูกเสื่อม

การตรวจสุขภาพประจำปี ร้อยละ 57.89 เข้ารับการตรวจสุขภาพและ ร้อยละ 36.84 ไม่เข้ารับการตรวจสุขภาพ เมื่อจำแนกจากช่วงอายุของคนที่ตรวจสุขภาพ จำนวน 18 คน มีอายุน้อยกว่า 35 ปี 9 คน และมากกว่า 35 ปีขึ้นไป 9 คน ส่วนใหญ่สุขภาพดี

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร พบว่า ร้อยละ 78.95 กินครบ 3 มื้อ ร้อยละ 15.79 ไม่ครบ 3 มื้อ ส่วนการกินผัก ร้อยละ 52.63 กิน 1 - 3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 15.79 กิน 4 - 6 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 21.05 กินทุกวัน และ ร้อยละ 5.26 ไม่กินเลย

ด้านการกินผลไม้รสไม่หวาน ร้อยละ 73.68 กิน 1 - 3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 21.05 กิน 4 - 6 วันต่อสัปดาห์

เมื่อถามถึงการปรุงรสเค็ม ร้อยละ 5.26 เติมเครื่องปรุงรสเค็มทุกครั้ง ร้อยละ 52.36 เติมเครื่องปรุงรสเค็มบางครั้ง ร้อยละ 36.84 ไม่เติมเครื่องปรุงรสเค็มเลย เมื่อดูข้อมูลในเฉพาะคนที่ดื่มรสหวานทุกวัน พบว่า มีค่าดัชนีมวลกายเฉลี่ยอยู่ที่ 26.17 = อันตรายอ้วนระดับ 2

ส่วนที่ 4 พฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจร

ในช่วง 30 วันที่ผ่านมา ท่านใช้อุปกรณ์ป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจรอย่างไร

พฤติกรรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจราจร การใช้เข็มขัดนิรภัยขณะขับรถยนต์ ร้อยละ 68.42 ใช้ทุกครั้ง ร้อยละ 26.32 ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ หรือรถจักรยานยนต์ การใช้เข็มขัดนิรภัยขณะเป็นผู้โดยสารข้างคนขับ ร้อยละ 68.42 ใช้ทุกครั้ง ร้อยละ 15.79 ใช้บางครั้ง ร้อยละ 5.26 ไม่เคยใช้ ร้อยละ 5.26 ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ หรือรถจักรยานยนต์ การสวมหมวกนิรภัยขณะขี่รถจักรยานยนต์ ร้อยละ 31.58 ใช้ทุกครั้ง ร้อยละ 15.79 ใช้บางครั้ง ร้อยละ 5.26 ไม่เคยใช้ ร้อยละ 42.11 ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์ การสวมหมวกนิรภัยขณะโดยสารรถจักรยานยนต์ ร้อยละ 21.05 ใช้ทุกครั้ง ร้อยละ 21.05 ใช้บางครั้ง ร้อยละ 26.32 ไม่เคยใช้ ร้อยละ 26.32 ไม่ได้ขับ/โดยสารรถยนต์

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมสูบบุหรี่

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ พบว่า ร้อยละ 94.74 ไม่สูบบุหรี่

ส่วนที่ 6 พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์

พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มเบียร์ พบว่าร้อยละ 84.21 ไม่เคยดื่มเลย ร้อยละ 5.26 สัปดาห์ละครั้ง ร้อยละ 5.26 เดือนละครั้ง และพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มสุรา พบว่าร้อยละ 78.95 ไม่เคยดื่มเลย ร้อยละ 5.26 สัปดาห์ละครั้ง ร้อยละ 10.53 เดือนละครั้ง

ส่วนที่ 7 แบบประเมินความเครียด (ST-5)

เมื่อแปลผลการตอบแบบประเมินความเครียด โดยใช้แบบประเมิน ST-5 แปลผลจากผลรวมคะแนนที่ตอบ พบว่า ร้อยละ 38.89 มีเครียดน้อย ร้อยละ 44.44 มีความเครียดปานกลาง ร้อยละ 5.56 เครียดมาก และ ร้อยละ 11.11 เครียดมากที่สุด

การแปลผล	จำนวน	ร้อยละ
คะแนน 0-4 เครียดน้อย	7	38.89
คะแนน 5-7 เครียดปานกลาง	8	44.44
คะแนน 8-9 เครียดมาก	1	5.56
คะแนน 10-15 เครียดมากที่สุด	2	11.11

ส่วนที่ 8 แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า (2Q)

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า พบว่า มีบุคลากร มีอาการใดๆ ในคำถามที่ 1 และ 2 จำนวน 2 คน ถือว่า เป็นผู้มีความเสี่ยง มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า ให้ประเมินต่อด้วยแบบประเมิน โรคซึมเศร้า 9Q พบว่า ร้อยละ 100 มีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อย

การแปลผล	จำนวน	ร้อยละ
< 7 ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อยมาก	0	0
7-12 มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับน้อย	2	100
13-18 มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง	0	0
≥ 19 มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับรุนแรง	0	0

ส่วนที่ 9 แบบสอบถามกิจกรรมทางกาย

การมีกิจกรรมทางกาย ร้อยละ 68.42 น้อยกว่าสัปดาห์ละ 150 นาที ร้อยละ 10.53 มากกว่าหรือเท่ากับ สัปดาห์ละ 150 นาที ร้อยละ 15.79 ไม่มีเลย และพบว่าร้อยละ 36.84 นานเกิน 2 ชั่วโมง ทุกวัน ร้อยละ 31.58 นานเกิน 2 ชั่วโมง บางวัน ร้อยละ 26.32 ไม่นั่งหรือเอนกายเฉยๆ นานเกิน 2 ชั่วโมง

ส่วนที่ 10 พฤติกรรมการนอนหลับ

บุคลากร สำนักรออนามัยผู้สูงอายุ ร้อยละ 5.26 นอนถึง 7 ชั่วโมงทุกวัน ร้อยละ 36.84 นอนถึง 7 ชั่วโมง บางวัน ร้อยละ 52.63 นอนไม่ถึง 7 ชั่วโมงทุกวัน เมื่อสอบถามความสดชื่นหลังตื่นนอน ร้อยละ 52.63 หลังตื่นนอน 1 ถึง 4 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 15.79 หลังตื่นนอน 5 ถึง 6 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 10.53 ทุกวัน และ ร้อยละ 15.79 ไม่เคย

ส่วนที่ 11 พฤติกรรมการแปร่งฟัน

พฤติกรรมการแปร่งฟัน บุคลากร จำนวน 18 คน แปร่งฟันก่อนนอนทุกวัน ส่วนเวลาในการแปร่งฟันแต่ละครั้ง ร้อยละ 15.79 ใช้เวลาน้อยกว่า 2 นาที ร้อยละ 73.69 ใช้เวลา 2 – 3 นาที ร้อยละ 5.26 ใช้เวลา 3 นาทีขึ้นไป ส่วนใหญ่ไปรับบริการอุดหินปูน

2. มาตรการที่กำหนด

มาตรการ	เหตุผล
เสริมสร้างความเข้มแข็งกลไกความร่วมมือทุกภาคส่วน (P)	
<ul style="list-style-type: none"> - การประชุมคณะกรรมการ Healthy Workplace Happy for Life - การพัฒนาศักยภาพบุคลากร เรื่อง การพัฒนาองค์กรสู่ Healthy Workplace Happy for Life 	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อความรู้ เข้าใจร่วมกันในทิศทางการพัฒนาองค์กรให้เป็น Healthy Workplace Happy for Life ด้วยความร่วมมือของทุกส่วนในองค์กร
รักษาคุณภาพ พัฒนาสู่ความยั่งยืน (I)	
<ul style="list-style-type: none"> - การพัฒนาสภาพแวดล้อมในการทำงาน / การส่งเสริมสุขภาพ - การสุ่มประเมิน กำกับ ติดตาม การดำเนินงานของทุกกลุ่มงาน 	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อดำเนินกิจกรรมตามเกณฑ์ Healthy Workplace Happy for Life และปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมและการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งผู้รับบริการและผู้ให้บริการ
มุ่งพัฒนาระดับมาตรฐาน (R)	
<ul style="list-style-type: none"> - ประกาศนโยบาย Healthy Workplace Happy for Life ของผู้บริหาร - คำสั่งแต่งตั้งกรรมการ Healthy Workplace Happy for Life - การสื่อสารความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมและความสมดุลชีวิตในการทำงาน 	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้เกิดความร่วมมือในการดำเนินการพัฒนาให้เป็นองค์กรนโยบาย Healthy Workplace Happy for Life อย่างมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในองค์กร ภายใต้การสนับสนุนอย่างเต็มที่ของผู้บริหาร
การขึ้นสร้างกระแสเพื่อให้เกิดความร่วมมือ (A)	
<ul style="list-style-type: none"> - กำหนดให้การดำเนินงานตามมาตรฐาน Healthy Workplace Happy for Life และ 5ส. เป็นนโยบาย 	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อสร้างกระแสให้บุคลากรเกิดการตื่นตัว และเกิดความร่วมมือทั้งองค์กร
การเป็นผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพ (B)	
<ul style="list-style-type: none"> - สื่อสารชี้แจงเจ้าหน้าที่ทุกระดับเพื่อให้สามารถดำเนินงานเป็นต้นแบบด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม 	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อเป็นหน่วยงานต้นแบบการดำเนินงานด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

- **ด้านข้อมูลวิชาการที่นำมาใช้สนับสนุน** แนวทางการพัฒนาบุคลากรในหน่วยงาน

1. เกณฑ์การดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)

https://env.anamai.moph.go.th/download/HWP/2562/standardHWP_edit1261.pdf

จากเว็บไซต์สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย วันที่ค้นหา 1 ธันวาคม 2564

2. แนวทางการดำเนินงานพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิต และความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)

https://env.anamai.moph.go.th/download/HWP/2562/processHWP_edit1261.pdf

จากเว็บไซต์สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย วันที่ค้นหา 1 ธันวาคม 2564 หน้า 1-10

3. คู่มือสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงานเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)

<https://env.anamai.moph.go.th/th/magazine/2605#wow-book/>

จากเว็บไซต์สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย วันที่ค้นหา 1 ธันวาคม 2564