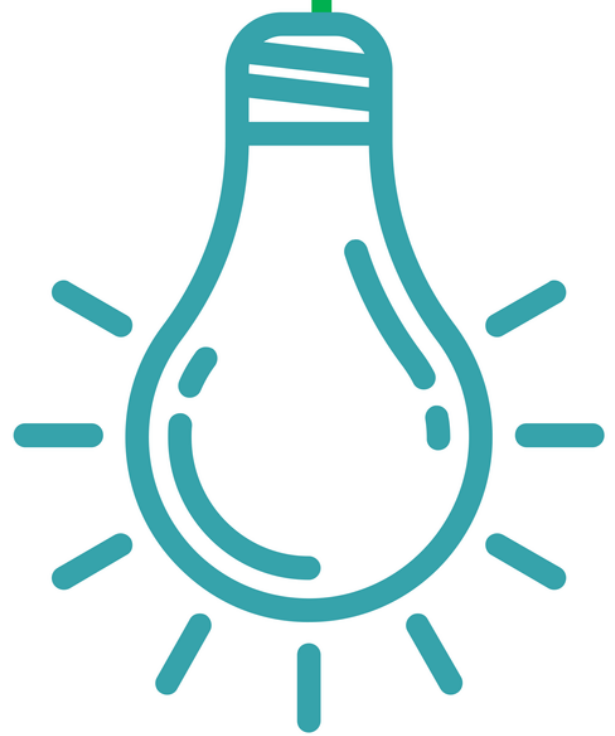
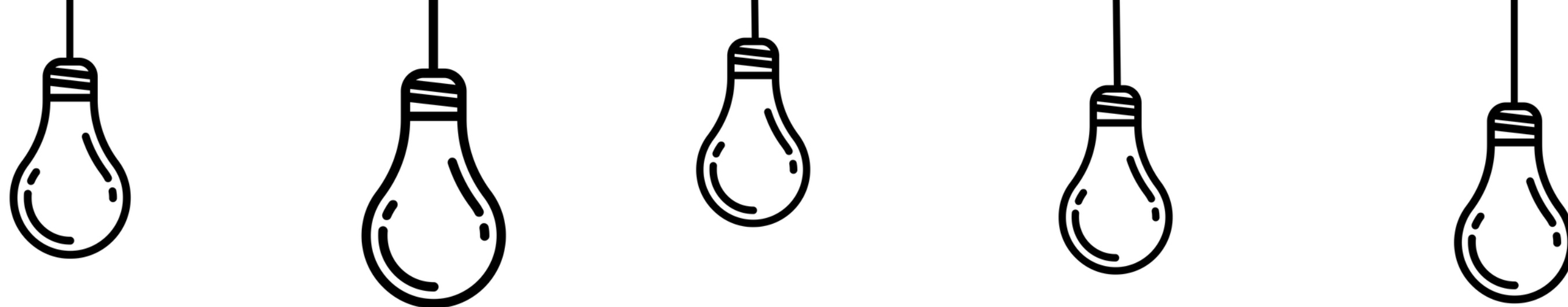




กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง



โครงการ “การพัฒนาสุขภาพขององค์กรเพื่อการสร้างชาติ” Wellness Corporate Nation-Building [Wellness CNB]

โดย สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

(รหัสองค์กร W024)

วันที่ 15 มีนาคม 2567

ณ ห้องประชุมทับทิม ชั้น 2



นสช. **WELLNESS**
Leadership and Entrepreneurship
in Wellness for Nation-Building



หมวดที่ 4

การจัดการสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

ที่ส่งเสริมการสร้างสุขภาพ (Wellness) ภายในองค์กร

Level 1A	ดำเนินการเฉพาะข้อบังคับทางกฎหมาย ข้อ 4.1 - 4.9
Level 2A-5A	ดำเนินการทุกข้อตั้งแต่ ข้อ 4.1 - 4.18



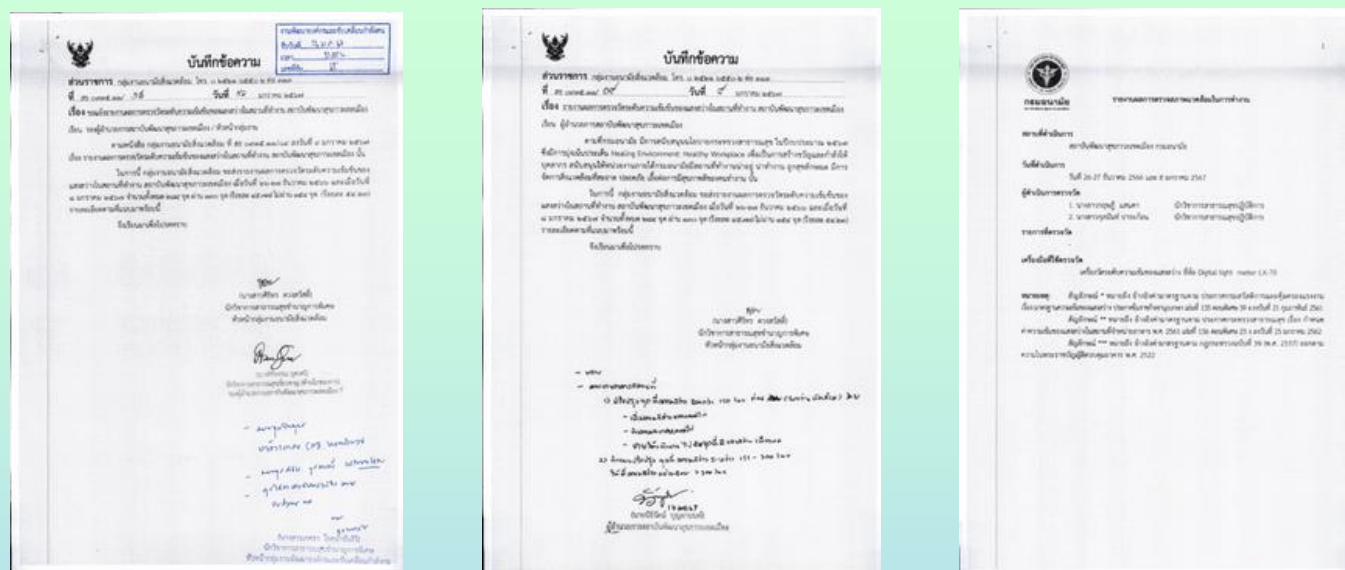
กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพภาคเมือง

4.1 พื้นที่ทำงานในสำนักงานหรือโรงงานมีค่าเฉลี่ย ความเข้มของแสงสว่างไม่ต่ำกว่าและไม่เกินกว่าเกณฑ์มาตรฐาน

มิติของ Wellness : Sight Wellness

4.1 สสม.มีการตรวจวัดความเข้มของแสงสว่าง สรุปรายงานผล เพื่อปรับปรุงแก้ไขและพัฒนา

หนังสือแจ้งเวียนสรุปผลการตรวจความเข้มแสงสว่าง



การแก้ไขความเข้มของแสงสว่างภายในหน่วยงาน



ตรวจวัดความเข้มของแสงสว่าง

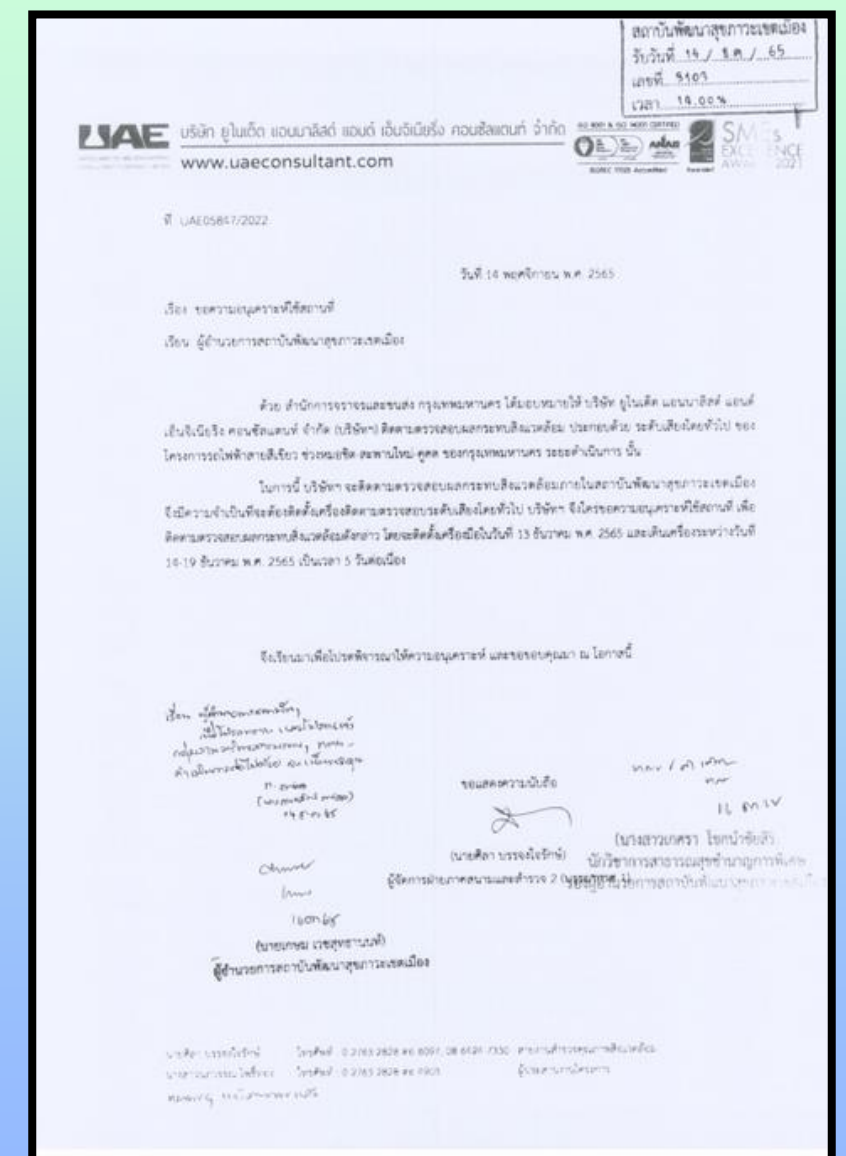
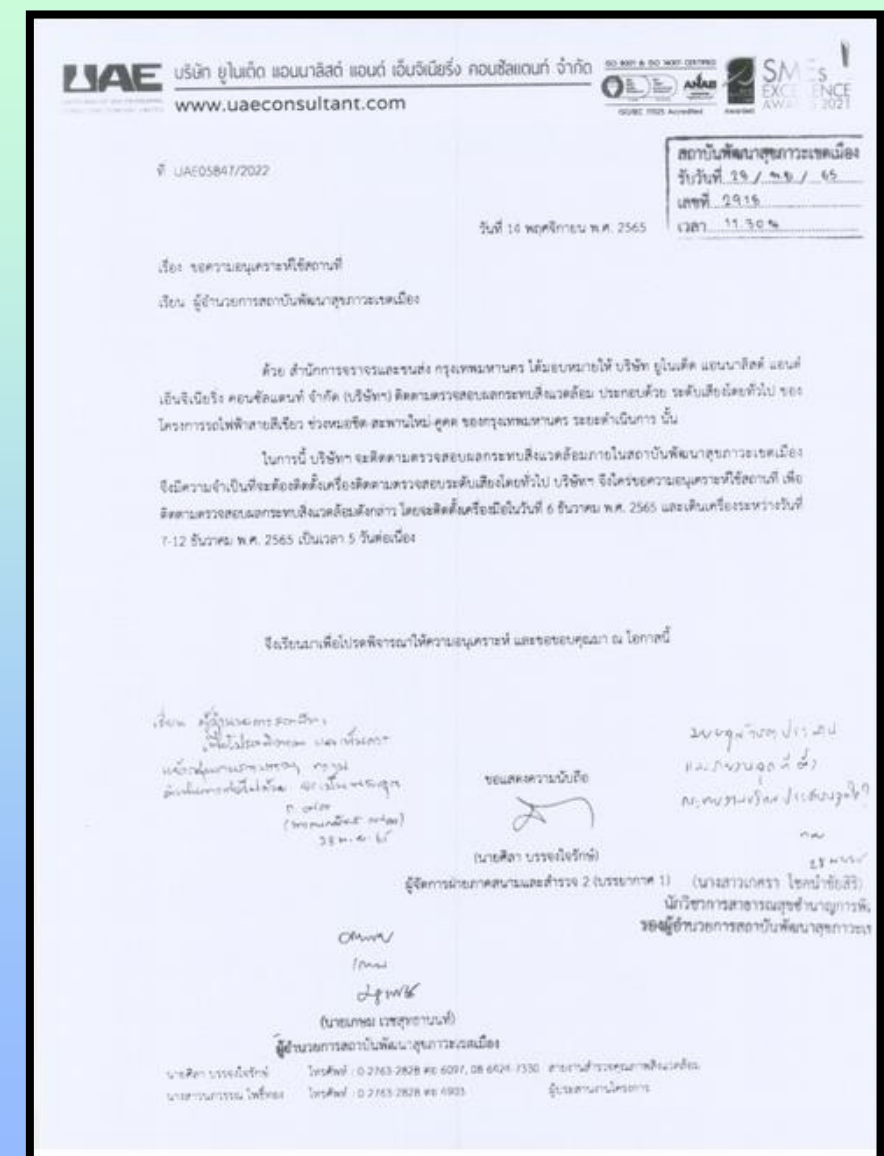
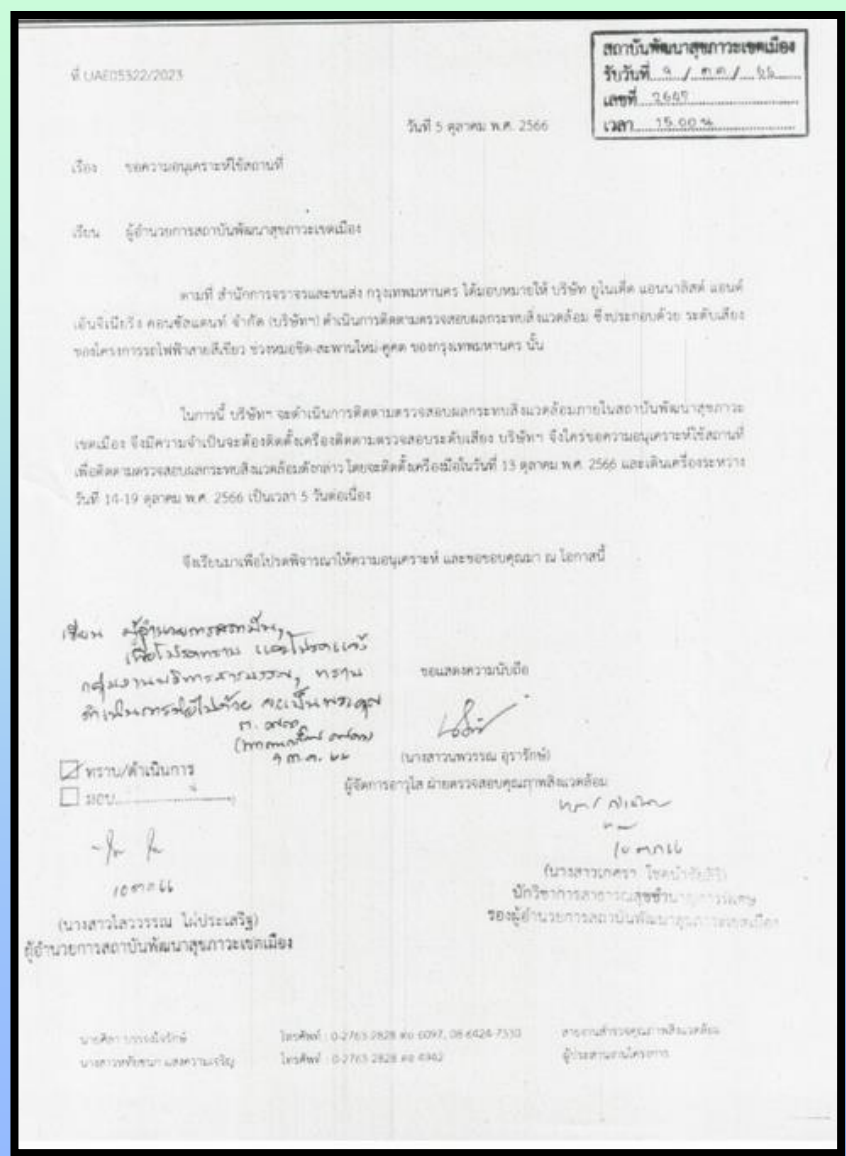


4.2 พื้นที่ทำงานในสำนักงานหรือโรงงาน มีค่าเฉลี่ยของความดังเสียงตามมาตรฐาน

มิติของ Wellness : Sound Wellness

4.2 สสม.ได้รับการเข้าตรวจความดังของเสียง โดยสำนักงานจราจรและขนส่ง กรุงเทพมหานคร

หนังสือแจ้งการเข้าตรวจความดังของเสียง





กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพภาคเหนือ

4.4 สถานที่จำหน่ายอาหารเป็นไปตามมาตรฐาน ด้านสุขาภิบาลอาหารตามกฎหมายกระทรวง

มิติของ Wellness : Nutrition Wellness

4.4 สถานที่จำหน่ายอาหารเป็นไปตามมาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหารตามกฎหมายกระทรวง : เนื่องจาก สสม. ยังไม่มีโรงอาหารใน
หน่วยงาน แต่มีการให้บริการตู้ 7-Eleven และตู้เต๋าบิน สำหรับบุคลากรและผู้มาใช้บริการที่ สสม.



4.6 มีห้องน้ำที่ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะ

มิติของ Wellness : Excretion Wellness

4.6 สสม.มีห้องน้ำที่ได้มาตรฐานถูกสุขลักษณะ มีการทำความสะอาดทุกวัน ตรวจเช็คความพร้อมเรียบร้อยอย่างสม่ำเสมอ



สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
คำอธิบาย แบบประเมินความพึงพอใจการบริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงาน สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง แบ่งออกเป็น 3 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหน้าข้อความ

ส่วนที่ 2 ระดับความพึงพอใจการให้บริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงานสถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องค่าเฉลี่ยที่ตรงกับระดับความพึงพอใจของท่าน

ประเด็น	ระดับความพึงพอใจ		
	ดีมาก	ดี	ปรับปรุง
1. ห้องส้วมเพียงพอต่อจำนวนผู้ใช้บริการ			
2. พื้น ผนัง เพดาน ใต้อ่าง ส้วมชักโครก ไม่มีราสกปรก อยู่ในสภาพดี ใช้รวมได้			
3. ห้องส้วมมีการระบายอากาศที่ดี ไม่มีกลิ่นเหม็น			
4. อุปกรณ์ในห้องส้วม เช่น สายฉีดชำระ มีารองรับ อยู่ในสภาพดี			
5. ใต้อ่าง ส้วมชักโครก อยู่ในสภาพดี ไม่มีราสกปรก			
6. ถังขยะในห้องส้วม มีฝาปิดมิดชิด อยู่ในสภาพดี			
7. ประตูห้องส้วม ถูกปิดประตู อยู่ในสภาพดี			
8. ทัศนียภาพภายในห้องส้วมที่ ปรากฏอย่างเหมาะสมเมื่อเปิดใช้งาน			
9. มีบุคลากรให้บริการอย่างเพียงพอ			
10. บริเวณอ่างล้างมือ ส้วมชักโครก อยู่ในสภาพดี			
11. ห้องส้วมมีสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่อยู่ในที่คับแคบ			
12. มีการทำความสะอาดห้องส้วมทุกวัน			
13. ภายในห้องส้วมมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน เช่น การล้างมือ พญัตริกรรมการใช้ส้วมที่ถูกต้อง			
14. ภายในห้องส้วมมีแสงสว่างเพียงพอ			
15. มีน้ำใช้ชำระ เทียงเท			

ประเด็น	ระดับความพึงพอใจ		
	ดีมาก	ดี	ปรับปรุง
๘. ทัศนียภาพภายในห้องส้วมที่ ปรากฏอย่างเหมาะสมเมื่อเปิดใช้งาน	๒๗ (๖๓%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๙. มีบุคลากรให้บริการอย่างเพียงพอ	๓๐ (๖๗%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๑๐. บริเวณอ่างล้างมือ ส้วมชักโครก อยู่ในสภาพดี	๒๕ (๕๖%)	๑๖ (๓๖%)	๑ (๒%)
๑๑. ห้องส้วมมีสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่อยู่ในที่คับแคบ	๓๐ (๖๗%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๑๒. มีการทำความสะอาดห้องส้วมทุกวัน	๓๕ (๗๗%)	๑๐ (๒๒%)	๐ (๐%)
๑๓. ภายในห้องส้วมมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน เช่น การล้างมือ พญัตริกรรมการใช้ส้วมที่ถูกต้อง	๓๗ (๘๓%)	๗ (๑๖%)	๐ (๐%)
๑๔. ภายในห้องส้วมมีแสงสว่างเพียงพอ	๓๕ (๗๗%)	๑๐ (๒๒%)	๐ (๐%)
๑๕. มีน้ำใช้ชำระ เทียงเท	๓๗ (๘๓%)	๗ (๑๖%)	๐ (๐%)

จากตาราง
ส่วนที่ ๒ ระดับความพึงพอใจการให้บริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงานสถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง แบ่งเป็นประเด็น 15 ประเด็น ดังนี้

ประเด็นที่ ๑. ห้องส้วมเพียงพอต่อจำนวนผู้ใช้บริการ พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ระดับ ดีมาก ๒๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๓ ระดับดี ๑๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๙ ระดับปรับปรุง ๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๐

ประเด็นที่ ๒. พื้น ผนัง เพดาน ใต้อ่าง ส้วมชักโครก ไม่มีราสกปรก อยู่ในสภาพดี ใช้รวมได้ พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ระดับดีมาก ๒๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๓ ระดับดี ๑๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๙ ระดับปรับปรุง ๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๐

ประเด็นที่ ๓. ห้องส้วมมีการระบายอากาศที่ดี ไม่มีกลิ่นเหม็น พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ระดับดีมาก ๓๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๗ ระดับดี ๑๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๙ ระดับปรับปรุง ๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๐

ประเด็นที่ ๔. อุปกรณ์ในห้องส้วม เช่น สายฉีดชำระ มีารองรับ อยู่ในสภาพดี พบว่า ผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจ ระดับดีมาก ๒๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๖ ระดับดี ๑๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๖ ระดับปรับปรุง ๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๒

สรุปแบบประเมินความพึงพอใจการบริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงาน สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง

จากการประเมินความพึงพอใจการบริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงาน สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง ครั้งนี้ ได้ประเมินแบบประเมิน ๕๕ คน สรุปผลประเมินเป็น ๓ ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ ๑ สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
ส่วนที่ ๒ ระดับความพึงพอใจการให้บริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงานสถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
ส่วนที่ ๓ ระดับความพึงพอใจ

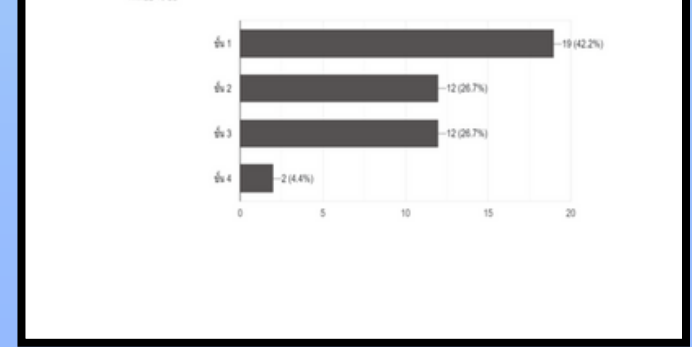
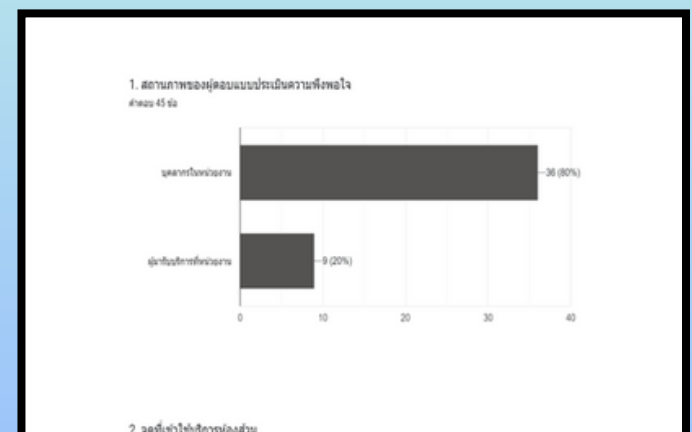
ส่วนที่ ๑ สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง

๑. สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
๒. บุคลากรให้บริการ
๓. ทัศนียภาพ

ส่วนที่ ๒ ระดับความพึงพอใจการให้บริการผู้ใช้ห้องน้ำ ภายในหน่วยงานสถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง

๑. สถานียพัฒนาสุขภาพระเทศเมือง
๒. บุคลากรให้บริการ
๓. ทัศนียภาพ

ประเด็น	ระดับความพึงพอใจ		
	ดีมาก	ดี	ปรับปรุง
๑. ห้องส้วมเพียงพอต่อจำนวนผู้ใช้บริการ	๒๗ (๖๓%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๒. พื้น ผนัง เพดาน ใต้อ่าง ส้วมชักโครก ไม่มีราสกปรก อยู่ในสภาพดี ใช้รวมได้	๒๗ (๖๓%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๓. ห้องส้วมมีการระบายอากาศที่ดี ไม่มีกลิ่นเหม็น	๓๐ (๖๗%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๔. อุปกรณ์ในห้องส้วม เช่น สายฉีดชำระ มีารองรับ อยู่ในสภาพดี	๒๕ (๕๖%)	๑๖ (๓๖%)	๑ (๒%)
๕. ใต้อ่าง ส้วมชักโครก อยู่ในสภาพดี ไม่มีราสกปรก	๒๕ (๕๖%)	๑๖ (๓๖%)	๑ (๒%)
๖. ถังขยะในห้องส้วม มีฝาปิดมิดชิด อยู่ในสภาพดี	๓๕ (๗๗%)	๑๐ (๒๒%)	๐ (๐%)
๗. ประตูห้องส้วม ถูกปิดประตู อยู่ในสภาพดี	๓๕ (๗๗%)	๑๐ (๒๒%)	๐ (๐%)
๘. ทัศนียภาพภายในห้องส้วมที่ ปรากฏอย่างเหมาะสมเมื่อเปิดใช้งาน	๒๗ (๖๓%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๙. มีบุคลากรให้บริการอย่างเพียงพอ	๓๐ (๖๗%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๑๐. บริเวณอ่างล้างมือ ส้วมชักโครก อยู่ในสภาพดี	๒๕ (๕๖%)	๑๖ (๓๖%)	๑ (๒%)
๑๑. ห้องส้วมมีสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่อยู่ในที่คับแคบ	๓๐ (๖๗%)	๑๓ (๒๙%)	๐ (๐%)
๑๒. มีการทำความสะอาดห้องส้วมทุกวัน	๓๕ (๗๗%)	๑๐ (๒๒%)	๐ (๐%)
๑๓. ภายในห้องส้วมมีสิ่งอำนวยความสะดวกครบถ้วน เช่น การล้างมือ พญัตริกรรมการใช้ส้วมที่ถูกต้อง	๓๗ (๘๓%)	๗ (๑๖%)	๐ (๐%)
๑๔. ภายในห้องส้วมมีแสงสว่างเพียงพอ	๓๕ (๗๗%)	๑๐ (๒๒%)	๐ (๐%)
๑๕. มีน้ำใช้ชำระ เทียงเท	๓๗ (๘๓%)	๗ (๑๖%)	๐ (๐%)



4.7 จัดบริการน้ำดื่มเพียงพอต่อความต้องการ

มิติของ Wellness : Excretion Wellness

4.7 สสม.ส่งเสริมการดื่มน้ำ โดยมีการจัดบริการน้ำดื่มเพียงพอต่อความต้องการสำหรับบุคลากรและผู้มารับบริการ

**ป้ายแนะนำ
การดื่มน้ำ 6-8 แก้วต่อ**



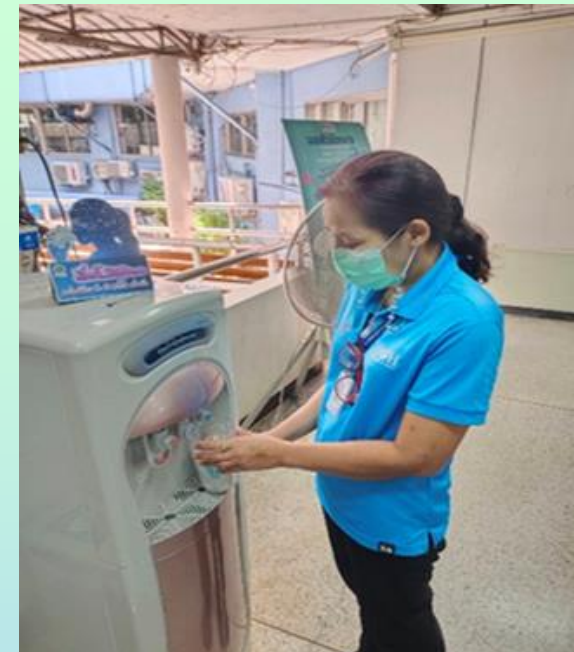
หน้าห้องการเงินและบัญชี



หน้ากลุ่มงานพัฒนาสุขภาพะวัยทำงาน



หน้าห้องบัตร



โรงซักฟอก



หน้าห้องฟิตเนส



หน้าห้องแผนเงิน



หน้าห้องแพทย์แผนไทย



หน้าห้องประชุมทับทิม





กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพภาคเหนือ

4.8 ห้องทำงานมีการถ่ายเทอากาศที่ดี ตามมาตรฐานกรมอนามัย

มิติของ Wellness : Respiratory Wellness

4.8 ห้องทำงานมีการถ่ายเทอากาศที่ดี ทั้งรูปแบบการระบายอากาศโดยวิธีกลและวิธีธรรมชาติ มีเครื่องฟอกอากาศ และมีสรุปรายงานผลการตรวจการเคลื่อนที่ของอากาศอย่างสม่ำเสมอ

ผลการตรวจการเคลื่อนที่ของอากาศ



ผลการตรวจการเคลื่อนที่ของอากาศ (Air Movement)

จุดที่	จุดตรวจวัด	ลักษณะงาน	ค่าการเคลื่อนที่ของอากาศ	ค่ามาตรฐาน*	หมายเหตุ
ห้องประชุมชั้น 1					
1	โต๊ะทำงาน	งานประชาสัมพันธ์	0.16	0.1-0.3 ม/ภ	
ห้องประชุมชั้น 2					
1	โต๊ะทำงาน		0.11	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการ					
1	โต๊ะทำงาน		0.23	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน		0.18	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับ					
1	โต๊ะทำงาน 1		0.17	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน 2		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการอาคาร					
1	บริเวณเก้าอี้ (โต๊ะทำงาน)		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน		0.18	0.1-0.3 ม/ภ	
3	โต๊ะทำงาน		0.11	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการอาคาร					
1	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.24	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
3	โต๊ะทำงาน (คนแรก) (โต๊ะ)		0.28	0.1-0.3 ม/ภ	
4	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.11	0.1-0.3 ม/ภ	
5	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
6	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.01	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการอาคาร					
1	โต๊ะทำงาน		0.17	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน		0.19	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับ					
1	สภาพิธี		0.16	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.27	0.1-0.3 ม/ภ	
3	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	



Figure 2

จุดที่	จุดตรวจวัด	ลักษณะงาน	ค่าการเคลื่อนที่ของอากาศ	ค่ามาตรฐาน*	หมายเหตุ
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการ					
1	โต๊ะทำงาน		0.14	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับ					
1	โต๊ะทำงาน		0.12	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการ					
1	สภาพิธี		0.17	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน		0.18	0.1-0.3 ม/ภ	
ห้อง Day Care					
1	โต๊ะทำงาน 3 ชั้น - 1 D		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
2	โต๊ะทำงาน 3 ชั้น - 2 D		0.12	0.1-0.3 ม/ภ	
3	โต๊ะทำงาน 3 ชั้น - 3 D		0.12	0.1-0.3 ม/ภ	
4	โต๊ะทำงาน		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	

Figure 4

จุดที่	จุดตรวจวัด	ลักษณะงาน	ค่าการเคลื่อนที่ของอากาศ	ค่ามาตรฐาน*	หมายเหตุ
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการ					
1	โต๊ะทำงาน (คนแรก)		0.23	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการ					
1	โต๊ะทำงาน		0.13	0.1-0.3 ม/ภ	
ศูนย์งานพิธีการต้อนรับและบริหารจัดการ					
1	โต๊ะทำงาน		0.19	0.1-0.3 ม/ภ	
ห้องประชุม ชั้น 4					
1	โต๊ะทำงาน		0.24	0.1-0.3 ม/ภ	

สรุปผลการตรวจวัด
สำนักงานตรวจวัดชั้น 45 จุด ค่ามาตรฐาน 45 จุด คิดเป็นร้อยละ 100

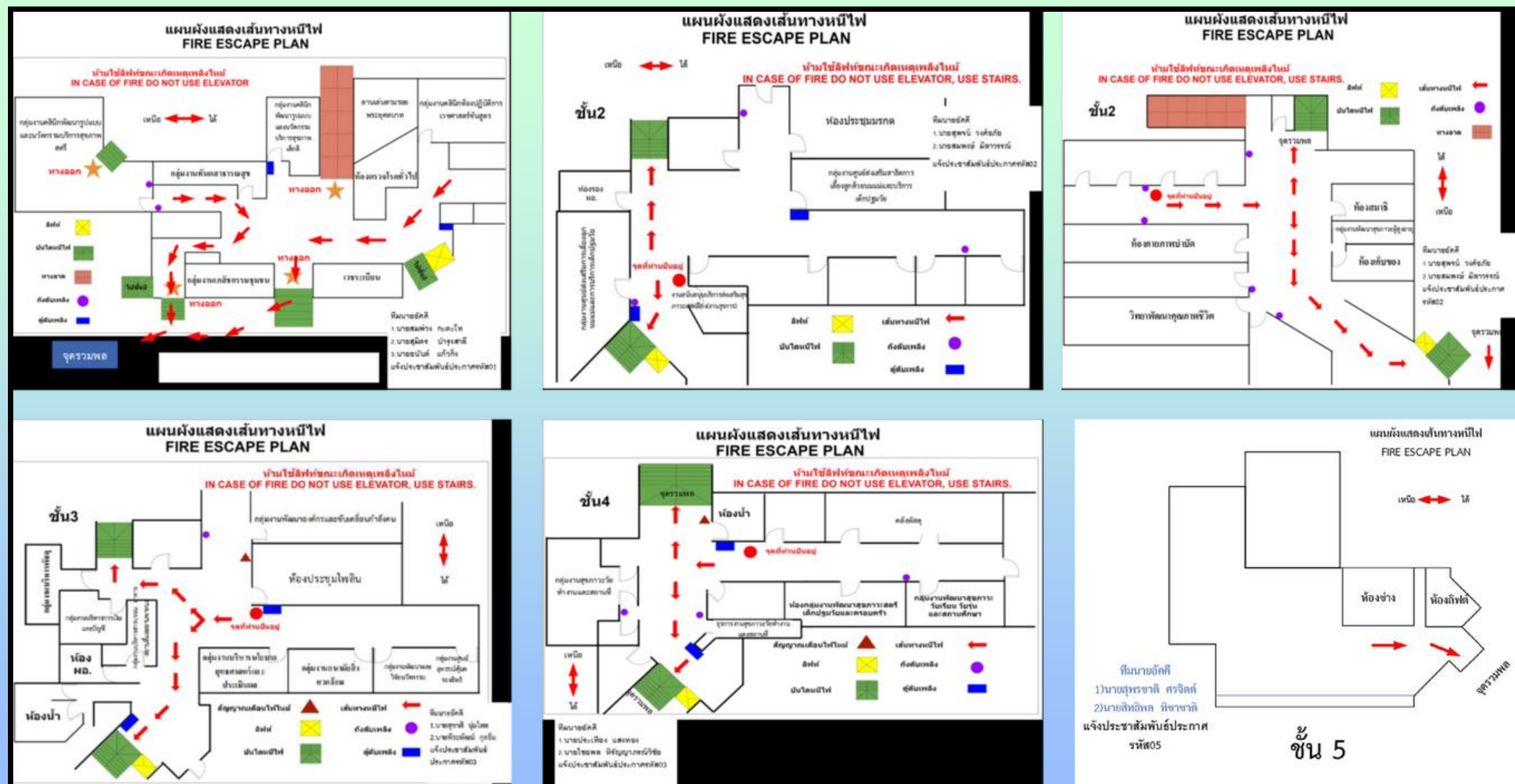


4.9 จัดสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัยจากอุบัติเหตุ

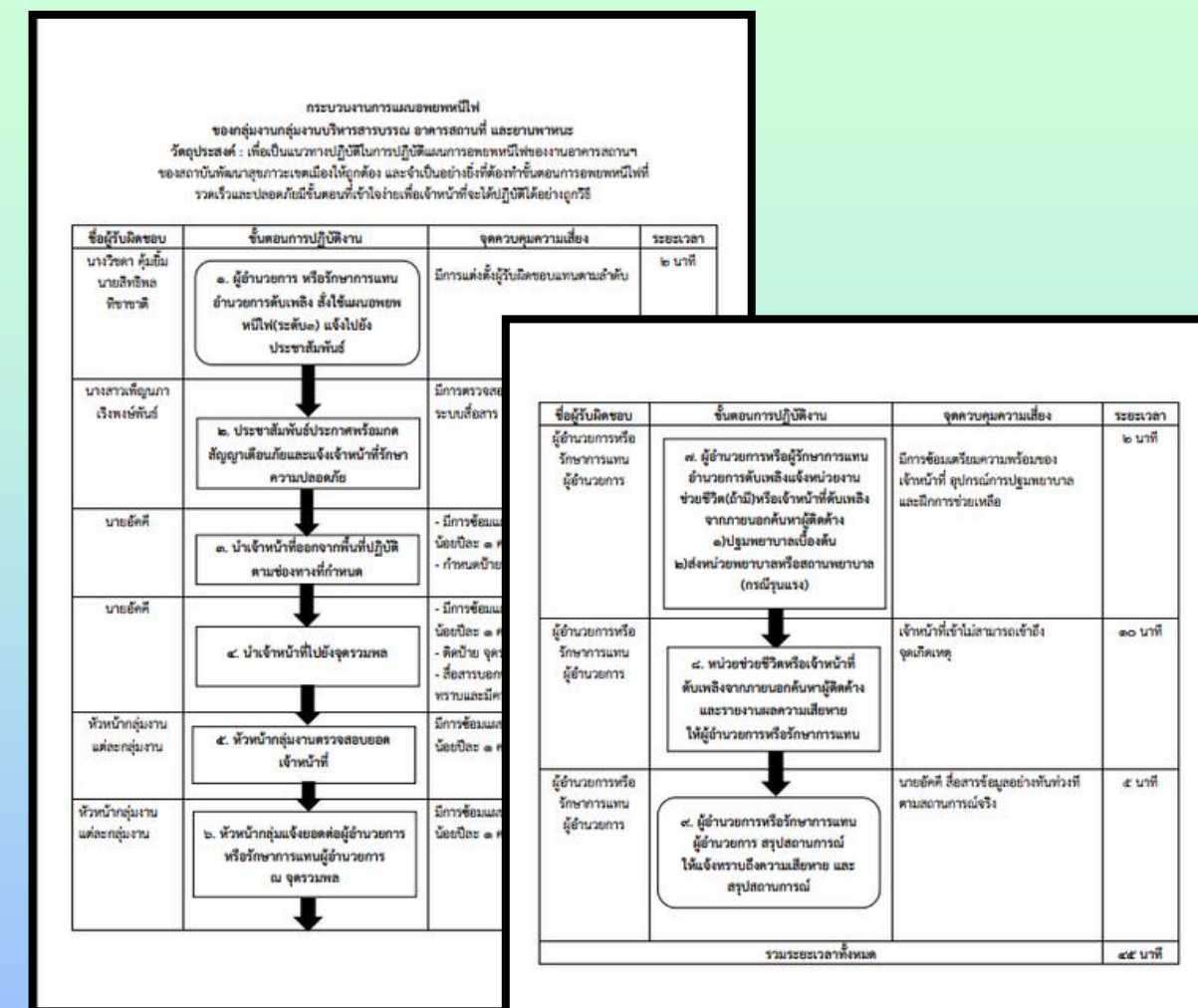
มิติของ Wellness : Social Safety Wellness

4.9 สสม. มีการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัยเพื่อป้องกันอัคคีภัย โดยการจัดทำแผนผังแสดงเส้นทางหนีไฟ และจัดทำแผนอพยพหนีไฟ การตรวจสอบถ่วงดุลให้พร้อมใช้งาน และการซ้อมแผนระงับอัคคีภัย

แผนผังแสดงเส้นทางหนีไฟ (FIRE ESCAPE PLAN)



กระบวนการงานแผนอพยพหนีไฟ



4.9 จัดสภาพแวดล้อมในการทำงาน ที่ปลอดภัยจากอุบัติเหตุ

มิติของ Wellness : Social Safety Wellness

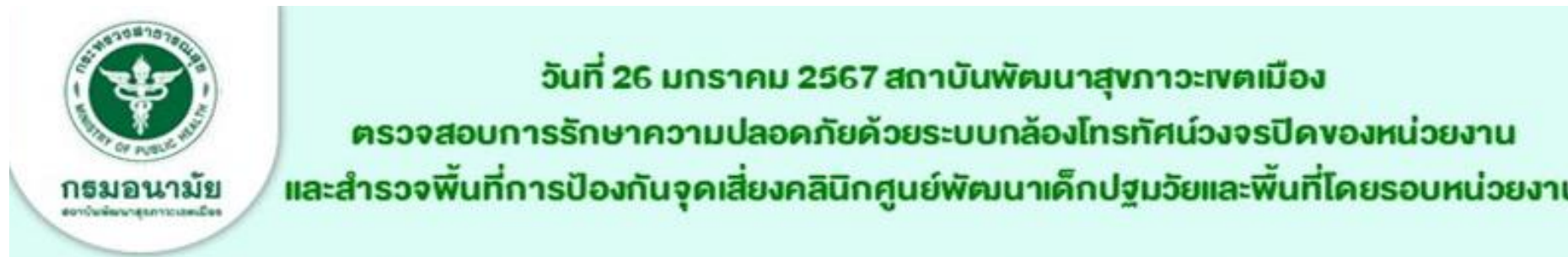
4.9 สสม. มีการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัยเพื่อป้องกันอัคคีภัย โดยการจัดทำแผนผังแสดงเส้นทางหนีไฟและจัดทำแผนอพยพหนีไฟ การตรวจสอบสภาพถังดิ่งเพลิงให้พร้อมใช้งาน และการซ้อมแผนระงับอัคคีภัย



4.9 จัดสภาพแวดล้อมในการทำงาน ที่ปลอดภัยจากอุบัติเหตุ

มิติของ Wellness : Social Safety Wellness

4.9 สสม. มีการจัดสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัยจากอุบัติเหตุต่างๆ มีสัญลักษณ์เตือนอันตรายในการทำงาน มีป้ายเตือนอันตราย และมีระบบความปลอดภัย มีการติดตั้งกล้องวงจรปิดเพื่อความปลอดภัยของบุคลากรในการปฏิบัติงาน



**มีระบบกล้องวงจรปิดภายใน
หน่วยงาน**



**สัญลักษณ์เตือนอันตรายในการทำงาน/ป้ายเตือน
อันตราย**



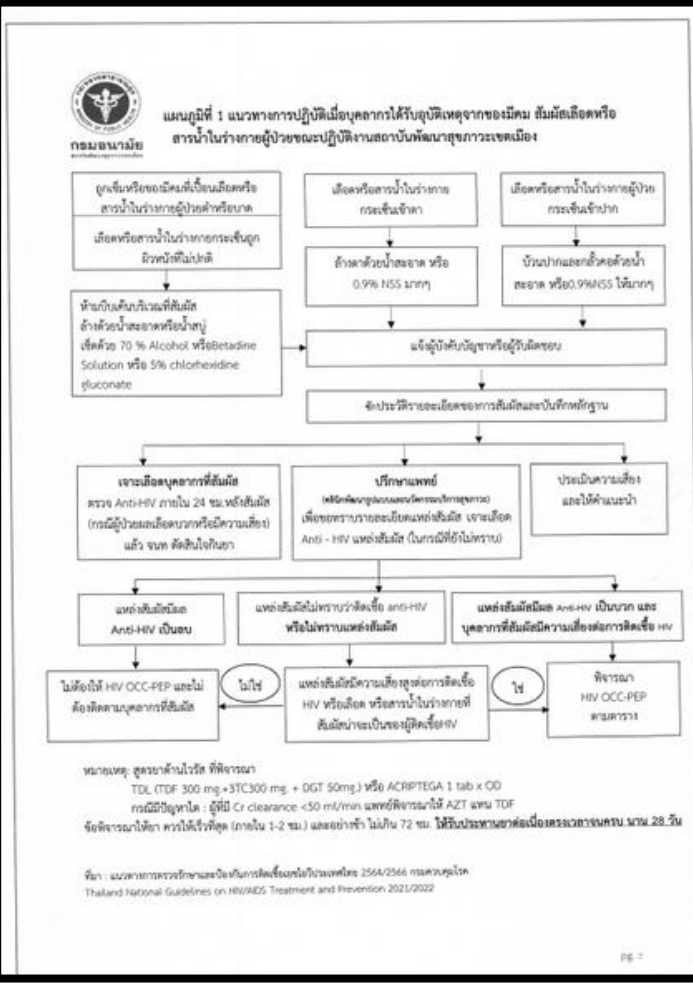
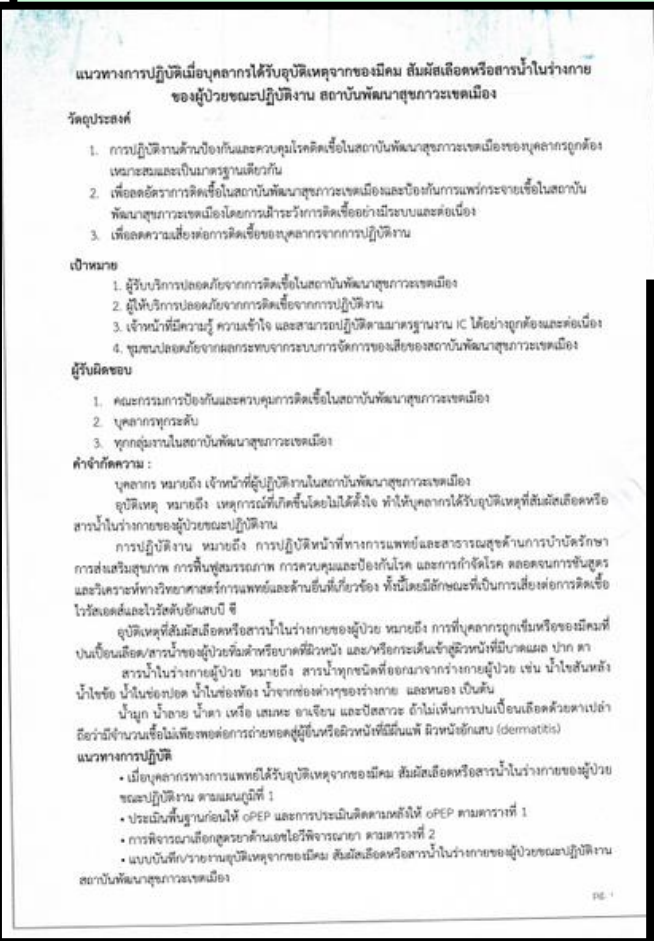
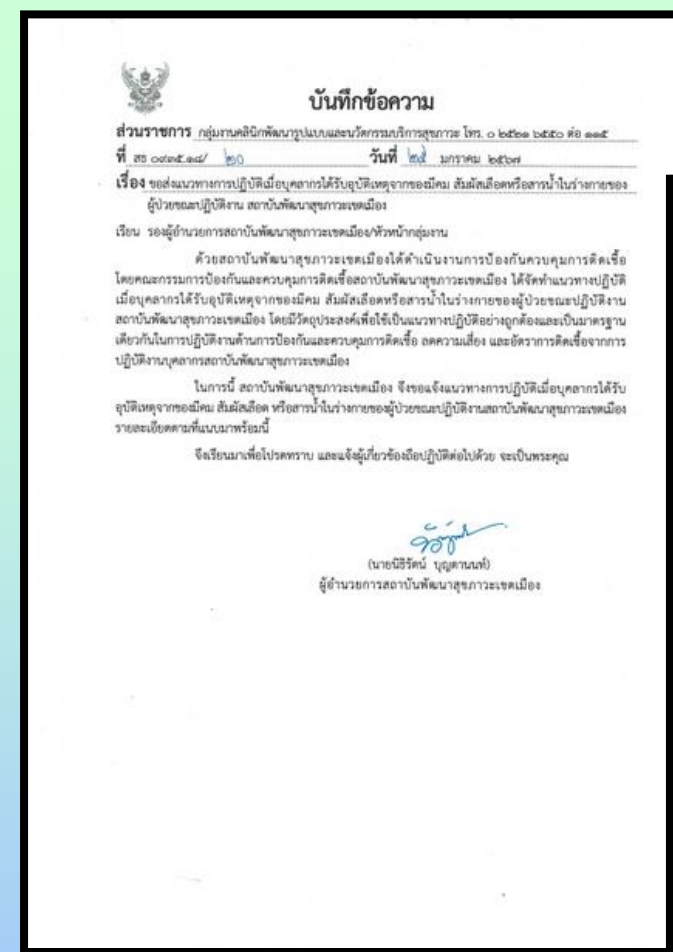
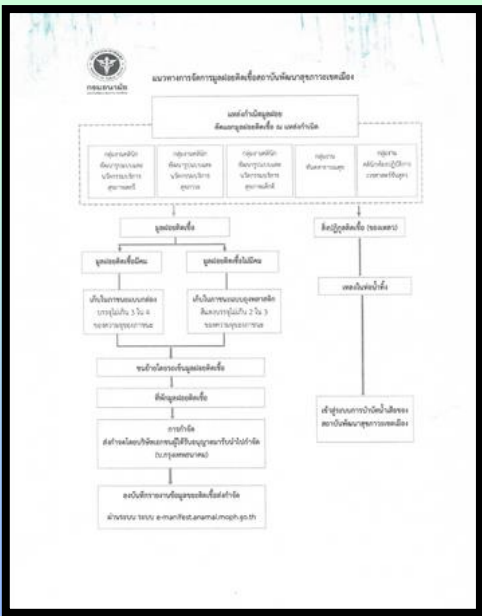
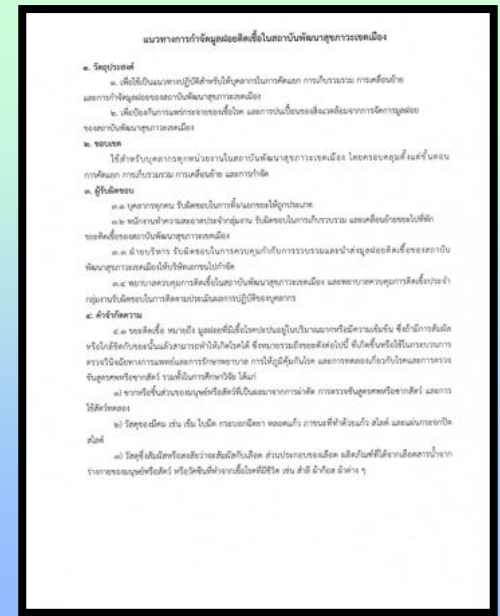
4.10 สถานที่ปฏิบัติงานไม่มีสารเคมีอันตราย และกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ เช่น กลิ่นขยะ กลิ่นอับ กลิ่นสารเคมี ฯลฯ

มิติของ Wellness : Smell (Aromatic) Wellness

สสม.มีแนวทางการจัดการมูลฝอยติดเชื้อ

สสม. มีแนวทางปฏิบัติเมื่อบุคลากร

ได้รับอุบัติเหตุจากของมีคม สัมผัสสารคัดหลั่งในร่างกายของผู้ป่วย



4.11 ค่าฝุ่น PM2.5 และ PM10 ภายในอาคาร มีค่าไม่เกินมาตรฐาน

มิติของ Wellness : Respiratory Wellness

สสม. มีการแจ้งเตือน ระดับ PM 2.5 ประจำวัน พร้อมทั้งสื่อสารประชาสัมพันธ์ให้บุคลากร
และผู้มารับบริการทราบ

รายงานผลตรวจวัดค่าฝุ่น PM 2.5



รายงานผลการตรวจวัดค่าฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM_{2.5})
สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง กรมอนามัย (พื้นที่เขตบางเขน)

เดือน	พ.ศ.	ค่าฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM _{2.5}) (ppm)
มกราคม	2566	32
กุมภาพันธ์	2566	55
มีนาคม	2566	47
เมษายน	2566	39
พฤษภาคม	2566	26
มิถุนายน	2566	16
กรกฎาคม	2566	14
สิงหาคม	2566	17
กันยายน	2566	16
ตุลาคม	2566	24
พฤศจิกายน	2566	29
ธันวาคม	2566	33
ค่ามาตรฐาน (ppm)		37.5
ค่าสูงสุด (ppm)		304.8
ค่าต่ำสุด (ppm)		0.4
ค่าเฉลี่ย (ppm)		27

ที่มา: สถานีตรวจวัดคุณภาพอากาศ สำนักงานเขตบางเขน
หมายเหตุ: พื้นที่ใช้สอยส่วนใหญ่ของหน่วยงาน เป็นพื้นที่ให้บริการลักษณะแบบเปิด (Open air) จึงใช้ค่าการตรวจวัดจากสถานีตรวจวัดที่ใกล้ที่สุด เป็นค่าการเฝ้าระวังสุขภาพภายในอาคาร (Indoor air)

ผู้รายงาน นางสาวทิพย์วิไลย์ ปรารถนะเขิน
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
หน่วยงาน กลุ่มงานอนามัยสิ่งแวดล้อม
สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

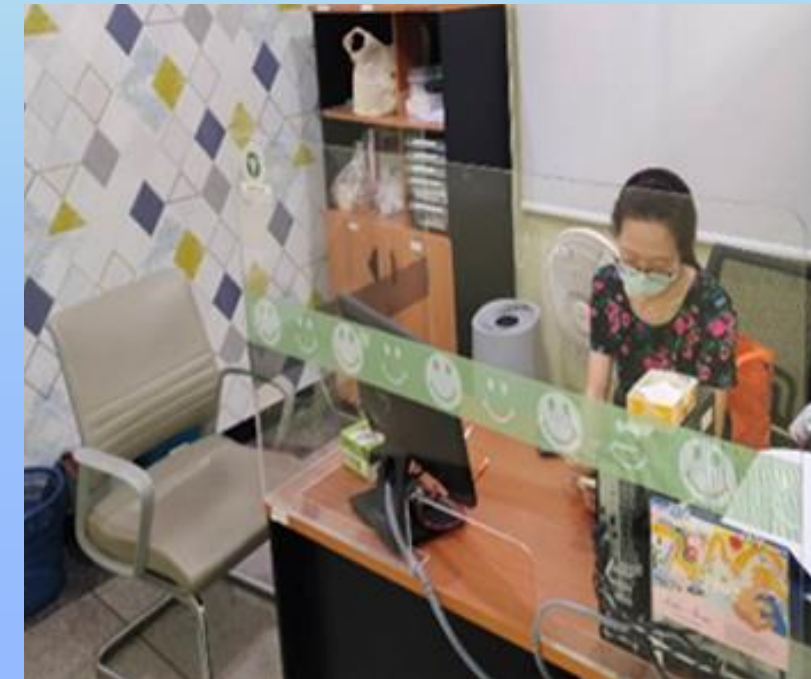
4.12 มีระบบจัดการคุณภาพอากาศ เช่น มีเครื่องฟอกอากาศ ในห้องที่มีบุคลากรทำงานเป็นประจำ เป็นต้น

มิติของ Wellness : Respiratory Wellness

**สสม. มีระบบการจัดการคุณภาพอากาศ
โดยจัดให้มีเครื่องฟอกอากาศ ภายในห้องประชุม**



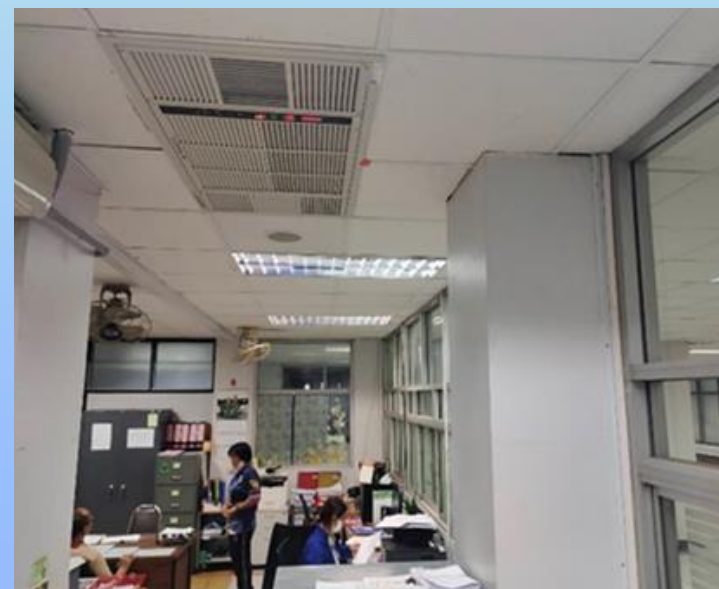
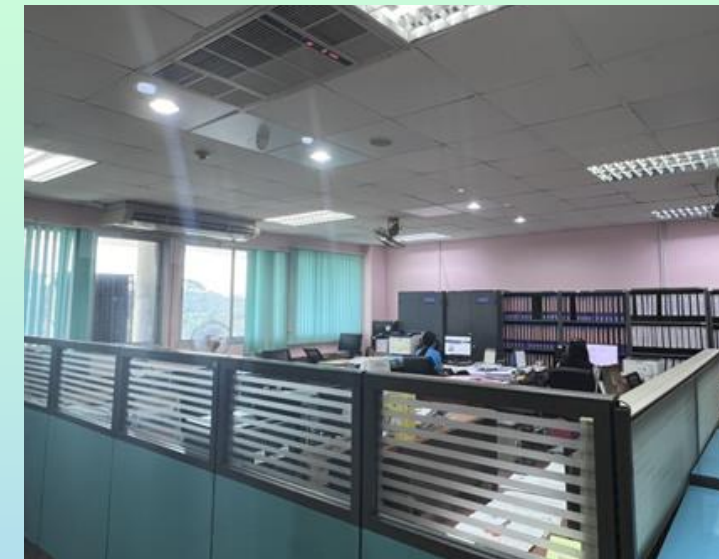
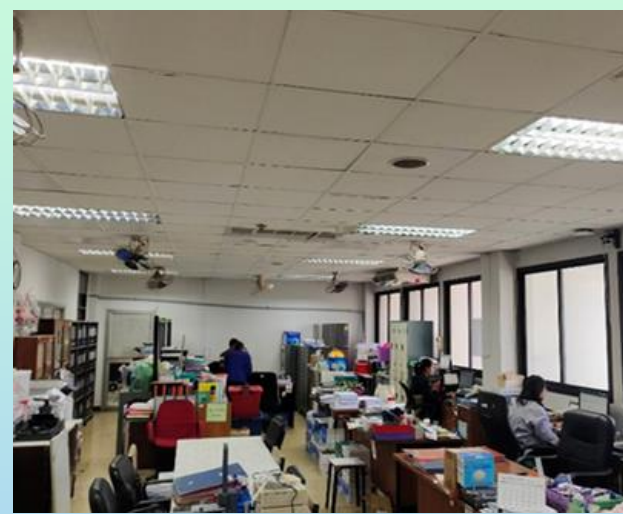
**สสม. จัดให้มีระบบการจัดการคุณภาพอากาศ
โดยจัดให้มีเครื่องฟอกอากาศ ภายในกลุ่มงานคลินิกบริการ**



4.12 มีระบบจัดการคุณภาพอากาศ เช่น มีเครื่องฟอกอากาศ ในห้องที่มีบุคลากรทำงานเป็นประจำ เป็นต้น

มิติของ Wellness : Respiratory Wellness

**สสม. จัดให้มีระบบการจัดการคุณภาพอากาศ
โดยจัดให้มีเครื่องฟอกอากาศ ภายในกลุ่มงานคลินิกบริการ**



4.13 อุปกรณ์สำนักงาน ไม่ทำให้เกิดความระคายเคือง ผื่นคัน ผื่นแพ้

มิติของ Wellness : Sensory Wellness

สสม. มีพื้นที่แยกสำหรับเครื่องถ่ายเอกสาร
จุดที่ตั้งเครื่องถ่ายเอกสารอยู่นอกห้องสำนักงาน
และมีเจ้าหน้าที่ทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ

รายงานผลการตรวจประเมินการรับปริมาณรังสี ของผู้ปฏิบัติงานด้านรังสี



ที่ สธ ๐๖๐๕/๓๒๒๕๓

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
กระทรวงสาธารณสุข
ถนนติวานนท์ จังหวัดนนทบุรี ๑๑๐๐๐

๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เรื่อง รายงานผลการประเมินการได้รับปริมาณรังสีของผู้ปฏิบัติงานด้านรังสี

เรียน ผู้อำนวยการ สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเมือง กรมอนามัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายงานปริมาณรังสีบุคคล เลขรายงาน ๒๕๖๗WS๐๗๓-๑๐๑๘๖๗ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่หน่วยงานของท่านขอรับบริการแผนผังรังสีชนิดไอเอสแอลในเดือน มกราคม ๒๕๖๗ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ได้ประเมินปริมาณรังสีเรียบร้อยแล้ว

ในการนี้ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ขอส่งผลการประเมินการได้รับปริมาณรังสีของผู้ปฏิบัติงานด้านรังสีหมายเลขวิเคราะห์ที่ ๐๕๖๗๐๕๒๖๗๖ ถึง ๐๕๖๗๐๕๒๖๗๘ รวมทั้งสิ้นจำนวน ๓ หมายเลข ตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

คุณสม.
(นายสุทธนา บาม่วง)
นักฟิสิกส์รังสีชำนาญการพิเศษ วิชาการการแพทย์
ผู้อำนวยการสำนักรังสีและเครื่องมือแพทย์
ปฏิบัติราชการแทนอธิบดีกรมวิทยาศาสตร์การแพทย์

สำนักรังสีและเครื่องมือแพทย์
โทร ๐ ๒๕๕๑ ๐๐๐๐ ต่อ ๕๗๕๕๕๑-๓, ๕๗๖๖๕๔, ๕๗๖๖๕๕, ๐๘ ๐๐๕๘ ๗๕๕๖
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ brmd.oslmoph@gmail.com
เว็บไซต์ <https://osl.dmsc.moph.go.th>

สำนักรังสีและเครื่องมือแพทย์
กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
88/7 หมู่ที่ 4 ซ.ติวานนท์14 ต.ติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000
โทร 0 2951 0000-10 ต่อ 99644 99648 99851-3 และ 08 0048 7548 โทรสาร 0 2951 0000 ต่อ 98209

ได้รับกรมอนามัย
สามารถมาตรฐาน
ISO/IEC 17025

รายงานปริมาณรังสีบุคคล

เรียน ผู้อำนวยการ รหัสสถานที่ : 101867
สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเมือง กรมอนามัย
18 ต.พหลโยธิน
เขตบางเขน
กรุงเทพมหานคร 10220

รังสีตัวอย่าง	09/02/2567	วันที่ออกงาน	12/02/2567
รังสีประเมินผล	12/02/2567	เลขรายงาน	2567WS073-101867

ลำดับ-รายชื่	ปริมาณรังสี(ไมโครซีเวิร์ต)			ปี/เดือน	เลขวิเคราะห์	อวัยวะที่วัด	เกณฑ์
	Hp(10)	Hp(0.07)	Hp(3)				
1. เกื้อเกียรติ วัฒนสุภรณ์	80	80	80	2567/01	0467052676	ลำตัว	S
2. เชาว์รัตน์ บุญพวง	70	70	70	2567/01	0467052677	ลำตัว	S
3. สราวุธี ทารนวม	70	70	70	2567/01	0467052678	ลำตัว	S

ผู้ประเมินผล *(ลายเซ็น)*
(นายเดวิด ดุจกระศรีรักษ์)
นักฟิสิกส์รังสี ปฏิบัติการ

ผู้ตรวจสอบ *(ลายเซ็น)*
(นายประเสริฐ เภษธุรังสี)
นักฟิสิกส์รังสีชำนาญการพิเศษ

หมายเหตุ
1. รับรองผลเฉพาะตัวอย่างที่นำมาทดสอบเท่านั้น
2. ห้ามคัดลอกรายงาน เกือบส่วนใดส่วนหนึ่ง หรือทั้งหมด เว้นแต่จะได้รับการอนุญาต
3. นำส่งเอกสารด้วยวิธี ไปรษณีย์ลงทะเบียน

หน้า 1 ของ 2 หน้า

 ผู้ทำหน้าที่ถ่ายเอกสาร ตรวจไม่พบอาการผื่นคัน ผื่นแพ้ จำนวน 20 คน (คิดเป็นร้อยละ 100)

4.14 สถานที่ทำงานมีความเป็นระเบียบ

มิติของ Wellness : Sight Wellness

สสม.รับการตรวจประเมิน สถานที่ทำงาน นำอยู่ นำทำงานฯ

ภาพข่าวกิจกรรม
สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง เมย์เพอร์ 30 มิถุนายน 2566

จัดทำโดย สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

วันที่ 27 มิถุนายน 2566 นายแพทย์เกษม เวชสุทธานนท์ ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง มอบหมายให้ แพทย์หญิงวันจันทร์ วิชพฤกษ์ เป็นประธานในการรับตรวจการประเมิน สถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ ร่วมกับคณะทำงานสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง (Healthy Workplace Happy for Life) คณะกรรมการตรวจประเมินจากส่วนกลาง ผ่านระบบทางไกล

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

Facebook, Twitter, YouTube, Instagram, Website: <http://mwi.anamai.moph.go.th>

พิธีมอบโล่รางวัลและเกียรติบัตร สถานที่ทำงาน นำอยู่ นำทำงานฯ

ภาพข่าวกิจกรรม
สำนักงานเลขานุการกรม

พิธีมอบโล่รางวัลและเกียรติบัตร
สถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life)
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566

วันที่ 4 กรกฎาคม 2566 นายแพทย์สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย อธิบดีกรมอนามัย เป็นประธานพิธีมอบโล่รางวัลและเกียรติบัตร สถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566 โดยมี ดร. นายแพทย์สรายุทธ์ บุญสุข รองอธิบดีกรมอนามัย ผู้กล่าวรายงาน รางวัลชนะเลิศ ได้แก่ กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 1 ศูนย์ความร่วมมือระหว่างประเทศ รางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 กองการเจ้าหน้าที่ รางวัลชมเชย 9 รางวัล กลุ่มตรวจสอบภายใน สำนักงานอนามัยสิ่งแวดล้อม ศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา ศูนย์ก้นตลารสนสุขระหว่างประเทศ สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

ข่าวสารรอบรั้วกรมอนามัย >> กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี << กลุ่มพิธีการและกิจกรรมพิเศษ

ผลการคัดเลือกสถานที่ทำงาน นำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา ปี 2566

ด่วนที่สุด บันทึกข้อความ
ส่วนราชการ สำนักงานเลขานุการกรม กระทรวงสาธารณสุข โทร. ๐ ๒๕๖๒ ๕๖๕๕ ๕๖๐๐
ที่ สส ๑๒๑๑๑๐๖/๑๕๖๓๓ วันที่ ๕ มิถุนายน ๒๕๖๖
เรื่อง แจ้งผลการคัดเลือกสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ (รอบตัดสิน)
เรียน ผู้อำนวยการสำนักงานเลขานุการกรม

ด้วยกรมอนามัย โดยสำนักงานเลขานุการกรม ได้จัดประชุมคณะกรรมการคัดเลือกหน่วยงานสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๓ - ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖ และคณะกรรมการตรวจประเมินสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ได้พิจารณาตัดสินเลือกเรียบร้อยแล้ว

ในการนี้ สำนักงานเลขานุการกรม ขอแจ้งว่าหน่วยงานที่ผ่านการคัดเลือกหน่วยงานสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ (รอบตัดสิน) และขอเชิญท่านดำเนินการเตรียมความพร้อมสำหรับการพิธีการมอบรางวัล (รอบตัดสิน) ในวันที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ เวลา ๑๕.๓๐ - ๑๖.๓๐ น. โดยขอความกรุณาส่งมอบบัตรเข้าร่วมการประเมินฯ ดังกล่าวไปยัง สำนักงานเลขานุการกรมทางไปรษณีย์ อีเมล หรือคลิกส่งเอกสาร anamaimail.go.th ภายในวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๖ รายละเอียดตรวจสอบรายชื่อในเอกสารแนบนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณาดำเนินการตามกำหนดด้วยดีด้วย ขอเป็นพยาน

(นายวินัย รอดโพธิ์)
เลขาธิการกรม

การประเมินหน่วยงานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ (รอบตัดสิน) ระหว่างวันที่ ๒๖ - ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

หน่วยงานที่ผ่านการคัดเลือกสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ จกรลงมติเลือก ผู้ผ่านการประเมินหน่วยงานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงานฯ และมีชีวิตชีวา (Healthy Workplace Happy for Life) ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ (รอบตัดสิน) ๑๐ หน่วยงาน ดังนี้

ลำดับ	หน่วยงานที่ผ่านการคัดเลือก	วันที่เข้ารับการประเมิน	รูปแบบการประเมิน	หมายเหตุ
๑	กองกิจการสหภาพเพื่อสุขภาพ	๒๖ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๒	สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ	๒๖ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๓	กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร	๒๖ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๒.๓๐ - ๑๔.๐๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๔	ศูนย์ความร่วมมือระหว่างประเทศ	๒๖ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๕.๓๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๕	กลุ่มตรวจสถานการณ์	๒๖ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๕.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๖	สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม	๒๗ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๗	กองการเจ้าหน้าที่	๒๗ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	ศก.ลงตรวจพื้นที่จริง	
๘	ศูนย์อนามัยที่ ๑๐ อุบลราชธานี	๒๗ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๒.๓๐ - ๑๔.๓๐ น.	- หน่วยงานนำส่งใบไม้ ๑๐ นาที - ศก.กลุ่มตรวจ	ผ่านระบบออนไลน์
๙	ศูนย์อนามัยที่ ๙ นครราชสีมา	๒๗ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๕.๓๐ น.	- หน่วยงานนำส่งใบไม้ ๑๐ นาที - ศก.กลุ่มตรวจ	ผ่านระบบออนไลน์
๑๐	สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง	๒๗ มิ.ย. ๒๖ เวลา ๑๕.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.	- หน่วยงานนำส่งใบไม้ ๑๐ นาที - ศก.กลุ่มตรวจ	ผ่านระบบออนไลน์

ผู้ประสานงาน : ๑. นางการุณี เสดอฤทธิ์ ตำแหน่งเจ้าหน้าที่บริหารงานวิชาการ สำนักงาน โทร. ๐๒ ๕๖๖๐ ๕๖๕๕
๒. นายสุชาติ นิละธ ตำแหน่งเจ้าหน้าที่บริหารงานวิชาการ สำนักงาน โทร. ๐๒ ๕๖๖๐ ๕๖๐๐

4.15 มีพื้นที่และอุปกรณ์เจาะจงให้พักสมอง ผ่อนคลาย เปลี่ยนบรรยากาศ

มิติของ Wellness : Brain wellness

ห้องสมุด



สวนหย่อม มุมพักผ่อน



ห้องฟิตเนส

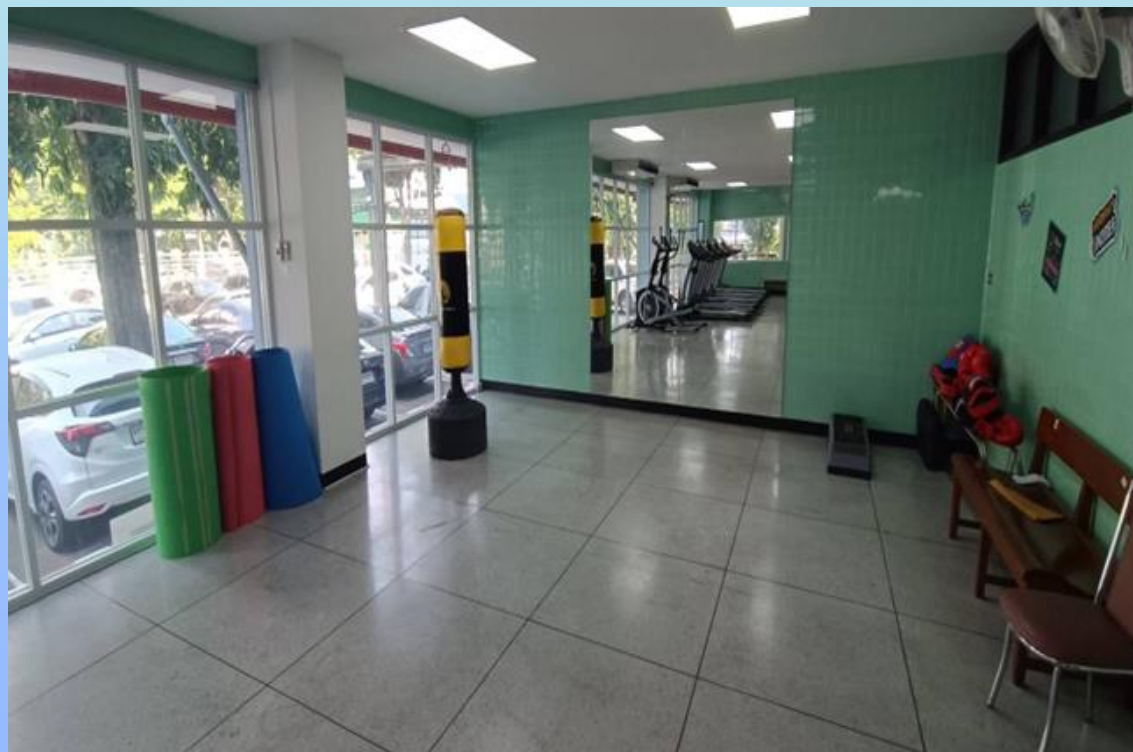


แพทย์แผนไทยและ แพทย์ทางเลือก



4.16 จัดพื้นที่ออกกำลังกายเฉพาะเจาะจงพร้อมอุปกรณ์ เช่น ห้องออกกำลังกาย มุมออกกำลังกาย เป็นต้น

มิติของ Wellness : Longevity Wellness



4.17 จัดสถานที่ปฏิบัติศาสนกิจ เช่น นั่งสมาธิ ละหมาด เป็นต้น

มิติของ Wellness : Workplace Wellness, Life Wellness

จัดให้มีห้องอุ่นใจ ทำกิจกรรม
สติบำบัด (Mindfulness)



ห้องสำหรับปฏิบัติศาสนกิจ
สำหรับนั่งสมาธิ



จัดกิจกรรมสติบำบัด (Mindfulness)
นั่งสมาธิก่อนการประชุมนิเทศข้าราชการและเจ้าหน้าที่
สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ประจำปีงบประมาณ 2567



4.18 อุปกรณ์ในการทำงานมีความเหมาะสมกับสรีระของบุคลากร ตามหลักการยศาสตร์ (Ergonomics)

มิติของ Wellness : Workplace Wellness

หนังสือแจ้งเวียน ประกาศนโยบายให้บุคลากรเปลี่ยนอิริยาบถในการทำงาน

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มงานพัฒนาองค์กรและขับเคลื่อนกำลังคน โทร. ๐ ๒๕๒๑ ๖๕๕๐ ต่อ ๓๐๓
ที่ สธ ๐๙๓๕.๐๒/ ๖๑๖๘ วันที่ ๒๗/ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗
เรื่อง ขอแจ้งเวียนประกาศสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

เรียน รองผู้อำนวยการ / หัวหน้ากลุ่มงาน

กลุ่มงานพัฒนาองค์กรและขับเคลื่อนกำลังคน ขอแจ้งเวียนประกาศสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองตามเอกสารแนบ ดังต่อไปนี้

๑. ประกาศสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ลงวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ เรื่อง ประกาศนโยบายเปิดให้บุคลากรเปลี่ยนอิริยาบถในการทำงาน สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ทั้งนี้สามารถ download ได้ทางเว็บไซต์ <https://mwi.anamaimph.go.th> หัวข้อหมวด หนังสือคำสั่งราชการ หรือ QR Code ที่แนบมาหรือหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และโปรดแจ้งผู้เกี่ยวข้องด้วย จะเป็นพระคุณ

(นางสาวเกศรา โชคน้ำขี้ลิ้น)
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนาองค์กรและขับเคลื่อนกำลังคน

หมายเหตุ - สแกน วันที่ 25 ก.พ. 2567
- ลงรับใช้ วันที่ 23 ก.พ. 2567
(ลงชื่อ) *กชวรินทร์*

- แจ้งเวียนในระบบ E-mail วันที่ 28 กพ ๖๗
(ลงชื่อ) *จจธิน*



ประกาศนโยบายเปิดให้บุคลากรเปลี่ยนอิริยาบถในการทำงาน สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

ตามที่กรมอนามัยได้มีคำสั่งที่ ๓๕๖/๒๕๖๐ ลงวันที่ ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๐ จัดตั้งศูนย์อนามัยที่ ๓๓ กรุงเทพฯ เป็นสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองขึ้นเป็นหน่วยงานภายในสังกัดกรมอนามัย และกรมอนามัยได้มีคำสั่งมอบหมายให้ข้าราชการเป็นผู้บังคับบัญชา (คำสั่งที่ ๑๒๑๘/๒๕๖๖) และคำสั่งให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ปฏิบัติราชการ (คำสั่งกรมอนามัย ที่ ๑๖๘/๒๕๖๐) และคำสั่งให้ถูกจ้างปฏิบัติราชการ (คำสั่งที่ ๖๘๘/๒๕๖๔) และคำสั่งให้พนักงานราชการปฏิบัติงาน (คำสั่งที่ ๖๘๗/๒๕๖๔) และคำสั่งกรมอนามัยที่ ๕๓๖/๒๕๖๔ ลงวันที่ ๒๗ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง ปรับปรุงส่วนราชการและการปฏิบัติราชการ สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง และคำสั่งกรมอนามัย ที่ ๑๒๑/๒๕๖๕ ลงวันที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕ เรื่อง มอบอำนาจให้ปฏิบัติราชการแทน และคำสั่งสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองที่ ๑๖๕/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๘ ธันวาคม ๒๕๖๖ เรื่อง มอบหมายหน้าที่ให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ปฏิบัติราชการที่สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง และคำสั่งสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ที่ ๑๖๗/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๘ ธันวาคม ๒๕๖๖ เรื่อง แต่งตั้งผู้ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้ากลุ่มงานของสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง และคำสั่งสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ที่ ๑๖๘/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๘ ธันวาคม ๒๕๖๖ เรื่อง มอบหมายหน้าที่ให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ปฏิบัติราชการ กลุ่มภารกิจบริการทางการแพทย์และเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพ อีกหน้าที่หนึ่ง และคำสั่งสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ที่ ๕/๒๕๖๗ ลงวันที่ ๘ มกราคม ๒๕๖๗ เรื่อง แต่งตั้งผู้ปฏิบัติหน้าที่รองผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง และคำสั่งสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ที่ ๑๐/๒๕๖๗ ลงวันที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๖๗ เรื่อง มอบหมายหน้าที่ให้ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ปฏิบัติราชการ (เพิ่มเติม) นั้น

สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ได้เข้าร่วมโครงการ "การพัฒนาสุขภาพขององค์กรเพื่อการสร้างชาติ (Wellness Corporate Nation-Building หรือ Wellness CNB)" ซึ่งเป็นโครงการที่มุ่งสนับสนุนและพัฒนาสุขภาพ (Wellness) ของบุคลากรและระบบการบริหารจัดการภายในองค์กรให้ส่งเสริมการเกิดสุขภาพอย่างยั่งยืนพร้อม ซึ่งการจัดประชุมที่ดีต่อสุขภาพ เป็นหนึ่งในองค์ประกอบของการพัฒนาไปสู่การเป็นองค์กรสุขภาพที่ดี เพื่อสร้างเสริมสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง จึงมีนโยบายส่งเสริมการทำงานและการจัดประชุมที่ดีต่อสุขภาพ Healthy and Active Meeting Grand Opening "สุขภาพที่ดีในท้องประชุม" เพื่อให้บุคลากรมีการเปลี่ยนอิริยาบถระหว่างการทำงานและการประชุม ดังนี้

๓. บุคลากร...

๑. บุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง มีการเปลี่ยนอิริยาบถในการทำงานและการประชุม ทุก ๓ ชั่วโมง อย่างน้อยครั้งละ ๓๐ นาที

๒. บุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง มีการเปลี่ยนอิริยาบถช่วงพักกลางวัน อย่างน้อย ๓๐ นาที

๓. บุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง มีการเปลี่ยนอิริยาบถและออกกำลังกายร่วมกัน ทุกวันศุกร์ในช่วงเวลา ๑๕.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.

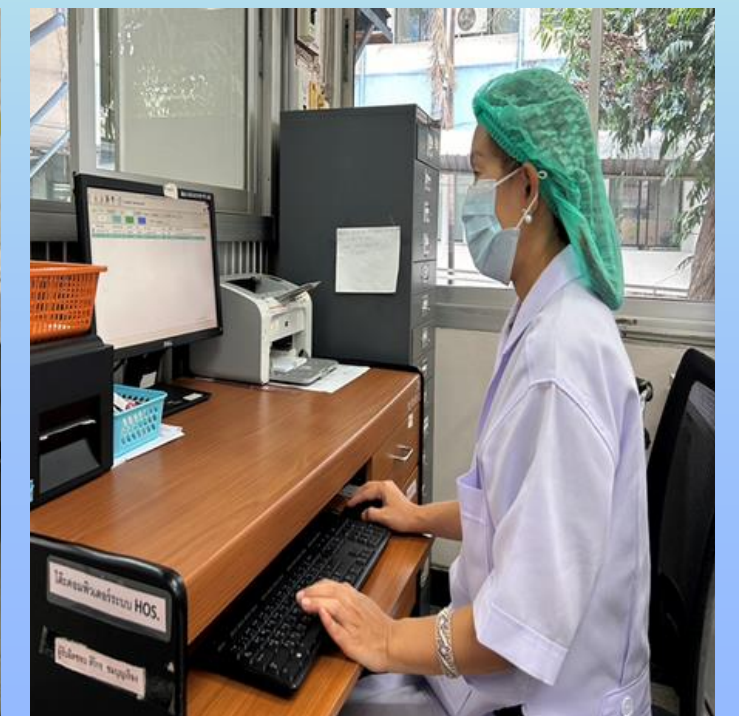
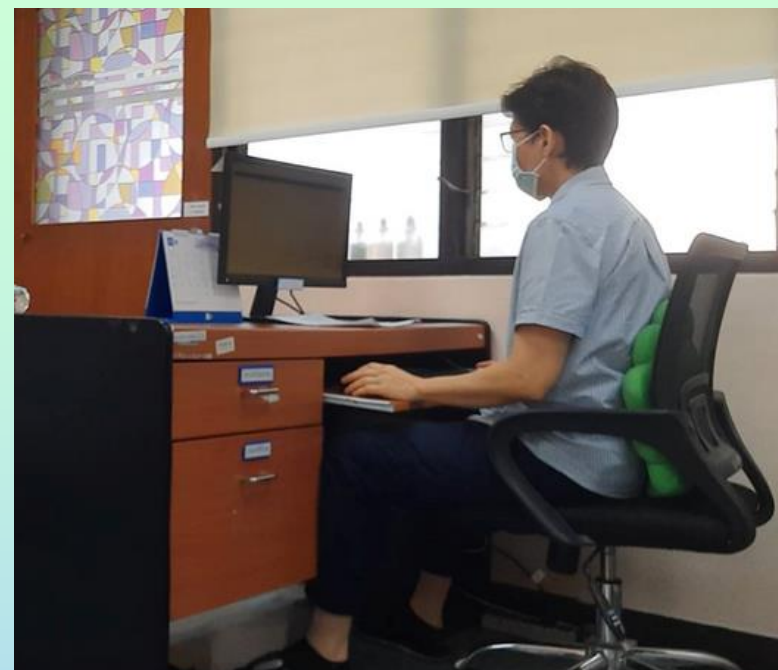
ประกาศ ณ วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๗

(นายฉัตริน บุญตานนท์)
ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

4.18 อุปกรณ์ในการทำงานมีความเหมาะสมกับสรีระของบุคลากร ตามหลักการยศาสตร์ (Ergonomics)

มิติของ Wellness : Workplace Wellness

สสม.จัดให้มีอุปกรณ์ในการทำงานมีความเหมาะสมกับสรีระของบุคลากรตามหลักการยศาสตร์ (Ergonomics)





กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

4.18 อุปกรณ์ในการทำงานมีความเหมาะสมกับสรีระของบุคลากร ตามหลักการยศาสตร์ (Ergonomics)

มิติของ Wellness : Workplace Wellness

สสม. ได้ทำการศึกษาวจัย เรื่องปัจจัยเสี่ยงที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรมในวัยทำงานของบุคลากร สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง และเผยแพร่ผลงานวิชาการในวารสารศูนย์อนามัยที่ 9 จังหวัดนครราชสีมา

วารสาร ศูนย์อนามัยที่ 9
วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

กรมอนามัย
ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา ปีที่ 17 ฉบับที่ 3 กันยายน - ธันวาคม 2566 Volume 17 Number 3 (September-December 2023)

ISSN 2673-088X (Print)
ISSN 2697-3871 (Online)

M Mastery
เป็นนายตัวเอง
หมั่นฝึกฝนตนเองให้มีความชำนาญ
ยึดมั่นในความถูกต้อง มีวินัย
ปฏิบัติตามกฎระเบียบ
บนพื้นฐานของการมีอำนาจรับผิดชอบ
คุณธรรม และจริยธรรม
ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

O Originality
สร้างสรรค์สิ่งใหม่
สร้างสรรค่นวัตกรรม/สิ่งใหม่
ที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ
เพื่อให้เกิดประโยชน์
ต่อระบบสุขภาพ
ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

P People Centered
ใส่ใจประชาชน
ยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง
ในการทำงาน เพื่อประโยชน์อันดี
แก่ประชาชน โดยใช้หลัก
"เข้าใจ เข้าถึง ทั่วถึง"
ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

H Humility
ถ่อมตน อ่อนน้อม
มีสัมมาคารวะ มีน้ำใจ
ให้อภัย รับผิดชอบต่อความผิด
เสียสละเพื่อประโยชน์ส่วนรวม
ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

Health Model: เป็นต้นแบบสุขภาพ
Ethics: มีจริยธรรม
Achievement: เป็นผู้บรรลุผล
Learning: เรียนรู้พัฒนา
Trust: เคารพวางใจ
Harmony: เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

HEALTH

ที่ สอ ๐๔๑๙.๐๖/๑๖๒๓

ศูนย์อนามัยที่ ๙ นครราชสีมา
ศาลากลางจังหวัดนครราชสีมา
จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๑๘๐๐

๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง แจ้งผลการพิจารณาบทความเพื่อเผยแพร่ในวารสารศูนย์อนามัยที่ ๙

เรียน คุณอัจฉรา โพชะโน

ด้วยวารสารศูนย์อนามัยที่ ๙ (ISSN 2673-088X และ e-ISSN 2697-3871) เป็นวารสาร
ที่เผยแพร่บทความวิจัยและบทความวิชาการด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม การสาธารณสุข
การพยาบาล และวิทยาศาสตร์สุขภาพ ที่ได้รับการรับรองคุณภาพโดยศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย ให้เป็น
วารสารกลุ่มที่ ๒ (TCI Tier 2) ระหว่างวันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๓-๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๗ ตามความแจ้งแล้วนั้น

ตามที่ท่านได้ส่งบทความวิชาการเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรมในวัยทำงานของบุคลากร สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ในช่วงการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-19) โดย อัจฉรา โพชะโน, เกศรา โชคนำชัยศิริ, กะชามาศ แซงเทียน,
เทวพงศ์ วงศ์เชื่อนแก้ว, วิฑูรย์ นิลรัตน์ และ เมธีร์ ชะวีรัมย์ เพื่อพิจารณาจัดพิมพ์เผยแพร่
ในวารสารศูนย์อนามัยที่ ๙ พร้อมทั้งได้ผ่านการแก้ไขบทความตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ
จำนวน ๓ ท่านเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ในการนี้ กองบรรณาธิการวารสารศูนย์อนามัยที่ ๙ ขอเรียนให้ท่านทราบว่า ผู้ทรงคุณวุฒิ
ได้พิจารณาบทความของท่านแล้ว เห็นสมควรให้ตีพิมพ์เผยแพร่บทความดังกล่าวในวารสารศูนย์อนามัยที่ ๙
ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๓ (กันยายน - ธันวาคม ๒๕๖๖) โดยตีพิมพ์ออนไลน์ในระบบ Thai Journal Online
(ThaJO) ที่ <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RHPC9Journal/index> ภายใน ๓ สัปดาห์ และ
เมื่อตีพิมพ์เป็นรูปเล่มเรียบร้อยแล้วจะนำส่งวารสารศูนย์อนามัยที่ ๙ ให้ท่านจำนวน ๑ ฉบับต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวทิพา ไกรลาศ)
ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๙ นครราชสีมา

กองบรรณาธิการ วารสารศูนย์อนามัยที่ ๙
โทร. ๐ ๔๔๓๐ ๕๑๓๑ ต่อ ๑๐๘
มือถือ ๐๘ ๑๕๕๘ ๕๘๕๔ (ดร.สินศักดิ์ขันธ์ อุทุมรมณี)
โทรสาร ๐ ๔๔๓๙ ๕๑๐๕
Website: <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/RHPC9Journal/index>

วารสารศูนย์อนามัยที่ 9 ปีที่ 17 ฉบับที่ 3 กันยายน-ธันวาคม 2566
Regional Health Promotion Center 9 Journal Vol. 17 No. 3 September-December 2023

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรมในวัยทำงาน
ของบุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง
ในช่วงการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)

อัจฉรา โพชะโน*, เกศรา โชคนำชัยศิริ**, กะชามาศ แซงเทียน***,
เทวพงศ์ วงศ์เชื่อนแก้ว****, วิฑูรย์ นิลรัตน์****, เมธีร์ ชะวีรัมย์*****

บทคัดย่อ
การวิจัยเชิงบรรยายนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับพฤติกรรมเสี่ยง และปัจจัยที่มีผลต่อ
พฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรมในวัยทำงานของบุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ในช่วง
การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) กลุ่มเป้าหมายคือบุคลากรสถาบันพัฒนา
สุขภาพเขตเมือง จำนวน 220 คน โดยใช้แบบสอบถามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรม
ซึ่งมีความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค เท่ากับ 0.92 วิเคราะห์ข้อมูล
โดยใช้ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ผลการศึกษา พบว่าบุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรม
ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.52, SD=0.76$) โดยด้านพฤติกรรมหรืออิริยาบถในการทำงาน อยู่ในระดับมาก
($\bar{X}=4.18, SD=0.83$) รองลงมาคือ ด้านระยะเวลาเฉลี่ยในการทำงานอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.11, SD=0.84$)
ส่วนปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ประสบการณ์การทำงาน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรค
ออฟฟิศซินโดรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 0.01 และปัจจัยด้านลักษณะงาน ได้แก่ งานออฟฟิศ
และงานบริการ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ 0.01 ข้อเสนอแนะ ควรหมั่นขยายส่งเสริมการออกกำลังกายที่ชัดเจน เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยง
ลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคออฟฟิศซินโดรม

คำสำคัญ: พฤติกรรมเสี่ยง; โรคออฟฟิศซินโดรม; วัยทำงาน; การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
**นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
***พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ
****นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ
*****สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

* Corresponding author: อัจฉรา โพชะโน Email: atcharapochano@gmail.com
รับบทความ: 2 พ.ค. 66; รับบทความแก้ไข: 15 พ.ค. 66; ตอบรับตีพิมพ์: 15 พ.ค. 66; ตีพิมพ์ออนไลน์: 10 มิ.ย. 66

882

วารสารศูนย์อนามัยที่ 9 ปีที่ 17 ฉบับที่ 3 กันยายน-ธันวาคม 2566
Regional Health Promotion Center 9 Journal Vol. 17 No. 3 September-December 2023

Factors Affecting Risk Behaviors of Office Syndrome in Working Age
of Metropolitan Health and Wellness Institution Personnel
during the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak

Atchara Pochano*, Ketsara Choknumchaisiri**, Kachamas Sangtian***,
Tewapong Wongkhuenkaew****, Witayut Nilrat****, Metee Charadram*****

Abstract
The purpose of this descriptive research was to examine risk behaviors and factors
affecting risk behaviors of office syndrome in working age personnel at Metropolitan Health
and Wellness Institution during coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak. The study
recruited all 220 personnel working at Metropolitan Health and Wellness Institution. A
questionnaire was used to determine factors affecting risk behaviors for office syndrome, with
a Cronbach's alpha coefficient of 0.92. Data were analyzed using frequencies, percentages,
means, standard deviations and correlation coefficients.

Results of the study showed that overall risk behavior for office syndrome among the
personnel was at a high level ($\bar{X}=3.52, SD=0.76$). It was found that factors affecting office
syndrome were work behaviors and postures having the highest score ($\bar{X}=4.18, SD=0.83$),
followed by the average work hours ($\bar{X}=4.11, SD=0.84$). Personal factors include gender, age
and work experiences were significantly correlated with risky behaviors for office syndrome,
 $p=0.001$. Job type factors such as office works and service works were also significant
correlated to risk behaviors for office syndrome at $p=0.001$. It was recommended that
institute should have a clear exercise promotion policy to reduce sedentary behaviors
further reduce risk behaviors for office syndrome for personnel.

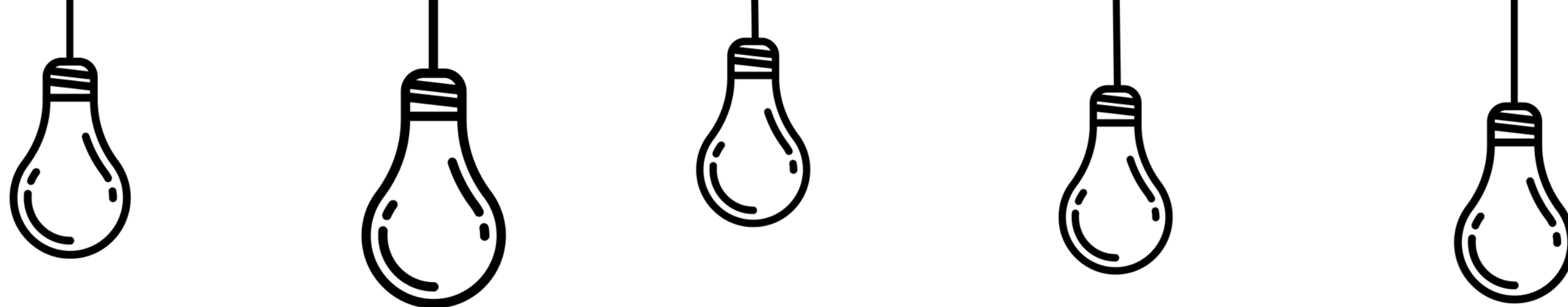
Keywords: Risk behaviors; Office syndrome; Working age; COVID-19 outbreak

* Registered Nurse, Professional Level
** Public Health Technical Officer, Senior Professional Level
*** Registered Nurse, Practitioner Level
**** Computer Technical Officer, Practitioner Level
***** Metropolitan health and wellness institution, Department of Health, Ministry of Public Health

* Corresponding author: Atchara Pochano Email: atcharapochano@gmail.com
Received: May 2, 23; Revised: May 15, 23; Accepted: May 15, 23; Published Online: Jun. 10, 23



กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง



โครงการ “การพัฒนาสุขภาพขององค์กรเพื่อการสร้างชาติ” Wellness Corporate Nation-Building [Wellness CNB]

โดย สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

(รหัสองค์กร W024)

วันที่ 15 มีนาคม 2567

ณ ห้องประชุมทับทิม ชั้น 2



นสช. **WELLNESS**
Leadership and Entrepreneurship
in Wellness for Nation-Building

