



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กลุ่มอำนวยการ โทร. ๐ ๕๔๒๖ ๙๒๗๗ ต่อ ๑๐๓, ๐๘, ๑๙๘๐, ๑๙๙๗

ที่ สธ.๐๙๔๓.๐๑/๗๗

วันที่ ๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๓

เรื่อง ขอความร่วมมือเจ้าหน้าที่ทุกท่าน ดำเนินกิจกรรมแผนขับเคลื่อนตัวชี้วัดที่ ๒.๒.๑ บุคลากรในองค์กร
มีสุขภาพดี (Happy body)

เรียน หัวหน้าทุกกลุ่ม และเจ้าหน้าที่ทุกท่าน

ตามที่ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ โดยคณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร
สร้างสุข ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบดำเนินงานตามตัวชี้วัดที่ ๒.๒.๑ บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพดี (Happy body)
ซึ่งกำหนดให้เจ้าหน้าที่ในหน่วยงานต้องเข้าร่วมกิจกรรมตาม template รอบ ๖ เดือนหลัง (เดือนเมษายน -
กันยายน ๒๕๖๓) ปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ของกรมอนามัย และตามแผนการดำเนินงานขับเคลื่อนองค์กรสร้างสุข
บุคลากรสุขภาพดี (Happy body) และกำหนดให้รายงานผลการดำเนินงานตามแผน นั้น

ในการนี้ ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ ขอความร่วมมือเจ้าหน้าที่ทุก
ท่านเข้าร่วมกิจกรรม ดังต่อไปนี้

๑. เข้าร่วมกิจกรรม “ก้าวทำใจ Season ๒ ด้านภัยโควิด ๑๙ พิชิต ๖๐ วัน ๖,๐๐๐ กิโลแคลอรี”
พร้อมทั้งส่งผลการสะสมระยะทางเดินหรือวิ่งประจำวันเข้าในแอปพลิเคชัน Line เริ่มตั้งแต่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓
ถึง ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๓

๒. เข้ารับบริการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๓ ตามสถานบริการสาธารณสุขต่างๆ และมีผล
การตรวจสุขภาพ (ยกเว้นเจ้าหน้าที่จ้างเหมาบริการ)

๓. ประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากรอายุ ๓๕ ปีขึ้นไป
ด้วยโปรแกรม Thai CV risk score: https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cv_risk_score/
และขอให้ผู้ตอบแบบประเมินแจ้งผลและลงลายมือชื่อผู้ตอบแบบประเมินความเสี่ยงฯ ได้ที่ น.ส.ศุทธา อุ่นภาค

๔. ประชุมเชิงปฏิบัติการสร้างความรู้ความเข้าใจ เรื่ององค์กรสร้างสุขบุคลากรสุขภาพดีไม่มี
โรคร้าย (Happy Body) กินอิม นอนอุ่น หุ่นต้องดี

๕. ประชุมเชิงปฏิบัติการสร้างความรู้ความเข้าใจ เรื่องรอบรู้สุขภาพ วัยทำงานมีสุขภาพกายดีและพินดี

๖. ประชุมเชิงปฏิบัติการเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อถ่ายทอดวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
สู่การเป็นบุคคลต้นแบบสุขภาพดีไม่มีโรคร้าย และการจัดการข้อมูลและความรู้ ศอช.

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และเข้าร่วมกิจกรรมตามแผนดังกล่าวด้วย จะเป็นพระคุณ

(นางนงเยาว์ เอี่ยมสอาด)
เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน

อนุมัติ

(นายสุรพันธ์ แสงสว่าง)

นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ ปฏิบัติหน้าที่
ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

หลักฐานประกอบการตรวจร่างกาย และ วิเคราะห์ CV risk score (ระดับ 4 ของมิติ 2.2.1)

หน่วยงาน ศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

ประเภทบุคลากร	จำนวนทั้งหมด (คน)	จำนวนที่ตรวจสุขภาพ (คน)	จำนวนคนที่อายุ 35 ปีขึ้นไป (คน)	ผลการวิเคราะห์ CV risk score				
				(ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดสมองในอนาคต)				
				<10%	10-20% (ปานกลาง)	20-<30% (สูง)	30-<40% (สูงมาก)	>40% (สูงอันตราย)
ข้าราชการ	18	17	7	5	1	0		
พนักงานราชการ	7	7	4	3	0	1		
ลูกจ้างประจำ	17	17	17	13	3	1		
รวม	42	41	28	21	4	2	0	0

**หมายเหตุ : ข้าราชการ 1 คน อยู่ระหว่างการฟื้นฟูร่างกาย

เอกสารหลักฐาน

แผนงาน/กิจกรรมการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของ บุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไป

แผนการดำเนินงานขับเคลื่อนองค์กรสร้างสุข บุคลากรมีสุขภาพดี (Happy Body)

๒๒.2.1 มิติที่ 1 บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพดี (Happy Body) รอบ 6 เดือนหลัง (เม.ย. - ก.ย. 63)

นโยบาย	มาตรการสำคัญ	ประเด็นความรู้	ชื่อกิจกรรม/ขั้นตอนการดำเนินงาน	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ						ผู้รับผิดชอบ
					เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
1. ส่งเสริมและสนับสนุนให้เจ้าหน้าที่ศูนย์ทุกคนมีสุขภาพที่ดีทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สดหรือไม่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง	1. ส่งเสริมให้บุคลากรได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีครบทุกคน 2. กำหนดให้เจ้าหน้าที่ศูนย์ เข้าร่วมกิจกรรมยืดเหยียดในเวลา 10.00 น. - 10.15 น. และเวลา 14.30 น. - 14.45 น. ในระหว่างการปฏิบัติงาน และการเข้าร่วมประชุม โดยให้คณะทำงานขับเคลื่อนคุณธรรมความโปร่งใส และองค์กรสร้างสุข เป็นผู้ดำเนินกิจกรรม	- แผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ.2560 - 2564) - แนวทางการขับเคลื่อนความสุข กระทรวงสาธารณสุข ปี 2562 - 2563 - แผนปฏิบัติการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย - คู่มือ "7 สัปดาห์รอบรู้สุขภาพดี" ฉบับปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 30 2ส. - รอบรู้ สุขภาพวัยทำงาน - การประเมินพฤติกรรมสุขภาพด้วย 4 พฤติกรรม - โรคที่ศูนย์ - โปรแกรม	1. ทบทวนและวิเคราะห์ผลสถานะสุขภาพ (รอบ 6 เดือนแรก) และแผนการดำเนินงาน รอบ 6 เดือนหลัง 2. ประชุมคณะทำงานฯ เพื่อกำกับติดตาม และรายงานผลการดำเนินงานตามเวลาที่กำหนด 3. การสื่อสารสถานการณ์สุขภาพ นโยบายและมาตรการขับเคลื่อนองค์กรสร้างสุข (Happy Body) และสื่อสารแผนการดำเนินงานให้บุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมตามแผน 4. การตรวจสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน 5. ประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไป Thai CV risk score	1 ครั้ง 3 ครั้ง รับทราบและเข้าร่วมกิจกรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 40 คน 27 คน	↔						น.ส.ศุภรดา อุ่นดวงดี น.ส.ปณิตษา ตานดวงดี นางยุ้งใจ เข้มฮวด น.ส.ศุภรดา อุ่นดวงดี น.ส.ศุภรดา อุ่นดวงดี น.ส.ปณิตษา ตานดวงดี

ด้วยโปรแกรม https://www.rama.mahidol.ac.th/cardio_vascular_risk/thai_cv_risk_score/



ที่ ลป ๐๐๓๒.๓๐๔/๑๒๓๒

โรงพยาบาลห้างฉัตร
อ.ห้างฉัตร จ.ลำปาง
๕๒๑๙๐

๒๕ มิถุนายน ๒๕๖๓

เรื่อง ส่งผลการตรวจสุขภาพของเจ้าหน้าที่

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยกลุ่มชาติพันธุ์ ชายขอบ และแรงงานข้ามชาติ

สิ่งที่ส่งมาด้วย สรุปลผลการตรวจสุขภาพของเจ้าหน้าที่ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ หน่วยงานของท่านได้ส่งเจ้าหน้าที่เข้ารับบริการตรวจสุขภาพที่โรงพยาบาลห้างฉัตร
นั้น

ทางโรงพยาบาลห้างฉัตร ขอส่งสรุปลผลการตรวจสุขภาพและข้อเสนอแนะ ตามรายละเอียดที่
แนบมาพร้อมกับหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายพนรัตน์ วิชระจรกุล)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลห้างฉัตร

กลุ่มงานบริการด้านปฐมภูมิและองค์รวม
งานอาชีวอนามัย

โทร ๐ ๕๔๒๖ ๙๕๐๖ ต่อ ๑๑๒

โทรสาร ๐ ๕๔๒๖ ๙๕๑๕, ๐ ๕๔๒๖ ๙๒๓๒

รายชื่อผู้ตอบแบบความเครียดต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด อายุ 35 ปีขึ้นไป

ตัวชี้วัด 2.2.1 บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพดี (Happy Body)

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	ตำแหน่ง	ลายมือชื่อ	วันที่ตอบแบบประเมิน
1	นางรุ่งรต์มี ศรีวงศ์พันธ์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ		24 มิ.ย. 63
2	นางอโณทัย พรหมชัย	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	อยู่ระหว่างฟื้นฟูร่างกาย	
3	นางนงเยาว์ เอี่ยมสะอาด	เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน		24 มิ.ย. 63
4	นายศุภวิทย์ อมรยุทธ์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ		24 มิ.ย. 63
5	นางวาริสรา กองคำบุตร	จพง.ธุรการชำนาญงาน		23 มิ.ย. 63
6	นางจรรุวรรณ ปงผาบ	เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน		24 มิ.ย. 63
7	นายสมชวน ใจกระจ่าง	นายช่างไฟฟ้าชำนาญงาน		23 มิ.ย. 63
8	น.ส.เมธาพร ผดุงพงษ์	พนักงานธุรการระดับ ส4		24 มิ.ย. 63
9	นางรัชนก บุตรดาแก้ว	พนักงานธุรการระดับ ส3		24 มิ.ย. 63
10	นายบุญเจิด คำใส	พนักงานธุรการระดับ ส3		24 มิ.ย. 63
11	น.ส.เสงี่ยม เป็งปลูก	พนักงานการเงินและบัญชี ระดับ ส3		24 มิ.ย. 63
12	นางสุนีย์รัตน์ หาญจักรคำ	พนักงานการเงินและบัญชี ระดับ ส3		24 มิ.ย. 63
13	น.ส.สายเพียร ปราสุวรรณ	พนักงานธุรการ ระดับ ส3		24 มิ.ย. 63
14	นางประไพศรี กันทะมูล	พนักงานพิมพ์ ระดับ ส1		23 มิ.ย. 63
15	นางอนงค์ ธีรินทอง	พนักงานประกอบอาหาร ระดับ ส2		24 มิ.ย. 63
16	นายกิตติวัฒน์ เดชาพลิชฐ์สิน	ผู้ช่วยเจ้าหน้าที่อนามัย ระดับ ส2		24 มิ.ย. 63
17	นางลอย ถาน้อย	พนักงานสถานที่ ระดับ บ2		24 มิ.ย. 63
18	นายผัด อภิชัย	พนักงานพิมพ์ ระดับ ส1		24 มิ.ย. 63
19	นายสุวิทย์ น้อยปลูก	พนักงานทั่วไป ระดับ บ2		24 มิ.ย. 63
20	นายมนู จักรทิพย์	พนักงานรักษาความปลอดภัย ระดับ บ2		24 มิ.ย. 63
21	นางสมพร แก้วมา	พนักงานพัสดุ ระดับ ส3		23 มิ.ย. 63
22	นายเกษม อิ่มจันทร์	พนักงานขับรถยนต์ ระดับ ส2		23 มิ.ย. 63
23	นางณัฐธนา มีมานะ	ผู้ช่วยเจ้าหน้าที่อนามัย ระดับ ส2		24 มิ.ย. 63
24	นายนิกร กิ่งกันคำ	ช่างถ่ายภาพ ระดับ ข3		24 มิ.ย. 63
25	นางนุชนาถ รัตมีสถาพร	พี่เลี้ยงเด็ก		24 มิ.ย. 63
26	นายสุรสิทธิ์ ฉันทกุล	นักวิชาการคอมพิวเตอร์		24 มิ.ย. 63
27	น.ส.ปณิศพา คานคองค์	นักทรัพยากรบุคคล		24 มิ.ย. 63
28	น.ส.กฤษณา ช่วยไทย	นักวิชาการเผยแพร่		23 มิ.ย. 63