

1.เรื่อง: คู่มือ “โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบกิจการเพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพ
ใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)”

2.ชื่อ-นามสกุล นางสาวนุรมา อิตัง

3.ชื่อหน่วยงาน กองอนามัยวัยทำงาน

4.หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยมีประชากรวัยแรงงานประมาณ 40.28 ล้านคน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ ไตรมาสที่ 1,2566) จากข้อมูลจะเห็นได้ว่า ประชากรวัยแรงงานถือเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศ เป็นกำลังสำคัญในการสร้างความเข้มแข็งและขับเคลื่อนระบบเศรษฐกิจของประเทศ จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลสุขภาพ พบว่า การเจ็บป่วยด้วยกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases : NCDs) ในกลุ่มวัยแรงงานมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ซึ่งมีสาเหตุหลักๆ เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ กรมอนามัยได้มีการดำเนินงาน 10 packages ตั้งแต่ พ.ศ.2561 - ปัจจุบัน (นโยบายปลอดภัยดี สุขภาพดี งานดี มีความสุขในสถานประกอบการ) มีจำนวนสถานประกอบการเข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 593 แห่ง สถานประกอบการส่วนใหญ่เลือกดำเนินงานตามปัญหาของตน มิได้มีการดำเนินงานครบทั้ง 10 packages ขาดความต่อเนื่องยั่งยืน นอกจากนี้ยัง พบว่าปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงานด้านต่างๆ ดังนี้ 1.ด้านบุคลากร 2.ความต่อเนื่องในงานบูรณาการร่วมกับองค์กรภาคีเครือข่าย 3.ด้านงบประมาณ และ 4. การพัฒนาโครงการรูปแบบนวัตกรรมใหม่ จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นทาง

กรมอนามัยจึงได้ขอรับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อเปิดช่องทางดังกล่าว โดยมี 7 ประเด็นบูรณาการ (กิจกรรมทางกาย , สุขภาพจิต, อาหาร, สิ่งแวดล้อม, ยาสูบและแอลกอฮอล์, สุขภาวะครอบครัว และ สุขภาวะองค์กร) เป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนเพื่อให้เกิดการทำงานแบบบูรณาการร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และองค์กรภาคีเครือข่าย เกิดการพัฒนานวัตกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพ มีบุคลากรผู้เชี่ยวชาญหรือวิทยากรจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มาสนับสนุนในการดำเนินงาน และสร้างขวัญกำลังใจให้กับบุคลากรที่ทำงานด้านส่งเสริมสุขภาพ สร้างความเข้มแข็งในระดับเครือข่ายของนักส่งเสริมสุขภาพทั่วประเทศ ผ่านระบบของกรมอนามัย

5.วัตถุประสงค์

1. เพื่อผลักดันให้งานสร้างเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบกิจการ (Happy Workplace) โดยมีแนวทาง 10 Packages ถูกกำหนดเป็นแผนปฏิบัติการหรือนโยบายระดับกรมร่วมกับกรมอนามัย
2. สนับสนุนการพัฒนานวัตกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ เพื่อสร้างและขยายผลงานสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการครอบคลุม 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)
3. ส่งเสริมสถานประกอบการให้มีการดำเนินกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในองค์กรตามทิศทางเป้าหมาย 10 ปี สสส. (2566-2575) และพัฒนาพื้นที่ต้นแบบเพื่อขยายผล

6. วิธีการ/ขั้นตอนการดำเนินงานตามกระบวนการ

รายละเอียดขั้นตอน

1. จัดประชุมร่วมกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดหัวข้อและขอบเขตของเนื้อหา เช่น สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
2. เตรียมข้อมูลสำคัญที่จะเผยแพร่
3. ออกแบบแผ่นพับ เลือกขนาด รูปแบบ กราฟฟิก
4. ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและรายละเอียด
5. จัดพิมพ์แผ่นพับ โดยมีรายละเอียด คือ
 - จัดทำแผ่นพับเกณฑ์การประเมิน 7 ประเด็นบูรณาการ ได้แก่ กิจกรรมทางกาย, สุขภาพจิต, อาหาร, สิ่งแวดล้อม, ยาสูบและแอลกอฮอล์, สุขภาวะครอบครัว และสุขภาวะองค์กร
 - ส่งพิมพ์และกระจายให้ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

เกณฑ์การประเมิน 7 ประเด็นบูรณาการ

1. กิจกรรมทางกาย: เกณฑ์ที่สามารถใช้ในการประเมินหุ่นดี

- 1) ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index - BMI): BMI เป็นตัวเลขที่คำนวณจากน้ำหนักและส่วนสูงของบุคคล โดยสามารถใช้สูตรนี้คำนวณ: $BMI = \text{น้ำหนัก (กิโลกรัม)} / (\text{ส่วนสูง (เมตร)} * \text{ส่วนสูง (เมตร)})$
ค่า BMI ที่น้อยกว่า 18.5 ถือว่าผู้รับประทานอยู่ในกลุ่มน้ำหนักน้อย, ระหว่าง 18.5 - 24.9 ถือว่าอยู่ในกลุ่มน้ำหนักปกติ, ระหว่าง 25 - 29.9 ถือว่าอยู่ในกลุ่มน้ำหนักเกิน, และ 30 หรือมากกว่า ถือว่าอยู่ในกลุ่มอ้วน
- 2) รอบเอว (Waist Circumference): เป็นตัวเลขที่คำนวณจากส่วนสูงเป็นเซนติเมตร/2 สำหรับผู้ชาย, รอบเอวมักกว่า 94 ซม. ถือว่าเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจและเบาหวาน. สำหรับผู้หญิง, รอบเอวมักกว่า 80 ซม. มีความเสี่ยงใกล้เคียง
- 3) ร้อยละไขมันในร่างกาย: การวัดจำนวนไขมันในร่างกายสามารถทำได้ผ่านการวัดร้อยละไขมันในร่างกาย (Body Fat Percentage) โดยใช้เครื่องมือเช่น เครื่องวัดไขมันเป็นตัวเลข หรือด้วยการวัดรอบเอวและรอบสะโพก
- 4) การวัดสัดส่วนร่างกาย: การวัดสัดส่วนของร่างกายเช่น สัดส่วนเอว-สะโพก (Waist-to-Hip Ratio) หรือ สัดส่วนรอบตัวของส่วนบนถึงส่วนล่าง (Upper-to-Lower Body Ratio) สามารถใช้เพื่อประเมินหุ่นดี
- 5) การวัดความสามารถทางกาย: การทดสอบความสามารถทางกายเช่น การวิ่งทดสอบ 1.5 ไมล์หรือการทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Strength Test) อาจเป็นตัวช่วยในการประเมินระดับฟิตเนสและหุ่นดี

2. สุขภาพจิต: เกณฑ์การประเมินสุขภาพจิต

- 1) แบบสำรวจความเครียด: ใช้แบบสำรวจเพื่อวัดระดับความเครียดของพนักงานในสถานที่ทำงาน โดยให้คะแนนตามความเครียดที่พนักงานรู้สึกในงานหรือสถานที่ทำงานและตัวเลขที่ต่ำก็แปลว่าสุขภาพจิตดีขึ้น
- 2) สถิติการลาจิจ: การวิเคราะห์การลาจิจเนื่องจากปัญหาสุขภาพจิตสามารถใช้เป็นตัวบ่งชี้ การลามากจะบ่งชี้ถึงปัญหาสุขภาพจิตในองค์กร
- 3) การสำรวจความพึงพอใจของพนักงาน: การเก็บข้อมูลเกี่ยวกับความพึงพอใจของพนักงานในสถานที่ทำงานเกี่ยวกับ

สภาพแวดล้อมทางการงานและการสนับสนุนที่ได้รับ คะแนนที่สูงจะแสดงถึงสุขภาพจิตที่ดี

- 4) ความถี่ของการลางานที่เนื่องมาจากสุขภาพจิต: การจดสถิติความถี่ของการลางานที่เนื่องมาจากปัญหาสุขภาพจิตสามารถใช้เพื่อวัดระดับปัญหาในองค์กร
- 5) การสำรวจการประเมินสุขภาพจิต: การใช้เครื่องมือการประเมินสุขภาพจิตที่อิสระหรือถูกพัฒนาขึ้นโดยองค์กรด้านสุขภาพจิตเพื่อวัดสุขภาพจิตของพนักงาน
- 6) การสำรวจระดับความพึงพอใจและรู้สึกของพนักงาน: การสำรวจระดับความพึงพอใจและความรู้สึกของพนักงานเกี่ยวกับสุขภาพจิตของตนเอง

3. อาหาร: เกณฑ์การประเมินอาหารในสถานประกอบการ

- 1) ระบบการประเมินความพึงพอใจของลูกค้า (Customer Satisfaction): การให้ลูกค้ารีวิวและคะแนนความพึงพอใจของพวกเขาเกี่ยวกับรสชาติ, คุณภาพของอาหาร, บริการ, ราคา, และประสบการณ์รวมๆ ในร้านอาหาร
- 2) คะแนนระดับความสะอาด (Sanitation Scores): การให้คะแนนระดับความสะอาดของสถานที่และความประพฤติของพนักงานที่มีผลต่อความปลอดภัยของอาหาร
- 3) คะแนนคุณภาพของวัตถุดิบ (Ingredient Quality Scores): การให้คะแนนคุณภาพของวัตถุดิบที่ใช้ในการเตรียมอาหาร เช่น การเลือกใช้วัตถุดิบสด และคุณภาพที่ดี
- 4) คะแนนความสมบูรณ์โภชนาการ (Nutritional Quality Scores): การประเมินคุณค่าโภชนาการของเมนูอาหารเพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับปริมาณแคลอรี, ไขมัน, โปรตีน, คาร์โบไฮเดรต, แร่ธาตุ, และวิตามินค่าพลังงาน (Calories) ควรระบุค่าพลังงานในแต่ละเมนูอาหาร และระบุค่าพลังงานรวมในเมนูทั้งหมด ให้ลูกค้าหรือพนักงานทราบ

4. สิ่งแวดล้อมที่ดี: เกณฑ์การประเมินเรื่องสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการ

- 1) ระบบมาตรฐานสิ่งแวดล้อม ISO: มาตรฐาน ISO (International Organization for Standardization) เช่น ISO 14001 เป็นตัวชี้วัดสิ่งแวดล้อมที่มีความเชื่อถือทั่วโลกสำหรับระบบบริหารสิ่งแวดล้อมขององค์กร การประเมินระบบการบริหารสิ่งแวดล้อม ISO 14001 มักใช้เกณฑ์การประเมินเชิงเจาะจงเพื่อให้คะแนนสิ่งแวดล้อมของกิจการ
- 2) ดัชนีสิ่งแวดล้อม: มีดัชนีต่าง ๆ ที่ใช้วัดผลประสิทธิภาพทางสิ่งแวดล้อมขององค์กร เช่น ดัชนีคาร์บอน, ดัชนีการใช้น้ำ
- 3) การประเมินผลกระทบสิ่งแวดล้อม (Environmental Impact Assessment, EIA): กระบวนการประเมินผลกระทบของโครงการหรือกิจกรรมต่าง ๆ ต่อสิ่งแวดล้อม โดยใช้หลายเกณฑ์การประเมิน เช่น การประเมินความรุนแรงของผลกระทบทางสิ่งแวดล้อม
- 4) ความเป็นไปได้ในการประเมินโดยภายนอก: บางองค์กรใช้บริการจากบุคคลภายนอกที่มีความเชี่ยวชาญในการประเมินสิ่งแวดล้อม เพื่อประเมินผลประสิทธิภาพทางสิ่งแวดล้อมขององค์กร
- 5) การรายงานทางสิ่งแวดล้อม: การรายงานผลประสิทธิภาพทางสิ่งแวดล้อมขององค์กรตามหลักการและมาตรฐานที่ระบุ โดยรายงานนี้ส่วนใหญ่จะรวมข้อมูลที่เป็นตัวเลขเพื่อแสดงผลการดำเนินงานทางสิ่งแวดล้อม
- 6) การวัดระบบคลั่งสินค้าทางสิ่งแวดล้อม (Environmental Footprint): การวัดผลกระทบทางสิ่งแวดล้อมของผลิตภัณฑ์หรือบริการขององค์กร โดยใช้เกณฑ์การประเมินเชิงเลขเพื่อประเมินความยั่งยืนทางสิ่งแวดล้อม

5. สุขยาสุขและแอลกอฮอล์: เกณฑ์การประเมินเรื่องบุหรีและแอลกอฮอล์ในสถานประกอบกิจการ

1) การที่คนทำงานสูบบุหรี

- อัตราการสูบบุหรี: นับจำนวนคนที่สูบบุหรีในสถานประกอบกิจการและหากเป็นไปได้ควรระบุอัตราการสูบบุหรีวันละหรือสัปดาห์ละครั้ง
- ร้อยละของพนักงานที่สูบบุหรี: คำนวณโดยหารจำนวนคนที่สูบบุหรีด้วยจำนวนคนทั้งหมดในสถานประกอบกิจการและคูณด้วย 100

2) การใช้แอลกอฮอล์

- ปริมาณแอลกอฮอล์ที่ใช้: วัดปริมาณแอลกอฮอล์ที่ซื้อหรือใช้ในสถานประกอบกิจการ เช่น จำนวนขวดเหล้า
- การใช้แอลกอฮอล์ในสถานประกอบกิจการ: นับจำนวนครั้งที่แอลกอฮอล์ถูกใช้ในสถานประกอบกิจการ เช่น จำนวนครั้งที่ลูกค้าสั่งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ร้อยละของพนักงานที่มีปฏิริยาต่อแอลกอฮอล์: นับจำนวนคนที่มีปฏิริยาต่อแอลกอฮอล์ เช่น การบริโภคน้อยอย่างส่วนตัวหรือการแก้ปัญหาด้วยการดื่ม

3) มาตรฐานความปลอดภัย

- มาตรฐานความปลอดภัยเพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดจากการสูบบุหรีหรือการใช้แอลกอฮอล์ เช่น การกำหนดพื้นที่สูบบุหรีหรือการใช้แอลกอฮอล์ในสถานประกอบกิจการ)

6. สุขภาวะครอบครัว: การประเมินเรื่องสุขภาวะครอบครัวในสถานประกอบกิจการ

1) Family Satisfaction Survey (แบบสำรวจความพึงพอใจของครอบครัว)

2) Family Satisfaction Survey (แบบสำรวจความพึงพอใจของครอบครัว) สำรจนี้สามารถใช้เพื่อวัดระดับความพึงพอใจของสมาชิกครอบครัวในสถานประกอบการต่อความพึงพอใจของพวกเขาในด้านต่าง ๆ ของสุขภาพจิตและความสุข

3) Work-Life Balance Index (ดัชนีความสมดุลระหว่างงานและชีวิตส่วนตัว) ดัชนีนี้วัดระดับความสมดุลระหว่างงานและชีวิตส่วนตัวของพนักงาน โดยให้คะแนนตามความพึงพอใจในการทำงานและการมีชีวิตส่วนตัว

4) Family-Friendly Policies (นโยบายที่เป็นมิตรต่อครอบครัว) วัดการมีนโยบายที่เป็นมิตรต่อครอบครัวในสถานประกอบการ เช่น การมีกรลาหยุดที่ยืดหยุ่น การมีโครงสร้างการทำงานที่สอดคล้องกับความต้องการของครอบครัว

5) Employee Satisfaction Surveys (แบบสำรวจความพึงพอใจของพนักงาน) แบบสำรวจนี้สามารถรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับความพึงพอใจของพนักงานในด้านการทำงานและส่วนตัว ซึ่งสามารถทำให้คุณเข้าใจเพิ่มเติมเกี่ยวกับครอบครัวและสุขภาวะของพนักงาน

6) Absenteeism and Leave Data (ข้อมูลการขาดงานและการลาหยุด) วิเคราะห์ระดับของการขาดงานและการลาหยุดในองค์กร เพื่อเข้าใจความสมดุลระหว่างงานและชีวิตส่วนตัวของพนักงาน

7) Employee Assistance Program (โปรแกรมสนับสนุนพนักงาน) การตรวจสอบการใช้งานโปรแกรมสนับสนุนพนักงานที่สามารถช่วยพนักงานและครอบครัวของพวกเขาในด้านสุขภาพจิตและสุขภาวะครอบครัว

7. สุขภาวะขององค์กร: การประเมินเรื่องสุขภาวะองค์กรในสถานประกอบกิจการสามารถทำได้โดยใช้ตัวชี้วัด (KPIs)

1) ประสิทธิภาพของการทำงาน

- อัตราการเสียเวลาในการผลิตหรือการให้บริการ
- อัตราการเสียโอกาสในการขายสินค้าหรือบริการ
- อัตราการผิดพลาดในกระบวนการผลิตหรือการให้บริการ

2) คุณภาพของผลิตภัณฑ์หรือบริการ

- อัตราการมีปัญหาหรือการคืนสินค้า
- คะแนนความพึงพอใจของลูกค้า
- อัตราการร้องเรียนจากลูกค้า

3) การดำเนินการทางการเงิน

- กำไรสุทธิหรือกำไรสุทธิมีมาตรฐาน
- อัตราการสต็อกสินค้าหรือวัตถุดิบ
- ค่าใช้จ่ายทั่วไปหรือรายจ่ายของบริษัท

4) พลวัตของบุคลากร

- อัตราการลาออกจากงาน
- คะแนนความพึงพอใจของพนักงาน
- อัตราการพัฒนาทักษะและการเรียนรู้ของพนักงาน

5) การดำเนินการทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

- การลดการใช้พลังงานหรือการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก
- การเปิดโอกาสการทำกิจกรรมสังคมที่ดี
- ความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม

6. ความคงทนของระบบและโครงสร้าง

- การคงทนของโครงสร้างการเงินและความสามารถในการดำเนินธุรกิจในระยะยาว
- ความเสถียรของซื้อขายและราคาวัสดุหรือสินค้า
- การพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมในองค์กร

7. สรุปและข้อเสนอแนะ

-

8. ช่องทางการเผยแพร่

ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง

ตัวอย่างแผนพับ

สุขภาวะครอบครัว

สุขภาวะครอบครัว คือ สภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงและมีความสุขของสมาชิกในครอบครัวทั้งหมด ซึ่งรวมถึงความสัมพันธ์และความพึงพอใจกันมา จากความรัก ความเข้าใจ ความเชื่อมั่น และความสนับสนุนระหว่างสมาชิกในครอบครัว

เกณฑ์การประเมินสุขภาวะครอบครัว ในสถานประกอบการ

สุขภาวะองค์กร

สุขภาวะองค์กร หมายถึง สภาพความเป็นอยู่ที่ดีขององค์กรหรือองค์กรที่ดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน โดยมุ่งหวังที่จะสร้างความสำเร็จในการดำเนินธุรกิจหรือกิจกรรมที่ตั้งเป้าหมายไว้

เกณฑ์การประเมินสุขภาวะองค์กร ในสถานประกอบการ

- ประสิทธิภาพการทำงาน
- คุณภาพของผลิตภัณฑ์หรือบริการ
- การดำเนินการทางจริยธรรม
- ผลวิจัยของบุคลากร
- การดำเนินการทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

7 ประเด็นการบูรณาการ

กิจกรรมทางกาย
ผู้ดี สุขชาติ Happy Body

อาหาร
โรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ Happy Body

ยาสูบและแอลกอฮอล์
สถานประกอบการดี ชีวิตดีใส โรงออกออดดีคู่ใจ Happy Body

สุขภาพจิต
จิตดีใส ใจเป็นสุข Happy Soul, Happy Heart

สุขภาวะครอบครัว
ครอบครัวดีสุดใส ใจดีสุดใส สุขสุดคุณแม่ เต็มใจเป็นห่วงใยกันทุกก้าวที่ก้าวข้ามมา Happy Family, Happy Money

สิ่งแวดล้อม
สถานประกอบการปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี มีสุขสวัสดิ์ Happy Society

สุขภาวะองค์กร
เมื่อต้องเผชิญกับโควิด, สถานประกอบการก้าวไกล ต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานด้วยชาติ Happy Brain, Happy Heart

โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

ในสถานประกอบการ

เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะใน 4 มิติ

(กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)

10 Packages Happy 8 10 Packages Happy 8

กองอนามัยวัยทำงาน กรมอนามัย

ที่มาโครงการ

สถานการณ์ของประชากรวัยทำงานทั่วโลกต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงานโดยเฉพาะกลุ่มวัยทำงานในประเทศไทยที่พบว่าพฤติกรรมที่ไม่ดี เช่น การบริโภคอาหารไม่เหมาะสม, กิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ, การดื่มแอลกอฮอล์, การสูบบุหรี่, และมีความเครียดเรื้อรังเป็นสาเหตุหลักของโรคร้ายต่อเรื้อรัง (NCDs) เพื่อให้ปัญหาที่ กรมอนามัยได้มีการดำเนินงานด้วย 10 packages ตั้งแต่ พ.ศ.2561 - ปัจจุบัน

พ.ศ. 2566 กรมอนามัยร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการเพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) โดยการบูรณาการเครื่องมือส่งเสริมสุขภาพของกรมวัยทำงานด้วย 10 packages และ Happy 8 โดยมี 7 ประเด็นบูรณาการ (กิจกรรมทางกาย, สุขภาพจิต, อาหาร, สิ่งแวดล้อม, ยาสูบและแอลกอฮอล์, สุขภาวะครอบครัว และ สุขภาวะองค์กร) ใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนาบุคลากรเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและเจ้าหน้าที่จากสถานประกอบการ เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจในการทำงานและส่งเสริมสุขภาพของวัยทำงานและพัฒนาศักยภาพชีวิตของวัยทำงานในสถานประกอบการ

วัตถุประสงค์โครงการ

1. เมื่อผลักดันให้งานสร้างเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการ (Happy Workplace) โดยมีแนวทาง 10 Packages ถูกกำหนดเป็นแผนปฏิบัติการหรือนโยบายระดับกรมร่วมกับกรมอนามัย
2. สนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ เมื่อสร้างและขยายผลงานสร้างเสริมสุขภาพในสถานประกอบการกลุ่ม 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)
3. ส่งเสริมสถานประกอบการให้การดำเนินงานกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในองค์กรตามทิศทางเป้าหมาย 10 ปี สสส. (2566-2575) และพัฒนาระดับต้นแบบเมื่อขยายผล

กลุ่มเป้าหมาย

- บุคลากรต้นกลางและส่วนภูมิภาคชั้นงานปีที่ 1-12 และสถานพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง
- สถานประกอบการต้นแบบ
- หน่วยงานที่ร่วม MOU
- สถานประกอบการที่มีบริการพัฒนาศักยภาพนักส่งเสริมสุขภาพเพื่อสร้างสุขภาพะองค์กร

กิจกรรมทางกาย

เกณฑ์การประเมินกิจกรรมทางกาย ในสถานประกอบการ

5. 5.การวัดความแข็งแรงทางกายภาพ
4. 4.การวัดสภาวะจิตใจ
3. 3.สิ่งแวดล้อมในบริเวณทำงาน
2. 2. วัฒนธรรม
1. 1. วัฒนธรรม

สิ่งแวดล้อม

เกณฑ์การประเมินสิ่งแวดล้อม ในสถานประกอบการ

- 1.ดัชนีสิ่งแวดล้อม
- 2.ความเข้มแข็งในการประเมินโดยภายนอก
- 3.ระบบมาตรฐานสิ่งแวดล้อม ISO
- 4.การวัดระบบคลังสินค้าทางสิ่งแวดล้อม
- 5.การประเมินผลกระทบสิ่งแวดล้อม (Environmental Impact Assessment, EIA)

ยาสูบและแอลกอฮอล์

เกณฑ์การประเมินบุหรี่และแอลกอฮอล์ ในสถานประกอบการ

- อัตราการใช้ยาสูบ
- ร้อยละของพนักงานที่สูบบุหรี่
- ปริมาณแอลกอฮอล์ที่ดื่ม
- ร้อยละของพนักงานที่มีพฤติกรรมยาสูบและแอลกอฮอล์

สุขภาพจิต

เกณฑ์การประเมินสุขภาพจิต ในสถานประกอบการ

- แบบสำรวจความเครียด
- การสำรวจการประเมินสุขภาพจิต
- สถิติการลาพัก
- การสำรวจระดับความพึงพอใจและความรู้สึกของพนักงาน
- ความถี่ของการลาป่วยเนื่องจากสุขภาพจิต

อาหาร

เกณฑ์การประเมินอาหาร ในสถานประกอบการ

- คะแนนระดับความสะอาด
- ระบบการประเมินความพึงพอใจของผู้กิน
- คะแนนความสมบูรณ์โภชนาการ
- คะแนนคุณภาพของวัตถุดิบ

โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

ในสถานประกอบการ

เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะใน 4 มิติ

(กาย ใจ สังคม จิตปัญญา)