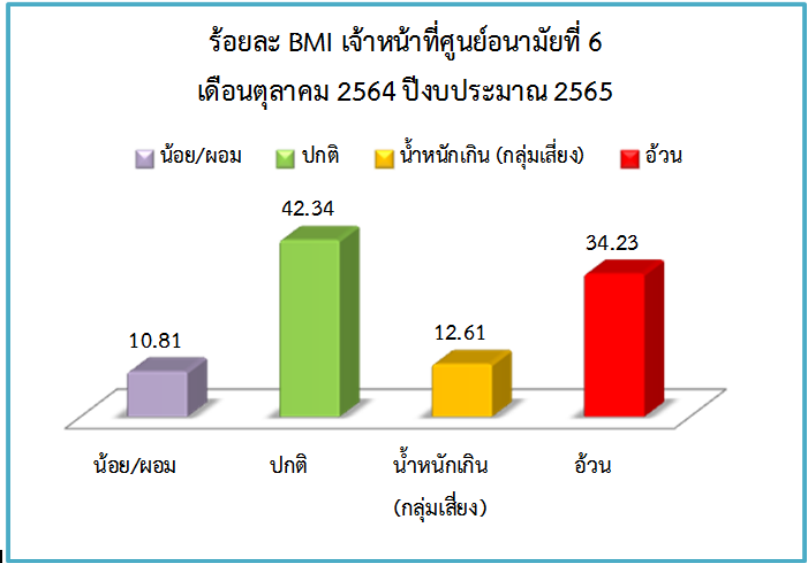


### กิจกรรมการติดตามภาวะสุขภาพชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว ประจำเดือนตุลาคม 2564

ทุกสัปดาห์ที่ 3 ของเดือนศูนย์อนามัยที่ 6 จะมีกิจกรรมการชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอวเจ้าหน้าที่ เพื่อคำนวณค่า BMI และบันทึกภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่ แต่ในเดือนตุลาคมนี้ได้ดำเนินการในสัปดาห์ที่ 4 ในวันที่ 25-29 ตุลาคม 2564 เนื่องจากในสัปดาห์ที่ 3 มีวันหยุดหลายวัน เจ้าหน้าที่มีทั้งหมดจำนวน 113 คน ได้มีการชั่งน้ำหนักและวัดรอบเอวครบ 100% ซึ่งไม่ได้นับรวมเจ้าหน้าที่ ที่ตั้งครุฑจำนวน 2 คน โดยเจ้าหน้าที่ทำการลงข้อมูลน้ำหนักและรอบเอวของตนเองใน Google Form ด้วยการสแกน QR Code หรือผ่านช่องทาง link ในกลุ่ม Line HPC6 Chonburi เพื่ออำนวยความสะดวกในการตรวจวัดด้วยตนเอง ทางทีมดำเนินการได้นำอุปกรณ์วางไว้ให้บริเวณทางเชื่อมตึก ซึ่งถือเป็นการดำเนินการที่ลดขั้นตอนการทำงานของทีมดำเนินการ และยังเป็นการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับเจ้าหน้าที่อีกด้วย ได้ข้อมูลดังตารางนี้

รายการ	เดือนตุลาคม 2564	
	คน	ร้อยละ
น้อย/ผอม < 18.5	12	10.81
ปกติ 18.5- 22.9.	47	42.34
น้ำหนักเกิน (กลุ่มเสี่ยง) 23.0 – 24.9	14	12.61
อ้วน ≥ 25.0	38	34.23
รวม	111	100

จากตาราง ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติสูงสุดจำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 42.34 รองลงมาคือ ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์อ้วนจำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 34.23 และค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักเกิน/กลุ่มเสี่ยง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 12.61 และน้อยที่สุดคือค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้อย/ผอมจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 10.81 จะเห็นได้ว่าบุคลากรส่วนใหญ่ ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติ ซึ่งทางคณะทำงานได้ส่งตัวเลขค่า BMI ให้ทางทีมคณะกรรมการด้านอาหารและออกกำลังกาย วางแผนเพื่อการดูแลสุขภาพเจ้าหน้าที่ต่อไป



### ภาพกิจกรรม

ขอเรียนเชิญบุคลากรฯ 6 ทุกท่าน  
ส่งผลการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง  
พร้อมกรอกข้อมูลลงใน Google form  
เพื่อประเมิน BMI ขององค์กร ในระหว่างวันที่  
25-29 ตุลาคม 2564  
ขอขอบคุณทุกท่านล่วงหน้า

pngtree.com

แบบบันทึกน้ำหนัก รวมแล้ว เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 6 ถึงประมาณ 2564

T	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1	ประเภทเวลา	วันที่กรอกข้อมูล (01/10/25)	ตำแหน่ง	ชื่อ-สกุล	วzp ปก (01/10/2563)	อายุ (ปี)	ค่าแรง	ค่าตอบแทน	ค่าจ้าง (ชม.)	น้ำหนัก (กก.)	ร้อยละ (ชม.)
832	28/10/2021, 14:00:36	28/10/2564	นางสาว	ณัฐญา รัตนเรืองเจริญสุข					158	71.8	93
833	28/10/2021, 16:06:45	28/10/2021	นางสาว	ณนภัส กลางพอด					161	56.6	78
834	29/10/2021, 6:23:55	29/10/0064	นางสาว	ศิริพราร ศิริน					160	57	82
835	29/10/2021, 7:55:43	29/10/2021	นางสาว	ชยพล อิ่มนวลมีนาร					155	61	82
836	29/10/2021, 8:05:23	29/10/2021	นางสาว	ชนนพร อิ่มนวลมีนาร					159	72	82
837	29/10/2021, 8:27:24	29/10/2021	นาง	เป็ชชาพร ทองคำ					168	66	78
838	29/10/2021, 8:46:30	29/10/2021	นาง	ณิชา วัฒนศิริพร					173	85.9	97
839	29/10/2021, 8:47:22	29/10/2021	นางสาว	ณณิชา สันติภาพิธี					161	78	91
840	29/10/2021, 9:32:46	29/10/2021	นาย	ณชชา แสนศรี					175	76.1	88
841	29/10/2021, 10:35:32	29/10/2564	นางสาว	ณชชชา วัฒนศิริ					157	62	77
842	29/10/2021, 11:58:16	29/10/2564	นางสาว	ณัฐวิภาศน์ สุตตลอด					153	40.3	65
843	29/10/2021, 13:50:46	29/10/2021	นาง	ณชชชฉฉ หนองนา					153	58.7	80
844	29/10/2021, 13:58:03	29/10/2564	นาง	นภาพร ฉอยฉอย					150	59	29
845	29/10/2021, 16:04:31	29/10/2564	นางสาว	ณัฐชรา สมนิ					148	44	67
846	29/10/2021, 17:34:06	29/10/2564	นางสาว	พรวิมล นาคาลัย					165	80	93
847	29/10/2021, 17:39:01	29/10/2021	นาย	กมล วัฒนศิริ					158	68.8	88
848	30/10/2021, 5:24:40	30/10/2021	นาง	ณิชาภัทร หนองนา					157	46	71
849	30/10/2021, 6:24:14	30/10/0064	นาง	สุวิภา แสนศิริ					160	59	73
850	30/10/2021, 8:21:44	30/10/2021	นาง	ณิชา จงใจศิริวัฒนา					150	58	75
851	30/10/2021, 9:44:27	30/10/2021	นาย	นายอนุชา ธีระภัก					180	64	72