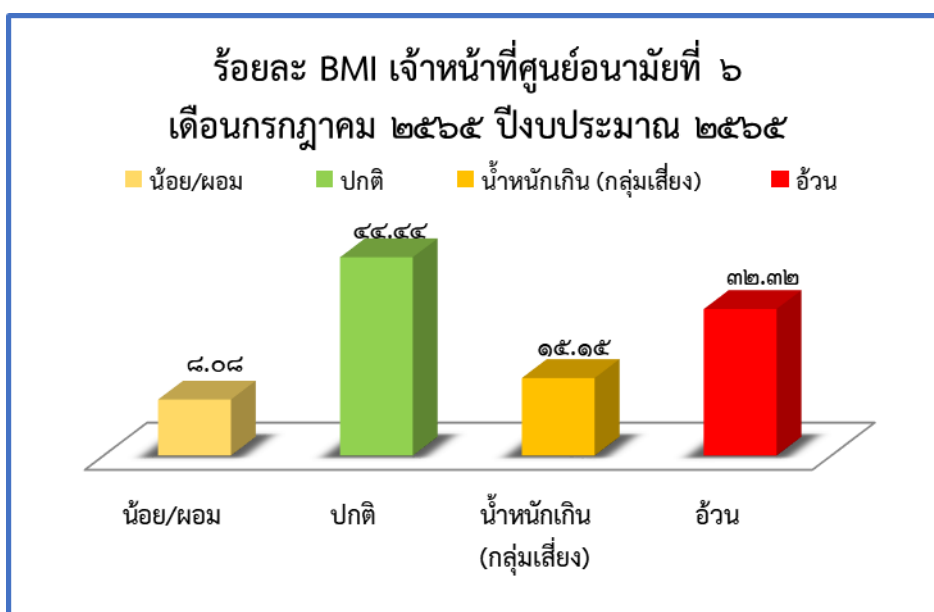


## กิจกรรมการติดตามภาวะสุขภาพชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว

ประจำเดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕

ทุกสัปดาห์ที่ ๓ ของเดือนศูนย์อนามัยที่ ๖ จะมีกิจกรรมการชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว เจ้าหน้าที่ เพื่อคำนวณค่า BMI และบันทึกภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่ ครั้งนี้ได้ดำเนินการในวันที่ ๒๕-๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๕ มีเจ้าหน้าที่ของศูนย์อนามัยที่ ๖ ทั้งหมดจำนวน ๑๐๒ คน ในครั้งนี้ไม่นำเจ้าหน้าที่ ที่ลาคลอด จำนวน ๑ คน และเจ้าหน้าที่ ที่ลาศึกษา จำนวน ๒ คน มาร่วมกิจกรรม โดยมีการชั่งน้ำหนักและวัดรอบเอวครบ ๑๐๐% ซึ่งเจ้าหน้าที่ได้ทำการ สแกน QR Code หรือผ่านช่องทาง link ในกลุ่ม Line HPC๖ Chonburi เพื่อลงข้อมูล น้ำหนักและรอบเอวของตนเองใน Google Form โดยทีมดำเนินการนำอุปกรณ์วางไว้ให้บริเวณทางเชื่อมตึก เพื่อเพิ่มความสะดวกในการตรวจวัดด้วยตนเอง ซึ่งถือเป็นการดำเนินการที่ลดขั้นตอนการทำงานของทีมดำเนินการ และยังเป็นการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับเจ้าหน้าที่อีกด้วย ได้ข้อมูลดังตารางนี้

รายการ	เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๕	
	คน	ร้อยละ
น้อย/ผอม < ๑๘.๕	๘	๘.๐๘
ปกติ ๑๘.๕- ๒๒.๙	๔๔	๔๔.๔๔
น้ำหนักเกิน (กลุ่มเสี่ยง) ๒๓.๐ - ๒๔.๙	๑๕	๑๕.๑๕
อ้วน ≥ ๒๕.๐	๓๕	๓๕.๓๕
รวม	๙๙	๑๐๐



จากตาราง ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติสูงสุดมีจำนวน ๔๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๔.๔๔ รองลงมาค่า BMI อยู่ในเกณฑ์อ้วน มีจำนวน ๓๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๒.๓๒ ต่อมาค่า BMI อยู่ในเกณฑ์เกิน/กลุ่มเสี่ยง มีจำนวน ๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๕.๑๕ และน้อยที่สุดคือค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย/ผอม มีจำนวน ๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๐๘ จะเห็นได้ว่าบุคลากรส่วนใหญ่ ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติ ซึ่งทางคณะทำงานได้ส่งตัวเลขค่า BMI ให้ทางทีมคณะกรรมการด้านอาหารและออกกำลังกาย วางแผนเพื่อการดูแลสุขภาพของเจ้าหน้าที่ต่อไป

### ภาพกิจกรรม

