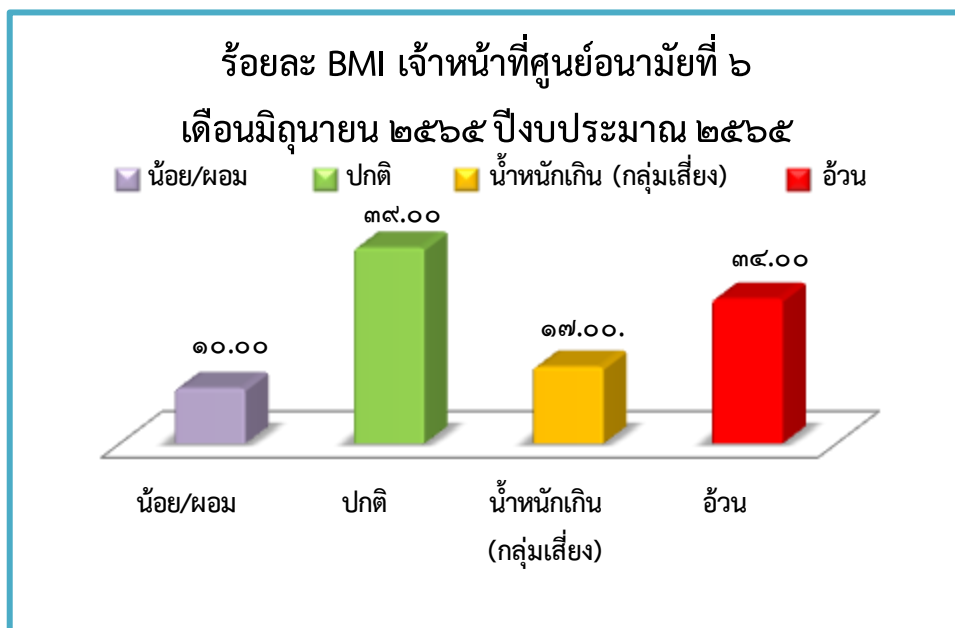


## กิจกรรมการติดตามภาวะสุขภาพชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว ประจำเดือนมิถุนายน ๒๕๖๕

ทุกสัปดาห์ที่ ๓ ของเดือนศูนย์อนามัยที่ ๖ จะมีกิจกรรมการชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว เจ้าหน้าที่ เพื่อคำนวณค่า BMI และบันทึกภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่ ครั้งนี้ได้ดำเนินการในวันที่ ๒๐-๒๔ มิถุนายน ๒๕๖๕ มีเจ้าหน้าที่ของศูนย์อนามัยที่ ๖ ทั้งหมดจำนวน ๑๐๓ 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	เดือนมิถุนายน ๒๕๖๕	
	คน	ร้อยละ
น้อย/ผอม < ๑๘.๕	๑๐	๑๐.๐๐
ปกติ ๑๘.๕- ๒๒.๙	๓๙	๓๙.๐๐
น้ำหนักเกิน (กลุ่มเสี่ยง) ๒๓.๐ - ๒๔.๙	๑๗	๑๗.๐๐
อ้วน ≥ ๒๕.๐	๓๕	๓๕.๐๐
รวม	๑๐๐	๑๐๐



จากตาราง ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติสูงสุดมีจำนวน ๓๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๙.๐๐ รองลงมาค่า BMI อยู่ในเกณฑ์อ้วน มีจำนวน ๓๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๔.๐๐ ต่อมาค่า BMI อยู่ในเกณฑ์เกิน/กลุ่มเสี่ยง มีจำนวน ๑๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๗.๐๐ และน้อยที่สุดคือค่า BMI อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย/ผอม มีจำนวน ๑๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๐๐ จะเห็นได้ว่าบุคลากรส่วนใหญ่ ค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติ ซึ่งทางคณะกรรมการได้ส่งตัวเลขค่า BMI ให้ทางทีมคณะกรรมการด้านอาหารและออกกำลังกาย วางแผนเพื่อการดูแลสุขภาพของเจ้าหน้าที่ต่อไป

### ภาพกิจกรรม

