

รายงานความก้าวหน้าผลการปฏิบัติราชการตามคำรับรองการปฏิบัติราชการ  
ศูนย์อนามัยที่.....๖..... ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘

ผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัด รอบ ๕ เดือนแรก : ตุลาคม ๒๕๖๗ - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘

๑.ผลการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ในวัยทำงาน :

กิจกรรมที่ : 1 ประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพและเวชศาสตร์วิถีชีวิต

เป้าหมายของกิจกรรม : เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำสุขภาพ และสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ทำให้วัยทำงานได้รับการส่งเสริมและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตระหนักถึงการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

รายละเอียดของกิจกรรม : จัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อให้ความรู้ความเข้าใจการดูแลสุขภาพด้านเวชศาสตร์วิถีชีวิต เพิ่มทางเลือกด้านสุขภาพ และส่งเสริมให้บุคลากรด้านสาธารณสุขมีความตระหนักการดูแลสุขภาพ การสร้างเทคนิคแรงจูงใจเพื่อบอกต่อ ส่งเสริมให้วัยทำงานมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์และนำแนวทางเวชศาสตร์วิถีชีวิตไปประยุกต์ใช้ทางคลินิกเพื่อส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ ของวัยทำงาน ผู้เข้าร่วมประชุมประกอบด้วยเจ้าหน้าที่สาธารณสุขรับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในเขตสุขภาพที่ 6 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง จำนวน 60 คน ระหว่างวันที่ 23-24 ธันวาคม พ.ศ. 2567 ณ โรงแรม เจ ปาร์ค ชลบุรี อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ดังนี้

- 1.ให้ความรู้ในเรื่องหลักการและแนวคิด เวชศาสตร์วิถีชีวิต”
2. ให้ความรู้เรื่อง“กระบวนการและเทคนิคการบริการ เวชศาสตร์วิถีชีวิต”
- 3.ฝึกทักษะการปฏิบัติ เรื่อง “ทักษะการเป็น Coach การประเมินความพร้อมการปรับวิถีชีวิต”
- 4.ฝึกทักษะการปฏิบัติ เรื่อง “จิตวิทยาสดใหม่กับการประยุกต์ใช้เพื่อเป็น Lifestyle Coach”
- 5.กิจกรรมกลุ่ม เรื่อง “การดำเนินงานคลินิกเวชศาสตร์วิถีชีวิต”
- 6.ให้ความรู้เรื่อง “เทคนิคกินดี สุขภาพดี”
- 7.ให้ความรู้เรื่อง “ยาสูบ และแอลกอฮอล์”

8.ให้ความรู้เรื่อง “ออกกำลังกายดี”

9.ฝึกทักษะการปฏิบัติ เรื่อง “การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม”ประกอบด้วย

9.1 ทดสอบสมรรถภาพร่างกาย

9.2 ด้านอาหาร

9.3 ด้านออกกำลังกาย

9.4 ฝึกการเจริญสติ

กรุณแนบ Link เอกสาร/หลักฐาน : <https://drive.google.com/file/d/1FgVlaPRjLF6J1N8XObhIB8LajOy0vltj/view?usp=sharing>

ปัญหาอุปสรรค :

- ระยะเวลาที่ใช้ในกระบวนการหรือเทคนิคแรงจูงใจเพื่อให้บุคลากรสาธารณสุขนำไปใช้บอกต่อ อาจต้องใช้ระยะเวลานานกว่านี้เพื่อความเข้าใจและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง

- เจ้าหน้าที่ที่เข้าร่วมประชุมบางพื้นที่ไม่ใช่เจ้าหน้าที่ทางคลินิกที่สามารถนำแนวคิดเวชศาสตร์วิถีไปประยุกต์ ใช้กับการทำงานและบอกต่อแนวคิดนี้ในการประชุมครั้งต่อไปจะเน้นเจ้าหน้าที่ทางคลินิกมากขึ้น

ภาพกิจกรรม/One page/ภาพข่าว :



**กิจกรรมที่ : 2** รณรงค์โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการเพื่อการเพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิต สุขภาวะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) ระดับพื้นที่

**เป้าหมายของกิจกรรม :** เพื่อรณรงค์สร้างกระแสในการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการครอบคลุม 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) ในสถานประกอบการเขตสุขภาพที่ 6

**รายละเอียดของกิจกรรม :** จัดกิจกรรมรณรงค์โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการเพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาวะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) ระดับพื้นที่ กิจกรรมครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ รวมถึงเสริมสร้างการมีสังคมที่ดีในการทำงาน ภายในองค์กรของพนักงาน นำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพที่ดีของพนักงาน รวมถึงสร้างกระแสในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ดี ขยายเครือข่าย ภายในสถานประกอบการ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประกอบด้วย พนักงานในสถานประกอบการโดยมีการจัดกิจกรรม จำนวน 2 ครั้ง ดังนี้

**ครั้งที่ 1** วันที่ 17 ธันวาคม 2567 ณ บริษัท ริโก้ แมนูแฟคเจอริ่ง (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดระยอง ภายในกิจกรรมฯ ประกอบด้วย

**บูธที่ 1** โภชนาการวัยทำงาน

โดย นางอารยา เกษมสำราญกุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ ศูนย์อนามัยที่ 6

**บูธที่ 2** สุขภาพจิต ดูแลใจ ทุกวัย ทุกคน Mental Health For All

โดย นายเอกภพ ภู่อทอง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ ศูนย์สุขภาพจิตที่ 6 ชลบุรี

**บูธที่ 3** กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพดี

โดย นางสาวเมธพร สุนทรธนาโชติ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ ศูนย์อนามัยที่ ๖

**บูธที่ 4** บุหรี่ - แอลกอฮอล์

โดย นางสาวธัญพร อศลยเศรษฐ์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ ศูนย์อนามัยที่ ๖

**บูธที่ 5** ภาพพรรษา

โดย Goodday Photobooth

**ครั้งที่ 2** วันที่ 19 ธันวาคม 2567 ณ บริษัท จีเอฟพีที นิชิเร (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดชลบุรี ภายในกิจกรรมฯ ประกอบด้วย

## บรรยายเรื่อง “กิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพดี สำหรับวัยทำงาน”

โดย อาจารย์ ดร.พิชยา นพกาล คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา

### บูธที่ 1 ทดสอบสมรรถภาพทางกาย

โดย อาจารย์ ดร.พิชยา นพกาล และคณะ

### บูธที่ 2 โฆษณาการวัยทำงาน

โดย นางสาวธัญพร อศัลยเศรษฐ์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ ศูนย์อนามัยที่ 6

### บูธที่ 3 สุขภาพจิต ดูแลใจ ทุกวัย ทุกคน Mental Health For All

โดย นางสาวพัชรา พลเยี่ยม พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ ศูนย์อนามัยที่ 6

### บูธที่ 4 อ่านฉลากโภชนาการ

โดย นางสาวเมธพร สุนทรธนาโชติ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ ศูนย์อนามัยที่ ๖

กรุณาแนบ Link เอกสาร/หลักฐาน :

[https://drive.google.com/drive/folders/18ZYns6n3Mc7QjYEWBgID\\_lhO2ROEmxkG?usp=sharing](https://drive.google.com/drive/folders/18ZYns6n3Mc7QjYEWBgID_lhO2ROEmxkG?usp=sharing)

ปัญหาอุปสรรค :

- ผู้บริหารในสถานประกอบกิจการ ยังไม่เห็นความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพให้กับพนักงาน
- งบประมาณและเวลาที่จำกัดในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้กับพนักงาน



ภาพกิจกรรม/One page/ภาพข่าว :

ครั้งที่ 1 วันที่ 17 ธันวาคม 2567 ณ บริษัท ริโก้ แมนูแฟคเจอริ่ง (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดระยอง



**ข่าวกิจกรรม**  
**ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี**  
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข  
สร้างสังคมรอบรู้ สุขภาพดีทุกช่วงวัย อนามัยสิ่งแวดล้อมได้มาตรฐาน

**LIVE**  
เขตสุขภาพที่ 6

ฉบับที่ 93 วันที่ 17 ธ.ค. 2567 ปีงบประมาณ 2568



**ศอ.6 จัดกิจกรรมรณรงค์โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการ**  
**เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) ระดับพื้นที่**  
**ณ บริษัท ริโก้ แมนูแฟคเจอริ่ง (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดระยอง**

วันที่ 17 ธันวาคม 2567 ศูนย์อนามัยที่ 6 โดยกลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จัดกิจกรรมรณรงค์โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการ เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะใน 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) ระดับพื้นที่ กิจกรรมครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อรณรงค์ สร้างกระแสในการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการครอบคลุม 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) เขตสุขภาพที่ 6 ภายในกิจกรรม ประกอบด้วย บูธโภชนาการวัยทำงาน บูธกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพดี บูธตรวจคัดกรองด้วยตนเอง บูธสุขภาพจิต ดูแลใจ ทุกวัย ทุกคน โดยได้รับเกียรติจากทีมศูนย์สุขภาพจิตที่ 6 ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประกอบด้วย พนักงานในสถานประกอบการ ณ บริษัท ริโก้ แมนูแฟคเจอริ่ง (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดระยอง



กลุ่มส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ



ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัยส่งเสริมคนไทยสุขภาพดี

ครั้งที่ 2 วันที่ 19 ธันวาคม 2567 ณ บริษัท จีเอฟพีที นิธิเร (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดชลบุรี



ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี  
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

**ข่าวกิจกรรม**

**ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี**

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

สร้างสังคมรอบรู้ สุขภาพดีทุกช่วงวัย อนามัยสิ่งแวดล้อมได้มาตรฐาน

**LIVE**

เขตสุขภาพที่ 6

ฉบับที่ 103 วันที่ 19 ธ.ค. 2567 ปังบนประนาณ 2568

**ศอ.6 จัดกิจกรรมรณรงค์โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการ เขตสุขภาพที่ 6 ณ บริษัท จีเอฟพีที นิธิเร (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดชลบุรี**



วันที่ 19 ธันวาคม 2567 นายแพทย์สุทัศน์ ไชยเดช ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 6 มอบหมายให้นางทิพย์วรรณ จูมแพง หัวหน้างานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จัดกิจกรรมรณรงค์โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในสถานประกอบการ เพื่อสร้างเสริมการมีวิถีชีวิตสุขภาพะโบ 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิต ปัญญา) ระดับพื้นที่ กิจกรรมครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อรณรงค์ สร้างกระแสในการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการครอบคลุม 4 มิติ (กาย ใจ สังคม จิตปัญญา) เขตสุขภาพที่ 6 ภายในกิจกรรมฯ ประกอบด้วย ให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการวัยทำงาน การนั้บคาร์บ รองโภชนาการ สุขภาพจิต วัยทำงาน โดยได้รับเกียรติจากอาจารย์ ดร.พิชยา นพทาล และคณะจากมหาวิทยาลัยบูรพา จังหวัดชลบุรี ให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพดี ในวัยทำงาน พร้อมกับทดสอบสมรรถภาพทางกาย ทดสอบความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ และทดสอบความแข็งแรงของร่างกาย ผู้เข้าร่วมกิจกรรมประกอบด้วย พนักงานในสถานประกอบการ ณ บริษัท จีเอฟพีที นิธิเร (ประเทศไทย) จำกัด จังหวัดชลบุรี



กลุ่มส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ



ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กรมอนามัยส่งเสริมคนไทยสุขภาพดี

## ๒.ผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัด

| ตัวชี้วัด                                                                                                                                      | เป้าหมาย | ผลลัพธ์ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|
| 1. จำนวนตัวอย่างเป้าหมายที่เก็บข้อมูลได้ของการประเมินพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวิทยทำงาน                                                         | 339      | 1,877   |
| 2. เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและเวชศาสตร์วิถีชีวิต (ยอดสะสม) | 187      | 369     |
| 3. จำนวนสถานประกอบกิจการที่ดำเนินการส่งเสริมสุขภาพหรือจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี (ยอดสะสม)                                         | 30       | 96      |
| 4. จำนวนวิทยทำงานเข้าถึงเทคโนโลยีและดิจิทัลแพลตฟอร์มในการส่งเสริมสุขภาพ                                                                        | 478,326  | 432,654 |

หมายเหตุ รายงานในระบบ DOC หัวข้อ ผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัด