

แผนปฏิบัติการขับเคลื่อนหน่วยงานให้เป็นองค์กรแห่งความสุข กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร  
รอบ 5 เดือนหลัง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564

มาตรการหรือกิจกรรมสำคัญ	แผนงาน/กิจกรรม	เป้าประสงค์	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
๑. สื่อสารและสร้างความเข้าใจอย่างทั่วถึงในองค์กร	๑.๑ ประชุมประจำเดือนของหน่วยงาน ๑.๒ BAR : Before Action Review ในกิจกรรมการประชุม อบรม สัมมนา	เพื่อสร้างความเข้าใจในเรื่องต่างๆที่เกี่ยวข้องที่มีความสำคัญและจำเป็นต่อองค์กร เพื่อแบ่งบทบาทหน้าที่ของบุคลากร ต่อ กิจกรรม/การประชุมสร้างความเข้าใจ และ สร้างความสำคัญของบุคลากรก่อนการ ดำเนินการจัดประชุม	๑๒ ครั้ง ๕ ครั้ง	ต.ค.๖๓-ก.ย. ๖๔ ต.ค.๖๓-ก.ย. ๖๔	ทิวารรณ ปิยรัตน์ ผู้รับผิดชอบโครงการ
๒. สนับสนุนและส่งเสริมการพัฒนา ศักยภาพ ทักษะ สมรรถนะใน การทำงาน	๒.๑ สสำรวจความต้องการหรือความสนใจ เกี่ยวกับความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพอนามัยสิ่งแวดล้อมและความสมดุลในชีวิต การทำงาน ๒.๒ จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้และมีการ แฝงแพร่บนเว็บไซต์ของหน่วยงาน	เพื่อให้บุคลากรได้รับความรู้ด้านการ ส่งเสริมสุขภาพอนามัยสิ่งแวดล้อมและความ สมดุลในชีวิตการทำงาน	๕ เรื่อง	ก.พ. -ก.ย.๖๔	นัทธ์ทัย อริยาพัชร ีรพัฒน์
๓. การขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนา กลุ่มพัฒนาระบบบริหารเป็นสถานที่ทำงาน นำทำงาน สร้าง คุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน ( Healthy Workplace Happy for Life)	๓.๑ ประกาศนโยบายพัฒนากลุ่มพัฒนา ระบบบริหารเป็นสถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงาน สร้างคุณภาพชีวิตและ ความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	เพื่อให้บุคลากรรับทราบและปฏิบัติตาม นโยบายพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบบริหารเป็น สถานที่ทำงานนำอยู่ นำทำงาน เสริมสร้าง คุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	๖ ครั้ง ๑ ฉบับ	ก.พ. -ก.ย.๖๔ ต.ค.๖๓	นัทธ์ทัย อริยาพัชร ีรพัฒน์ ปิยรัตน์

มาตรการหรือกิจกรรมสำคัญ	แผนงาน/กิจกรรม	เป้าประสงค์	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
	๓.๒ จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงาน และคณะกรรมการตรวจ/ประเมินผลการพัฒนาคุณภาพพัฒนาระบบบริหารให้เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ นำความสุขของคนทำงาน Healthy Workplace Happy for Life	เพื่อมอบหมายบุคลากร ให้มีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนากลุ่มพัฒนากระบวนการเป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ นำความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	๑ ฉบับ	ต.ค.๖๓	ปิยรัตน์
	๓.๓ จัดทำแผนการดำเนินงานพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบบริหารให้เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ นำความสุขของคนทำงาน Healthy Workplace Happy for Life	เพื่อวางแผนทางการดำเนินงานและจัดกิจกรรมพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบบริหารให้เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ นำความสุขของคนทำงาน Healthy Workplace Happy for Life	๑ ฉบับ	ต.ค.๖๓	ปิยรัตน์
	๓.๔ กิจกรรมหน้าบ้านนำมอง และกิจกรรม Big Cleaning day	เพื่อจัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการทำงานของบุคลากร และสร้างบรรยากาศที่ดีให้แก่บุคลากรและผู้มารับบริการ	๑๒ ครั้ง	ต.ค.๖๓-ก.ย.๖๔	บุคลากร กพร.
๔. ส่งเสริมสุขภาพกายใจแข็งแรง	๓.๕ กิจกรรม ๕ ส จัดเก็บโต๊ะทำงานให้สะอาด “ก่อนกลับบ้าน ศุกร์สะอาด ปราศจากเชื้อโรค” (กิจกรรมใหม่)	ให้บุคลากรทุกคนที่ความสะอาดที่โต๊ะทำงานเป็นประจำทุกวันศุกร์ก่อนกลับ และยังเป็นการสร้างพฤติกรรม ๕ ส ให้กับบุคลากร	๕ ครั้ง	มี.ค.-ก.ค.๖๔	บุคลากร กพร.
	๔.๑ กิจกรรม Happy Friday ทุกวันศุกร์สุดท้ายของเดือน ออกกำลังกายในหน่วยงาน (เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.)	เพื่อบุคลากรมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม	๘ ครั้ง	ม.ค.-ก.ย.๖๔	อริยาพัชร
	๔.๒ กิจกรรม “Happy Friday” ทุกวันศุกร์ สุดท้ายของเดือน “ทั่วไปโต โข้ว Healthy Food” (งดการใช้ถุงพลาสติก)	เพื่อให้บุคลากรมีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม	๘ ครั้ง	ม.ค.-ก.ย.๖๔	อริยาพัชร
	๔.๓ กิจกรรม “Let's take a break” การบริหารร่างกายและยืดเหยียดระหว่างวัน	เพื่อลด/ป้องกัน ผลกระทบต่อสุขภาพที่เกิดจากพฤติกรรมเนือยนิ่ง	๑๒ ครั้ง	ม.ค.-ก.ย.๖๔	อริยาพัชร ญาสุมิน

มาตรการหรือกิจกรรมสำคัญ	แผนงาน/กิจกรรม	เป้าประสงค์	เป้าหมาย	ระยะเวลาดำเนินการ	ผู้รับผิดชอบ
	๔.๔ กิจกรรมการวัดรอบเอว ชั่งน้ำหนัก เพื่อประเมินความเสี่ยงและดัชนีมวลกาย ในหน่วยงาน (หาค่า BMI ของบุคลากร)	เพื่อให้บุคลากรทราบสถานะสุขภาพของตนเอง เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเหมาะสม	๑๒ ครั้ง	ต.ค.-ก.ย. ๖๔	อริยาพัชร
	๔.๕ กิจกรรมการก้าวางเพื่อสร้างหุ่น	เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีกิจกรรมทางกายและเพื่อหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเนือยนิ่ง	๑๒ ครั้ง	ต.ค.-ก.ย. ๖๔	อริยาพัชร
	๔.๖ กิจกรรม “สวดมนต์” บำบัดกาย เสริมสร้างความสุขใจ	เพื่อบุคลากรได้จัดเวลาจิตใจให้มีสติ สมาธิ สติ และปัญญา	๒๔ ครั้ง	ม.ค.-ก.ย. ๖๔	อริยาพัชร พันธ์พัฒน์
	๔.๗ กิจกรรมจิตอาสา	เพื่อทำความดี ช่วยเหลือสังคม แสดงถึงความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน	ปีละ ๒ ครั้ง	มี.ค.-ก.พ. ๖๔	ปิยรัตน์
	๔.๘ กิจกรรมตามเทศกาลและวันสำคัญต่างๆ	เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์และความร่วมมือในระดับหน่วยงาน กรม กระทรวง	ปีละ ๒ ครั้ง	ม.ค.-เม.ย. ๖๔	ปิยรัตน์
	๔.๙ ประเมินความเครียดบุคลากร	เพื่อประเมินและวิเคราะห์ความเครียดของบุคลากร พร้อมหาแนวทางแก้ปัญหา ความเครียด	ปีละ ๒ ครั้ง	ก.พ.-พ.ค. ๖๔	อริยาพัชร
	๔.๑๐ การตรวจสุขภาพประจำปีและประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือดของบุคลากร อายุ ๓๕ ปีขึ้นไป	เพื่อให้ทราบสถานการณ์สุขภาพของบุคลากร และนำผลการตรวจสุขภาพมาวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อส่งเสริม สนับสนุน จัดกิจกรรมให้บุคลากรทุกคนมีสุขภาพดี	ปีละ ๑ ครั้ง	พ.ค.-ก.ย. ๖๔	อริยาพัชร
	๔.๑๑ กิจกรรมก้าวหัวใจ Season ๓	เพื่อให้บุคลากรได้เข้าร่วมกิจกรรมก้าวหัวใจ Season ๓ และส่งเสริมให้บุคลากรมีสุขภาพแข็งแรง	๑๓ คน	มี.ค.-ก.ย. ๖๔	อริยาพัชร



(นายรัชชัย บุญเกิด)

นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ  
ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาระบบบริหาร

๓๑ มี.ค. ๒๕๖๕

แผนการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพระบบบริหารเป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน  
เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) ปีงบประมาณ พ.ศ. 2564 (ปรับปรุงแผน รอบ 5 เดือนหลัง)

ลำดับ	กิจกรรม	การดำเนินงาน (เดือน)												หมายเหตุ	
		ค.ค.-63	พ.ย.-63	ธ.ค.-63	ม.ค.-64	ก.พ.-64	มี.ค.-64	เม.ย.-64	พ.ค.-64	มิ.ย.-64	ก.ค.-64	ส.ค.-64	ก.ย.-64		
1	ประชาสัมพันธ์และประกาศนโยบายพัฒนากลุ่มพัฒนา ระบบบริหารเป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน สถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	↔													
2	จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงาน และคณะกรรมการ ตรวจ/ประเมินผลการพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบบริหาร ให้เป็น สถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้าง คุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	↔													
3	จัดทำแผนการดำเนินงานพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบ บริหารให้เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life)	↔													
4	ดำเนินกิจกรรมการพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบบริหาร เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้าง คุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) - กิจกรรม "Big Cleaning Day" - กิจกรรมเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ - กิจกรรม Happy Friday ทุกวันศุกร์สุดท้ายของเดือน หัวใจปันโต โข้ว Healthy Food (งัดใช้ถุงพลาสติก) และออกกำลังภายใน หน่วยงาน (เวลา 16.00-16.30 น.) - กิจกรรม "Let's take a break"การบริหารร่างกาย และยืดเหยียดระหว่างวัน (ทุกวันทำการ) - กิจกรรมการวิเคราะห์รอบเอว ชั่งน้ำหนัก เพื่อประเมิน ความเสี่ยงและดัชนีมวลกาย - กิจกรรม "สวดมนต์" บำบัดกาย เสริมสร้างความ สบายใจ - กิจกรรมตรวจสอบสุขภาพประจำปี - กิจกรรม 5 ส วันศุกร์ ฯลฯ	↔													
5	ตรวจ/ประเมินการพัฒนากลุ่มพัฒนาระบบบริหารเป็น สถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพ ชีวิตและความสุขของคนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) และสรุปผลการตรวจ ประเมิน											↔			
6	จัดทำรายงานสรุปผลการดำเนินงานการพัฒนากลุ่ม พัฒนาระบบบริหารให้เป็นสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่า ทำงานเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของ คนทำงาน (Healthy Workplace Happy for Life) ปีงบประมาณ พ.ศ. 2564												↔		