

สรุปวิเคราะห์การประเมินประสิทธิผลการดำเนินกิจกรรม

Healthy Workplace Happy for life

ระดับดีเยี่ยม

กลุ่มพัฒนาระบบบริหารได้ประเมินประสิทธิผล ของกิจกรรมในตัวชี้วัดที่ 2.2 ระดับความสำเร็จของการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต ซึ่งได้มีการวัดวิเคราะห์แต่ละกิจกรรมที่ได้ดำเนินการ ที่นำไปสู่การสร้างเสริมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และคุณภาพชีวิตในการทำงาน โดยได้จัดทำแบบประเมินประสิทธิผลการดำเนินกิจกรรม HWP (ระดับดีเยี่ยม) โดยมีการวัดและวิเคราะห์ผลกิจกรรมที่ได้ดำเนินการ (กิจกรรมในระดับดีมาก อย่างน้อย 2 กิจกรรม)

ส่วนที่ 1 กิจกรรมที่สามารถนำไปสู่การสร้างเสริมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในระดับดีมาก ได้แก่

1. กิจกรรม “Happy Friday” ทุกวันศุกร์ สดท้ายของเดือน “หิ้วปิ่นโต โข้ว Healthy Food” (งดการใช้ถุงพลาสติก) (ใช้คำดัชนีมวลกายและวัตรอบเอว)
2. กิจกรรม Happy Friday ทุกวันศุกร์สดท้ายของเดือน ออกกำลังกายในหน่วยงาน (เวลา 16.00 – 16.30 น.) (กิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย)

โดยทั้ง 2 กิจกรรมได้นำไปสู่การสร้างเสริม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมุ่งให้เกิดการเรียนรู้ด้านสุขภาพที่ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ *ความรู้* คือ จัดให้ความรู้ด้านออฟฟิศซินโดรม และการให้ความรู้ด้านโภชนาการ(IF) *เจตคติ* คือ บุคลากรในหน่วยงานมีส่วนร่วมในกิจกรรม ด้วยความเต็มใจและมีความสุข *ทักษะ* คือ หลังจากที่บุคลากรได้รับความรู้จากทั้ง 2 กิจกรรมนั้นแล้ว สามารถนำความรู้ที่ได้นำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ดีในการส่งเสริมสุขภาพทั้งในด้านการเลือกรับประทานอาหาร และการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 2 ผลเปรียบเทียบ (C- Comparisons) ก่อน และหลังการจัดกิจกรรม ที่แสดงถึงประสิทธิผลของการดำเนินงาน และมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเพื่อการพัฒนาในโอกาสต่อไป

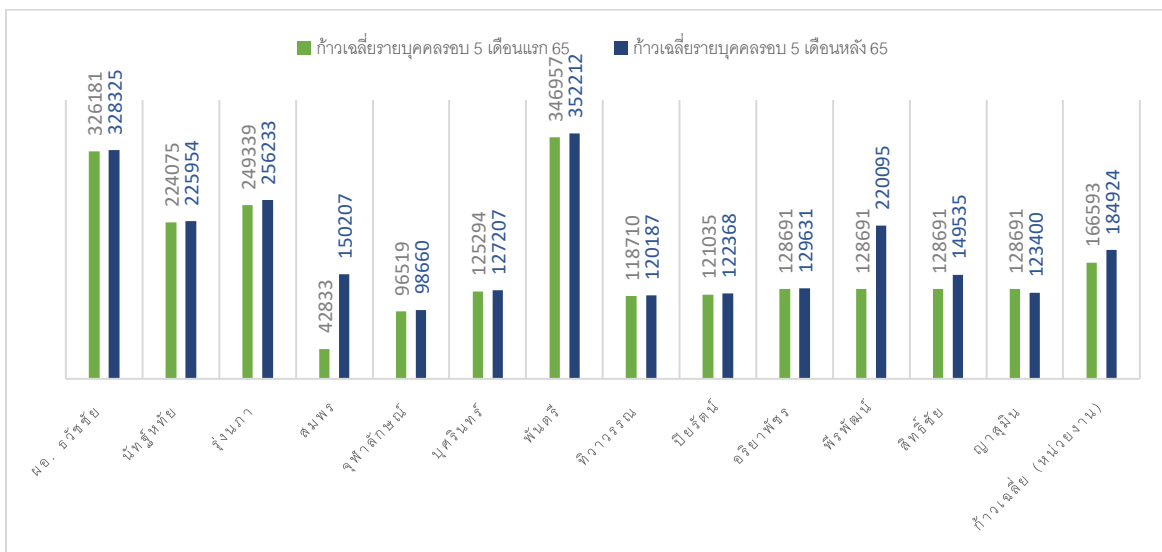
1. กิจกรรม “Happy Friday” ทุกวันศุกร์ สดท้ายของเดือน “หิ้วปิ่นโต โข้ว Healthy Food” (งดการใช้ถุงพลาสติก) (ใช้คำดัชนีมวลกายและวัตรอบเอว)

รอบ 5 เดือนแรก ปี 2565 (ข้อมูล ณ 28 ม.ค. 65)			รอบ 5 เดือนหลัง ปี 2565 (ข้อมูล ณ 29 ก.ค. 65)		
น้ำหนัก	BMI	แปลผล	น้ำหนัก	BMI	แปลผล
66.30	25.00	อ้วน	62.6	22.99	ปกติ
54.10	22.00	ปกติ	55.9	22.97	ปกติ
67.90	28.60	อ้วน	68.5	29.40	อ้วน
82.00	28.71	อ้วน	80.1	28.10	อ้วน
68.70	25.20	อ้วน	69.8	26.30	อ้วน
60.00	21.10	ปกติ	58.4	20.60	ปกติ
56.50	22.10	ปกติ	58	22.50	ปกติ
62.50	25.40	อ้วน	62	25.30	อ้วน
58.00	21.80	ปกติ	60	22.86	ปกติ
90.50	34.80	อ้วนอันตราย	93	36.10	อ้วนอันตราย
73.00	22.60	ปกติ	73.1	22.30	ปกติ
65.60	21.90	ปกติ	66.7	22.20	ปกติ
35.20	15.20	ผอมเกินไป	35.6	15.00	ผอมเกินไป

จากตาราง เปรียบเทียบก่อนและหลังการจัดกิจกรรมการประเมินภาวะโภชนาการพบว่าบุคลากรที่มีผลการประเมินที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ เดิมมีจำนวน 6 คน และปัจจุบันมีเพิ่มขึ้นจำนวน 1 คน รวมเป็น 7 คน คิดเป็นร้อยละ 7.69 (รอบ 5 เดือนหลังของปีงบประมาณ พ.ศ. 2565) พบว่า บุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (BMI 18.50 – 22.99) คิดเป็นร้อยละ 53.84 รอบ 5 เดือนแรก ปีงบประมาณ 2565 พบว่า บุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายปกติ (BMI 18.50 – 22.99) คิดเป็นร้อยละ 46.15

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายเพื่อการพัฒนาในโอกาสต่อไป

1. ผู้บริหาร สนับสนุนและส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมต่อเนื่อง ทุกๆปี เพื่อสุขภาพและสมดุลชีวิต
 2. ดำเนินกิจกรรมที่มีคุณค่า เช่นนี้ ตลอดไป เพื่อความยั่งยืนในคุณภาพชีวิตที่ดีของบุคลากรในองค์กร
 3. ผู้บริหารทุกระดับให้ความสำคัญกับทุกกิจกรรมละเข้ามาร่วมคิด ร่วมปฏิบัติเพื่อเป็นต้นแบบให้กับบุคลากร
2. กิจกรรม Happy Friday ทุกวันศุกร์สุดท้ายของเดือน ออกกำลังกายในหน่วยงาน (ก้าวอย่างเพื่อสร้างหุ่น/กิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย)

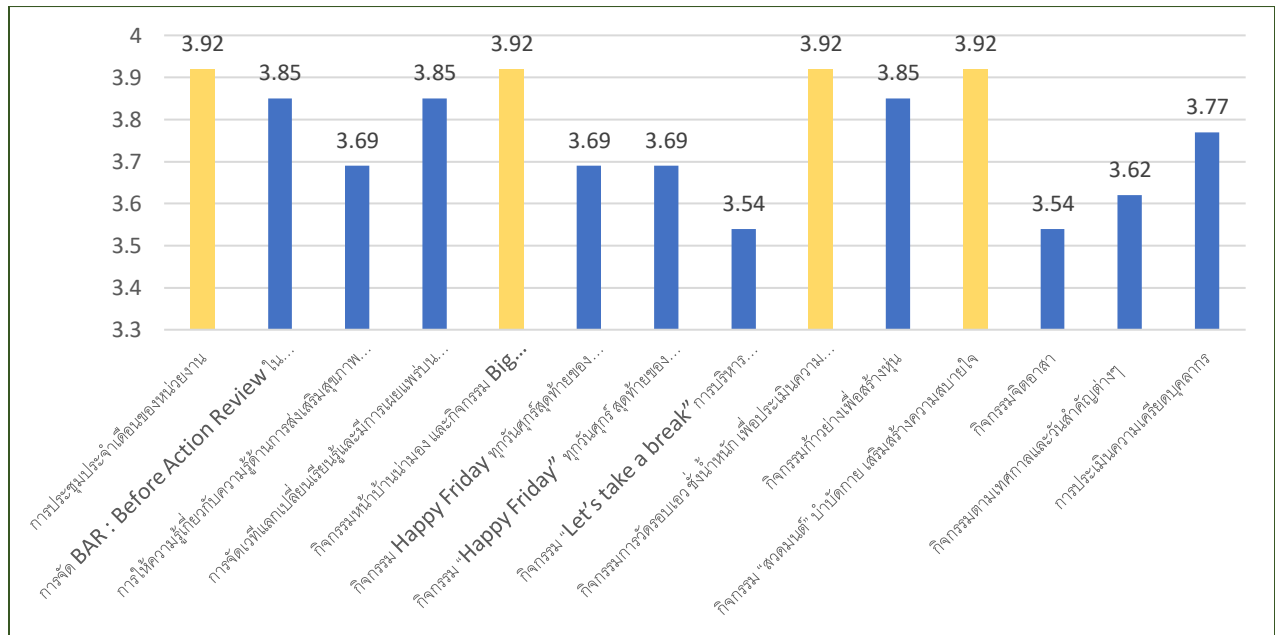


จากภาพ เป็นการเปรียบเทียบก่อนและหลังการจัดกิจกรรมก้าวอย่างเพื่อสร้าง เปรียบเทียบก้าวเฉลี่ยของบุคลากรรอบ 5 เดือนแรกกับ 5 เดือนหลัง ประจำปี พ.ศ. 2565 พบว่าบุคลากร มีก้าวเฉลี่ยรวมที่เพิ่มขึ้น 18,331 ก้าว ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคลากรให้ความสำคัญและมีความสนใจต่อ (กิจกรรมก้าวอย่างเพื่อสร้างหุ่น/กิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย) จึงทำให้มีผลการดำเนินกิจกรรมที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งผู้บริหารมีการสร้างแรงจูงใจในการทำกิจกรรมโดยมีการมอบรางวัลให้กับผู้ที่มีผลก้าวเยอะที่สุดในหน่วยงาน ซึ่งเป็นการเพิ่มแรงจูงใจให้กับบุคลากรในการใส่ใจสุขภาพมากขึ้น

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย :

1. ผู้บริหาร สนับสนุนและส่งเสริมให้มีการจัดกิจกรรมต่อเนื่อง ทุกๆปี และมีการมอบรางวัลเพื่อจูงใจให้บุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมทางกายต่างๆ ได้ดีขึ้น
2. ผู้บริหารมีส่วนร่วมและเป็นต้นแบบช่วยกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจ รวมถึงการสร้างสภาพแวดล้อมเพื่อเอื้อให้บุคลากรมีสุขภาพที่ดี และมีความสุขในการทำงาน

ส่วนที่ 3 การประเมินการมีส่วนร่วมและประเมินความพึงพอใจต่อกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ



จากการประเมินการมีส่วนร่วมและประเมินความพึงพอใจต่อกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ พบว่า กิจกรรมที่บุคลากรสนใจและให้ความสำคัญในการสร้างเสริมหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และคุณภาพชีวิตในการทำงาน คือ 1.กิจกรรมการประชุมประจำเดือนของหน่วยงาน 2. กิจกรรมหน้าบ้านนำมอง/ กิจกรรม 5 ส จัดเก็บโต๊ะทำงานให้สะอาด 3. กิจกรรมวัดรอบเอว ชั่งน้ำหนัก เพื่อประเมินความเสี่ยงและดัชนีมวลกายในหน่วยงาน (BMI) 4. กิจกรรมสวดมนต์ บำบัดกาย เสริมสร้างความสบายใจ กิจกรรมดังกล่าวได้ค่าเฉลี่ยรวม 3.92

ดังนั้น จากผลการประเมินดังกล่าว สรุปได้ว่า บุคลากรมีความพึงพอใจในระดับมากที่สุด และมีส่วนร่วมในกิจกรรมดังกล่าวในระดับมากที่สุดอีกด้วย

จัดทำโดย กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร