

กิจกรรมองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ของพนักงานส่วนตำบล องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

๑. หลักการและเหตุผล

องค์กรแห่งความสุข เป็นแนวคิดหลักที่มุ่งดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมาย คือ "คนทำงานในองค์กร" ที่ถือว่าเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหารองค์กร มุ่งเน้นให้บุคลากรทุกคนในองค์กร มีความสุขในการทำงานความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดกระบวนการทางความคิด ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้นลดความตึงเครียดจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดีขึ้น

องค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) คือกระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายและสอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (โดยเน้น คน เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐาน ประการ เป็นแนวทางในการบริหารจัดการ ชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อ สังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุข ๘ ประการ ประกอบด้วย (๑) Happy Body การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ (๒) Happy Heart การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร (๓) Happy Society การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร (๔) Happy Relax การ ส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย (๕) Happy Brain การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ (๖) Happy Soul การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต (๗) Happy Money การส่งเสริมด้านการออมและวางแผนในการใช้จ่าย (๘) Happy Family การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและ มั่นคง

องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า มองเห็นความสำคัญของทรัพยากรบุคคล จึงได้จัดกิจกรรมนี้ขึ้น

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อพัฒนาความสามารถในการบริหารจัดการตนเองของบุคลากรในการปฏิบัติงานราชการให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อองค์กร

๒. เพื่อพัฒนาความสามารถในการสื่อสารทำงานเป็นทีมและมีการเรียนรู้ร่วมกัน

๓. เพื่อเป็นแนวทางในการเสริมสร้างความสมดุลระหว่างชีวิตการทำงาน พร้อมกับมีความสุขในการทำงาน

๔. เพื่อลดความขัดแย้งของบุคลากรกับชาวบ้าน สร้างความสัมพันธ์ที่ดี การทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข

๕. เพื่อให้บุคลากรมีพลังในการทำงาน มีความสุข มีทัศนคติที่ดีต่องานผู้บริหาร หัวหน้างาน หน่วยงานเพื่อนร่วมงาน ผู้มาใช้บริการ ชุมชน

๖. สร้างความรักสามัคคี เป็นองค์กรแห่งความรัก มีการเรียนรู้ การสื่อสารที่ดีต่อกัน

๓. เป้าหมาย

พนักงานเทศบาล พนักงานจ้างตามภารกิจ และพนักงานจ้างทั่วไป

๔. ระยะเวลาดำเนินการ

๑ ตุลาคม ๒๕๖๖ – ๓๐ กันยายน ๒๕๖๗

๕. วิธีดำเนินการ

๑. จัดทำกิจกรรม

๒. จัดทำกิจกรรมทั้ง ๘ ด้าน

๓. สรุปและรายงานผล

๖. สถานที่ดำเนินการ

องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

๗. งบประมาณ

-ไม่มี-

๘. ผู้รับผิดชอบการจัดกิจกรรม

สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. พัฒนาความสามารถในการบริหารจัดการตนเองของบุคลากรในการปฏิบัติงานราชการให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อองค์กร
๒. พัฒนาความสามารถในการสื่อสารทำงานเป็นทีมและมีการเรียนรู้ร่วมกัน
๓. เป็นแนวทางในการเสริมสร้างความสมดุระหว่างชีวิตการทำงาน พร้อมกับมีความสุขในการทำงาน
๔. ลดความขัดแย้งของบุคลากรกับชาวบ้าน สร้างความสัมพันธ์ที่ดี การทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข
๕. ให้บุคลากรมีพลังในการทำงาน มีความสุข มีทัศนคติที่ดีต่องาน ผู้บริหาร หัวหน้างาน หน่วยงานเพื่อนร่วมงาน ผู้มาใช้บริการ ชุมชน
๖. สร้างความรักความสามัคคี เป็นองค์กรแห่งความรัก มีการเรียนรู้ และการสื่อสารที่ดีต่อกัน

ลงชื่อ.....ผู้เขียนโครงการ

(นางสาวธัญนันท์ คำไทย)

นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวอ้อมใจ ดวงสำราญ)

หัวหน้าสำนักปลัด อบต.

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายปรีดา หมอยา)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสุวรรณ โตกระโทก)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

ที่ นม ๙๙๑๐๑/

วันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๗

เรื่อง รายงานผลการดำเนินกิจกรรมองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace)

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

ด้วยสำนักปลัด ได้ดำเนินการกิจกรรมองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขในที่ทำงาน เพื่อส่งเสริมและบริหารจัดการองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า ให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงานสนับสนุนสุขภาวะองค์กร (สสส.) กำหนด ๘ ประการและตามหลักการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี

จึงขอรายงานผลการดำเนินกิจกรรมองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) โดยมีรายละเอียดแนบท้าย และขออนุมัติเผยแพร่กิจกรรมดังกล่าว บนเว็บไซต์ขององค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางสาวธัญนันท์ คำไทย)
นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ

เรียน ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

- เพื่อโปรดทราบ

(นางสาวอ้อมใจ ดวงสำราญ)
หัวหน้าสำนักปลัด อบต.

- ความเห็น ปลัด อบต. ลุงเขว้า

(นายปรีดา หมอยา)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

ความเห็น นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

(นายสุวรรณ ไคกระโทก)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า

การส่งเสริมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๑ Happy Body การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ

กิจกรรมที่ดำเนินการ การเล่นกีฬาภายในองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า



กิจกรรมที่ดำเนินการ กิจกรรมตรวจสอบสุขภาพประจำปีของพนักงาน

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ (Report of Physical Check up) โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี				
การตรวจร่างกายทั่วไป (Physical Examination)				
HN 18001136	วันที่ตรวจ 15 ก.ย. 2567	ความดันโลหิต 108 / 75 มม.ปรอท	ชีพจร 92 ครั้ง/นาที	
ชื่อ-นามสกุล นางนิตยา เสดบุตร		อัตราการหายใจ 18 ครั้ง/นาที	สูง 163 ซม.	น้ำหนัก 70.1 กก.
ที่อยู่ 28 ม.03		ดัชนีมวลกายมาตรฐาน 26.38	น้ำหนักเกินมาตรฐาน	
ค.ล.ง.เซว้า อ.หนองบุญมาก จ.นครราชสีมา 30410		ประวัติแพ้ยา (Allergy)		
		การสูบบุหรี่ (Smoking) ไม่เคยสูบ		
		การดื่มแอลกอฮอล์ (Alcohol Consumption) ไม่ดื่ม		
ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต (Past Illness)				
โรคต่างๆ (Past Disease)				
การผ่าตัด (Past Surgery)				
ประวัติครอบครัว (Family History)				
บิดา (Father)	☐ เป็นโรคเรื้อรัง	☐ เบาหวาน	☐ ความดัน	อื่นๆ
มารดา (Mother)	☒ เป็นโรคเรื้อรัง	☐ เบาหวาน	☒ ความดัน	อื่นๆ
ประวัติครอบครัวอื่นๆ (Other Family History)				
รายการตรวจ	ค่าที่ตรวจพบ	ค่าปกติ	แปลผล	หมายเหตุ
ผลการตรวจสารเคมีในเลือด (Blood Chemistry)				
ระดับน้ำตาลในเลือด				
น้ำตาลในเลือด Glucose (Fasting)	92	74 - 100 mg/dL	ปกติ	
น้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1C)	ไม่ได้ตรวจ			
ระดับไขมันในเลือด				
คอเลสเตอรอล (Cholesterol)	174	0-200 mg/dL	ปกติ	
ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride)	46	0 - 150 mg/dL	ปกติ	
ไขมันดี (HDL-Cholesterol)	70	>=60 mg/dL	ปกติ	
ไขมันไม่ดี (LDL-Cholesterol)	99	0-130 mg/dL	ปกติ	
ระดับกรดยูริกในเลือด (Uric Acid)	4.7	2.6 - 6.0 mg/dL	ปกติ	
การทำงานของไต (Renal Function Test)				
BUN	11.0	7.0-18.7 mg/dL	ปกติ	
Creatinine	0.71	0.55-1.02 mg/dL	ปกติ	
eGFR	101	mL/min/1.73m ²	ปกติ	
การทำงานของตับ (Liver Function Test)				
SGOT (AST)	27	5-34 U/L	ปกติ	
SGPT (ALT)	8	0-55 U/L	ปกติ	
ALP	60	40-150 U/L	ปกติ	
Total Protein	ไม่ได้ตรวจ			
Albumin	ไม่ได้ตรวจ			
Direct Bilirubin	ไม่ได้ตรวจ			
Total Bilirubin	ไม่ได้ตรวจ			
Globulin	ไม่ได้ตรวจ			
โลหิตวิทยา (Hematology)				
ความเข้มข้นของเลือด				
Hematocrit (Hct)	39.9	36.0 - 48.0 %	ปกติ	
Hemoglobin (Hb)	12.6	12.0 - 16.0 g/dL	ปกติ	



ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ (Report of Physical Check up)
โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี

การตรวจร่างกายทั่วไป (Physical Examination)

HN 16015854 วันที่ตรวจ 25 ก.ย. 2567

ชื่อ-นามสกุล น.ส.ธัญนันท์ คำไทย

ที่อยู่ 35 ม.08

ศ.นพ.ททอง อ.หนองบุญมาก จ.นครราชสีมา
30410

ความดันโลหิต 116 / 73 มม.ปรอท ชีพจร 72 ครั้ง/นาที
อัตราการหายใจ 18 ครั้ง/นาที สุน 160 ซม น้ำหนัก 64 กก.

ดัชนีมวลกาย 25.00 รูปร่างสมส่วน

ประวัติแพ้ยา (Allergy)

การสูบบุหรี่ (Smoking) ไม่เคยสูบ

การดื่มแอลกอฮอล์ (Alcohol Consumption) ดื่ม

อายุ 40 ปี 7 เดือน เพศ หญิง

ประวัติการเจ็บป่วยในอดีต (Past Illness)

โรคต่างๆ (Past Disease)

การผ่าตัด (Past Surgery)

ประวัติครอบครัว (Family History)

บิดา (Father) ☐ เป็นโรคเรื้อรัง ☒ เบาหวาน ☒ ความดัน อื่นๆ

มารดา (Mother) ☐ เป็นโรคเรื้อรัง ☒ เบาหวาน ☒ ความดัน อื่นๆ

ประวัติครอบครัวอื่นๆ (Other Family History)

รายการตรวจ	ค่าที่ตรวจพบ	ค่าปกติ	แปลผล	หมายเหตุ
------------	--------------	---------	-------	----------

ผลการตรวจสารเคมีในเลือด (Blood Chemistry)

ระดับน้ำตาลในเลือด

น้ำตาลในเลือด Glucose (Fasting)	96	74 - 100 mg/dL	ปกติ
---------------------------------	----	----------------	------

น้ำตาลสะสมในเลือด (HbA1C)	ไม่ได้ตรวจ		
---------------------------	------------	--	--

ระดับไขมันในเลือด

คอเลสเตอรอล (Cholesterol)	195	0-200 mg/dL	ปกติ
---------------------------	-----	-------------	------

ไตรกลีเซอไรด์ (Triglyceride)	89	0 - 150 mg/dL	ปกติ
------------------------------	----	---------------	------

ไขมันดี (HDL-Cholesterol)	41	>=60 mg/dL	ต่ำกว่าปกติ
---------------------------	----	------------	-------------

ไขมันไม่ดี (LDL-Cholesterol)	136	0-130 mg/dL	สูงกว่าปกติ
------------------------------	-----	-------------	-------------

ระดับกรดยูริกในเลือด (Uric Acid)

5.5	2.6 - 6.0 mg%	ปกติ
-----	---------------	------

การทำงานของไต (Renal Function Test)

BUN	6.9	7.0-18.7 mg/dL	ต่ำกว่าปกติ
-----	-----	----------------	-------------

Creatinine	0.55	0.55-1.02 mg/dL	ปกติ
------------	------	-----------------	------

eGFR	117.7	mL/min/1.73m ²	ปกติ
------	-------	---------------------------	------

การทำงานของตับ (Liver Function Test)

SGOT (AST)	25	5-34 U/L	ปกติ
------------	----	----------	------

SGPT (ALT)	12	0-55 U/L	ปกติ
------------	----	----------	------

ALP	77	40-150 U/L	ปกติ
-----	----	------------	------

Total Protein	ไม่ได้ตรวจ		
---------------	------------	--	--

Albumin	ไม่ได้ตรวจ		
---------	------------	--	--

Direct Bilirubin	ไม่ได้ตรวจ		
------------------	------------	--	--

Total Bilirubin	ไม่ได้ตรวจ		
-----------------	------------	--	--

Globulin	ไม่ได้ตรวจ		
----------	------------	--	--

โลหิตวิทยา (Hematology)

ความเข้มข้นของเลือด

Hematocrit (Hct)	34.5	36.0 - 48.0 %	ต่ำกว่าปกติ
------------------	------	---------------	-------------

Hemoglobin (Hb)	11.0	12.0 - 16.0 g/dL	ต่ำกว่าปกติ
-----------------	------	------------------	-------------

การส่งเสริมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๒ Happy Heart การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร

กิจกรรมที่ดำเนินการ กิจกรรมเยี่ยมเยียนพนักงาน กรณีเจ็บป่วย



กิจกรรมที่ดำเนินการ ร่วมแสดงความยินดีกับการโอนย้ายของพนักงาน



องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๓ Happy Society การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร

กิจกรรมที่ดำเนินการ เข้าร่วมโครงการแข่งขันกีฬา อบต.



กิจกรรมที่ดำเนินการ มีส่วนร่วมของพนักงานโครงการวันเด็กแห่งชาติ โดยการบริจาคสิ่งของเพื่อร่วมกิจกรรมในโครงการ



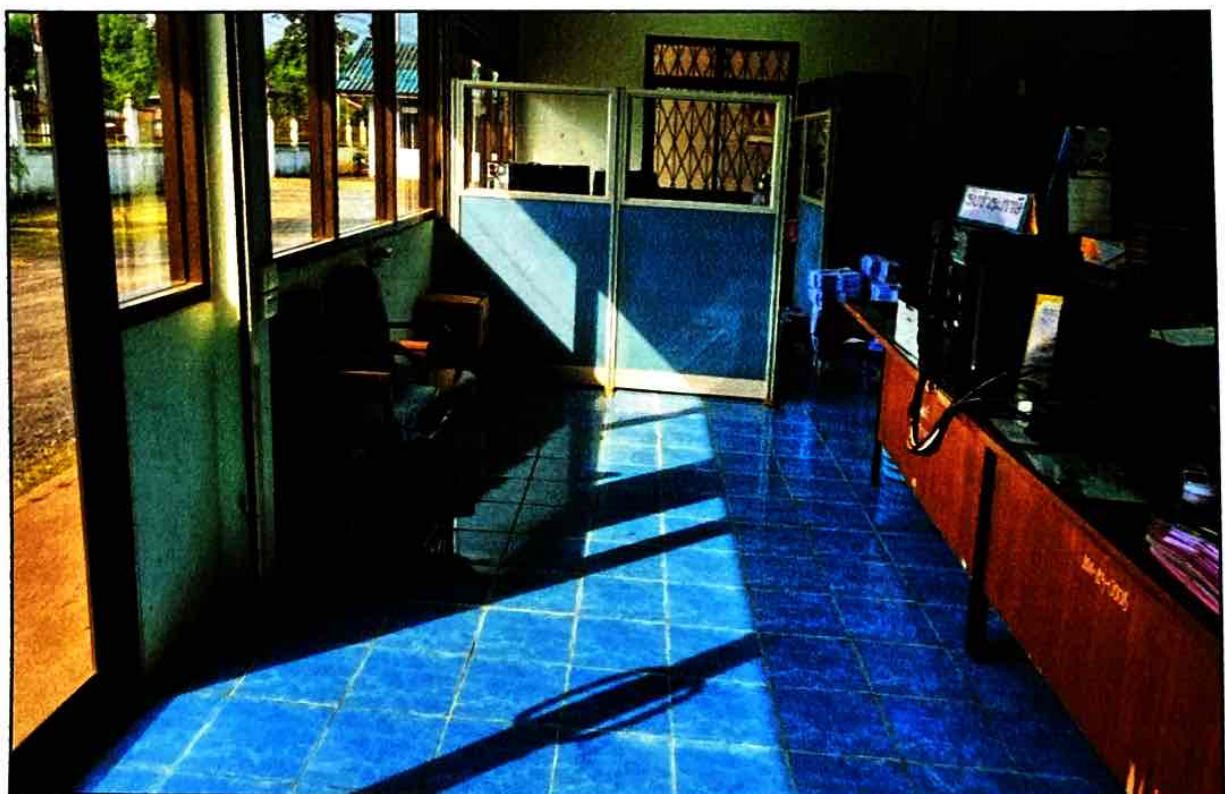
กิจกรรมที่ดำเนินการ ร่วมพัฒนาสะพานสองห้อง



การส่งเสริมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๔ Happy Relax การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย

กิจกรรมที่ดำเนินการ การจัดกิจกรรม ๕ ส. ภายในสำนักงานองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า



กิจกรรมที่ดำเนินการ วันเกิดพนักงาน มีการแสดงความยินดี ด้วยมอบเค้กวันคล้ายวันเกิด และเพื่อนร่วมงานร่วม
อวยพรให้กันและกัน



กิจกรรมที่ดำเนินการ กิจกรรมกินเลี้ยงปีใหม่



การส่งเสริมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลลงเซว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๕ Happy Brain การส่งเสริมให้บุคลากรได้รับพัฒนาความรู้ความสามารถ

กิจกรรมที่ดำเนินการ ส่งบุคลากรเข้าฝึกอบรมเพื่อหาความรู้เพื่อมาพัฒนางานที่ได้รับผิดชอบ





การส่งเสริมองค์กรสุขภาพ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๖ Happy Soul การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต

กิจกรรมที่ดำเนินการ โครงการอบรมคุณธรรม จริยธรรม ในสังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า





กิจกรรมที่ดำเนินการ ทำบุญตักบาตรในวันสำคัญ และร่วมกิจกรรมสำคัญของชาติ





การส่งเสริมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลลุงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๗ Happy Money การส่งเสริมด้านการออมและวางแผนการใช้จ่าย

กิจกรรมที่ดำเนินการ รณรงค์ให้ใช้ถุงผ้าไปทำงาน ห่อข้าวใส่ปิ่นโต ลดค่าใช้จ่าย ส่งเสริมค่านิยมงดใช้ของแพง



การส่งเสริมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลสูงเขว้า อำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา

ด้านที่ ๘ Happy Family การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง

กิจกรรมที่ดำเนินการ วันสงกรานต์ จัดกิจกรรมรดน้ำดำหัว โดยเข้าน้ำท่านนายกองค์การบริหารส่วนตำบล
ขอพร เพื่อความสุข ความอบอุ่น และมั่นคงในชีวิต



