



รายงานผลการดำเนินการ
องค์กรสุขภาวะ
(Happy Workplace)
ประจำปีงบประมาณ 2567

H A P P Y 8



เทศบาลตำบลดอยทราย จ.พิจิตร

สุขภาวะแบบองค์รวมในองค์กรยุคใหม่ สร้างได้ ด้วย Happy Workplace

เนื่องจากบุคคลเป็นทรัพยากรที่มีค่าของทุกองค์กร ดังนั้นความสุขของคนในองค์กร จึงเป็นตัวแปรสำคัญและเป็นกำลังหลักต่อการแสดงศักยภาพ ไม่เพียงช่วยผลักดันสร้างเสริมองค์กรก้าวสู่การเติบโตได้อย่างเต็มที่เท่านั้น แต่ยังครอบคลุมไปถึงครอบครัว ชุมชน และสังคม ให้สามารถยืนอยู่บนพื้นฐานความสุขที่มีความสมดุลกับชีวิตอย่างแท้จริงเช่นกัน ดังนั้น สุขภาพบุคลากรในองค์กร จึงไม่ใช่แค่เรื่องของบุคคล แต่ยังเกี่ยวข้องกับคุณภาพและประสิทธิภาพองค์กรอีกด้วย

Happy Workplace หรือ องค์กรแห่งความสุข เป็นแนวทางหนึ่งในการสร้างสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดี ให้กับบุคลากรในองค์กรอย่างมีเป้าหมาย ด้วยกระบวนการพัฒนา และใช้ยุทธศาสตร์ให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์และวัฒนธรรมขององค์กร ที่เอื้อต่อการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ นำองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน ในเรื่องนี้ กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้พัฒนาแนวคิด Happy Workplace ตั้งแต่ปี ๒๕๕๘ โดยร่วมกับกระทรวงแรงงาน กระทรวงอุตสาหกรรม กระทรวงสาธารณสุข สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย และสภาหอการค้าไทย ผลักดันการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตคนในองค์กรสู่การเป็นนโยบายสาธารณะอย่างเป็นรูปธรรมยั่งยืน ส่งผลให้มากกว่า ๑๐,๐๐๐ แห่ง ตระหนักต่อการสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กร แนวคิด Happy workplace ของ สสส. ดังกล่าว ม.ล.พัชรภากร เทวกุล ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (ก.พ.ร.) กล่าวว่า ถือเป็น การออกแบบนโยบายสำหรับการทำงานและการใช้ชีวิตที่ผสมผสานกันเชิงบูรณาการแบบไร้รอยต่อ (Work – Life Integration) ตามความหมายของแต่ละกลุ่มคน (Customization) หรือรายบุคคล (Personalization) ด้วยความเข้าใจ ยืดหยุ่น ตามนิยามใหม่ The Future of workplace well-being ที่สอดคล้องกับบริบทที่เปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ตอบโจทย์ในการพัฒนาองค์กรให้ยืดหยุ่น ควบคู่ไปกับการสร้างความสุขของพนักงานไปพร้อมกัน หากกล่าวจำเพาะถึงความสัมพันธ์การสร้างเสริมสุขภาวะแบบองค์รวมในกลุ่มองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ยุคใหม่ ดร.สุปรีดา อุดยานนท์ ผู้จัดการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) กล่าวว่า ย่อมหนีไม่พ้นการคิดและหาทางป้องกันและแก้ไขปัญหาการเกิดโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อ) ไม่ให้เกิดขึ้นแก่บุคลากรขององค์กร กล่าวถึงงานวิจัยระบุว่า จำนวนแรงงานกว่า ๓๙ ล้านคน มากกว่าครึ่งเป็นแรงงานในระบบ เป็นโรคในกลุ่ม NCDs หรือกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง นับเป็นภัยเงียบที่เกิดขึ้นจำนวนมากในปัจจุบัน และแนวโน้มตัวเลขยังคงเพิ่มสูงขึ้นในทุก ๆ ปี โดยเฉพาะแล้ว ผู้ป่วยคนไทยวัยแรงงานมักเสียชีวิตก่อนอายุ ๖๐ ปี คิดเป็น ๗๖% หรือเกือบ ๔ แสนคนต่อปี เป็นอันดับ ๑ และครึ่งหนึ่งเป็นการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร หากคิดเป็นความสูญเสียทางเศรษฐกิจของไทยถึง ๑.๖ ล้านล้านบาทต่อปี หรือเทียบเท่ากับ ๙.๗% ของมูลค่าผลิตภัณฑ์มวลรวม สาเหตุใหญ่เนื่องมาจากนิสัยการดำเนินชีวิตอย่างไม่ระมัดระวัง เช่น จากการรับประทานอาหารรสจัด ทั้ง หวานจัด มันจัด เค็มจัด การไม่ออกกำลังกาย นอนดึก รวมไปถึงปัญหาความเครียด สสส. สานพลังภาคี สมาคมนักสร้างสุขภาวะองค์กร และภาคีเครือข่ายองค์กรสุขภาวะ กว่า ๘๐ องค์กร จึงคิดค้นนวัตกรรมที่เรียกว่า นวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาวะของ สสส. Happy Workplace และนำชุดความรู้ สื่อ และเครื่องมือเข้าเสริมความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ปรับทัศนคติ เปลี่ยนพฤติกรรมคนในองค์กร ลดเสี่ยง NCDs ด้วยการส่งเสริมการมีวิถีชีวิตครอบคลุมรู้เท่าทันภัยทางสุขภาพที่สำคัญ อาทิ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บุหรี่ สุขภาพจิต มลพิษทางสิ่งแวดล้อม อาหาร กิจกรรมทางกาย อุบัติเหตุ รวมไปถึงปัญหาความเครียด สุขภาวะทางปัญญา ดังนั้น การหาทางเร่งป้องกันการเกิดโรค NCDs ในทุกช่วงวัย ของ สสส. โดยเฉพาะกลุ่มวัยแรงงาน สอดคล้องกับเป้าหมายของสหประชาชาติ ที่มุ่งลดอัตราการเสียชีวิตก่อนวัยอันควรจากโรค NCDs ลง ๑ ใน ๓ ภายในปี ๒๕๗๓ อีกด้วย

ด้าน ดร.นพ.ไพโรจน์ เสาน่วม ผู้ช่วยผู้จัดการกองทุน สสส. กล่าวว่า “โรค NCDs ส่วนหนึ่งมาจากพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม ที่ต้องใช้เวลา ๑๐-๒๐ ปี จึงจะปรากฏอาการ หลังจากมีพฤติกรรมเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ อาทิ บริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ มีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ รับประทานอาหารที่ไม่ถูกหลักตามโภชนาการ สัมผัสมลพิษทางอากาศ ดังนั้นการประชุมเชิงปฏิบัติการการสร้างเสริมสุขภาวะแบบองค์รวมในองค์กรยุคใหม่ “องค์กรยุคใหม่ ใส่ใจสุขภาวะ” (Future of Work on Wellbeing) เท่ากับเป็นจุดเริ่มต้นของการยกระดับเครือข่ายองค์กรสุขภาวะ โดยยึดแนวคิด Happy Workplace หนึ่งในนวัตกรรมของ สสส. ที่ใช้สร้างเสริมสุขภาวะแบบองค์รวมในองค์กรยุคใหม่ สามารถปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของบุคลากร ในองค์กรเพื่อลดอัตราการเสียชีวิตจากโรค NCDs ในระยะยาว” สสส. และภาคีเครือข่าย มีความเชื่อมั่นว่าการผลักดัน แนวคิด Happy Workplace ให้เกิดขึ้นในทุกองค์กร จะสร้างความมั่นคงภายในองค์กร พร้อมสร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจให้เติบโตขึ้นได้อย่างยั่งยืนในอนาคต ดังนั้นการสร้างสุข ในการทำงานองค์กร ประกอบด้วย ๘ เทคนิคง่าย ๆ ดังนี้

๑. **Happy Body (สุขภาพดี)** สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ากายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี



Happy Body (สุขภาพดี)

สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้า
มนุษย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมที่จะ
รับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

กิจกรรมโครงการเต้นบาสโลปเพื่อสุขภาพ



กิจกรรมแข่งขันกีฬาต้านภัยยาเสพติด



มีเครื่องเล่นออกกำลังกาย (ณ ศูนย์ออกกำลังกายเทศบาลตำบลอุดรธานี)



๒. Happy Heart (น้ำใจงาม) มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริง คือ การเป็นผู้ให้



Happy Heart (น้ำใจงาม)

มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

กิจกรรมเชิญบุคลากรดีเด่นด้านการแต่งกายสุภาพเรียบร้อย
มีความเสียสละและอุทิศเวลาให้แก่ราชการ



กิจกรรมบริจาคโลหิต
(ร่วมกับเหล่ากาชาดจังหวัดพัทลุง ณ ที่ว่าการอำเภอปากพะยูน)



๓. **Happy Society (สังคมดี)** มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีเพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัย มีความรัก ความปรองดอง สามัคคีต่อกัน พรอมรวมแรงรวมใจช่วยกันพัฒนาชุมชน ให้มีชีวิตการเป็นอยู่ที่ดีขึ้น



Happy Society (สังคมดี)

มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีเพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความรัก ความปรองดอง สามัคคีต่อกัน พร้อมร่วมแรงร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

องค์กรสุภาพะ (Happy Workplace)

ส่งเสริมความสามัคคีในองค์กรร่วมกันพัฒนาวัดและสำนักงานเทศบาลตำบลดอนทราย



๔. Happy Relax (ผ่อนคลาย) รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหากที่
คนทำงาน หากไม่รู้จักสรรหาการผ่อนคลายให้กับตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด
อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน



Happy Relax (ผ่อนคลาย)

รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อ
ว่าการที่คนทำงาน หากไม่รู้จักสรรหาการผ่อนคลายให้กับ
ตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลภ
รกระทบต่อหน้าที่การทำงาน

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

พื้นที่สำหรับพักผ่อนคลาย



๕. Happy Brain (หาความรู้) มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่าง ๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงานเพราะเชื่อว่า ถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดัน ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้น ด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ



Happy Brain (หาความรู้)

มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่าง ๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่าถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มี

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ส่งบุคลากรเข้ารับการฝึกอบรมเพิ่มเติมความรู้





๖. **Happy Soul (ทางสงบ)** มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยการดำเนินชีวิตของคนให้ดำเนินไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติมีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามาได้ ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคน ดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีที่ทั้งปวง



Happy Soul (ทางสงบ)

มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนา เป็นสิ่งที่ช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีที่ทั้งปวง

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) จัดกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ทำความสะอาดรอบๆ วัด



๗. Happy Money (ปลอดหนี้) มีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม ประหยัด รู้จัก วิธีใช้เงิน ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่ายใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็น ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



Happy Money (ปลอดหนี้)

มีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม
ประหยัด ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็น ยึดหลักคำ
สอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

องค์กรสุขภาพ (Happy Workplace)
จัดตั้งธนาคารขยะของเทศบาลตำบลดอนทราย



เทศบาลตำบลดอนทราย
12 นาที · 🌐

วันศุกร์ ที่ 5 เมษายน พ.ศ. 2567 นายอานนท์ ช่วยดี นายกเทศมนตรีตำบลดอนทราย มอบหมายนางนิชากร แก้วจันทร์ ปลัดเทศบาลพร้อมเจ้าหน้าที่งานสาธารณสุข เข้าร่วมในกิจกรรม MOI WASTE BANK WEEK มหาดไทยปิกนิงความสำเร็จ 1 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น 1 ธนาคารขยะ ณ ศาลาประจำหมู่บ้านหมู่ที่ 2 บ้านเกาะเสือ สาเดินโครงการธนาคารขยะหมู่ที่ 2 บ้านเกาะเสือ จำนวน 55 คนเรือน



๘. Happy Family (ครอบครัวดี) มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิตให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดีในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการทำงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)



Happy Family (ครอบครัวดี)

<p>มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิตให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดีในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการทำงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)</p>

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

๑. สอนให้ลูกตระหนักถึงความหมายและความสำคัญของ “ชาติ”

ชาติ คือสิ่งที่แสดงถึงที่มาที่ไปและความเป็นเอกลักษณ์ของเผ่าพันธุ์และตัวบุคคล ซึ่งคุณพ่อคุณแม่สามารถสอนให้ลูกตระหนักถึงความเป็นชาติไทย ให้ลูกมีความรักและภูมิใจในความเป็นชาติไทยได้ โดยผ่านประวัติศาสตร์ไทย ขนบธรรมเนียมประเพณีไทย วัฒนธรรมไทย ภาษาไทย เช่น คุณพ่อคุณแม่บอกให้ลูกรู้ว่าประเทศไทยมีภาษาเป็นของเราเอง ดังนั้น ลูกควรใช้ภาษาไทยให้ถูกต้องเพื่อแสดงถึงความรักและภาคภูมิใจในเอกลักษณ์ความเป็นชาติไทยของเรา



๒. สอนให้ลูกตระหนักถึงความหมายและความสำคัญของ “ศาสนา”

คุณพ่อคุณแม่ควรสอนให้ลูกได้เข้าใจเรื่องศาสนาตั้งแต่ยังเล็กโดยการสอนให้ลูกรู้จักหลักคำสอนตามศาสนาที่ได้นับถือ หรือหากมีเวลาควรพาลูกไปสถานที่สำคัญทางศาสนา เช่น ถ้าเป็นครอบครัวที่นับถือศาสนาพุทธก็พาลูกไปวัด ไปฟังเทศน์ ฟังธรรม ทำบุญ ตักบาตร ถ้าเป็นครอบครัวที่นับถือศาสนาคริสต์ก็พาลูกไปนมัสการพระเจ้าที่โบสถ์วันอาทิตย์ ถ้าเป็นครอบครัวที่นับถือศาสนาอิสลามก็พาลูกไปมัสยิดเพื่อทำศาสนพิธีกรรมตามหลักศาสนา ซึ่งวิธีการเหล่านี้จะช่วยทำให้ลูกได้ซึมซับหลักธรรมคำสอนต่างๆ เพื่อขัดเกลาจิตใจ และจะทำให้เกิดความรักศาสนาหรือเป็นคนที่มีศาสนาอยู่ในหัวใจนั่นเอง

รดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ และให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุในชุมชน

- เพื่อเป็นการส่งเสริมงานประเพณีสงกรานต์ให้มีการปฏิบัติสืบทอดกันต่อไป
- เพื่อส่งเสริมสุขภาพ ความรักในครอบครัว ชุมชน ของผู้สูงอายุ



เทศบาลตำบลดอนทราย จิงขอรายงานผลกิจกรรมส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นให้เป็น
องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ



(นางรณัญญา ศรีชัย)



(นางรณัญญา ศรีชัย)

นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ รักษาการแทน

หัวหน้าสำนักปลัดเทศบาล

วันที่ ๒๕ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๗



(นางนิชากร แก้วจันท์)

ปลัดเทศบาลตำบลดอนทราย

วันที่ ๒๕ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๗



(นายมานพ ช่วยมณี)

นายกเทศมนตรีตำบลดอนทราย

วันที่ ๒๕ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๗