



แผนการดำเนินงาน สร้างเสริมองค์กรสุขภาวะ

องค์การบริหารส่วนตำบลตรอกนอง
อำเภอขลุง จังหวัดจันทบุรี

คำนำ

การจัดทำแผนการดำเนินงานสร้างเสริมองค์กรสุภาพะ เป็นการขับเคลื่อนภารกิจที่มุ่งเน้นให้ “คนทำงานในองค์กร” ซึ่งถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม มีสุขภาพดีสมบูรณ์ พร้อมทั้ง ๔ มิติ คือ การมีสุขภาพดี สุขภาพจิตดี สุขภาวะทางปัญญาดี และมีสังคมดี เพื่อให้เกิดความสุขในการทำงาน ทั้งนี้การสร้างความสุขในองค์กรนั้น จะต้องมีการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ เริ่มจากผู้บริหารองค์กรกำหนดให้มโนนโยบายสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กร มีการสร้างทีมงานเพื่อดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการประเมินผลกิจกรรม เพื่อนำไปสู่การพัฒนา จนไปสู่วัฒนธรรมการสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีขององค์กร

องค์การบริหารส่วนตำบลตรอกนอง จึงได้จัดทำแผนการดำเนินงานขึ้น เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินงานต่าง ๆ ในการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ เป้าหมาย ระยะเวลา งบประมาณและ กิจกรรม/โครงการที่ได้กำหนดไว้ รวมทั้งให้ผู้รับผิดชอบและผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพประสิทธิผล ต่อไป

คณะทำงานองค์กรสุภาพะ
องค์การบริหารส่วนตำบลตรอกนอง
ตุลาคม ๒๕๖๕

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทนำ	๑
วัตถุประสงค์ของแผนดำเนินงาน	๒
ขั้นตอนการจัดทำแผนการดำเนินงาน	๓
ประโยชน์ของแผนการดำเนินงาน	๔
บัญชีรายละเอียดโครงการ/กิจกรรม	๕

บทนำ

ตามหนังสือคู่มือสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะ สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร(สำนัก ๘) สำนักงานกองสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้สนับสนุนให้มีแผนสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กร จึงได้ใช้แนวคิดองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ในการขับเคลื่อนภารกิจโดยมุ่งเน้นให้ “คนทำงานในองค์กร” ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม มีสุขภาพดีสมบูรณ์ พร้อมทั้ง ๔ มิติ คือ การมีสุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี สุขภาวะทางปัญญาดี และมีสังคมดี เพื่อให้เกิดความสุขในการทำงาน

ทั้งนี้ การสร้างความสุขในองค์กรนั้น จะต้องมีการบริหารจัดการอย่างเป็นระบบ เริ่มจากผู้บริหารองค์กรกำหนดให้มีนโยบาย สนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาวะในองค์กร มีการสร้างทีมงานเพื่อดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งมีการประเมินผลกิจกรรม เพื่อนำไปสู่การพัฒนา จนนำไปสู่วัฒนธรรมการสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีขององค์กร การสนับสนุนและสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะ เป็นภารกิจที่สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สสส. มุ่งพัฒนาศักยภาพเครือข่าย สร้างความเข้มแข็งให้กับประชาชนกลุ่มเป้าหมายและเครือข่ายองค์กรสุขภาวะ เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมในการพัฒนางานสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสม ด้วยมุ่งเน้นการทำงานเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการเตรียมความพร้อมรองรับปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ ซึ่งเป็นเป้าหมายร่วมของ สสส. ในการขับเคลื่อนร่วมกับภาคีเครือข่ายองค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคม เพื่อสร้างเสริมสุขภาพและลดปัจจัยเสี่ยง ดังนั้น องค์การบริหารส่วนตำบลตรอกนอง จึงได้จัดทำแผนการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาวะขึ้น เพื่อแสดงถึงรายละเอียดวัตถุประสงค์ เป้าหมาย ระยะเวลา งบประมาณและกิจกรรม/โครงการที่ได้กำหนดไว้ในปีงบประมาณนั้น รวมทั้งให้ผู้รับผิดชอบและผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพประสิทธิผล ทำให้การติดตามและประเมินผลมีความสะดวกมากขึ้น

วัตถุประสงค์ของแผนการดำเนินงาน

Happy Workplace (Happy ๘) ได้แก่ ความสุขพื้นฐาน ๘ ประการ คือ แนวทางการดำเนินงานเพื่อสร้างเสริมสุขภาวะที่ดีอันเป็นพื้นฐานไปสู่การสร้างองค์กรสุขภาวะ โดยมีความเชื่อมโยงกับสุขภาวะที่ดี ๔ มิติ ได้แก่ สุขกายกายดี สุขภาพจิตดี สุขภาวะทางปัญญาดี และมีสังคมที่ดี ซึ่งจะช่วยให้คนทำงานพร้อมในการทำงาน โดยมีเป้าหมายให้คนทำงานในองค์กรมีสุขภาพที่ดีในการทำงาน มีความปลอดภัย มีสภาพแวดล้อมที่ดีในการทำงาน มีทักษะและประสิทธิภาพที่ดีในการทำงาน มีความรักและผูกพันองค์กร เกิดนวัตกรรมใหม่ ๆ ของระบบการจัดการและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่เหมาะสมและยั่งยืน (สสส., ๒๕๕๒) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ส่งเสริมให้หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคมให้มีสุขภาพที่ดีและมีความสุขในการทำงาน ภายใต้แนวคิดการพัฒนางานองค์กรสุขภาวะ (happy workplace) โดยการจัดการกระบวนการเรียนรู้พัฒนาคนอย่างมีเป้าหมายควบคู่ไปกับการพัฒนาปัจจัยภายในองค์กรให้เอื้อต่อการสร้างสุข ซึ่งมีส่วนช่วย แก้ไขปัญหาและลดปัจจัยเงื่อนไขที่บั่นทอนความสุขในระหว่างการทำงาน และการใช้ชีวิตประจำวัน เครื่องมือที่มีการพัฒนาขึ้นใช้สนับสนุนการสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะ ได้แก่ Happy Workplace (Happy ๘) ความสุข ๘ ประการ มีดังนี้

๑. Happy Body เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้คนทำงานมีสุขภาพกายและใจที่แข็งแรง มีพฤติกรรมสุขภาวะที่เหมาะสม รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกินให้เหมาะสมกับเพศและวัย รู้จักนอน ไม่เครียดเพื่อให้คนในองค์กรมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และมีสุขภาพจิตที่ดี พร้อมทั้งจะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

๒. Happy Heart เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนความมีน้ำใจและเอื้ออาทรต่อกันภายในองค์กร เพื่อให้คนทำงานเกิดความรักใคร่ปรองดอง มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักการแบ่งปันอย่างเหมาะสม รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเอง

๓. Happy Relax เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้คนทำงานได้รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตและการทำงาน มุ่งเน้นให้คนทำงานในองค์กรรู้จักการผ่อนคลายกับสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต รักษาสมดุลระหว่างชีวิตส่วนตัวกับชีวิตการทำงาน

๔. Happy Brain เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้คนทำงานได้พัฒนาความรู้ ความสามารถ และทักษะต่าง ๆ เพื่อพัฒนาตนเอง นำไปสู่การเป็นมืออาชีพ และความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน

๕. Happy Money เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนการบริหารจัดการทางการเงินที่ดีของคนทำงานในองค์กรและครอบครัวได้อย่างเหมาะสม คือ การใช้เงินเป็น มีเงินรู้จักเก็บรู้จักใช้ เป็นหนี้ให้พอดี รู้จักการทำบัญชี ใช้ชีวิตให้เหมาะสมกับตนเอง

๖. Happy Soul เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้คนทำงานมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิต มีศรัทธาในการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงตนเองกับสังคมและโลก มีความมั่นคงภายใน สามารถวางจิตวางใจได้อย่างถูกต้อง คิดดี คิดเป็น และเห็นตรง ช่วยให้ได้ดำเนินชีวิตได้อย่างสมดุล เป็นปกติสุขทั้งกายและใจ สามารถแก้ไข้ปัญหาต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ช่วยให้จิตเป็นอิสระท่ามกลางความผันผวนปรวนแปรต่าง ๆ

๗. Happy Family เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนการสร้างครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคงให้กับคนทำงานในองค์กร สามารถบริหารจัดการความสมดุลในครอบครัว จัดสรรเวลาในการอยู่ร่วมกัน ดูแลกันของสมาชิกในครอบครัว เพื่อครอบครัวเป็นกำลังใจที่ดีในการทำสิ่งต่าง ๆ มีภูมิคุ้มกันที่จะสามารถเผชิญกับอุปสรรคในชีวิตได้ และทำให้มุ่งมั่นในการใช้ชีวิตให้ดีขึ้น

๘. Happy Society เป็นการส่งเสริมและสนับสนุนให้คนงานในองค์กรสร้างสังคมที่ตนเองอยู่ให้เป็นสังคมที่ดี ทั้งสังคมในที่ทำงาน และสังคมนอกที่ทำงาน มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อสังคมที่ตนเองทำงาน และที่พักอาศัยให้มีสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะหากสังคมนอกข้างดี องค์กรที่อยู่ในสังคมนั้นย่อมมีความสุขไปด้วย ทำให้ทุกคนในสังคมมีน้ำใจดี สามัคคีต่อกัน พร้อมร่วมแรงร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตการเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

ขั้นตอนในการจัดทำแผนการดำเนินงาน

ขั้นตอนที่ ๑ เรียนรู้ทำความเข้าใจแนวคิดจากแหล่งค้นคว้าข้อมูล เช่น หนังสือ วิดีโอ บรรยายแนวคิด Happy Workplace การเข้าอบรมหลักสูตร เชิญวิทยากรเข้าบรรยายให้ความรู้ภายในองค์กร ศึกษาดูงานองค์กรต้นแบบด้านสุขภาวะ

ขั้นตอนที่ ๒ จัดตั้งคณะทำงานภายในองค์กร โดยขอความเห็นชอบจากผู้บริหาร เพื่อรับผิดชอบดำเนินงานส่งเสริมสุขภาวะองค์กรควบคู่กับการพัฒนาผลิตภาพ(Productivity) โดยมีการกำหนดนโยบายด้านองค์กรสุขภาวะไว้เป็นลายลักษณ์อักษร และแต่งตั้งคณะทำงานองค์กรสุขภาวะ เพื่อรับผิดชอบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาวะองค์กร

ขั้นตอนที่ ๓ สำรวจและวิเคราะห์ปัญหาในองค์กร โดยองค์กรทำแบบประเมินความพร้อมในการพัฒนาสู่องค์กรสุขภาวะเพื่อประเมินสถานการณ์ดำเนินงานขององค์ในการพัฒนาองค์กรสุขภาวะ และนำผลการประเมินนี้ มาใช้ประกอบการวางแผนการดำเนินงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ขององค์กร

ขั้นตอนที่ ๔ วางแผนโครงการ โดยมีการวิเคราะห์องค์กร จุดอ่อน จุดแข็ง ที่เอื้อต่อการดำเนินงานตามมาตรฐานองค์กรสุขภาวะ และนำมาพิจารณาร่วมกับผลการประเมินความพร้อมขององค์กรในการพัฒนาสู่องค์กรสุขภาวะ เพื่อใช้ในการวางแผนพัฒนาการดำเนินงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์ขององค์กร

การจัดทำแผนดำเนินงาน ต้องมีองค์ประกอบที่ครบถ้วน ได้แก่ วัตถุประสงค์ กิจกรรม ตัวชี้วัด ระยะเวลา งบประมาณ และผู้รับผิดชอบ เพื่อให้ผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล

ขั้นตอนที่ ๕ ดำเนินโครงการตามแผนที่กำหนดไว้ ด้วยความมุ่งมั่น ให้ความสนับสนุน ควบคุม ดูแลให้มีการปฏิบัติตามข้อกำหนด และมีการประชุมคณะทำงานที่รับผิดชอบเพื่อติดตามความก้าวหน้าของการดำเนินงานอย่างสม่ำเสมอ และต้องไม่มองข้ามการมีส่วนร่วมของคนในองค์กรทุก ๆ ส่วน รวมทั้งการสื่อสารเพื่อสร้างการรับรู้ความเข้าใจ และสร้างพลังในการขับเคลื่อนโครงการให้ประสบผลสำเร็จ

ขั้นตอนที่ ๖ ติดตามประเมินผล มีการติดตามการดำเนินงานตามแผนปฏิบัติการที่กำหนดไว้โดยดำเนินการเก็บข้อมูลตามแผนที่กำหนดไว้ตามระยะเวลาที่กำหนด ติดตามประเมินผลโดยเครื่องมือการประเมินผลเป็นขั้นตอนที่จะทำให้ทราบว่าการดำเนินงานตามโครงการนั้นบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่เพียงใด มีปัญหาหรืออุปสรรคอย่างไร เพื่อนำไปสู่การพัฒนา ปรับปรุง รวมทั้งขยายผลต่อไป

ขั้นตอนที่ ๗ ทบทวน และพัฒนากิจกรรมที่ดำเนินงาน คณะทำงานที่เกี่ยวข้องมีการทบทวนพัฒนาระบบการจัดการองค์กรสุขภาวะ โดยมีการทบทวนนโยบายและเอกสารการดำเนินงาน ผลการประเมินภายใน เพื่อปรับปรุงแก้ไขการดำเนินโครงการจนกระทั่งสามารถทำให้เป็นมาตรฐานขององค์กรให้เหมาะสมกับสถานการณ์และพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ ๘ เกิดวัฒนธรรมสร้างสุขขององค์กร ขั้นตอนสุดท้ายต้องพัฒนาองค์กรให้เป็นองค์กรสุขภาวะต่อเนื่องจนกลายเป็นวัฒนธรรมสร้างสุขขององค์กร

ประโยชน์ของแผนดำเนินงาน

บุคลากรภายในองค์กรมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ความสัมพันธ์ภายในองค์กรดีขึ้น ลดช่องว่างในการทำงานระหว่างผู้บริหารกับพนักงาน ลดปัญหาความขัดแย้งภายในองค์กร บุคลากรสามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น มีความรัก ความสามัคคี และความผูกพันกับองค์กร

.....

**รายละเอียดแผนดำเนินงานโครงการ/กิจกรรม และงบประมาณ
แผนการดำเนินงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖
องค์การบริหารส่วนตำบลตรอกนอง อำเภอขลุง จังหวัดจันทบุรี**

ลำดับ	ด้านการส่งเสริมองค์กรสุขภาพ	แนวทางการจัดกิจกรรม	ตัวชี้วัด	งบประมาณ	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
๑.	Happy Body กายและใจดี	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมรณรงค์การลด ละ เลิก บุหรี่ - กิจกรรมรณรงค์การลด ละ เลิก เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และสิ่งเสพติด - กิจกรรมส่งเสริมความรู้เรื่องกฎจราจรและการขับขี่ปลอดภัยบนท้องถนน - ให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมการกินอาหารที่มีผลต่อสุขภาพ - ส่งเสริมให้บุคลากรออกกำลังกาย - มีสวัสดิการตรวจสุขภาพ - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	- ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	<ul style="list-style-type: none"> สำนักปลัด กองคลัง กองช่าง กองการศึกษาฯ
๒.	Happy Heart ความมีน้ำใจ	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมจิตอาสา - กิจกรรมเสริมสร้างการทำงานเป็นทีม - การให้กำลังใจบุคลากรที่สภาวะยากลำบาก - กิจกรรมอวยพรวันเกิดให้กับคนทำงานในองค์กร - การเชิดชูบุคลากรที่เป็นคนดีคนเก่ง - กิจกรรมบริจาคโลหิต - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	- ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	<ul style="list-style-type: none"> สำนักปลัด กองคลัง กองช่าง กองการศึกษาฯ
๓.	Happy Relax การผ่อนคลาย	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรม ๕ ส - กิจกรรมสันตนาการ เช่น วันปีใหม่ เป็นต้น - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	- ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	<ul style="list-style-type: none"> สำนักปลัด กองคลัง กองช่าง กองการศึกษาฯ

รายละเอียดแผนดำเนินงานโครงการ/กิจกรรม และงบประมาณ
แผนการดำเนินงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖
องค์การบริหารส่วนตำบลตรอกนอง อำเภอขลุง จังหวัดจันทบุรี

ลำดับ	ด้านการส่งเสริมองค์กรสุขภาพ	แนวทางการจัดกิจกรรม	ตัวชี้วัด	งบประมาณ	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
๔.	Happy Brain พัฒนาความรู้	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมส่งเสริมความรู้ในองค์กร - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม 	๑๕,๐๐๐ บาท	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	สำนักปลัด
๕.	Happy Money บริหารจัดการรายรับรายจ่าย	<ul style="list-style-type: none"> - ให้ความรู้การแก้ไขปัญหาหนี้สินและให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย - ส่งเสริมอาชีพให้แก่คนทำงานในองค์กร - สนับสนุนและส่งเสริมการออมเงิน - ให้ความรู้เกี่ยวกับการลงทุน - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม 	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	สำนักปลัด กองคลัง กองช่าง กองการศึกษาฯ
๖.	Happy Soul สุขภาวะทางปัญญา	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมทำบุญตักบาตร - กิจกรรมเข้าวัดฟังธรรม - กิจกรรมจิตอาสาเพื่อเกื้อกูลผู้อื่นและสังคม - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม 	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	สำนักปลัด กองการศึกษาฯ
๗.	Happy Family ครอบครัวมีความสุข	<ul style="list-style-type: none"> - สวัสดิการด้านวันลา เช่น ลาคลอด ๙๐ วัน การยืดหยุ่นเวลาทำงาน เป็นต้น - สวัสดิการทุนการศึกษา - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม 	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	สำนักปลัด
๘.	Happy Society สังคมดี	<ul style="list-style-type: none"> - กิจกรรมจิตอาสาสำหรับเด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ ผู้ด้อยโอกาส - กิจกรรมรักษาสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและทางวัฒนธรรมของชุมชน - กิจกรรมช่วยเหลือสังคม - ส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้เรื่องกฎจราจรบนท้องถนน ขับขี่ปลอดภัย - อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง 	<ul style="list-style-type: none"> - ดำเนินการอย่างน้อยปีละ ๑ กิจกรรม 	ไม่ใช้งบประมาณ	๑ ต.ค. ๖๕ – ๓๐ ก.ย. ๖๖	สำนักปลัด กองการศึกษาฯ

