# บันทึกข้อความ

**ส่วนราชการ** งานการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ โทร. ๐ ๗๕๒๘ ๕๑๐๐

**ที่** สป.๗๘๔๐๑/๑๙๐ **วันที่** ๒๙ มีนาคม ๒๕๖๔

**เรื่อง** ขออนุมัติดำเนินโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากร กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ

ด้วยสำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ มีความประสงค์จะดำเนินโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากร กิจกรรม ตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔ ระหว่างวันที่ ๑ เมษายน – ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔ ณ โรงพยาบาลย่านตาขาว อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ ผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง เกิดการดูแลสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ขัดต่อสุขภาพ เกิดความตื่นตัวตระหนักในการดูและสุขภาพ ให้มีโอกาสค้นหาปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ และสามารถปฏิบัติหน้าที่ราชการได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งผู้เข้าร่วมโครงการประกอบด้วย คณะผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง จำนวน ๒๐ คน ประกอบด้วย ผู้บริหาร ๑ คน พนักงานส่วนตำบล ๑๐ คน และพนักงานจ้าง ๙ คน โดยจ่ายตรงจากสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และสำนักงานประกันสังคม

ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินการเป็นไปด้วยความเรียบร้อย สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ จึงขอเสนอโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากร เพื่อพิจารณาอนุมัติโครงการและดำเนินการต่อไป (รายละเอียดตามเอกสารแนบท้ายนี้)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(ลงชื่อ).....
(นางสาวจิราพร เคี่ยมการ)
นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ

ความเห็น เห็นชอบตามเสนอ
.....

(ลงชื่อ).....
(นางสาววรรณรณี จิตบุญ)
หัวหน้าสำนักปลัด อบต.

ความเห็น เห็นควรอนุมัติ
.....

(ลงชื่อ).....
(นางสาธุ ศรีไตรรัตน์)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ

-๒-/ความเห็นนายก.....

ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบล

☑ อนุมัติ

☐ ไม่อนุมัติเพราะ.....

(ลงชื่อ).....

(นายไพฑูรย์ อัตบุตร)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ

## โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากร
## กิจกรรม "ตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔"

.....

**๑. ชื่อโครงการ** "โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากร กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔"

**๒. หลักการและเหตุผล**

การตรวจสุขภาพ เป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่สำคัญสำหรับทุกคน ซึ่งทำให้ทราบว่าภายในร่างกายยังแข็งแรงหรือมีความเสี่ยงในการเกิดโรคในอนาคตหรือไม่ เป็นเรื่องที่ทุกคนควรให้ความสำคัญและใส่ใจในการตรวจสุขภาพทั้งยังเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้เราได้รับรู้ถึงสภาพที่แท้จริงของสุขภาพร่างกาย การตรวจสุขภาพประจำปีมักถูกมองข้าม ด้วยเหตุเพราะคนจำนวนไม่น้อยมีความคิดว่า "เมื่อร่างกายยังสบายดีอยู่ก็ไม่มีความจำเป็นอะไรจะต้องไปพบแพทย์หรือไปตรวจเช็คสุขภาพร่างกาย" คนส่วนใหญ่จึงมักไปพบแพทย์ก็ต่อเมื่อเกิดความผิดปกติขึ้นกับร่างกายแล้ว ซึ่งบางครั้งก็อาจจะสายเกินไปสำหรับการเยียวยารักษากับโรคบางโรคที่จะแสดงอาการออกมาต่อเมื่ออยู่ในระยะสุดท้ายหรือระยะที่ค่อนข้างหนักแล้วร่างกายของคนเราถูกใช้งานคล้ายๆ กับเครื่องจักรที่ต้องทำงานอยู่ตลอดเวลา แต่เครื่องจักรยังมีช่วงเวลาได้หยุดพัก หยุดซ่อมบำรุงรักษา แต่ร่างกายของคนเรา โดยเฉพาะอวัยวะบางอย่างไม่เคยมีช่วงเวลาได้หยุดพักนับตั้งแต่เกิดจึงเป็นเรื่องธรรมดาที่เมื่อเวลาผ่านไป ร่างกายหรืออวัยวะจะต้องมีความเสื่อมถอยไปตามกาลเวลา ถ้าเป็นเครื่องจักร เมื่อเสื่อมก็ซ่อม เมื่อเสียก็เปลี่ยนอะไหล่สำรอง ฉะนั้น เราจึงควรประคับประคองมิให้อวัยวะหรือร่างกายเสื่อมเร็วกว่าที่ควรจะเป็น และหนึ่งในหนทางที่จะทำให้เราสามารถล่วงรู้ได้เท่าทันกับความเสื่อมหรือความเปลี่ยนแปลง ทั้งที่เกิดขึ้นตามกาลเวลาและเกิดขึ้นมาจากการกระทำนั้นก็คือ การตรวจสุขภาพ

องค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ ได้เห็นความสำคัญของสุขภาพบุคลากร โดยมุ่งเน้นให้บุคลากรได้มีการระมัดระวังป้องกันตนเองไม่ให้เจ็บป่วย และเป็นการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนสร้างขวัญกำลังใจให้แก่บุคลากร โดยมุ่งหวังให้เกิดกิจกรรมการตรวจสุขภาพประจำปีให้แก่บุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ ตามโปรแกรมตรวจสุขภาพหน่วยงานที่ได้มาตรฐาน เพื่อให้บุคลากรเหล่านี้มีสุขภาพที่ดีสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนได้รับการบริการที่ดีต่อไป จึงกำหนดให้มีการตรวจสุขภาพบุคลากรทุกคน และติดตามดูแลสุขภาพ โดยเน้นการดูแลสุขภาพตนเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพให้ถูกต้องเพื่อการมีสุขภาพดีมีประสิทธิภาพในการให้บริการประชาชนและเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ประชาชนต่อไปทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้

**๓. วัตถุประสงค์ของโครงการ**

๑. เพื่อให้ ผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง เกิดการดูแลสุขภาพและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ขัดต่อสุขภาพ เกิดความตื่นตัวตระหนักในการดูแลสุขภาพ

๒. เพื่อให้มีโอกาสค้นหาปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ

๓. เพื่อให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ราชการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

**๔. เป้าหมาย**

ผู้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔ จำนวน ๒๑ คน

๑. ผู้บริหาร จำนวน ๑ คน

๒. พนักงานส่วนตำบล จำนวน ๑๐ คน

๓. พนักงานจ้าง จำนวน ๙ คน

-๒-/๕. วิธีดำเนินการ.....

**๕. วิธีดำเนินการ**

๑. เขียนโครงการฯ เพื่อพิจารณาอนุมัติ

๒. ติดต่อประสานงานกับหน่วยงานและบุคคลที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้บริการตรวจสุขภาพประจำปี

๓. ติดต่อประสานงานกับผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้างเข้ารับการตรวจสุขภาพ

๔. กำหนดแผนและกำหนดวันตรวจสุขภาพร่วมกับโรงพยาบาลย่านตาขาว

๕. แจ้งวิธีการเตรียมตัวก่อนเข้ารับการตรวจสุขภาพให้แก่ผู้เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔

๖. ขบวนการในการเข้ารับการตรวจโดยโรงพยาบาลย่านตาขาว ลงทะเบียน⇨ซักประวัติ⇨ชั่งน้ำหนัก⇨วัดส่วนสูง⇨วัดความดันโลหิต⇨เจาะLAB⇨พบแพทย์⇨เอกซเรย์⇨ตรวจพิเศษต่างๆ (ตามความเห็นแพทย์ เช่น คลื่นหวัดใจ สายตา อื่นๆ)

๗. โรงพยาบาลย่านตาขาวดำเนินการประเมินค่ารักษาพยาบาล เพื่อเรียกเก็บค่าบริการจากสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และสำนักงานประกันสังคม

๘. รอโรงพยาบาลย่านตาขาวประเมินผลการตรวจรักษาพยาบาล สรุปผลการตรวจ และแจ้งผลการตรวจ

**๖. ระยะเวลาดำเนินการ**

วันที่ ๑ เมษายน – ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๔

**๗. สถานที่ดำเนินการ**

โรงพยาบาลย่านตาขาว อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง

**๘. งบประมาณ**

งบประมาณจากสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และสำนักงานประกันสังคม

**๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ**

งานการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง

**๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

๑. ทำให้ทราบสภาพความสมบูรณ์ของร่างกาย

๒. ทำให้ทราบความผิดปกติตั้งแต่ระยะเริ่มแรก ช่วยลดความรุนแรงและอัตราเสี่ยงที่เกิดจากโรคบางชนิด

๓. ทำให้มีคุณภาพชีวิตที่มีสุขภาพกายดี สุขภาพจิตดี สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

**๑๒. ผู้เสนอโครงการ**

(นางสาวจิราพร เคี่ยมการ)
นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ

**๑๓. ผู้พิจารณาโครงการ**

(ลงชื่อ) .....

(นางสาววรรณรณี จิตบุญ)
หัวหน้าสำนักปลัด อบต.

-๓-/๑๔. ผู้เห็นชอบโครงการ.....

**๑๔. ผู้เห็นชอบโครงการ**

( / ) เห็นชอบ ( ) ไม่เห็นชอบ เพราะ.....

(ลงชื่อ)

(นางสาธุ ศรีไตรรัตน์)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ

**๑๕. ผู้อนุมัติโครงการ**

( / ) อนุมัติ ( ) ไม่อนุมัติ เพราะ.....

(ลงชื่อ)

(นายไพฑูรย์ อัตบุตร)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลหนองบ่อ

**บัญชีรายชื่อผู้ประสงค์เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๔**
**อบต.หนองบ่อ อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง**

| ลำดับที่ | ชื่อ – สกุล | หมายเลขบัตรประจำตัวประชาชน | อายุ | สิทธิบัตรที่ใช้ | หมายเหตุ |
|---|---|---|---|---|---|
| ๑ | นายไพฑูรย์ อัตบุตร | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๐๙๒ ๘๒ ๙ | ๖๕ | เบิกจ่ายตรง | ข้าราชการ |
| ๒ | นางสาธุ ศรีไตรรัตน์ | ๓ ๙๒๙๙ ๐๐๓๓๖ ๙๒ ๑ | ๕๕ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๓ | นายธฤต ศรีเพชร์ | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๑๐๓ ๖๓ ๔ | ๔๑ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๔ | นางปรียาภรณ์ เกียงเอีย | ๓ ๙๒๐๒ ๐๐๔๒๐ ๓๖ ๑ | ๔๗ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๕ | นางชุติกาญจน์ บรรสาร | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๐๒๗ ๙๖ ๒ | ๔๖ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๖ | น.ส. สุดารัตน์ สุวรรณสิงห์ | ๑ ๙๒๙๙ ๐๐๔๓๗ ๓๗ ๓ | ๒๗ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๗ | น.ส. จิราพร เคี่ยมการ | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๒๘๑ ๘๑ ๘ | ๔๔ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๘ | นางมัตติกา เชยชื่นจิตร | ๓ ๙๑๐๕ ๐๐๑๕๘ ๒๐ ๓ | ๕๓ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๙ | นางมะลิวัลย์ แคนยุกต์ | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๓๙๐ ๗๔ ๙ | ๔๖ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๑๐ | นางวนิดา ขุนจันทร์ | ๕ ๙๒๐๓ ๐๐๐๒๒ ๘๒ ๗ | ๔๑ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๑๑ | นายธนกร พลประสิทธิ์ | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๐๐๒ ๒๑ ๘ | ๓๘ | เบิกจ่ายตรง | ” |
| ๑๒ | น.ส. โสภา จิตบุญ | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๐๒๙ ๒๗ ๒ | ๔๓ | ประกันสังคม | พนักงานจ้าง |
| ๑๓ | น.ส. จิราภรณ์ นะวะกะ | ๑ ๙๒๐๓ ๐๐๑๔๑ ๒๕ ๔ | ๒๓ | ประกันสังคม | ” |
| ๑๔ | ว่าที่ ร.ต. จุรีรัตน์ สมแสง | ๑ ๙๒๐๓ ๐๐๐๕๖ ๗๘ ๘ | ๓๓ | ประกันสังคม | ” |
| ๑๕ | นางจรรยา สิงห์แก้ว | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๓๓๔ ๘๒ ๒ | ๔๘ | ประกันสังคม | ” |
| ๑๖ | นายอนันตพงศ์ รัตนะ | ๑ ๙๒๐๓ ๐๐๐๑๑ ๖๕ ๒ | ๓๗ | ประกันสังคม | ” |
| ๑๗ | นายบาย ขาวช่วย | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๐๐๗ ๐๘ ๒ | ๕๑ | ประกันสังคม | ” |
| ๑๘ | นายเอกรินทร์ จิตรบุญ | ๑ ๙๒๐๓ ๐๐๐๔๔ ๘๑ ๐ | ๓๕ | ประกันสังคม | ” |
| ๒๐ | นายไชยวัฒน์ ศิริพันธ์ | ๑ ๙๒๐๓ ๐๐๐๙๖ ๙๗ ๖ | ๒๘ | ประกันสังคม | ” |
| ๒๑ | นายพิเชษฐ์ หมื่นศรี | ๓ ๙๒๐๓ ๐๐๕๐๘ ๒๙ ๔ | ๔๘ | ประกันสังคม | ” |

เข้าตรวจที่ รพ.ย่านตาขาว วันที่ ๒๘/๔/๒๕๖๔

เข้าตรวจที่ รพ.ย่านตาขาว วันที่ ๒๙/๔/๒๕๖๔

หมายเหตุ : การปฏิบัติตัวก่อนจะเข้ารับการตรวจสุขภาพ

๑. งดน้ำ/อาหาร เวลา ๒๐.๐๐ น. ก่อนเข้ารับการตรวจในวันรุ่งขึ้น

๒. เข้ารับการตรวจเวลา ๐๘.๐๐ น. ห้อง ๒๑ โรงพยาบาลย่านตาขาว

๓. แบ่งกลุ่มเข้ารับการตรวจเป็น ๒ วัน คือ วันที่ ๒๘ เมษายน ๒๕๖๔ และวันที่ ๒๙ เมษายน ๒๕๖๔