



# บันทึกข้อความ

สำนักบริหารจัดการน้ำและอุทกวิทยา
ฝ่ายบริหารทั่วไป งานธุรการ
ที่เลขบ. 130๙
โทร. ๐-๒๒๔๑-๕๐๕๑
วันที่ ๑3 ก.พ. ๕9
(11/81)

ส่วนราชการ ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ภายใน ๒๔๑๒ โทร. ๐-๒๒๔๑-๕๐๕๑  
 ที่ สบค.๐๗/๑๕๕/๒๕๕๙ วันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙ เรื่อง ขอเชิญสมัครเข้าร่วมโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม

เรียน ผอ.กตน. ผอ.กพร. และ หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป สำนัก/กอง

ตามที่กรมอนามัยในหลักการให้ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล จัดโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ในวันพฤหัสบดีที่ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ณ สำนักงานชลประทานที่ ๑ อำเภอบางเกร็ง จังหวัดนนทบุรี โดยได้รับการสนับสนุนการตรวจคัดกรองสุขภาพจากโรงพยาบาลบางปะกอก ๙ อินเตอร์เนชั่นแนล ร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ซึ่งเป็นกิจกรรมเพื่อประเมินภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่กรมชลประทาน ค้นหาความผิดปกติเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อป้องกัน หรือแก้ไขปัญหาสุขภาพ ทั้งยังเป็นการรณรงค์ให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจและให้ความสำคัญในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ การดูแลสุขภาพที่ถูกต้องนี้จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเรื้อรังและลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาล อีกทั้งเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของเจ้าหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น ไว้แล้ว นั้น

ในการนี้ ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิตขอเชิญเจ้าหน้าที่กรมชลประทานและครอบครัวสมัครเข้าร่วมโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใด ๆ รับสมัครตั้งแต่วันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙ หรือมีผู้เข้าร่วมโครงการครบ ๑๐๐ ท่าน ทั้งนี้สามารถส่งรายชื่อผู้ประสงค์จะเข้าร่วมโครงการ (ตามแบบฟอร์มที่แนบ) สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม ได้ที่ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต โทร./โทรสาร ๐ ๒๒๔๑ ๕๐๕๑ ภายใน ๒๔๑๒, ๒๖๓๒

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาและแจ้งเวียนให้เจ้าหน้าที่และครอบครัวผู้สนใจสมัครเข้าร่วมโครงการตามวัน เวลา และสถานที่ ดังกล่าว

เรียน ผอ. กต. และ หัวหน้างานบริหาร

เพื่อทราบ และโปรดแจ้งพนักงาน

ให้ทราบทั่วกัน หากมีผู้ประสงค์จะร่วมโครงการดังกล่าว  
 กรุณากลับมาติดต่อในแบบฟอร์มที่แนบ ส่งฝ่าย  
 บริหารทั่วไป ภายในวันที่ ๒๗ มี.ค. ๕๙

(นายสมบุญ ศรีเมือง)

ผอ.บค รักษาการในตำแหน่ง ผสค.บค.

(นายธำรงค์ดี นตราวงศ์)

ผบ.บอ. รักษาการในตำแหน่ง ผบ.บอ.





180  
19 ก.พ. 2559 สอ.ส.า

# บันทึกข้อความ

E ส.บ.ค 119/2559

06 99 25/25  
92/06/25  
04.64น.

ร.บ. 110  
12/2/59

ส่วนราชการ สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต ภายใน ๒๕๑๒

ที่ สบค ๕๑๕ /๒๕๕๙ วันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๙ ๒๓ ๒๕๒/๕๙

เรื่อง ขออนุมัติจัดโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม 12 ก.พ. 59

เรียน อธช. ผ่าน รธร.

ด้วยส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล จะจัดโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่กรมชลประทาน ค้นหาความผิดปกติเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันหรือแก้ไขปัญหาสุขภาพ ทั้งยังเป็นภาระหน้าที่ให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจและให้ความสำคัญในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ การดูแลสุขภาพที่ถูกต้องนี้จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเรื้อรังและลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาล อีกทั้งเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตและเพิ่มประสิทธิภาพ การทำงานของเจ้าหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้นด้วย โดยได้รับการสนับสนุนการตรวจคัดกรองสุขภาพจากโรงพยาบาลบางปะกอก ๙ อินเตอร์เนชั่นแนล ร่วมกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ดังนั้น เพื่อให้โครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย และเพื่อให้สำนัก/กอง ต่างๆ ให้การสนับสนุนเจ้าหน้าที่เข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว จึงเห็นสมควรขออนุมัติในหลักการ ดังนี้

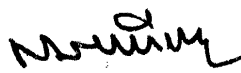
๑. จัดโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ในวันที่ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙ ณ สำนักงานชลประทานที่ ๑ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ตามรายละเอียดที่แนบ

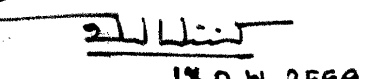
๒. ให้นางสาวพิไลลักษณ์ นันทเสนา หัวหน้าฝ่ายสวัสดิการ และ นางสาววรกัญญา ใจเอื้อ นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล เป็นผู้รับผิดชอบการจัดโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์และสามารถติดต่อประสานงานกับเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลบางปะกอก ๙ อินเตอร์เนชั่นแนล ได้โดยตรง

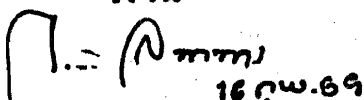
๓. ให้เจ้าหน้าที่ที่มีความประสงค์จะเข้าร่วมโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ซึ่งได้รับอนุญาตจากผู้บังคับบัญชาแล้ว สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนด โดยถือเสมือนหนึ่งปฏิบัติราชการ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

อนุมัติในหลักการ

  
(นายมนัส กำเนิดมณี)  
ผส.บค.

  
(นายสุเทพ น้อยไพโรจน์)  
อธช.

ผ่าน  
  
(นายณรงค์ สีนานนท์)  
รธร.

อ.ล.เมต.

๑๖

## โครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก

### และมะเร็งเต้านม

#### ๑. หลักการและเหตุผล

สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ทุกคน การมีสุขภาพที่ดีย่อมก่อให้เกิดความพร้อมในการปฏิบัติงานอย่างเต็มความสามารถ มีประสิทธิภาพและคุณภาพงานเต็มที่ และการมีสุขภาพที่ดีเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วย การเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยในปัจจุบันไม่ว่าจะเป็น การก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ การลดลงของทารกแรกเกิด การที่จำนวนสมาชิกในครอบครัวลดลง ฯลฯ ทำให้การดำรงชีวิตของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไปต้องดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบและมีการแข่งขันกันมากขึ้น คนไทยจึงให้ความสำคัญกับการทำงานมากกว่าการใส่ใจในการดูแลสุขภาพ ทั้งยังเป็นการกระตุ้นให้เกิดสังคมบริโภคนิยม ประกอบกับมลภาวะทางสิ่งแวดล้อมที่เพิ่มขึ้นแต่เวลาในการดูแลสุขภาพของตนเองกลับลดน้อยลง ได้รับสิ่งมีพิษที่สะสมอยู่ในร่างกายโดยที่ไม่ทันรู้ตัวนำมาซึ่งปัญหาด้านสุขภาพต่าง ๆ การหลบซ่อนของอาการบางอย่างที่ยังไม่แสดงออกมาให้เห็นทางกายภาพ หรือเมื่อทราบก็สายเกินกว่าจะแก้ไข อีกทั้งยังเพิ่มภาระค่าใช้จ่ายทางด้านการรักษาพยาบาล การตรวจสุขภาพเป็นประจำจึงมีความจำเป็น การตรวจตั้งแต่ยังไม่มีอาการผิดปกติใด ๆ หรือมีเพียงอาการผิดปกติเล็กน้อยเพื่อค้นหาภาวะเสี่ยงของโรคหรือความผิดปกติตั้งแต่ระยะเริ่มแรก จะทำให้สามารถปฏิบัติตัวได้อย่างเหมาะสมป้องกันภาวะแทรกซ้อน ลดความรุนแรงของโรคหรือความพิการที่อาจเกิดขึ้นในบางโรคได้ ตลอดจนสามารถให้การรักษาตั้งแต่อาการยังไม่รุนแรง

ข้อมูลจากผลการศึกษาวิจัยคุณภาพชีวิตข้าราชการไทย โดยสถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และสำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน (ก.พ.) โดยการสำรวจข้าราชการพลเรือนสามัญทั่วประเทศไทย พบว่า ข้าราชการไทย ๑ ใน ๓ มีโรคประจำตัว และร้อยละ ๒๕ มีความเครียดสูง นอกจากนี้ยังพบว่า ข้าราชการไทยมีหนี้สินค่อนข้างมาก ส่วนใหญ่เป็นหนี้ที่อยู่อาศัยและผ่อนชำระสินค้า จากพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือนสามัญ พ.ศ. ๒๕๕๑ ในมาตรา ๓๔ บัญญัติว่า การจัดระเบียบข้าราชการพลเรือนต้องเป็นไปเพื่อผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจของรัฐ ความมีประสิทธิภาพและความคุ้มค่า โดยให้ข้าราชการปฏิบัติราชการอย่างมีประสิทธิภาพ คุณธรรม และมีคุณภาพชีวิตที่ดี และมาตรา ๗๒ ให้ส่วนราชการมีหน้าที่เพิ่มพูนประสิทธิภาพและเสริมสร้างแรงจูงใจให้ข้าราชการมีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม และคุณภาพชีวิต มีขวัญ กำลังใจในการปฏิบัติราชการ และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (ก.พ.ร.) กำหนดให้ส่วนราชการดำเนินงานตามเกณฑ์คุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐ (PMQA) ในหมวดที่ ๕ การมุ่งเน้นทรัพยากรบุคคล กำหนดให้ดำเนินการเสริมสร้างความผูกพันและความพึงพอใจแก่บุคลากรเพื่อเป็นกรอบแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรต่อไป

ดังนั้น...

ดังนั้น ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ในฐานะหน่วยงานรับผิดชอบการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของเจ้าหน้าที่กรมชลประทานได้เล็งเห็นความสำคัญและตระหนักถึงผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงของสังคม ความสำคัญของสุขภาพที่ดี อีกทั้งเป็นการลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพ เพื่อเป็นการเสริมสร้างขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงาน และส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีของเจ้าหน้าที่กรมชลประทานจึงร่วมกับโรงพยาบาลบางปะกอก ๙ อินเตอร์เนชั่นแนล และสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติจัดโครงการตรวจคัดกรองสุขภาพกลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวาน ความดันโลหิต มะเร็งปากมดลูก และมะเร็งเต้านม ขึ้น โดยมีรายละเอียดการตรวจคัดกรองดังนี้

๑. ตรวจวัดระดับน้ำตาลในเลือด (FBS)
๒. ตรวจวัดความดันโลหิต ( BP )
๓. ตรวจวัดดัชนีมวลกาย ( BMI )
๔. ตรวจหาระดับไขมันในเลือด ( Cholesterol )
๕. ตรวจหาระดับไขมันในเลือด ( Triglyceride )
๖. ตรวจหาระดับไขมันในเลือด ( HDL )
๗. ตรวจหาระดับไขมันในเลือด ( LDL )
๘. ตรวจมะเร็งปากมดลูก
๙. ตรวจมะเร็งเต้านม
๑๐. ตรวจวัดสายตา สั้น ยาว ตาบอดสี ด้วยระบบคอมพิวเตอร์

หมายเหตุ รายการตรวจหาระดับไขมันในเลือดผู้ชายต้องมีเส้นรอบเอวมากกว่า ๓๕ นิ้ว ( ๙๐ ซม. ) ผู้หญิงต้องมีรอบเอวมมากกว่า ๓๑ นิ้ว ( ๘๐ ซม. ) ท่านที่มีอายุ ๓๕ ปี ขึ้นไป ต้องงดน้ำงดอาหาร ๘ ชั่วโมง

## **๒. วัตถุประสงค์**

๑. เพื่อประเมินภาวะสุขภาพของเจ้าหน้าที่กรมชลประทาน ค้นหาความผิดปกติเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อป้องกันหรือแก้ไขปัญหาสุขภาพ
๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจในแนวทางการเตรียมความพร้อมทางด้านสุขภาพ
๓. เพื่อเป็นการเสริมสร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานให้แก่ผู้เข้าร่วมโครงการ

## **๓. กลุ่มเป้าหมาย**

เจ้าหน้าที่กรมชลประทานและครอบครัว

**๔. จำนวนของผู้เข้าร่วมโครงการ**

จำนวน ๑๐๐ คน

**๕. ระยะเวลาการจัดโครงการ**

วันพฤหัสบดีที่ ๓๑ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

**๖. สถานที่จัดโครงการ**

สำนักงานชลประทานที่ ๑๑ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

**๗. เจ้าหน้าที่โครงการ**

เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลบางปะกอก ๙ อินเตอร์เนชั่นแนล

**๘. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการ**

ไม่มีค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการ

**๙. ผู้รับผิดชอบและประสานงานโครงการ**

๙.๑ นางสาวพิไลลักษณ์ นันทเสนา

หัวหน้าฝ่ายสวัสดิการ

๙.๒ นางสาววรกัญญา ใจเอื้อ

สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล

นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ

สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล

**๑๐. สถานที่ติดต่อประสานงาน**

นางสาวพิไลลักษณ์ นันทเสนา และ นางสาววรกัญญา ใจเอื้อ ส่วนสวัสดิการและ  
พัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล กรมชลประทาน โทร. โทรสาร ๐ ๒๒๔๑ ๕๐๕๑  
ภายใน ๒๔๑๒ / ๒๖๓๒