



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะทำงานเสริมสร้างความสุขขององค์กรโรงพยาบาลสวนสราญรมย์ โทร. ๖๒๕๙๔

ที่ สธ ๐๘๓๐.๓๐๒/๑๕๔๙ วันที่ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุมัติแผนปฏิบัติการเสริมสร้างความสุขของบุคลากรในหน่วยงานประจำปี ๒๕๖๓

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนสราญรมย์

ตามที่กรมสุขภาพจิต ได้ถ่ายทอดตัวชี้วัดตามคำรับรองการปฏิบัติราชการของหน่วยงาน ในสังกัดกรมสุขภาพจิต ลำดับที่ ๑๗ ระดับความสำเร็จของการพัฒนาไปสู่การเป็นองค์กรแห่งความสุข (Happy Organization) และกำหนดให้หน่วยงานดำเนินการตามแนวทางการประเมินผลของตัวชี้วัดดังกล่าว นั้น

คณะทำงานเสริมสร้างความสุขขององค์กรโรงพยาบาลสวนสราญรมย์ ได้ดำเนินการสรุป แผนปฏิบัติการเสริมสร้างความสุขของบุคลากรในหน่วยงานประจำปี ๒๕๖๓ เรียบร้อยแล้ว รายละเอียด ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากท่านเห็นชอบโปรดลงนามอนุมัติแผนปฏิบัติการเสริมสร้าง ความสุขของบุคลากรในหน่วยงานประจำปี ๒๕๖๓ ต่อไป จะเป็นพระคุณ

(นางเอ็นดู วิเรพะนะ)

ประธานคณะทำงานเสริมสร้างความสุขขององค์กร
โรงพยาบาลสวนสราญรมย์

ศบ. (๖) ๖๖๖๖๖๖/๖๖๖๖๖๖

(นายจุมภฏ พรหมสีดา)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนสราญรมย์

๒ S.A. 2562

แผนปฏิบัติการเสริมสร้างความสุขของบุคลากรในหน่วยงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2563
 หน่วยงาน โรงพยาบาลสวนสราญรมย์

เอกสารแนบ 2

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
มิติ Happy Body							
1	ตรวจสุขภาพประจำปี	เพื่อคัดกรอง ปัญหาสุขภาพทาง กาย	บุคลากร โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ จำนวน 500 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน พ.ค. - ก.ค. 63	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 80 ของบุคลากร กลุ่มเป้าหมาย ตรวจ สุขภาพประจำปี	คณะกรรมการ HPH
2	ตรวจสมรรถภาพทางกาย	เพื่อคัดกรองความ แข็งแรงของ ร่างกาย	บุคลากร โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ จำนวน 500 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ เดือน / ม.ค. - มี.ค.63	30,000 บาท	ร้อยละ 80 ของบุคลากร กลุ่มเป้าหมาย ตรวจ สมรรถภาพทางกาย	คณะกรรมการ HPH
3	ให้ความรู้เรื่องสุขภาพ	เพื่อให้บุคลากรมี ความรู้ในการดูแล ตนเอง	บุคลากร โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ 120 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ เดือน / มี.ค.- เม.ย.63	20,000 บาท	ร้อยละ 75 ของบุคลากร กลุ่มเป้าหมายมีความพึง พอใจระดับมาก	คณะกรรมการ HPH
4	จัดกิจกรรมออกกำลังกาย นอก เวลาราชการ	เพื่อให้บุคลากรได้ ออกกำลังกายนอก เวลาทำงาน	บุคลากร โรงพยาบาล จำนวน 30 คน / เดือน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / ทุก วัน	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 75 ของ กลุ่มเป้าหมายมีความพึง พอใจระดับมาก (ประเมิน 3 เดือนครั้ง)	นายเศรษฐพงศ์ รัฐพิทักษ์วงศ์ นางนิรมล เผือกคง

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
5	กิจกรรมกีฬาสัมพันธ์	เพื่อให้บุคลากรได้ออกกำลังกายและร่วมกันทำงานเป็นทีม	บุคลากรในทุกระดับ ในโรงพยาบาล 500 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน ต.ค. - ธ.ค. 62	300,000 บาท	ร้อยละ 75 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	คณะกรรมการ จัดงาน
มิติ Happy Relax							
1	ออกกำลังกายระหว่างการทำงาน ช่วงเช้าและบ่าย	เพื่อให้บุคลากรได้ มีการผ่อนคลาย ระหว่างการทำงาน	บุคลากรที่ ปฏิบัติงานอาคาร สราญรมย์ จำนวน 300 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / ทุก วันราชการ	ไม่ใช้งบประมาณ	บุคลากรร้อยละ 80 มี ความพึงพอใจต่อการเข้า ร่วมกิจกรรมระดับมาก	คณะทำงาน สร้างสุข
2	กิจกรรมท่องเที่ยวนอกสถานที่ ร่วมกัน (OD หน่วยงาน)	เพื่อให้บุคลากรได้ มีการสร้างสรรค์ สร้างความสามัคคี ความผูกพันใน หน่วยงาน	บุคลากรกลุ่มการ พยาบาล จำนวน 14 หน่วยงาน	นอกโรงพยาบาล / ธ.ค .62 – พ.ค.63	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 80 ของหน่วยงาน กลุ่มการพยาบาลมีการจัด กิจกรรม	กลุ่มการ พยาบาล
3	จัดสถานที่สำหรับการผ่อนคลาย จิตใจ เช่น ท้องทำสมาธิ Body scan และ ละหมาด	เพื่อให้บุคลากรได้ มีโอกาสนอนคลาย จิตใจ	จำนวนสถานที่ สำหรับการผ่อนคลาย ไม่น้อยกว่า 5 แห่ง	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์/ทุกวัน	ไม่ใช้งบประมาณ	จำนวนสถานที่ผ่อนคลาย จิตใจได้ตามเป้าหมาย (5 แห่ง)	คณะกรรมการ จริยธรรม / ศูนย์ LO

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
มิติ Happy Heart							
1	การประชุมประจำเดือนของกลุ่ม อำนวยความสะดวก	เพื่อเป็นการสร้างความผูกพันของบุคลากรกลุ่มอำนวยความสะดวก	บุคลากรกลุ่ม อำนวยความสะดวก จำนวน 60 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน ละ 1 ครั้ง	-	ร้อยละ 80 ของบุคลากร กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	การเจ้าหน้าที่
2	บริจาคโลหิต	ส่งเสริมการมีน้ำใจ ไมตรีต่อผู้อื่นและการเป็นผู้ให้	จัดกิจกรรม จำนวน 4 ครั้งต่อปี	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / พ.ย. 62,ก.พ., พ.ค. ,และส.ค. 63	ไม่ใช้งบประมาณ	มีการจัดกิจกรรมจำนวน 4 ครั้งต่อปี	ศูนย์ LO
3	กิจกรรมให้กำลังใจยามมีความ ทุกข์โดยการเคารพญาติสาย ตรง ลำดับที่ 1 ของบุคลากร	ให้กำลังใจ บุคลากรที่กำลัง ประสบปัญหา	บุคลากรกลุ่มการ พยาบาล และฝ่าย บริหาร	นอกโรงพยาบาล / ทุกเดือน	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 100 ของบุคลากร กลุ่มเป้าหมายได้รับการให้ กำลังใจตามสูญเสีย	ฝ่ายบริหาร
4	กิจกรรมเชิดชูคนดี คนเก่งใน กลุ่มการพยาบาล	สร้างแรงจูงใจใน การพัฒนาตนเอง และพัฒนามาก ทำงาน	บุคลากรกลุ่มการ พยาบาล ทั้ง พยาบาลและผู้ ช่วยเหลือคนไข้	โรงพยาบาล /วัน พยาบาลแห่งชาติ เดือน ต.ค.	ไม่ใช้งบประมาณ	มีการจัดกิจกรรมเชิดชูคน ดีคนเก่งของกลุ่มการ พยาบาลปีละ 1 ครั้ง	กลุ่มการ พยาบาล
5	กิจกรรม คนดีศรีสราญรมย์	เพื่อยกย่องเชิดชู คนดี ของรพ.สวน สราญรมย์	จัดกิจกรรม จำนวน 1 ครั้ง	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ /เดือน มีนาคม	ไม่ใช้งบประมาณ	มีการจัดกิจกรรม 1 ครั้ง	งานการ เจ้าหน้าที่ คณะกรรมการ สร้างสุข

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
6	กิจกรรมจิตอาสาพัฒนา โรงพยาบาล	ส่งเสริม บรรยากาศการ ร่วมกันอาสา พัฒนา โรงพยาบาล	จัดกิจกรรม จำนวน 2 ครั้งต่อปี	โรงพยาบาล / เดือน ธ.ค. 62 และ ก.ค. 63	ไม่ใช้งบประมาณ	จำนวนที่ได้จัดกิจกรรม เทียบกับเป้าหมายที่ กำหนด 2 ครั้งต่อปี	คณะกรรมการ จิตอาสา
7	กิจกรรมมุขิตาจิตบุคลากรผู้ เกษียณ	ให้กำลังใจ บุคลากรซึ่งกัน และกัน	บุคลากร โรงพยาบาล จำนวน 100 คน	โรงพยาบาล / เดือน มี.ค.63	250,000 บาท	บุคลากรร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	ฝ่ายบริหาร

มิติ Happy Soul

1	ทำบุญในวันสำคัญ และวันเกิด โรงพยาบาล	เพื่อส่งเสริม ความสุขสงบด้าน จิตวิญญาณ	จัดกิจกรรม จำนวน 3 ครั้งต่อปี	โรงพยาบาล / ตลอดปี	ไม่ใช้งบประมาณ	จำนวนครั้งที่จัดเทียบกับ เป้าหมาย 3 ครั้งต่อปี	ฝ่ายบริหาร
2	มีห้องสวดมนต์ และห้อง ละหมาดในโรงพยาบาล	ให้มีสถานที่ปฏิบัติ ศาสนกิจ	ห้องปฏิบัติศาสนกิจ จำนวน 5 แห่ง	โรงพยาบาล / ทุก วัน	ไม่ใช้งบประมาณ	จำนวนสถานที่เทียบกับ เป้าหมายที่กำหนด	ทุกหน่วยงาน
3	ทำสมาธิก่อนการทำงาน และ ก่อนการประชุม	เพื่อให้จิตใจผ่อนคลาย พร้อมที่จะใช้ ชีวิตอย่างมีสติ	บุคลากรใน หน่วยงานของ โรงพยาบาล จำนวน 35 หน่วยงาน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / ทุก วัน	ไม่ใช้งบประมาณ	บุคลากรในหน่วยงาน ร้อย ละ 70 ของกลุ่มเป้าหมาย ทำสมาธิก่อนทำงาน และ ก่อนการประชุม	หัวหน้า หน่วยงาน
4	อบรมสติจริยสันทนาบุคลากร กลุ่มการพยาบาล	เพื่อส่งเสริมการใช้ สติในการสนทนา ตามหลักจริยธรรม	บุคลากรกลุ่มการ พยาบาล 50 คน จำนวน 2 ครั้ง	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / ธ.ค. 62 และ มี.ย.63	86,200 บาท	บุคลากรร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	กลุ่มการ พยาบาล

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
มิติ Happy Family							
1	การมอบทุนการศึกษาให้บุตร ของบุคลากร	ลดค่าใช้จ่ายของ ครอบครัว	บุคลากรใน โรงพยาบาลได้รับ ทุนอย่างน้อย 5 ทุน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน มีนาคม	10,000 บาท	มอบทุนการศึกษาจำนวน 5 ทุน	งานการ เจ้าหน้าที่
2	ให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพซิกใน ครอบครัวของบุคลากร	ให้ความรู้ในการ สร้างความสุขใน ครอบครัว	บุคลากรที่มีลูกหรือ หลานจำนวน 30 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน เมย. และส.ค. 63	ไม่ใช้งบประมาณ	บุคลากรที่เข้าร่วมกิจกรรม มีความพึงพอใจระดับมาก ร้อยละ 80	คณะทำงาน สร้างสุข
มิติ Happy Society							
1	กิจกรรมจิตอาสาสุขภาพสุข ด้วยการ ปลูกป่าชายเลน	ส่งเสริมให้ บุคลากรมี จิตสำนึกต่อ สาธารณะ ความ รักต่อชุมชน และ สิ่งแวดล้อม	บุคลากร โรงพยาบาลจำนวน 20 คน ต่อครั้ง จัด จำนวน 6 ครั้งต่อปี	นอกโรงพยาบาล / เดือน ต.ค. 62ม.ค , ก.พ. เม.ย.มิ.ย. และส.ค.63	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 80 ของบุคลากรที่ เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึง พอใจระดับมาก	ศูนย์ LO
2	ให้ความรู้ในชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลสวนสราญรมย์	สร้างสัมพันธ์ที่ดี กับกลุ่มชมรมใน โรงพยาบาล	บุคลากรและ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลจำนวน 40 คน	โรงพยาบาล / ทุก เดือน	ไม่ใช้งบประมาณ	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ที่ เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึง พอใจระดับมากร้อยละ 80	คณะกรรมการ ชมรมผู้สูงอายุ

ลำดับที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
3	กิจกรรมเดิน วิ่งมาราธอน	ส่งเสริมให้ทำกิจกรรมกับประชาชน และเครือข่าย	บุคลากร โรงพยาบาลและ บุคคลภายนอก จำนวน 800 คน	โรงพยาบาล / เดือน มี.ค.63	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	คณะกรรมการ จัดงานเดินวิ่ง
มิติ Happy Brain							
1	อบรมให้ความรู้บุคลากรในด้านต่าง ๆ สำหรับทักษะในการทำงาน	ส่งเสริมการเรียนรู้ในงาน	จัดกิจกรรม 3 ครั้ง ครั้งละ 50 คน	โรงพยาบาล/ ม.ค. - ก.พ. 63	107,900	จำนวนครั้งที่จัดกิจกรรม และร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	กลุ่มพัฒนา วิชาการ
2	ส่งบุคลากรเข้ารับการศึกษาคู่ต่อเพื่อยกระดับความรู้	ส่งเสริมการเรียนรู้ อย่างต่อเนื่อง	พยาบาลจำนวน 10 คน	โรงพยาบาล / เดือน ก.พ. - พ.ค. 63	250,000 บาท	ร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	กลุ่มพัฒนา วิชาการ
3	จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เช่น Journal Club / Case Conference	ส่งเสริมการ แลกเปลี่ยนและ แบ่งปันความรู้เพื่อ การพัฒนา	บุคลากรเข้าร่วม กิจกรรมครั้งละ 15 คน จำนวน 5 ครั้ง	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน มกราคม - กันยายน	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	คณะกรรมการ ของกลุ่มการ พยาบาล

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
มิติ Happy Money							
1	ส่งเสริมความรู้ให้บุคลากรมี เทคนิคในการปลดหนี้	ส่งเสริมให้ บุคลากรมีความรู้ เกี่ยวกับการ บริหารจัดการหนี้	บุคลากรที่สนใจเข้า ร่วมกิจกรรม จำนวน 25 คน	โรงพยาบาล / เดือนสิงหาคม	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 75 ของ กลุ่มเป้าหมายมีความพึง พอใจระดับมาก	คณะทำงาน สร้างสุข
2	จัดกิจกรรมตลาดนัดสีเขียว เพื่อ สุขภาพ	ส่งเสริมให้ บุคลากรมีรายได้ พิเศษ	มีการจัดกิจกรรม เดือนละ 1 ครั้ง	โรงพยาบาล / เดือนละ 1 ครั้ง	ไม่ใช้งบประมาณ	มีการจัดกิจกรรม จำนวน 1 ครั้งต่อเดือน	ฝ่ายบริหาร
3	การมอบทุนการศึกษาให้บุตร ของบุคลากร	ลดค่าใช้จ่ายของ ครอบครัว	บุคลากรใน โรงพยาบาลได้รับ ทุนอย่างน้อย 5 ทุน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน มีนาคม 63	10,000 บาท	มอบทุนการศึกษาจำนวน 5 ทุน	งานการ เจ้าหน้าที่
4	การอบรมให้ความรู้บุคลากร เกี่ยวกับการประหยัดพลังงาน	เพื่อให้บุคลากรมี ทัศนคติที่ดี และ ความรู้ในการ ประหยัดพลังงาน ทั้งที่ทำงานและที่ บ้าน	บุคลากร โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ จำนวน 600 คน	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / เดือน พฤศจิกายน 62	163,912 บาท	บุคลากรร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	ฝ่ายบริหาร
5	กิจกรรมขายขยะ recycle	เพื่อส่งเสริมให้ บุคลากรแยกขยะ และสร้างรายได้ จากการขายขยะ	จัดกิจกรรม 4 ครั้ง ต่อปี	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / มค. เม.ย. ก.ค. และ ต.ค.	ไม่ใช้งบประมาณ	มีการจัดกิจกรรมตาม เป้าหมายที่กำหนด	คณะกรรมการ ENV

ลำดับ ที่	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	สถานที่ / ระยะเวลา	งบประมาณ	Outcome/KPI	ผู้รับผิดชอบ
มิติ Happy Worklife							
1	กิจกรรม Happy talk	เพื่อให้บุคลากรมี โอกาสแบ่งปัน ความสุข ความ ทุกข์	มีการจัดกิจกรรม จำนวน 2 ครั้ง	โรงพยาบาลสวน สราญรมย์ / 2 ครั้ง	ไม่ใช้งบประมาณ	มีการจัดกิจกรรมตาม เป้าหมายที่กำหนด	ศูนย์ LO
2	กิจกรรม Happiness calendar	เพื่อให้บุคลากรได้ พบทวนความสุข และความทุกข์	บุคลากรที่สนใจ 100 คน	โรงพยาบาล / เริ่ม เดือน ม.ค. - ธ.ค. 63	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 75 ของ กลุ่มเป้าหมายมีความพึง พอใจระดับมาก	ศูนย์ LO
3	กิจกรรม I can Change	เพื่อให้บุคลากรได้ นำสติไปใช้ เปลี่ยนแปลง พฤติกรรมที่ไม่พึง ประสงค์	บุคลากรที่สนใจ 50 คน	โรงพยาบาล / เริ่ม เดือนเดือนม.ค. - ธ.ค. 63	ไม่ใช้งบประมาณ	ร้อยละ 80 ของ กลุ่มเป้าหมายเข้าร่วม กิจกรรม	ศูนย์ LO

ลงชื่อ.....


(นายจุมภฏ พรหมเสีตา)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนสราญรมย์