



โครงการ “Work and be Happy” สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี

๑. หลักการและเหตุผล

สภาวะเศรษฐกิจและสถานการณ์วิกฤตการแพร่ระบาดของโรคโคโรนาไวรัส (COVID-๑๙) ในปัจจุบัน ทำให้เกิดการใช้ชีวิตประจำวันในรูปแบบใหม่ New Normal ส่งผลต่อสุขภาพจิต ก่อให้เกิดความตึงเครียด ความวิตกกังวล ซึ่งสภาพจิตใจดังกล่าวส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์อันดีทางสังคมอย่างชัดเจน ประกอบกับความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่มีความทันสมัย ทำให้มีความสะดวกสบายมากขึ้น การติดต่อสื่อสารผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์มากกว่าการเผชิญหน้า ทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไป มีความเร่งรีบในการดำเนินชีวิตประจำวัน มีเวลาออกกำลังกายน้อยลง นั่งทำงานในอิริยาบถแบบเดิมซ้ำๆ ในเวลานานๆ ส่งผลให้มีอาการเมื่อยล้าของกล้ามเนื้อ อาจก่อให้เกิดปัญหาออฟฟิศซินโดรม เพราะเหตุนี้ การดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจ ให้มีความอึดอัม มีรอยยิ้ม และสบายใจ จึงเป็นการช่วยเสริมสร้างความแข็งแกร่งให้กับสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสุขภาพจิตได้เป็นอย่างดี

สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี เล็งเห็นความสำคัญของความสุขด้านสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่แข็งแรงของบุคลากร ซึ่งมีความสัมพันธ์โดยตรงกับแรงจูงใจที่จะทำงานให้เกิดผลสัมฤทธิ์ของงาน จึงได้จัดทำโครงการ “Work and be Happy” เพื่อสร้างรอยยิ้ม ผ่อนคลายความตึงเครียด และสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับสุขภาพของบุคลากร และเสริมสร้างความแข็งแกร่งให้ร่างกาย เสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดีด้วยการผ่อนคลายอารมณ์ รวมทั้งเสริมสร้างความสามัคคีในองค์กรผ่านช่องทางการจัดกิจกรรมในรูปแบบนันทนาการในรูปแบบต่างๆ

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเสริมสร้างความแข็งแกร่งของร่างกายและลดภาวะการเจ็บป่วยของโรคต่างๆ ในสถานการณ์ปัจจุบัน
๒. เพื่อสร้างรอยยิ้ม ลดความตึงเครียดจากสถานการณ์ในปัจจุบัน และเสริมสร้างสุขภาพจิตที่ดี
๓. เพื่อส่งเสริมให้เกิดความสัมพันธ์อันดี ความสามัคคี ร่วมมือร่วมใจ ในการปฏิบัติงานร่วมกัน

๓. กลุ่มเป้าหมาย

บุคลากรทุกคนของสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี

๔. ระยะเวลาดำเนินการ

ระหว่างเดือนตุลาคม ๒๕๖๔ ถึง เดือนกันยายน ๒๕๖๕

๕. สถานที่ดำเนินการ

๑. สถานสงเคราะห์ต่างๆ /สถานที่บำเพ็ญประโยชน์/วัดในจังหวัดสุพรรณบุรี
๒. สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี/บริเวณบ้านพักข้าราชการสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี
๓. สถานที่อื่นตามความเหมาะสม

๖. วิธีการ / รูปแบบ

๑. กิจกรรม “ปันยิ้ม อิ่มใจ” รูปแบบกิจกรรม ได้แก่

- ๑.๑ บำเพ็ญประโยชน์สาธารณะ อาทิเช่น บริจาคสิ่งของแก่ผู้ยากไร้และด้อยโอกาส การปลูกต้นไม้ การทำความสะอาดที่สาธารณะ เป็นต้น
- ๑.๒ รับประทานอาหารร่วมกันภายในสำนักงานและนอกสถานที่
- ๑.๓ ทำกิจกรรมร่วมกันในวันเกิดบุคลากรในองค์กร เช่น ทำบุญถวายสังฆทาน เลี้ยงเพลพระ ให้อาหารปลา หรือนันทนาการอื่นๆ เป็นต้น
- ๑.๔ ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อองค์กรตนเองและองค์กรอื่นๆ

๒. กิจกรรม “แคชยั๊บเท่ากับแข็งแรง”รูปแบบกิจกรรม ได้แก่

- ๒.๑ การออกกำลังกายรูปแบบที่หลากหลายที่นำเสนอโดยกลุ่มงานที่รับผิดชอบตามแผนการปฏิบัติกิจกรรม อาทิเช่น การเดินแอโรบิค การออกกำลังกายแบบใช้แรงต้าน (Weight Training) โยคะ เป็นต้น
- ๒.๒ จัดกิจกรรมอย่างน้อย สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง
- ๒.๓ การแต่งกายให้เหมาะสมกับรูปแบบการออกกำลังกาย
- ๒.๔ หลักเกณฑ์การเข้าร่วมแข่งขันกิจกรรม “แคชยั๊บเท่ากับแข็งแรง”
 - บุคลากรสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรีเข้าร่วมกิจกรรมทุกคน (ยกเว้นติดภารกิจเร่งด่วน)
 - บุคลากรสมัครเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อลดน้ำหนัก หรือเพิ่มน้ำหนักระหว่างวันที่ ๒๘ - ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๕ โดยพิจารณาจากการคำนวณดัชนีมวลกาย (BMI) โดยใช้สูตรคำนวณ ดังนี้
สูตรคำนวณ BMI : น้ำหนัก (กิโลกรัม) / [ส่วนสูง (เมตร)] ยกกำลังสอง
 - บุคลากรที่เข้าร่วมกิจกรรมเริ่มชั่งน้ำหนักครั้งแรกในวันที่ ๑ เมษายน ๒๕๖๕ เวลา ๑๐.๐๐ น. ณ สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี และชั่งน้ำหนักครั้งสุดท้ายวันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๕ เวลา ๑๕.๐๐ น. เพื่อบรรณข้อมูลและประมวลผล
 - รางวัลสำหรับบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการประสบความสำเร็จภายในระยะเวลา ๓ เดือน (ระยะเวลาตั้งแต่ ๑ เมษายน - ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๕) โดยต้องเพิ่มหรือลดน้ำหนักได้ไม่น้อยกว่า ๓ กิโลกรัม จะได้เงินรางวัล จำนวน ๕๐๐ บาท และรางวัลพิเศษสำหรับผู้ที่มีเพิ่มหรือลดได้จำนวนสูงสุด จำนวน ๓ รางวัล

รางวัลที่ ๑ จำนวน ๑,๕๐๐ บาท

รางวัลที่ ๒ จำนวน ๑,๐๐๐ บาท

รางวัลที่ ๓ จำนวน ๕๐๐ บาท

๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ

บุคลากรสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรีที่ได้รับมอบหมาย ดังนี้

- | | | |
|------------------|-----------|--|
| ๑. นางสาวกัลยา | มาลาวัลย์ | ตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ |
| ๒. นางสาวปิติมาศ | ผกามาศ | ตำแหน่ง นักวิชาการเงินและบัญชีชำนาญการ |
| ๓. นางสาวรังสียา | หวานมีรส | ตำแหน่ง นักวิชาการคลังปฏิบัติการ |
| ๔. นางสาวอรรณณ | กัลพงษ์ | ตำแหน่ง นักวิชาการคลัง |

๘. งบประมาณในการดำเนินการ

เงินงบประมาณ หรือเงินนอกงบประมาณ หรือเงินนอกงบประมาณอื่นของสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี

๙. ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

๑. ผู้บริหารให้การสนับสนุนในการจัดโครงการอย่างเต็มที่
๒. บุคลากรให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี

๑๐. การประเมินผลกิจกรรม

๑. บุคลากรสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐ เข้าร่วมโครงการ
๒. บันทึกภาพและคลิปความสุขความทรงจำที่ดีจากการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ของโครงการ
๓. บุคลากรสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี มีความพึงพอใจในโครงการไม่น้อยกว่าร้อยละ ๗๕

๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. บุคลากรสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และมีสุขภาพจิตใจที่ดี อิ่มเอมใจจากการแบ่งปัน ร่วมมือร่วมใจกันดำเนินกิจกรรมต่างๆ
๒. บุคลากรสำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี มีความสัมพันธ์อันดีต่อกันและมีความรักความสามัคคี เกิดความเอื้อเฟื้อ ช่วยเหลือ สนับสนุนการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย

(ลงชื่อ)

ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวกัลยา มาลาวัลย์)

นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ

(ลงชื่อ)

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายชัชวาล กองบุญ)

นักวิชาการคลังชำนาญการพิเศษ

(ลงชื่อ)

ผู้อนุมัติโครงการ

(นางสาวนงนุช กิติรัตน์)

คลังจังหวัดสุพรรณบุรี



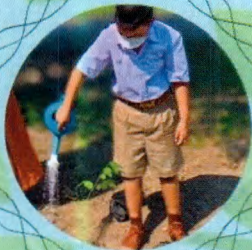
สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี

โครงการ

"WORK AND BE HAPPY"

กิจกรรม

"ปันยิ้ม อิ่มใจ"



วันที่ 21 พฤศจิกายน พ.ศ.2564
ณ โรงเรียนวัดหนองเปาะ ตำบลด่านช้าง อำเภอด่านช้าง จังหวัดสุพรรณบุรี



ยอดบริจาค

สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี 5,000 บาท

เงินรับบริจาค

28,700 บาท

นำไปใช้จ่าย

ทุนการศึกษาเด็กนักเรียน 17,400 บาท

บำรุงสถานศึกษา 11,907 บาท

ซื้อสิ่งของ/อุปกรณ์การเรียน 4,393 บาท





บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี ฝ่ายบริหารทั่วไป โทร. ๐ ๓๕๕๒ ๘๔๘๗ - ๙ ต่อ ๓๑๔

ที่ สพ.๐๐๐๓/-

วันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง รายงานผลสำรวจความพึงพอใจโครงการ “Work and be Happy” สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี
กิจกรรม “ปันยิ้ม อิ่มใจ”

เรียน คลังจังหวัดสุพรรณบุรี

ตามที่สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรีได้จัดทำแบบสำรวจความพึงพอใจโครงการ “Work and be Happy” สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี กิจกรรม “ปันยิ้ม อิ่มใจ” ผ่าน QR Code เพื่อประโยชน์ในการกำหนดทิศทางการจัดโครงการ/กิจกรรมของหน่วยงานที่เหมาะสม ตอบสนองความพึงพอใจของเจ้าหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป นั้น

ฝ่ายบริหารทั่วไป ขอรายงานผลการประเมินความพึงพอใจโครงการ “Work and be Happy” สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี กิจกรรม “ปันยิ้ม อิ่มใจ” ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(นางสาวกัลยา มาลาวัลย์)
นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ

(นางสาวนงนุช กิติรัตน์)
คลังจังหวัดสุพรรณบุรี



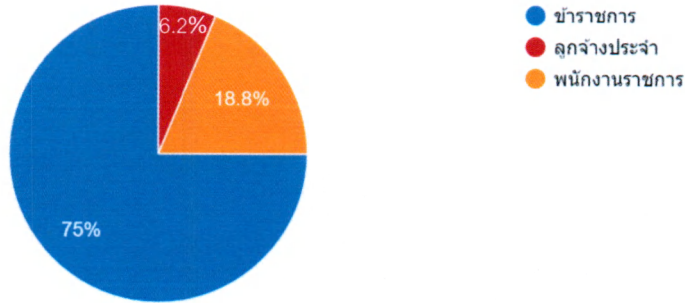
รายงานแบบสำรวจความพึงพอใจโครงการ “Work and be Happy”

สำนักงานคลังจังหวัดสุพรรณบุรี กิจกรรม “ปันยิ้ม อิ่มใจ”

มีผู้ประเมินความพึงพอใจผ่าน QR Code จำนวน ๑๖ ราย

ตอนที่ 1 สถานะผู้ตอบแบบสำรวจ

คำตอบ 16 ข้อ

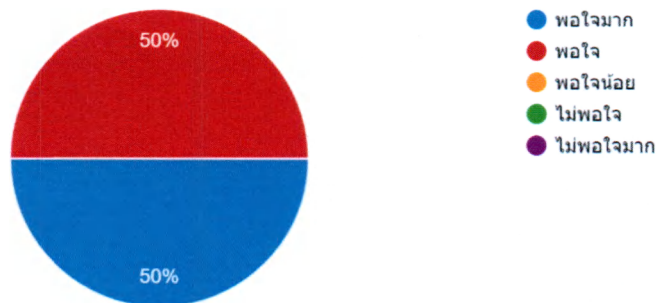


- อันดับ ๑ ข้าราชการ ร้อยละ ๗๕
อันดับ ๒ พนักงานราชการ ร้อยละ ๑๘.๘
อันดับ ๓ ลูกจ้างประจำ ร้อยละ ๖.๒

ตอนที่ ๒ ระดับความพึงพอใจ

1. การจัดกิจกรรมในครั้งนี้มีประโยชน์ต่อท่าน

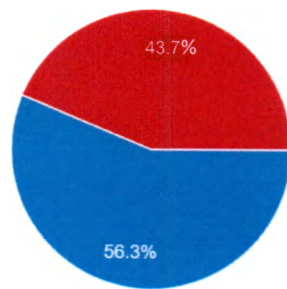
คำตอบ 16 ข้อ



- อันดับ ๑ พอใจ ร้อยละ ๕๐
อันดับ ๒ พอใจมาก ร้อยละ ๕๐

3. ท่านได้มีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นและให้ข้อเสนอแนะ

คำตอบ 16 ข้อ



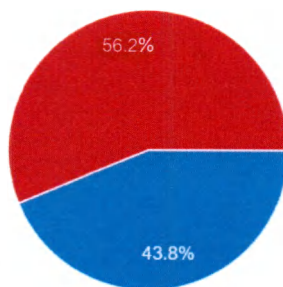
- พอใจมาก
- พอใจ
- พอใจน้อย
- ไม่พอใจ
- ไม่พอใจมาก

อันดับ ๑ พอใจมาก ร้อยละ ๕๖.๓

อันดับ ๒ พอใจ ร้อยละ ๔๓.๗

4. ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม

คำตอบ 16 ข้อ



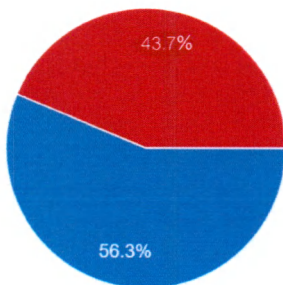
- พอใจมาก
- พอใจ
- พอใจน้อย
- ไม่พอใจ
- ไม่พอใจมาก

อันดับ ๑ พอใจ ร้อยละ ๕๖.๒

อันดับ ๒ พอใจมาก ร้อยละ ๔๓.๘

5. สถานที่จัดกิจกรรมมีความเหมาะสม

คำตอบ 16 ข้อ



- พอใจมาก
- พอใจ
- พอใจน้อย
- ไม่พอใจ
- ไม่พอใจมาก

อันดับ ๑ พอใจ ร้อยละ ๕๖.๓

อันดับ ๒ พอใจมาก ร้อยละ ๔๓.๗

ตอนที่ ๓ ข้อคิดเห็นและเสนอแนะ

๑. น่าจะมีการจัดทุกปี
๒. ควรจัดให้มีกิจกรรมเป็นประจำอย่างต่อเนื่องทุกๆปี