

แผนปฏิบัติการขับเคลื่อนการพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต  
กลุ่มตรวจสอบภายใน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ รอบ ๕ เดือนหลัง (มี.ค. – ก.ค.65)

แนวทาง/มาตรการ	กิจกรรม	เป้าประสงค์	หน่วยนับ	เป้าหมาย	ผู้รับผิดชอบ	ระยะเวลา ดำเนินการ
1. ส่งเสริมการดำเนินงานตามแผนพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา และเสริมสร้างคุณภาพชีวิต	1.1 ปรับแผนการดำเนินงานสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน เสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขของคนทำงาน ปีงบประมาณ พ.ศ. 2565 รอบ 5 เดือนหลัง	เพื่อพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา สอดคล้องกับเกณฑ์การประเมิน	ครั้ง	1	ฝ่ายอำนวยการ	มี.ค.65
	1.2 กิจกรรม Big cleaning day จัดในที่ทำงานให้น่าอยู่ น่าทำงาน เอื้อต่อการมีสุขภาพดี	เพื่อพัฒนาสถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน มีชีวิตชีวา อยู่อย่างสม่ำเสมอ และเตรียมความพร้อมสู่การประเมินโดยคณะทำงานภายในและภายนอก	ครั้ง	5	ฝ่ายอำนวยการ	มี.ค. – ก.ค.65
2. ส่งเสริมองค์ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ	2.1 กิจกรรมการเผยแพร่ข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมผ่านช่องทางไลน์ และบอร์ดประชาสัมพันธ์ของหน่วยงานอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 บทความ	เพื่อให้เจ้าหน้าที่ตรวจสอบภายในมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพจิตใจ และอนามัยสิ่งแวดล้อม	ครั้ง	20	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65
3. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพบุคลากรกลุ่มตรวจสอบภายใน	3.1 กิจกรรมก้าวท้าใจ Season 4	เพื่อให้บุคลากรกลุ่มตรวจสอบภายใน มีส่วนร่วมในกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย	คน	15	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65

แนวทาง/มาตรการ	กิจกรรม	เป้าประสงค์	หน่วยนับ	เป้าหมาย	ผู้รับผิดชอบ	ระยะเวลา ดำเนินการ
	3.2 กิจกรรมการตรวจสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน	เพื่อให้บุคลากรกลุ่มตรวจสอบภายในได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี และทราบสถานการณ์สุขภาพของตนเอง	คน	15	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65
	3.3 กิจกรรมการส่งเสริมออกกำลังกายร่วมกัน สัปดาห์ละ 1 ครั้ง	เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรกลุ่มตรวจสอบภายใน มีการออกกำลังกาย ให้ร่างกายมีสุขภาพแข็งแรง และเสริมสร้างควมมีปฏิสัมพันธ์อันดีภายในหน่วยงาน	ครั้ง	20	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65
	3.4 จัดกิจกรรมการตรวจวัดค่า BMI โดยเครื่องวิเคราะห์องค์ประกอบร่างกาย (Inbody) จากสำนักโภชนาการ	เพื่อให้บุคลากรกลุ่มตรวจสอบภายในทราบถึงความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจากการดำเนินงานตามแผนฯ และรับรู้ถึงสภาวะสุขภาพของตนเอง	ครั้ง	1	ทุกฝ่าย	ก.ค.65
	3.5 จัดกิจกรรมวัดเอว ชั่งน้ำหนัก เจ้าหน้าที่กลุ่มตรวจสอบภายในเดือนละ 1 ครั้ง	เพื่อตรวจเช็คสภาวะสุขภาพ และเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพของเจ้าหน้าที่กลุ่มตรวจสอบภายใน	ครั้ง	5	ฝ่ายอำนวยการ	มี.ค. – ก.ค.65
4. การส่งเสริมความผูกพันและสมดุลชีวิตในการทำงาน	4.1 นั่งสมาธิร่วมกันก่อนทำงาน	เพื่อให้เจ้าหน้าที่ทุกคนมีการผ่อนคลายความเครียดและมีสมาธิก่อนเริ่มทำงาน	ครั้ง	20	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65

แนวทาง/มาตรการ	กิจกรรม	เป้าประสงค์	หน่วยนับ	เป้าหมาย	ผู้รับผิดชอบ	ระยะเวลา ดำเนินการ
	4.2 กิจกรรมการตอบแบบประเมิน ความเครียด (ST5)	เพื่อให้เจ้าหน้าที่ทราบถึง สภาวะจิตใจของตนเองเป็น การป้องกันการเกิดโรค ซึมเศร้า	ครั้ง	1	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65
	4.3 กิจกรรมเขียนการ์ดอวยพรวันเกิดให้ เจ้าหน้าที่	เพื่อเป็นการเสริมสร้างความ ผูกพันและเสริมสร้างกำลังใจ ในการทำงานของเจ้าหน้าที่ กลุ่มตรวจสอบภายใน	ครั้ง	5	ทุกฝ่าย	มี.ค. – ก.ค.65

ผู้จัดทำ.....กิตติภรณ์ มุขเพชร  
(นางสาวจิตตราภรณ์ มุขเพชร)  
นักวิชาการตรวจสอบภายในปฏิบัติการ

  
ผู้อนุมัติ.....  
(นางสาวอรุณี มนปราณีต)  
นักวิชาการตรวจสอบภายในชำนาญการพิเศษ  
รักษาราชการแทนผู้อำนวยการกลุ่มตรวจสอบภายใน