

รายงานการจัดการความรู้

- 1) ชื่อเรื่อง ชัยบภัย สลายพุง
- 2) หัวหน้าโครงการ นางสาวอรพิน บุญชายสินธุ์
- 3) สมาชิกกลุ่ม
 1. นางธัญญา พานิชกิจ
 2. นางสาวภัทร พวงสมบัติ
 3. นางเบญจพร กว้านตระกูล
 4. นางฐิติรัตน์ มากกลิ่น
 5. นางจินดา นาเวชัย
 6. นางแก้วตา จำปาอ่อน
 7. นางสาวสิริยากร จันบุญมี
 8. นางรสรินทร์ โพธิ์ทัย
 9. นางสมพิศ ภูมิภาค
 10. นางสาวอมรรัตน์ เป็นสุข
 11. นางฐิตารีย์ นิราศภัย
- 4) การทบทวนการจัดการความรู้

จากผลการตรวจสอบสภาพเจ้าหน้าที่งานธุรการ ประจำปี 2558 ซึ่งพบว่าเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่ มีน้ำหนักตัว และรอบเอวเกินเกณฑ์ที่กำหนด ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา เช่นไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง ข้อเข่าเสื่อม ทำให้เป็นอุปสรรคต่อการทำงาน ไม่สามารถปฏิบัติงานได้เต็มความสามารถ
- 5) วัตถุประสงค์ของการจัดการความรู้

เพื่อให้เจ้าหน้าที่ทุกคน มีสุขภาพแข็งแรง ลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรค มีน้ำหนักตัวและรอบเอวลดลง เกิดความคล่องตัวในการปฏิบัติงาน
- 6) กระบวนการจัดการความรู้

บุคลากรในหน่วยงาน มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหาร รับประทานข้าวไรซ์เบอร์รี่ แทนข้าวขัดขาว รับประทานผลไม้ แทนขนมหวาน ออกกำลังกายตามบริบทของแต่ละบุคคล อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง งดดื่มน้ำอัดลม ชา กาแฟ
- 7) การประเมินผล/กลั่นกรอง/เรียนรู้/วิเคราะห์ข้อมูล

มีการทบทวนพูดคุยกันอย่างไม่เป็นทางการ มีการควบคุมเส้นรอบเอวให้เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานทุกคน ทุกครั้งในทุกเดือนที่มีการวัดเส้นรอบเอว
- 8) การนำไปใช้ การเผยแพร่ การต่อยอดความรู้

แนะนำบุคคลใกล้เคียง เช่น บุคคลในครอบครัว และเพื่อนร่วมงานให้มีการออกกำลังกาย และรับประทานอาหารเช้าที่มีรส หวาน มัน เค็ม ลดลง

ชัยภาย สลายพุง

งานธุรการ สารบรรณ และการเจ้าหน้าที่



ช้วยกาย สลายพุง
งานธุรการ สารบรรณ และการเจ้าหน้าที่



หมายเหตุ

ส่งเอกสารตาม แบบฟอร์ม 2 พร้อมรูปถ่ายและให้บันทึก file ไว้ที่ dive k ใน folder คลังความรู้ ชื่อ...
หน่วยงานตนเอง) และ สิ้นสุดทำภายในวันที่ 30 มิถุนายน 2559

