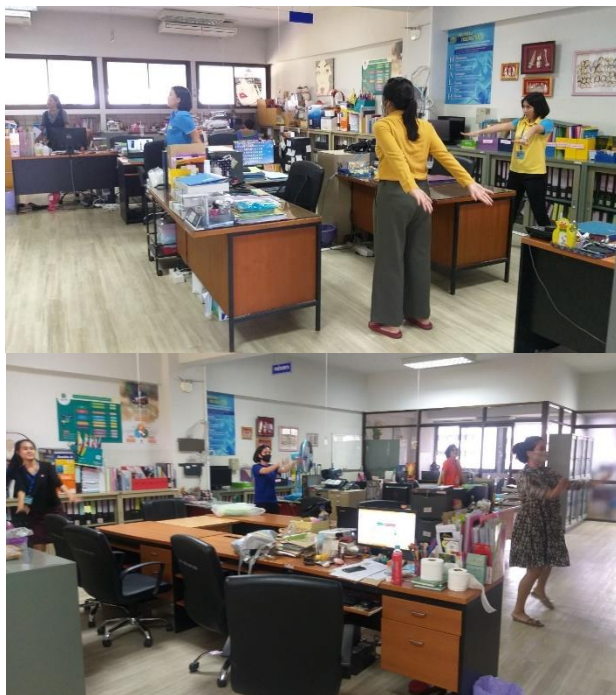


รายงานผลการดำเนินการขับเคลื่อน ระดับความสำเร็จของการขับเคลื่อนองค์กรสร้างสุข
(บุคลากรในองค์กรมีความสุข Happy Body) ศูนย์ความร่วมมือมีระหว่างประเทศ ประจำเดือน เมษายน 63

1. ออกกำลังกายทุกบ่าย 3 โมง เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส Covid-19 ทำให้กิจกรรมการออกกำลังกายไม่สามารถจัดได้ทุกวันเพราะต้องรักษาระยะห่างเพื่อลดอัตราเสี่ยงการแพร่กระจายของเชื้อไวรัส ซึ่งในเดือนเมษายนนี้จะเน้นการออกกำลังกายในรูปแบบ Zumba และได้เพิ่มเวลาครั้ง 20 นาที/วัน



2. เก็บก้าวเพื่อสุขภาพ เจ้าหน้าที่ศรป.ได้เข้าไปกรอกข้อมูลBMIและจำนวนก้าวของตนเองเรียบร้อยแล้ว [คลิก](#)

2.1 เก็บก้าวในหน่วยงาน เจ้าหน้าที่ได้ก้าวสูงสุดในเดือน มีนาคม 2563 มีดังนี้



1. นายรังสรรค์ พันธจบสิงห์
จำนวนก้าว 532,438



2. น.ส.นัยนา ไข้อย่างวงศ์
จำนวนก้าว 281,098



3. น.ส. พัทธนันท์ วังเสนา
จำนวนก้าว 255,992

2.2 ก้าวทำใจ 60 วัน 60 กิโลเมตร Season 2 : กิจกรรมยังไม่ได้ประกาศอย่างเป็นทางการ

3. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ความรอบรู้ทางด้านสุขภาพ/ การบริโภคอาหาร/การออกกำลังกาย :

- เริ่มในการประชุมสรุป.ครั้งต่อไปในเดือน พฤษภาคม 63

4. การตรวจสอบสุขภาพของบุคลากรในหน่วยงาน : นำเข้าประชุมหารือในการประชุมสรุป.ครั้งต่อไปในเดือน พฤษภาคม 63

5. การประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเส้นเลือดหัวใจและหลอดเลือด ของบุคลากรอายุ 35 ปีขึ้นไปด้วยโปรแกรม : นำเข้าประชุมแจ้งเพื่อทราบในการประชุมสรุป.ครั้งต่อไปในเดือน พฤษภาคม 63

6. แผนการออกกำลังกายและการรับประทานอาหาร ให้เหมาะสมกับสุขภาพของแต่ละบุคคล: นำเข้าชี้แจงในการประชุมสรุป.พร้อมให้คำแนะนำปรับแผนการดังกล่าวครั้งต่อไปในเดือน พฤษภาคม 63