

ประจำปี
2568



คู่มือ

เกณฑ์การประเมิน

สถานประกอบการกิจการส่งเสริมสุขภาพ
และองค์กรสุขภาพะ

คู่มือ เกณฑ์การประเมิน



กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข



บทนำ

ปัจจุบัน การดูแลสุขภาพและสุขภาวะของพนักงานในสถานประกอบการเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ไม่เพียงแต่จะส่งผลดีต่อสุขภาพกายและจิตใจของพนักงานเท่านั้น แต่ยังช่วยสร้างบรรยากาศการทำงานที่ดีและเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานอีกด้วย การส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ จึงเป็นเรื่องที่ไม่ควรมองข้าม จากการดำเนินงานที่ผ่านมา ทุกหน่วยงานต่างตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพให้กับคนไทยทุกช่วงวัย ทั้งในด้านการป้องกันและควบคุมโรค รวมถึงปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพ และการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี อนึ่ง ความสำเร็จดังกล่าวเกิดจากการบูรณาการความร่วมมือกับหน่วยงานทุกภาคส่วน ทั้งส่วนกลาง ส่วนภูมิภาค ภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน โดยได้รับความร่วมมืออย่างดีและมีผลงานที่ประจักษ์ทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับภูมิภาค และระดับประเทศ

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมอนามัย ในฐานะหน่วยงานที่ดูแลส่งเสริมสุขภาพประชาชน ให้มีสุขภาพที่ดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดีจึงได้จัดทำแนวทางและหลักเกณฑ์การสมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะ ฉบับนี้ขึ้น เพื่อให้สถานประกอบการที่มีความสนใจในพัฒนาสุขภาพและสุขภาวะของพนักงาน ได้มีแนวทางและหลักเกณฑ์ในการสมัครเข้าร่วมโครงการคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะ โดยมอบรางวัล 3 ระดับ คือ รางวัลระดับพื้นฐาน ระดับมาตรฐาน และระดับดีเด่น เพื่อเชิดชูเกียรติสร้างขวัญกำลังใจให้กับภาคีเครือข่ายที่ร่วมกันพัฒนาส่งเสริมสุขภาพของประชาชนวัยทำงานอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งเป็นต้นแบบในการสร้างสรรค์ผลงานสู่ความเป็นเลิศ

กลุ่มอนามัยวัยทำงาน
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข

ส่วนที่ 1 บทนำ

- ความเป็นมาและความสำคัญ	1
- ประเภทรายางวัล	1
- เงื่อนไขการสมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือกและวิธีการการสมัคร	2
- ปฏิทินการคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพประจำปี 2568	6

ส่วนที่ 2 แนวทางและหลักเกณฑ์การคัดเลือก

- แผนผังกระบวนการพัฒนาและขอรับรองสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพ ประจำปี 2568	7
- แบบใบสมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือกสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพ ประจำปี 2568	8
- เกณฑ์การคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพประจำปี 2568	10
- ด้านที่ 1 นโยบายและแผนการดำเนินงาน	11
- ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงาน	17
- ด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome)	22
- ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ	25
- การพิจารณาค่าคะแนนการประเมินผลเกณฑ์สถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพ	45

ภาคผนวก ก. ค่าดัชนีมวลกาย (BODY MASS INDEX - BMI) / รอบเอว (WAIST CIRCUMFERENCE)	47
--	----

ภาคผนวก ข. เกณฑ์สะอาด	48
-----------------------	----

ภาคผนวก ค. เกณฑ์ความปลอดภัย	56
-----------------------------	----

ภาคผนวก ง. เกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี	61
-------------------------------	----

ภาคผนวก จ. แบบทดสอบด้านสุขภาพจิต	66
----------------------------------	----

ภาคผนวก ฉ. เกณฑ์รับรอง HEALTHY CANTEEN	71
--	----

ส่วนที่ 1 บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญ

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมอนามัย ในฐานะหน่วยงานที่ดูแลส่งเสริมสุขภาพประชาชน ให้มีสุขภาพที่ดีและมีคุณภาพชีวิตที่ดี เล็งเห็นความสำคัญส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการกิจการ จึงได้จัดทำหลักเกณฑ์การคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบการกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะขึ้น เพื่อให้สถานประกอบการที่มีความสนใจในพัฒนาสุขภาพและสุขภาวะของพนักงาน และมีผลงานเป็นที่ประจักษ์ด้านการส่งเสริมสุขภาพ สามารถสมัครเข้าร่วมโครงการเพื่อคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบการกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะ โดยมอบรางวัล 3 ระดับ คือ รางวัลระดับพื้นฐาน ระดับมาตรฐาน และระดับดีเด่น เพื่อเป็นการเชิดชูเกียรติและสร้างแรงบันดาลใจให้แก่ผู้ปฏิบัติงานได้เจริญรอยตาม

2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อยกย่องและเชิดชูเกียรติสถานประกอบการที่มีผลงานดีเด่นด้านวิชาการส่งเสริมสุขภาพและการพัฒนา
งานส่งเสริมสุขภาพ
- 2.2 เพื่อสร้างขวัญกำลังใจแก่สถานประกอบการและยกระดับคุณภาพการส่งเสริมสุขภาพในระดับประเทศ
- 2.3 ส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดนวัตกรรมและเทคโนโลยีด้านการส่งเสริมสุขภาพที่สามารถนำมาเป็นต้นแบบและ
ประยุกต์ใช้ในประเทศไทยได้อย่างเหมาะสม

3. ประเภทรางวัล ประกอบด้วย 3 ระดับ

3.1 รางวัลเชิดชูเกียรติประกาศนียบัตรระดับประเทศ ระดับพื้นฐาน (รับใบประกาศนียบัตร)

คือ สถานประกอบการที่มีผลการดำเนินงานองค์กรประกอบที่ 1 - 4 (ทุกด้านต้องผ่านอย่างน้อย ร้อยละ 50)

- ด้านที่ 1 องค์กรประกอบและมาตรฐานในการจัดตั้งของสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
- ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงานของสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
- ด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome)
- ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ มีการดำเนินการตามแนวคิดองค์กรสุขภาวะ
จำนวน 1 ประเด็น พร้อมผลการดำเนินงาน (กิจกรรมทางกาย, สุขภาพจิต, อาหาร, สุขภาวะองค์กร, สิ่งแวดล้อม, ยาสูบและแอลกอฮอล์, สุขภาวะครอบครัว)

3.2 รางวัลเชิดชูเกียรติประกาศนียบัตรระดับประเทศ ระดับมาตรฐาน (รับใบประกาศนียบัตร)

คือ สถานประกอบการที่มีผลการดำเนินงานองค์กรประกอบที่ 1 - 4 (ทุกด้านต้องผ่านอย่างน้อย ร้อยละ 60)

- ด้านที่ 1 องค์กรประกอบและมาตรฐานในการจัดตั้งของสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
- ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงานของสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
- ด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome)
- ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ มีการดำเนินการตามแนวคิดองค์กรสุขภาวะ
จำนวน 2 ประเด็น พร้อมผลการดำเนินงาน (กิจกรรมทางกาย, สุขภาพจิต, อาหาร, สุขภาวะองค์กร, สิ่งแวดล้อม, ยาสูบและแอลกอฮอล์, สุขภาวะครอบครัว)

3.3 รางวัลเชิดชูเกียรติและประกาศนียบัตรระดับประเทศ ระดับดีเด่น (รับใบประกาศนียบัตรและโล่)

คือ สถานประกอบการกิจการที่มีผลการดำเนินงานองค์ประกอบที่ 1 - 4 (ทุกด้านต้องผ่านอย่างน้อย ร้อยละ 70)

- ด้านที่ 1 องค์ประกอบและมาตรฐานในการจัดตั้งของสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
- ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงานของสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
- ด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome)
- ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ มีการดำเนินการตามแนวคิดองค์กรสุขภาพจำนวน 3 ประเด็น พร้อมผลการดำเนินงาน (กิจกรรมทางกาย, สุขภาพจิต, อาหาร, สุขภาวะองค์กร, สิ่งแวดล้อม, ยาสูบและแอลกอฮอล์, สุขภาวะครอบครัว)

4. เงื่อนไขการสมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือก

4.1 สถานประกอบการกิจการที่จะสมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพะ ต้องมีการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพ อย่างต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 2 ปี มีผลงานดีเด่นเป็นที่ประจักษ์ สนับสนุนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการกิจการที่ส่งผลต่อการใช้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของประชาชน

4.2 สถานประกอบการกิจการ หมายถึง สถานประกอบการกิจการขนาดเล็ก กลาง ใหญ่ และสถานประกอบการกิจการที่ไม่ใช่โรงงาน เช่น ห้างสรรพสินค้า หน่วยงาน องค์กร รวมถึงหน่วยงานราชการ และสถานพยาบาล

4.3 เป็นองค์กรนิติบุคคลภาครัฐ หรือเอกชนที่อยู่ในประเทศไทย

5. วิธีการการสมัคร

5.1 สถานประกอบการกิจการ สามารถส่งใบสมัคร (ฉบับจริง) ทางไปรษณีย์ไปยังศูนย์อนามัยในพื้นที่ (ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง) และส่งไฟล์สแกนใบสมัครทาง E-mail ของศูนย์อนามัยในพื้นที่

5.2 สถานประกอบการกิจการ ประเมินตนเองส่วนที่ 1 – 4 พร้อมแนบเอกสาร/หลักฐานประกอบการประเมิน (ฉบับจริง) ทางไปรษณีย์ไปยังศูนย์อนามัยในพื้นที่ (ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง) และส่งไฟล์เอกสารหลักฐานที่เกี่ยวข้อง (Word /PDF/ Link เอกสาร Google Drive) ทาง E-mail ของศูนย์อนามัยในพื้นที่

จังหวัด	ที่อยู่จัดส่งผลงาน (ศูนย์อนามัยในพื้นที่)
เชียงราย เชียงใหม่ น่าน พะเยา แพร่ แม่ฮ่องสอน ลำปาง ลำพูน	ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 51 ถนนประชาสัมพันธ์ ตำบลช้างคลาน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50100 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวสิริภา ภาคชนะภา พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เบอร์โทรติดต่อ : 0873054910 E-mail : siripa.p@anamai.mail.go.th

จังหวัด	ที่อยู่จัดส่งผลงาน (ศูนย์อนามัยในพื้นที่)
พิษณุโลก ตาก เพชรบูรณ์ สุโขทัย อุตรดิตถ์	ศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 21 หมู่ 4 ตำบลมะขามสูง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางลฎาภา อุตสม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เบอร์โทรติดต่อ : 0876791516 / 055993000-154 E-mail : ladapa1516@gmail.com
นครสวรรค์ กำแพงเพชร ชัยนาท พิจิตร อุทัยธานี	ศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 157 หมู่ 1 ตำบลนครสวรรค์ออก อำเภอเมือง จังหวัดนครสวรรค์ 60000 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวปาจารย์ อุดมสุข พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ เบอร์โทรติดต่อ : 0812635169 E-mail : Pajaree.anamai03@gmail.com
สระบุรี นนทบุรี นครนายก ปทุมธานี พระนครศรีอยุธยา ลพบุรี สิงห์บุรี อ่างทอง	ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 1 หมู่ 11 ตำบลบ้านหมอ อำเภอบ้านหมอ จังหวัดสระบุรี 18130 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวสุพิชญา ไชยรัตน์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เบอร์โทรติดต่อ : E-mail :

จังหวัด	ที่อยู่จัดส่งผลงาน (ศูนย์อนามัยในพื้นที่)
ราชบุรี กาญจนบุรี นครปฐม เพชรบุรี ประจวบคีรีขันธ์ สมุทรสาคร สมุทรสงคราม สุพรรณบุรี	ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 429 ถนนศรีสุริยวงศ์ ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี 70000 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริม สุขภาพและองค์กรสุขภาวะปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวมัตติกา ยงอยู่ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ เบอร์โทรติดต่อ : 0815521439 E-mail : muttika.aey@gmail.com

ชลบุรี จันทบุรี ฉะเชิงเทรา ตราด ปราจีนบุรี ระยอง สระแก้ว สมุทรปราการ	ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 43 หมู่ 3 ตำบลนาป่า อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี 20000 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริม สุขภาพและองค์กรสุขภาวะปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางทิพย์วรรณ จุ่มแพง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ เบอร์โทรติดต่อ : 0876003874 E-mail : kaeja2521@hotmail.com
---	--

ขอนแก่น กาฬสินธุ์ มหาสารคาม ร้อยเอ็ด	ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 195 หมู่ 4 ถนนศรีจันทร์ ตำบลในเมือง อำเภอเมืองขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น 40000 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริม สุขภาพและองค์กรสุขภาวะปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวสุนันท์ ศรีประจันต์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เบอร์โทรติดต่อ : 0945425080 E-mail : Sunantinee4278@gmail.com
--------------------------------------	--

จังหวัด	ที่อยู่จัดส่งผลงาน (ศูนย์อนามัยในพื้นที่)
นครราชสีมา ชัยภูมิ บุรีรัมย์ สุรินทร์	ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 177 หมู่ 6 ตำบลโคกกรวด อำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา 30280 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวสนธิ์ ชโลภัมภ์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เบอร์โทรติดต่อ : 0866505597 E-mail : suntanee1177@gmail.com
อุบลราชธานี มุกดาหาร ยโสธร ศรีสะเกษ อำนาจเจริญ	ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 45 หมู่ 4 ตำบลธาตุ อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี 34190 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางพัชรภรณ์ โตสงค์ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ เบอร์โทรติดต่อ : 045-251267 / 0891573469 E-mail : pimmy.50822@gmail.com
นครศรีธรรมราช กระบี่ ชุมพร พังงา ภูเก็ต ระนอง สุราษฎร์ธานี	ศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 99 หมู่ 2 ตำบลบางจาก อำเภอเมืองนครศรีธรรมราช จังหวัดนครศรีธรรมราช 80330 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางนันทนาถ ช่วยสกุล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ เบอร์โทรติดต่อ : 0916965708 E-mail : workingagehpc11@gmail.com

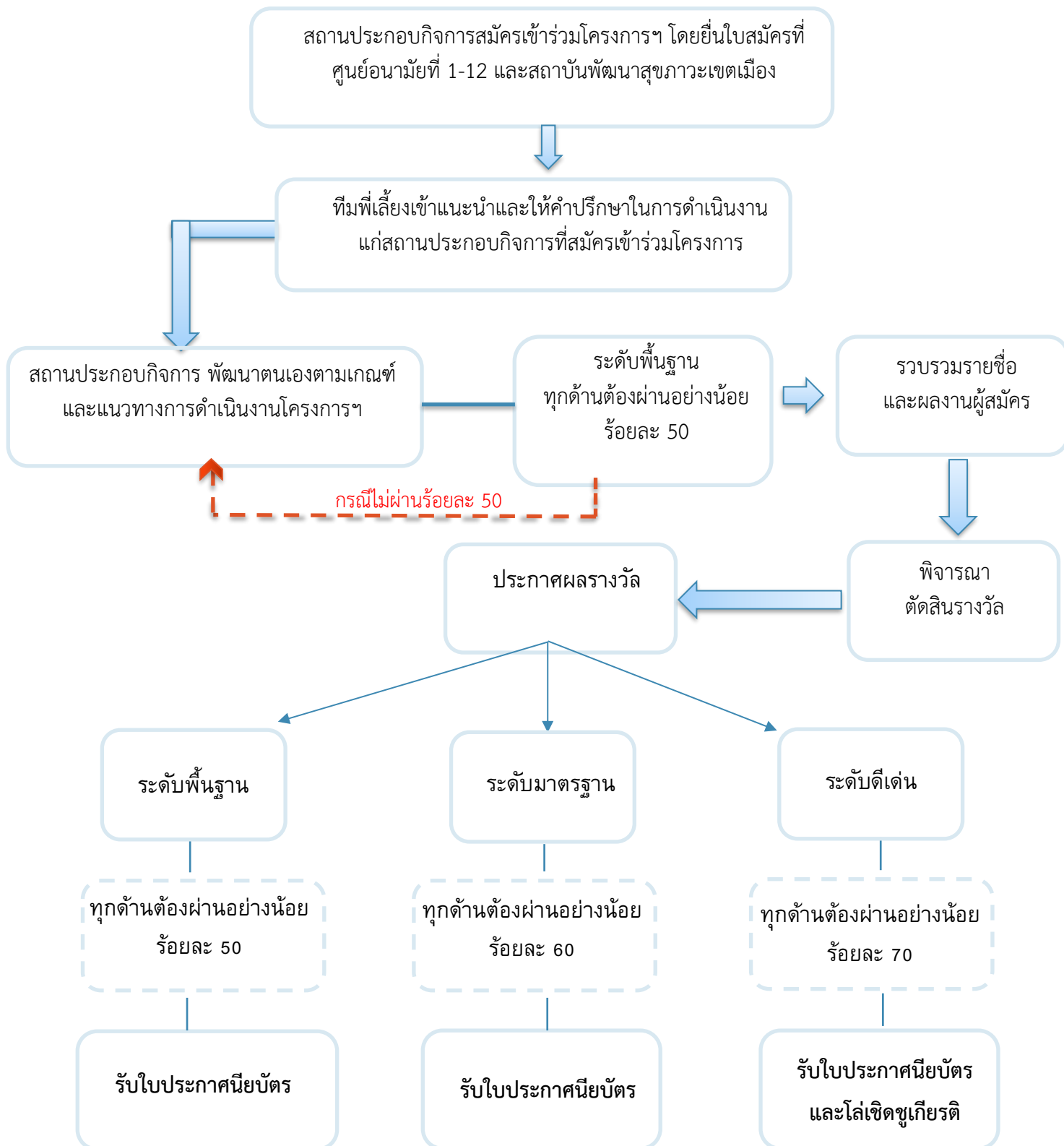
จังหวัด	ที่อยู่จัดส่งผลงาน (ศูนย์อนามัยในพื้นที่)
ยะลา ตรัง นราธิวาส ปัตตานี พัทลุง สงขลา สตูล	ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 95 ถนนเทศบาล 1 ตำบลสะเตง อำเภอเมือง จังหวัดยะลา 95000 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพประจำปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางสาวนาตีย๊ะ ปือซา พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ เบอร์โทรติดต่อ : 0883891121 E-mail :
กรุงเทพมหานคร	สถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่ 18 ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร 10220 (ส่งผลงานคัดเลือกเป็นต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพประจำปี 2568) ผู้ประสานงาน : นางภัทราภรณ์ เอมยานยาว พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ เบอร์โทรติดต่อ : 0818551940 E-mail : Tuyda2513@gmail.com

6. ปฏิทินการคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาพ ประจำปี 2568

กิจกรรม	ระยะเวลา	ผู้ดำเนินการ
1. รับสมัครส่งผลงาน - สถานประกอบกิจการสมัครเข้าร่วมโครงการฯ โดยยื่นใบสมัครที่ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง) - ทีมพี่เลี้ยงเข้าแนะนำและให้คำปรึกษาในการดำเนินงานแก่สถานประกอบกิจการที่สมัครเข้าร่วมโครงการ - สถานประกอบกิจการ พัฒนาตนเองตามเกณฑ์และแนวทางการดำเนินงานโครงการ ฯ	ตุลาคม - ธันวาคม 2567	- ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง
2. สถานประกอบกิจการจัดส่งเอกสาร/หลักฐานตามเกณฑ์ และแนวทางการดำเนินงานโครงการ ฯ เพื่อใช้ในการประกอบการพิจารณาขอรับรองการประเมิน	ธันวาคม 2567	- สถานประกอบกิจการ
3. รวบรวมรายชื่อและผลงานผู้ที่สมัครเข้ารับการคัดเลือก	ธันวาคม 2567	- ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง
4. กระบวนการตรวจประเมินและพิจารณาตัดสินรางวัล	มกราคม - มีนาคม 2568	- ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง - คณะกรรมการบริหารโครงการฯ
5. ประกาศผลการตัดสินและแจ้งผู้ที่ได้รับรางวัลทราบ	มีนาคม - เมษายน 2568	- กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
6. จัดเวทีเชิดชูเกียรติมอบรางวัลและถอดบทเรียน	เมษายน - พฤษภาคม 2568	- กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ

แนวทางและหลักเกณฑ์การคัดเลือก

แผนผังกระบวนการพัฒนาและขอรับรองสถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพองค์กรสุขภาวะต้นแบบ





แบบใบสมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ และองค์กรสุขภาพะ ประจำปี 2568

ข้าพเจ้า ชื่อ - สกุล

ตำแหน่ง

ขอส่งสถานประกอบการ สมัครเพื่อพิจารณาคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพ
และองค์กรสุขภาพะ ประจำปี 2568

ลงชื่อ (นายจ้าง/ผู้แทนนายจ้าง)
(.....)

ตำแหน่ง

วันที่

1. ชื่อสถานประกอบการ
(ชื่อภาษาอังกฤษ)
เลขนิติบุคคล

2. ที่อยู่สถานประกอบการ
ที่ตั้ง เลขที่.....ตรอก/ซอย.....ถนน.....
ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....
รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....

3. ประเภทของสถานประกอบการ

- สถานประกอบการขนาดเล็ก (จำนวนลูกจ้าง ไม่เกิน 49 คน)
- สถานประกอบการขนาดกลาง (จำนวนลูกจ้างตั้งแต่ 50 - 199 คน)
- สถานประกอบการขนาดใหญ่ (จำนวนลูกจ้าง ตั้งแต่ 200 คน ขึ้นไป)
- อื่น ๆ

4. จำนวนพนักงานทั้งหมด..... คน (ระบุตัวเลขเท่านั้น)
- 4.1 พนักงานประจำ จำนวนคน
- 4.2 พนักงาน/ลูกจ้างชั่วคราว จำนวน คน
- 4.3 จำนวนพนักงานคนไทย เพศชาย คน เพศหญิง คน
- 4.4 จำนวนแรงงานข้ามชาติ เมียนมาร์.....คน กัมพูชา.....คน ลาว.....คน
อื่น ๆ..... จำนวน..... คน
5. ลักษณะงานในสถานประกอบกิจการ (โปรดระบุ) ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ
- ☐ งานเอกสาร/การใช้คอมพิวเตอร์ ในสำนักงาน
- ☐ งานที่ต้องใช้แรงงาน/ยกของ/แบก/หาม
- ☐ งานการผลิตที่ต้องใช้/ควบคุม เครื่องจักร/ระบบการผลิต
- ☐ งานการตรวจสอบ/ซ่อมบำรุง
- ☐ งานที่ต้องสัมผัสสารอันตราย/สารเคมี
- ☐ งานบริการ/ลงพื้นที่
- ☐ มีการเข้ากะ/สลับกะทำงาน/ทำงานล่วงเวลา
- ☐ อื่น ๆ โปรดระบุ
6. ข้อใดตรงกับสถานประกอบกิจการของท่าน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ☐ บุคลากรมีภาวะอ้วนลงพุง (มีค่าดัชนีมวลกาย / BMI / เส้นรอบเอวเกิน)
- ☐ บุคลากรมีปัญหาเครียด ซึมเศร้า หรือปัญหาด้านสุขภาพจิต
- ☐ บุคลากรมีหญิงวัยเจริญพันธุ์
- ☐ บุคลากรมีหญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร
- ☐ บุคลากรส่วนใหญ่มีปัญหาออฟฟิศซินโดรม
- ☐ บุคลากรส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 45-59 ปี
- ☐ บุคลากรส่วนใหญ่เป็นแรงงานต่างด้าว
- ☐ มีพนักงานในสถานประกอบกิจการที่ดื่มสุรา หรือสูบบุหรี่
- ☐ อื่น ๆ โปรดระบุ
7. ชื่อ - สกุล ผู้ประสานงาน
8. ตำแหน่ง ผู้ประสานงาน
9. เบอร์โทรศัพท์ ผู้ประสานงาน.....
10. E-Mail

เกณฑ์การคัดเลือกต้นแบบสถานประกอบการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะ ประจำปี 2568

รายด้าน	จำนวน ข้อ	ระดับพื้นฐาน	ระดับมาตรฐาน	ระดับดีเด่น
ด้านที่ 1 นโยบายและแผนการดำเนินงาน	5 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงาน	4 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
ด้านที่ 3 ผลลัพธ์	3 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ (10 Packages plus)		*เลือกดำเนินการ 1 ประเด็นขึ้นไป	*เลือกดำเนินการ 2 ประเด็นขึ้นไป	*เลือกดำเนินการ 3 ประเด็นขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 1 กิจกรรมทางกาย (หุ่นดี สุขภาพดี และ Happy Body)	4 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 2 สิ่งแวดล้อม (สถานประกอบการปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดี มีสมดุลชีวิตได้ และ Happy Society)	5 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 3 สุขภาพจิต (จิตสดใส ใจเป็นสุข และ Happy Heart, Happy Relax, Happy Soul)	1 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 4 ยาสูบและแอลกอฮอล์ (สถานประกอบการดี ชีวิตใสไร้แอลกอฮอล์ บุหรี่ และ Happy Body)	1 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 5 อาหาร (โรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ และ Happy Body)	1 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 6 สุขภาวะครอบครัว (ครอบครัวสดใส ใส่ใจดูแล สดุดยอดคุณแม่ เตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า พาชีวาเย็นยาว และ Happy Family, Happy Money)	1 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 7 สุขภาวะองค์กร (พิชิต ออฟฟิศซินโดรม สถานประกอบการจะก้าวไกล ต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานต่างชาติ และ Happy Brain, Happy Heart)	1 ข้อ	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป

ด้านที่ 1 นโยบายและแผนการดำเนินงาน

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 1 การกำหนดนโยบาย							
1	นโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ	มีหลักฐานแสดงการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ แก่บุคลากรในสถานประกอบการ อย่างเป็นลายลักษณ์อักษรลงนามโดยผู้บริหารคนปัจจุบัน หรือระยะเวลาไม่เกิน 3 ปี โดยมีการสื่อสารและประชาสัมพันธ์นโยบายดังกล่าวแก่บุคลากรในสถานประกอบการ และหน่วยงานภายนอกที่เกี่ยวข้อง โดยผ่านช่องทางต่าง ๆ เช่น ตีตบอร์ด หนังสือเวียน เว็บไซต์ เพจ Facebook ฯลฯ	1	ไม่มีการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการอย่างเป็นรูปธรรม/ไม่มีเป็นลายลักษณ์อักษร			
			2	มีการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร แต่ไม่มีการเผยแพร่ให้กับบุคลากรภายในองค์กรรับทราบ			
			3	มีการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการอย่างเป็นลายลักษณ์อักษร และมีการสื่อสารนโยบายดังกล่าวให้กับบุคลากรภายในองค์กรและสาธารณชนภายนอกได้ทราบ			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 1 การกำหนดนโยบาย							
2	การมีส่วนร่วมของบุคลากร	บุคลากร/ผู้แทนทุกระดับ มีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนานโยบาย / แผนงาน/กิจกรรม/แนวทางการดำเนินงานขององค์กร เช่น ภาพถ่ายกิจกรรม/เอกสารรายงานการประชุม	1	บุคลากร/ผู้แทน มีการประชุมทั่วไปเพื่อแจ้งข้อมูลและรับฟังความคิดเห็นจากบุคลากร/บุคลากรสามารถเสนอแนวคิดหรือแสดงความคิดเห็นผ่านช่องทางพื้นฐาน เช่น แบบสอบถามหรือกล่องความคิดเห็น			
			2	มีการจัดตั้งทีมงานที่มีตัวแทนจากบุคลากรทุกระดับ เพื่อร่วมวางแผนและกำหนดนโยบาย รวมถึงการประชุมหารือระหว่างผู้บริหารกับบุคลากรในการพัฒนาแผนงาน โดยมีเอกสารมอบหมายงาน			
			3	บุคลากร/ผู้แทนทุกระดับ มีส่วนร่วมในกระบวนการตัดสินใจ หรือพัฒนานโยบาย โดยมีการประเมินผลจากการดำเนินงาน และการมีส่วนร่วมของบุคลากร เพื่อนำมาพัฒนาปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง เช่น แผนปฏิบัติการที่ร่วมกันพิจารณา/เอกสารสรุปผลการดำเนินงานที่ แสดงการปรับปรุงจากข้อเสนอแนะ/รายงานการประเมินผลจากการมีส่วนร่วมของบุคลากร			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 2 โครงสร้างและผู้รับผิดชอบ							
3	จัดให้มีผู้รับผิดชอบ/คณะกรรมการ/คณะทำงาน ที่ทำหน้าที่รับผิดชอบด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ	มีหลักฐานแสดงการการแต่งตั้งผู้รับผิดชอบ/คณะกรรมการ/คณะทำงาน ด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร โดยมีการกำหนดบทบาทหน้าที่ และมีรายงานการประชุมคณะกรรมการ/คณะทำงาน โดยมีวาระ/มติ ที่เป็นข้อเสนอแนะ/แนวทางการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ	1	- มีผู้รับผิดชอบคณะทำงาน มีการกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ แต่ไม่เป็นลายลักษณ์อักษร			
			2	- มีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการ/คณะทำงาน ที่มีการกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ ที่เป็นลายลักษณ์อักษร แต่ไม่มีการประชุม			
			3	มีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการ/คณะทำงาน มีการประชุมโดยมีวาระและสรุปรายงานการประชุมติดตามต่อเนื่อง ด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ /มีข้อเสนอแนะ/มติ/การติดตามผลการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
4	Health station จัดให้มีอุปกรณ์พร้อมให้บริการครบถ้วนตามที่กำหนด	Health station จัดให้มีอุปกรณ์พร้อมให้บริการครบถ้วนตามที่กำหนด ** หมายเหตุ: Health station หมายถึง สถานประกอบกิจการจัดให้มีจุดบริการสร้างเสริมสุขภาพ โดยผู้มารับบริการสามารถเข้าถึงบริการสุขภาพเบื้องต้น โดยมีขั้นตอน ดังนี้ 1) การคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น เช่น ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต ดัชนีมวลกาย/รอบเอว 2) ได้รับคำแนะนำการจัดการความเสี่ยงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตามแนวทางเวชศาสตร์วิถีชีวิต (Lifestyle Medicine) จากสื่อประชาสัมพันธ์ต่าง ๆ	1	มีอุปกรณ์และเครื่องมือดำเนินงานของ Health station เช่น เครื่องวัดความดันโลหิต สายวัดรอบเอว เครื่องชั่งน้ำหนัก โดยมีอุปกรณ์เพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่งไม่ครบถ้วน			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
4	Health station จัดให้มีอุปกรณ์ พร้อมให้บริการครบถ้วนตามที่กำหนด	Health station จัดให้มีอุปกรณ์ พร้อมให้บริการครบถ้วนตามที่กำหนด ** หมายเหตุ: Health station หมายถึง สถานประกอบกิจการจัดให้มีจุดบริการส่งเสริมสุขภาพ โดยผู้มารับบริการสามารถเข้าถึงบริการสุขภาพเบื้องต้น โดยมีขั้นตอน ดังนี้	2	มีอุปกรณ์และเครื่องมือดำเนินงานของ Health station เช่น เครื่องวัดความดันโลหิต เครื่องชั่งน้ำหนัก สายวัดรอบเอว แบบบันทึกข้อมูลสุขภาพของพนักงาน เป็นต้น แต่ไม่พร้อมใช้งานบางอุปกรณ์			
		1) การคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น เช่น ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต ดัชนีมวลกาย/รอบเอว 2) ได้รับคำแนะนำการจัดการความเสี่ยงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตามแนวทางเวชศาสตร์วิถีชีวิต (Lifestyle Medicine) จากสื่อประชาสัมพันธ์ต่าง ๆ	3	มีอุปกรณ์และเครื่องมือดำเนินงานของ Health station เช่น เครื่องวัดความดันโลหิต เครื่องชั่งน้ำหนัก สายวัดรอบเอว สื่อประชาสัมพันธ์ให้ความรู้ แบบบันทึกข้อมูลสุขภาพของพนักงาน เป็นต้น และพร้อมใช้งาน			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 3 แผนงาน งบประมาณ และการติดตามประเมินผลการดำเนินงาน							
5	จัดให้มีแผนงาน งบประมาณ สอดคล้องกับนโยบายของสถานประกอบกิจการตามบริบทพื้นที่	- มีการจัดทำแผนงาน แผนจัดการ งบประมาณดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการที่เป็นลายลักษณ์อักษร โดยมีการระบุกิจกรรมและงบที่ใช้สำหรับแต่ละกิจกรรมครบถ้วนและมีแผนการประเมินผลต่อเนื่องก่อนและหลังเข้าร่วม	1	มีแผนงานโครงการสอดคล้องกับปัญหาความต้องการของพนักงานแต่ยังไม่ชัดเจน เช่น มีโครงการแต่ยังไม่มีแผนดำเนินการ			
			2	มีแผนงานโครงการสอดคล้องกับปัญหาความต้องการของพนักงาน เช่น แผนงานส่งเสริมสุขภาพที่ชัดเจน (วัตถุประสงค์ กิจกรรม ระยะเวลา และผู้รับผิดชอบ) / เอกสารการประชุมหรือการวางแผนกิจกรรม แต่ไม่มีแผนการประเมินผล			
			3	มีแผนงานโครงการสอดคล้องกับปัญหาความต้องการของพนักงาน เช่น แผนงานส่งเสริมสุขภาพที่ชัดเจน (วัตถุประสงค์ กิจกรรม ระยะเวลา และผู้รับผิดชอบ) / เอกสารการประชุมหรือการวางแผนกิจกรรม และมีแผนการประเมินผลต่อเนื่อง			
	ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1-5				(A)		
	รวมคะแนนรายด้านที่ 1 นโยบายและแผนการดำเนินงาน = ((ผลการประเมิน (A) / 15) x100)						

ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงาน

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 1 การค้นหาปัญหา (Identify Problem)							
1	การตรวจสอบสุขภาพบุคลากรในหน่วยงาน	มีการตรวจสอบสุขภาพประจำปีและการตรวจสอบสุขภาพตามความเสี่ยง เช่น ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ/สรุปการประเมินสุขภาพจากแพทย์	1	การตรวจคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น (ความดันโลหิต, ค่าดัชนีมวลกาย) เช่น รายงานผลการตรวจพื้นฐาน, บันทึกข้อมูลประวัติสุขภาพเบื้องต้น			
			2	การตรวจคัดกรองสุขภาพทั่วไป และมีการตรวจสุขภาพประจำปี เช่น ผลการตรวจสุขภาพทางห้องปฏิบัติการ และรายงานผลการตรวจพื้นฐาน, บันทึกข้อมูลประวัติสุขภาพเบื้องต้น			
			3	มีการตรวจสอบสุขภาพประจำปีและการตรวจสุขภาพตามความเสี่ยง เช่น ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการ/สรุปการประเมินสุขภาพจากแพทย์ และผลการตรวจสุขภาพตามปัจจัยเสี่ยง			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 2 รูปแบบกิจกรรมในการดำเนินงาน							
2	รูปแบบกิจกรรมในการดำเนินงาน	เนื้อหา รูปแบบกิจกรรมตรงกับความต้องการตามบริบทและปัญหาสุขภาพพนักงาน	1	กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพไม่มีการวางแผนอย่างเป็นระบบ ยังขาดการวิเคราะห์ความต้องการและปัญหาของพนักงาน เช่น มีเพียงรายงานการประชุมเบื้องต้น หรือแบบสอบถามความคิดเห็นพื้นฐาน/ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับสุขภาพพนักงานที่มีอยู่ในปัจจุบัน			
			2	กิจกรรมมีการวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการของพนักงานอย่างต่อเนื่อง โดยรวบรวมข้อมูลและความคิดเห็นจากพนักงาน เช่น รายงานการวิเคราะห์สุขภาพ บันทึกการประชุม หรือแผนงานที่ตอบโจทย์ความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
2	รูปแบบกิจกรรมในการดำเนินงาน	เนื้อหา รูปแบบกิจกรรมตรงกับความต้องการตามบริบทและปัญหาสุขภาพพนักงาน	3	กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพมีการวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการของพนักงานอย่างต่อเนื่อง โดยรวบรวมข้อมูลจากพนักงานและปรับปรุงแผนการดำเนินงานเพื่อให้ตอบโจทย์กลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะกลุ่มเสี่ยงกลุ่มเปราะบาง ผู้ป่วย และแรงงานต่างด้าว กิจกรรมถูกพัฒนาและบูรณาการร่วมกับหน่วยงานอื่น ๆ พร้อมรายงานผลลัพธ์อย่างชัดเจน มีการติดตามประเมินผลและความร่วมมือกับหน่วยงานภายนอก เช่น สถานพยาบาล เพื่อตอบสนองต่อความต้องการทางสุขภาพของพนักงาน			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
3	ช่องทางในการสื่อสารและให้คำปรึกษา	มีช่องทางในการสื่อสารและให้คำปรึกษาที่ทันสมัยในสถานประกอบการ กิจกรรม เช่น Line application, เว็บไซต์/บล็อก, Live Chat Platforms, Online Meeting Platforms, Email , Social Media Platform เป็นต้น	1	มีช่องทางในการสื่อสารและให้คำปรึกษาที่ทันสมัยในสถานประกอบการกิจกรรมพนักงานเข้าถึงได้ทุกคน แต่ไม่มีการสื่อสารผ่านช่องทางนี้ หรือมีการสื่อสารน้อยและเป็น การสื่อสารฝ่ายเดียว หรือให้คำปรึกษาที่ไม่สะดวกและรวดเร็ว			
			2	มีช่องทางในการสื่อสารและให้คำปรึกษาที่ทันสมัยในสถานประกอบการกิจกรรมพนักงานเข้าถึงได้ทุกคน แต่ไม่ได้รับการตอบสนองทุกราย เช่น ไม่ตอบข้อความ ไม่มีการสื่อสารระหว่างผู้นำสุขภาพกับพนักงาน			
			3	มีช่องทางในการสื่อสารและให้คำปรึกษาที่ทันสมัยในสถานประกอบการกิจกรรมพนักงานเข้าถึงได้ทุกคนและได้รับการตอบสนองทุกราย			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
4	ระบบการส่งต่อคนทำงานที่ป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพ	มีระบบการส่งต่อคนทำงานที่ป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพเพื่อขอรับคำปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญต่างๆ ในสถานพยาบาลชัดเจน เช่น รายชื่อและเบอร์โทรของผู้ประสานงาน /บันทึกการประชาสัมพันธ์ และสื่อสารภายในองค์กร/รายงานการส่งต่อพนักงานและการติดตามผล/เอกสาร/แนวทาง/Flow ขั้นตอนการส่งต่อ	1	มีการกำหนดผู้ประสานงานที่รับผิดชอบการส่งต่อพนักงานป่วย มีขั้นตอนการส่งต่อ แต่ยังไม่ชัดเจน			
			2	มีระบบการส่งต่อคนทำงานที่ป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพเพื่อขอรับคำปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญต่างๆ ในสถานพยาบาลชัดเจน พร้อมส่งต่อพนักงานป่วย มีชื่อและเบอร์ผู้ประสานงานของพี่เลี้ยงและสถานพยาบาล ขั้นตอนการส่งต่อที่ตกลงล่วงหน้าแล้ว แต่ไม่มีการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ			
			3	มีระบบการส่งต่อคนทำงานที่ป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพเพื่อขอรับคำปรึกษากับผู้เชี่ยวชาญต่างๆ ในสถานพยาบาลชัดเจน พร้อมส่งต่อพนักงานป่วย มีชื่อและเบอร์ผู้ประสานงานของพี่เลี้ยงและสถานพยาบาล ขั้นตอนการส่งต่อที่ตกลงล่วงหน้าแล้ว และมีการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ			
	ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1-4				(A)		
	รวมคะแนนด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงาน = ((ผลการประเมิน (A) /12) x100)						

ด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome)

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
ผลลัพธ์ด้านสุขภาพ (Health Outcomes)							
1	อัตราการเจ็บป่วยของพนักงาน	พนักงานมีอัตราการเจ็บป่วยลดลง เช่น สถิติการลาเพื่อเจ็บป่วย และมีผลการตรวจสุขภาพประจำปีแนวโน้มดีขึ้นเมื่อเทียบก่อนและหลัง และมีการสำรวจความพึงพอใจในสุขภาพ	1	พนักงานมีอัตราการเจ็บป่วยลดลง เช่น มีสถิติการลาเพื่อเจ็บป่วย			
			2	พนักงานมีอัตราการเจ็บป่วยลดลง เช่น สถิติการลาเพื่อเจ็บป่วย และมีผลการตรวจสุขภาพประจำปีแนวโน้มดีขึ้นเมื่อเทียบก่อนและหลัง			
			3	- พนักงานมีอัตราการเจ็บป่วยลดลง เช่น สถิติการลาลดลง - มีผลการตรวจสุขภาพประจำปีแนวโน้มดีขึ้นเมื่อเทียบก่อนและหลัง - มีการสำรวจความพึงพอใจด้านสุขภาพ เช่น แบบสอบถามและผลสำรวจความสุคนอกจากนี้ พนักงานยังมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้นอย่างชัดเจน			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
ผลลัพธ์ด้านประสิทธิภาพการทำงาน (Work Performance Outcomes)							
2	ผลลัพธ์ด้านประสิทธิภาพการทำงาน (Work Performance Outcomes)	มีเอกสารแสดงผลการเปรียบเทียบก่อน-หลังเข้าร่วมโครงการ ผลผลิตของพนักงานเพิ่มขึ้น อัตราการขาดงานลดลง ภาพถ่ายที่แสดงให้เห็นถึงความร่วมมือและการสื่อสารระหว่างทีมงานดีขึ้น เช่น สติติการขาดงาน /ข้อมูลการผลิต/สถิติผลการทำงาน /แบบสอบถามความร่วมมือ/ผลการประชุม	1	มีเอกสารแสดงผลการเปรียบเทียบก่อน-หลังเข้าร่วมโครงการ ผลผลิตของพนักงานเพิ่มขึ้น เช่นข้อมูลการผลิต, สถิติผลการทำงาน			
			2	มีเอกสารแสดงผลการเปรียบเทียบก่อน-หลังเข้าร่วมโครงการ ผลผลิตของพนักงานเพิ่มขึ้น และอัตราการขาดงานลดลง เช่น สติติการขาดงาน และข้อมูลการผลิต, สถิติผลการทำงาน			
			3	มีการดำเนินการข้อ 1 และข้อ 2 โดยเพิ่มเอกสาร/ภาพถ่ายที่แสดงให้เห็นถึงความร่วมมือและการสื่อสารระหว่างทีมงานดีขึ้น เช่น แบบสอบถามความร่วมมือ/ผลการประชุม			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
ผลลัพธ์ด้านสภาพแวดล้อมการทำงาน (Work Environment Outcomes)							
3	การคัดกรองสุขภาพและให้คำปรึกษาภายใต้การดำเนินงานโครงการฯ	สถานที่ทำงานปลอดภัยและสะอาด การเข้าถึงบริการสุขภาพภายในองค์กรและการมีส่วนร่วมของพนักงานในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น ผลการตรวจสอบความปลอดภัย/รายงานการประเมินสภาพแวดล้อม จำนวนพนักงานที่ใช้บริการสุขภาพ/รายงานการใช้บริการ และจำนวนพนักงานที่เข้าร่วมกิจกรรม/รายงานกิจกรรมที่จัดขึ้น	1	สถานที่ทำงานปลอดภัยและสะอาด เช่น ผลการตรวจสอบความปลอดภัย/รายงานการประเมินสภาพแวดล้อม			
			2	สถานที่ทำงานปลอดภัยและสะอาด การเข้าถึงบริการสุขภาพภายในองค์กร เช่น ผลการตรวจสอบความปลอดภัย/รายงานการประเมินสภาพแวดล้อม จำนวนพนักงานที่ใช้บริการสุขภาพ/รายงานการใช้บริการ			
			3	สถานที่ทำงานปลอดภัยและสะอาด การเข้าถึงบริการสุขภาพภายในองค์กรและการมีส่วนร่วมของพนักงานในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น ผลการตรวจสอบความปลอดภัย/รายงานการประเมินสภาพแวดล้อม จำนวนพนักงานที่ใช้บริการสุขภาพ/รายงานการใช้บริการ และจำนวนพนักงานที่เข้าร่วมกิจกรรม/รายงานกิจกรรมที่จัดขึ้น			
	ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1-3				(A)		
	รวมคะแนนด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome) = ((ผลการประเมิน (A) /9) x100)						

ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 1 กิจกรรมทางกาย (หุ่นดี สุขภาพดี และ Happy Body)							
1	การส่งเสริมการออกกำลังกาย	- มีกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย สนับสนุนให้บุคลากรมีการขยับเปลี่ยนอิริยาบถทุก ๆ 2 ชั่วโมง - จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายหรือออกกำลังกาย โดยมีสถานที่ และอุปกรณ์เพียงพอ หรือสนับสนุนให้พนักงานใช้บริการสถานออกกำลังกายหรือสวนสุขภาพอื่น ๆ หากสถานประกอบการไม่มีสถานที่เอง	1	- มีกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย สนับสนุนให้บุคลากรมีการขยับเปลี่ยนอิริยาบถทุก ๆ 2 ชั่วโมง			
			2	- มีกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย สนับสนุนให้บุคลากรมีการขยับเปลี่ยนอิริยาบถทุก ๆ 2 ชั่วโมง - จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย หรือออกกำลังกาย โดยมีสถานที่และอุปกรณ์เพียงพอ หรือสนับสนุนให้พนักงานใช้บริการสถานออกกำลังกายหรือสวนสุขภาพอื่น ๆ หากสถานประกอบการไม่มีสถานที่เอง			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
1	การส่งเสริมการออกกำลังกาย	- มีกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย สนับสนุนให้บุคลากรมีการขยับเปลี่ยนอิริยาบถทุก ๆ 2 ชั่วโมง - จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย หรือออกกำลังกาย โดยมีสถานที่และอุปกรณ์เพียงพอ หรือสนับสนุนให้พนักงานใช้บริการสถานออกกำลังกายหรือสวนสุขภาพอื่น ๆ หากสถานประกอบการไม่มีสถานที่เอง	3	- มีกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย สนับสนุนให้บุคลากรมีการขยับเปลี่ยนอิริยาบถทุก ๆ 2 ชั่วโมง - จัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย หรือออกกำลังกาย โดยมีสถานที่และอุปกรณ์เพียงพอ หรือสนับสนุนให้พนักงานใช้บริการสถานออกกำลังกายหรือสวนสุขภาพอื่น ๆ หากสถานประกอบการไม่มีสถานที่เอง - มีหลักฐานการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย พร้อมสรุปและวิเคราะห์ผลเพื่อนำไปวางแผนในอนาคต			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
2	การส่งเสริมโภชนาการ	การส่งเสริมโภชนาการสำหรับบุคลากรเน้นการกินอาหารที่เหมาะสมตามพลังงานที่ร่างกายต้องการลดหวาน มัน เค็ม และแนะนำวิธีการกินที่ดีต่อสุขภาพ โดยเฉพาะสำหรับผู้ที่มีปัญหาอ้วนลงพุง พร้อมกระตุ้นให้แบ่งปันความรู้แก่ผู้อื่น	1	- ส่งเสริมโภชนาการสำหรับบุคลากร แนะนำให้กินถูกกินเป็นตามที่ร่างกายต้องการพลังงาน ไม่กินมากเกินไป หรือน้อยไป ลดหวาน ลดมัน ลดเค็ม			
			2	- ส่งเสริมโภชนาการสำหรับบุคลากร แนะนำให้กินถูกกินเป็นตามที่ร่างกายต้องการพลังงาน ไม่กินมากเกินไป หรือน้อยไป ลดหวาน ลดมัน ลดเค็ม - การให้คำแนะนำ/สื่อ/อบรมให้ความรู้ การกินอาหารสำหรับบุคลากรกลุ่มอ้วนลงพุง			
			3	- ส่งเสริมโภชนาการสำหรับบุคลากร แนะนำให้กินถูกกินเป็นตามที่ร่างกายต้องการพลังงาน ไม่กินมากเกินไป ลดหวาน ลดมัน ลดเค็ม - การให้คำแนะนำ/สื่อ/อบรมให้ความรู้ การกินอาหารสำหรับบุคลากรกลุ่มอ้วนลงพุง - บุคลากรสามารถแบ่งปันความรู้และแนวทางการกินที่ดีต่อสุขภาพให้ผู้อื่นได้			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
3	การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก	จัดกิจกรรมดูแลสุขภาพช่องปาก และสนับสนุนให้สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพช่องปากที่ดีของผู้ปฏิบัติงาน	1	- กิจกรรมส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก แนะนำให้แปรงฟัน 2 นาที วันละ 2 ครั้ง และงดอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง ใช้ยา สีฟันผสมฟลูออไรด์ (สูตร 2-2-2)			
			2	- กิจกรรมส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก แนะนำให้แปรงฟัน 2 นาที วันละ 2 ครั้ง และงดอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง ใช้ยา สีฟันผสมฟลูออไรด์ (สูตร 2-2-2) - การจัดสิ่งแวดล้อม/กิจกรรมที่เอื้อต่อการมี สุขภาพช่องปากที่ดีของผู้ปฏิบัติงาน			
			3	- กิจกรรมส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก แนะนำการแปรงฟันนาน 2 นาที แปรงวัน ละ 2 ครั้ง งดอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง (สูตร 2-2-2) โดยใช้ยาสีฟันที่มีส่วนผสม ของฟลูออไรด์ - การจัดสิ่งแวดล้อม/กิจกรรมที่เอื้อต่อการมี สุขภาพช่องปากที่ดีของผู้ปฏิบัติงาน - ส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานเข้ารับการตรวจหรือ รักษาทางทันตกรรม อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
4	ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index - BMI) / รอบเอว (Waist Circumference) *สามารถเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง	ร้อยละของพนักงานที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) และรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติหลังเข้าร่วมโครงการ (รายละเอียดค่าดัชนีมวลกาย/รอบเอว ภาคผนวก ก.)	1	ร้อยละ 1 ของพนักงานที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) และรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติหลังเข้าร่วมโครงการ			
			2	ร้อยละ 2 ของพนักงานที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) และรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติหลังเข้าร่วมโครงการ			
			3	ร้อยละ 3 ของพนักงานที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) และรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติหลังเข้าร่วมโครงการ			
ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1-4					(A)		
รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 1 กิจกรรมทางกาย = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /12) x100)							

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 2 สิ่งแวดล้อม (สถานประกอบการปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดี มีสมดุลชีวิตได้ และ Happy Society)							
1	แผนงาน แนวทางการจัดการสิ่งแวดล้อมหรือมาตรการตามนโยบายในการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการ	มีแผนงาน/แนวทางการจัดการสิ่งแวดล้อมหรือมาตรการตามนโยบายในการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการ พร้อมทั้งมีการส่งเสริมและพัฒนาเพื่อการรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการอย่างเป็นรูปธรรม	1	- มีนโยบาย/แผนงาน/แนวทางหรือมาตรการ ตามนโยบายในการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการแต่ยังขาดความชัดเจน/ไม่ได้จัดทำเป็นลายลักษณ์อักษร			
			2	- มีนโยบาย/แผนงาน/แนวทางหรือมาตรการ ตามนโยบายในการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการเป็นลายลักษณ์อักษร และมีการสื่อสารแก่พนักงานในการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการ			
			3	- มีนโยบาย/แผนงาน/แนวทางหรือมาตรการ ตามนโยบายในการจัดการสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการเป็นลายลักษณ์อักษร และมีการตรวจสอบ / ติดตามผลการดำเนินงานด้านสิ่งแวดล้อมอย่างสม่ำเสมอ			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
2	การจัดภูมิทัศน์ ความสะอาด สุขลักษณะ อาคารและสถานที่ (เกณฑ์สะอาด) รายละเอียด ภาคผนวก ข.	มีการจัดภูมิทัศน์ ความสะอาด สุขลักษณะอาคาร ที่รับประทานอาหาร ห้องน้ำ ห้องส้วม รวมถึงมีการลดและคัดแยกมูลฝอยในสถานประกอบกิจการ	1	ร้อยละ 80 ของการดำเนินงานด้านการจัดภูมิทัศน์ ความสะอาด สุขลักษณะอาคารและสถานที่ได้ตามมาตรฐาน (เกณฑ์สะอาด)			
			2	ร้อยละ 100 ของการดำเนินงานด้านการจัดภูมิทัศน์ ความสะอาด สุขลักษณะอาคารและสถานที่ได้ตามมาตรฐาน (เกณฑ์สะอาด) รวมถึงมีกิจกรรมส่งเสริมการลดปริมาณขยะ (หลัก 3R) และการคัดแยกขยะ			
			3	ร้อยละ 100 ของการดำเนินงานด้านการจัดภูมิทัศน์ ความสะอาด สุขลักษณะอาคารและสถานที่ได้ตามมาตรฐาน (เกณฑ์สะอาด) และมีกิจกรรมส่งเสริมการลดปริมาณขยะ (หลัก 3R) และการคัดแยกขยะรวมถึงมีการประเมินผลปริมาณมูลฝอยลดลงและมีการนำมูลฝอยที่คัดแยกไปใช้ประโยชน์ * หรือแนบเอกสารหลักฐานใบรับรองมาตรฐานสากล เช่น ISO 14001 หรือ แนบเอกสารหลักฐานใบรับรองจากหน่วยงานภายนอก เช่น รางวัล 3Rs Awards /รางวัล Zero Waste			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
3	การจัดการด้านความปลอดภัยในการทำงาน และการเตรียมความพร้อมและตอบโต้ภาวะฉุกเฉินในสถานประกอบกิจการ (เกณฑ์ปลอดภัย) รายละเอียด ภาคผนวก ค.	มีข้อปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย การจัดสภาพการทำงาน เครื่องจักรอุปกรณ์และการกระทำที่ปลอดภัย การใช้ อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ และการบาดเจ็บจากการทำงาน รวมถึงการเตรียมความพร้อมด้านอุปกรณ์/เครื่องมือ สำหรับตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน การประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งซ้อมแผนฉุกเฉิน	1	ร้อยละ 80 ของการจัดการด้านความปลอดภัย ทั้งการมีข้อปฏิบัติ การจัดสภาพการทำงาน เครื่องจักรอุปกรณ์ระบบไฟฟ้า และการทำงานที่ปลอดภัย ได้ตามมาตรฐาน (เกณฑ์ปลอดภัย)			
			2	ร้อยละ 100 ของการจัดการด้านความปลอดภัย ทั้งการมีข้อปฏิบัติ การจัดสภาพการทำงาน เครื่องจักรอุปกรณ์ระบบไฟฟ้า และการทำงานที่ปลอดภัย ได้ตามมาตรฐาน (เกณฑ์ปลอดภัย) รวมถึงมีแผนป้องกันและระงับอัคคีภัยในสถานประกอบกิจการ ฝึกซ้อมดับเพลิงและอพยพหนีไฟ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และบันทึกผลการซ้อม			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
3	การจัดการด้านความปลอดภัยในการทำงาน และการเตรียมความพร้อมและตอบโต้ภาวะฉุกเฉินในสถานประกอบกิจการ (เกณฑ์ปลอดภัย) รายละเอียด ภาคผนวก ค.	มีข้อปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย การจัดสภาพการทำงาน เครื่องจักรอุปกรณ์และการกระทำที่ปลอดภัย การใช้ อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ และการบาดเจ็บจากการทำงาน รวมถึงการเตรียมความพร้อมด้านอุปกรณ์/เครื่องมือ สำหรับตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน การประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งซ้อมแผนฉุกเฉิน	3	ร้อยละ 100 ของการจัดการด้านความปลอดภัย ทั้งการมีข้อปฏิบัติ การจัดสภาพการทำงาน เครื่องจักรอุปกรณ์ระบบไฟฟ้า และการทำงานที่ปลอดภัย ได้ตามมาตรฐาน (เกณฑ์ปลอดภัย) รวมถึงมีแผนป้องกันและระงับอัคคีภัย และฝึกซ้อมดับเพลิงและอพยพหนีไฟ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง รวมถึงมีการเตรียมความพร้อมและตอบโต้ภาวะฉุกเฉิน จัดทำแผนด้านสารเคมี/รังสีในสถานประกอบกิจการ * หรือ แนวนโยบายหลักฐานการผ่านรับรองมาตรฐานสากล เช่น ISO 45001			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
4	การจัดการด้านสิ่งแวดล้อม และการประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงาน (เกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี) รายละเอียดภาคผนวก ง.	มีการจัดการสิ่งแวดล้อมในการทำงาน (เช่น แสงสว่าง การระบายอากาศ เสียง/ความสั่นสะเทือน ฝุ่นละออง สารเคมี มูลฝอย และน้ำเสีย เป็นต้น) ได้มาตรฐาน และมี	1	ร้อยละ 80 ของการจัดการสิ่งแวดล้อม (เช่น แสงสว่าง การระบายอากาศ เสียง/ความสั่นสะเทือน ฝุ่นละออง สารเคมี มูลฝอย และน้ำเสีย เป็นต้น) ได้มาตรฐาน และมีผลการตรวจวัดหรือประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงานตามปัจจัยเสี่ยงของบุคลากร			
		การตรวจวัดหรือตรวจประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงาน (เช่น ตรวจวัดความเข้มของแสงสว่าง การตรวจวัดระดับเสียง การตรวจวัดระดับความร้อน เป็นต้น) เพื่อการเฝ้าระวังปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากร	2	ร้อยละ 100 ของการจัดการสิ่งแวดล้อม (เช่น แสงสว่าง การระบายอากาศ เสียง/ความสั่นสะเทือน ฝุ่นละออง สารเคมี มูลฝอย และน้ำเสีย เป็นต้น) ได้มาตรฐาน และมีผลตรวจวัดหรือประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงานตามปัจจัยเสี่ยงของบุคลากร โดยมีเอกสารหลักฐานรายงานผลที่เป็นลายลักษณ์อักษร และมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
4	การจัดการด้านสิ่งแวดล้อม และการประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงาน (เกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี) รายละเอียดภาคผนวก ง.	มีการจัดการสิ่งแวดล้อมในการทำงาน (เช่น แสงสว่าง การระบายอากาศ เสียง/ ความสั่นสะเทือน ฝุ่นละออง สารเคมี มูลฝอย และน้ำเสีย เป็นต้น) ได้มาตรฐาน และมีการตรวจวัดหรือตรวจประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงาน (เช่น ตรวจวัดความเข้มของแสงสว่าง การตรวจวัดระดับเสียง การตรวจวัดระดับความร้อน เป็นต้น) เพื่อการเฝ้าระวังปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากร	3	ร้อยละ 100 ของการจัดการสิ่งแวดล้อม (เช่น แสงสว่าง การระบายอากาศ เสียง/ ความสั่นสะเทือน ฝุ่นละออง สารเคมี มูลฝอย และน้ำเสีย เป็นต้น) ได้มาตรฐาน และมีการตรวจวัดหรือประเมินสภาพแวดล้อมในการทำงานตามปัจจัยเสี่ยงของบุคลากร โดยมีเอกสารหลักฐานรายงานผลที่เป็นลายลักษณ์อักษร และมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งมีการนำข้อมูลผลการตรวจประเมินสภาพแวดล้อมการทำงานไปใช้ในการเฝ้าระวังปัจจัยเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากร * หรือแนบเอกสารหลักฐานการผ่านรับรองมาตรฐานสากล เช่น ISO 14001			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
5	การตรวจสอบสุขภาพของบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยง	มีรายงานผลการตรวจสอบสุขภาพบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยง รวมทั้งมีการกำกับติดตาม ตรวจสอบ และวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากร โดยมีเอกสารหลักฐานที่เป็นลายลักษณ์อักษร และดำเนินการต่อเนื่องอย่างน้อย 3 ปี	1	มีการประเมินความเสี่ยง ระบุความเสี่ยง บุคลากร และมีแผนตรวจสอบสุขภาพของบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยง			
			2	มีรายงานผลการตรวจสอบสุขภาพบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยง อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และมีเอกสารหลักฐานที่เป็นลายลักษณ์อักษร			
			3	มีรายงานผลการตรวจสอบสุขภาพบุคลากรที่ทำงานเกี่ยวข้องกับปัจจัยเสี่ยง รวมทั้งมีการกำกับ ติดตาม ตรวจสอบและวิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของบุคลากร โดยมีเอกสารหลักฐานที่เป็นลายลักษณ์อักษร และดำเนินการต่อเนื่องอย่างน้อย 3 ปี			
	ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1-5				(A)		
	รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 2 สิ่งแวดล้อม = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /15) x100)						

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 3 สุขภาพจิต (จิตสดใส ใจเป็นสุข และ Happy Heart, Happy Relax, Happy Soul)							
1	การประเมินและคัดกรองสุขภาพจิต	- มีการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของบุคลากรอย่างสม่ำเสมอ - มีการจัดกิจกรรมหรืออบรมเกี่ยวกับการจัดการความเครียดและสร้างความสุข - มีแนวทางการส่งต่อรักษา/ให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและตรวจสอบได้ (*กรณีใช้ แบบทดสอบด้านสุขภาพจิต รายละเอียดภาคผนวก จ.)	1	- มีการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของบุคลากรอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง โดยใช้เครื่องมือในการคัดกรองที่เป็นมาตรฐาน เช่น แบบสอบถามหรือเครื่องมือการประเมินที่ได้รับการยอมรับ			
			2	- ดำเนินการ ข้อ 1 และเพิ่มการจัดกิจกรรมหรืออบรมเกี่ยวกับการจัดการความเครียดและสร้างความสุข			
			3	- มีการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของบุคลากรอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง โดยใช้เครื่องมือมาตรฐาน จัดกิจกรรมหรืออบรมเกี่ยวกับการจัดการความเครียดและสร้างความสุข พร้อมทั้งมีแนวทางการส่งต่อรักษา/ให้คำปรึกษาที่ชัดเจนและตรวจสอบได้			
ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1					(A)		
รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 3 สุขภาพจิต = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /3) x100)							

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 4 ยาสูบและแอลกอฮอล์ (สถานประกอบการดี ชีวิตใสไร้แอลกอฮอล์ บุหรี่ และ Happy Body)							
1	การส่งเสริมการลด ละ เลิกการสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติดในสถานประกอบการ กิจการ	มีนโยบาย จัดพื้นที่ปลอดบุหรี่/สารเสพติด กิจกรรมและประเมินผลการส่งเสริมการลด ละ เลิกการสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติดในสถานประกอบการ กิจการ เช่น มีการให้บริการสนับสนุนการเลิกสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติด	1	มีนโยบายการส่งเสริมการลด ละ เลิกการสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติดในสถานประกอบการ เป็นลายลักษณ์อักษร			
			2	มีนโยบายและกิจกรรมการส่งเสริมการลด ละ เลิกการสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติดในสถานประกอบการ			
			3	มีนโยบาย จัดพื้นที่ปลอดบุหรี่/สารเสพติด กิจกรรมและประเมินผลการส่งเสริมการลด ละ เลิกการสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติดในสถานประกอบการ กิจการ เช่น มีการให้บริการสนับสนุนการเลิกสูบบุหรี่/สุรา/สารเสพติด			
ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1					(A)		
รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 4 ยาสูบและแอลกอฮอล์ = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /3) x100)							

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 5 อาหาร (โรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ และ Happy Body)							
1	อาหารและโภชนาการ	*กรณี มีโรงอาหารในสถานประกอบกิจการ (เกณฑ์รับรอง HEALTHY CANTEEN รายละเอียดภาคผนวก ฉ.)	1	- มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารและโภชนาการให้กับผู้ประกอบการร้านอาหารและผู้บริโภค			
			2	- อยู่ระหว่างการประเมินมาตรฐานโรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ (Healthy Canteen)			
			3	- ผ่านการประเมินมาตรฐานโรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ (Healthy Canteen)			
1	อาหารและโภชนาการ	*กรณี ไม่มีโรงอาหารในสถานประกอบกิจการ - มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารและโภชนาการให้กับพนักงาน - มีแผนการส่งเสริมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่า	1	- มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารและโภชนาการให้กับพนักงาน			
			2	- มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารและโภชนาการให้กับพนักงาน - มีแผนการส่งเสริมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ เช่น โปสเตอร์หรือเอกสารการอบรม			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 5 อาหาร (โรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ และ Happy Body)							
		ทางโภชนาการ เช่น โปสเตอร์หรือเอกสารการอบรม - รูปภาพหรือรายงานกิจกรรมที่แสดงการสนับสนุนการเลือกอาหารสุขภาพ	3	- มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพอาหารและโภชนาการให้กับพนักงาน - มีแผนการส่งเสริมการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ เช่น โปสเตอร์หรือเอกสารการอบรม - รูปภาพหรือรายงานกิจกรรมที่แสดงการสนับสนุนการเลือกอาหารสุขภาพ			
ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1					(A)		
รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 5 อาหาร = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /3) x100)							

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
องค์ประกอบที่ 6 สุขภาวะครอบครัว (ครอบครัวสดใส ใส่ใจดูแล สดุดยอดคุณแม่ เตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า พาชีวายืนยาว และ Happy Family, Happy Money)							
1	สุขภาวะครอบครัว	- สถานประกอบกิจการมีการให้ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ด้านสุขภาพแก่พนักงาน - มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับครอบครัวพนักงาน เช่น งานสัมมนา หรือการตรวจสุขภาพ / รายงานการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ / จุดมูมนมแม่กรณีมีหญิงตั้งครรภ์ หรือหลังคลอด/กิจกรรมเตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า - สถานประกอบกิจการมีการสร้างเครือข่ายการสนับสนุนด้านสุขภาพกับหน่วยงานภายนอก	1	- สถานประกอบกิจการมีการให้ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ด้านสุขภาพแก่พนักงาน เช่น คู่มือหรือเอกสารเผยแพร่ ข้อมูลสิทธิประโยชน์เกี่ยวกับสุขภาพและสวัสดิการที่จัดทำขึ้นสำหรับพนักงาน			
			2	- สถานประกอบกิจการมีการให้ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ด้านสุขภาพแก่พนักงาน - มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับครอบครัวพนักงาน เช่น งานสัมมนาหรือการตรวจสุขภาพ / รายงานการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ / จุดมูมนมแม่กรณีมีหญิงตั้งครรภ์หรือหลังคลอด/กิจกรรมเตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
			3	- สถานประกอบกิจการให้ข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิประโยชน์ด้านสุขภาพแก่พนักงาน และจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับครอบครัวพนักงาน เช่น สัมมนา ตรวจสุขภาพ และรายงานกิจกรรม รวมถึงการจัดจุดมุนนัมสำหรับหญิงตั้งครรภ์หรือหลังคลอด นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมเตรียมเกษียณอย่างมีคุณค่า รวมถึงการสร้างเครือข่ายสนับสนุนด้านสุขภาพกับหน่วยงานภายนอก เช่น โรงพยาบาลหรือองค์กรที่เกี่ยวข้อง			
	ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1				(A)		
	รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 6 สุขภาวะครอบครัว = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /3) x100)						

องค์ประกอบที่ 7 สุขภาวะองค์กร (พิชิต ออฟฟิศซินโดรม สถานประกอบการจะก้าวไกล ต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานต่างชาติ และ Happy Brain, Happy Heart)							
ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
1	สุขภาวะองค์กร	- การสร้างวัฒนธรรมสุขภาวะ เช่น เอกสารนโยบายสุขภาวะองค์กรที่ได้รับการอนุมัติ - บันทึกรการประชุมหรือความคิดเห็นของพนักงานในการพัฒนานโยบาย - การจัดให้มีสุขภาพอนามัยพื้นฐาน /การจัดโปรแกรมสุขภาพภายในองค์กร	1	- การจัดให้มีสุขภาพอนามัยพื้นฐาน /การจัดโปรแกรมสุขภาพภายในองค์กร - เช่น รายงานการตรวจสุขภาพประจำปีของพนักงาน/เอกสารแผนงานส่งเสริมสุขภาพในองค์กร			
			2	- การจัดให้มีสุขภาพอนามัยพื้นฐาน /การจัดโปรแกรมสุขภาพภายในองค์กร - การจัดให้มีสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัยและถูกสุขลักษณะ - สนับสนุนการพัฒนาและการเรียนรู้ของพนักงาน มอบโอกาสให้พนักงานพัฒนาทักษะและความรู้ของตนเอง			

ข้อ	ตัวชี้วัดในการประเมิน	แนวทางการพิจารณาตามเกณฑ์	คะแนน	เกณฑ์การให้คะแนน	ผลการประเมินตนเอง	ผลการประเมินโดยคณะกรรมการ	คำแนะนำโดยคณะกรรมการ
1	สุขภาวะองค์กร (ต่อ)	- การจัดให้มีสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัยและถูกสุขลักษณะ - สนับสนุนการพัฒนาและการเรียนรู้ของพนักงาน มอบโอกาสให้พนักงานพัฒนาทักษะและความรู้ของตนเอง	3	- การสร้างวัฒนธรรมสุขภาวะ เช่น เอกสารนโยบายสุขภาวะองค์กรที่ได้รับการอนุมัติบันทึกการประชุมหรือความคิดเห็นของพนักงานในการพัฒนานโยบาย/การสร้างความตระหนักรู้และการมีส่วนร่วม - การจัดให้มีสุขภาพอนามัยพื้นฐาน /การจัดโปรแกรมสุขภาพภายในองค์กร - การจัดให้มีสภาพแวดล้อมการทำงานที่ปลอดภัยและถูกสุขลักษณะ - สนับสนุนการพัฒนาและการเรียนรู้ของพนักงาน มอบโอกาสให้พนักงานพัฒนาทักษะและความรู้ของตนเอง			
	ผลรวมการประเมิน (A) รวมคะแนน ข้อ 1				(A)		
	รวมคะแนนองค์ประกอบที่ 7 สุขภาวะองค์กร = ((ผลรวมคะแนนการประเมิน (A) /3) ×100)						

การพิจารณาค่าคะแนนการประเมินผลเกณฑ์สถานประกอบกิจการส่งเสริมสุขภาพและองค์กรสุขภาวะ

มาตรฐาน	จำนวน ข้อ	คะแนน เต็ม	วิธีการคำนวณคะแนน		เกณฑ์ผ่าน		
			ผลการ ประเมิน (A)	คำนวณคะแนน (%)	ระดับพื้นฐาน	ระดับ มาตรฐาน	ระดับ ดีเด่น
ด้านที่ 1 นโยบายและแผนการดำเนินงาน	5 ข้อ	15		(ผลการประเมินที่ได้/15) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
ด้านที่ 2 กระบวนการและการดำเนินงาน	4 ข้อ	12		(ผลการประเมินที่ได้/12) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
ด้านที่ 3 ผลลัพธ์ (Outcome)	3 ข้อ	9		(ผลการประเมินที่ได้/9) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
ด้านที่ 4 การประเมินตัวชี้วัด 7 ประเด็นบูรณาการ					*เลือก ดำเนินการ 1 ประเด็นขึ้น ไป	*เลือก ดำเนินการ 2 ประเด็น ขึ้นไป	*เลือก ดำเนินการ 3 ประเด็น ขึ้นไป
องค์กรประกอบที่ 1 กิจกรรมทางกาย (หุ่นดี สุขภาพดี และ Happy Body)	4 ข้อ	12		(ผลการประเมินที่ได้/12) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์กรประกอบที่ 2 สิ่งแวดล้อม (สถานประกอบการปลอดภัยสิ่งแวดล้อมดี มี สมดุลชีวิตได้ และ Happy Society)	5 ข้อ	15		(ผลการประเมินที่ได้/15) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป

มาตรฐาน	จำนวน ข้อ	คะแนน เต็ม	วิธีการคำนวณคะแนน		เกณฑ์ผ่าน		
			ผลการ ประเมิน (A)	คำนวณคะแนน (%)	ระดับพื้นฐาน	ระดับ มาตรฐาน	ระดับ ดีเด่น
องค์ประกอบที่ 3 สุขภาพจิต (จิตสดใส ใจเป็นสุข และ Happy Heart, Happy Relax, Happy Soul)	1 ข้อ	3		(ผลการประเมินที่ได้/3) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 4 ยาสลบและแอลกอฮอล์ (สถานประกอบการดี ชีวิตสดใสไร้แอลกอฮอล์ บุหรี และ Happy Body)	1 ข้อ	3		(ผลการประเมินที่ได้/3) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 5 อาหาร (โรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ และ Happy Body)	1 ข้อ	3		(ผลการประเมินที่ได้/3) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 6 สุขภาวะครอบครัว (ครอบครัวสดใส ใส่ใจดูแล สดุดคุณแม่ เตรียม เกษียณอย่างมีคุณค่า พาชีวิวยืนยาว และ Happy Family, Happy Money)	1 ข้อ	3		(ผลการประเมินที่ได้/3) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป
องค์ประกอบที่ 7 สุขภาวะองค์กร (พิชิต ออฟฟิศซินโดรม สถานประกอบการจะ ก้าวไกล ต้องใส่ใจสุขภาพแรงงานต่างชาติ และ Happy Brain, Happy Heart)	1 ข้อ	3		(ผลการประเมินที่ได้/3) x100	ร้อยละ 50 ขึ้นไป	ร้อยละ 60 ขึ้นไป	ร้อยละ 70 ขึ้นไป

ภาคผนวก ก. ค่าดัชนีมวลกาย (BODY MASS INDEX - BMI) / รอบเอว (WAIST CIRCUMFERENCE)

(โดย สำนักโภชนาการ กรมอนามัย)

หุ่นเพรียว สวยหล่อ รู้ได้ด้วยตนเอง

การประเมินตนเอง โดยการชั่งน้ำหนัก

ก่อนขึ้นชั่งน้ำหนัก ให้นำของที่หนักออกจากตัวก่อน เช่น โทรศัพท์ กระเป๋า สบู่ สบู่กันหน้า เข็มขัด จากนั้นขึ้นเครื่องชั่งน้ำหนัก ยืนเท้าห่างกันเล็กน้อย ทั้งแขนลงข้างลำตัว

การประเมินตนเอง โดยการวัดส่วนสูง

ทำยืนของการวัดส่วนสูง ยืนทั้งแขนลงข้างลำตัว ตามองตรง ให้ 4 จุด ด้านหลัง ได้แก่ หัว หลัง ก้น สันเท้า ชิดผนัง ควรมีผู้วัดอีกคนหนึ่ง ใช้ไม้ตั้งฉากวัดให้อยู่ในระดับสายตา แต่หากในกรณีที่ไม่สามารถหา ดลับสายหรือไม้วัดส่วนสูงได้ จึงจะใช้ส่วนสูงจากบัตรประชาชน

การประเมินตนเอง โดยการวัดรอบเอว

การวัดเส้นรอบเอว อยู่ในท่ายืน ใช้สายวัดรอบเอว ผ่านสะดือ ให้สายวัดแนบกับลำตัวพอดี ไม่รัดแน่นหรือหลวม และให้ระดับของสายวัด ที่วัดรอบเอววางอยู่ในแนวขนานกับพื้น ซึ่งรอบเอวที่เหมาะสมกับ แต่ละคนไม่ควรเกินส่วนสูงเป็นเกณฑ์มาตรฐานด้วย 2

ตัวอย่างเช่น

นาย ก ที่มีส่วนสูง 168 เซนติเมตร
 $\text{รอบเอวปกติของนาย ก} = \frac{168}{2} = 84 \text{ เซนติเมตร}$

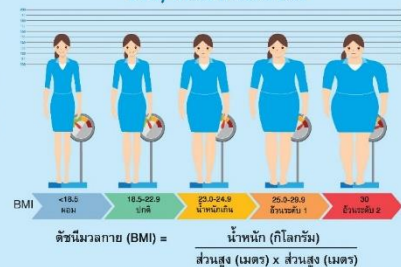
ดังนั้น นาย ก ควรวัดรอบเอวไม่เกิน 84 เซนติเมตร

ค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index : BMI)

ค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index : BMI) มีค่าเท่ากับ น้ำหนัก เป็นกิโลกรัมหารด้วยส่วนสูงเป็นเมตรสองครั้ง ซึ่งดัชนีมวลกายปกติของคนเอเชีย คือ 18.5 - 22.9

Tip คำแนะนำการประเมินตนเอง : คนที่อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักเกิน และคนอ้วนควรประเมินตนเองทุกเดือน

Body Mass Index : BMI



ภาคผนวก ข. เกณฑ์สะอาด ประกอบด้วย 12 ข้อ

(โดย สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย)

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
อาคารสถานที่	1.กำหนดพื้นที่ใช้งานอย่างชัดเจน โดยแบ่งเป็นพื้นที่เพื่อการปฏิบัติงาน การจราจร ขนย้ายวัสดุ จัดเก็บวัสดุ/สารเคมี จัดเก็บวัสดุเหลือใช้ พื้นที่สำหรับพักผ่อนพื้นที่สำหรับรับประทานอาหาร/ดื่มน้ำและพื้นที่อื่นๆ ที่จำเป็น พร้อมมีป้ายแสดง	☐ มีทัศนียภาพโดยรอบอาคารสะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อยและมีการกำหนดเส้นทางจราจร เส้นทางเดินโดยรอบอย่างชัดเจน ☐ มีแผนผังหรือแผนที่ของสถานที่ทำงานที่เป็นสัดส่วนชัดเจน ☐ มีการกำหนดพื้นที่ปฏิบัติงานห้องประชุม พื้นที่เก็บวัสดุอุปกรณ์/สารเคมี หรือพื้นที่พักผ่อน พื้นที่รับประทานอาหารเป็นสัดส่วนเหมาะสม ☐ มีการจัดเก็บวัสดุอุปกรณ์/วัตถุติด/ผลิตภัณฑ์เหมาะสมและเป็นระเบียบ ☐ มีการขีดสีตีเส้นเพื่อกำหนดบริเวณจัดวางอุปกรณ์ หรือติดตั้งเครื่องจักร หรือเส้นทางเดิน(เฉพาะพื้นที่จำเป็น) ☐ ไม่มีการวางสิ่งของกีดขวางบริเวณทางเดิน		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
อาคารสถานที่	2. มีการปฏิบัติตามมาตรฐาน 5ส คือ สะสาง สะดวก สะอาด สุขลักษณะ สร้างนิสัย	☐ ป้ายและบอร์ดประชาสัมพันธ์ต่าง ๆ อยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสม ติดประกาศอย่างเป็นระเบียบ สะอาด สวยงาม มีข้อมูลข่าวสารประชาสัมพันธ์ที่มีความทันสมัยอยู่เสมอ มีแผนผังแสดงอาคารสถานที่ในหน่วยงาน แผนผังโครงสร้างองค์กร ป้ายกลุ่มงาน/แผนก เพื่อสะดวกในการติดต่อ มีป้าย / สัญลักษณ์ บ่งชี้/ ป้ายความปลอดภัย ตามความจำเป็นในบริเวณที่มีความเสี่ยงหรืออันตราย ☐ โต๊ะทำงานหรือพื้นที่บริเวณโต๊ะทำงาน สะอาด มีสิ่งของเท่าที่จำเป็นต่อการทำงานจัดวางเป็นระเบียบ สะอาดและมีป้ายชื่อประจำโต๊ะไม่วางอาหารและรับประทานอาหารบนโต๊ะทำงาน มีป้ายระบุคำว่า "ของใช้ส่วนตัว" "วัสดุสำนักงาน" บริเวณลิ้นชัก โต๊ะทำงาน อย่างชัดเจนคอมพิวเตอร์และอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง จัดวางอย่าง เป็นระเบียบ ปลอดภัย ☐ อุปกรณ์สำนักงานส่วนกลางสภาพดีพร้อมใช้งาน ไม่ชำรุดจัดวางอย่างเป็นระเบียบ สะอาด อุปกรณ์ / วัสดุส่วนกลางติดป้ายชื่อผู้รับผิดชอบ		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
อาคารสถานที่		☐ ตู้เก็บเอกสาร / ตู้เก็บของ มีการจัดเก็บเป็นระเบียบ สะอาดแยกเป็นหมวดหมู่ มีป้ายแสดงประเภทเอกสารหรือสิ่งของรายการสิ่งของ และชื่อผู้รับผิดชอบ ตู้เก็บวัสดุ อุปกรณ์เครื่องใช้มีป้ายแสดงรายการเพื่อให้ง่ายต่อการค้นหา ☐ พื้นที่อื่น ๆ เช่น ห้องเก็บของ ห้องประชุม พื้นที่รับประทานอาหาร พื้นที่พักผ่อน เป็นต้น กำหนดเป็นสัดส่วนอุปกรณ์เครื่องใช้อยู่ในสภาพดีไม่ชำรุด จัดวางเป็นระเบียบมีการดูแลรักษาความสะอาดและกำหนดผู้รับผิดชอบ ☐ ทางเดิน/ทางหนีไฟ/ทางออกฉุกเฉินไม่วางสิ่งของกีดขวางมีป้ายสัญลักษณ์ และบริเวณพื้นต่างระดับต้องมีสัญลักษณ์แสดงชัดเจน ☐ มีการคัดแยกขยะ เช่น ขยะทั่วไป ขยะรีไซเคิล ขยะอันตราย รวบรวมนำไปกำจัดอย่างถูกต้องหลักสุขาภิบาล		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
อาคารสถานที่	3. ไม่แขวนวัสดุต่าง ๆ ตามเสาหรือผนังของอาคาร เว้นแต่เป็นอุปกรณ์ที่ใช้เพื่อการเฝ้าระวัง ตรวจตราหรือใช้เพื่อการตรวจวัดสภาพแวดล้อมในบริเวณนั้นและวัสดุอื่น ๆ ที่จำเป็น เช่น นาฬิกาแขวนผนัง ปฏิทินแขวนผนัง	☐ เสา ผนัง เพดาน สะอาด ไม่มีคราบสกปรก ☐ เสา ผนัง เพดาน ไม่แขวนสิ่งของที่ไม่เกี่ยวข้องและไม่จำเป็นกับการทำงาน ☐ ทักษะสภาพภายในอาคารสะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อย		
	4. สภาพของหน้าต่างประตู ชั้บบันได ราวบันได อยู่ในสภาพดีและสะอาด	☐ หน้าต่างและฝ้าม่านอยู่ในสภาพดีไม่ชำรุด มีความสะอาด ☐ ประตู อยู่ในสภาพดีไม่ชำรุดมีความสะอาด ☐ ชั้บบันได ราวบันไดต้องสะอาดมีความมั่นคง อยู่ในสภาพดีไม่ชำรุด ไม่ลื่น		
	5. อุปกรณ์และหลอดไฟตามที่ต่าง ๆ ต้องอยู่ในสภาพดี และสะอาด	☐ อุปกรณ์ เครื่องใช้ไฟฟ้า อยู่ในสภาพดี ใช้การได้ และมีความสะอาด ☐ หลอดไฟ ที่ครอบหลอดไฟรางไฟ อยู่ในสภาพดี ใช้การได้และมีความสะอาด ☐ มีแผนตารางกำหนดช่วงเวลาหรือรอบการทำความสะอาด		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
บริเวณพื้นที่	6. พื้นอยู่ในระนาบเดียวกัน เรียบ ไม่ลื่น ไม่ดูดซึมน้ำ หากเป็นบริเวณต่างระดับต้องมีสัญลักษณ์บอกความแตกต่าง มีการกันลื่นอยู่ในสภาพดีและสะอาด	☐ พื้นมั่นคง แข็งแรง อยู่ในระนาบเดียวกัน เรียบ ไม่มีน้ำขัง ไม่ลื่น ☐ บริเวณพื้นสะอาด ไม่มีเศษฝุ่นผง ไม่มีเศษขยะ ☐ บริเวณพื้นต่างระดับ มีการติดป้ายสัญลักษณ์บอกความแตกต่าง มีการกันลื่น		
	7. บริเวณที่ต้องมีเศษวัสดุเหลือใช้หรือเป็นผลิตภัณฑ์กลาง จะต้องมีการขนชะรองรับหรือมีการจัดเก็บอย่างถูกวิธีและเหมาะสม	☐ มีการรวบรวมเศษวัสดุเหลือใช้ / ผลิตภัณฑ์กลาง / ครุภัณฑ์รอจำหน่าย จัดเก็บในภาชนะรองรับที่เหมาะสม เพียงพอกับปริมาณและประเภท และมีการกำหนดพื้นที่ในการเก็บรวบรวม ☐ มีแผนการจัดการเศษวัสดุเหลือใช้หรือผลิตภัณฑ์กลาง/ ครุภัณฑ์รอจำหน่าย ☐ มีการกำหนดระยะเวลาในการจัดการอย่างชัดเจน ☐ มีการทำความสะอาดภาชนะบรรจุหรือภาชนะรองรับ และบริเวณที่เก็บอย่างสม่ำเสมอ ☐ มีการกำจัดหรือการจัดการอย่างถูกสุขลักษณะ / หลีกเลี่ยงกลิ่น		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
	8. ขนาดความกว้างของพื้นทางเดิน ทางขนย้ายหรือทางเพื่อการจราจรมีขนาดเหมาะสมที่จะใช้เพื่อจุดประสงค์ในการนั้น อยู่ในสภาพดีและสะอาดไม่มีสิ่งกีดขวาง	☐ มีประตูหรือทางเข้า-ออกอย่างน้อย 2 ช่อง* อยู่ในสภาพดี เปิด-ปิดได้ง่าย ไม่มีสิ่งกีดขวาง ที่จะหลบหนีภัยออกไปได้ทันทั่วทั้งที่เมื่อมีเหตุฉุกเฉิน (* ยกเว้นบางหน่วยงานที่มีข้อจำกัดด้านโครงสร้างอาคาร/พื้นที่) ☐ ขนาดของประตูหรือทางออกมีความกว้างไม่น้อยกว่า 110 เซนติเมตร และสูงไม่น้อยกว่า 200 เซนติเมตร (ทั้งนี้อาจพิจารณาตามความเหมาะสม) ☐ ทางเดินภายในอาคารไม่คับแคบ* สะอาดไม่มีสิ่งกีดขวาง(* มีระยะ 1-1.5 เมตร)		
บริเวณที่จัดเก็บวัสดุสิ่งของ	9. ตู้เก็บของหรือชั้นวางของอยู่ในสภาพดี และสะอาด ติดป้ายแสดงชนิดสิ่งของ	☐ ตู้เก็บเอกสาร ตู้เก็บของหรือชั้นวางของอยู่ในสภาพดี มีความสะอาด ☐ มีการจัดเก็บเอกสาร เครื่องใช้และอุปกรณ์เป็นระเบียบ สะอาด และปลอดภัย ☐ มีป้ายแสดงชื่อผู้รับผิดชอบและประเภทตู้เก็บ (เช่น ตู้เก็บเอกสารวิชาการ ตู้เก็บแฟ้ม เป็นต้น)กรณีเป็นตู้เก็บเครื่องใช้และอุปกรณ์ ให้จัดทำดัชนีรายการระบุรายชื่อเครื่องใช้และอุปกรณ์ที่มีการจัดเก็บภายในตู้ เพื่อให้สะดวกต่อการค้นหา		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
บริเวณสถานที่ รับประทานอาหาร จำหน่ายอาหารและ เตรียมปรุงประกอบ อาหาร	10. ได้มาตรฐานสุขาภิบาลอาหารตาม กฎกระทรวงสุขลักษณะของสถานที่ จำหน่ายอาหาร พ.ศ. 2561 หรือมาตรฐาน สุขาภิบาลอาหารสำหรับแผงลอยจำหน่าย อาหาร	<u>ร้านอาหารหรือร้านอาหาร</u> ☐ ผลการประเมินร้านอาหารและร้านอาหารเป็นไปตาม กฎกระทรวงสุขลักษณะของสถานที่จำหน่ายอาหาร พ.ศ. 2561 ☐ กรณีแผงลอยจำหน่ายอาหารเป็นไปตามมาตรฐาน สุขาภิบาลอาหารสำหรับแผงลอยจำหน่ายอาหาร <u>สำหรับหน่วยงานย่อยที่มีพื้นที่รับประทานอาหารของ ตนเอง</u> ☐ พื้นที่รับประทานอาหารของหน่วยงาน (ถ้ามี) จัด อย่างเป็นสัดส่วน เหมาะสม ☐ พื้นที่รับประทานอาหารของหน่วยงาน จัดวางอย่าง เป็นระเบียบและสะอาด ☐ มีการรวบรวมขยะเศษอาหารและนำไปกำจัดเป็น ประจำวัน ไม่ให้ตกค้างเป็นแหล่งอาหารของสัตว์ และแมลงพาหะนำโรค		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
ห้องน้ำ ห้องส้วม	11. ได้มาตรฐานส้วมสาธารณะไทยของกรมอนามัย เช่น ห้องน้ำ ห้องส้วมมีการระบายอากาศและแสงสว่างเพียงพอไม่มีกลิ่น รวมทั้งมีเครื่องใช้และสิ่งอำนวยความสะดวก	☐ ผลการประเมินห้องน้ำห้องส้วมเป็นไปตามมาตรฐานส้วมสาธารณะไทย ของกรมอนามัย		
การควบคุมสัตว์และแมลงพาหะนำโรค	12. มีการควบคุมสัตว์และแมลงพาหะนำโรค เช่น แมลงสาบ แมลงวันหนู และยุงในสถานที่ทำงาน	☐ มีแผนการป้องกัน ควบคุมตรวจสอบสัตว์และแมลงพาหะนำโรค ☐ มีการดำเนินการถูกต้องตามหลักวิชาการสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อมและมีการกำจัดโดยการใช้เครื่องมือดักจับ หรือใช้สมุนไพรฉีดพ่น ที่ไม่มีสารพิษตกค้างและส่งผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน ☐ มีการทำลายแหล่งอาหาร /แหล่งเพาะพันธุ์ และมีการกำจัดโดยการใช้เครื่องมือดักจับ หรือใช้สมุนไพรฉีดพ่นที่ไม่มีสารพิษตกค้างและส่งผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน		

ภาคผนวก ค. เกณฑ์ความปลอดภัย ประกอบด้วย 12 ข้อ

(โดย สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย)

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
การบันทึกข้อมูล อุบัติเหตุ/การ เจ็บป่วยจากการ ทำงาน	1. อุบัติเหตุจากการทำงานที่รายงานตาม แบบ กท.16 หรือแบบรายงานการเกิด อุบัติเหตุลดลงจากรอบปีที่ผ่านมา	☐ หน่วยงานไม่มีความเสี่ยงอุบัติเหตุจากการทำงาน (ข้อ ถัดไป) ☐ หน่วยงานมีความเสี่ยงอุบัติเหตุจากการทำงาน มีการ ดำเนินการดังนี้ ☐ แสดงแบบฟอร์มรายงานที่ใช้ในการบันทึกการเกิด อุบัติเหตุจากสถานที่ทำงานจัดทำขึ้น ☐ กรณีมีอุบัติเหตุต้องมีรายงานการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติ การเกิดอุบัติเหตุ และมีระบบการจัดเก็บข้อมูล /กรณี ไม่มีอุบัติเหตุไม่ต้องวิเคราะห์ ☐ กรณีมีอุบัติเหตุต้องแสดงสถิติการเกิดอุบัติเหตุ ย้อนหลัง 3 ปี เช่น แสดงค่า IFR และ ISR โดยมีอัตรา การเกิดอุบัติเหตุลดลงอย่างต่อเนื่อง/ กรณีไม่มี อุบัติเหตุไม่ต้องแสดง		
	2. ไม่มีผู้เจ็บป่วยรายใหม่ที่เป็นโรคอัน เนื่องมาจากการทำงานตลอดระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา	☐ ไม่มีคนเจ็บป่วยรายใหม่ที่เป็นโรคจากการทำงาน ตลอดระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา ☐ มีผู้เจ็บป่วยรายใหม่ที่เป็นโรคโรคอันเนื่องจาก การทำงานตลอดระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมาและมีแผน แก้ไขปัญหา		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
การทำงานที่ปลอดภัย	3. จัดให้มีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่ถูกต้อง เหมาะสม และเพียงพอ	☐ สถานที่ทำงานไม่มีรูปแบบการทำงานที่มีความเสี่ยง (ข้อถัดไป) ☐ สถานที่ทำงานที่มีรูปแบบการทำงานที่มีความเสี่ยง ☐ มีการจัดให้มีการจัดอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลตรงกับลักษณะอันตราย สำหรับผู้ปฏิบัติงานที่ต้องปฏิบัติงานอันตราย เช่น ที่อุดหูหรือที่ครอบหู กรณีเสียงดังหน้ากากป้องกันฝุ่นหรือสารเคมี แว่นตาป้องกันแสงจ้าหรือประกายไฟ หมวกนิรภัยถุงมือ เป็นต้น ☐ อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่จัดให้มีความเพียงพอต่อการใช้งาน		
	4. มีการกำหนดกฎระเบียบและขั้นตอนการทำงานที่ปลอดภัย	☐ หน่วยงานไม่มีรูปแบบการทำงานที่มีความเสี่ยง (ข้อถัดไป) ☐ หน่วยงานที่มีรูปแบบการทำงานที่มีความเสี่ยง ต้องมีคู่มือ ขั้นตอนการปฏิบัติงานมาตรฐาน กฎระเบียบ มาตรการความปลอดภัยในการทำงานโดยเฉพาะสำหรับงานที่เป็นอันตราย		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
การทำงานที่ปลอดภัย	5. ติดตั้งเครื่องจักร/อุปกรณ์อย่างมั่นคงและปลอดภัย	☐ มีการติดตั้งเครื่องจักร เครื่องมือ เครื่องใช้ อุปกรณ์อย่างมั่นคง ปลอดภัย ☐ กรณี มีเครื่องจักรอันตรายมีการติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันส่วนที่เป็นอันตรายขณะเครื่องจักรทำงาน (Guard) เช่น ติดตั้งฝาครอบส่วนที่เคลื่อนไหวของเครื่องจักร อุปกรณ์ ☐ อุปกรณ์ที่ชำรุดมีป้ายหรือสัญญาณเตือนอันตราย		
	6. เครื่องจักร/อุปกรณ์/เครื่องมือ/เครื่องใช้ได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพดี และไม่มีชิ้นส่วนที่ชำรุด หรือส่วนแหลมคมที่อาจทำอันตรายได้	☐ เครื่องมือ เครื่องใช้ และอุปกรณ์สะอาด อยู่ในสภาพใช้การได้ดี มีการตรวจสอบบำรุงรักษาสม่ำเสมอ ☐ กรณีมีเครื่องจักร เช่น Hoist และ เครน (Crane) ต้องอยู่ในสภาพใช้งานได้ดีได้รับการตรวจสอบโดยวิศวกรอย่างสม่ำเสมอตามที่กฎหมายกำหนด ☐ มีแผนการซ่อมบำรุงเครื่องจักร/ อุปกรณ์/เครื่องมือ/เครื่องใช้มีการตรวจติดตามการปฏิบัติตามแผนการซ่อมบำรุง		
ระบบไฟฟ้า	7. การเดินสายไฟเป็นระเบียบ ใช้สายไฟถูกประเภท และมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การใช้ไฟฟ้าอย่างปลอดภัย	☐ การเดินสายไฟ และแผงควบคุมไฟฟ้ามีสภาพดี ไม่ชำรุด ☐ การเดินสายไฟ มีการจัดเก็บเป็นระเบียบ ☐ มีการต่อสายดิน ☐ มีการตรวจสอบระบบไฟฟ้าและอุปกรณ์ไฟฟ้าอย่างสม่ำเสมอ		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
ระบบไฟฟ้า	8. สวิตช์ สายไฟ ได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพดีและปลอดภัย	☐ สวิตช์ สายไฟ อุปกรณ์ไฟฟ้ามีสภาพดี ไม่ชำรุด หรือเสื่อมสภาพ		
	9. มีเส้นหรือขอบเขตแสดงบริเวณที่อาจมีอันตรายหรือห้ามเข้าใกล้	☐ หน่วยงานไม่มีหม้อแปลงไฟฟ้า หรืออุปกรณ์ไฟฟ้าที่อาจเป็นอันตราย (ข้อถัดไป) ☐ หน่วยงานมีหม้อแปลงไฟฟ้า หรืออุปกรณ์ไฟฟ้าที่อาจเป็นอันตราย ต้องมีการขีดสีตีเส้นกำหนดบริเวณอุปกรณ์และเส้นทางเดิน		
	10. มีอุปกรณ์ตัดไฟ (Safety Cut/ Breaker) รองรับกรณีเกิดไฟช็อต/รั่ว	☐ ตู้ควบคุมระบบไฟฟ้ามีสภาพดีใช้งานได้ ☐ ตู้ควบคุมระบบไฟฟ้าอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสมไม่มีสิ่งกีดขวาง		
การป้องกันอัคคีภัย	11. มีเครื่องดับเพลิงตรงกับชนิดของเชื้อเพลิงอย่างเพียงพอ ได้รับการตรวจสอบให้พร้อมใช้งาน และติดตั้งอยู่ในตำแหน่งที่สามารถนำมาใช้ได้ทันที	☐ มีอุปกรณ์ดับเพลิงตรงกับชนิดของเชื้อเพลิง และมีจำนวนเพียงพอ ☐ อุปกรณ์ดับเพลิงติดตั้งสูงจากพื้นอาคารไม่เกิน 1.5 เมตรมองเห็นและเข้าถึงได้ง่าย ☐ มีแผนและมีการตรวจอุปกรณ์ดับเพลิง ☐ มีใบบันทึกการตรวจอุปกรณ์ดับเพลิงและมีการบันทึกข้อมูลการตรวจสอบดูแลรักษาอุปกรณ์ดับเพลิงอย่างสม่ำเสมอ ☐ มีป้ายแสดงวิธีการใช้ถังดับเพลิง ☐ มีแผนและมีการซ้อมดับเพลิงและแผนอพยพหนีไฟเป็นประจำทุกปี		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
การป้องกันอัคคีภัย	12. ทางหนีไฟและบันไดหนีไฟอยู่ในสภาพที่ดีไม่มีสิ่งกีดขวางทางหนีไฟ	☐ ทางหนีไฟอยู่ในสภาพดีไม่ชำรุด พร้อมใช้งาน ☐ ไม่มีสิ่งกีดขวางทางหนีไฟ ☐ มีสัญลักษณ์ทางหนีไฟ หรือหากมีทางต่างระดับบริเวณทางหนีไฟก็ให้ติดสัญลักษณ์แสดงทางต่างระดับ		

ภาคผนวก ง. เกณฑ์สิ่งแวดล้อมดี ประกอบด้วย 9 ข้อ

(โดย สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย)

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
แสงสว่าง	1. มีการจัดการด้านแสงสว่างให้มีความเข้มแสงเพียงพอต่อการทำงานและเป็นไปตามมาตรฐาน	☐ มีการตรวจวัดระดับแสงในพื้นที่ต่าง ๆ ☐ ระดับแสงได้ตามมาตรฐานที่กำหนด ☐ หากผลการตรวจวัดระดับแสงไม่ผ่านตามที่กฎหมายกำหนดต้องมีแผนหรือแนวทางในการปรับปรุงแก้ไข		
การระบายอากาศ	2. ภายในห้องหรือบริเวณที่ทำงานมีการระบายอากาศที่เพียงพออุณหภูมิเหมาะสม	☐ มีการจัดให้มีการระบายอากาศ การติดตั้งเครื่องปรับอากาศ ระบบระบายอากาศเฉพาะที่ หรือโดยวิธีธรรมชาติเหมาะสมตามแต่ละพื้นที่ทำงาน ☐ ในกรณีที่จัดให้มีการระบายอากาศโดยวิธีธรรมชาติ ห้องในอาคารทุกชนิดทุกประเภทต้องมีประตูหน้าต่าง หรือช่องระบายอากาศด้านติดกับอาคารภายนอก เป็นพื้นที่รวมไม่น้อยกว่า ร้อยละ 10 ของพื้นที่ของห้องนั้น ทั้งนี้ไม่นับรวมพื้นที่ของประตูหน้าต่างและช่องระบายอากาศที่ติดต่อกับห้องอื่นหรือช่องทางเดินภายในอาคาร ☐ มีแผนในการดูแลรักษาเครื่องปรับอากาศ และมีการซ่อมบำรุงระบบฯ ตามระยะเวลาที่กำหนด		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
เสียง/ความ สั่นสะเทือน	3. ไม่มีเสียงดังและความสั่นสะเทือนที่อาจมีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง	☐ ระดับเสียงบริเวณที่ปฏิบัติงานไม่ดังจนรบกวนการสื่อสารปกติของผู้ปฏิบัติงาน ☐ ระดับเสียงในทุกบริเวณที่เป็นไปตามมาตรฐาน ☐ กรณี มีเสียงดังรบกวน ต้องมีการควบคุมโดยติดอุปกรณ์เพื่อลดระดับเสียงจากเครื่องจักรหรือกิจกรรมที่ก่อเสียงดัง เช่น ติดวัสดุดูดซับ การแยกพื้นที่ปฏิบัติงานให้เป็นไปตามมาตรฐานไม่ดังจนรบกวนการสื่อสารปกติของผู้ปฏิบัติงาน ☐ ตรวจสอบหลักฐานเรื่องข้อร้องเรียน กรณีมีเรื่องร้องเรียนจากเสียงดังและความสั่นสะเทือน ต้องมีแนวทางแก้ไข พร้อมดำเนินการ		
ฝุ่นละออง/ควัน	4. ไม่มีปัญหาฝุ่นหรือควันที่มีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียงไม่มีกลิ่นสารเคมีหรือกลิ่นเหม็นรบกวนที่มีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง	☐ สถานที่ทำงานไม่มีกิจกรรมที่ทำให้เกิดฝุ่น (ข้อถัดไป) ☐ สถานที่ทำงานมีกิจกรรมที่ทำให้เกิดฝุ่นมีการดำเนินการดังนี้ ☐ มีการจัดการการฟุ้งกระจายของฝุ่น จากการประกอบกิจการ ☐ มีผลการตรวจวัดเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนดในสถานประกอบกิจการ ☐ ไม่มีข้อร้องเรียนหรือหากมีเรื่องข้อร้องเรียน ต้องมีแนวทางจัดการแก้ไข		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
สารเคมี	5. มีการจัดประเภทของสารเคมี และแยกเก็บไว้เฉพาะตามหลักปฏิบัติสำหรับสารเคมีประเภทนั้น ๆ	☐ มีการแยกประเภทและติดฉลากที่ ภาชนะบรรจุสารเคมี ☐ มีการเก็บสารเคมีในภาชนะที่ปิดฝาปิดชิดเหมาะสม กับการเป็นอันตรายตามประเภทของสารเคมี ☐ มีการกำหนดวิธีการจัดการเมื่อสารเคมีหกรั่วไหล (กรณีสารเคมีอันตรายที่จะส่งผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงานและชุมชนโดยรอบ)		
	6. ไม่มีกลิ่นสารเคมีหรือกลิ่นเหม็นรบกวนที่มีผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง	☐ สถานที่ทำงานไม่มีการใช้สารเคมีและกิจกรรมที่ทำให้เกิดกลิ่นเหม็น ☐ สถานที่ทำงานมีการใช้สารเคมีและกิจกรรมที่ทำให้เกิดกลิ่นเหม็น มีการดำเนินการดังนี้ ☐ มีการจัดการและควบคุมสารเคมีและกลิ่นจากการประกอบกิจการตามที่กฎหมายกำหนด ☐ ไม่มีข้อร้องเรียนหรือหากมีเรื่องข้อร้องเรียน ต้องมีแนวทางจัดการแก้ไข		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
มูลฝอย	7. มีที่รองรับมูลฝอยเพียงพอ มีฝาปิดมิดชิด และแยกมูลฝอยอันตรายออกจากมูลฝอยทั่วไป	☐ มีภาชนะบรรจุ หรือภาชนะรองรับที่เหมาะสมและเพียงพอกับปริมาณและประเภทมูลฝอย ☐ มีการแยกตามประเภทมูลฝอยที่เกิดขึ้น เช่น มูลฝอยทั่วไป มูลฝอยรีไซเคิล มูลฝอยอันตราย และมูลฝอยอินทรีย์ ☐ มีการแยก มูลฝอยอันตราย*ออกจากมูลฝอยทั่วไป และใส่ในภาชนะรองรับแยกตามประเภท (*เช่น หลอดฟลูออเรสเซนต์ ถ่านไฟฉายหรือแบตเตอรี่ โทรศัพท์เคลื่อนที่ ภาชนะที่ใช้บรรจุสารกำจัดแมลง หรือเวชพืช กระป๋องสเปรย์บรรจุสีหรือสารเคมี เป็นต้น) ☐ มีการแยกมูลฝอยติดเชื้อ ตามลักษณะของสถานที่ทำงานได้แก่ โรงพยาบาล คลินิก เป็นต้น ใส่ในภาชนะรองรับมูลฝอยติดเชื้อ ☐ มีการล้างทำความสะอาดภาชนะบรรจุ หรือภาชนะรองรับ เป็นประจำ สม่ำเสมอ		

เรื่อง/กิจกรรม	เกณฑ์การประเมิน	แนวทางการพิจารณา	ผลการประเมิน	คำแนะนำ
มูลฝอย	8. มีการจัดการมูลฝอยอย่างเหมาะสมไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงานและสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง	☐ มีการเก็บรวบรวมมูลฝอยเพื่อนำไปรอกำจัดเป็นประจำทุกวันสม่ำเสมอ ☐ มีสถานที่พักรวมมูลฝอย พื้นและผนังเรียบ ทำความสะอาดง่าย สามารถป้องกันสัตว์และแมลงพาหะนำโรค มีรางรวบรวมน้ำเสีย ☐ มีการรวบรวมมูลฝอยส่งไปกำจัดอย่างสม่ำเสมอตามวันเวลาที่กำหนด ไม่ให้เกิดการสะสมหรือมูลฝอยตกค้าง และส่งกำจัดมูลฝอยถูกต้องตามหลักสุขาภิบาล ☐ ไม่มีข้อร้องเรียนจากปัญหามูลฝอยหรือหากมีเรื่องข้อร้องเรียน ต้องมีแนวทางการแก้ไข		
น้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูล	9. น้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูลได้รับการบำบัดที่ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลก่อนระบายออกนอกอาคารไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และไม่สร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง	☐ มีการจัดการน้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูลเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนด ☐ มีการสอบถาม หรือตรวจสอบหลักฐานการใช้บริการกำจัดสิ่งปฏิกูลจากบริษัทที่ได้รับใบอนุญาตจากท้องถิ่น		

ภาคผนวก จ. แบบทดสอบด้านสุขภาพจิต

(โดย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข)

แบบทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของท่านในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ให้ท่านสำรวจตัวท่านเองและประเมินเหตุการณ์ อารมณ์ ความคิดเห็น และความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใดแล้วตอบลงในช่องคำตอบที่เป็นจริงกับตัวท่าน มากที่สุด โดยคำตอบจะมี 4 ตัวเลือก คือ

ไม่เลย หมายถึง ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนั้นเลย รู้สึกไม่พอใจมาก หรือรู้สึกแย่มาก

เล็กน้อย หมายถึง ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนั้นนาน ๆ ครั้งรู้สึกเช่นนั้นเล็กน้อยรู้สึกไม่พอใจหรือรู้สึกแย่มาก หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อย ๆ รู้สึกพอใจหรือรู้สึกดี

มากที่สุด หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นเสมอ รู้สึกเช่นนั้นมากที่สุด หรือรู้สึกดีว่าสมบูรณ์ รู้สึกพอใจมาก รู้สึกดีมาก

ลำดับ	รายการ	ไม่เลย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด
1	ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต				
2	ท่านรู้สึกสบายใจ				
3	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง				
4	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้กับการดำเนินชีวิตประจำวัน				
5	ท่านรู้สึกผิดหวังในตนเอง				
6	ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีแต่ความทุกข์				
7	ท่านสามารถทำใจยอมรับได้สำหรับปัญหาที่ยากจะแก้ไข (เมื่อมีปัญหา)				
8	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงที่เกิดขึ้น				
9	ท่านมั่นใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต				
10	ท่านรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีความทุกข์				
11	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา				
12	ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
13	ท่านรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว				
14	หากท่านป่วยหนัก ท่านเชื่อว่าคนในครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี				
15	สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกัน				

การแปลผลการประเมินและการกำหนดการให้คะแนน

1. การให้คะแนน

กลุ่มที่ 1 ข้อ 1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 13, 14 และ 15

ไม่เลย	ให้	1	คะแนน
เล็กน้อย	ให้	2	คะแนน
มาก	ให้	3	คะแนน
มากที่สุด	ให้	4	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ข้อ 3, 4, และ 5

ไม่เลย	ให้	4	คะแนน
เล็กน้อย	ให้	3	คะแนน
มาก	ให้	2	คะแนน
มากที่สุด	ให้	1	คะแนน

2. การแปลผลการประเมิน

แบบทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ มีคะแนนเต็มทั้งหมด 60 คะแนน เมื่อได้ข้อมูลจากการประเมินแล้ว และรวมคะแนนทุกข้อนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้

คะแนน 61-60	คะแนน	หมายถึง	มีสุขภาพจิตมากกว่าคนทั่วไป (Good)
คะแนน 44-50	คะแนน	หมายถึง	มีสุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป (Fair)
คะแนน 43	คะแนน	หมายถึง	มีสุขภาพจิตน้อยกว่าคนทั่วไป (Poor)

แบบประเมินความเครียด (ST- 5)

(โดย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข)

ความเครียดเกิดขึ้นได้กับทุกคน สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมีหลายอย่าง เช่น รายได้ที่ไม่เพียงพอหนี้สิน ภัยพิบัติต่างๆ ที่ทำให้เกิดความสูญเสีย ความเจ็บป่วย เป็นต้น ความเครียดมีทั้งประโยชน์และโทษ หากมากเกินไปจะเกิดผลเสียต่อร่างกายและจิตใจของท่านได้ขอให้ท่านลองประเมินตนเอง โดยให้คะแนน 0 – 3 ที่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

คะแนน 0 หมายถึง เป็นน้อยมากหรือแทบไม่มี

คะแนน 1 หมายถึง เป็นบางครั้ง

คะแนน 2 หมายถึง เป็นบ่อยครั้ง

คะแนน 3 หมายถึง เป็นประจำ

ข้อที่	อาการหรือความรู้สึกที่เกิดในระยะ ๒ - ๔ สัปดาห์	คะแนน			
		1	2	3	4
1	มีปัญหาการนอน นอนไม่หลับหรือนอนมาก				
2	มีสมาธิน้อยลง				
3	หงุดหงิด / กระวนกระวาย / ว้าวุ่นใจ				
4	รู้สึกเบื่อ เซ็ง				
5	ไม่อยากพบปะผู้คน				
คะแนนรวม					

การแปลผล

คะแนน 0 – 4 เครียดน้อย

คะแนน 5 – 7 เครียดปานกลาง

คะแนน 8 – 9 เครียดมาก

คะแนน 10 – 15 เครียดมากที่สุด

แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า 2 คำถาม (2Q)

คำถาม	มี	ไม่มี
1. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ ท่านรู้สึก หดหู่ เศร้า หรือท้อแท้สิ้นหวัง หรือไม่		
2. ใน 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมวันนี้ท่านรู้สึก เบื่อ ทำอะไรก็ไม่เพลิดเพลิน หรือไม่		

การแปลผล

- ถ้าคำตอบ **ไม่มี** ทั้ง 2 คำถาม ถือว่า ปกติ ไม่เป็นโรคซึมเศร้า
- ถ้าคำตอบ **มี** ข้อใดข้อหนึ่งหรือทั้ง 2 ข้อ (มีอาการใดๆ ในคำถามที่ 1 และ 2) หมายถึง “เป็นผู้มีความเสี่ยง” หรือ “มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคซึมเศร้า” ให้ประเมินต่อด้วยแบบประเมิน โรคซึมเศร้า 9Q

แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมทั้งวันนี้ ท่านมีอาการเหล่านี้ บ่อยแค่ไหน	ไม่มีเลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย > 7 วัน	เป็นทุกวัน
1. เบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไร	0	1	2	3
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า ท้อแท้	0	1	2	3
3. หลับยากหรือหลับๆตื่นๆหรือหลับมากไป	0	1	2	3
4. เหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง	0	1	2	3
5. เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป	0	1	2	3
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คิดว่าตัวเองล้มเหลวหรือครอบครัวยึดหัว	0	1	2	3
7. สมาธิไม่ดี เวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความ ตั้งใจ	0	1	2	3
8. พุดซ้ำ ทำอะไรซ้ำลงจนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือกระสับกระส่ายไม่สามารถ อยู่นิ่งได้เหมือนที่เคยเป็น	0	1	2	3
9. คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตายไปคงจะดี	0	1	2	3
คะแนนรวมทั้งหมด				

คะแนนรวม	การแปลผล
< 7	ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อยมาก
7-12	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับน้อย
13-18	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง
≥ 19	มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับรุนแรง

คะแนน 9Q ≥ 7 ให้ประเมินแนวโน้มการฆ่าตัวตาย ด้วย 8Q

แบบประเมินการฆ่าตัวตาย 8 คำถาม (8Q)

ลำดับ คำถาม	ระยะเวลา	คำถาม	ไม่มี	มี
1.		คิดอยากตาย หรือ คิดว่าตายไปจะดีกว่า	0	1
2.		อยากทำร้ายตัวเอง หรือ ทำให้ตัวเองบาดเจ็บ	0	2
3.	ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาหรือไม่	คิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตาย	0	6
		(ถ้าตอบว่าคิดเกี่ยวกับการฆ่าตัวตายให้ถามต่อ) ท่านสามารถควบคุมความอยากฆ่าตัวตายที่ท่านคิดอยู่นั้นได้หรือไม่ หรือบอกได้ไหมว่าคงจะไม่ทำตามความคิดนั้นในขณะนี้	ได้ 0	ไม่ได้ 8
4.		มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย	0	8
5.		ได้เตรียมการที่จะทำร้ายตนเองหรือเตรียมการจะฆ่าตัวตายโดยตั้งใจว่าจะให้ตายจริง ๆ	0	9
6.		ได้ทำให้ตนเองบาดเจ็บแต่ไม่ตั้งใจที่จะทำให้เสียชีวิต	0	4
7.		ได้พยายามฆ่าตัวตายโดยคาดหวัง/ตั้งใจที่จะให้ตาย	0	10
8.	ตลอดชีวิตที่ผ่านมา	ท่านเคยพยายามฆ่าตัวตาย	0	4
คะแนนรวมทั้งหมด				

คะแนนรวม	การแปลผล
0	ไม่มีแนวโน้มฆ่าตัวตายในปัจจุบัน
1-8	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับน้อย
9-16	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับปานกลาง
≥ 17	มีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายในปัจจุบัน ระดับรุนแรง

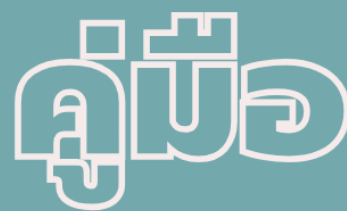
ถ้าคะแนน 8Q ≥ 17 ส่งต่อโรงพยาบาลมีจิตแพทย์ด่วน

(โดย สำนักโภชนาการ กรมอนามัย)



เกณฑ์รับรอง Healthy Canteen	ถูกต้อง ครบถ้วน	ต้อง ปรับปรุง	คำแนะนำ
1. ผ่านเกณฑ์ด้านสุขาภิบาลอาหารตามกฎกระทรวงสุขลักษณะ ของสถานที่จำหน่ายอาหาร พ.ศ. 2561 จำนวน 4 หมวด			
หมวด 1 สุขลักษณะของสถานที่จำหน่ายอาหาร			
หมวด 2 สุขลักษณะของอาหาร กรรมวิธีการทำ ประกอบ หรือปรุง การเก็บ รักษา และการจำหน่ายอาหาร			
หมวด 3 สุขลักษณะของภาชนะ อุปกรณ์ และเครื่องใช้อื่นๆ			
หมวด 4 สุขลักษณะส่วนบุคคลของผู้ประกอบการและผู้สัมผัสอาหาร			
2. มีเมนูสุขภาพ อย่างน้อยร้านละ 1 เมนู			
3. จำหน่ายผลไม้สด อย่างน้อย 1 ร้าน			
4. สั่งลดน้ำตาลในเครื่องดื่มได้			
5. โต๊ะเครื่องปรุงมีป้ายบอกปริมาณโซเดียม และน้ำตาล การตัก 1 ช้อนชา			
6. ป้ายบอกพลังงานและสารอาหาร ต่ออาหาร 1 จาน			
7. สร้างความรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารและโภชนาการให้กับ ผู้ประกอบการและผู้บริโภค			

ประจำปี
2568



เกณฑ์การประเมิน

สถานประกอบกิจการ
ส่งเสริมสุขภาพและองค์การสุขภาวะ



กลุ่มอนามัยวัยทำงาน สำนักส่งเสริมสุขภาพ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

