



**รายงานผลการดำเนิน
โครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็น
องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)**



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี (สำนักปลัด โทร/โทรสาร. ๐-๗๓๒๗-๑๑๐๕)

ที่ ยล ๗๔๐๐๑/-

วันที่ ๗๗ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

ตามที่องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้ขออนุมัติดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ เพื่อสร้างองค์กรที่มีสภาพแวดล้อมที่ดีในที่ทำงาน ก่อให้เกิดความสุขกายสุขใจในที่ทำงานและวัฒนธรรมที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยง และสร้างปัจจัยเสริมสร้างด้านสุขภาวะให้แก่บุคลากร โดยใช้สูตรสร้างองค์กรสุขภาวะ (๘ Happy Workplace) ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร (สสส.) นั้น

บัดนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้ดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ เรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้าย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(นางภัทธีวัลย์ ดำรงกุล)

ผู้ช่วยเจ้าพนักงานธุรการ

ความเห็นหัวหน้าสำนักปลัด.....เพื่อไปดำเนินการตามผลการดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ

(นางสาวสิริกุล อนันต์ประเสริฐ)

นักพัฒนาชุมชน รักษาการแทน

หัวหน้าสำนักปลัด

ความเห็นปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี.....

(นางสาวรัตนพร เทพพร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี.....

(นายสุริยพันธ์ ศรีสุข)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

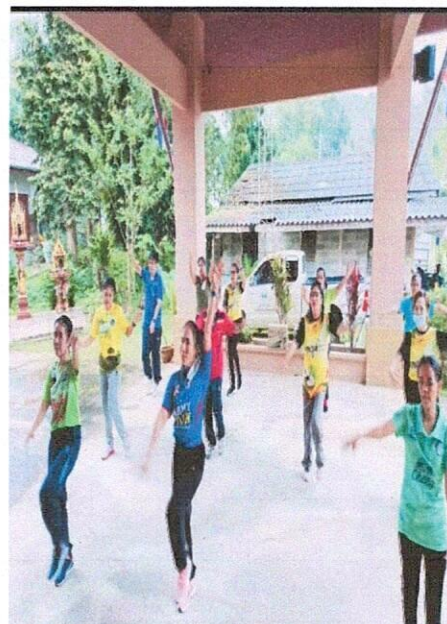
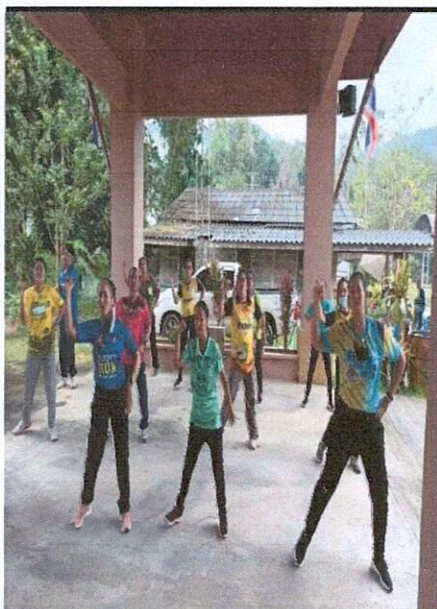
ผลการดำเนินงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

๑. Happy Body การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ
สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจ
ที่ดีพร้อมที่จะรับมือกับ ปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี



กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ





บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี (สำนักปลัด โทร. ๐-๗๓๒๗-๑๑๐๕)

ที่ ยล ๗๔๐๐๑/๒๕๖๖

วันที่ ๒๕ เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๖

เรื่อง รายงาน สุขภาพประจำปีบุคลากรองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ประจำปี ๒๕๖๖
เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี, ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี, หัวหน้าสำนักปลัด,
ผู้อำนวยการกองทุกกอง

ตามที่ งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้ดำเนินการตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากรองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ประจำปี ๒๕๖๖ ณ โรงพยาบาลศูนย์ยะลา ในวันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๖๖ โดยกลุ่มงานอาชีวเวชกรรม ณ โรงพยาบาลศูนย์ยะลา นั้น

ในการนี้ งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้รับผลการตรวจสุขภาพประจำปีแล้ว จึงขอรายงานสรุปผลการตรวจสุขภาพของบุคลากรองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ประจำปี ๒๕๖๖ ซึ่งมีผู้เข้ารับบริการตรวจสุขภาพทั้งหมด ๑๖ ราย เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนดูแลสุขภาพที่เหมาะสมต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

(นางสาวอัญญา มาเส)

ตำแหน่งเจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน

ความเห็น เพื่อโปรดทราบ

(นายชินพัฒน์ พรหมวิรัตน์)

ตำแหน่งหัวหน้าสำนักปลัด

ความเห็น เพื่อโปรดทราบ

(นางสาวรัตนพร เทพธร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

คำสั่ง เพื่อโปรดทราบ

(นางสาวรัตนพร เทพธร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี รักษาราชการแทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

สรุปผลการตรวจสุขภาพประจำปีบุคลากรองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ประจำปี ๒๕๖๖

วันที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๖๖

๑. บุคลากรเข้าร่วมตรวจสุขภาพทั้งหมด ๑๖ ราย
 - ๑.๑ พบการตรวจสุขภาพบุคลากรที่ผลการตรวจปกติ จำนวน ๑ ราย
 - ๑.๒ พบการตรวจสุขภาพบุคลากรที่ผลการตรวจปกติ จำนวน ๑๕ ราย
๒. ปัญหาสุขภาพที่ตรวจพบผิดปกติ มีดังนี้

ปัญหาสุขภาพ	จำนวน(ราย)
๑. ดัชนีมวลกาย	
๑.๑ ปกติ	๖
๑.๒ น้ำหนักน้อย	-
๑.๓ น้ำหนักเกิน	๙
๑.๔ อ้วน	๑
๒. ความดันโลหิต	
๒.๑ ปกติ	๖
๒.๒ สูงเล็กน้อย	๗
๒.๓ สูงปานกลาง	๒
๒.๔ สูงรุนแรง	๑
๓. ความเข้มข้นของเลือด	
๓.๑ เลือดข้น	๑๒
๓.๒ โลหิตจาง	๔
๔. ภูมิแพ้	-
๕. น้ำตาลในเลือดสูง	๒
๖. ไขมันในเลือดสูง	๑๐
๗. การทำงานของไตผิดปกติ	๑
๘. เอนไซม์ตับผิดปกติ	๒
๙. กรดยูริกสูง	๒
๑๐. พบเชื้อโรคในอุจจาระ	๑

อ้างอิงข้อมูล : จากกลุ่มงานอาชีวเวชกรรม โรงพยาบาลยะลา

ทั้งนี้สำหรับผู้ที่มีผลการตรวจสุขภาพผิดปกติ ได้รับการแนะนำข้อควรปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเบื้องต้น และให้ส่งพบแพทย์ในรายที่ต้องพบแพทย์ เพื่อตรวจประเมิน วินิจฉัย และวางแผนการรักษาที่เหมาะสมต่อไป

ลงชื่อ.....ผู้สรุปผลรายงาน

(นางสาวอัญญา มาเส)

ตำแหน่งเจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน

ตรวจสอบภาพประจำปี 2566
หน่วยงาน องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี
วัน 16 เดือน 2566 พ.ศ. 2566

ลำดับ	ชื่อ - สกุล	หมายเลขประจำตัวประชาชน	ว/ด/ป เกิด	อายุ	หมายเหตุ
1	นส.รัตนพร เทพพร	3960100346177	26/02/2515	50	
2	นายชินพัฒน์ พรหมวิรัตน์	3950600391031	11/08/2521	44	
3	นส.สิริกุล อนันต์ประเสริฐ	3950300016928	22/11/2518	47	
4	นางสุวรรณา กาญจนรัตน์	3940400026682	23/12/2517	48	
5	นส.อภิฤดี สุวรรณกุล	3940500280530	02/01/2526	40	
6	น.ส.อัญญา มาเส	1950600118606	09/08/2534	31	
7	น.ส.พัชรี ภูมิสถิตย์	3950300068197	14/01/2518	47	
8	นายจรูญศักดิ์ ไชยวิลาศ	3959900454355	05/07/2519	46	
9	นายอันวรรต ศรีเสริมพันธ์	1349900069116	14/09/2528	37	
10	นางขวัญใจ สีสังข์	3950100514690	02/01/2513	52	
11	นส.นิภาภรณ์ ขุชาติ	3939900206491	13/07/2513	52	
12	น.ส.จันทนา จีระพันธ์	1910300081979	25/06/2537	28	
13	นายวิโรจน์ ขุนแก้ว X	3800600254167	28/06/2510	55	
14	นางภทธีวัลย์ ดำรงกุล	3941000333449	10/02/2524	41	
15	นางกาญจนลักษณ์ นิธิวิสุทธิ X	3950100511631	21/04/2524	41	
16	นส.หทัยชนก สุขภาษาริ	3950100202540	30/01/2525	40	
17	นส.ศรีสุดา แก้วรัฐ	3950500251432	22/05/2525	40	
18	นางเสาวคนธ์ ศรีสุข	3930100408059	12/03/2526	39	
19	น.ส.เบญจมาภรณ์ อารีบำบัด X	3950500100314	12/05/2535	30	
20	นายสมชาย พุทธฤทธิ X	3950500244452		50	

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0743221

เลขที่บัตรประชาชน 3960100346177

ผู้รับบริการ ชื่อ - สกุล น.ส.รัตนพร เทพพร

อายุ 50 ปี น้ำหนัก 53 กก. ส่วนสูง 158 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 21.23

☒ ปกติ

☐ ผอม

☐ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก)

☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 128 / 79 mm/Hg

☒ ปกติ

☐ สูงเล็กน้อย

☐ สูงปานกลาง

☐ สูงรุนแรง

ชีพจร 85 ครั้ง/นาที

☐ ปกติ

☐ เร็ว

☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ

1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ

2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย

☐ สม่ำเสมอ

☐ ไม่สม่ำเสมอ

☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดา มารดา)

☐ มี

☐ ไม่มี

☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไขมัน, โรคหัวใจ, ธาลัสซีเมีย, ภูมิแพ้

☐ มี

☐ ไม่มี

☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)	
	ปกติ	ผิดปกติ		
เม็ดเลือดขาว : WBC 6,010 Cell/uL	☒		สี : color	ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 3.99 10^6 /uL	☒		ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity	กรด ค่า : pH
ความเข้มข้นของเลือด Hb 12.1 g/dL Hct 37 %	☒		โปรตีน/ไข่ขาว : Alb	น้ำตาล : Glucose
MCV 93.5 FL MCH 30.3 pg MCHC 32.4 g/dL	☒		เม็ดเลือดขาว : WBC	
จำนวนเกล็ดเลือด 236,000 cells/uL	☒		เม็ดเลือดแดง : RBC	
PMN 47 % lymphocyte 43 %	☒		เซลล์เยื่อ : Epi.cell	
Monocyte 5 % Eosinophil 4 %	☒		Bilirubin	Urobilinogen
RBC morphology Normal by automated microcyte	☒		Ketone	
สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ			สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ	
			☐ คัดกรองน้ำตาลวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลั่นปัสสาวะ	

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ปกติ 65 - 110	89 mg/dL	☒		การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	13 mg/dl	☒	
น้ำตาลในเลือด (DTX)				การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.91	☒	
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	338 mg/dL		☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	5.1 mg/dL	☒	
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	115 mg/dL	☒		เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39	23 U/L	☒	
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130				เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 น. 9-52	16 U/L	☒	
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40				เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	32 U/L	☒	

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family history of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก

() เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล

☒ ปกติ

☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี

() ตรวจมะเร็งปากมดลูก (รอฟังผลตรวจ)

() การตรวจพิเศษอื่นๆ

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์

☐ ปกติ

☒ ผิดปกติ

ระบุ ไขมันในเลือดสูง

คำแนะนำ

ไม่พบ (เว้นแต่พบความผิดปกติ) งดการออกกำลังกายหนัก

แพทย์ผู้ตรวจ

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ตั้งชื่อ

15903

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0578125 เลขที่บัตรประชาชน 3950500251432

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล น.ส.ศรีสุตา แก้วรัฐ อายุ 39 ปี น้ำหนัก 62 ก.ก ส่วนสูง 165 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 22.77 ☒ ปกติ ☐ ผอม ☐ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 124/83 mm/Hg ☒ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ซึ่พบ 64 ครั้ง/นาทิต ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,โรคหัวใจ (ปิตามารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,ไขมัน,โรคหัวใจ,ธาตุสัซซีเมีย,ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 8,550 Cell/uL	☒	☐	สี : color YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.64 10^6 /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.036 กรด ค้าง : pH 5.5
ความเข้มข้นของเลือด Hb 14.0 g/dL Hct 42 %	☒	☐	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Trace (1 - 2 น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 91.4 FL MCH 30.2 pg MCHC 33.0 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 310,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
PMN 66 % lymphocyte 26 %	☒	☐	เซลล์เยื่อ : Epi.cell 3 Sq Epithelial Cell : 3-5 /HPF cell/HPF
Monocyte 6 % Eosinophil 1 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automated microcyte	☒	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

☐ คัดน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative Parasite NOT FOUND

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	77 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25		☐	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04		☐	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	239 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0		☐	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39		☐	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 น. 9-52		☐	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40	46 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126		☐	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ ไขมันในเลือดสูง

คำแนะนำ ควบคุมอาหาร

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ลงชื่อ

11 มกราคม 2566

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0380989 เลขที่บัตรประชาชน 3939900206491

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นางนิภาภรณ์ ชูชาติ อายุ 52 ปี น้ำหนัก 47 กก ส่วนสูง 156 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 19.31 ☒ ปกติ ☐ ผอม ☐ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 118/74 mm/Hg ☒ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ซ้ำพร 108 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สมว่าเสมอ ☐ ไม่สมว่าเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,โรคหัวใจ (บิดา มารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,ไขมัน,โรคหัวใจ,ธาลัสซีเมีย,ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 7,710 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 3.97 10^6 /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.012 กรด ต่าง : pH 5.0
ฮีโมโกลบินของเลือด Hb 12.2 g/dL Hct 37 %	☒	☐	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 93.8 FL MCH 30.7 pg MCHC 32.7 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 326,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
PMN 75 % lymphocyte 19 %	☒	☐	เซลล์เยื่อบุ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 2-3 /HPF cell/HPF
Monocyte 3 % Eosinophil 2 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automated microcyte	☒	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

☐ คีมีน้ำสอะววันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ☒ ไม่พบเชื้อ Parasite Blastocystis hominis : Vac

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	137 mg/dL	☐	☒	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	8 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.68	☒	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	241 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	4.0 mg/dL	☒	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	56 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39	17 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21 - 72 น. 9 - 52	12 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40		☐	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	56 U/L	☒	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ.....

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ น้ำตาล ในเลือด สูง, ไขมัน ในเลือด สูง, ไขมัน ในเลือด

คำแนะนำ
วันที่นัดตรวจซ้ำ

ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวประชาชน 0095153

เลขที่บัตรประชาชน 3950100514690

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นางขวัญใจ สีสัก อายุ 52 ปี น้ำหนัก 54 กก. ส่วนสูง 160 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 21.09 ☒ ปกติ ☐ ผอม ☐ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 121/75 mm/Hg ☒ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ชีพจร 110 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1. การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2. การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดา มารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไต, โรคหัวใจ, ธาลัสซีเมีย, ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 7,190 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 3.86 10 ⁶ /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.027 กรด ค้าง : pH 5.0
hemoglobin ของเลือด Hb 7.4 g/dL Hct 26 %	☐	☒	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 67.2 FL MCH 19.2 pg MCHC 28.6 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 337,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC Negative cell/HPF
PMN 66 % lymphocyte 27 %	☒	☐	เซลล์เยื่อ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 6 % Eosinophil 0 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology microcyte	☐	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ

☐ ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ผลลบ Parasite NOT FOUND ผลลบ

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ปกติ 65 - 110	81 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	12 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.61	☒	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	313 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	3.8 mg/dL	☒	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	79 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39	25 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 น. 9-52	15 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40		☐	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	57 U/L	☒	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of HLD/Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก ☒ เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปอดทุกในสตรี () ตรวจมะเร็งปอดทุก(รพ.ทั้งผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ.....

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ โรคความดันโลหิตสูง

คำแนะนำ ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ลงชื่อ

แพทย์ผู้ตรวจ



ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0076670 เลขที่บัตรประชาชน 3940400026682

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นางสาวรณนา กาญจนรัตน์

อายุ 46 ปี น้ำหนัก 50 กก ส่วนสูง 156 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 20.55

☒ ปกติ ☐ ผอม ☐ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก)

☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 131/88 mm/Hg

☐ ปกติ ☒ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง

ชีพจร 100 ครั้ง/นาที

☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ

1. การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ

2. การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย

☐ สมำเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย

(ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดา มารดา)

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไขมัน, โรคหัวใจ, ธาตุสซีเมีย, ภูมิแพ้

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 8,780 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.84 10 ⁶ /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.023 กรด ค้าง : pH 6.5
ความเข้มข้นของเลือด Hb 14.7 g/dL Hct 44 %	☒	☐	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
ICV 91.1 FL MCH 30.4 pg MCHC 33.4 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 1-2 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 377,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
MN 65 % lymphocyte 30 %	☒	☐	เซลล์เยื่อบุ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 4 % Eosinophil 1 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
BC morphology Normal by automated microcyte	☒	☐	สรุปผลการตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ

☐ คัดน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ☒ พืช Parasite NOT FOUND ☒

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	90 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	8 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.69	☒	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	206 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	4.5 mg/dL	☒	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	121 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 หญิง 8 - 39	24 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 หญิง 9-32	24 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40		☐	☐	เอนไซม์ตับ ALP ค่าปกติ 38 - 126	68 U/L	☒	☐

EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอพึงผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ ท้องอืด เบื่ออาหาร น้ำหนักลดลง

คำแนะนำ ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

วันที่นัดตรวจซ้ำ

215903

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0261441

เลขที่บัตรประชาชน 3959900454355

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นายจรูญศักดิ์ ไชยวิลาส อายุ 46 ปี น้ำหนัก 74 กก. ส่วนสูง 173 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 24.73

☐ ปกติ

☐ ผอม

☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก)

☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 155/115 mm/Hg

☐ ปกติ

☐ สูงเล็กน้อย

☒ สูงปานกลาง

☐ สูงรุนแรง

ชีพจร 100 ครั้ง/นาที

☐ ปกติ

☐ เร็ว

☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ

1. การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ

2. การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย

☐ สม่าเสมอ

☐ ไม่สม่ำเสมอ

☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดา มารดา)

☐ มี

☐ ไม่มี

☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไขมัน, โรคหัวใจ, ธาตุซีเมีย, ภูมิแพ้

☐ มี

☐ ไม่มี

☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 5,330 Cell/uL	☒	☐	สี : color YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 5.66 10^6 /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.031 กรด ค่า : pH 5.0
ความเข้มข้นของเลือด Hb 15.9 g/dL Hct 48 %	☒	☐	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose 4+ (>1,000 m
MCV 84.0 FL MCH 28.2 pg MCHC 33.5 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 238,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC Negative cell/HPF
PMN 59 % lymphocyte 30 %	☒	☐	เซลล์เยื่อบุ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 7 % Eosinophil 4 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automated microcyte	☒	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC

☒ ปกติ

☐ ผิดปกติ

☐ คีมีน้ำส่อาววันละ 6-8 แก้ว

☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ

อุจจาระ blood Negative

Parasite NOT FOUND

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	278 mg/dL	☐	☒	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	17 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.87	☒	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	234 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	5.9 mg/dL	☒	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	188 mg/dL	☐	☒	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 ยู. 8 - 39	37 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21 - 72 ยู. 9 - 52	68 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40		☐	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	160 U/L	☐	☒

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอกผล ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก (รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ.....

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์

☐ ปกติ

☒ ผิดปกติ

ระบุลักษณะผิดปกติ, อาการ, สัญญาณ, ผลการตรวจพิเศษอื่นๆ.....

คำแนะนำ.....

ลงชื่อ..... แพทย์ผู้ตรวจ

วันที่นัดตรวจซ้ำ.....

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0859478 เลขที่บัตรประชาชน 1349900069116

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นายอนุวรรต ศรีเสริมพันธ์

อายุ 37 ปี น้ำหนัก 75 กก. ส่วนสูง 178 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 23.99

☐ ปกติ ☐ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก)

☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 115/68 mm/Hg

☒ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ซึ่พบ 84 ครั้ง/นาที

☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ

1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ

2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย

☐ สม่ำเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ

☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,โรคหัวใจ (บิดามารดา)

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,ไขมัน,โรคหัวใจ,ธาตุสัสมิยะ,ภูมิแพ้

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 5,630 Cell/uL	☒		สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.65 10^6 /uL	☒		ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.010 กรด ดัง pH 8.5
ค. เม็ดเลือดแดง Hb 14.2 g/dL Hct 44 %	☒		โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 94.2 FL MCH 30.4 pg MCHC 32.3 g/dL	☒		เม็ดเลือดขาว : WBC Negative cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 304,000 cells/uL	☒		เม็ดเลือดแดง : RBC Negative cell/HPF
PMN 61 % lymphocyte 28 %	☒		เซลล์เยื่อ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 6 % Eosinophil 4 %	☒		Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automated microcyte	☒		สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ
สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ			☐ คีมีน้ำส่อาววันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
			อุจจาระ blood Negative ไม่พบ Parasite NOT FOUND ไม่พบ

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่า < 110	95 mg/dL	☒		การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8-25	10 mg/dl	☒	
น้ำตาลในเลือด (DTX)				การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52-1.04	0.92	☒	
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	158 mg/dL	☒		กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6-7.0	7.2 mg/dL		☒
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	64 mg/dL	☒		เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ 14-50 U/L	54 U/L		☒
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130				เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ 21-72 U/L	126 U/L		☒
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40				เอนไซม์ตับ Alkphos ค่าปกติ 38-126 U/L	66 U/L	☒	

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผด ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ PSA 6.4 ng/ml (0-4)

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ น้ำหนักเกิน, ไขมันสูง, ไขมันดีต่ำ

คำแนะนำ ควบคุมอาหาร, ไขมันดีต่ำ

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0246989

เลขที่บัตรประชาชน 3930100408059

ผู้รับบริการ ชื่อ -สกุล นางเสาวคนธ์ ศรีสุข

อายุ 39 ปี

น้ำหนัก 70 กก ส่วนสูง 155 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 29.14

☐ ปกติ ☐ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก)

☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 131 / 94 mm/Hg

☐ ปกติ ☒ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง

ชีพจร 75 ครั้ง/นาที

☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ

1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ

2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย

☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดา มารดา)

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไ้มน, โรคหัวใจ, ธาตุซีเมีย, ภูมิแพ้

☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 7,380 Cell/uL	☒		สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 5.14 10^6 /uL	☒		ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.020 กรด ต่าง : pH 6.0
ความเข้มข้นของเลือด Hb 12.2 g/dL Hct 39 %	☒		โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative(<
MCV 75.2 FL MCH 23.8 pg MCHC 31.7 g/dL	☒		เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 436,000 cells/uL	☒		เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
PMN 54 % lymphocyte 36 %	☒		เซลล์เยื่อบุ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 7 % Eosinophil 3 %	☒		Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology microcyte	☒		สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☐ ปกติ ☐ ผิดปกติ
สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ			☐ คีมีน้ำสวะอาวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
			อุจจาระ blood Negative Parasite NOT FOUND

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	80 mg/dL	☒		การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25			
น้ำตาลในเลือด (DTX)				การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04			
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	245 mg/dL		☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0			
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150				เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39			
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130				เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 น. 9-52			
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40	56 mg/dL	☒		เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126			

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอพึงผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ.....

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ น้ำหนักเกิน, ความดันโลหิตเริ่มสูง, ไขมันในเลือดสูง

คำแนะนำ ควบคุมน้ำหนัก, ทานยาลดไขมัน, ควบคุมอาหาร

ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0936194 เลขที่บัตรประชาชน 1910300081979

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล น.ส.จันทนา จิระพันธ์ อายุ 28 ปี น้ำหนัก 66 กก ส่วนสูง 165 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 24.24 ☐ ปกติ ☒ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 131/89 mm/Hg ☐ ปกติ ☒ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ชีพจร 108 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมการสูบบุหรี่ 1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (ปิตามารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไ้มน, โรคหัวใจ, ธาตุสั้มี, ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 11,720 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 5.22 10^6 /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.020 กรด ค่าง : pH 7.0
ความเข้มข้นของเลือด Hb 14.4 g/dL Hct 45 %	☒	☐	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 85.6 FL MCH 27.5 pg MCHC 32.2 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC Negative cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 323,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC Negative cell/HPF
PMN 61 % lymphocyte 31 %	☒	☐	เซลล์เยื่อบุ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 5 % Eosinophil 2 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automatic microcyte	☒	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

☐ ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ๘/๑๓ Parasite NOT FOUND ๘/๑๓

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS)				การทำงานของไต - BUN			
ค่าปกติ 65 - 110				ค่าปกติ 8 - 25			
น้ำตาลในเลือด (DTX)				การทำงานของไต - Creatinine			
				ค่าปกติ 0.52 - 1.04			
ไขมันในเลือด Cholesterol				กรดยูริก - Uric acid			
ค่าปกติ < 200				ค่าปกติ 2.6 - 7.0			
ไขมันในเลือด Triglyceride				เอนไซม์ตับ SGOT			
ค่าปกติ < 150				ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39			
ไขมันในเลือด LDL				เอนไซม์ตับ SGPT			
ค่าปกติ < 130				ค่าปกติ ช. 21-72 น. 9-52			
ไขมันดี HDL				เอนไซม์ตับ Alk phos			
ค่าปกติ > 40				ค่าปกติ 38 - 126			

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of HHD/Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ.....

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ น้ำหนักเกิน , ไขมันสูง (อินิก) เร่ง

คำแนะนำ ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ
วันที่นัดตรวจซ้ำ 3.15.2023

หน่วยงาน

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0182815 เลขที่บัตรประชาชน 3940500280530

อายุ 40 ปี น้ำหนัก 69 ก.ก ส่วนสูง 160 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ความดันโลหิต 137/90 mm/Hg ☐ปกติ ☒สูงเล็กน้อย ☐สูงปานกลาง ☐สูงรุนแรง ชีพจร 97 ครั้ง/นาที ☐ปกติ ☐เร็ว ☐ช้า

การออกกำลังกาย ☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่าเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดามารดา)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไขมัน, โรคหัวใจ, ธาตุสซีเมีย, ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

☐ ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนยีสสาวะ

ตรวจหา blood Negative ฝาก Paratite NOT FOUND ฝาก

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่า 65 - 110	84 mg/dL	✓		การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	12 mg/dl	✓	
น้ำตาลในเลือด (DTX)				การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.59	✓	
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	267 mg/dL		✓	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	6.0 mg/dL	✓	
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	172 mg/dL		✓	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 นว. 8 - 39	21 U/L	✓	
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130				เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 นว. 9-32	20 U/L	✓	
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40				เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	78 U/L	✓	

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

[illegible]

() ปฏิเสธการตรวจประเมินเรื่องปากมดลูกในสตรี () ตรวจประเมินเรื่องปากมดลูก(รอพึงผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ นานนก เก่ง ๆ ใจเสีย นานนก
คำแนะนำ ให้ไปเปลี่ยน ยาคุมกำเนิด ตรวจตัว ซ้ำตาม 1 เดือน ส่วน ทาง คลังยา ของ ทาง รพ. ให้ตาม ตัว คลังยา เลข 2

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0324480

เลขที่บัตรประชาชน 3950300068197

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นางสาวพัชรี ภูมิสถิตย์ อายุ 48 ปี น้ำหนัก 62 กก. ส่วนสูง 153 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 26.49 ☐ ปกติ ☐ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)
ความดันโลหิต 133/76 mm/Hg ☐ ปกติ ☒ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ชีพจร 83 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม
การออกกำลังกาย ☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที
ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,โรคหัวใจ (บิคา มารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ
ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,ไขมัน,โรคหัวใจ,ธาตุซีเมีย,ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 9,230 Cell/uL	☒	☐	สี : color YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.95 10^6 /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.024 กรด ต่าง : pH 5.5
เม็เข้มข้นของเลือด Hb 10.4 g/dL Hct 34 %	☐	☒	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative(<
MCV 68.4 FL MCH 21.0 pg MCHC 30.7 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 402,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
PMN 51 % lymphocyte 29 %	☒	☐	เซลล์เยื่อ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 6 % Eosinophil 13 %	☐	☒	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology microcyte	☐	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ

☐ คึมน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ผกติ Parasite NOT FOUND ผกติ

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) กติ 65 - 110	86 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	10 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.69	☒	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	227 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	4.0 mg/dL	☒	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	57 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 ณ. 8 - 39	26 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130	138 mg/dL	☐	☒	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 ณ. 9-52	18 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40	78 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	62 U/L	☒	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปอดคตูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปอดคตูก(รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ น้ำหนักเกิน, ความดันโลหิตสูง, ไขมันในเลือดสูง

คำแนะนำ ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0513848

เลขที่บัตรประชาชน 3941000333449

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นางภัทริวิทย์ คำรงกุล อายุ 41 ปี น้ำหนัก 62 กก ส่วนสูง 158 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 24.84 ☐ ปกติ ☐ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 137/94 mm/Hg ☐ ปกติ ☒ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ชีพจร 86 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สน่ำเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,โรคหัวใจ (บิดา มารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,ไขมัน,โรคหัวใจ,ธาลัสซีเมีย,ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 6,490 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.47 10^6 /uL	☐	☒	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.012 กรด ค้าง : pH 6.0
เข้มข้นของเลือด Hb 12.2 g/dL Hct 39 %	☐	☒	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 86.5 FL MCH 27.3 pg MCHC 31.6 g/dL	☐	☒	เม็ดเลือดขาว : WBC Negative cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 358,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
PMN 59 % lymphocyte 33 %	☒	☐	เซลล์เยื่อหุ้ม : Epi.cell Negative cell/HPF
Monocyte 5 % Eosinophil 3 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automatic microcyte	☒	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ โโลหิตขาว

☐ คีมีน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ปกติ Parasite NOT FOUND

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	90 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25		☐	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04		☐	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	175 mg/dL	☒	☐	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0		☐	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 หญิง 8 - 39		☐	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 หญิง 9-52		☐	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40	53 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126		☐	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก ☒ เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอห้วงผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ ไส้เลื่อนอักเสบ 8 - ปกติ

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ น้ำหนักเกิน, ความดันโลหิตเริ่มสูง, ไขมันในเลือด

คำแนะนำ ควบคุมอาหาร, ไขมันในเลือด, ความดันโลหิต

วันที่นัดตรวจซ้ำ ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0097294 เลขที่บัตรประชาชน 3950100202540

ผู้รับบริการ ชื่อ - สกุล น.ส. หทัยชนก ศรีสุข อายุ 40 ปี น้ำหนัก 72 กก. ส่วนสูง 167 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 25.82 ☐ ปกติ ☐ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)
ความดันโลหิต 140/80 mm/Hg ☐ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☒ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ชีพจร 78 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1. การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2. การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สม่ำเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดา มารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

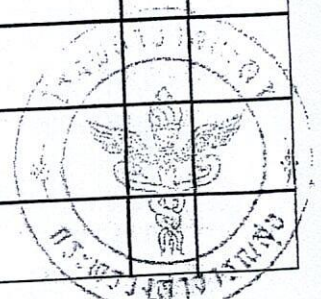
ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไขมัน, โรคหัวใจ, ธาลัสซีเมีย, ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 5,020 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.30 10^6 /uL	☐	☒	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.009 กรด ด่าง : pH 6.5
ฮีโมโกลบินของเลือด Hb 11.7 g/dL Hct 37 %	☐	☒	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 85.8 FL MCH 27.3 pg MCHC 31.9 g/dL	☐	☒	เม็ดเลือดขาว : WBC 0-1 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 254,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC Negative cell/HPF
PMN 56 % lymphocyte 39 %	☒	☐	เซลล์เยื่อบุ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 0-1 /HPF cell/HPF
Monocyte 4 % Eosinophil 1 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automated microcyte	☒	☐	สรุปผลตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ **โลหิตจาง**

☐ คีมีน้ำสภาวะวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ☐ ปกติ Parasite NOT FOUND

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ☐ ปกติ 65 - 110	95 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25		☐	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04		☐	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	152 mg/dL	☒	☐	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0		☐	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 พ. 8 - 39		☐	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21 - 72 พ. 9 - 52		☐	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40	69 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126		☐	☐



() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก ☒ เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก (รอห้วงผลตรวจ) ☒ การตรวจพิเศษอื่นๆ **ไวรัสตับอักเสบ บี ปกติ**

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ **น้ำหนักเกิน, ความดันโลหิตสูง, โลหิตจาง**

คำแนะนำ **ควบคุมอาหาร, ไขมัน, ไขมัน, ความดัน**

วันที่นัดตรวจซ้ำ

ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0380357

เลขที่บัตรประชาชน 3950600391031

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล นายชินพัฒน์ พรหมวิรัตน์ อายุ 44 ปี น้ำหนัก 59 กก ส่วนสูง 157 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 23.94 ☐ ปกติ ☐ ผอม ☒ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☐ อ้วน (ลดน้ำหนัก)

ความดันโลหิต 121/88 mm/Hg ☒ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☐ สูงรุนแรง ชีพจร 88 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1.การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2.การดื่มสุรา ไม่ดื่ม

การออกกำลังกาย ☐ สนใจสนใจ ☐ ไม่สนใจสนใจ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,โรคหัวใจ (บิดา มารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

ประวัติหลอดเลือดหัวใจ,เส้นเลือดสมองตีบ,ความดันโลหิตสูง,เบาหวาน,ไขมัน,โรคหัวใจ,ธาลัสซีเมีย,ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 5,750 Cell/uL	☒	☐	สี : color PALE YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 5.57 10 ⁶ /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.008 กรด ค้าง :pH 5.5
เข้มข้นของเลือด Hb 16.9 g/dL Hct 52 %	☐	☒	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Negative (น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 93.6 FL MCH 30.3 pg MCHC 32.4 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC Negative cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 240,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC Negative cell/HPF
PMN 58 % lymphocyte 35 %	☒	☐	เซลล์เยื่อ : Epi.cell Negative cell/HPF
Monocyte 6 % Eosinophil 1 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automatic microcyte	☒	☐	สรุปผลการตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ

☐ คัดน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ☒ ปรากฏ Parasite NOT FOUND ☒ ปรากฏ

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	85 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	17 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)		☐	☐	การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	1.07	☐	☒
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	213 mg/dL	☐	☒	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	7.8 mg/dL	☐	☒
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	153 mg/dL	☐	☒	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 น. 8 - 39	40 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130		☐	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 น. 9-52	70 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40		☐	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	101 U/L	☒	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก ☒ เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก(รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่นๆ.....

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์

☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ

ระบุ น้ำหนักเกิน, เลือดสูง, ไขมันในเลือดสูง, ความดันโลหิตสูง

คำแนะนำ ตรวจสุขภาพประจำปี

ลดน้ำหนัก, งดสูบบุหรี่

วันที่นัดตรวจซ้ำ.....

ลงชื่อ.....แพทย์ผู้ตรวจ

ใบรายงานผลการตรวจสุขภาพ โรงพยาบาลยะลา

หน่วยงาน

วันที่ตรวจ 16 มกราคม 2566

เลขประจำตัวโรงพยาบาล 0693783

เลขที่บัตรประชาชน 3950300016928

ผู้รับบริการ ชื่อ-สกุล น.ส.ศิริกุล อนันต์ประเสริฐ อายุ 47 ปี น้ำหนัก 82 กก. ส่วนสูง 156 ซม. รอบเอว 0 ซม.

ดัชนีมวลกาย (BMI) 33.70 ☐ ปกติ ☐ ผอม ☐ น้ำหนักเกิน (ควบคุมน้ำหนัก) ☒ อ้วน (ลดน้ำหนัก)
ความดันโลหิต 169/114 mm/Hg ☐ ปกติ ☐ สูงเล็กน้อย ☐ สูงปานกลาง ☒ สูงรุนแรง ชีพจร 98 ครั้ง/นาที ☐ ปกติ ☐ เร็ว ☐ ช้า

พฤติกรรมสุขภาพ 1. การสูบบุหรี่ ไม่เคยสูบ 2. การดื่มสุรา ไม่ดื่ม
การออกกำลังกาย ☐ สม่าเสมอ ☐ ไม่สม่ำเสมอ ☐ ไม่เคยออกกำลังกาย (ควรออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆละ 30 นาที)
ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, โรคหัวใจ (บิดามารดา) ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ
ประวัติหลอดเลือดหัวใจ, เส้นเลือดสมองตีบ, ความดันโลหิตสูง, เบาหวาน, ไ้มน, โรคหัวใจ, ธาลัสซีเมีย, ภูมิแพ้ ☐ มี ☐ ไม่มี ☐ ไม่ทราบ

การตรวจความสมบูรณ์ของเม็ดเลือด (CBC)	สรุปผลการตรวจ		การตรวจปัสสาวะ (Urine Analysis)
	ปกติ	ผิดปกติ	
เม็ดเลือดขาว : WBC 7,540 Cell/uL	☒	☐	สี : color YELLOW ความขุ่น : Turbidity
เม็ดเลือดแดง : RBC 4.98 10 ⁶ /uL	☒	☐	ความถ่วงจำเพาะ Specific gravity 1.025 กรด ค้าง : pH 5.5
ความเข้มข้นของเลือด Hb 12.8 g/dL Hct 40 %	☒	☐	โปรตีน/ไข่ขาว : Alb Trace (11 - 2 น้ำตาล : Glucose Negative (<
MCV 80.0 FL MCH 25.8 pg MCHC 32.2 g/dL	☒	☐	เม็ดเลือดขาว : WBC 1-2 cell/HPF
จำนวนเกล็ดเลือด 402,000 cells/uL	☒	☐	เม็ดเลือดแดง : RBC 0-1 cell/HPF
PMN 49 % lymphocyte 43 %	☒	☐	เซลล์เยื่อ : Epi.cell Sq Epithelial Cell : 1-2 /HPF cell/HPF
Monocyte 5 % Eosinophil 2 %	☒	☐	Bilirubin Negative Urobilinogen Negative Ketone Negative
RBC morphology Normal by automatic microcyte	☒	☐	สรุปผลการตรวจปัสสาวะ ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

สรุปผลการตรวจ CBC ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ

☐ คีมน้ำตาลวันละ 6-8 แก้ว ☐ ไม่ควรกลืนปัสสาวะ
อุจจาระ blood Negative ฝ/กถ Parasite NOT FOUND ฝ/กถ

การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล		การตรวจเคมีในเลือด Blood Chemistry	ผล Lab	สรุปผล	
		ปกติ	ผิดปกติ			ปกติ	ผิดปกติ
น้ำตาลในเลือด (FBS) ค่าปกติ 65 - 110	95 mg/dL	☒	☐	การทำงานของไต - BUN ค่าปกติ 8 - 25	13 mg/dl	☒	☐
น้ำตาลในเลือด (DTX)				การทำงานของไต - Creatinine ค่าปกติ 0.52 - 1.04	0.83	☒	☐
ไขมันในเลือด Cholesterol ค่าปกติ < 200	195 mg/dL	☒	☐	กรดยูริก - Uric acid ค่าปกติ 2.6 - 7.0	6.7 mg/dL	☒	☐
ไขมันในเลือด Triglyceride ค่าปกติ < 150	146 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ SGOT ค่าปกติ ช. 14 - 50 ม. 8 - 39	38 U/L	☒	☐
ไขมันในเลือด LDL ค่าปกติ < 130	112 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ SGPT ค่าปกติ ช. 21-72 ม. 9-52	40 U/L	☒	☐
ไขมันดี HDL ค่าปกติ > 40	54 mg/dL	☒	☐	เอนไซม์ตับ Alk phos ค่าปกติ 38 - 126	77 U/L	☒	☐

() EKG เมื่อมีข้อใดข้อหนึ่ง () Age > 45 ปี () HT () DM () Dyslipidemia () Family History of IHD, Stroke

() ปฏิเสธการทำเอ็กซเรย์ทรวงอก () เอ็กซเรย์ทรวงอก ผล ☒ ปกติ ☐ ผิดปกติ
() ปฏิเสธการตรวจมะเร็งปากมดลูกในสตรี () ตรวจมะเร็งปากมดลูก (รอฟังผลตรวจ) () การตรวจพิเศษอื่น

ผลการตรวจสุขภาพโดยแพทย์ ☐ ปกติ ☒ ผิดปกติ ระบุ อ้วน, ความดันโลหิต สูงมาก,
คำแนะนำ
วันที่นัดตรวจซ้ำ
ลงชื่อ แพทย์ผู้ตรวจ

๒. Happy Heart การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูล
น้ำใจงามมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อ ว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้

กิจกรรมการประชุมประจำเดือน ปรัชษาหารือ การปฏิบัติงาน การจัดกิจกรรมต่างๆ



กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมต่างๆ ของ อบต.ตาชี



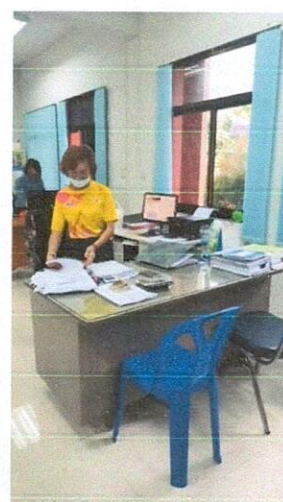
๓. Happy Heart การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร

สังคมมีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คน มีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ ผู้อาศัยมีความรับ ความปรองดองสามัคคีต่อกัน พร้อมร่วมแรง ร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

กิจกรรมวันท้องถิ่นไทย



กิจกรรม ๕ ส.



๔. Happy Relax การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย

ผ่อนคลายรู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า การที่คนทำงานหากไม่รู้จักรสรมหาการผ่อนคลายให้กับ ตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน

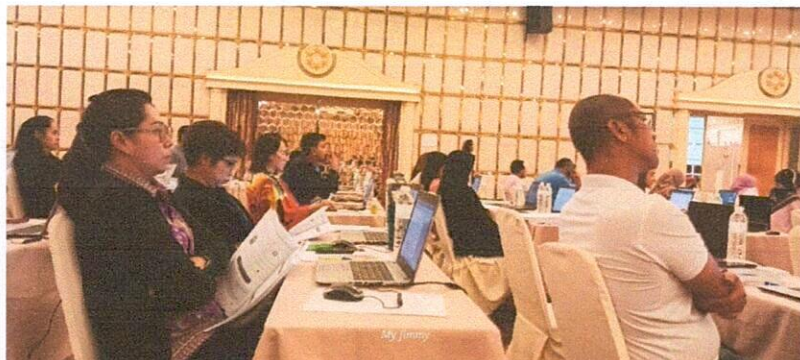
สถานที่ในการนั่งพักผ่อนหย่อนใจ



๕. Happy Brain การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ

หาความรู้มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่าถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ

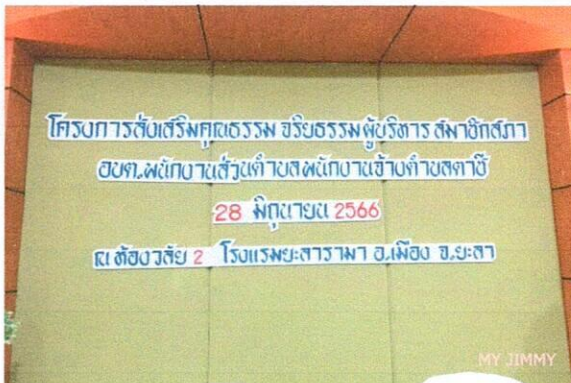
กิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรในองค์กรเข้าอบรม หาความรู้



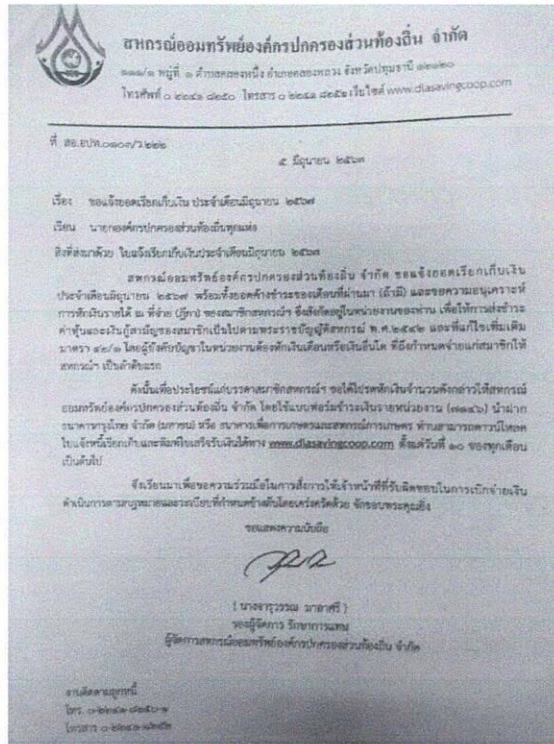
๖. Happy Soul การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต

ทางสงฆ์มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า หลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่จะช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความ ศรัทธาในคุณงามความดีที่ทั้งปวง

กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมผู้บริหาร สมาชิกสภา อบต.พนักงานส่วนตำบล พนักงานจ้างตำบลตาชี



๗. Happy Money การส่งเสริมการออมและการวางแผนในการใช้จ่าย
 ปลอดภัยมีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม ประหยัด ไม่ใช้สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่
 เท่าที่จำเป็นยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง
กิจกรรมส่งเสริมการออมเงินและการวางแผนในการใช้จ่าย อบต.ตาชี มีการสมัครเข้าร่วมสหกรณ์ออม
ทรัพย์องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น



กิจกรรมปลูกผักสวนครัวหลังสำนักงาน เพื่อลดค่าใช้จ่ายครัวเรือน



๘. Happy Family การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง
ครอบครัวดี มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลุกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิต ให้
รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดี ในสังคม (รักตนเอง รัก
ครอบครัว รักการงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)

กิจกรรมการยืนหน้าเสาธง เข้าแถวเคารพธงชาติ ร้องเพลงชาติ สวดมนต์ไหว้พระ





แผนการดำเนินงานการส่งเสริมและบริหารจัดการ
ให้เป็นองค์กรสุขภาวะ
(Happy Workplace)

องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี
ตำบลตาชี อำเภอยะหา จังหวัดยะลา

แผนการดำเนินงานให้องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี อำเภอยะหา จังหวัดยะลา
เป็นองค์การสุขภาวะ (Happy Workplace)

Happy Workplace หรือ องค์กรแห่งความสุข ก็คือกระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมาย และยุทธศาสตร์ให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง นำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน Happy Workplace จึงเป็นกระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมาย และให้ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน(การจัดการองค์กรโดยเน้น การจัดการ “คน” เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐาน แปรประกาย (Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุขอย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐานความสุขแปรประกายที่สมดุลกับชีวิต ประกอบด้วย

๑. Happy Body (การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ)

สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดีพร้อมที่จะรับมือกับ ปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

๒. Happy Heart (การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร)

น้ำใจงามมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อ ว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้

๓. Happy Society (การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร)

สังคมมีความรักสามัคคีเอื้อเพื่อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คน มีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ ผู้อาศัยมีความรับผิดชอบต่อสังคมต่อกัน พร้อมร่วมแรง ร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

๔. Happy Relax (การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย)

ผ่อนคลายรู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า การที่คนทำงานหากไม่รู้จักรงการผ่อนคลายให้กับ ตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน

๕. Happy Brain (การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ)

หาความรู้มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่าถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ

๖. Happy Soul (การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต)

ทางสงบมีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า หลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่จะช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสัจจะให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความ ศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง

๗. Happy Money (การส่งเสริมด้านการออมและการวางแผนในการใช้จ่าย)

ปลอดภัยมีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม ประหยัด ไม่ใช้สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็นยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

๘. Happy Family (การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง)

ครอบครัวดี มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลุกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิต ให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดี ในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)

แผนการดำเนินงาน ทั้ง ๘ ด้าน มีกิจกรรมหรือโครงการ ที่ส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรปกครองส่วน
ท้องถิ่นให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

ลำดับ ที่	Happy Workplace (๘ ด้าน)	รายละเอียด กิจกรรม หรือโครงการ	หมายเหตุ
๑	ด้านที่ ๑ Happy Body	-กิจกรรม ส่งเสริมการตรวจสุขภาพประจำปี ให้กับ พนักงานเพราะการมีสุขภาพกายที่ดี จะส่งผลต่อ สุขภาพจิตใจที่ดีส่งผลให้การทำงานได้อย่างมี ประสิทธิภาพ -กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	
๒	ด้านที่ ๒ Happy Heart	-กิจกรรมการประชุมประจำเดือน ปฐกษัตริ์ การ ปฏิบัติงาน การจัดกิจกรรมต่างๆ -กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมต่างๆของ อบต.ตาชี	
๓	ด้านที่ ๓ Happy Society	-กิจกรรมวันท้องถิ่นไทย -กิจกรรม ๕ ส. ต่อเนื่อง มีการแบ่งกลุ่มทีม โชน ความรับผิดชอบ ของแต่ละกอง ส่วนราชการ สร้าง ความสามัคคีสังคม สิ่งแวดล้อมที่ดี สังคม ที่ดี ร่วม แรงร่วมใจในการทำงาน ร่วมคิดร่วมสร้าง ร่วมพัฒนา ให้องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ให้มีความเข้มแข็ง น่าอยู่ อย่างยั่งยืน ต่อไป	
๔	ด้านที่ ๔ Happy Relax	-สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ ปรับปรุงสภาพแวดล้อม สถานที่ทำงานให้มีที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นสถานที่ให้ เอื้อต่อการทำงาน ทำให้การทำงานอย่างมีความสุข มีประสิทธิภาพ	
๕	ด้านที่ ๕ Happy Brain	-กิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรในองค์กรเข้าอบรม หา ความรู้	
๖	ด้านที่ ๖ Happy Soul	กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมผู้บริหาร สมาชิก สภา อบต. พนักงานส่วนตำบล พนักงานจ้าง ตำบลตาชี	
๗	ด้านที่ ๗ Happy Money	-กิจกรรมส่งเสริมการออมเงิน และการวางแผนการ ใช้จ่าย มีการสมัครเข้าร่วมสหกรณ์ออมทรัพย์องค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น -กิจกรรมปลูกผักสวนครัวหลังสำนักงาน เพื่อลด ค่าใช้จ่ายในครัวเรือน	
๘	ด้านที่ ๘ Happy Family	กิจกรรมการยื่นหน้าเสาธง เข้าแถวเคารพธงชาติ ร้อง เพลงชาติ สวดมนต์ไหว้พระ	

แผนดำเนินงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี อำเภอยะหา จังหวัดยะลา

ที่	กิจกรรม	ระยะเวลา												หมายเหตุ
		ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
๑	วางแผน เสนอขออนุมัติดำเนินกิจกรรมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) และจัดทำแผนการดำเนินงาน	↔												
๒	ดำเนินกิจกรรมตามแผนองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)	↔										↔		
	๑.กิจกรรมตรวจสอบสภาพประจำทุกปี				↔	↔							↔	
	๒. กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	↔											↔	
	๓. กิจกรรมการประชุมประจำเดือน บริกษาหาหรือการปฏิบัติงาน การจัดกิจกรรมต่างๆ	↔											↔	
	๔. กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมต่างๆ ของ อบต.ตาชี	↔					↔	↔					↔	
	๕. กิจกรรมวันท้องถิ่นไทย													
	๖. กิจกรรม ๕ ส.													
	๗. สถานที่ในการนั่งพักผ่อนหย่อนใจ	↔											↔	
	๘. กิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรในองค์กรเข้าอบรมหาความรู้	↔											↔	
	๙. กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมผู้บริหาร สมาชิกสภา อบต. พนักงานส่วนตำบล พนักงานจ้างตำบลตาชี									↔				

ที่	กิจกรรม	ระยะเวลา												หมายเหตุ
		ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
	๑๐. กิจกรรมส่งเสริมการออมเงินและการวางแผนในการใช้จ่าย ออบต.ตาชี มีการสมัครเข้าร่วมสหกรณ์ออมทรัพย์องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	➡											➡	
	๑๑. กิจกรรมปลูกผักสวนครัวหลังสำนักงาน	➡											➡	
	๑๒. กิจกรรมการเรียนรู้หน้าเสาธง เข้าแถวเคารพธงชาติร้องเพลงชาติ สวดมนต์ไหว้พระ	➡											➡	
๓	สรุปรายงานผลการดำเนินงานกิจกรรมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)												↔	



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี (สำนักปลัด โทร. ๐-๗๓๒๗-๑๑๐๕)

ที่ ยล ๗๔๐๐๑/

วันที่ ๑๑ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

เรื่อง ขออนุมัติดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

๑. เรื่องเดิม

ตามที่ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี มีอำนาจหน้าที่เกี่ยวกับ การบริหารงานบุคคล ขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ไม่ว่าจะเป็นงานบริหารงานบุคคลของพนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง ของ อบต. งานเกี่ยวกับเงินเดือน ค่าจ้าง และค่าตอบแทน งานการวิเคราะห์ การวางแผนอัตรากำลัง งานการ คัดเลือกเพื่อเลื่อนและแต่งตั้งพนักงานส่วนตำบลให้ดำรงตำแหน่งในระดับที่สูงขึ้น งานการจัดตั้งส่วนราชการ และการปรับปรุงการกำหนดตำแหน่ง งานสวัสดิการทุกประเภท งานการสรรหาเกี่ยวกับการสอบแข่งขัน สอบคัดเลือก การคัดเลือก การย้าย การโอน การรับโอน การคัดเลือกเพื่อรับโอน งานส่งเสริมสนับสนุนการเพิ่ม สมรรถภาพในการปฏิบัติงาน งานบรรจุและแต่งตั้ง งานแผนพัฒนาบุคลากร งานจัดทำควบคุม ตรวจสอบ แก้ไข บันทึกข้อมูลทะเบียนประวัติ งานการฝึกอบรม งานระบบสารสนเทศข้อมูลบุคลากรท้องถิ่นแห่งชาติ งานสนับสนุนเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมและจรรยาบรรณ และงานการประเมินผลการปฏิบัติราชการ นั้น

๒. ข้อเท็จจริง

องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี มีนโยบายเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขในที่ทำงาน มุ่งเน้นให้บุคลากรทุกคนในองค์กรมีความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดการรังสรรค์ทาง ความคิด งานที่ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน และสภาพแวดล้อม ลดความขัดแย้งในองค์กรความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคน ปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดีขึ้น

๓. ข้อเสนอแนะ/พิจารณา

เพื่อให้การบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี เป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขออนุมัติ ดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ลงชื่อ.....

(นางภัทธีวัลย์ ดำรงกุล)

ผู้ช่วยเจ้าพนักงานธุรการ

ความเห็นหัวหน้าสำนักปลัด.....

เห็นควรดำเนินการต่อไป

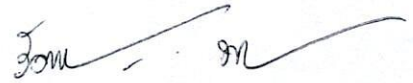
ลงชื่อ.....

(นายชินพัฒน์ พรหมวิรัตน์)

หัวหน้าสำนักปลัด

/ความเห็นปลัด...

ความเห็นปลัด อบต.....เห็นไม่ปรารถนา.....



(นางสาวรัตนพร เทพชร)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

(.....) ☒ อนุญาต ดำเนินการตามเสนอ

(.....) ☐ ไม่อนุญาต เนื่องจาก.....



(นางสาวรัตนพร เทพชร)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ปฏิบัติหน้าที่แทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

**โครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ
(Happy Workplace)**

ประเภทโครงการ



โครงการที่ริเริ่มหรือดำเนินการต่อเนื่องที่เป็นประโยชน์ต่อ อปท. และประชาชน



โครงการบูรณาการร่วมกับ อปท.หรือหน่วยงานอื่น



โครงการประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

๑. ชื่อหน่วยงาน องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

๒. ชื่อโครงการ/กิจกรรม

โครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

๓. หลักการและเหตุผล

ทรัพยากรบุคคลเป็นส่วนสำคัญที่จะขับเคลื่อนให้การปฏิบัติราชการ เกิดประสิทธิภาพ ประสิทธิผล จากพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ.๒๕๕๑ มาตรา ๗๒ ได้กำหนดให้ส่วนราชการมีหน้าที่ ดำเนินการเพิ่มพูนประสิทธิภาพ และเสริมสร้างแรงจูงใจแก่ข้าราชการพลเรือนสามัญ เพื่อให้ข้าราชการพล เรือนสามัญมีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรมมีขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติราชการ และมีคุณภาพชีวิตในการ ทำงาน คุณภาพชีวิตในการทำงานเป็นสิ่งที่ทุกประเทศล้วนให้ความสำคัญ เพราะคุณภาพชีวิตในการทำงานนั้น จะส่งผลต่อองค์กร คือ ช่วยเพิ่มผลผลิตขององค์กร ช่วยเพิ่มพูนขวัญกำลังใจของผู้ปฏิบัติงานตลอดจนเป็น แรงจูงใจในการทำงาน และช่วยปรับปรุงศักยภาพของผู้ปฏิบัติงาน สุขภาพและสุขภาพใจ ของคนในองค์กร เป็นปัจจัยสำคัญ ที่จะทำให้การทำงานและขับเคลื่อนองค์กรเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ ในขณะเดียวกันก็ สามารถทำงานอย่างมีความสุข ไม่เกิดความเครียด และปัญหาสุขภาพ

องค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) เป็นแนวคิดหลักที่มุ่งการดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมายหลักคือ “คนทำงาน ในองค์กร” ที่ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหารองค์กร มุ่งเน้นให้บุคลากรทุกคนในองค์กร มีความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดกระบวนการทางความคิด ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายมี ประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน สภาพแวดล้อม รวมทั้งลดความขัดแย้งภายในองค์กร ความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ ดีขึ้น โดยใช้ความสุขพื้นฐาน ๘ ประการ (Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุขแปดประการที่ สมดุลกับชีวิต ประกอบด้วย

๑. Happy Body (การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ) สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมี ความเชื่อว่าถ้ามนุษย์ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดีพร้อมที่จะรับมือกับ ปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็น อย่างดี

๒. Happy Heart (การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร) นำใจงามมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อ ว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้

๓. Happy Society (การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร) สังคมดีมีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คน มีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ ผู้อาศัยมีความรับ ความปรองดองสามัคคีต่อกัน พร้อมร่วมแรง ร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

๔. Happy Relax (การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย) ผ่อนคลายรู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า การที่คนทำงานหากไม่รู้จักรักการผ่อนคลายให้กับ ตนเอง จะทำให้ร่างกาย และจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน

๕. Happy Brain (การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ) หากความรู้มีการศึกษา หากความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่าถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้ และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ

๖. Happy Soul (การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต) ทางสงบมีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่า หลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่จะช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความ ศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง

๗. Happy Money (การส่งเสริมด้านการออมและการวางแผนในการใช้จ่าย) ปลอดภัยมีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยยัดออม ประหยัด ไม่ใช้สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็นยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

๘. Happy Family (การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง) ครอบครัวดี มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลุกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิต ให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดี ในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)

ดังนั้น องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้เล็งเห็นความสำคัญ ของสุขภาพกาย และสุขภาพใจ ที่จะส่งผลสู่ประสิทธิภาพการทำงานขององค์กร จึงได้จัดทำกิจกรรมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) เพื่อให้บุคลากรในองค์กรได้เรียนรู้วิธีการดูแลสุขภาพ สุขภาพใจ ของตนเอง รวมถึงการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกันของคนในองค์กร

๔. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพ ให้แก่บุคลากร
๒. เพื่อกระตุ้นให้บุคลากร หันมาดูแลสุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้น
๓. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของบุคลากรในองค์กร
๔. เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี และสร้างความสุขในการทำงานในองค์กร

๕. กลุ่มเป้าหมาย

คณะผู้บริหาร /สมาชิกสภา /พนักงานส่วนตำบล /พนักงานจ้าง และลูกจ้างขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

๖. วิธีการดำเนินงาน

๑. วางแผน เสนอขออนุมัติดำเนินกิจกรรมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) จัดทำคำสั่งแต่งตั้ง คณะทำงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) และจัดทำแผนการดำเนินงาน

๒. ดำเนินกิจกรรมตามแผนองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

๒.๑. กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี

๒.๒ กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

๒.๓. กิจกรรมการประชุมประจำเดือน ปฐกษัตริ์ การปฏิบัติงาน การจัดกิจกรรมต่างๆ

๒.๔. กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมต่างๆ ของ อบต.ตาชี

๒.๕. กิจกรรมวันท้องถิ่นไทย

๒.๖. กิจกรรม ๕ ส.

๒.๗. สถานที่ในการนั่งพักผ่อนหย่อนใจ

๒.๘. กิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรในองค์กรเข้าอบรม หาความรู้

๒.๙. กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมผู้บริหาร สมาชิกสภา อบต.พนักงานส่วนตำบล พนักงานจ้างตำบลตาชี

๒.๑๐. กิจกรรมส่งเสริมการออมเงินและการวางแผนในการใช้จ่าย อบต.ตาชี มีการสมัครเข้าร่วมสหกรณ์ออมทรัพย์องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

๒.๑๑. กิจกรรมปลูกผักสวนครัวหลังสำนักงาน

๒.๑๒. กิจกรรมการยืนหน้าเสาธง เข้าแถวเคารพธงชาติ ร้องเพลงชาติ สวดมนต์ไหว้พระ

๓. สรุปรายงานผลการดำเนินกิจกรรมองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)

๗. ระยะเวลาการดำเนินการ

เดือนตุลาคม ๒๕๖๕ ถึง เดือนกันยายน ๒๕๖๖

๘. สถานที่ดำเนินการ

องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ตำบลตาชี อำเภอยะหา จังหวัดยะลา

๙. งบประมาณ

ไม่มี

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. บุคลากรมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแล รักษาสุขภาพของตนเองโดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการรับประทานอาหาร

๒. บุคลากรมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

๓. บุคลากรในหน่วยงานมีสุขภาพร่างกายและสุขภาพจิตดีขึ้นทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น

๔. มีความสามัคคีของบุคลากรในหน่วยงานและมีความสุขในการทำงาน

๑๑. ผู้รับผิดชอบกิจกรรม

เจ้าหน้าที่ องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ตำบลตาชี อำเภอยะหา จังหวัดยะลา

ลงชื่อ.....ผู้เสนอกิจกรรม

(นางภัทริวัลย์ คำรงกุล)

ผู้ช่วยเจ้าพนักงานธุรการ

ความคิดเห็น...

ความคิดเห็นของผู้เห็นชอบโครงการ

☒ อนุมัติ

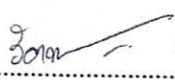
☐ ไม่อนุมัติ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายชินพัฒนา พรหมวิรัตน์)
หัวหน้าสำนักปลัด

ความคิดเห็นของผู้เห็นชอบโครงการ

☒ อนุมัติ

☐ ไม่อนุมัติ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวรัตนพร เทพชร)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

ความคิดเห็นของผู้อนุมัติโครงการ

☒ อนุมัติ

☐ ไม่อนุมัติ

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นายสุรียนทร์ ศรีสุข)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี (สำนักปลัด โทร. ๐-๗๓๒๗-๑๑๐๕)

ที่ ยล ๗๔๐๐๑/

วันที่ ๑๑ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

เรื่อง ขออนุญาตแต่งตั้งคณะกรรมการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

๑. เรื่องเดิม

ตามที่ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี มีนโยบายเสริมสร้างคุณภาพชีวิตและความสุขในที่ทำงานมุ่งเน้นให้บุคลากรทุกคนในองค์กรมีความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดการรังสรรค์ทางความคิด งานที่ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน และสภาพแวดล้อมลดความขัดแย้งในองค์กรความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดีขึ้น

๒. ข้อเท็จจริง

องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้ขออนุมัติดำเนินการโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ เพื่อสร้างองค์กรที่มีสภาพแวดล้อมที่ดีในที่ทำงาน ก่อให้เกิดความสุขกาย สุขใจในที่ทำงานและวัฒนธรรมที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยง และสร้างปัจจัยเสริมด้านสุขภาพให้แก่บุคลากร โดยใช้ สูตรสร้างองค์กรสุขภาวะ (๘ Happy) ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักสนับสนุนภาวะองค์กร (สสส.) ซึ่งประกอบด้วย

๑. กายและใจดี (Happy Body)
๒. ความมีน้ำใจ (Happy Heart)
๓. การผ่อนคลาย (Happy Relax)
๔. พัฒนาความรู้ (Happy Brain)
๕. บริหารจัดการรายรับรายจ่าย (Happy Money)
๖. สุขภาวะทางปัญญา (Happy Soul)
๗. ครอบครัวมีสุข (Happy Family)
๘. สังคมดี (Happy Society)

๓. ข้อเสนอแนะ/พิจารณา

เพื่อให้การบริหารงานขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี เป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขออนุญาตดำเนินแต่งตั้งคณะกรรมการโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ ขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี โดยประกอบด้วยคณะกรรมการ ดังนี้

- | | |
|----------------------------------|---------------|
| ๑. ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี | ประธานกรรมการ |
| ๒. หัวหน้าสำนักปลัด | กรรมการ |
| ๓. ผู้อำนวยการกองคลัง | กรรมการ |
| ๔. ผู้อำนวยการกองช่าง | กรรมการ |
| ๕. นักพัฒนาชุมชน | กรรมการ |
| ๖. นักทรัพยากรบุคคล | เลขานุการ |

/จึงเรียนมา...

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ลงชื่อ.....

(นางภัทริวัลย์ ดำรงกุล)
ผู้ช่วยเจ้าพนักงานธุรการ

ความเห็นหัวหน้าสำนักงานปลัด.....

ลงชื่อ.....

(นายชินวัฒน์ พรหมวิรัตน์)
หัวหน้าสำนักงานปลัด

ความเห็นปลัด อบต.....

(นางสาวรัตนพร เทพธร)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

(.....) อนุญาต ดำเนินการตามเสนอ

(.....) ไม่อนุญาต เนื่องจาก.....

(นางสาวรัตนพร เทพธร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ปฏิบัติหน้าที่แทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี



คำสั่งองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี

ที่ ๗๑๖ /๒๕๖๕

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ
(Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

ตามที่ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ได้ขออนุมัติดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ เพื่อสร้างองค์กรที่มีสภาพแวดล้อมที่ดีในที่ทำงาน ก่อให้เกิดความสุขกาย สุขใจในที่ทำงานและวัฒนธรรมที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยง และสร้างปัจจัยเสริมด้านสุขภาพให้แก่บุคลากร โดยใช้ สูตรสร้างองค์กรสุขภาวะ (๘ Happy) ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักสนับสนุนภาวะองค์กร (สสส.) นั้น

ในการนี้ เพื่อให้การดำเนินการด้านงานบริหารงานบุคคลขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชีเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขออนุญาตดำเนินแต่งตั้งคณะกรรมการโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ โดยประกอบด้วยคณะกรรมการ ดังนี้

- | | |
|----------------------------------|---------------|
| ๑. ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี | ประธานกรรมการ |
| ๒. หัวหน้าสำนักปลัด | กรรมการ |
| ๓. ผู้อำนวยการกองคลัง | กรรมการ |
| ๔. ผู้อำนวยการกองช่าง | กรรมการ |
| ๕. นักพัฒนาชุมชน | กรรมการ |
| ๖. นักทรัพยากรบุคคล | เลขานุการ |

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๑๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕



(นางสาวรัตนพร เทพชร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ปฏิบัติหน้าที่แทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี



ประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี
เรื่อง นโยบายตามโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

โดยองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี อำเภอยะหา จังหวัดยะลา มีเจตจำนงให้ผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง มีส่วนร่วมในการดำเนินโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) เพื่อมุ่งเน้นให้เกิดสภาพการทำงานที่ดี มีความรักในงานที่ปฏิบัติ มีความผูกพันที่ดีต่อองค์กร ตลอดจนมีส่วนร่วมในการช่วยกันแก้ปัญหาต่างๆ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานให้มากยิ่งขึ้น จึงเห็นสมควรกำหนดเป็นนโยบายสู่การปฏิบัติในทุกหน่วยงาน ดังนี้

๑. องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี มีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง ได้เรียนรู้และตระหนักถึงความสำคัญในการนำแนวคิดเรื่ององค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) และการจัดโครงการส่งเสริมและการสร้างความสุขให้กับองค์กรมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาระบบงานที่รับผิดชอบให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอย่างต่อเนื่องและจริงจังเพื่อให้องค์การบริหารส่วนตำบลตาชีเป็นองค์กรที่บุคลากรทุกระดับมีความสุขครบทั้ง ๘ ประการ ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงานสนับสนุนสุขภาวะองค์กร (สสส.) ได้กำหนด ซึ่งประกอบด้วย

- ๑.๑ กายและใจดี (Happy Body)
- ๑.๒ ความมีน้ำใจ (Happy Heart)
- ๑.๓ การผ่อนคลาย (Happy Relax)
- ๑.๔ พัฒนาความรู้ (Happy Brain)
- ๑.๕ บริหารจัดการรายรับรายจ่าย (Happy Money)
- ๑.๖ สุขภาวะทางปัญญา (Happy Soul)
- ๑.๗ ครอบครัวมีสุข (Happy Family)
- ๑.๘ สังคมดี (Happy Society)

๒. จัดตั้งคณะทำงานโครงการส่งเสริมและบริหารจัดการให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ขององค์การบริหารส่วนตำบลตาชี เพื่อรับผิดชอบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาวะควบคู่กับการพัฒนาผลิตภาพ (Productivity) และเสริมสร้างความพึงพอใจและแรงจูงใจของบุคลากรในการปฏิบัติงานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงาน

จึงประกาศมาเพื่อทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ ๑๑ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

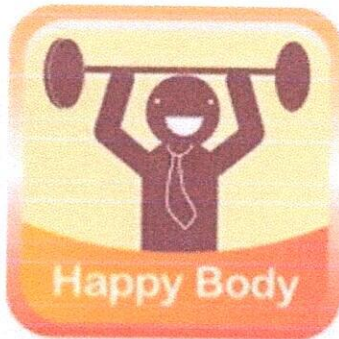
(นางสาวรัตนพร เทพพร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี ปฏิบัติหน้าที่แทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลตาชี



HAPPY WORKPLACE

องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี



Happy Body (สุขภาพดี)

มีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมทั้งจะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี



Happy Heart (น้ำใจงาม)

มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้



Happy Relax (ผ่อนคลาย)

รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าการที่คนทำงาน หากไม่รู้จักรักษาการผ่อนคลายให้กับตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าตาที่การทำงาน



Happy Brain (หาความรู้)

มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงานเพราะเชื่อว่า ถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดัน ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ



HAPPY WORKPLACE

องค์การบริหารส่วนตำบลตาชี



Happy Money (ปลอดหนี้)

มีเงิน รู้จักเก็บรู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม ประหยัด รู้จักวิธีใช้เงิน ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็น ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



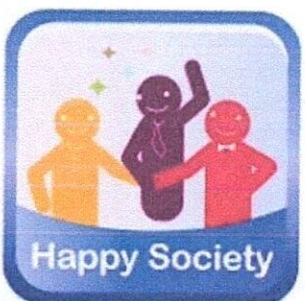
Happy Soul (ทางสงบ)

มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนา เป็นสิ่งที่จะช่วยการดำเนินชีวิตของทุกคนให้ดำเนินไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามาได้ ยึดหลักสัจจะสุจริตให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง



Happy Family (ครอบครัวดี)

มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิต ให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดี ในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการทำงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)



Happy Society (สังคมดี)

มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงาน และพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัย มีความรัก ความปรองดอง สามัคคีต่อกัน ร่วมมือร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชน ให้มีชีวิตการเป็นอยู่ที่ดีขึ้น