



แผนปฏิบัติการส่งเสริมคุณธรรมของชมรมจริยธรรมของหน่วยงานในสังกัดสำนักงาน  
ปลัดกระทรวงสาธารณสุข ราชการบริหารส่วนภูมิภาค  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓

ชื่อชมรม ชมรมจริยธรรม โรงพยาบาลกำแพงเพชร หน่วยงาน .....โรงพยาบาลกำแพงเพชร.....  
สถานที่ตั้ง ๕๒๘ ถนนราชดำเนิน ๑ ตำบลในเมือง อำเภอเมืองกำแพงเพชร จังหวัดกำแพงเพชร ๖๒๐๐๐  
ชื่อผู้ประสานงาน นายสุรศักดิ์ ในเนียม โทรศัพท์ ๐๕๕-๐๒๒๐๒๐.....

จำนวนบุคลากร.....๑,๒๒๒.....คน

จำนวนกลุ่มเป้าหมาย.....๖๒๐.....คน

จำนวนกิจกรรมที่จะดำเนินการในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ ทั้งสิ้น.....๒๑.....กิจกรรม

จำนวนงบประมาณที่จะใช้ดำเนินการในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓.....รวม.....๕๐,๐๐๐.....บาท

- จากงบประมาณปกติของหน่วยงานรวมทุกโครงการ จำนวน.....๕๐,๐๐๐.....บาท
- จากงบประมาณอื่นๆรวมทุกโครงการ จำนวน.....-.....บาท

เป้าหมายในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓

- บุคลากรและจิตอาสา โรงพยาบาลกำแพงเพชร
- รณรงค์เผยแพร่/จัดกิจกรรม/เทิดทูนชาติสถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์
- โครงการสร้างสุขด้วยสติในองค์กร

ระยะเวลาที่ดำเนินการ.....๑๒.....เดือน

ผลที่คาดว่าจะได้รับการดำเนินการในกิจกรรมต่างๆ ตามแผนปฏิบัติการ

- บุคลากรใหม่ที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับความรู้ ด้านกฎหมายและวิธีปฏิบัติงานให้มีคุณภาพ

คุณธรรม

• ผู้บริหารทุกระดับ มีความรู้ความได้รับความรู้ จรรยาข้าราชการ คุณธรรม วินัย พอเพียง  
สุจริต จิตอาสา และค่านิยม MOPH ที่จะนำไปถ่ายทอดแก่บุคลากรในหน่วยงาน ให้มีความรู้ และนำไป  
ประยุกต์ใช้ในชีวิตและการปฏิบัติงาน

- ผู้รับผิดชอบงาน/ผู้เกี่ยวข้อง ได้พัฒนาศักยภาพ ในการทำงาน
- บุคลากรของโรงพยาบาล ได้แสดงออกถึงความจงรักภักดีต่อสถาบันชาติ ศาสนา และ  
พระมหากษัตริย์ และได้น้อมนำหลักธรรมคำสอนทางศาสนา
- ทุกหน่วยงานของรพ.เครื่องมือพัฒนาจิต ที่เป็นวิถีสององค์กร ที่ยั่งยืน
- บุคลากรได้มีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ดำรงตนตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มี  
ส่วนร่วมบำเพ็ญสาธารณสุขประโยชน์
- บุคลากรมีกิจกรรมเร่งสร้างสิ่งใหม่ ใส่ใจเรียน เพื่อใช้ทรัพยากรที่คุ้มค่า ประหยัดค่าใช้จ่าย  
และลดต้นทุน

- ผู้บริหาร/ผู้รับผิดชอบ/ผู้เกี่ยวข้อง ได้เข้าถึงฟังได้ใส่ใจบริการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า ยึดศูนย์กลางในการทำงานเพื่อประโยชน์แก่ประชาชน และขยายเครือข่ายเพิ่มแกนนำและฝึกสมาธิสร้างสุขด้วยสติในองค์กร (MIO) ,สมาธิบำบัด ในระบบสุขภาพ สู่ระดับชุมชน และเครือข่าย CUP ของโรงพยาบาลกำแพงเพชร

รายละเอียดของกิจกรรมที่จะดำเนินการปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ (ตามบัญชีแนบท้าย)

ลงชื่อ.....ผู้เสนอแผน  
(นายสุรศักดิ์ ไบเนียม)

เลขานุการชมรมจริยธรรม  
วันที่.....เดือน 12 พ.ย. 2562 พ.ศ.....

ลงชื่อ.....ประธานชมรม  
(นายณัฐพล นवलสาตี)

ประธานชมรมจริยธรรม  
วันที่.....เดือน 12 พ.ย. 2562 พ.ศ.....

แผนการดำเนินงานของชมรมจริยธรรม โรงพยาบาลกำแพงเพชร ในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ราชการบริหารส่วนภูมิภาค)

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๓

| แผนการดำเนินงาน/<br>กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของ<br>กิจกรรม  | ผู้รับผิดชอบ                                     | เป้าหมาย   |   | งบประมาณ<br>ที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓       |                          |                           | หมายเหตุ |
|---|---|--|--|---|--------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------------|----------|
|   |   |  | เชิงปริมาณ                                       | เชิงคุณภาพ  |                    | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.-<br>ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มิ.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) |          |
| 1. กิจกรรมให้ความรู้ด้านคุณธรรม<br>จริยธรรมแก่บุคลากรที่บรรจุ หรือเข้ามา<br>ปฏิบัติงานใหม่  | บุคลากรใหม่ มีเจตคติ<br>ที่ดีต่อองค์กร มี<br>ความรู้ ความเข้าใจ<br>กฎ ระเบียบ วินัยใน<br>การปฏิบัติงาน<br>สามารถปฏิบัติงานได้<br>อย่างถูกต้อง   | คณะกรรมการ<br>พัฒนาบุคลากร/<br>ชมรมจริยธรรม      | 80% บุคลากร<br>ประจำการใหม่<br>ผ่านการอบรม       | บุคลากรใหม่ที่<br>เข้าร่วมกิจกรรม<br>ได้รับความรู้<br>ด้านกฎหมาย<br>และวิธี<br>ปฏิบัติงานให้มี<br>คุณภาพ คู่<br>คุณธรรม | -                  | ←                          |                          | →                         |          |
| 2. กิจกรรมสร้างจิตสำนึกต่อสถาบันชาติ<br>ศาสนา และพระมหากษัตริย์   | ปลูกจิตสำนึกให้มี<br>ความจงรักภักดี และ<br>นำหลักธรรมคำสอน<br>ไปปรับใช้ในชีวิต  | กลุ่มบริหารทั่วไป/<br>ชมรมจริยธรรม               | -ร้อยละของ<br>จำนวนงานที่<br>เข้าร่วมครบ<br>100% | -   | -                  | ←                          |                          | →                         |          |
| 3. เสนอชื่อบุคลากรเพื่อรับการคัดเลือก<br>เข้ารับรางวัลด้านคุณธรรมจริยธรรมใน<br>โครงการที่จังหวัด หรือกระทรวง<br>สาธารณสุขจัด เช่น<br>- รางวัลข้าราชการพลเรือนดีเด่น<br>- รางวัลคนดีศรีสาธารณสุข<br>- รางวัลประกวดเรื่องเล่า | คัดเลือกบุคลากรที่มี<br>ความประพฤติ<br>เหมาะสม ที่เป็น<br>แบบอย่างและเป็น<br>ชื่นชมในหน่วยงาน<br>ภายใต้ให้ได้รับคำ<br>ชมเชยหรือเกียรติบัตร<br>หรือรางวัลเชิดชูจาก<br>ภายในและภายนอก<br>องค์กร | กลุ่มภารกิจ พรส.<br>และกลุ่มงาน<br>ทรัพยากรบุคคล | -  | -   | -                  |                            | ←                        | →                         |          |

| แผนการดำเนินงาน/<br>กิจกรรม  | วัตถุประสงค์ของ<br>กิจกรรม   | ผู้รับผิดชอบ                                    | เป้าหมาย   |   | งบประมาณ<br>ที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓      |                         |                          |                        | หมายเหตุ |
|--|--|---|--|---|--------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|------------------------|----------|
|  |  |   | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ  |                    | ไตรมาส<br>(ต.ค.-<br>ธ.ค.) | ไตรมาส<br>(ม.ค.- มี.ค.) | ไตรมาส<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |
| 4. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการสร้างสุขด้วย<br>สติในองค์กร (Mindfulness In<br>Organizations:MIO) สำหรับบุคลากร<br>ใหม่  | พัฒนาบุคลากรใหม่<br>มีความรู้ด้านการพัฒนา<br>จิตด้วยโปรแกรมสร้าง<br>สุขด้วยสติในองค์กร<br>ใหม่การพัฒนาจิตเป็น<br>วิถีและวัฒนธรรม<br>องค์กร | คณะกรรมการชมรม<br>จริยธรรมและ<br>คณะกรรมการ SHA | ร้อยละ 90<br>ของบุคลากร<br>ใหม่ได้ผ่าน<br>การอบรม<br>MIO | ทุกหน่วยงาน<br>ของรพ.<br>เครื่องมือ<br>พัฒนาจิต ที่<br>เป็นนวัตกรรม<br>ที่ยั่งยืน | 50,000             | ←                         |                         |                          | →                      |          |
| 4.1 ประกาศนโยบาย ใช้โปรแกรม MIO<br>1) ใช้ระฆังสติ/ติดสติลักษณะเดือน สติ<br>ไว้ตามจุดต่าง ๆ<br>2) เสียตามสาย<br>3) ทำสมาธิก่อนเริ่มงาน หลังเลิกงาน<br>4) ใช้สติสนทนา<br>5) ประชุมบ่อย ๆ ใช้เวลาสั้น ๆ และ<br>ทำสมาธิก่อนและหลังการประชุมทุก<br>ระดับให้สม่ำเสมอ<br>6) คัดหน่วยงานนำร่อง<br>MIO ไปใช้เต็มรูปแบบ<br>7) เยี่ยมเสริมพลัง หน่วยงานนำร่อง<br>8) รมณรงค์การใช้MIOอย่างต่อเนื่อง<br>9) จัดเวทีแลกเปลี่ยน เรียนรู้<br>ประสบการณ์ สติ Story ร่วมกับศูนย์<br>คุณภาพ<br>10) ประเมินผลและวางแผนปีต่อไป | คณะกรรมการ MIO   |   |  |   |                    | ←                         |                         |                          | →                      |          |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม  | ผู้รับผิดชอบ                                 | เป้าหมาย   |  | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓    |                          |                           |                         | หมายเหตุ |
|---|---|--|--|--|----------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|
|   |   |  | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ   |                | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.- ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มิ.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |
| 5.ส่งเสริมกิจกรรมที่ดำรงตนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ให้บุคลากรและจิตอาสา มีส่วนร่วมและบำเพ็ญสาธารณประโยชน์ ดังนี้ | -เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรหมั่นฝึกฝนตนเองให้มีความมั่นใจในความสามารถ ถูกต้องพอประมาณ ไม่โลกไม่เบียดเบียนผู้อื่น สังคมและสิ่งแวดล้อม   | -หัวหน้าหน่วยงาน<br>-คณะกรรมการชมรมจริยธรรม  | -ตามจำนวนของบุคลากรที่ส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรม | -ทุกหน่วยงานของรพ.เพื่อนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน รู้จักเป็นผู้ให้  | -              | ←                       |                          |                           | →                       |          |
| 5.1 โครงการหมวกหัวใจ ใส่ใจความรู้สึก  | -เพื่อให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีรายได้น้อยที่ต้องจ่ายรังสีรักษาด้วยเคมีบำบัด<br>-ผู้ป่วยเด็ก พระภิกษุสงฆ์ และแม่ชีที่อยู่ทางไกล มีอากาศหนาว | -กลุ่มงานห้องคลอด<br>-คณะกรรมการชมรมจริยธรรม | -ตามจำนวนของบุคลากรที่ส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรม | -บุคลากรมีส่วนร่วมในการให้ช่วยเหลือผู้ป่วยโรคมะเร็งที่มีรายได้น้อยที่ต้องจ่ายรังสีรักษาด้วยเคมีบำบัด<br>-ผู้ป่วยเด็ก พระภิกษุสงฆ์ และแม่ชีที่อยู่ทางไกล มี | -              | ←                       |                          |                           | →                       |          |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม         | วัตถุประสงค์<br>ของกิจกรรม   | ผู้รับผิดชอบ   | เป้าหมาย  |  | งบประมาณ<br>ที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓    |                          |                           |                         | หมายเหตุ |
|---------------------------------|--|--|---|--|--------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|
|                                 |  |  | เชิงปริมาณ  | เชิงคุณภาพ   |                    | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.- ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มี.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |
| 5.2 โครงการแพมเพิสกรุกดล        | -เพื่อให้บุคลากรมี<br>ส่วนร่วมและ<br>จัดทำอมสินรับ<br>บริจาคตามกำลัง<br>ทรัพย์ และนำเงิน<br>ไปซื้อแพมเพิส<br>หรือผ้าอ้อม<br>สำเร็จรูปให้แก่<br>ผู้ป่วยที่รับการ<br>ผ่าตัด และผู้ป่วยที่<br>มีฐานะยากจน<br>หรือผู้ป่วยเรื้อรัง<br>และผู้ป่วยไม่มี<br>ญาติ | -กลุ่มงานห้อง<br>ผ่าตัด<br>-คณะกรรมการ<br>ชมรมจริยธรรม | -ตามจำนวน<br>บุคลากรที่<br>ส่วนร่วมใน<br>การเข้าร่วม<br>กิจกรรม | -บุคลากรมี<br>ส่วนร่วมใน<br>การให้ความ<br>ช่วยเหลือ<br>ให้กับผู้ป่วย<br>แบ่งปัน และ<br>รู้จักเก็บออม<br>ไม่เบียดเบียน<br>ผู้อื่น และมอบ<br>ให้ด้วยจิตใจเอื้อ<br>อาทร | -                  | ←                       |                          |                           | →                       |          |
| 5.3 โครงการสวดภาตกายสบายกระเป่า | -เพื่อให้บุคลากรมี<br>ส่วนร่วมในการให้<br>ความช่วยเหลือ<br>ผู้ป่วยและญาติ<br>สำหรับผู้ป่วยที่<br>ไม่ได้มาของใจ<br>จำเป็นส่วนตัวมา<br>เช่น สบู่ แชมพู<br>แปรงสีฟัน ยาสี<br>ฟัน<br>-เพื่อให้ผู้ป่วยและ<br>ญาติลดค่าใช้จ่าย                                 | -กลุ่มงาน<br>สูตินรีเวช<br>-คณะกรรมการ<br>ชมรมจริยธรรม | -ตามจำนวน<br>บุคลากรที่<br>ส่วนร่วมใน<br>เข้าร่วม<br>กิจกรรม    | -บุคลากรได้<br>นำของที่ไม่ได้<br>ใช้ที่อบรมพัก<br>ค้างโรงแรม<br>เก็บและนำมา<br>บริจาคเพื่อ<br>แจกแก่ผู้ป่วย<br>ที่นอนรักษาใน<br>โรงพยาบาล                            | -                  | ←                       |                          |                           | →                       |          |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม  | วัตถุประสงค์<br>ของกิจกรรม   | ผู้รับผิดชอบ                                 | เป้าหมาย  |  | งบประมาณ<br>ที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓    |                          |                           |                         | หมายเหตุ |
|--|--|--|---|--|--------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|
|  |  |  | เชิงปริมาณ  | เชิงคุณภาพ   |                    | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.- ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มิ.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |
| 6. ส่งเสริมกิจกรรมรณรงค์สร้างสิ่งใหม่ ใส่ใจเรียนรู้<br>โดยนำวัสดุครุภัณฑ์ชำรุดมาดัดแปลงและ<br>ประยุกต์ใช้ในการลดต้นทุน ประหยัด<br>ค่าใช้จ่าย ดังนี้<br>6.1 โครงการติดตั้งอุปกรณ์ใส่ขวดน้ำยาล้างมือ<br>โดยใช้วัสดุครุภัณฑ์ชำรุด | -เพื่อลดต้นทุน<br>และค่าใช้จ่าย<br>ประหยัดสะดวก<br>ต่อการใช้งานโดย<br>ไม่ต้องเปลี่ยนแปลง   | -กลุ่มงาน<br>วิศวกรรมและ<br>โครงสร้างพื้นฐาน | -ตามจำนวน<br>ที่ตั้ง<br>อุปกรณ์ใส่<br>ขวดน้ำยา<br>ล้างมือ<br>ประดิษฐ์เอง  | -ลดต้นทุนและ<br>ค่าอุปกรณ์และ<br>ประหยัด<br>เนื่องจากนำวัสดุ<br>และครุภัณฑ์ที่<br>ชำรุดนำมา<br>ประดิษฐ์และ<br>นำมาประยุกต์<br>และให้บริการ<br>แก่เจ้าหน้าที่<br>ผู้ป่วยและญาติ | -                  |                         |                          |                           |                         |          |
| 6.2 โครงการรณรงค์ใส่ถุงมือเชื้อโรค คือมาในใส่<br>ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ นำมาใช้กับคนไข้<br>ที่ติดเชื้อดื้อยาแรง เชื้อ MBR   | -เพื่อลดต้นทุน<br>และป้องกันการ<br>สัมผัสผู้ป่วยและ<br>สิ่งแวดล้อม<br>รอบตัวผู้ป่วย<br>จำกัดคนเข้าเยี่ยม<br>ผู้ป่วยได้และลด<br>การแพร่กระจาย<br>เชื้อดื้อยาไปสู่เตียง<br>ข้างเคียง | -กลุ่มงานผู้ป่วย<br>อายุรกรรม                | -ร้อยละ 80<br>ของความพึง<br>พอใจต่อ<br>ผู้รับบริการ<br>ผู้ป่วย/ญาติ<br>ร้อยละ 80<br>ของความพึง<br>พอใจใน<br>หน่วยงาน<br>หรือภายใน<br>องค์กร | -ลดต้นทุนและ<br>ประหยัดป้องกัน<br>การแพร่กระจาย<br>เชื้อดื้อยาไปสู่<br>เตียงของเตียง<br>-ลดจำนวนญาติ<br>ผู้ป่วยเข้าสัมผัส<br>กับผู้ป่วยที่ติด<br>เชื้อดื้อยา                   | -                  |                         |                          |                           |                         |          |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม  | ผู้รับผิดชอบ                                     | เป้าหมาย   |  | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓   |                         |                          |                        | หมายเหตุ |
|---|---|--|--|--|----------------|------------------------|-------------------------|--------------------------|------------------------|----------|
|   |   |  | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ   |                | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.-ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.-มี.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.-มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.-ก.ย.) |          |
| 6.3 โครงการไฟฟ้าขนส่งอุปกรณ์การแพทย์<br>(เปลี่ยนจากเดินขึ้นเป็นนั่งขับ) | -เพื่อลดต้นทุนและ<br>ค่าใช้จ่ายประหยัด<br>สะดวกต่อการใช้<br>งานลดแรงผลักดัน<br>ทำให้เกิดความ<br>เหนียวแน่น<br>ผู้ปฏิบัติงานที่บรรจุ<br>นำหนักของอุปกรณ์<br>การแพทย์เฉลี่ยเกิน<br>300 กก.ในการใช้<br>รถขนส่งอุปกรณ์<br>การแพทย์ของ<br>หน่วยงานจ่ายกลาง<br>และหน่วยงานอื่นๆ | -กลุ่มงาน<br>วิศวกรรมและ<br>โครงสร้าง<br>พื้นฐาน | -ร้อยละ 80<br>ของความพึง<br>พอใจของ<br>ผู้ใช้บริการ<br>ของ<br>ผู้ปฏิบัติงาน<br>ในหน่วยงาน<br>ต่างๆ | -ลดต้นทุนและ<br>ค่าอุปกรณ์และ<br>ประหยัดสะดวก<br>และรวดเร็วใน<br>การขนส่ง<br>อุปกรณ์<br>การแพทย์ให้กับ<br>หน่วยต่างๆ | -              | ←                      |                         |                          | →                      |          |



| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์<br>ของกิจกรรม   | ผู้รับผิดชอบ  | เป้าหมาย  |  | งบประมาณ<br>ที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓    |                          |                           |                         | หมายเหตุ |
|---|--|---|---|--|--------------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|
|   |  |   | เชิงปริมาณ  | เชิงคุณภาพ   |                    | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.- ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มี.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |
| <p>7. ส่งเสริมกิจกรรมเข้าถึง ฟังได้ใส่ใจบริการ<br/>ใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า ยึดศูนย์กลางในการ<br/>ทำงานเพื่อประโยชน์แก่ประชาชน ดังนี้</p> <p>7.1 กิจกรรมและขยายเครือข่ายเพิ่มแกนนำ<br/>และฝึกสมาธิสร้างสุขด้วยสติในองค์กร (MIO)<br/>สู่ระดับชุมชน เครือข่าย CUP ของ<br/>โรงพยาบาล จำนวน 27 ชุมชน</p> | <p>-เพื่อให้ประชาชน<br/>ทั่วไปในชุมชนมี<br/>ความรู้ด้านการ<br/>พัฒนาจิตด้วย<br/>โปรแกรมสร้างสุข<br/>ด้วยสติในองค์กร<br/>ให้มีการพัฒนาจิต<br/>เป็นวิถีและ<br/>วัฒนธรรมองค์กร<br/>-เพื่อให้เกิดความ<br/>รัก และเอื้ออาทร<br/>ในชุมชน<br/>-เพื่อส่งเสริมด้าน<br/>คุณธรรม<br/>จริยธรรม<br/>-เพื่อเพิ่มแกนนำ<br/>ระดับชุมชน</p> | <p>-กลุ่มงานเวชกรรม<br/>สังคม<br/>-ชมรมจริยธรรม</p> | <p>-ตามจำนวน<br/>ประชาชนที่<br/>มีส่วนร่วมใน<br/>เข้าร่วม<br/>กิจกรรม</p> | <p>-เพื่อฝึกสมาธิ<br/>บำบัดและการ<br/>สร้างสุขด้วย<br/>สติในการดูแล<br/>สุขภาพ<br/>สามารถนำไป<br/>ปรับใช้และ<br/>สามารถ<br/>พึ่งตนเองได้</p> | -                  |                         |                          |                           |                         |          |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม   | ผู้รับผิดชอบ                           | เป้าหมาย   |   | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓    |                          |                           |                         | หมายเหตุ |  |
|---|--|--|--|---|----------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|--|
|   |  |  | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ  |                | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.- ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มิ.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |  |
| 7.2 กิจกรรมโยคะ สมถิบำบัด ในระบบสุขภาพ ในโรงพยาบาล, เครือข่าย CUP และชุมชน โดยการจัดกิจกรรมทำสมาธิแบบ SKT สามารถทำควบคู่ไปกับการรักษาโรคได้ทุกรูปแบบ และทดสอบแล้วไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ปฏิบัติ ดังนี้<br>1) สำหรับผู้ที่ยังไม่มีอาการเจ็บป่วย เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ ป้องกันและบรรเทาอาการ ผู้ที่มีปัญหาไขมัน ความดันโลหิต เบาหวานและอาการปวดเมื่อยตามต้นคอ<br>เจ็บป่วยต่างๆ<br>2) สำหรับผู้ที่มีอาการเจ็บป่วย ช่วยปรับสภาพร่างกายให้กลับเป็นปกติ ผู้ที่มีปัญหาด้านกล้ามเนื้อและข้อต่อ<br>3) สำหรับผู้ช่วยหมัก ช่วยฟื้นฟูสภาพร่างกาย สำหรับผู้ป่วยระยะสุดท้าย เช่น มะเร็งอัมพาต ผู้ติดเชื้อเอชไอวี เป็นต้น | -เพื่อบุคลากรและประชาชนทั่วไป พัฒนาร่างกายให้สามารถเยียวยาตัวเองได้ โดยมีหลักการสำคัญคือ ปรับปรุงการทำงานของร่างกายทั้งระบบให้อยู่ในภาวะปกติ | -กลุ่มงานเวชกรรมสังคม<br>-ชมรมจริยธรรม | -ตามจำนวนบุคลากรและประชาชนที่มีส่วนร่วมในเข้าร่วมกิจกรรม | -ช่วยบำบัดผู้ที่มีปัญหาและบรรเทาอาการลง โดยใช้สมาธิแบบ SKT ที่ไม่ก่อให้เกิดอันตราย                                | -              | ←                       |                          |                           |                         |          |  |
| 7.3 กิจกรรมสมมติมนต์ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร จัดกิจกรรมโรงพยาบาลกำแพงเพชร และเครือข่าย CUP ของโรงพยาบาล กำหนดการจัดกิจกรรม เดือนละ 1 ครั้ง ตั้งแต่เวลา 18.00 – 20.00 น.   | -เพื่อส่งเสริมเพิ่มพูนคุณธรรมจริยธรรมที่ดีงามให้เป็นวิถีชีวิตและค่านิยมในการปฏิบัติงาน เป็นแบบอย่างที่ดีที่ยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม            | -ชมรมจริยธรรม                          | -ตามจำนวนบุคลากรและประชาชนที่มีส่วนร่วมในเข้าร่วมกิจกรรม | -บุคลากรและประชาชนทั่วไป ผู้รับผิดชอบ/ผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้พัฒนาศักยภาพในการทำงาน และการนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน | -              | ←                       |                          |                           |                         |          |  |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม  | ผู้รับผิดชอบ                  | เป้าหมาย   |  | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓   |                         |                          |                        | หมายเหตุ |  |
|---|---|-------------------------------|--|--|----------------|------------------------|-------------------------|--------------------------|------------------------|----------|--|
|   |   |                               | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ   |                | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.-ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.-มี.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.-มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.-ก.ย.) |          |  |
| 7.4 กิจกรรมทำบุญตักบาตร ตามหน่วยงาน และหอผู้ป่วยทุกวันพฤหัสบดี เวลา 08.00-08.15 น. เปิดธรรมะจากลำโพง ไร้สายที่เตียงผู้ป่วย เสียงตามสาย ดิฉันป่วย ประชาสัมพันธ์ ให้ผู้ป่วยและญาติฟัง | -เพื่อให้บุคลากร และผู้ป่วยและญาติมีส่วนร่วม มีจิตสำนึกที่ดี ผ่อนคลาย มีจิตเมตตา ยินดีและเต็มใจ ให้ให้ความช่วยเหลือ ให้ผู้ป่วย/ญาติ ฟัน จากความทุกข์  | -ทุกหน่วยงาน<br>-ชมรมจริยธรรม | -ตามจำนวนบุคลากร และประชาชนที่มีส่วนร่วมในเข้าร่วม กิจกรรม | -ช่วยส่งเสริมให้มีการทำกิจกรรมร่วมกันและฝึกจิตสำนึกที่ดี ทางพุทธ ศาสนาที่สามารถทำให้ ผ่อนคลายและพ้นจากความทุกข์ได้ | -              |                        |                         |                          |                        |          |  |
| 7.5 กิจกรรมผ่อนคลายการเจ็บครรภ์ด้วยอุปกรณ์ช่วยนวด และกิจกรรมลูบท้อง ท้องคาบ่า พาดลอดง่าย  | -เพื่อให้ผู้ป่วยที่เจ็บครรภ์ที่มีภาวะเครียด วิตกกังวล โดยใช้อุปกรณ์ช่วยนวด และท้องคาบ่าลอดง่าย เพื่อให้เบียดเบา ความสนใจ ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย สดชื่น กระตุ้นเส้นประสาท ลดความรุนแรงของการเจ็บครรภ์ | -กลุ่มงาน<br>ห้องคลอด         | -ตามจำนวนผู้ป่วยเข้าร่วมในกิจกรรม                          | -ช่วยให้ผู้ป่วยคลาย ความเครียด และความวิตกกังวลรู้สึกผ่อนคลาย สดชื่น กระตุ้นประสาท ลดความรุนแรงของการเจ็บครรภ์     | -              |                        |                         |                          |                        |          |  |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม   | ผู้รับผิดชอบ                  | เป้าหมาย   |   | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓    |                          |                           |                         | หมายเหตุ |
|---|--|-------------------------------|--|---|----------------|-------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|
|   |  |                               | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ  |                | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.- ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.- มิ.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.- มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.- ก.ย.) |          |
| 7.6 กิจกรรมให้เจ้าหน้าที่เพื่อนคลาย ด้วยการนั่งสมาธิ เติมน้ำมัน พังธรรมาะ แผ่เมตตา ชมสื่อธรรมะ และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างเจ้าหน้าที่ด้วยกัน โดยทำกิจกรรม ดังนี้<br>- กล่าวคำปฏิญาณตน<br>- สมาธิผ่อนคลาย<br>- กอดให้พลัง<br>- เรียนรู้ลมหายใจ<br>- มีสติทุกย่างก้าว | -เพื่อให้บุคลากรมีสติและจิตสำนึกของให้บริการที่ดีและบริการด้วยกิริยาอ่อนน้อม วาจาสุภาพ มีจิตเมตตากรุณา ยินดีและเต็มใจช่วยเหลือผู้ป่วยและญาติ | -ทุกหน่วยงาน<br>-ชมรมจริยธรรม | -ตามจำนวนบุคลากรและผู้ป่วยและญาติที่มีส่วนรวมในเข้าร่วมกิจกรรม   | -ช่วยส่งเสริมและสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างเจ้าหน้าที่ด้วยกัน และผู้ป่วยและญาติอย่างเสมอภาค มีสติและจิตสำนึกที่ดี บริการที่ดี | -              | ←                       |                          |                           | →                       |          |
| 7.7 กิจกรรมให้ที่พึ่งพาและเยียวยาจิตใจแก่ผู้ป่วยหนักและผู้ป่วยระยะสุดท้าย ทางการพยาบาลแบบประคับประคอง (Palliative care)   | -เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถเผชิญความเจ็บป่วย การเตรียมความพร้อมที่จะรับมือกับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นให้ครอบคลุมทุกหน่วยงาน                | -ทุกผู้ป่วย                   | -ตามจำนวนหน่วยงานที่ทำการพยาบาลแบบประคับประคอง (Palliative care) | -ช่วยให้ผู้ป่วยและญาติเตรียมความพร้อมที่จะรับมือกับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น  | -              | ←                       |                          |                           | →                       |          |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม   | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม  | ผู้รับผิดชอบ     | เป้าหมาย  |   | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ |                       |                        |                      | หมายเหตุ |  |
|---|---|------------------|---|---|----------------|----------------------|-----------------------|------------------------|----------------------|----------|--|
|   |   |                  | เชิงปริมาณ  | เชิงคุณภาพ  |                | ไตรมาส ๑ (ต.ค.-ธ.ค.) | ไตรมาส ๒ (ม.ค.-มี.ค.) | ไตรมาส ๓ (เม.ย.-มิ.ย.) | ไตรมาส ๔ (ก.ค.-ก.ย.) |          |  |
| 7.8 กิจกรรมส่งเสริมให้คนไข้ไตวายที่พอกเลือดด้วยเครื่องไตเทียมกินไข่ขาวต้ม | -เพื่อให้ผู้ป่วยมีความรู้เรื่องอาหารผู้ป่วยที่ไตวายให้ทราบถึงประโยชน์ของไข่ขาว ข้อควรระวัง การควบคุม น้ำหนัก ต้มไข่ขาว แจกให้ผู้ป่วยรับทานขณะพอกเลือดคนละ 2 ฟอง ในขณะพอกเลือดในช่วงวันที่ 4 | -กลุ่มงานไตเทียม | -ตามจำนวนและผู้ป่วยและญาติที่มีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรม | -ช่วยส่งเสริมคนไข้ไตวายได้ทราบประโยชน์ของการกินไข่ขาวต้มในขณะพอกเลือดและติดตามผลการตรวจ Serum albumin ทุก 3 เดือน และแจ้งให้ผู้ป่วยทราบว่าควรจจะรับประทานไข่ขาวเพิ่มขึ้นหรือเพิ่มเท่าไรจากเดิมที่เคยรับประทาน | -              | ←                    |                       |                        |                      | →        |  |

| แผนการดำเนินงาน/กิจกรรม  | วัตถุประสงค์ของกิจกรรม  | ผู้รับผิดชอบ                          | เป้าหมาย   |   | งบประมาณที่ใช้ | ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓   |                         |                          |                        | หมายเหตุ |
|--|---|---------------------------------------|--|---|----------------|------------------------|-------------------------|--------------------------|------------------------|----------|
|  |   |                                       | เชิงปริมาณ   | เชิงคุณภาพ  |                | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.-ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.-มี.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.-มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.-ก.ย.) |          |
| <p>8. กิจกรรมจิตอาสา รับผิดชอบต่อประโยชน์ส่วนรวม</p> <p>- จิตอาสา ประชาชน กลุ่มชุมชน อสม.และข้าราชการเกษียณอายุ ร่วมวัดความดัน ชั่งน้ำหนัก และมีส่วนร่วมในการปฏิบัติงาน การให้บริการสุขภาพร่วมกับเจ้าหน้าที่โรงพยาบาล ด้วยความสมัครใจโดยไม่มีค่าตอบแทนและมีการดำเนินการอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง สำหรับผู้ป่วยที่เข้ามารับบริการในโรงพยาบาล เป็นประจำทุกวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์</p> | <p>-เพื่อเจ้าหน้าที่ และจิตอาสา มีส่วนร่วมในการปฏิบัติงาน ให้บริการสุขภาพ แก่การให้บริการผู้ป่วยและญาติที่มีความสะดวกและรวดเร็วมากขึ้น ลดระยะเวลาการรอคอย และได้รับความพึงพอใจแก่ผู้มารับบริการ</p> | <p>-ทุกหน่วยงาน<br/>-ชมรมจริยธรรม</p> | <p>-จำนวน บุคลากรที่มีจิตอาสาเพิ่มขึ้น<br/>-จำนวน บุคลากร ภายนอกเข้าร่วมเป็นจิตอาสาในโรงพยาบาล</p> | <p>-ผู้มารับบริการ รับประทานและได้รับคำแนะนำ การปฏิบัติตัวที่ เข้ามารับบริการ ในโรงพยาบาล ได้รับความสะดวก ความเข้าใจ ระบบ ขั้นตอน และลดแรง ความเครียดวิตกกังวลและระยะเวลาการรอคอย</p> | -              | ไตรมาส๑<br>(ต.ค.-ธ.ค.) | ไตรมาส๒<br>(ม.ค.-มี.ค.) | ไตรมาส๓<br>(เม.ย.-มิ.ย.) | ไตรมาส๔<br>(ก.ค.-ก.ย.) |          |