



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมอนามัย
Department of Health



กรมสุขภาพจิต
Department of Mental Health

เกณฑ์การพัฒนา และแนวทางการดำเนินงาน

สถานประกอบการปลอดโรค
ปลอดภัย ใจเป็นสุข

ฉบับยกระดับการพัฒนา
พ.ศ. 2563





กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมอนามัย
Department of Health

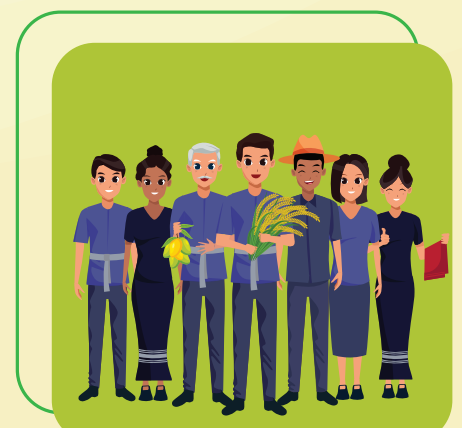


กรมสุขภาพจิต
Department of Mental Health

เกณฑ์การพัฒนา และแนวทางการดำเนินงาน

สถานประกอบการปลอดโรค
ปลอดภัย ใจเป็นสุข

ฉบับยกระดับการพัฒนา
พ.ศ. 2563



**เกณฑ์การพัฒนา และแนวทางการดำเนินงาน
สถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข
ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563**

.....

จัดทำโดย : กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

ออกแบบโดย : สำนักพิมพ์อักษรกราฟฟิคแอนด์ดีไซน์

สารบัญ

ส่วนที่ 1 บทนำ ความเป็นมา ทบทวนวรรณกรรม	1 - 9
1.1 บทนำ	3
1.2 นิยามความหมายที่เกี่ยวข้องกับโครงการฯ	4 - 5
1.3 ขั้นตอนการผลักดันและดำเนินงาน	6
1.4 ประโยชน์ที่จะได้รับจากการดำเนินงาน	7
1.5 กรอบการดำเนินงาน (Conceptual Framework)	8
1.6 กรอบการพัฒนาและขอรับรองสถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ภูมิใจเป็นสุข	9
ส่วนที่ 2 เกณฑ์การพัฒนาศถานประกอบการ ปลอดโรค ปลอดภัย ภูมิใจเป็นสุข ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563	11 - 16
ส่วนที่ 3 แนวทางการดำเนินงานตามเกณฑ์การพัฒนาโครงการฯ	17 - 43
ภาคผนวก ก ตัวอย่างการชี้บ่งอันตราย การประเมินและการควบคุมความเสี่ยง ด้านปลอดโรค ปลอดภัย ภูมิใจเป็นสุข	45
ภาคผนวก ข กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงาน	47 - 52
เอกสารอ้างอิง	53
คณะผู้จัดทำ	54 - 55

ส่วนที่



บทนำ ความเป็นมา
ทบทวนวรรณกรรม

กระทรวงสาธารณสุข โดย กรมควบคุมโรค ได้ดำเนินโครงการ **วัยทำงานปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข** ภายใต้นโยบายลดโรค เพิ่มสุข โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชากรวัยทำงานมีสุขภาพดี ลดการเจ็บป่วยจากโรคการบาดเจ็บ และปัญหาสาธารณสุขของพื้นที่ ปลอดภัยจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนมีสุขภาพจิตดี ดังนั้นเพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ กรมควบคุมโรค ร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งจากภาครัฐและเอกชน ได้แก่ กรมอนามัย กรมสุขภาพจิต กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด มหาวิทยาลัยและสถานประกอบการ ได้จัดทำ **เกณฑ์การพัฒนา “สถานประกอบการ ปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข พ.ศ. 2556”** โดยยึดกรอบแนวคิด Healthy Workplace ของ WHO ค.ศ.2008 และส่วนหนึ่งดัดแปลงมาจากเกณฑ์การประเมิน “สถานที่ทำงานน่าอยู่ น่าทำงาน” (Healthy Workplace) ของกรมอนามัย พ.ศ.2545 และในปัจจุบันเพื่อให้เกิดความเหมาะสม และมีกระบวนการดำเนินงานที่เป็นระบบและเทียบเคียงกับมาตรฐานสากลมากยิ่งขึ้น คณะทำงานจึงได้ปรับปรุงและพัฒนา “**เกณฑ์การพัฒนาและแนวทางการดำเนินงานสถานประกอบการ ปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563**” โดยยึดกรอบแนวคิดจากระบบการจัดการอาชีวอนามัยและความปลอดภัย OHSAS 18001 : 2007 และ มอก. 18001 – 2554

ดังนั้น กรมควบคุมโรคร่วมกับภาคีเครือข่าย จึงได้จัดทำ “**เกณฑ์การพัฒนาและแนวทางการดำเนินงานสถานประกอบการ ปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563**” โดยในคู่มือ ประกอบด้วยเนื้อหา ดังต่อไปนี้ **ส่วนที่ 1** บทนำ ความเป็นมา ทบทวนวรรณกรรม **ส่วนที่ 2** เกณฑ์พัฒนาสถานประกอบการ ปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563 **ส่วนที่ 3** แนวทางการดำเนินงานตามเกณฑ์พัฒนาสถานประกอบการ ปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563 ซึ่งจะช่วยให้สถานประกอบการ วิชาชีพชุมชน และหน่วยงานต่าง ๆ ที่สนใจสามารถนำไปปฏิบัติและพัฒนาในองค์กรเป็นองค์กรที่ปลอดภัย ปลอดภัย กายใจเป็นสุข ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผลต่อไป

ขอขอบคุณคณะที่ปรึกษาและคณะทำงานที่เสียสละเวลามาร่วมกันทำงาน เพื่อให้คู่มือดังกล่าวเสร็จสมบูรณ์

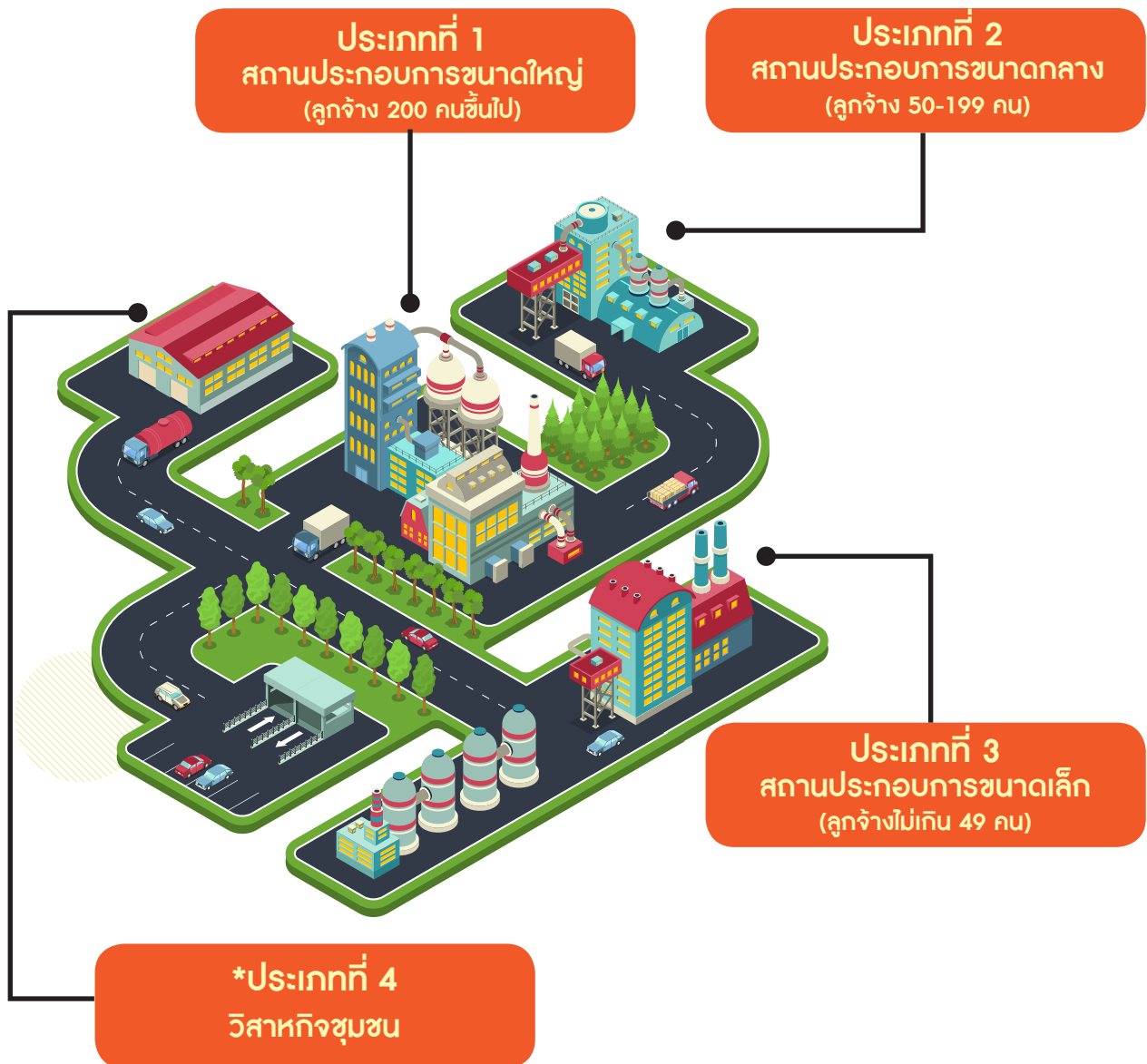
คณะผู้จัดทำ
ตุลาคม 2562

1.2

นิยามความหมายที่เกี่ยวข้องกับโครงการฯ

วัยทำงาน หมายถึง ประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 15-59 ปี

สถานประกอบการ หมายถึง สถานที่ทำงานที่ได้รับอนุญาตให้ประกอบกิจการ (เปิดดำเนินงาน) ตามพระราชบัญญัติโรงงาน พ.ศ. 2535 ซึ่งประกอบด้วย สถานประกอบการที่เป็นโรงงานและสำนักงาน ที่ใช้เครื่องจักรมีกำลังรวมตั้งแต่ห้าแรงม้าหรือกำลังเทียบเท่าตั้งแต่ห้าแรงม้าขึ้นไป หรือใช้คนทำงานตั้งแต่เจ็ดคนขึ้นไปโดยใช้เครื่องจักรหรือไม่ก็ตาม สำหรับผลิต ประกอบ บรรจุ ซ่อม ซ่อมบำรุง ทดสอบ ปรับปรุง แปรสภาพ ถ้ำเลี้ยง เก็บรักษาหรือทำลายสิ่งใด ๆ ทั้งนี้ให้รวมวิสาหกิจชุมชน ตามพระราชบัญญัติส่งเสริมวิสาหกิจชุมชน พ.ศ. 2548 โดยแบ่งประเภทสถานประกอบการในนิยามของโครงการฯ นี้ออกเป็น 3 ประเภท คือ



ประเภทที่ 1 สถานประกอบการขนาดใหญ่ หมายถึง สถานประกอบการที่มีลูกจ้าง ตั้งแต่ 200 คน ขึ้นไป

ประเภทที่ 2 สถานประกอบการขนาดกลาง หมายถึง สถานประกอบการที่มีลูกจ้าง จำนวน 50 - 199 คน

ประเภทที่ 3 สถานประกอบการขนาดเล็ก หมายถึง สถานประกอบการที่มีลูกจ้าง จำนวนไม่เกิน 49 คน

***ประเภทที่ 4 วิสาหกิจชุมชน** หมายถึง กิจการของชุมชนเกี่ยวกับการผลิตสินค้า การให้บริการหรือการอื่น ๆ ที่ดำเนินการโดยคณะบุคคลที่มีความผูกพัน มีวิถีชีวิตร่วมกัน และรวมตัวกับประกอบกิจการดังกล่าว มีสถานที่ทำงานร่วมกัน ไม่ว่าจะป็นนิติบุคคลในรูปแบบใดหรือไม่เป็นนิติบุคคล เพื่อสร้างรายได้และเพื่อการพึ่งพาตนเองของครอบครัว ชุมชน และระหว่างชุมชน (อ้างอิงตามพระราชบัญญัติส่งเสริมวิสาหกิจชุมชน พ.ศ. 2548)

ปลอดภัย หมายถึง สถานประกอบการมีการดำเนินการด้านการป้องกันหรือควบคุมโรคไม่ติดต่อ (เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคอัมพฤกษ์อัมพาต โรคหัวใจขาดเลือด โรคมะเร็ง โรคฟันผุ โรคปริทันต์ และรอยโรคในช่องปาก) โรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม โรคติดต่อ โรคที่เป็นปัญหาของพื้นที่ รวมทั้งการดำเนินงานเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรค และอุบัติเหตุจากรถ เช่น การรับประทานอาหารที่มีผลเสียต่อสุขภาพ การออกกำลังกายน้อย การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การเสพสิ่งเสพติด พฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย การไม่สวมหมวกนิรภัยขณะขับขี่รถจักรยานยนต์ เป็นต้น

ปลอดภัย หมายถึง สถานประกอบการมีการป้องกันอุบัติเหตุจากการทำงาน ทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดคิด ขณะทำงานหรือช่วงเวลาที่ปฏิบัติงาน ทำให้เกิดการบาดเจ็บ พิการ ทูพลาภาพ ตาย หรือเป็นเหตุให้ทรัพย์สินเสียหาย ซึ่งหลัก ๆ มี 2 สาเหตุ คือ การกระทำที่ไม่ปลอดภัย และสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย เช่น ความปลอดภัย ทั้งในด้านอาคาร สถานที่ เครื่องจักร เครื่องมือ และสภาพแวดล้อมใน การจัดการป้องกันและมาตรการการทำงานลดผลกระทบสิ่งแวดล้อม ทั้งในเรื่องมลพิษทางเสียง ฝุ่นละออง ความสั่นสะเทือน สารเคมี น้ำเสีย และมูลฝอย รวมถึงการจัดพื้นที่ทำงานให้มีความเหมาะสมเอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดีของผู้ปฏิบัติงานและผู้ที่มาติดต่อ

กายใจเป็นสุข หมายถึง สถานประกอบการที่มีการพัฒนาสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีให้กับผู้ปฏิบัติงาน รวมทั้งมีการจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนให้เกิดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีการจัดกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพจิตให้กับผู้ปฏิบัติงานทั่วไป มีการจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพจิตให้กับผู้ปฏิบัติงานที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต เช่น ผู้ปฏิบัติงานที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ผู้ปฏิบัติงานที่เสี่ยงต่อการติดสุรา/ยาเสพติด ผู้ปฏิบัติงานที่มีปัญหาหนี้สิน/ปัญหาครอบครัว ผู้ปฏิบัติงานที่ลาป่วยบ่อย เป็นต้น และการจัดกิจกรรมที่เสริมคุณค่าและความภาคภูมิใจให้ผู้ปฏิบัติงาน โดยมีจุดมุ่งหมายให้ผู้ปฏิบัติงาน “มีความสุข” ตามความหมายขององค์การอนามัยโลก คือการที่มีสภาพจิตใจที่เป็นสุข สามารถสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างราบรื่น มีการปรับตัวและจัดการแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงโดยไม่รู้สึกรู้สีกเกิดความขัดแย้งภายในใจ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าสามารถทำประโยชน์ให้ผู้อื่นและมีผู้ยอมรับ

1.3

ขั้นตอนในการผลักดันและดำเนินงาน สถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข

1. ระดมคนหรือรวมพล เพื่อกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อม เช่น การป้องกันควบคุมโรคและการบาดเจ็บ อนามัยสิ่งแวดล้อม เป็นต้น โดยผู้บริหารขององค์กร พร้อมทั้งติดประกาศและสื่อสารให้คนทำงานทุกคนรับทราบ

2. การจัดตั้งคณะทำงาน ส่งเสริมให้เกิดการมีส่วนร่วมและความร่วมมือ ระหว่างองค์กรกับบุคลากรในการพัฒนาสถานประกอบการให้เป็นสถานที่ทำงานที่ปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข เช่น สนับสนุนให้เกิดกลุ่มกิจกรรม หรือชมรมต่าง ๆ เป็นต้น

3. ดำเนินการประเมินความเสี่ยงด้านปลอดโรค ปลอดภัย และใจเป็นสุข ขององค์กร

4. จัดลำดับความสำคัญของความเสี่ยงที่พบ

5. วางแผนหรือพัฒนาแผนการดำเนินงานเพื่อบริหารและจัดการความเสี่ยง

6. ดำเนินการตามแผนบริหารและจัดการความเสี่ยง เช่น จัดกิจกรรมหรือโครงการต่าง ๆ ที่เป็นการส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต ป้องกันควบคุมโรคและการบาดเจ็บ อนามัยสิ่งแวดล้อม ตามบริบทหรือขนาดของสถานประกอบการนั้น ๆ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของบุคลากร เช่น โครงการ 5 ส โครงการสถานที่ทำงานปลอดมลพิษ โครงการโรงงานสีขาว โครงการรณรงค์เพื่องดสูบบุหรี่ สุรา หรือสารเสพติด โครงการอาหารเพื่อสุขภาพ โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โครงการวางแผนครอบครัว อนามัยแม่และเด็ก โครงการทันตสุขภาพ กิจกรรม 3 อ. 2 ส. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ สูบบุหรี่ และสุรา) โครงการรักษัหัวใจในที่ทำงาน และโครงการส่งเสริมสุขภาพจิตในการทำงาน เป็นต้น

7. การติดตาม ตรวจสอบ และประเมินผลการดำเนินงาน เช่น ด้านการส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต ป้องกันควบคุมโรคและการบาดเจ็บ และอนามัยสิ่งแวดล้อมในองค์กร เพื่อให้มั่นใจว่า มีการดำเนินการตามแผนและมีการตรวจสอบผลลัพธ์ เช่น จำนวนผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงลดลง จำนวนวันลาที่ลดลง สถิติการประสบอันตรายลดลง ความสนใจด้านสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานที่เพิ่มขึ้น การเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์มากขึ้น เป็นต้น หากพบปัญหา ต้องดำเนินการแก้ไขและทบทวนตลอดเวลา เพื่อให้เกิดการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง และบรรลุเป้าหมายที่องค์กรกำหนดไว้

8. ทบทวนและปรับปรุงการดำเนินงานหรือต่อยอด ขยายผลให้ดียิ่งขึ้นไป

1.4

นิยามความหมายที่เกี่ยวข้องกับโครงการฯ

1. เจ้าของกิจการหรือผู้ประกอบการ

- ช่วยลดต้นทุนในระยะยาว
- เกิดภาพลักษณ์ที่ดีของสถานประกอบการ ว่าเป็น สถานประกอบการที่ปลอดภัย และเห็นความสำคัญของสุขภาพกายและสุขภาพจิตของคนทำงาน
- เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคนทำงานด้วยกันเอง คนทำงานกับผู้บริหาร นับเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนางานด้านอื่น ๆ ขององค์กรต่อไป
- ผู้ปฏิบัติงานทุ่มเท เต็มใจทำงาน และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน
- ผลผลิตเพิ่ม สร้างความประทับใจแก่ลูกค้า และผู้ปฏิบัติงาน

2. ผู้ปฏิบัติงานหรือลูกจ้าง

- มีสุขภาพแข็งแรง สุขภาพจิตดี เจ็บป่วยน้อยลง
- มีความสุขที่ได้ทำงานในสถานประกอบการที่ดี มีความภาคภูมิใจในสถานประกอบการ
- มีความตั้งใจในการทำงาน ส่งผลให้ผลงานดี เงินเดือนงามและมีความมั่นคงในอาชีพ
- ได้รับสวัสดิการในการทำงานเพิ่มขึ้น อันเป็นผลมาจากการลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลขององค์กร

3. สังคม

- ได้องค์กรที่มีคุณภาพ ลดภาระในการพึ่งพาภาครัฐรวมทั้งยังสร้างรายได้ให้แก่ ภาครัฐในรูปแบบภาษีอากรที่มากขึ้น ส่งผลดีต่อสภาพเศรษฐกิจและสังคมโดยรวม
- มีการจ้างงานมากขึ้น และประชากรมีรายได้เพิ่มขึ้น
- เกิดความร่วมมือที่ดีและความสนับสนุนจากองค์กรภายนอก ทั้งภาครัฐและเอกชน

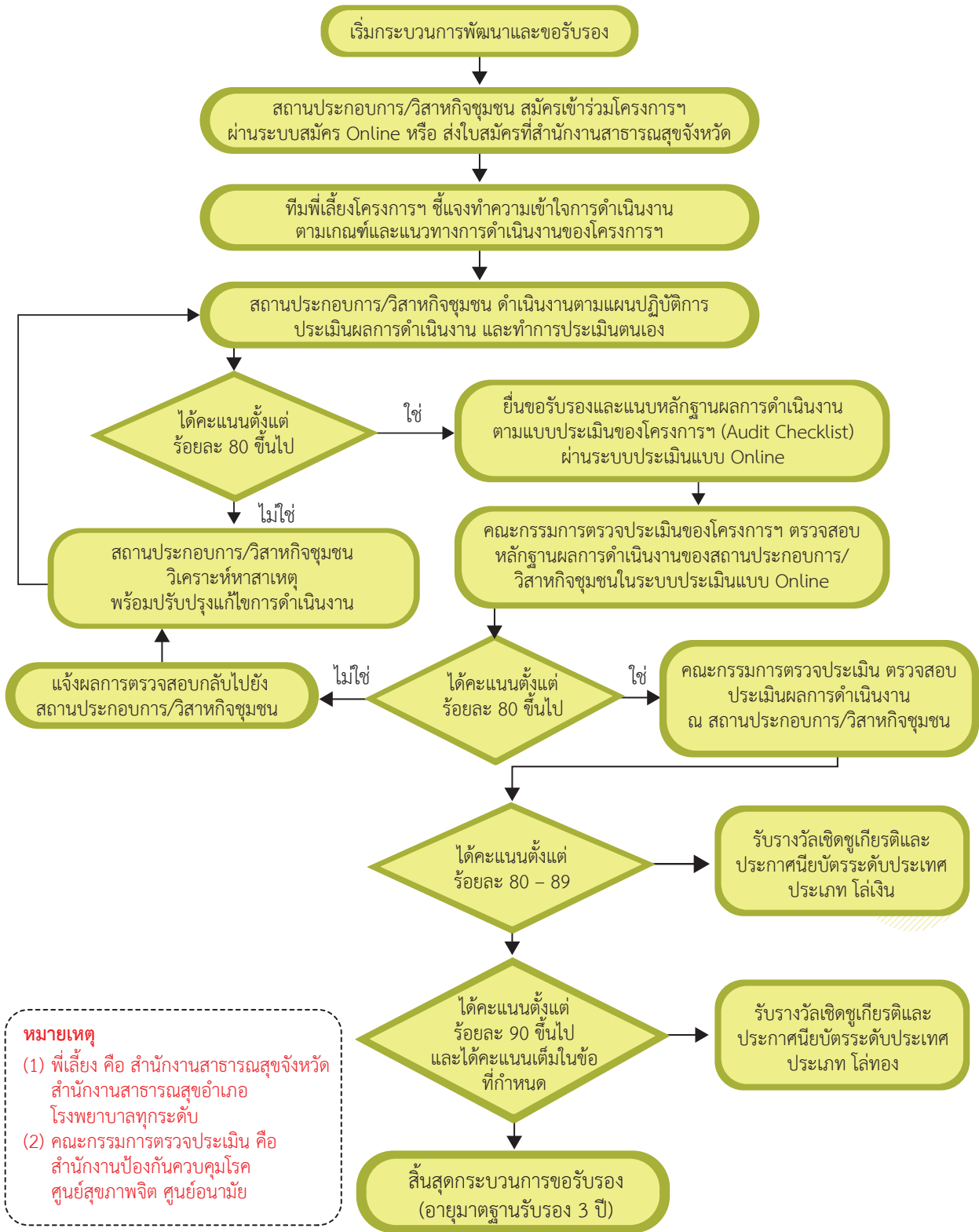
1.5

กระบวนการดำเนินงาน (Conceptual Framework)



1.6

กระบวนการพัฒนาและขอรับรองสถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข



หมายเหตุ

- (1) พี่เลี้ยง คือ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาลทุกระดับ
- (2) คณะกรรมการตรวจประเมิน คือ สำนักงานป้องกันควบคุมโรค ศูนย์สุขภาพจิต ศูนย์อนามัย

ส่วนที่

2

เกณฑ์การพัฒนาสถานประกอบการ
ปลอดโรค ปลอดภัย กายใจเป็นสุข
ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563

**การสนับสนุนขององค์กร การมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน
การใส่ใจต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อมระหว่างองค์กรและชุมชน**

1. การสนับสนุนขององค์กร และนโยบายด้านปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข

- 1.1 องค์กร ต้อง กำหนดขอบเขตของระบบการจัดการด้านปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข
- 1.2 ผู้บริหารระดับสูงต้องให้การสนับสนุน โดยกำหนดเป็นนโยบายนำไปสู่ “สถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข” อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร พร้อมทั้งลงนาม และประกาศให้ผู้ปฏิบัติงานทุกคนรับทราบและมีผู้รับผิดชอบหลักของโครงการฯ ในรูปแบบคณะกรรมการ หรือคณะทำงานที่ประกอบด้วยผู้ปฏิบัติงานจากหลายฝ่ายแบบเป็นลายลักษณ์อักษร
- 1.3 องค์กร ต้อง มีการยกระดับ สถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุขสู่การดำเนินงาน ศูนย์สุขภาพดีวัยทำงาน

2. การวางแผนขององค์กร

- 2.1 องค์กร ต้อง มีการชี้บ่งอันตราย และ การประเมินความเสี่ยงที่เกี่ยวกับปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข ที่เหมาะสมกับองค์กร พร้อมทั้งมีการเรียงลำดับความสำคัญของความเสี่ยงที่พบ และวางแผนการดำเนินงาน
- 2.2 องค์กร ต้อง กำหนดวิธีการในการจัดการความเสี่ยง กำหนดผู้รับผิดชอบ บทบาทหน้าที่ของโครงการฯ ตามความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

3. การนำแผนสู่การปฏิบัติและการดำเนินการ

- 3.1 องค์กร ต้อง มีการดำเนินงานตามแผนที่กำหนด
- 3.2 องค์กร ต้อง มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์โครงการฯ หรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องด้านปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุขไปยังผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้เกิดความตระหนักและรู้สึกมีส่วนร่วม โดยการใช้สื่อหรือวิธีการที่เหมาะสม ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย
- 3.3 องค์กร ต้อง มีการส่งเสริมโครงการ/กิจกรรมการใส่ใจสุขภาพ ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมระหว่างองค์กรและชุมชน
- 3.4 องค์กร ต้อง มีนวัตกรรมในการลดโรคหรือพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพตามความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร
- 3.5 องค์กร ต้อง มีการขยายการดำเนินงานไปยังหน่วยงานอื่น เช่น สถานประกอบการ หรือวิสาหกิจชุมชน เป็นต้น

4. การติดตาม ประเมินผล และระบบรายงาน

- 4.1 องค์กร ต้อง มีระบบการติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน
- 4.2 องค์กร ต้อง มีระบบการจัดเก็บเอกสารและการรายงาน ด้านปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข อย่างเพียงพอ เพื่อให้การจัดการเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เอกสารเหล่านี้อาจอยู่ในรูปแบบใดก็ได้ โดย องค์กร ต้อง จัดทำปฏิบัติ และคงรักษาไว้ ซึ่งระเบียบปฏิบัติ สำหรับการควบคุมเอกสาร
- 4.3 องค์กร ต้อง มีการประเมินความพึงพอใจของผู้รับบริการศูนย์สุขภาพดีวัยทำงานในสถานประกอบการ

5. การทบทวนโดยผู้บริหาร

- 5.1 ผู้บริหารระดับสูงหรือผู้ได้รับมอบอำนาจขององค์กรต้องทบทวนระบบการจัดการด้านปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข และการดำเนินงานศูนย์สุขภาพดีวัยทำงานตามรอบระยะเวลาที่วางแผนเพื่อให้มั่นใจว่าระบบยังคงเหมาะสมเพียงพอ และมีประสิทธิภาพ

หมวดที่ 2

ปลอดภัย

1. การให้คำปรึกษาเพื่อป้องกัน ควบคุมโรค การให้บริการรักษาเบื้องต้นและการส่งต่อ

องค์กร ต้อง มีการให้คำปรึกษาเพื่อป้องกัน ควบคุมโรค การให้บริการรักษาเบื้องต้นและการส่งต่อ ตามความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

2. การส่งเสริมสุขภาพ การลด และป้องกันการเกิดโรค

2.1 องค์กร ต้อง มีทะเบียนสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานและการสรุปลักษณะสุขภาพขององค์กร

2.2 องค์กร ต้อง มีการส่งเสริมสุขภาพ การลด และการป้องกันการเกิดโรค

3. การส่งเสริม ลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริม ลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด

4. การส่งเสริมโภชนาการ

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริมโภชนาการให้ผู้ปฏิบัติงาน

5. การส่งเสริมการออกกำลังกาย

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายให้ผู้ปฏิบัติงาน

6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากให้ผู้ปฏิบัติงาน

หมวดที่ 3

ปลอดภัย

1. การส่งเสริมการป้องกันและการลดอุบัติเหตุทั้งในงานและนอกงาน

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ ส่งเสริมการป้องกันและการลดอุบัติเหตุทั้งในงานและนอกงาน

2. การจัดการด้านอาคารสถานที่

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการจัดการด้านสถานที่ที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด ปลอดภัย

3. การจัดการด้านการยศาสตร์

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการจัดการด้านการยศาสตร์อย่างเหมาะสม

4. การจัดการบริเวณสถานที่รับประทานอาหาร จำหน่ายอาหาร และเตรียมปรุงประกอบอาหาร

องค์กร ต้อง มีการจัดการบริเวณสถานที่รับประทานอาหาร จำหน่ายอาหาร และเตรียมปรุงประกอบอาหารอย่างถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลอาหารของกรมอนามัย

ปลอดภัย (ต่อ)

5. การจัดการห้องน้ำ ห้องส้วม

องค์กร ต้อง มีการจัดการห้องน้ำห้องส้วม ได้อย่างถูกต้องตามหลักมาตรฐานสุขอนามัยของกรมอนามัย

6. การจัดการเครื่องจักร เครื่องมือ อุปกรณ์ เครื่องใช้

องค์กร ต้อง มีการจัดการเครื่องจักร เครื่องมือ อุปกรณ์ เครื่องใช้

7. การจัดการระบบไฟฟ้า

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ จัดการระบบไฟฟ้าอย่างปลอดภัย

8. การเตรียมความพร้อมรับและตอบสนองเหตุฉุกเฉิน

องค์กร ต้อง มีการเตรียมความพร้อมรับและตอบสนองเหตุฉุกเฉินให้เหมาะสมต่อระดับความเสี่ยงขององค์กร

9. การจัดการระบบแสงสว่าง

องค์กร ต้อง มีการจัดการระบบแสงสว่างที่เหมาะสม

10. การจัดการระบบระบายอากาศ

องค์กร ต้อง มีการจัดการระบบระบายอากาศที่เหมาะสม

11. การจัดการเสียงและความสั่นสะเทือน

องค์กร ต้อง มีการจัดการเสียงและความสั่นสะเทือนที่เหมาะสม

12. การจัดการสารเคมี

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ จัดการสารเคมีที่เหมาะสม

13. การจัดการขยะ

องค์กร ต้อง มีการจัดการขยะอย่างเหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง

14. การควบคุมสัตว์และแมลงพาหะนำโรค

องค์กร ต้อง มีการควบคุมและกำจัดสัตว์และแมลงนำโรคที่เป็นปัญหาขององค์กร เช่น แมลงสาบ แมลงวัน หนู และยุง ในสถานที่ทำงาน ได้อย่างเหมาะสม

15. การจัดการน้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูล

องค์กร ต้อง มีการจัดการน้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูลให้ได้รับการบำบัดที่ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลก่อนระบายออกนอกอาคารสถานที่ ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และไม่สร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง

กายใจเป็นสุข

1. การส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการ

องค์กร ต้อง มีการจัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เพื่อผ่อนคลายความเครียดและส่งเสริมความสามัคคีของผู้ปฏิบัติงาน

2. การส่งเสริมสุขภาพจิต

องค์กร ต้อง มีการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพจิตให้กับผู้ปฏิบัติงาน

3. การเห็นคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว

องค์กร ต้อง มีการดำเนินกิจกรรมการเห็นคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว

ส่วนที่

3

แนวทางการดำเนินงานตามเกณฑ์
การพัฒนาของโครงการฯ

การสนับสนุนขององค์กร การมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงาน การใส่ใจต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อมระหว่างองค์กรและชุมชน

1. การสนับสนุนขององค์กร และนโยบายด้านปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข

1.1 องค์กร ต้อง กำหนดขอบเขตของระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข

1) คำนิยาม

องค์กร หมายถึง สถานประกอบการตามกับนิยามของโครงการสถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข

ขอบเขต หมายถึง การแสดงส่วนของพื้นที่องค์กร ที่จะดำเนินงานตามเกณฑ์การพัฒนาภายใต้โครงการสถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข โดยอาจกำหนดอย่างชัดเจนในนโยบาย หรือ กำหนดในเอกสารแสดงขอบเขตพื้นที่การดำเนินงานของโครงการฯ โดยเฉพาะ ก็ได้

2) แนวทางการดำเนินงาน

องค์กรต้องกำหนดขอบเขตพื้นที่ที่จะดำเนินงานตามเกณฑ์การพัฒนาภายใต้โครงการสถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข อย่างชัดเจน เช่น องค์กรมีพื้นที่การผลิตทั้งหมด 2 อาคาร คือ อาคารการผลิตที่ 1 และ อาคารการผลิตที่ 2 องค์กรสามารถกำหนดการดำเนินงานภายใต้โครงการฯ เฉพาะอาคารใด อาคารหนึ่ง หรือ ทั้งสองอาคาร เป็นต้น แต่การระบุขอบเขตการดำเนินการนั้น ต้องกำหนดอย่างเป็นลายลักษณ์ โดยอาจจะอยู่ในนโยบายการดำเนินงานหรือเอกสารอื่นใด และต้องมีการประกาศให้ทุกคนในองค์กรได้ทราบโดยทั่วกัน

1.2 ผู้บริหารระดับสูงต้องให้การสนับสนุน โดยกำหนดเป็นนโยบายนำไปสู่ “สถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข” อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร พร้อมทั้งลงนาม และประกาศให้ผู้ปฏิบัติงานทุกคนรับทราบ และมีผู้รับผิดชอบหลักของโครงการฯ ในรูปแบบคณะกรรมการ หรือคณะทำงานที่ประกอบด้วยผู้ปฏิบัติงานจากหลายฝ่ายแบบเป็นลายลักษณ์อักษร

1) คำนิยาม

ผู้บริหารระดับสูง หมายถึง ผู้บริหารระดับสูงสุดขององค์กรหรือผู้ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้มีอำนาจในการตัดสินใจ ในกรณีที่องค์กรนั้นมีหลายสาขา ให้หมายความถึง ผู้บริหารระดับสูงสุดหรือผู้ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้มีอำนาจในการตัดสินใจขององค์กรสาขานั้น

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 ผู้บริหารระดับสูงในองค์กรต้องให้การสนับสนุนการดำเนินงานโครงการสถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข

2.2 การดำเนินงานของโครงการสถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข โดยกำหนดเป็นนโยบายเพื่อให้เกิดการพัฒนาองค์กรให้เป็นสถานประกอบการที่ปลอดภัย ปลอดภัย ใส่ใจเป็นสุข

2.3 การกำหนดนโยบายต้องเป็นลายลักษณ์อักษร ผู้บริหารระดับสูงต้องลงนามในนโยบายนั้น พร้อมทั้งประกาศให้ผู้ปฏิบัติทุกคนรับทราบโดยทั่วกัน โดยช่องทางในการประกาศนโยบายนั้น สามารถดำเนินการในรูปแบบใดก็ได้ ตามความเหมาะสมขององค์กร แต่ต้องสามารถทำให้มั่นใจได้ว่าผู้ปฏิบัติทุกคนรับทราบ เช่น การประกาศเสียงตามสาย การติดบอร์ดประชาสัมพันธ์ การจัดทำเป็นหนังสือเวียน เป็นต้น

2.4 นโยบายด้านการปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข ต้องคำนึงถึงหัวข้อต่อไปนี้

2.4.1 เหมาะสมกับบริบทหรือลักษณะการทำงานขององค์กร เหมาะสมกับขนาดขององค์กร เหมาะสมกับความเสี่ยงด้านปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุขที่องค์กรได้ทำการชี้แจงและประเมินความเสี่ยงแล้ว

2.4.2 แสดงถึงความมุ่งมั่น/เจตจำนงที่จะป้องกันความเสี่ยงขององค์กรในด้านปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข และมี การปรับปรุงอย่างต่อเนื่องในระบบการจัดการและผลการดำเนินงานด้านปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข

2.4.3 แสดงถึงความมุ่งมั่น/เจตจำนงที่จะปฏิบัติให้สอดคล้องตามกฎหมาย กฎระเบียบและข้อกำหนดอื่น ๆ ที่องค์กรเกี่ยวข้องในด้านปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข

2.4.4 กำหนดกรอบการจัดทำ เช่น ขอบเขตด้านระยะเวลาการดำเนินงาน ขอบเขตที่พื้นที่ การดำเนินงาน ขอบเขตด้านทรัพยากรที่ใช้ในการดำเนินงาน เป็นต้น และมีการทบทวนวัตถุประสงค์และเป้าหมายการดำเนินงาน ด้านปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข

2.4.5 จัดทำเป็นเอกสารไว้ เพื่อนำสู่การปฏิบัติให้บรรลุนโยบาย โดยต้องเก็บรักษาให้พร้อมใช้งาน ได้ตามระยะเวลาที่องค์กรกำหนด

2.4.6 สื่อสารให้กับบุคลากรทุกคนที่ปฏิบัติงาน/หน้าที่ภายใต้การควบคุมดูแลขององค์กรในนี้ หมายถึง บุคลากรทุกคนที่อยู่ภายใต้สัญญาการว่าจ้างขององค์กรและภายใต้การดูแลเมื่อเข้ามาในพื้นที่ขององค์กร เช่น ผู้ปฏิบัติงาน ที่ปฏิบัติงานทุกส่วนงาน ผู้ส่งมอบของ ผู้รับของ ผู้มาติดต่องาน ผู้รับเหมา ผู้รับเหมาช่วง เป็นต้น เพื่อให้บุคลากรทุกคนได้ตระหนักถึง หน้าที่ของตนที่จะช่วยผลักดันให้องค์กรเป็นองค์กรที่ปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข

2.4.7 สามารถเผยแพร่ต่อผู้ที่สนใจได้ ในที่นี้หมายความถึง บุคคลอื่นที่นอกเหนือจาก ข้อ 2.4.6 เช่น ชุมชนรอบข้าง เจ้าหน้าที่ภาครัฐ เป็นต้น

2.4.8 ได้รับการทบทวนเป็นระยะ ๆ ตามความเหมาะสมที่องค์กรได้กำหนดไว้

1.3 องค์กร ต้อง มีการยกระดับ สถานประกอบการปลอดภัย โรค ปลอดภัย ใจเป็นสุขสู่การดำเนินงาน ศูนย์สุขภาพดีวัยทำงาน

1) คำนิยาม

ศูนย์สุขภาพดีวัยทำงาน หมายถึง ศูนย์กลางในการส่งเสริมและดูแลสุขภาพของคนทำงานในสถาน ประกอบกิจการที่บริหารจัดการและดูแลด้วยองค์กรเอง ซึ่งจะมีหน่วยบริการสาธารณสุขในพื้นที่มาร่วมให้คำแนะนำในการดำเนินงาน โดยจะเป็นการประเมินและจัดการความเสี่ยงอาจเกิดขึ้นได้ในองค์กรทุกด้าน ตามแนวคิดสุขภาพองค์กรรวม (Total worker health) เช่น ความเสี่ยงด้านโรคไม่ติดต่อ โรคติดต่อ โรคจากการประกอบอาชีพ โรคที่ป้องกันได้ด้วยวัคซีน หรือปัญหาด้านสุขภาพจิต เพื่อให้คนทำงานที่เป็นกลุ่มคนที่มีสุขภาพแข็งแรง ปกติ มีสุขภาพที่แข็งแรงต่อเนื่อง และคนทำงานที่เป็นกลุ่มเสี่ยงกลับมา มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและจิตใจที่เป็นสุขได้

โดยมีขั้นตอนการดำเนินงาน คือ (1) Establish committee : มีการจัดตั้งทีมงาน หรือ ผู้รับผิดชอบฯ ดำเนินงาน (2) Assessment : ทีมงานนำสถานการณ์ทางสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานในทุกด้าน (กาย และใจ) มาประเมิน และวิเคราะห์ หากพบความเสี่ยงให้ประเมินเฉพาะด้านต่อ (3) Screening : คัดกรองความเสี่ยงด้านต่าง ๆ เพิ่มเติม เช่น ด้านโรคจากการประกอบอาชีพ ด้านโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ด้านโรคติดต่อ ด้านพฤติกรรมกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา ด้านสุขภาพช่องปาก ด้านสุขภาพจิต ฯลฯ (4) Summary and Planning : สรุปข้อมูล และวางแผนการดูแลสุขภาพที่จำเพาะแต่ละบุคคล (5) Intervention : ให้คำปรึกษา/จัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่เป็นปัญหาสำคัญ ประสานส่งต่อกับหน่วยบริการ สาธารณสุข ในกรณีที่มีปัญหาเฉพาะ และ มี Return to work management (6) Monitoring : ติดตามผล และมีการบันทึกภาวะสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องมีการจัดตั้งศูนย์สุขภาพจิตวัยทำงานในสถานประกอบการเพื่อให้บริการผู้ปฏิบัติงานที่เป็นสัดส่วน และสามารถเข้าถึงได้ง่าย โดยสามารถจัดรวมในพื้นที่ของห้องรักษาพยาบาล หรือ คลินิกความปลอดภัย หรือ สามารถจัดเป็นพื้นที่เฉพาะของศูนย์สุขภาพจิตวัยทำงานได้เช่นกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบริบทขององค์กร

2.2 องค์กรจะต้องมีการกำหนดนโยบายที่สนับสนุนการดำเนินงานของศูนย์สุขภาพจิตวัยทำงาน หรือ การมีนโยบายที่สนับสนุนการจัดการความเสี่ยงสำคัญที่พบขององค์กร ร่วมกับสถานบริการสาธารณสุขหรือชุมชน

2.3 องค์กรต้องมีการจัดสรรงบประมาณที่สนับสนุนการดำเนินงานศูนย์สุขภาพจิตวัยทำงาน โดยสามารถจัดสรรเฉพาะ หรือ จัดสรรให้ใช้ร่วมกับโครงการ หรือ กิจกรรมอื่นได้ แต่ต้องเหมาะสม และเพียงพอ ต่อการดำเนินงานของศูนย์สุขภาพจิตวัยทำงาน

2. การวางแผนขององค์กร

2.1 องค์กร ต้อง มีการชั่งอัตราย และการประเมินความเสี่ยงที่เกี่ยวกับโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข ที่เหมาะสมกับองค์กร พร้อมทั้งมีการเรียงลำดับความสำคัญของความเสี่ยงที่พบ และวางแผนการดำเนินงาน

1) คำนิยาม

1.1 **อันตราย** หมายถึง สิ่ง หรือเหตุการณ์ที่อาจก่อให้เกิดการบาดเจ็บหรือการเจ็บป่วยจากการทำงาน ความเสียหายต่อทรัพย์สิน ความเสียหายต่อสภาพแวดล้อมในการทำงาน หรือต่อสาธารณชน หรือสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้รวมกัน

1.2 **การเจ็บป่วย** หมายถึง สภาวะที่มีการเปลี่ยนแปลงหน้าที่ปกติทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งอาจจะเปลี่ยนด้านใดด้านหนึ่ง หรือหลายๆ ด้านรวมกัน ทำให้บุคคลทำหน้าที่บกพร่องหรือทำหน้าที่ได้น้อยลงกว่าปกติ เป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกว่ามีสุขภาพไม่ดี

1.3 **การเจ็บป่วยจากการทำงาน** หมายถึง การเจ็บป่วยที่ได้ผ่านการพิจารณาแล้วว่ามีสาเหตุเกิดจากการทำงานหรือสิ่งแวดล้อมของสถานที่ทำงาน

1.4 **โรคติดต่อ** หมายถึง โรคที่เกิดจากเชื้อโรคหรือพิษของเชื้อโรคซึ่งสามารถแพร่โดยทางตรงหรือทางอ้อมมาสู่คน เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรควัณโรค โรคไข้หวัด เป็นต้น

1.5 **เหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุ** หมายถึง เหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เมื่อเกิดขึ้นแล้วมีแนวโน้มที่จะก่อให้เกิดเป็นอุบัติเหตุ หรือ เกือบได้รับบาดเจ็บ เจ็บป่วย เสียชีวิต หรือความสูญเสียต่อทรัพย์สิน สภาพแวดล้อม หรือสาธารณชน

1.6 **อุบัติเหตุ** หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดคิดไว้ล่วงหน้า ไม่พึงประสงค์ หรือขาดการควบคุม แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วส่งผลให้คนบาดเจ็บ หรือความเจ็บป่วยจากการทำงาน สูญเสียอวัยวะบางส่วน พิการ ทูพพลภาพ หรือเสียชีวิต หรือความเสียหายต่อทรัพย์สิน และสภาพแวดล้อมในการทำงานหรือต่อสาธารณชน

1.7 **ความเสี่ยง** หมายถึง โอกาสที่จะเกิดความผิดพลาด ความเสียหาย การรั่วไหล ความสูญเสียเปล่า หรือเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ หรือการกระทำใด ๆ ที่อาจเกิดขึ้นภายใต้สถานการณ์ที่ไม่แน่นอน ซึ่งอาจเกิดขึ้นในอนาคตและมีผลกระทบหรือทำให้การดำเนินงานไม่ประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กร

1.8 **การชั่งอัตราย** หมายถึง กระบวนการในการค้นหาความเสี่ยงที่อาจจะนำไปสู่การเกิดโรคติดต่อ โรคไม่ติดต่อ โรค/การเจ็บป่วยจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม ความเสี่ยงด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพอนามัยของผู้ปฏิบัติงานและประชาชนที่อาศัยอยู่โดยรอบ โรค/การเจ็บป่วยในด้านสุขภาพจิตที่มีอยู่ในแต่ละลักษณะงาน และกิจกรรมแล้วระบุลักษณะของอันตราย

1.9 การประเมินความเสี่ยง หมายถึง กระบวนการประมาณระดับความเสี่ยง และการตัดสินว่า ความเสี่ยงนั้นอยู่ในระดับใด ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ด้าน ดังนี้

1.9.1 ประเมินความเสี่ยงด้านปลอดโรค คลอบคลุมถึง กระบวนการในการค้นหาความเสี่ยงต่อการเกิดโรคและความเสี่ยงต่อการเกิดภาวะแทรกซ้อนจากโรคติดต่อ เช่น โรคไข้หวัดใหญ่ โรคเอดส์ วัณโรค การสูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น โรคไม่ติดต่อ เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดและหัวใจ โรคฟันผุ โรคปริทันต์ และรอยโรคในช่องปาก เป็นต้น รวมถึงความเสี่ยงที่ไม่ได้เกิดจากการทำงาน เช่น อุบัติเหตุจากการจราจรนอกงาน เป็นต้น

1.9.2 ประเมินความเสี่ยงด้านปลอดภัย คลอบคลุมถึง กระบวนการในการค้นหาความเสี่ยงด้านความปลอดภัย ความเสี่ยงด้านอาชีวอนามัย ความเสี่ยงด้านสภาพแวดล้อมในการทำงานและความเสี่ยงด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

1.9.3 ประเมินความเสี่ยงด้านกายใจเป็นสุข คลอบคลุมถึง กระบวนการในการค้นหาความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในประเด็น ความเครียด โรคซึมเศร้า ปัญหาการดื่มสุรา

1.10 ระดับความเสี่ยงที่ยอมรับได้ หมายถึง ระดับความเสี่ยงที่องค์กรยอมรับ โดยไม่จำเป็นต้องเพิ่มมาตรการควบคุมอีก ซึ่งได้รับการพิจารณาจากการประเมินความเสี่ยงแล้วว่าโอกาสที่จะเกิดและความรุนแรงที่จะเกิดขึ้นมีเพียงเล็กน้อย ระดับความเสี่ยงที่ยอมรับได้ อาจเป็นผลจากการมีมาตรการที่เหมาะสมในการลด หรือควบคุมความเสี่ยง

1.11 การควบคุมความเสี่ยง หมายถึง ขั้นตอนหรือนโยบายขององค์กรที่เป็นการควบคุมเพื่อให้เกิดความมั่นใจได้ว่าการตอบสนองความเสี่ยงที่ได้เลือกไว้แล้วจะยังอยู่ระดับที่สามารถยอมรับได้

1.12 การลดผลกระทบของความเสี่ยง หมายถึง ขั้นตอนหรือนโยบายขององค์กรที่เป็นการลดโอกาสที่จะเกิดผลกระทบของความเสี่ยงให้อยู่ในระดับที่องค์กรสามารถยอมรับได้

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กร ต้อง มีการชี้บ่งอันตราย และ การประเมินความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับปลอดโรค ปลอดภัย กายใจเป็นสุขที่เหมาะสมกับองค์กร พร้อมทั้งมีการเรียงลำดับความสำคัญของความเสี่ยงที่พบ และวางแผนการดำเนินงาน โดยต้องพิจารณาถึง

2.1.1 กิจกรรมที่เป็นประจำและไม่ประจำ

กิจกรรมที่เป็นประจำ หมายถึง กิจกรรมที่เป็นหน้าที่หลัก ที่ถูกปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน ของการทำงาน เช่น ผู้ปฏิบัติงานที่เป็นผู้ปฏิบัติงานในฝ่ายการผลิตต้องผลิตชิ้นงานนั้น ๆ ทุกวัน การตรวจสอบคุณภาพชิ้นงาน การทำความสะอาดกระบวนการผลิต เป็นต้น

กิจกรรมที่ไม่ประจำ หมายถึง กิจกรรมที่ไม่เป็นหน้าที่หลัก ที่ไม่ถูกปฏิบัติเป็นประจำทุกวัน ของการทำงาน อาจเป็นนาน ๆ ครั้งของการทำงาน เช่น การทำความสะอาดเครื่องจักรประจำสัปดาห์/ประจำเดือน/ประจำปี การแก้ไขเหตุการณ์ฉุกเฉิน/ผิดปกติที่อาจเกิดขึ้นในกระบวนการทำงาน เป็นต้น

2.1.2 กิจกรรมของทุกคนที่เข้ามาในพื้นที่ปฏิบัติงาน (รวมถึงผู้รับเหมาและผู้มาเยือน)

2.1.3 พฤติกรรมความสามารถและปัจจัยส่วนบุคคลอื่น ๆ ในที่นี้ หมายถึง การชี้บ่งสิ่งคุกคามนั้น ต้องวิเคราะห์ถึงพฤติกรรมความสามารถและปัจจัยส่วนบุคคลอื่น ๆ ของผู้ปฏิบัติงานที่อาจมีความเสี่ยงได้ เช่น ผู้ปฏิบัติงานที่ป่วยเป็นโรคหลอดเลือดและหัวใจหรือมีภาวะความดันโลหิตสูง เมื่อต้องทำงานกลางแจ้งและอากาศร้อนนาน ๆ อาจส่งผลให้เกิดอันตรายได้ หรือผู้ป่วยที่สูบบุหรี่และต้องทำงานในสิ่งแวดล้อมที่มีฝุ่นฝ้ายปะปนอยู่ อาจส่งผลให้เกิดโรคปอดฝุ่นฝ้ายได้ง่ายกว่าคนปกติ เป็นต้น

2.1.4 อันตรายที่เกิดภายนอกพื้นที่ปฏิบัติงานและพื้นที่ใกล้เคียงที่อาจส่งผลถึงด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุขของบุคลากรภายใต้การควบคุมขององค์กรภายในพื้นที่ปฏิบัติงาน

2.1.5 การออกแบบพื้นที่ทำงาน/กระบวนการทำงาน

2.1.6 การติดตั้งเครื่องมือ เครื่องจักรและอุปกรณ์ต่าง ๆ

2.1.7 การปรับปรุงระบบ การเปลี่ยนแปลงใด ๆ ในองค์กรทั้งแบบชั่วคราวและถาวร อาจจะในรูปแบบของการเปลี่ยนแปลงกิจกรรม หรือวัสดุที่เกี่ยวข้องในด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข ที่อาจส่งผลกระทบต่อการทำงาน

2.1.8 ความสอดคล้องต่อกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการประเมินความเสี่ยงและการปฏิบัติในมาตรการควบคุมที่จำเป็นขององค์กร

2.2 องค์กรต้องดำเนินการประเมินระดับความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องในด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข ในองค์กร โดยอาจพิจารณาระดับความเสี่ยงจากโอกาสในการเกิดอันตราย ความรุนแรงในการเกิดอันตรายและโอกาสในการตรวจจับการเกิดอันตราย โดยองค์กรควรเป็นผู้กำหนดและจัดทำเกณฑ์ที่ใช้ในการประเมินระดับความเสี่ยงที่เหมาะสมขององค์กรเอง

2.3 องค์กรต้องจัดทำทะเบียนรายการความเสี่ยง และจัดทำรายงานสรุปจำนวนผู้ปฏิบัติงานที่ผ่านการคัดกรองความเสี่ยงในด้านที่เกี่ยวข้อง (ด้านโรค ด้านสุขภาพจิต) โดยต้องแยกออกเป็นได้ 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มปกติ กลุ่มเสี่ยง และกลุ่มป่วย พร้อมทั้งจัดลำดับความสำคัญของระดับความเสี่ยงที่พบอย่างถูกต้องเพื่อนำไปสู่การจัดการ แก้ไขที่เหมาะสมต่อไป

2.4 องค์กรต้องดำเนินการควบคุมความเสี่ยงที่พบ โดยควรวางแผนการจัดการและควบคุมกิจกรรมผลิตภัณฑ์หรือบริการที่ก่อหรืออาจก่อให้เกิดความเสี่ยงด้านสุขภาพหรือความปลอดภัยของผู้ปฏิบัติงานและเพื่อให้แน่ใจว่าการควบคุมมีประสิทธิภาพ องค์กรควรมีการติดตามตรวจสอบอยู่เสมอ ทั้งนี้ระบบการติดตามตรวจสอบมีหลายรูปแบบด้วยกัน เช่น การตรวจสอบด้วยตนเอง การตรวจสอบจากหน่วยงานอิสระภายนอกองค์กร เป็นต้น

2.5 เพื่อให้การชั่งอันตราย และการประเมินความเสี่ยงมีผลในทางปฏิบัติ องค์กรควรพิจารณาดำเนินการดังนี้

2.5.1 แต่งตั้งคณะทำงานเพื่อดำเนินการชั่งอันตรายและประเมินความเสี่ยง

2.5.2 ปรึกษาและพิจารณาร่วมกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องเพื่อทำการวางแผน พร้อมกับขอความคิดเห็น และให้การยอมรับที่จะปฏิบัติ

2.5.3 กำหนดความต้องการของการฝึกอบรมการชั่งอันตรายและประเมินความเสี่ยงให้กับบุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่เป็นผู้ชั่งและประเมิน แล้วจัดให้มีโครงการฝึกอบรมตามความเหมาะสม

2.5.4 ทบทวนความเพียงพอของการชั่งและประเมิน โดยให้แน่ใจว่าการชั่งอันตรายและประเมินความเสี่ยงนั้นมีรายละเอียดมากพอ ถูกต้อง รัดกุมและเหมาะสม

2.6 องค์กรสามารถศึกษาตัวอย่างในการชั่งอันตราย การประเมินความเสี่ยงและการควบคุมความเสี่ยงด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข ได้ ใน ภาคผนวก ก ตัวอย่างการชั่งอันตราย การประเมินและการควบคุมความเสี่ยงด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข

2.2 องค์กร ต้อง กำหนดวิธีการในการจัดการความเสี่ยง กำหนดผู้รับผิดชอบ บทบาทหน้าที่ของโครงการฯ ตามความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

1) คำนิยาม

ผู้รับผิดชอบ หมายถึง ผู้ที่มีหน้าที่ในการดำเนินงานหรือประสานการดำเนินงานของโครงการที่ช่วยลดความเสี่ยงที่พบจากการประเมินความเสี่ยงขององค์กร ซึ่งสามารถกำหนดในรูปแบบของแผนนำในการดำเนินงาน หรือ คณะกรรมการ ขึ้นอยู่กับบริบทขององค์กร

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องจัดทำโครงการดำเนินงานที่มีการกำหนดผู้รับผิดชอบ บทบาทและอำนาจหน้าที่ในระดับ และส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในองค์กร ระบุถึงวิธีการ และกรอบเวลา ที่สอดคล้องกับความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

2.2 มีการวางแผนการดำเนินงานของโครงการที่ช่วยลดความเสี่ยงทางด้านสุขภาพหรือความปลอดภัย ที่พบจากการประเมินความเสี่ยงขององค์กร ร่วมกับสถานบริการสาธารณสุขหรือชุมชนและเปิดโอกาสให้ผู้ปฏิบัติงานแสดงความคิดเห็นในการดำเนินกิจกรรมนั้น เพื่อนำไปสู่การปรับปรุงให้บรรลุเป้าหมาย

3. การนำแผนสู่การปฏิบัติและการดำเนินการ

3.1 องค์กร ต้อง มีการดำเนินงานตามแผนที่กำหนด

1) คำนิยาม

แผนที่กำหนด หมายถึง แผนการดำเนินงานที่กำหนดขึ้นมาเพื่อควบคุมและติดตามการดำเนินงานของโครงการที่ช่วยลดความเสี่ยงที่พบจากการประเมินความเสี่ยงขององค์กร หรือแผนการดำเนินงานของกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง ภายใต้โครงการสถานประกอบการปลอดภัย ปลอดภัย ใจเป็นสุขขององค์กร

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องมีการดำเนินการตามแผนที่กำหนด โดยต้องมีการกำกับ ควบคุมติดตามการดำเนินงานว่าสามารถดำเนินงานได้ครบถ้วนตามที่ระบุในแผนงาน และสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดหรือไม่

2.2 องค์กรต้องมีการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม ร่วมกับสถานบริการสาธารณสุขหรือชุมชน เช่น หน่วยงานตามการปกครองส่วนท้องถิ่น (อบจ. อบต. เทศบาลนคร เทศบาลเมือง เทศบาลตำบล) โรงเรียน วัด โดยสามารถดำเนินงานในรูปแบบของ

2.2.1 **เชิงรับ** คือ สถานบริการสาธารณสุขเข้ามาให้คำแนะนำหรือเป็นที่ปรึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มผู้ปฏิบัติงานที่เป็นกลุ่มเสี่ยง หรือ กลุ่มปกติ ขององค์กร

2.2.2 **เชิงรุก** คือ องค์กรจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้กับชุมชนโดยร่วมมือกับสถานบริการสาธารณสุข หรือ หน่วยงานตามการปกครองส่วนท้องถิ่น (อบจ. อบต. เทศบาลนคร เทศบาลเมือง เทศบาลตำบล) โรงเรียน วัด

3.2 องค์กร ต้อง มีการสื่อสารประชาสัมพันธ์โครงการฯ หรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องทางด้านปลอดภัย ปลอดภัย ใจ เป็นสุขไปยังผู้ปฏิบัติงาน เพื่อให้เกิดความตระหนักและรู้สึกมีส่วนร่วม โดยการใช้อีสื่อหรือวิธีการที่เหมาะสม ครอบคลุม ทุกกลุ่มเป้าหมาย

1) คำนิยาม

ผู้ปฏิบัติงาน คือ ผู้ที่ปฏิบัติงานให้กับองค์กร ในที่นี้ ให้หมายรวมถึง

ผู้รับเหมาขั้นต้น หรือ **ผู้รับจ้างขั้นต้น** คือ ผู้ซึ่งตกลงรับจะดำเนินงานทั้งหมด หรือแต่บางส่วน ของงานใด งานสำเร็จประโยชน์ของผู้ว่าจ้าง

ผู้รับเหมาช่วง หรือ **ผู้รับจ้างช่วง** หมายความว่า ผู้ซึ่งทำสัญญากับผู้รับเหมาขั้นต้น โดยรับจะดำเนินงาน ทั้งหมดหรือแต่บางส่วน ของงานใด ในความรับผิดชอบของผู้รับเหมาขั้นต้น เพื่อประโยชน์แก่ผู้ว่าจ้าง และหมายรวมถึง ผู้ซึ่งทำสัญญากับผู้รับเหมาช่วงเพื่อรับช่วงงานในความรับผิดชอบของผู้รับเหมาช่วง ทั้งนี้ ไม่ว่าจะรับเหมาช่วงกันกี่ช่วงก็ตาม

2) แนวทางการดำเนินงาน

องค์กรต้องสื่อสารประชาสัมพันธ์นโยบายโครงการฯ แผนปฏิบัติการหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องให้แก่ผู้ปฏิบัติงาน ให้เกิดความตระหนัก รู้สึกมีส่วนร่วมโดยการใช้อีสื่อหรือวิธีการที่เหมาะสม ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยครอบคลุมดังต่อไปนี้

2.1 การสนับสนุนให้มีการสื่อสารแบบสองทาง (Two-way communication) รวมไปถึงการถ่ายทอด ข้อมูลทั้งแบบระดับบนลงสู่ระดับล่าง และแบบระดับล่างย้อนไปหาระดับบน และสามารถโยงข้ามไปยังหน่วยงานต่าง ๆ ในองค์กรได้

2.2 การสื่อสารภายในองค์กร โดยต้องมั่นใจว่า สามารถสื่อสารไปยังทุกคนภายในองค์กรในทุกระดับ และในส่วนต่าง ๆ ได้อย่างทั่วถึง รวมไปถึงสามารถสื่อสารไปยังผู้รับจ้างช่วง และผู้เยี่ยมชมสถานที่ขององค์กรได้อย่างทั่วถึงเช่นกัน

3.3 องค์กร ต้อง มีการส่งเสริมโครงการ/กิจกรรมการใส่ใจสุขภาพ ความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อมระหว่างองค์กร และชุมชน

1) คำนิยาม

ชุมชน หมายถึง หน่วยงาน ที่ตั้งอยู่ หรือ ชาวบ้าน ที่อาศัยอยู่ ทั้งรอบองค์กร หรือ อยู่คนละพื้นที่ขององค์กรก็ได้

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 มีการจัดตั้งคณะกรรมการหรือผู้รับผิดชอบหลักในการรับผิดชอบเรื่องการใส่ใจสุขภาพ ปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมระหว่างองค์กรและชุมชน

2.2 มีการสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันควบคุมโรค และภัยทางสุขภาพ การจัดให้เกิด ความปลอดภัย การลดมลพิษและจัดการให้เกิดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพสัมพันธ์ระหว่างชุมชนกับสถานประกอบการ ตัวอย่างกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ ปลอดภัย และสิ่งแวดล้อม ระหว่างองค์กรและชุมชน เช่น

1. กิจกรรมส่งเสริมความปลอดภัยระหว่างองค์กรและชุมชน เช่น

1.1 การจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องความปลอดภัยให้กับชุมชน

1.2 การสนับสนุนอุปกรณ์ด้านความปลอดภัยให้กับชุมชน เช่น ถังดับเพลิง อุปกรณ์คุ้มครอง

ความปลอดภัยส่วนบุคคล เป็นต้น

2. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพระหว่างองค์กรและชุมชน เช่น

2.1 การจัดกิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปีให้กับชุมชนฟรี

2.2 การจัดกิจกรรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพให้กับชุมชน โดยผ่านการประชาสัมพันธ์

เช่น ป้ายประกาศ เสียงตามสาย โปสเตอร์ แผ่นพับ เป็นต้น

2.3 การจัดกิจกรรมส่งเสริมสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติงานและชุมชนได้ออกกำลังกาย เช่น รมณรงค์ส่งเสริมการจัดกิจกรรมแข่งขันกีฬาระหว่างองค์กรกับชุมชน การจัดสถานที่ อุปกรณ์ และสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา เป็นต้น

2.4 การจัดกิจกรรมลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด

3. กิจกรรมส่งเสริมด้านสิ่งแวดล้อมระหว่างองค์กรและชุมชน เช่น

3.1 การณรงค์ปลูกต้นไม้ในพื้นที่ชุมชน

3.2 การณรงค์กิจกรรมธนาคารขยะในชุมชน เป็นต้น

3.4 องค์กร ต้อง มีนวัตกรรมในการลดโรคหรือพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพตามความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

1) คำนิยาม

นวัตกรรม หมายถึง วิธีการ/แนวทาง/เครื่องมือใหม่ที่ไม่เคยดำเนินการในองค์กรมาก่อนโดยการคิดค้นขององค์กร หรือร่วมกับหน่วยบริการสาธารณสุข เพื่อลดโรค ความเสี่ยงจากสิ่งคุกคามสุขภาพ หรือพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพนำไปสู่การส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานมีสุขภาพที่ดีขึ้น

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องจัดให้มีนวัตกรรมที่ช่วยในการลดโรคหรือพฤติกรรมเสี่ยงทางสุขภาพตามความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

2.2 องค์กรต้องมีการสร้างความรู้ความสามารถให้กับบุคลากรทุกระดับเกี่ยวกับนวัตกรรม หรือ ความเสี่ยงที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร อาจประกอบด้วยประเด็นดังต่อไปนี้

2.2.1 การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และหลอดเลือด เป็นต้น

2.2.2 การป้องกันโรคติดต่อ เช่น วัณโรค ไข้เลือดออก อุจจาระร่วง หัด การได้รับวัคซีน เป็นต้น

2.2.3 กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย ด้านโภชนาการ สุขภาพจิต สุขภาพช่องปาก อนามัยวัยเจริญพันธุ์ พิษภัยของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บุหรี่ และสิ่งเสพติด เป็นต้น

2.2.4 การจัดการความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสิ่งแวดล้อมในสถานที่ทำงาน

2.3 มีรายงานสรุปผลการดำเนินงานตามนวัตกรรมขององค์กร

3.5 องค์กร ต้อง มีการขยายการดำเนินงานไปยังหน่วยงานอื่น เช่น สถานประกอบการ หรือ วิสาหกิจชุมชน

1) คำนิยาม

การขยายการดำเนินงาน หมายถึง การนำรายละเอียดของโครงการสถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข ไปสู่หน่วยงานอื่น

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องเป็นที่เสี่ยงให้กับหน่วยงานอื่น เช่น สถานประกอบการ หรือวิสาหกิจชุมชน อื่น ๆ โดยต้องประกอบด้วยกิจกรรม ดังต่อไปนี้

2.1.1 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้การดำเนินงานของโครงการฯ โดยอาจดำเนินงานในรูปแบบของการจัดประชุม การศึกษาดูงานในพื้นที่ขององค์กร การถ่ายทอดผ่าน VDO Conference เป็นต้น

2.1.2 การเป็นที่ปรึกษา ให้คำแนะนำในการดำเนินงานของโครงการฯ แก่ สถานประกอบการ หรือวิสาหกิจชุมชน อื่น ๆ

4. การติดตาม ประเมินผล และระบบรายงาน

4.1 องค์กร ต้อง มีระบบการติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน

1) คำนิยาม

ระบบการติดตาม และประเมินผล หมายถึง กระบวนการกำกับ ตรวจสอบ ผลการดำเนินงานว่า เป็นไปตามข้อกำหนด หรือระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุขหรือไม่ เช่น ข้อมูลจากการตรวจสอบ สถานที่ทำงานหรือเอกสารในการทำงาน สถิติการประสบอุบัติเหตุ ผลการตรวจสุขภาพผู้ปฏิบัติงาน เป็นต้น

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องมีการกำหนดขั้นตอนและแผนงานในการติดตามการดำเนินงานเพื่อให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ทุกส่วนได้รับทราบและปฏิบัติไปด้วยกัน

2.2 องค์กรต้องมีการติดตามการดำเนินงานตามแผนงานที่กำหนด

2.3 องค์กรต้องมีการประเมินผลการดำเนินงานของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกส่วนว่าเป็นไปตามข้อกำหนด หรือระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุขหรือไม่

2.4 องค์กรต้องมีการทบทวนแผนและประเมินผลเป็นระยะ ๆ และนำผลการประเมินไปวางแผน เพื่อให้บรรลุนโยบายและวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

4.2 องค์กร ต้อง มีระบบการจัดเก็บเอกสารและการรายงาน ด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข อย่างเพียงพอ เพื่อให้การจัดการเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เอกสารเหล่านี้ อาจอยู่ในรูปแบบใดก็ได้ โดยองค์กร ต้อง จัดทำปฏิบัติ และคงรักษาไว้ซึ่งระเบียบปฏิบัติ สำหรับการควบคุมเอกสาร

1) คำนิยาม

ระเบียบปฏิบัติสำหรับการควบคุมเอกสาร หมายถึง ข้อกำหนด ข้อตกลง หรือขั้นตอนการดำเนินงาน ขององค์กรในเรื่องการควบคุมเอกสาร

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องมีการจัดทำระเบียบปฏิบัติในการควบคุมเอกสาร เพื่อให้เอกสารและรายงานที่เกี่ยวข้อง ในระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ภายใจเป็นสุข มีความครบถ้วน เป็นปัจจุบัน และ มีการระบุการทำลายเอกสารต่าง ๆ ที่ชัดเจน

2.2 องค์กรต้องมีการจัดเก็บเอกสารและรายงานอย่างเป็นระบบ เอกสารเหล่านี้ อาจอยู่ในรูปแบบใดก็ได้ (มีการซิงค์ จัดเก็บ ป้องกัน การเรียกดู ระยะเวลาการจัดเก็บ ค้นหาได้ทันที)

4.3 องค์กร ต้อง มีการประเมินความพึงพอใจของผู้รับบริการศูนย์สุขภาพด้วยทำงานในสถานประกอบการ

1) คำนิยาม

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 องค์กรต้องดำเนินการประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้บริการศูนย์สุขภาพด้วยทำงานในสถานประกอบการ โดยสามารถดำเนินการในรูปแบบที่เหมาะสมตามลักษณะขององค์กร เช่น การใช้แบบสอบถาม การประเมินผ่าน ระบบอิเล็กทรอนิกส์ เป็นต้น

2.2 องค์กรต้องนำผลการประเมินความพึงพอใจฯ ไปสู่การปรับปรุง พัฒนาให้ดีขึ้น

5. การทบทวนโดยผู้บริหาร

5.1 ผู้บริหารระดับสูงหรือผู้ได้รับมอบอำนาจขององค์กรต้องทบทวนระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย และการทำงานศูนย์สุขภาพดีด้วยทำงานตามรอบระยะเวลาที่วางแผนเพื่อให้มั่นใจว่าระบบยังคงเหมาะสม เพียงพอและมีประสิทธิผล

1) คำนิยาม

ผู้บริหารระดับสูง หมายถึง ผู้บริหารระดับสูงสุดขององค์กรหรือผู้ที่ได้รับมอบหมายหรือ ผู้มีอำนาจ ในการตัดสินใจ ในกรณีที่องค์กรนั้นมีหลายสาขา ให้หมายความถึง ผู้บริหารระดับสูงสุดหรือผู้ที่ได้รับมอบหมายหรือผู้มีอำนาจ ในการตัดสินใจขององค์กรสาขานั้น

2) แนวทางการดำเนินงาน

2.1 ผู้บริหารระดับสูงหรือผู้ได้รับมอบอำนาจต้องทบทวนระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย และการทำงานศูนย์สุขภาพดีด้วยทำงานตามรอบระยะเวลาที่องค์กรกำหนด

2.2 สิ่งที่น่าเข้าทบทวนโดยผู้บริหาร หรือผู้ได้รับมอบอำนาจ ต้องมีครบถ้วนทุกประเด็น ดังนี้

2.2.1 ผลการตรวจสอบด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย และการทำงานศูนย์สุขภาพดีด้วยทำงาน โดยต้องมีประเด็นดังนี้

- ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของโครงการ
- สถานะของการดำเนินการแก้ไขและการป้องกันปัญหาด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย

2.2.2 การสื่อสารที่เกี่ยวข้องด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย และการทำงานศูนย์สุขภาพดีด้วยทำงาน จากกลุ่มผู้สนใจภายนอก รวมถึงข้อร้องเรียนต่าง ๆ (ถ้ามี)

2.2.3 การติดตามผลการดำเนินการจากผลการประชุมครั้งที่ผ่านมา

2.2.4 สถานการณ์ต่าง ๆ ที่เปลี่ยนแปลงรวมถึงกฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้องในด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย

ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย

2.2.5 ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงานและการแก้ไข

2.3 มีการบันทึกการทบทวนฯ และมีการจัดเก็บรักษาบันทึกการทบทวนขององค์กรที่สามารถเรียกใช้ได้ เมื่อต้องการ

2.4 บันทึกการทบทวนควรสื่อสารไปยังผู้ปฏิบัติงานในทุกส่วนเพื่อให้ทราบถึงผลและทิศทางการดำเนินงาน ของระบบการจัดการด้านปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย ขององค์กร

1. การให้คำปรึกษาเพื่อป้องกัน ควบคุมโรค การให้บริการรักษาเบื้องต้นและการส่งต่อ

องค์กร ต้อง มีการให้คำปรึกษาเพื่อป้องกัน ควบคุมโรค การให้บริการรักษาเบื้องต้นและการส่งต่อ ตามความเสี่ยง ที่ได้จัดลำดับความสำคัญของปัญหาขององค์กร

แนวทางการดำเนินงาน

1. กิจกรรมให้คำแนะนำปรึกษาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ เช่น

1.1 การป้องกันหรือลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังหรือโรควิถีชีวิต ได้แก่ หลีกเลี่ยงการบริโภค อาหารรสหวาน มัน และเค็มจัด รวมถึงขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม เครื่องดื่มประเภทกาแฟ น้ำผลไม้ที่เติมน้ำตาล อาหารสำเร็จรูป อาหารถุงพลาสติก อาหารที่ให้พลังงานสูง อาหารจานด่วนและอาหารบริการส่งถึงบ้าน ลดหรืองดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเครื่องดื่มชูกำลัง งดสูบบุหรี่ เพิ่มการรับประทานผักและผลไม้ที่ไม่หวาน ออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างน้อย 30 นาทีต่อวัน 5 วันต่อสัปดาห์ ผ่อนคลาย ไม่เครียด พักผ่อนหรือหางานอดิเรกทำ

1.2 การป้องกันหรือลดความเสี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เช่น เอดส์ เป็นต้น ได้แก่ ใส่ถุงยางอนามัย ขณะมีเพศสัมพันธ์ ไม่สำส่อนทางเพศ ฯลฯ

2. การให้บริการรักษาเบื้องต้น เช่น จัดให้มีห้องพยาบาล บุคลากรทางการแพทย์ ห้องปฐมพยาบาล ตู้ยาและ ชุดปฐมพยาบาล เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องวัดความดันโลหิตและที่วัดส่วนสูง พร้อมทั้งมีการจัดบันทึกการรักษาและการใช้ยา (อ้างอิงตามกฎกระทรวงว่าด้วยการจัดสวัสดิการในสถานประกอบกิจการ พ.ศ. 2548)

3. การส่งต่อ เช่น เมื่อพบผู้ปฏิบัติงานต้องการเลิกบุหรี่ประสานงานกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง เพื่อเข้าคลินิกเลิกบุหรี่ หรือเมื่อสงสัยว่าผู้ปฏิบัติงานเป็นโรคไม่ติดต่อหรือโรคติดต่อควรรีบประสานเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง เป็นต้น

2. การส่งเสริมสุขภาพ การลด และป้องกันการเกิดโรค

2.1 องค์กร ต้อง มีทะเบียนสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานและการสรุปลักษณะสุขภาพขององค์กร

แนวทางการดำเนินงาน

1. มีข้อมูลทะเบียนสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานรายบุคคล
2. มีข้อมูลทะเบียนสุขภาพพรมองค์กร ที่เกี่ยวข้องกับทุกประเด็น ดังต่อไปนี้
 - (1) ข้อมูลการตรวจสุขภาพประจำปี
 - (2) ข้อมูลการตรวจสุขภาพตามปัจจัยเสี่ยง
 - (3) ข้อมูลการสูบบุหรี่ และดื่มสุรา
 - (4) ข้อมูลการคัดกรอง ดัชนีมวลกาย รอบเอว เบาหวาน ความดันโลหิต โรคหัวใจและหลอดเลือด
 - (5) ข้อมูลการได้รับวัคซีนที่จำเป็น
3. มีการแจ้งผลการตรวจสุขภาพให้แก่ผู้ปฏิบัติงานทราบ
4. นำรายงานสรุปลักษณะสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานมาวิเคราะห์ในการวางแผนการดำเนินงาน

2.2 องค์การ ต้อง มีการส่งเสริมสุขภาพ การลด และการป้องกันการเกิดโรค

แนวทางการดำเนินงาน

1. การส่งเสริมการลดหรือป้องกันการเกิดโรคติดต่อ เช่น โรคเอดส์ วัณโรค ไข้เลือดออก ไข้หวัดใหญ่หรือโรคอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ ฯลฯ อย่างน้อยควรประกอบด้วยกิจกรรมดังต่อไปนี้

- การคัดกรองผู้ปฏิบัติงานที่มีอาการป่วยด้วยโรคระบบทางเดินหายใจ เช่น วัณโรค ไข้หวัดใหญ่ โรคติดต่ออุบัติใหม่ในวงกว้าง เป็นต้น

- การจัดให้มีมาตรการจัดหาอุปกรณ์สำหรับการป้องกันการแพร่กระจายของโรคติดต่อ เช่น หน้ากากอนามัย แอลกอฮอล์ล้างมือ เป็นต้น

- การจัดระบบการติดตามและเฝ้าระวัง และการรายงานการป่วยของผู้ปฏิบัติงานเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดต่อ โรคติดต่ออุบัติใหม่ในวงกว้าง ตามนโยบาย/ประกาศ/ระเบียบของกระทรวงสาธารณสุข

- การดำเนินการหรือสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติงานได้รับวัคซีนที่จำเป็นและเหมาะสมตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขกำหนด เช่น หัดเยอรมัน ไข้หวัดใหญ่ เป็นต้น

- การจัดให้มีผู้รับผิดชอบสำรวจและกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวมทั้งร่วมกับหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออกทุกปี

- การส่งเสริมการลดหรือป้องกันโรคเอดส์ โดยควรมี

- การประกาศนโยบาย/มาตรการเรื่องการป้องกันและบริหารจัดการด้านเอดส์ในสถานที่ทำงาน ตามแนวปฏิบัติแห่งชาติว่าด้วยการป้องกันและบริหารจัดการด้านเอดส์ในสถานที่ทำงาน พ.ศ.2552 และมีการถ่ายทอดให้ผู้ปฏิบัติงานรับทราบโดยทั่วถึงกัน

- การส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานได้รับบริการปรึกษาและการตรวจหาการติดเชื้อเอชไอวีแบบสมัครใจ โดยมีระบบการรักษาความลับ และห้ามเปิดเผยความลับตามพระราชบัญญัติให้ใช้ประมวลกฎหมายอาญา พ.ศ.2549 และพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550

- การจัดกิจกรรมการป้องกันเอดส์ให้กับผู้ปฏิบัติงาน โดยการให้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องเอดส์ ที่ถูกต้อง และส่งเสริมการเข้าถึงถุงยางอนามัยเพื่อป้องกันเอดส์

2. การส่งเสริมการลดหรือป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดและหัวใจ โรคฟันผุ โรคปริทันต์ และรอยโรคในช่องปาก และโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม อย่างน้อยต้อง ประกอบด้วยกิจกรรมดังต่อไปนี้

2.1 การจัดให้ผู้ปฏิบัติงานได้รับบริการตรวจสุขภาพและสุขภาพช่องปากทุกคน และมีการตรวจตามปัจจัยเสี่ยงที่ผู้ปฏิบัติงานต้องสัมผัส โดยให้ได้รับตรวจสุขภาพก่อนเข้าปฏิบัติงาน ตรวจสุขภาพประจำปี ตรวจสุขภาพตามปัจจัยเสี่ยง เช่น ตรวจจากรไต้ยีนในงานที่มีเครื่องจักรเสียงดัง ตรวจคัดกรองความเสี่ยงต่อการเกิดไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือด โรคฟันผุ โรคปริทันต์ และรอยโรคในช่องปาก เป็นต้น ซึ่งกระบวนการนี้ต้องกระทำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

2.2 การแจ้งผลการตรวจสุขภาพและสิทธิในการเข้าถึงบริการตรวจสุขภาพให้แก่ผู้ปฏิบัติงาน (ทั้งนี้การตรวจสุขภาพของผู้ปฏิบัติงานต้องเป็นไปตามกฎกระทรวง กำหนดหลักเกณฑ์และวิธีการตรวจสุขภาพของลูกจ้างและส่งผลการตรวจแก่ผู้ปฏิบัติงานตรวจแรงงาน พ.ศ. 2554)

3. การส่งเสริม ลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริม ลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการประกาศนโยบาย/มาตรการเพื่อส่งเสริมการลด เลิกบุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติดให้รับทราบโดยทั่วถึงกัน
- มีคณะทำงานหรือผู้รับผิดชอบการดำเนินการเพื่อส่งเสริมการลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติดอย่างเป็นรูปธรรม
- มีการรณรงค์ประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ข้อมูลความรู้แก่ผู้ปฏิบัติงานทุกระดับ เกี่ยวกับโทษ พิษภัย ผลกระทบจากการสูบบุหรี่และการได้รับควันบุหรี่ปริมาณสูง ต้มสุรา และสิ่งเสพติด รวมทั้งการปฏิบัติตัวให้ถูกต้องตามกฎหมายควบคุมยาสูบและควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- มีการจัดสถานที่ และสิ่งแวดล้อมในสถานประกอบการให้มีสภาพและลักษณะของพื้นที่เขตปลอดบุหรี่ปริมาณสูงหรือ เขตปลอดบุหรี่ปริมาณสูงตามพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ พ.ศ. 2560
- มีการเฝ้าระวังและตรวจเตือนผู้ฝ่าฝืนสูบบุหรี่ในพื้นที่เขตปลอดบุหรี่ปริมาณสูงตามกฎหมาย
- มีการประเมิน/ทดสอบการติดบุหรี่ปริมาณสูงของผู้ปฏิบัติงาน อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง โดยใช้แบบทดสอบการติดบุหรี่ปริมาณสูง (แบบทดสอบฟาเกอร์สตรอมเพื่อวัดระดับการติดนิโคติน)
- มีการสนับสนุนการช่วย เลิกบุหรี่ สุรา สิ่งเสพติดให้กับผู้ปฏิบัติงาน เช่น เชิญชวนให้เลิก แนะนำแนวทางการเลิก การให้คำปรึกษาเพื่อช่วยเลิก หรือขอรับคำปรึกษาจากศูนย์บริการเลิกบุหรี่ปริมาณสูงทางโทรศัพท์แห่งชาติ โทร.1600 ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา สายด่วนเลิกสุรา โทร. 1413 หรือส่งต่อสถานบริการสุขภาพเพื่อช่วยเลิกบุหรี่ปริมาณสูง สุรา สิ่งเสพติด เป็นต้น

4. การส่งเสริมโภชนาการ

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริมโภชนาการให้ผู้ปฏิบัติงาน

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานสามารถประเมินผลภาวะโภชนาการได้ด้วยตนเอง เช่น การชั่งน้ำหนัก การประเมินค่าดัชนีมวลกาย และการวัดเส้นรอบวงเอว เป็นต้น
- มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมโภชนาการ เช่น
 1. ติดป้ายรณรงค์ เช่น “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ” “ชิมก่อนเติม” เป็นต้น
 2. ส่งเสริมให้บริโภคอาหารหลักโภชนบัญญัติ ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคโภชนบัญญัติ 9 ข้อ ดังนี้
 - ข้อ 1 รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ แต่ละหุ้ให้หลากหลายและหมั่นดื่มน้ำหนักตัว
 - ข้อ 2 รับประทานข้าวเป็นอาหารหลัก สลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ
 - ข้อ 3 รับประทานพืชผักให้มาก และรับประทานผลไม้เป็นประจำ
 - ข้อ 4 รับประทานปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมันไข่ และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ
 - ข้อ 5 ดื่มนมให้เหมาะสมตามวัย
 - ข้อ 6 รับประทานอาหารที่มีไขมันแต่พอสมควร
 - ข้อ 7 หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารรสหวานจัด
 - ข้อ 8 รับประทานอาหารที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน
 - ข้อ 9 งดหรือลดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์
 3. การล้างมือที่ถูกวิธี (ก่อนและหลังรับประทานอาหาร)
 4. รณรงค์การดื่มน้ำเปล่า ลดการดื่มน้ำอัดลมและเครื่องดื่มชูกำลัง เครื่องดื่มที่มีรสหวาน
 5. สนับสนุนให้รับประทานผลไม้ที่ไม่หวานแทนการรับประทานขนมหวานหรือขนมขบเคี้ยว
 6. รณรงค์ให้ลดการรับประทานอาหารรสหวาน มัน เค็ม

- สำหรับองค์กรที่มีโรงอาหาร ต้องมีการดำเนินการครบถ้วนทุกประเด็น ดังต่อไปนี้

1. จัดให้มีร้านอาหารสุภาพ หรือมีเมนูสุภาพ ลดอาหารรส หวาน มัน เค็ม เพิ่มผักและผลไม้รสไม่หวาน

2. ลดการจำหน่าย จ่ายแจก เครื่องดื่มที่มีรสหวานจัด

3. มีการสุ่มตรวจสอบปนเปื้อน 6 ชนิด ในวัตถุดิบที่นำมาปรุงอาหาร ได้แก่ สารฟอกขาว ฟอร์มาลีน สารกำจัดศัตรูพืช สารกันรา สารบอแรกซ์ น้ำมันทอดซ้ำ อย่างน้อยทุก 3 เดือน

4. ลดการใช้เครื่องปรุงรส/ผงชูรส

5. จัดทำข้อตกลงในองค์กร เรื่อง อาหารที่มีผลเสียต่อสุขภาพ เช่น อาหารไขมันสูงหรือ เนื้อสัตว์ติดมัน อาหารฟาสต์ฟู้ด อาหารรสเค็ม ขนมหวาน เครื่องดื่มผสมแอลกอฮอล์ เป็นต้น ทั้งนี้ต้องเชื่อมโยงกับปัญหาสุขภาพสำคัญขององค์กร

5. การส่งเสริมการออกกำลังกาย

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริมการออกกำลังกายให้ผู้ปฏิบัติงาน

1) คำนียาม

การทดสอบสมรรถภาพทางกาย หมายถึง การวัดระดับความสามารถของร่างกาย เพื่อดูความสามารถในการปฏิบัติภารกิจประจำวัน/กิจกรรมทางกาย โดยมีวิธีการทดสอบดังนี้ 1.สมรรถภาพหรือความอดทนของระบบหัวใจและหายใจ 2.สัดส่วนหรือองค์ประกอบร่างกาย 3.ความอ่อนตัว 4.ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ 5.ความอดทนของกล้ามเนื้อ

2) แนวทางการดำเนินงาน

- จัดให้มีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย หรือออกกำลังกาย สถานที่ และอุปกรณ์ อย่างเพียงพอ หรือสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติงานใช้สถานบริการออกกำลังกาย หรือสวนสุขภาพแห่งอื่น ในกรณีที่สถานประกอบการนั้นไม่มีสถานที่

- จัดให้มีกิจกรรมออกกำลังกายกลุ่ม หรือมีผู้นำการออกกำลังกาย

- จัดให้มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และให้คำปรึกษาแนะนำการมีกิจกรรมทางกาย หรือการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม และปลอดภัยต่อสภาพร่างกาย

- ผู้บริหารควรเป็นแบบอย่างในการมีกิจกรรมทางกาย และเป็นต้นแบบด้านสุขภาพ

- ให้ลูกเปลี่ยนอิริยาบถจากท่านั่งหรือนอนราบ ทุก 2 ชั่วโมง ด้วยการลุกยืน เดินไปมา ยืดเหยียดร่างกาย โดยเฉพาะตอนนั่งทำงานนั่งประชุม ใช้คอมพิวเตอร์ นั่งดูโทรทัศน์ และใช้โทรศัพท์มือถือ เพื่อลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง

- ก่อนเริ่มออกกำลังกายอย่างจริงจัง ควรประเมินความพร้อมก่อนการออกกำลังกาย (Physical Activity Readiness Questionnaire) เพื่อประเมินปัจจัยเสี่ยงเรื่องสุขภาพด้วย โดยมีข้อแนะนำ ดังนี้

ข้อแนะนำการมีกิจกรรมทางกาย ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และการลดพฤติกรรมเนือยนิ่งสำหรับผู้ใหญ่ มีดังนี้

1. หากไม่เคยมีกิจกรรมทางกายมาก่อน ให้ค่อยๆ เริ่มทำจากเบาไปหนัก จากช้าไปเร็ว ตามที่สามารถทำกิจกรรมทางกายได้ และพึงระลึกว่าการขยับไม่ว่ามากน้อยเท่าไร ย่อมดีกว่าไม่ขยับ สามารถมีกิจกรรมทางกายได้ทั้งในบ้าน การทำงาน การเดินทาง และนันทนาการ

2. ให้มีกิจกรรมทางกายแบบแอโรบิกที่พัฒนาระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ กิจกรรมทั้งระดับหนักและปานกลาง สามารถผสมผสานกันได้ แบ่งสะสมเป็นช่วง ๆ อย่างน้อยครั้งละ 10 นาที

2.1 **แบบที่ 1** กิจกรรมทางกายระดับปานกลาง อย่างน้อย 150 นาทีต่อสัปดาห์ หรือวันละ 30 นาที 5 วันต่อสัปดาห์ เช่น เดินเร็ว ทำสวนปั่นจักรยาน ยกของเบา และทำความสะอาดบ้าน

2.2 **แบบที่ 2** กิจกรรมทางกายระดับหนัก อย่างน้อย 75 นาทีต่อสัปดาห์ หรือวันละ 15 นาที 5 วันต่อสัปดาห์ เช่น วิ่งเร็ว ว่ายน้ำ ขุดดินเดินขึ้นบันได และเล่นกีฬา

6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปาก

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการส่งเสริมการดูแลสุขภาพช่องปากให้ผู้ปฏิบัติงาน

แนวทางการดำเนินงาน

- สนับสนุนให้มีการจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพช่องปากที่ดีของผู้ปฏิบัติงาน เช่น จัดให้มีสถานที่แปรงฟัน มีสื่อที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพช่องปาก งดการจำหน่ายน้ำอัดลม/เครื่องดื่มรสหวาน หรือลูกอมในสถานที่ทำงาน เป็นต้น
- จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่องปากให้กับผู้ปฏิบัติงาน เช่น มีบริการตรวจสุขภาพช่องปากให้ผู้ปฏิบัติงาน ร่วมกับการตรวจสุขภาพร่างกาย มีการสื่อสารเรื่องสุขภาพช่องปากผ่านช่องทางต่าง ๆ เป็นต้น
- ต้องให้ผู้ปฏิบัติงานเข้ารับการตรวจและรักษาทางทันตกรรมอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

1. การส่งเสริมการป้องกันและการลดอุบัติเหตุทั้งในงานและนอกงาน

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ ส่งเสริมการป้องกันและการลดอุบัติเหตุทั้งในงานและนอกงาน

แนวทางการดำเนินงาน

- กิจกรรมส่งเสริมการป้องกันหรือลดอุบัติเหตุนอกงาน เช่น การป้องกันหรือลดอุบัติเหตุจราจรทางถนน โดย

1. การอบรมให้ความรู้แก่ผู้ปฏิบัติงานด้านการขับขี่และโดยสารยานพาหนะ
2. การรณรงค์สวมหมวกนิรภัย 100%
3. การรัดเข็มขัดนิรภัย 100%

4. การรณรงค์ “วงไม่ขับ” “ตีไม่ขับ” “โทรไม่ขับ” และ “ไม่ขับรถด้วยความเร็วเกินกว่ากฎหมายกำหนด” เป็นต้น

- กิจกรรมส่งเสริมการป้องกันหรือลดอุบัติเหตุในงาน เช่น

1. การจัดกิจกรรมวันความปลอดภัยหรือสัปดาห์ความปลอดภัย
2. การจัดกิจกรรมข้อเสนอแนะด้านความปลอดภัย
3. การจัดกิจกรรมการตรวจความปลอดภัยในการทำงาน

4. การจัดให้มีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลที่ถูกต้อง เหมาะสม เพียงพอกับลักษณะความเสี่ยงของงาน

ประเภทต่าง ๆ ที่ผู้ปฏิบัติงานปฏิบัติ ทั้งนี้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคล ต้อง เป็นไปตามประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง กำหนดมาตรฐานอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล พ.ศ. 2554 และกฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559 (หมวด 4) นอกจากการป้องกันที่แหล่งกำเนิดอย่างครอบคลุมแล้ว

- การจัดให้มีระบบการสอบสวนและวิเคราะห์การเกิดอุบัติเหตุทั้งในงานและนอกงาน โดยต้องมีการสอบสวน และวิเคราะห์ทั้งการเกิดอุบัติเหตุ การเกิดเหตุและเหตุการณ์เกือบเกิดอุบัติเหตุ และจัดทำบันทึกการสอบสวนและวิเคราะห์ ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลอย่างน้อย ดังต่อไปนี้

1. ชื่อผู้ประสบเหตุ
2. วันและเวลาที่เกิดเหตุ
3. สถานที่เกิดเหตุหรือแผนกที่เกิดเหตุ
4. หน้าที่หรือลักษณะการทำงานของผู้ประสบเหตุ
5. ลักษณะและความรุนแรงของการบาดเจ็บ
6. สาเหตุของการเกิดเหตุ (การกระทำที่ไม่ปลอดภัยหรือสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย)
7. แนวทางการแก้ไขและป้องกัน
8. แนวทางการแก้ไขและป้องกันการเกิดซ้ำ

2. การจัดการด้านอาคารสถานที่

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการจัดการด้านสถานที่ให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด ปลอดภัย

แนวทางการดำเนินงาน

อย่างน้อย ต้อง ประกอบด้วยกิจกรรมดังต่อไปนี้

- กิจกรรม 5 ส (สะสาง สะอาด สะดวก สุขลักษณะ สร้างสุขนิสัย) ซึ่งเป็นพื้นฐานการดูแลความเป็นระเบียบเรียบร้อยของสถานที่ โดยรวมไปถึงการจัดเก็บวัสดุอุปกรณ์ ซึ่งจะให้เกิดความปลอดภัยในการทำงาน
- กิจกรรมอื่นใดที่จัดทำขึ้นเพื่อรักษาความสะอาดและความเป็นระเบียบเรียบร้อยของอาคารสถานที่

3. การจัดการด้านการยศาศตร์

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการจัดการด้านการยศาศตร์อย่างเหมาะสม

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการประเมินสภาพแวดล้อม ลักษณะและท่าทางการทำงานในจุดการปฏิบัติงานที่มีผลต่อการเกิดปัญหาด้านการยศาศตร์ (ครอบคลุมทุกพื้นที่ปฏิบัติงานในองค์กรที่มีความเสี่ยง)
- มีการปรับปรุงสถานที่ทำงานหรือลักษณะท่าทางการทำงานอย่างเหมาะสมเพื่อลดหรือป้องกันปัญหาด้านการยศาศตร์ให้กับผู้ปฏิบัติงาน

4. การจัดการบริเวณสถานที่รับประทานอาหาร จำหน่ายอาหาร และเตรียมปรุงประกอบอาหาร

องค์กร ต้อง มีการจัดการบริเวณสถานที่รับประทานอาหาร จำหน่ายอาหาร และเตรียมปรุงประกอบอาหารอย่างถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลอาหาร ของกรมอนามัย

แนวทางการดำเนินงาน

องค์กร ต้อง ได้รับรองมาตรฐานการสุขาภิบาลอาหาร (Clean Food Good Taste) ของกรมอนามัย หรือ องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ ประกอบด้วยกิจกรรมดังต่อไปนี้

1. สถานที่รับประทานอาหารและบริเวณทั่วไปต้องสะอาด เป็นระเบียบ
2. สถานที่เตรียมปรุง ประกอบอาหาร ต้องสะอาด จัดเป็นสัดส่วน และมีการจัดวางวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นระเบียบ และถูกสุขลักษณะ
3. ไม่ปรุงประกอบอาหารบนพื้นและบริเวณหน้าห้องน้ำห้องส้วม โต๊ะเตรียม - ปรุงอาหาร สูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร
4. อาหารสด เช่น เนื้อสัตว์ ผักสด แยกเก็บเป็นสัดส่วน ไม่ปะปนกัน วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร หรือ เก็บในตู้เย็น
5. อาหารที่ปรุงสำเร็จแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาด มีการปกปิด วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร
6. ล้างภาชนะอุปกรณ์ด้วยวิธีการอย่างน้อย 2 ขั้นตอน โดยขั้นตอนที่ 1 ล้างด้วยน้ำยาล้างภาชนะ และขั้นตอนที่ 2 ล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง หรือล้างด้วยน้ำไหล
7. ภาชนะที่ใช้รองรับขยะ ไม่รั่วซึม และมีฝาปิดมิดชิด
8. มีท่อหรือรางระบายน้ำที่มีสภาพดี ไม่แตกร้า ระบายน้ำจากห้องครัวและที่ล้างภาชนะอุปกรณ์ลงสู่ท่อระบายน้ำ หรือแหล่งบำบัดได้ดี

9. ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ ผู้สัมผัสอาหาร มีสุขวิทยาส่วนบุคคลที่ดี เช่น แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน ผูกผ้ากันเปื้อน สวมหมวกหรือเน็คคลุมผม ตัดเล็บสั้น ไม่สูบบุหรี่ขณะปฏิบัติงาน เป็นต้น และมีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ ไม่เป็นโรคผิวหนัง
10. มีการส่งเสริม สนับสนุน เช่น การอบรมให้ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ ผู้สัมผัสอาหารมีความรู้ด้านการสุขาภิบาลอาหาร และส่งเสริมให้ผู้ปรุงได้รับการตรวจสอบสุขภาพประจำปี
11. จัดให้มีอ่างล้างมือ พร้อมสบู่ ที่มีจำนวนเพียงพอ สำหรับผู้ปฏิบัติงานได้ล้างมือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง
12. จัดให้มีน้ำดื่มที่ได้คุณภาพตามมาตรฐานน้ำดื่ม เช่น เกณฑ์คุณภาพน้ำบริโภคกรมอนามัย สำหรับบริการผู้ปฏิบัติงาน อย่างเพียงพอสำหรับการใช้ในแต่ละวัน และพื้นที่ให้บริการน้ำดื่มต้องตั้งอยู่ในบริเวณที่เหมาะสม โดยลักษณะการจัดบริการน้ำดื่ม ต้องไม่ก่อให้เกิดความสกปรกหรือการปนเปื้อน

5. การจัดการห้องน้ำ ห้องส้วม

องค์กร ต้อง มีการจัดการห้องน้ำห้องส้วม ได้อย่างถูกต้องตามหลักมาตรฐานสุขอนามัยประเทศไทย (HAS) ของ กรมอนามัย

แนวทางการดำเนินงาน

1. ห้องน้ำ ห้องส้วม และสุขภัณฑ์ต้องสะอาด อยู่ในสภาพดี ใช้งานได้ ไม่มีกลิ่นเหม็น และมีวัสดุ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวกไว้บริการ จัดให้มีการทำความสะอาด และมีระบบการควบคุมตรวจตราเป็นประจำ
 2. จัดให้มีอ่างล้างมือ พร้อมสบู่ ที่เพียงพอ พร้อมให้บริการ
 3. มีถังรองรับขยะที่สะอาด ไม่รั่วซึม และมีฝาปิดมิดชิด
 4. มีห้องส้วมเพียงพอต่อผู้ใช้บริการ รวมถึงจัดให้มีส้วมนั่งราบสำหรับผู้พิการ ผู้สูงอายุ หญิงมีครรภ์ อย่างน้อย 1 ที่
 5. จัดห้องน้ำ ห้องส้วมแยกชาย-หญิง และมีป้ายหรือลักษณะที่ชัดเจน รวมถึงต้องไม่อยู่ในที่ลับตาหรือเปลี่ยว โดยจัดห้องส้วมแยกชาย-หญิง และมีจำนวนดังต่อไปนี้
- จำนวนห้องน้ำ ห้องส้วม ต้องเป็นไปตามกฎกระทรวง ฉบับที่ 63 (พ.ศ. 2551) ออกตามความในพระราชบัญญัติควบคุมอาคาร พ.ศ. 2522 และกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้อง

ชนิดหรือประเภทของอาคาร	เกณฑ์การกำหนด	ห้องส้วม		ห้องน้ำ	อ่างล้างมือ	
		ห้องถ่ายอุจจาระ	ที่ถ่ายปัสสาวะ			
โรงงานตาม	(1) ต่อจำนวนคนงานชาย ไม่เกิน 15 คน	1	1	1	1	
กฎหมาย	(2) ต่อจำนวนคนงานหญิง ไม่เกิน 15 คน	2	-	1	1	
ว่าด้วยโรงงาน	(3) ต่อจำนวนคนงานชาย ตั้งแต่ 16 คน แต่ไม่เกิน 40 คน	2	2	2	2	
	(4) ต่อจำนวนคนงานหญิง ตั้งแต่ 16 คน แต่ไม่เกิน 40 คน	4	-	2	2	
	(5) ต่อจำนวนคนงานชาย ตั้งแต่ 41 คน แต่ไม่เกิน 80 คน	3	3	3	3	
	(6) ต่อจำนวนคนงานหญิง ตั้งแต่ 41 คน แต่ไม่เกิน 80 คน	6	-	3	3	
	จำนวนคนงานที่เกินตาม (5) และ (6) ให้เพิ่มอย่างละ 1 ที่ต่อจำนวนคนงานทุก 50 คน					

6. มีการดูแลรักษาความสะอาดห้องน้ำ ห้องส้วม ให้อยู่ในสภาพที่สะอาด ถูกสุขลักษณะ และมีระบบควบคุม ตรวจสอบเป็นประจำทุกวัน

7. ส่งเสริมพฤติกรรมการใช้ห้องน้ำ ห้องส้วมที่ถูกต้องแก่ผู้ปฏิบัติงาน

6. การจัดการเครื่องจักร เครื่องมือ อุปกรณ์ เครื่องใช้

องค์กร ต้อง มีการจัดการเครื่องจักร เครื่องมือ อุปกรณ์ เครื่องใช้

แนวทางการดำเนินงาน

- การจัดให้มีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายตามลักษณะความเสี่ยงของเครื่องจักร เครื่องมือ อุปกรณ์ เครื่องใช้อย่างครบถ้วน เช่น การดนิรภัยหรือผาครอบนิรภัยในส่วนที่เคลื่อนไหวหรืออุปกรณ์ส่งถ่ายกำลังของเครื่องจักร ลำแสงนิรภัย อุปกรณ์อื่น ๆ ที่สามารถหยุดการทำงานของเครื่องจักรขณะที่อวัยวะต่าง ๆ ของผู้ปฏิบัติงานยังอยู่ในส่วนที่อันตราย เป็นต้น

- การจัดให้มีมาตรการและการปฏิบัติเกี่ยวกับการตรวจเช็คสภาพความพร้อมใช้งานของเครื่องและอุปกรณ์ป้องกันอันตรายของเครื่องจักร เครื่องมือ อุปกรณ์ เครื่องใช้ ก่อนและหลังการปฏิบัติงานและมีการปรับปรุงแก้ไข

7. การจัดการระบบไฟฟ้า

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ จัดการระบบไฟฟ้าอย่างปลอดภัย และเป็นไปตามกฎหมายกำหนด

แนวทางการดำเนินงาน

- การจัดทำแผนการบำรุงรักษาระบบไฟฟ้าและแผนผังวงจรไฟฟ้าทั้งหมดภายในองค์กร

- การต่อสายดินของเครื่องจักรและอุปกรณ์ที่ใช้พลังงาน ไฟฟ้า หรือมีระบบป้องกันอันตรายจากไฟฟ้ารั่วอย่างครบถ้วนและมีประสิทธิภาพ

- การเดินสายไฟอย่างเป็นระเบียบ

- การจัดทำสัญลักษณ์ เส้นหรือขอบเขตแสดงบริเวณที่อาจมีอันตรายจากไฟฟ้าหรือห้ามเข้าใกล้อย่างชัดเจน

- การติดตั้งอุปกรณ์ตัดไฟ (Safety Cutหรือ Breaker) และต้องมีการตรวจสอบเพื่อให้พร้อมทำงานอยู่เสมอทั้งนี้ การเดินสายไฟเป็นระเบียบ ใช้สายไฟถูกประเภท และมีการปฏิบัติตามหลักเกณฑ์การใช้ไฟฟ้าอย่างปลอดภัยนั้น ต้องเป็นไปตามกฎกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง กำหนดมาตรการความปลอดภัยเกี่ยวกับระบบไฟฟ้าในโรงงาน พ.ศ. 2550 และกฎกระทรวงแรงงาน เรื่อง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับไฟฟ้า พ.ศ. 2558

- การตรวจสอบและทดสอบระบบไฟฟ้า โดยผู้ที่มีความชำนาญและเฉพาะทาง เป็นประจำทุกปี

8. การเตรียมความพร้อมรับและตอบสนองเหตุฉุกเฉิน

องค์กร ต้อง มีการเตรียมความพร้อมรับและตอบสนองเหตุฉุกเฉินให้เหมาะสมต่อระดับความเสี่ยงขององค์กร

แนวทางการดำเนินงาน

1) คำนิยาม

เหตุฉุกเฉิน หมายถึง เหตุการณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้ในทันทีทันใด ทำให้เกิดการเสียชีวิต บาดเจ็บ และเกิดความเสียหายต่อทรัพย์สินหรืออาจทำให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมภายนอกองค์กร ในที่นี้ให้หมายรวมถึงเหตุฉุกเฉินในด้านการเกิดโรคระบาด โรคติดต่อ หรือภาวะด้านสุขภาพจิตด้วย

2) แนวทางการดำเนินงาน

- มีการจัดทำแผนป้องกันและระงับอัคคีภัย และแผนการตอบสนองเหตุฉุกเฉินอื่น ๆ ที่ครบถ้วนทั้ง 3 ระยะ ได้แก่ ก่อนเกิดเหตุ ขณะเกิดเหตุ และหลังเกิดเหตุ
- มีการฝึกซ้อมแผนป้องกันและระงับอัคคีภัย และแผนฉุกเฉินอื่น ๆ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- มีการบันทึกผลการฝึกซ้อมและวิเคราะห์ผลเพื่อนำมาปรับปรุง

9. การจัดการระบบแสงสว่าง

องค์กร ต้อง มีการจัดการระบบแสงสว่างที่เหมาะสม

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการตรวจวัดและวิเคราะห์สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับความเข้มของแสงสว่าง อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- มีการจัดให้มีการวัดความเข้มของแสงสว่าง ณ บริเวณพื้นที่ทั่วไปและเฉพาะจุด เพื่อให้มีความสว่างเพียงพอสำหรับงาน

แต่ละประเภท เช่น การเพิ่มแสงสว่างจากธรรมชาติให้มากขึ้นและทำความสะอาดช่องแสงหรือกระจก การจัดให้มีหลอดไฟเพื่อเพิ่มความเข้มของแสงสว่าง เป็นต้น ทั้งนี้ต้องจัดให้มีระดับความเข้มของแสงสว่างให้เป็นไปตาม กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559 และประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการตรวจวัด และการวิเคราะห์สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง หรือเสียง รวมทั้งระยะเวลาและประเภทกิจการที่ต้องดำเนินการ (ฉบับวันที่ 12 มีนาคม 2561)

10. การจัดการระบบระบายอากาศ

องค์กร ต้อง มีการจัดการระบบระบายอากาศที่เหมาะสม

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการจัดให้มีอุณหภูมิที่เหมาะสมและปลอดภัยต่อผู้ปฏิบัติงาน โดย ต้อง เป็นไปตามลักษณะงานของผู้ปฏิบัติงาน ทั้งนี้สามารถอ้างอิงตามกฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559 และประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการตรวจวัด และการวิเคราะห์สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง หรือเสียง รวมทั้งระยะเวลาและประเภทกิจการที่ต้องดำเนินการ (ฉบับวันที่ 12 มีนาคม 2561)

- มีการจัดให้มีระบบระบายอากาศในอาคารที่มีคุณภาพอากาศที่เหมาะสมต่อผู้ปฏิบัติงานในอาคาร ตามค่าพารามิเตอร์ และค่ามาตรฐานคุณภาพอากาศที่เหมาะสม โดยเป็นไปตามค่ามาตรฐานที่กำหนด (สามารถศึกษาค่ามาตรฐานคุณภาพอากาศที่เหมาะสมต่อผู้ปฏิบัติงานในอาคารที่กำหนดได้ใน ภาคผนวก ข เรื่อง กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงาน)

- ในจุดที่เป็นแหล่งกำเนิดของไอระเหยสารเคมี สารเคมีอันตราย งานเชื่อม ความร้อนหรือสิ่งอื่นใดที่เมื่อเกิดการระเหยและฟุ้งกระจายแล้วก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้รับสัมผัส ต้องจัดให้มีระบบดูดอากาศหรือระบายอากาศที่เหมาะสม โดยต้องมั่นใจได้ว่า เมื่อทำการระบายอากาศแล้ว ความเข้มข้นของไอระเหยหรือสิ่งนั้น ๆ ต้องอยู่ในระดับที่ปลอดภัยกับผู้ปฏิบัติงาน รวมทั้งต้องไม่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมภายนอกด้วย โดยอาจใช้วิธีต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. การใช้การระบายอากาศแบบวิธีธรรมชาติ (Natural ventilation) เช่น การเปิดประตู หน้าต่างและช่องเปิดต่าง ๆ เพื่อช่วยเพิ่มการระบายอากาศ เป็นต้น
2. การใช้การระบายอากาศแบบวิธีกล (Mechanism ventilation) เช่น ระบบดูดระบายอากาศเฉพาะที่ เป็นต้น
3. อื่น ๆ เช่น การย้ายแหล่งกำเนิดความร้อน คิว้น ไอระเหยสารเคมีหรืองานเชื่อม ฯลฯ ออกจากสถานที่หรือสร้างฉากกั้น เป็นต้น

11. การจัดการเสียงและความสั่นสะเทือน

องค์กร ต้อง มีการจัดการเสียงและความสั่นสะเทือนที่เหมาะสม

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการตรวจวัดและวิเคราะห์สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับเสียงอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง
- มีการดำเนินกิจกรรมการควบคุมระดับเสียงที่ลูกจ้างได้รับในแต่ละวัน มีให้เกินมาตรฐานที่กำหนด ในกรณีนี้สภาวะการทำงานในองค์กรมีระดับเสียงที่ลูกจ้างได้รับเฉลี่ยตลอดระยะเวลาการทำงานแปดชั่วโมงตั้งแต่แปดสิบห้าเดซิเบลขึ้นไป ต้องจัดทำโครงการอนุรักษ์การได้ยินในสถานประกอบการ (อ้างอิงตามกฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559 และประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการตรวจวัด และการวิเคราะห์สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง หรือเสียง รวมทั้งระยะเวลาและประเภทกิจการที่ต้องดำเนินการ (ฉบับวันที่ 12 มีนาคม 2561)
- การจัดการ ควบคุมและตรวจสอบความสั่นสะเทือนที่เกิดขึ้นในองค์กร เช่น ความสั่นสะเทือนจากเครื่องจักร อุปกรณ์ต่าง ๆ เป็นต้น มีให้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติงาน

12. การจัดการสารเคมี

องค์กร ต้อง มีการดำเนินการ จัดการสารเคมีที่เหมาะสม

แนวทางการดำเนินงาน

- มีการตรวจวัดและวิเคราะห์สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับความเข้มข้นของสารเคมีและฝุ่นในบรรยากาศการทำงานอย่างสม่ำเสมอ
- ในจุดที่เป็นแหล่งกำเนิดของสารเคมีและฝุ่น ต้องจัดให้มีระบบดูดอากาศ ระบายอากาศ หรือวิธีการจัดการอื่น ๆ ที่เหมาะสม โดยต้องมั่นใจได้ว่า เมื่อทำการระบายอากาศแล้ว ความเข้มข้นสารเคมีและฝุ่นในบรรยากาศการทำงาน ต้องอยู่ในระดับที่ปลอดภัยกับผู้ปฏิบัติงาน รวมทั้งต้องไม่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมภายนอกด้วย
- มีการเก็บรักษาสารเคมีและวัตถุอันตรายอย่างปลอดภัย โดยต้องมีการจำแนกประเภทสำหรับการจัดเก็บอย่างเหมาะสมกับลักษณะความเป็นอันตรายเฉพาะของสารเหล่านั้น (อ้างอิงตามประกาศกรมโรงงานอุตสาหกรรม เรื่อง คู่มือการเก็บรักษาสารเคมีและวัตถุอันตราย พ.ศ. 2550)
- สารเคมีที่ใช้ในสถานประกอบการต้องมีข้อมูลความปลอดภัยของเคมีภัณฑ์ (Safety Data Sheet) ครบทุกชนิด โดยในข้อมูลความปลอดภัยของเคมีภัณฑ์ ต้องประกอบด้วยหัวข้ออย่างน้อย ดังนี้
 - 1) การบ่งชี้สารเดี่ยวหรือสารผสมและผู้ผลิต
 - 2) การบ่งชี้ความเป็นอันตราย
 - 3) องค์ประกอบและข้อมูลเกี่ยวกับส่วนผสม

- 4) มาตรการปฐมพยาบาล
 - 5) มาตรการผจญเพลิง
 - 6) มาตรการจัดการเมื่อมีการหกรั่วไหลของสาร
 - 7) การขนถ่าย เคลื่อนย้าย ใช้งาน และเก็บรักษา
 - 8) การควบคุมการรับสัมผัสและการป้องกันส่วนบุคคล
 - 9) คุณสมบัติทางกายภาพและทางเคมี
 - 10) ความเสถียรและการเกิดปฏิกิริยา
 - 11) ข้อมูลด้านพิษวิทยา
 - 12) ข้อมูลด้านนิเวศวิทยา
 - 13) ข้อพิจารณาในการกำจัด
 - 14) ข้อมูลการขนส่ง
 - 15) ข้อมูลด้านกฎข้อบังคับ
 - 16) ข้อมูลอื่น ๆ รวมทั้งข้อมูลการจัดทำและการปรับปรุงแก้ไขเอกสารข้อมูลความปลอดภัย
- ทั้งนี้ข้อมูลความปลอดภัยของเคมีภัณฑ์ต้องอยู่ในจุดที่สามารถเรียกใช้ได้ทันเวลาหรือทันทีเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

- ภาชนะบรรจุสารเคมีทุกชนิดต้องเป็นภาชนะที่มีคุณสมบัติในการบรรจุสารเคมีได้ โดยเฉพาะและต้องมีการติดฉลากสารเคมีบ่งชี้อย่างครบถ้วน

13. การจัดการขยะ

องค์กร ต้อง มีการจัดการขยะอย่างเหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และสร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง

แนวทางการดำเนินงาน

- จัดให้มีภาชนะรองรับขยะที่ทำด้วยวัสดุคงทน แข็งแรง ไม่รั่วซึม มีฝาปิด อยู่ในสภาพดี และมีจำนวนเพียงพอต่อปริมาณขยะ

- ควรแยกขยะอย่างน้อยเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ขยะทั่วไป ขยะรีไซเคิล และของเสียอันตราย

- การเก็บรวบรวม และเคลื่อนย้ายขยะ จะต้องไม่มีการหกหล่นของขยะ

- กรณีมีที่พักขยะ ควรมีลักษณะเป็นโรงเรือนมีหลังคา ตั้งอยู่ในที่น้ำไม่ท่วมขัง และอยู่ในจุดที่สามารถขนย้ายขยะได้สะดวก

- ขยะที่รวบรวมไว้เพื่อรอการเก็บ ขนไปกำจัด ไม่ควรสะสมในปริมาณที่มากเกินไป จนอาจเกิดความไม่ปลอดภัย รวมถึงเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ แหล่งอาหารของสัตว์และแมลงนำโรค อันจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพอนามัยของผู้ปฏิบัติงาน รวมทั้งอาจก่อให้เกิดปัญหาเหตุรำคาญแก่ประชาชน เช่น กลิ่นเหม็น น้ำเสีย เป็นต้น

- มีการจัดการขยะหรือของเสียอันตรายหรือสิ่งอื่นใดที่อาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพต่อผู้ปฏิบัติงานหรือมีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมตามที่กฎหมายกำหนด ดังนี้

1. สถานประกอบกิจการที่เข้าข่ายโรงงานตามกฎหมายว่าด้วยโรงงาน ต้องปฏิบัติตามประกาศกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง การกำจัดสิ่งปฏิกูล หรือวัสดุที่ไม่ใช้แล้ว พ.ศ. 2548 (ขยะที่เกิดจากกระบวนการผลิต)

2. ขยะจากแหล่งกำเนิดอื่น ๆ ในสถานประกอบการ (ไม่ใช่ขยะที่เกิดจากกระบวนการผลิต) ต้องมีการเก็บรวบรวมให้ราชการส่วนท้องถิ่นดำเนินการเก็บขนไปกำจัดตามหลักสุขาภิบาล

3. กรณีสถานประกอบการมีของเสียอันตราย ต้องปฏิบัติตามพระราชบัญญัติวัตถุอันตราย พ.ศ. 2535 พระราชบัญญัติโรงงาน พ.ศ. 2535 หรือกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้อง

14. การควบคุมสัตว์และแมลงพาหะนำโรค

องค์กร ต้อง มีการควบคุมและกำจัดสัตว์และแมลงนำโรคที่เป็นปัญหาขององค์กร เช่น แมลงสาบ แมลงวัน หนู และยุง ในสถานที่ทำงาน ได้อย่างเหมาะสม

แนวทางการดำเนินงาน

- คณะกรรมการหรือผู้รับผิดชอบมีกระบวนการประเมินความเสี่ยงหรือวิเคราะห์สภาพปัญหาที่อาจเกิดขึ้นจากการควบคุมสัตว์และแมลงนำโรคที่ไม่เหมาะสม อาทิ หนู แมลงวัน ยุง แมลงสาบ รวมไปถึงวิเคราะห์ผลกระทบที่อาจเกิดกับผู้ปฏิบัติงานได้

- มีการจัดลำดับความสำคัญของปัญหาที่พบจากการประเมินความเสี่ยงหรือการวิเคราะห์สภาพปัญหา

- มีการจัดทำแผนงานในการควบคุมความเสี่ยงหรือลดผลกระทบจากความเสี่ยง ด้านการป้องกันควบคุมสัตว์และแมลงนำโรคในพื้นที่ปฏิบัติงานขององค์กร ตามลำดับความสำคัญที่ได้กำหนดไว้ โดยอ้างอิงการดำเนินงานตามพระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. 2558 หรือกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ควรกำหนดให้มีผู้รับผิดชอบด้านการควบคุมสัตว์และแมลงนำโรคในสถานประกอบการ

- มีการติดตาม ประเมินผลการควบคุมสัตว์และแมลงนำโรคในองค์กร อย่างสม่ำเสมอ พร้อมนำผลการประเมินมาวิเคราะห์เพื่อปรับปรุงแก้ไข

15. การจัดการน้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูล

องค์กร ต้อง มีการจัดการน้ำเสียหรือสิ่งปฏิกูลให้ได้รับการบำบัดที่ถูกต้อง ตามหลักสุขาภิบาลก่อนระบายออกนอกอาคารสถานที่ ไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ปฏิบัติงาน และไม่สร้างความเดือดร้อนรำคาญต่อชุมชนใกล้เคียง

แนวทางการดำเนินงาน

- กำหนดผู้รับผิดชอบการควบคุม กำกับ ดูแลการบำบัดหรือปรับปรุงคุณภาพน้ำเสียของสถานประกอบการ

- จัดให้มีการบำบัดหรือปรับปรุงคุณภาพน้ำเสียจากการประกอบการให้ได้มาตรฐานคุณภาพน้ำทิ้งตามพระราชบัญญัติส่งเสริมและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ พ.ศ. 2535 ก่อนระบายออกภายนอกสถานประกอบการ รวมทั้งน้ำเสียที่เกิดจากการทำความสะอาดสถานที่ อุปกรณ์ หรือเครื่องจักร ที่ใช้ในกระบวนการผลิตอย่างเหมาะสม

- มีการจัดเก็บข้อมูล สถิติ ผลการตรวจวิเคราะห์คุณภาพน้ำทิ้ง และนำผลการตรวจวิเคราะห์คุณภาพน้ำเสียมาปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่ต้องการพัฒนาต่อไป

- มีการจัดการสิ่งปฏิกูลโดยจัดให้มีระบบบำบัดและกำจัดสิ่งปฏิกูลที่ถูกต้องลักษณะ เช่น ถังเกราะ (Septic Tank) เป็นต้น

กายใจเป็นสุข

1. การส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการ

องค์กร ต้อง มีการจัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เพื่อผ่อนคลายความเครียดและส่งเสริมความสามัคคีของผู้ปฏิบัติงาน
แนวทางการดำเนินงาน

- ผู้รับผิดชอบเรื่องกิจกรรมนันทนาการ ประเมินความต้องการของผู้ปฏิบัติงานในการจัดกิจกรรมนันทนาการ สร้างการมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงานในการดำเนินการตั้งแต่การวางแผนการจัดกิจกรรม การกำหนดรูปแบบ และระยะเวลาที่จัด
- จัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ตามแผนที่วางไว้ เพื่อผ่อนคลายความเครียดและส่งเสริมความสามัคคีของผู้ปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง เช่น เปิดเพลงผ่านเสียงตามสาย การจัดกิจกรรมรวมกลุ่มเพื่อออกกำลังกาย ประกวดร้องเพลง เล่นดนตรี จัดการแข่งขันกีฬาระหว่างแผนกหรือระหว่างองค์กร การจัดงานรื่นเริงตามเทศกาลต่าง ๆ เป็นต้น รวมทั้งมีการจัดกิจกรรมเพื่อชุมชน หรือ ดำเนินการร่วมกับชุมชน เช่น จัดงานวันเด็ก จัดงานวันสงกรานต์ เป็นต้น
- ผู้รับผิดชอบประเมินผลการจัดกิจกรรม เช่น จากการสังเกต การใช้แบบสอบถาม การพูดคุย Morning Talk เป็นต้น และบันทึกสรุปผลการประเมินเพื่อเป็นข้อมูลในการวางแผนพัฒนาปรับปรุงต่อไป

2. การส่งเสริมสุขภาพจิต

องค์กร ต้อง มีการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพจิตให้กับผู้ปฏิบัติงาน

แนวทางการดำเนินงาน

- ผู้รับผิดชอบเรื่องกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตประเมินความต้องการของผู้ปฏิบัติงานในการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต สร้างการมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงานในการดำเนินการวางแผนจัดกิจกรรม กำหนดรูปแบบ และระยะเวลาการจัด
 - จัดสภาพแวดล้อมเพื่อเอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ปฏิบัติงาน เช่น
 - จัดห้องหรือสถานที่สำหรับประกอบศาสนกิจตามความเหมาะสม
 - จัดสถานที่ดูแลเด็กเล็กซึ่งเป็นบุตรหลานของผู้ปฏิบัติงาน และหรือจัดมุมให้นมแม่ตามความเหมาะสมของสถานประกอบการนั้น ๆ
 - จัดสถานที่หรือมุมพักผ่อนหย่อนใจให้กับผู้ปฏิบัติงาน เป็นต้น
 - จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตในรูปแบบต่าง ๆ เช่น
 - การให้ความรู้สุขภาพจิตในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ดิโอสเตอร์ความรู้สุขภาพจิต เปิดเสียงตามสายให้ความรู้สุขภาพจิต การจัดอบรมโดยเชิญบุคลากรสาธารณสุขมาให้ความรู้ เป็นต้น
- (1) ควรมีการประเมินสุขภาพจิตอย่างน้อยปีละ 1 ครั้งในกลุ่มผู้ปฏิบัติงานทั่วไป และสำหรับกลุ่มผู้ปฏิบัติงานที่เป็นกลุ่มเสี่ยงควรได้รับการประเมินอาจมากกว่า 1 ครั้งตามความเหมาะสมและจำเป็น ดังนี้ ผู้ปฏิบัติงานทั่วไป ควรได้รับการประเมินอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ตาม “แบบประเมินความสุขของคนไทย” หรือ “แบบประเมินความเข้มแข็งทางใจ” จำนวนอย่างน้อยครั้งหนึ่งของผู้ปฏิบัติงานหรือผู้ปฏิบัติงานทั้งหมด เพื่อสถานประกอบการจะได้สรุปผลเป็นภาพรวมของสถานประกอบการได้ว่าผู้ปฏิบัติงานมีความสุข หรือ มีพลังสุขภาพจิตในการดำเนินชีวิตมากน้อยแค่ไหน

(2) สำหรับผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต เช่น ผู้ปฏิบัติงานที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ผู้ปฏิบัติงานที่มีความเครียด ผู้ปฏิบัติงานที่เสี่ยงต่อการติดสุรา/ยาเสพติด ผู้ปฏิบัติงานที่สูญเสียคนรักหรือของรัก เป็นต้น ผู้ปฏิบัติงานกลุ่มเสี่ยงเหล่านี้ควรได้รับการประเมิน ตามความเหมาะสมและจำนวนครั้งตามความจำเป็นที่ผู้รับผิดชอบสังเกตพบ เช่น สังเกตพบว่ามีอาการเครียดเกิดขึ้น ให้ใช้ “แบบประเมินความเครียด” หรือสังเกตพบว่ามีอาการซึมเศร้าให้ใช้ “แบบคัดกรองโรคซึมเศร้า 2 คำถาม” หรือสงสัยว่าจะมีปัญหาในการดื่มสุราให้ใช้ “แบบประเมินปัญหาการดื่มสุรา”

- มีการบันทึกข้อมูลและมีการสรุปผลการประเมินทั้งรายบุคคลและภาพรวมตามการประเมินที่สถานประกอบการเลือก เช่น ความสุข ความเข้มแข็งทางใจ ความเครียด ภาวะซึมเศร้า ปัญหาการดื่มสุรา เพื่อนำผลมาวิเคราะห์และจัดกิจกรรมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิตและการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตต่อไป

- มีการประสานและส่งต่อ โซโคโซเชียล คลินิก (Psychosocial Clinic) ในโรงพยาบาลชุมชน ในกรณีที่ผู้ปฏิบัติงานมีปัญหาที่ต้องการได้รับการปรึกษาเฉพาะทาง เช่น มีปัญหาความเครียดรุนแรง มีภาวะซึมเศร้า ติดสุรา เป็นต้น

- มีการประชาสัมพันธ์หรือให้ข้อมูลสายด่วนสุขภาพจิต 1323 สำหรับผู้ปฏิบัติงานที่ต้องการรับการปรึกษาทางโทรศัพท์จากผู้เชี่ยวชาญ และหมายเลข 1667 สำหรับผู้ปฏิบัติงานที่ต้องการรับฟังข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพจิตต่าง ๆ จากเครื่องตอบรับอัตโนมัติ

3. การเห็นคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว

องค์กร ต้อง มีการดำเนินกิจกรรมการเห็นคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว

แนวทางการดำเนินงาน

- ผู้รับผิดชอบด้านกิจกรรมการเห็นคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัวประเมินความต้องการของผู้ปฏิบัติงานในการจัดกิจกรรมการเห็นคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว สร้างความมีส่วนร่วมของผู้ปฏิบัติงานในการดำเนินการวางแผนจัดกิจกรรม กำหนดรูปแบบ และระยะเวลา

- จัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างคุณค่าของผู้ปฏิบัติงานและครอบครัวอย่างต่อเนื่อง เช่น

● สร้างแรงจูงใจให้กับผู้ปฏิบัติงาน เช่น เงินรางวัลสำหรับผู้ปฏิบัติงานที่ขยันและทุ่มเทให้กับสถานประกอบการ มีสวัสดิการช่วยเหลือครอบครัว เช่น ให้เงินช่วยเหลือหรือให้ทุนเรียนดีสำหรับบุตรผู้ปฏิบัติงาน การจัดทัศนศึกษาให้ผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว เป็นต้น

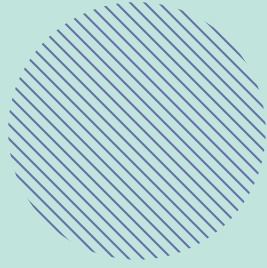
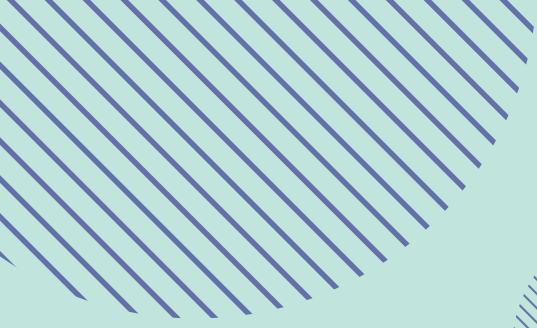
● มอบรางวัลหรือเกียรติบัตร หรือติดประกาศเชิดชูผู้ปฏิบัติงานที่ปฏิบัติงานดีเด่น หรือปฏิบัติงานดีตามสมรรถนะการทำงาน

● เปิดโอกาสและสนับสนุนให้ผู้ปฏิบัติงานได้เสนอโครงการที่เป็นประโยชน์และสร้างสรรค์ เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจที่ได้ทำประโยชน์ให้แก่ชุมชนและสังคม เช่น โครงการสำนึกรักบ้านเกิด โครงการปลูกป่า โครงการช่วยเด็กกำพร้า เป็นต้น

● กำหนดให้มีวันสังสรรค์ระหว่างผู้ปฏิบัติงานและครอบครัว เช่น วัน “เพราะเราเป็นครอบครัวเดียวกัน” อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

● ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ หรือดูงานสถานประกอบการอื่น ๆ ที่ประสบความสำเร็จในเรื่องการพัฒนาสิ่งแวดล้อมและจัดกิจกรรมเพิ่มความสุขให้แก่ผู้ปฏิบัติงาน เป็นต้น

- ผู้รับผิดชอบประเมินผลการจัดกิจกรรม เช่น จากการสังเกต จากการใช้แบบสอบถาม จากการประชุมคณะทำงาน เป็นต้น และบันทึกสรุปผลการประเมินเพื่อเป็นข้อมูลในการวางแผนพัฒนาต่อไป



ภาคผนวก



ตัวอย่างการชั่งอันตราย การประเมินและการควบคุมความเสี่ยง
ด้านปลอดโรค ปลอดภัย กายใจเป็นสุข






ภาคผนวก

กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงาน

กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้อง ในการดำเนินงาน



หัวข้อ	ชื่อกฎหมาย
 <p>การให้คำปรึกษา เพื่อป้องกันควบคุมโรค การให้บริการรักษา เบื้องต้นและการส่งต่อ</p>	<p>กฎกระทรวงว่าด้วยการจัดสวัสดิการในสถานประกอบกิจการ พ.ศ. 2548</p>
 <p>การส่งเสริมการลด หรือป้องกันการเกิดโรค</p>	<p>พระราชบัญญัติประกันสังคม (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2558</p> <p>พระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. 2558</p> <p>กฎกระทรวง กำหนดหลักเกณฑ์และวิธีการตรวจสุขภาพของลูกจ้างและส่งผลการตรวจแก่ผู้ปฏิบัติงานตรวจแรงงาน พ.ศ. 2547</p> <p>ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดให้แหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายเป็นเหตุรำคาญ และแต่งตั้งเจ้าผู้ปฏิบัติงานสาธารณสุขเพิ่มเติมจาก พรบ. 2535 เกี่ยวกับการป้องกันควบคุมโรคไข้เลือดออก</p> <p>ประกาศ เรื่อง โรคติดต่ออันตราย ประกาศกระทรวงสาธารณสุข ลงวันที่ 4 มิถุนายน 2552 เรื่อง เพิ่มเติมชื่อโรคติดต่อที่ต้องแจ้งความ โดยประกาศเพิ่มเติมให้ โรคไข้วัดข้อยุงลาย เป็นโรคที่ต้องแจ้งความลำดับที่ 19 และให้โรคไข้เลือดออกเป็นโรคที่ต้องแจ้งความ ลำดับที่ 20</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง กำหนดมาตรฐานอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยส่วนบุคคล พ.ศ. 2554</p>
 <p>การส่งเสริม ลด เลิก บุหรี่ สุรา และสิ่งเสพติด</p>	<p>พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ. 2535</p> <p>ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง ห้ามขายหรือบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในพื้นที่ประกอบกิจการโรงงาน พ.ศ. 2555</p> <p>ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดวันห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2558</p> <p>ประกาศสำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง กำหนดเวลาห้ามขายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2558</p>

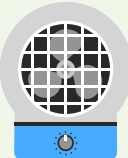


กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้อง ในการดำเนินงาน (ต่อ)



หัวข้อ	ชื่อกฎหมาย
 <p>การจัดการห้องน้ำ ห้องส้วม</p>	<p>พระราชบัญญัติควบคุมอาคาร พ.ศ. 2522</p> <p>กฎกระทรวง ฉบับที่ 63 (พ.ศ. 2551) ออกตามความในพระราชบัญญัติควบคุมอาคาร พ.ศ. 2522</p>
 <p>การจัดการระบบไฟฟ้า</p>	<p>กฎกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง กำหนดมาตรการความปลอดภัยเกี่ยวกับระบบไฟฟ้า ในโรงงาน พ.ศ. 2550</p> <p>กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับไฟฟ้า พ.ศ. 2558</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง สัญลักษณ์เตือนอันตราย เครื่องหมายเกี่ยว กับความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน และข้อความแสดงสิทธิ และหน้าที่ของนายจ้างและลูกจ้าง พ.ศ. 2554</p>
 <p>การจัดการระบบแสงสว่าง</p>	<p>กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการตรวจวัด และการวิเคราะห์ สภาวะการทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง หรือเสียง รวมทั้งระยะเวลาและประเภท กิจการที่ต้องดำเนินการ (ฉบับวันที่ 12 มีนาคม 2561)</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง มาตรฐานความเข้มของแสงสว่าง (ฉบับวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2561)</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง กำหนดแบบรายงานผลการตรวจวัดและ วิเคราะห์สภาวะการทำงาน เกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียงภายในสถานประกอบกิจการ (ฉบับวันที่ 28 มิถุนายน 2561)</p>

กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้อง ในการดำเนินงาน (ต่อ)



หัวข้อ	ชื่อกฎหมาย
 <p>การจัดการระบบระบายอากาศ</p>	<p>กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการตรวจวัด และการวิเคราะห์ สภาพการทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง หรือเสียง รวมทั้งระยะเวลาและประเภทกิจการที่ต้องดำเนินการ (ฉบับวันที่ 12 มีนาคม 2561)</p> <p>มาตรฐานการระบายอากาศ เพื่อคุณภาพอากาศภายในอาคารที่ยอมรับได้ (Standard for Ventilation for Acceptable Indoor Air Quality) มาตรฐาน วสท 032010-60 วิศวกรรมสถานแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์</p>
 <p>การจัดการเสียงและความสั่นสะเทือน</p>	<p>กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์ วิธีการตรวจวัด และการวิเคราะห์ สภาพการทำงานเกี่ยวกับระดับความร้อน แสงสว่าง หรือเสียง รวมทั้งระยะเวลาและประเภทกิจการที่ต้องดำเนินการ (ฉบับวันที่ 12 มีนาคม 2561)</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง มาตรฐานระดับเสียงที่ยอมให้ลูกจ้างได้รับเฉลี่ยตลอดระยะเวลาการทำงาน ในแต่ละวัน (ฉบับวันที่ 26 มกราคม 2561)</p> <p>ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง หลักเกณฑ์และวิธีการจัดทำมาตรการอนุรักษ์การได้ยินในสถานประกอบกิจการ (ฉบับวันที่ 12 มิถุนายน 2561)</p>
 <p>การจัดการสารเคมี</p>	<p>ประกาศกรมโรงงานอุตสาหกรรม เรื่อง คู่มือการเก็บรักษาสารเคมีและวัตถุอันตราย พ.ศ. 2550</p> <p>ประกาศกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง การเก็บรักษาวัตถุอันตรายที่กรมโรงงานอุตสาหกรรมรับผิดชอบ พ.ศ. 2551</p> <p>ประกาศกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง การกำหนดให้สถานประกอบการวัตถุอันตรายมีบุคลากรเฉพาะรับผิดชอบความปลอดภัยการเก็บรักษาวัตถุอันตรายที่กรมโรงงานอุตสาหกรรมรับผิดชอบ พ.ศ. 2551</p>

กฎหมายและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้อง ในการดำเนินงาน (ต่อ)



หัวข้อ	ชื่อกฎหมาย
 การจัดการขยะ	พระราชบัญญัติวัตถุอันตราย พ.ศ. 2535 ประกาศกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง การกำจัดสิ่งปฏิกูลหรือวัสดุที่ไม่ใช้แล้ว พ.ศ. 2548
 การจัดการน้ำเสีย หรือสิ่งปฏิกูล	พระราชบัญญัติโรงงาน พ.ศ. 2535 ประกาศกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง กำหนดมาตรฐานควบคุมการระบายน้ำทิ้งจากโรงงาน พ.ศ. 2560 พระราชบัญญัติส่งเสริมและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ พ.ศ. 2535 ประกาศกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เรื่อง กำหนดมาตรฐานควบคุมการระบายน้ำทิ้งจากโรงงานอุตสาหกรรม นิคมอุตสาหกรรม และเขตประกอบการอุตสาหกรรม (ฉบับวันที่ 6 มิถุนายน 2559)
 การพร้อมรับและ ตอบสนองเหตุฉุกเฉิน	กฎกระทรวง กำหนดมาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับการป้องกันและระงับอัคคีภัย พ.ศ. 2555 ประกาศกระทรวงอุตสาหกรรม เรื่อง การป้องกันและระงับอัคคีภัยในโรงงาน พ.ศ. 2552 ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง กำหนดแบบรายงานผลการฝึกซ้อมดับเพลิง และฝึกซ้อมอพยพหนีไฟ (ฉบับวันที่ 11 มีนาคม 2556)

เอกสารอ้างอิง



1. สำนักมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม. มาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม THAI INDUSTRIAL STANDRAD มอก. 18001 – 2554 : ระบบการจัดการอาชีวอนามัยและความปลอดภัย : ข้อกำหนด.
2. สำนักมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม. มาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม THAI INDUSTRIAL STANDRAD มอก. 18004 – 2544 : ระบบการจัดการอาชีวอนามัยและความปลอดภัย : ข้อเสนอแนะทั่วไปเกี่ยวกับหลักการ ระบบและเทคนิคในทางปฏิบัติ.
3. OHSAS 18001 : 2007 (Occupational Health and Safety Management System – Requirement) : ข้อกำหนดระบบการจัดการอาชีวอนามัยและความปลอดภัย.
4. สำนักเทคโนโลยีความปลอดภัย กรมโรงงานอุตสาหกรรม. แนวทางการจัดทำรายงานการวิเคราะห์ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการประกอบกิจการโรงงาน.
5. สมาคมส่งเสริมความปลอดภัยและอนามัยในการทำงาน (ประเทศไทย). การวิเคราะห์งานเพื่อชี้ป้องกันอันตราย.
6. ราชวิชา 618456 การจัดการความเสี่ยงในงานภาคอุตสาหกรรม (Industrial Safety Management). เอกสารประกอบการเรียนการสอน สาขาวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย สำนักวิชาแพทยศาสตร์, นครราชสีมา : มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี.
7. Health and Safety Authority, Guidelines on risk assessment and safety statements.
8. United States Department of Labor, OSHA's Hazard Exposure and Risk Assessment Matrix : Occupational Safety & Health Administration.
9. Organisational Health. Department of Education, Training and Employments. Risk Assessment Template.
10. University of Western Sydney, Hazard Identification. Risk Assessment and Control Procedure. Australia : University.



ที่ปรึกษา

- | | |
|---|--|
| 1. นายแพทย์สุวรรณหทัย วัฒนายิ่งเจริญชัย | อธิบดีกรมควบคุมโรค |
| 2. นายแพทย์ขจรศักดิ์ แก้วจรัส | รองอธิบดีกรมควบคุมโรค |
| 3. ดร.นายแพทย์สมเกียรติ ศิริรัตน์พฤษ | นายแพทย์ทรงคุณวุฒิฯ กรมควบคุมโรค |
| 4. ดร.แพทย์หญิงฉันทนา ผดุงทศ | ผู้อำนวยการกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค |
| 5. ผศ.ดร.ชุมพล ยวงใย | อาจารย์ประจำภาควิชาวิศวกรรมอุตสาหการ
คณะวิศวกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า
เจ้าคุณทหารลาดกระบัง |
| 6. ผศ.ดร.สุพัฒตรา ศรีญาณลักษณ์ | หัวหน้าหลักสูตรวิศวกรรมอุตสาหการ คณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีปทุม |
| 7. นางสาวเพ็ญศรี อนันตกุลณี | รองผู้อำนวยการกองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค |

คณะผู้จัดทำ

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1. นางณัฐฉิรวรรณ พันธุ์มุง | กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค |
| 2. นายกัณทพล ทับหุ่่น | กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค |
| 3. นายแพทย์พรชนก รัตนติลภ ณ ฎเกี๊ต | กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค |
| 4. นายคณุตม์ ทองพันซัง | กองโรคติดต่อทั่วไป กรมควบคุมโรค |
| 5. นางสาวปาริชาติ จันทร์จรัส | กองโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค |
| 6. นายเอกวุฒิ แก้วเผือก | กองวัณโรค กรมควบคุมโรค |
| 7. นายสันปกรณ ยันตะพันธ์ | สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กรมควบคุมโรค |
| 8. นางสาวศิริประภา ขวัญเมือง | สำนักงานคณะกรรมการควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ กรมควบคุมโรค |
| 9. นางสาวเศรณีย์ จุฬาสรีกุล | กองงานคณะกรรมการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ กรมควบคุมโรค |
| 10. นายนิติทัศน์ แก่นท้าว | กองงานคณะกรรมการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ กรมควบคุมโรค |
| 11. นายนิราช นอรตัน | กองงานคณะกรรมการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ กรมควบคุมโรค |
| 12. นางดวงกมล หาทวี | กองโรคติดต่อฯ โดยแมลง กรมควบคุมโรค |
| 13. นางสาวสุนีย์ คุ่มครอง | กองโรคติดต่อฯ โดยแมลง กรมควบคุมโรค |

- | | | |
|-----|--------------------------------|---|
| 14. | นายนิพนธ์ อ้นแจ้ง | สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย |
| 15. | นางอุทัยวรรณ บุตรแพ | สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย |
| 16. | นางสาวพรณีกาญจน์ ว่างุ้ม | สำนักอนามัยสิ่งแวดล้อม กรมอนามัย |
| 17. | นางสาวสุทธาศินี จันทร์โปลีก | สำนักโภชนาการ กรมอนามัย |
| 18. | นางนงพะงา ศิวานูวัฒน์ | กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย |
| 19. | ทันตแพทย์หญิงปิยะดา ประเสริฐสม | สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย |
| 20. | ทันตแพทย์พงศธร จินตกานนท์ | สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย |
| 21. | ทันตแพทย์หญิงวรมน อัครสุด | สำนักทันตสาธารณสุข กรมอนามัย |
| 22. | นางอรวรรณ ดวงจันทร์ | กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต |
| 23. | นางสาวภามย์ กาญจนจิรากร | กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต |
| 24. | นางกัลยกร ไชยมงคล | กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต |

บรรณาธิการ

- | | | |
|----|---------------------------------|--|
| 1. | นางสาวรุ่งประกาย วิฤทธิ์ชัย | กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค |
| 2. | นางสาวชไมพร ชารี | กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค |
| 3. | นางสาวเขาวลัักษณ์ แก้วแกมจันทร์ | กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค |



กรมควบคุมโรค
Department of Disease Control



กรมอนามัย
Department of Health



กรมสุขภาพจิต
Department of Mental Health

เกณฑ์การพัฒนาและแนวทางการดำเนินงาน

สถานประกอบการปลอดโรค ปลอดภัย ใจเป็นสุข ฉบับยกระดับการพัฒนา พ.ศ. 2563