

การส่งเสริมและบริหารจัดการปกครองส่วนท้องถิ่นให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์และภารกิจขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง นำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน ซึ่งเป็นการจัดการองค์กรโดยเน้นการจัดการ “คน” เป็นหลัก ใช้ความสุขแปดประการ (แนวคิด Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุขอย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐานความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิต

ความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิตภายในองค์กร ประกอบด้วย

๑. Happy Body (สุขภาพดี) ส่งเสริมสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและใจ ซึ่งมาจากการที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน รู้จักออกกำลังกาย งดเหล้าบุหรี่และอบายมุขทั้งปวง ชีวิตมีความสุขพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

๒. Happy Heart (น้ำใจงาม) ส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลกันในองค์กร มีน้ำใจเอื้ออาทร ต่อกัน รู้จักการให้อภัย ยอมรับผิดและปรับปรุงตัว เพราะคนเราอยู่ตัวคนเดียวในโลกนี้ไม่ได้ ต้องรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม

๓. Happy Society (สังคมดี) ส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวปรองดองกัน ทำงานเป็นระบบทีม (Teamwork) เพื่อให้เกิดสังคมและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีตามมา

๔. Happy Relax (ผ่อนคลาย) ส่งเสริมให้รู้จักผ่อนคลายและปล่อยวางต่อสิ่งต่างๆ เพื่อลดความกดดัน หากทำงานเครียดก็ต้องมีวิธีผ่อนคลายในการทำงาน เช่น การลาพักผ่อน การลุกจากโต๊ะทำงานเพื่อพักสมอง การนั่งไต้ต้นไม้อากาศสดชื่นที่ผ่อนคลาย หรือแม้แต่วิตส่วนตัวก็ต้องรู้จักผ่อนคลายให้เหมาะสม เพราะความเครียดจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายใจและประสิทธิภาพในการทำงาน

๕. Happy Brain (หาความรู้) ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้ความสามารถ ไม่ว่าจะเป็นการอบรมหลักสูตรต่างๆ การพัฒนาด้วยตนเอง หรือการถ่ายทอดความรู้กันภายในองค์กร โดยการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันที่ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้น

๖. Happy Soul (ทางสงบ) ส่งเสริมทางด้านคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์ มีความศรัทธาในศาสนา และมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง

๗. Happy Money (ปลอดภัย) ส่งเสริมด้านการออมและวางแผนการใช้จ่าย มีเงินรู้จักเก็บ รู้จักใช้ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม ไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

๘. Happy Family (ครอบครัวดี) ส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว ครอบครัวดีเป็นพื้นฐานของชีวิตดี เกิดกำลังใจที่ดีในการทำงาน เหมือนเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยให้เผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้

๑.Happy Body การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ

-มีการตรวจสุขภาพประจำปี



สำนักงานเทศบาลตำบลคำอาฮวน
๓๓๓ หมู่ ๓ ถนนขยายราษฎร์ ตำบลคำอาฮวน
อำเภอเมืองมุกดาหาร จังหวัดมุกดาหาร ๔๙๐๐๐

ที่ มท ๙๓๐๐๓ ๒๕๖๖

มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ส่งรายชื่อบุคลากรเพื่อตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๖
เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลมุกดาหาร

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายชื่อบุคลากร จำนวน ๓ ชุด

ตามที่เทศบาลตำบลคำอาฮวน มีความประสงค์ ส่งบุคลากรในสังกัด เข้ารับการตรวจสุขภาพ ประจำปี ๒๕๖๖ ตรวจสุขภาพเพื่อค้นหาปัจจัยเสี่ยง ภาวะผิดปกติหรือโรคซึ่งนำไปสู่การป้องกันหรือหาพบความผิดปกติจะได้รับการบำบัดรักษาตั้งแต่ระยะแรก

เทศบาลตำบลคำอาฮวน ขอส่งรายชื่อบุคลากรเพื่อเข้ารับการตรวจสุขภาพ ประจำปี ๒๕๖๖ ณ โรงพยาบาลมุกดาหาร รายละเอียดตามที่ปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย สำหรับวันเวลาการตรวจสุขภาพขอให้โรงพยาบาลเป็นผู้กำหนด

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ
(นายสุพันธ์ เทียงโยธา)
นายกเทศมนตรีตำบลคำอาฮวน

สำเนาบันทึก
โทร / โทรสาร ๐-๔๖๖๔-๐๑๕๔

Scanned with CamScanner

รายชื่อตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๖ เทศบาลตำบลคำอาฮวน อำเภอเมืองมุกดาหาร จังหวัดมุกดาหาร

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	เลขบัตรประจำตัวประชาชน	อายุ	หมายเหตุ
๑	นายสุพันธ์ เทียงโยธา	๓-๓๑๑๑-๐๐๒๒๑-๓๕-๔	๔๙	
๒	นายอุกฤษฏ์ ศรีพิเมือง	๓-๔๙๐๖-๐๐๑๑๒-๘๒-๕	๕๑	
๓	นางสาวชุติมา ผาภา	๓-๔๙๐๑-๐๐๕๘๑-๔๖-๔	๔๙	
๔	จำเอนณรงค์ ปาเกลือ	๓-๖๙๐๕-๐๐๒๔๔-๗-๑๔	๕๒	
๕	นางรุจิรัตน์ ศรีพิเมือง	๓-๔๙๐๒-๐๐๒๕๔-๖-๓๕	๕๐	
๖	นางสาวนิลบล เกษหอม	๕-๓๕๐๗-๐๐๐๐๑-๑๕-๙	๔๓	
๗	นางสาวสุกัญญา พลเทพ	๓-๖๙๙๔-๐๐๑๑๖-๐๓-๖	๔๕	
๘	นางสกวเดือน สมร	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๐๐-๑๕-๑	๔๖	
๙	นางสาวจุริรา ไศลบาท	๑-๓๕๐๘-๐๐๐๑๕-๒๔-๕	๓๘	
๑๐	นางโคศิษฐา วาทยธา	๓-๔๙๙๙-๐๐๑๙๕-๖๘-๐	๓๙	
๑๑	นางสาวกาญจนาวัฒน์ วงษ์ศรีหา	๑-๔๙๐๑-๐๐๐๐๒๕๒-๒	๓๘	
๑๒	นางสุพรรณษา คนไว	๓-๔๙๐๑-๐๐๕๖๗๙๔-๒	๔๑	
๑๓	นายฐิรินทร์ วรากุลคงภัทร์	๓-๔๖๐๕-๐๐๐๑๔-๓๓-๘	๔๓	
๑๔	นางบุรินทร์ จันทรมล	๓-๔๙๐๑-๐๐๕๘๓-๒๐-๓	๕๒	
๑๕	นางสาวบุญรัตน์ ศรีวะอุไร	๓-๔๙๙๙-๐๐๑๙๕-๖๗-๑	๔๗	
๑๖	นายกิตติศักดิ์ ป้องศรี	๑-๔๙๐๑-๐๐๐๐๒-๑๕-๘	๓๘	
๑๗	นางรัชดาภรณ์ วงษ์ชา	๓-๔๙๙๙-๐๐๐๕๔-๕๐-๕	๔๙	
๑๘	นางวันทอง จำปา	๓-๔๙๐๕-๐๐๓๓๘-๓๘-๙	๕๕	
๑๙	นางพยอม รุ่งโรจน์	๓๔๙๐๑-๐๐๖๗๕-๐๑-๙	๔๔	
๒๐	นางสาวยุวดี ขาธิพา	๑-๔๙๐๑-๐๐๐๘๕-๓๑-๒	๓๖	
๒๑	นางธนัญญา ขาธิพา	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๔๖-๕๒-๓	๕๘	
๒๒	นางสาวรัชนี ศรีวิศา	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๓๑-๕๑-๘	๔๑	
๒๓	นางสาวชฎาภรณ์ ไชยสงค์	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๗๘-๑๗-๔	๔๔	
๒๔	นางมาลีกัน เรืองฤทธิ์	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๐๐-๗๘-๗	๓๙	
๒๕	นางพาลี ไชยสงค์	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๘๕-๖๑-๘	๕๑	
๒๖	นางนิชาพัฒน์ บุญเชิญ	๓-๔๙๐๑-๐๐๕๙๓-๙๖-๙	๕๑	
๒๗	น.ส.บุจริณ ไชยสงค์	๓-๔๙๐๑-๐๐๖๗๕-๖๖-๓	๔๒	
๒๘	นางอุราวัน ขุนประชา	๓-๔๙๐๑-๐๐๕๙๒-๕๘-๐	๕๑	

-การออกกำลังกาย เดิน วิ่ง





