



ประกาศกรุงเทพมหานคร
เรื่อง ผลการคัดเลือกบุคคล

ด้วย ก.ก. ได้มีมติในการประชุม ครั้งที่ ๖/๒๕๕๔ เมื่อวันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๕๔ อนุมัติหลักการ
การคัดเลือกบุคคลและการประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภททั่วไปและประเภทวิชาการ
ตามพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการกรุงเทพมหานครและบุคลากรกรุงเทพมหานคร พ.ศ. ๒๕๕๔ โดยให้นำหลักการ
การประเมินบุคคลเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งสำหรับผู้ปฏิบัติงานที่มีประสบการณ์ (ตำแหน่งประเภททั่วไป)
และตำแหน่งประเภทวิชาชีพเฉพาะ สำหรับตำแหน่งระดับ ๘ ลงมา ตามมติ ก.ก. ครั้งที่ ๖/๒๕๕๑ เมื่อวันที่
๒๑ กรกฎาคม ๒๕๕๑ ซึ่งได้กำหนดให้กรุงเทพมหานครพิจารณาคัดเลือกบุคคลที่จะเข้ารับการประเมินเพื่อแต่งตั้ง
ให้ดำรงตำแหน่งตามที่ ก.ก. ได้กำหนดตำแหน่งไว้แล้วในอัตราส่วน ๑ ราย ต่อ ๑ ตำแหน่ง มาใช้กับการประเมินบุคคล
เพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งประเภทวิชาการระดับชำนาญการและชำนาญการพิเศษ

กรุงเทพมหานครได้ดำเนินการตรวจสอบคุณสมบัติของผู้ที่ขอรับการคัดเลือก พร้อมทั้งเค้าโครงเรื่อง
ของผลงานที่จะส่งประเมินเพื่อแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งในระดับสูงขึ้นแล้ว ปรากฏว่ามีผู้ผ่านการคัดเลือก ดังต่อไปนี้

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ตำแหน่งปัจจุบัน (ตำแหน่งเลขที่)	ตำแหน่งที่ได้รับ การคัดเลือก (ตำแหน่งเลขที่)	ส่วนราชการ/ หน่วยงาน
๑.	นางสาวรุจิรา วงศ์ศิริ	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการ (ด้านการพยาบาลทั่วไป) (ตำแหน่งเลขที่ ศบส.(๕๓)๘)	พยาบาลวิชาชีพ ชำนาญการพิเศษ (ด้านการพยาบาลทั่วไป) (ตำแหน่งเลขที่ ศบส.(๕๓)๘)	กลุ่มงานการพยาบาล และการบริหารทั่วไป ศูนย์บริการสาธารณสุข ๕๓ ทุ่งสองห้อง สำนักอนามัย

ประกาศ ณ วันที่ ๒๙ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

(นายชิต ชัยวานิชย์)
ปลัดกรุงเทพมหานคร

สรุปข้อมูลของผู้ขอรับการคัดเลือก

ชื่อผู้ขอรับการคัดเลือก นางสาวรุจิรา วงศ์ศิริ

เพื่อขอประเมินบุคคลในตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการพยาบาลทั่วไป)

(ตำแหน่งเลขที่ ศบส.(53)8)

หลักเกณฑ์การคัดเลือก	ข้อมูล
1. การพิจารณาคุณสมบัติของบุคคล	
1.1 คุณสมบัติการศึกษา	- พยาบาลศาสตรบัณฑิต การศึกษามหาบัณฑิต
1.2 ประวัติการรับราชการ	- อายุราชการ 12 ปี 1 เดือน (ตั้งแต่ 1 มิ.ย. 2553 - 25 ก.ค. 2565)
1.3 มีระยะเวลาการดำรงตำแหน่งและ การปฏิบัติงานตามที่กำหนดไว้ใน มาตรฐานกำหนดตำแหน่งหรือ ได้รับยกเว้นจาก ก.ก. แล้ว	- 4 ปี 6 เดือน ดำรงตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ตั้งแต่วันที่ 13 ม.ค. 2561 - 25 ก.ค. 2565)
1.4 มีระยะเวลาขั้นต่ำในการดำรง ตำแหน่งหรือเคยดำรงตำแหน่ง ในสายงานที่จะคัดเลือก	- 12 ปี 1 เดือน ดำรงตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ 3 (ตั้งแต่ 1 มิ.ย. 2553 - 14 ส.ค. 2554) ดำรงตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ - ชำนาญการ (ตั้งแต่ 15 ส.ค. 2554 - 25 ก.ค. 2565)
1.5 มีใบอนุญาตประกอบวิชาชีพ (ถ้ามี)	- ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพการพยาบาลและการผดุงครรภ์ ชั้นหนึ่ง ใบอนุญาตเลขที่ 4511044059 วันออกใบอนุญาต 24 ธ.ค. 2560 วันหมดอายุ 23 ธ.ค. 2565
2. การพิจารณาคุณลักษณะของบุคคล	
- ต้องได้คะแนนรวมที่ผู้บังคับบัญชา ประเมินไม่น้อยกว่าร้อยละ 60	- ได้คะแนนประเมิน ร้อยละ 83
3. อื่นๆ (ระบุ).....	
.....	
.....	

เอกสารแสดงผลงานที่จะส่งประเมิน

ชื่อผู้ขอรับการประเมิน นางสาวรุจิรา วงศ์ศิริ

ตำแหน่งที่จะขอรับการประเมิน พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการพยาบาลทั่วไป)

(ตำแหน่งเลขที่ ศบส.(53)8)

1. ผลงานที่เป็นผลการดำเนินงานที่ผ่านมา

ชื่อผลงาน ผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักและดัชนีมวลกาย
ในบุคลากรศูนย์บริการสาธารณสุข 53 หุ่่งสองห้อง

ช่วงระยะเวลาที่ทำผลงาน 1 ตุลาคม 2563 - 30 พฤษภาคม 2564

ขณะดำรงตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการพยาบาลทั่วไป) กลุ่มงานการพยาบาลและการบริหาร-
ทั่วไป ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 หุ่่งสองห้อง

กรณีดำเนินการด้วยตนเองทั้งหมด

กรณีดำเนินการร่วมกันหลายคน รายละเอียดปรากฏตามคำรับรองการจัดทำผลงานที่เสนอขอประเมิน
ผลสำเร็จของงาน (ระบุความสำเร็จเป็นผลผลิต หรือผลลัพธ์ หรือประโยชน์ที่ได้รับ)

สถานการณ์ภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนพบมากทุกช่วงวัย ส่งผลกระทบต่อตั้งแต่ระดับบุคคลจนถึงกลุ่
เป็นปัญหาสาธารณสุขของโลก การแก้ไขปัญหาน้ำหนักเกิน และโรคอ้วนในกลุ่มประชากรวัยทำงาน
(15-59 ปี) ในประเทศไทยที่มีจำนวนสูงถึง 42 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 64 ของประชากรทั้งประเทศ ถือเป็น
วาระเร่งด่วนที่ต้องเร่งดำเนินงาน เนื่องจากวัยทำงานเป็นกำลังแรงงานหลักในการพัฒนาประเทศ จากการ
ทบทวนวรรณกรรม พบว่าสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมทางสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น
การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงไม่มีกากใย บริโภคอาหารไม่ครบ 5 หมู่ ขาดการออกกำลังกาย ภาวะ
เครียดและวิตกกังวล (กรมสุขภาพจิต, 2561:6) เมื่อพิจารณาผลการตรวจสุขภาพประจำปีของบุคลากร
ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 หุ่่งสองห้อง ปี พ.ศ.2563 จำนวน 59 คน พบว่าบุคลากรมีปัญหาด้านสุขภาพ ร้อย
ละ 68.9 ปัญหาที่พบได้แก่ค่าดัชนีมวลกายเกินหรือภาวะอ้วนลงพุง ร้อยละ 49 รอบเอวเกินร้อยละ 29.3
มีความเสี่ยงโรคเบาหวานร้อยละ 25.8 มีความเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงร้อยละ 22.4 พบโรคไขมันในเลือด
สูงร้อยละ 27.9 ซึ่งพบว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีค่าดัชนีมวลกายเกินมากที่สุด คือร้อยละ 49 แสดงถึงปัญหา
ที่สำคัญคือปัญหาโรคเรื้อรังที่จะตามมา สาเหตุอาจเกิดจากการขาดความรู้และความตระหนักในการดูแล
ตนเองให้ปลอดภัยจากโรค เพื่อป้องกันและชะลอการเกิดโรคเรื้อรังที่สืบเนื่องจากการมีน้ำหนักเกิน
และโรคอ้วน จึงควรส่งเสริมให้วัยทำงานมีการปรับพฤติกรรมตนเองให้สามารถควบคุมหรือลดน้ำหนัก
ให้อยู่ในระดับปกติ โดยใช้โปรแกรมในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านการรับประทานอาหาร การออก
กำลังกาย และการจัดการอารมณ์ โดยคาดว่ารูปแบบดังกล่าวจะทำให้บุคลากร ได้เพิ่มพูนความรู้ ทักษะ
เกี่ยวกับการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมหรือ

เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการควบคุมน้ำหนักเกินและอ้วน มีสุขภาพแข็งแรง ลดการเกิดโรคเรื้อรังต่าง ๆ ในอนาคต เป็นต้นแบบด้านสุขภาพ (Health Model) แก่ ประชาชน เกิดการขับเคลื่อนองค์กรส่งเสริมสุขภาพ ต้นแบบ รวมทั้งการได้บทเรียนที่สำคัญของการเรียนรู้เพื่อการควบคุมน้ำหนักตัวของบุคลากรสาธารณสุข เพราะหากวัยทำงานมีสุขภาพไม่เหมาะสมด้านร่างกายแล้วจะส่งผลทำให้เกิดโรคด้านจิตใจด้วย ซึ่งส่งผลกระทบต่อการทำงานและการดำเนินชีวิต รวมทั้งสูญเสียทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่า และมีความสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ท่งสองห้อง เห็นความสำคัญของการส่งเสริมและพัฒนาบุคลากร จึงทำการศึกษาผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมควบคุม น้ำหนักและดัชนีมวลกาย โดยการทำวิจัยแบบกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) วัตถุประสงค์และประเมินผล แบบกลุ่มเดียว วัดก่อนและหลังการวิจัย (One group Pretest – posttest Design) คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบเฉพาะเจาะจง ได้กลุ่มเป้าหมายคือ บุคลากรที่มีน้ำหนักเกิน หรือรอบเอวเกิน จำนวน 30 คน ได้รับความรู้ โดยการตรวจสุขภาพประจำปีก่อนเข้าโปรแกรม หลังจากนั้นกลุ่มเป้าหมายจะได้รับการทำ กิจกรรมตามโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพตามทฤษฎีการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ ซึ่งเป็นกิจกรรม การให้ความรู้ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และฝึกทักษะ การปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองที่ครอบคลุมสาระสำคัญ 3๐. ได้แก่การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการอารมณ์ โปรแกรมมีระยะเวลารวม 6 เดือน ประกอบด้วย 3 ระยะ ระยะที่หนึ่ง ให้ความรู้และฝึกทักษะการปฏิบัติเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ระยะที่สอง ติดตามการเปลี่ยนแปลง อย่างใกล้ชิดและส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสม ระยะที่สาม ติดตามการประเมินความคงทนของพฤติกรรม เพื่อกำกับการปฏิบัติให้มีพฤติกรรมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง การติดตามผลติดตามทุก 1 เดือน จนครบ 6 เดือน หลังสิ้นสุดโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพ ได้ผลลัพธ์ ดังนี้

1.บุคลากรมีค่าเฉลี่ยของการส่งเสริมสุขภาพด้าน พฤติกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย และการจัดการความเครียดสูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2.บุคลากรมีค่าเฉลี่ยของดัชนีมวลกายตามมาตรฐาน สูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.บุคลากร ได้เพิ่มพูนความรู้ ทักษะเกี่ยวกับการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมหรือเกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการควบคุมน้ำหนักเกิน

2.บุคลากรมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง ลดการเกิดความเจ็บป่วยและโรคเรื้อรังในอนาคต

3.เกิดการขับเคลื่อนองค์กรส่งเสริมสุขภาพต้นแบบ เพื่อการเป็นต้นแบบด้านสุขภาพ (Health Model) แก่ประชาชนและองค์กรภายนอก

2.ข้อเสนอ แนวคิด วิธีการเพื่อพัฒนางานหรือปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

ชื่อข้อเสนอ การจัดการศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมสุขภาพและการเรียนรู้ตลอดชีวิต : กรณีศึกษา
โรงเรียนผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ทุ่งสองห้อง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยสนับสนุนให้เกิดการจัดการศึกษาที่เหมาะสม
กับวัยและความต้องการของผู้สูงอายุ

2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดูแลตนเองเพื่อการดำรงอยู่ในสังคม อย่างมีคุณค่า

3. เพื่อเป็นแนวปฏิบัติในการส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพ การส่งเสริมสุขภาพและสนับสนุนการเรียนรู้
ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่อื่น

เป้าหมาย

ผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ทุ่งสองห้อง

ขั้นเตรียมการ ศึกษารวบรวมข้อมูลทางวิชาการที่เกี่ยวข้อง โดยการบูรณาการ ความรู้ทั้งด้านกาย จิต
อารมณ์ สังคม ผ่านการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ในทุกภาคส่วนเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้
ตลอดชีวิต

ขั้นดำเนินการ ประชุมคณะทำงานในทีมสหวิชาชีพและสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ เพื่อระดมสมองและหา
แนวทางในการจัดการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ขั้นประเมินผล ผู้สูงอายุได้รับความรู้ตามความต้องการและพัฒนาศักยภาพในการดูแลตนเอง
เพื่อคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนและเป็นต้นแบบให้ชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่อื่นนำไปเป็นแบบอย่าง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาศักยภาพ มีความรู้ทักษะทั้งด้านวิชาการและการใช้สื่อการเรียนรู้สมัยใหม่
ในการดูแลตนเองได้ตามภาวะสุขภาพ มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในเรื่องที่ตอบสนองความต้องการของ
ตนเอง มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สุขภาพจิตที่สดใส มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

2. ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมให้พึ่งพาตนเอง มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ตลอดจนเป็นผู้ถ่ายทอด
ความรู้ด้านวัฒนธรรม และภูมิปัญญาท้องถิ่น เกิดความภาคภูมิใจและมีคุณค่าในตนเอง

3. เกิดเครือข่ายการดูแลผู้สูงอายุที่เข้มแข็งและยั่งยืน ยกกระดับและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และ
สามารถนำองค์ความรู้ ไปเป็นแนวทางในการสร้างโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่และชุมชนอื่น ๆ

คำรับรองการจัดทำผลงานที่เสนอขอประเมิน

ชื่อผลงาน ผลของโปรแกรมการสร้างเสริมสุขภาพต่อพฤติกรรมการควบคุมน้ำหนักและดัชนีมวลกายใน
บุคลากร ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ทุ่งสองห้อง

ชื่อผู้ดำเนินการ	ลักษณะงานที่รับผิดชอบของผู้ดำเนินการ แต่ละคน	สัดส่วนการดำเนินการ (คิดเป็นร้อยละ)
นางสาวรุจิรา วงศ์ศิริ	1.ศึกษาปัญหา ค้นคว้าข้อมูล วางแผน จัดทำ โครงการวิจัย เครื่องมือและแนวทางต่างๆ 2.จัดกิจกรรมตาม โปรแกรมการสร้างเสริม สุขภาพตามทฤษฎีการส่งเสริมสุขภาพของ เพนเดอร์ ซึ่งเป็นกิจกรรมการให้ความรู้ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้ เป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และฝึกทักษะ การปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเองที่ ครอบคลุมสาระสำคัญ 3อ. และประเมินผล หลังการเข้าโปรแกรม	90
นางสาวสุวรรณรัตน์ สร้อยศักดิ์	1.ร่วมกิจกรรมในการให้ความรู้แก่กลุ่ม ตัวอย่างตาม โปรแกรมที่กำหนดไว้ 2.ร่วมเก็บข้อมูลตามเครื่องมือที่กำหนด	5
นางสาวกัญญา บุญญเสฐ	1.ร่วมกิจกรรมในการให้ความรู้แก่กลุ่ม ตัวอย่างตาม โปรแกรมที่กำหนดไว้ 2.ร่วมเก็บข้อมูลทางด้านสุขภาพรายบุคคล ได้แก่ วัดส่วนสูง ชั่งน้ำหนัก เจาะเลือด	5

ได้ตรวจสอบการจัดสัดส่วนและลักษณะงานที่รับผิดชอบแล้วเห็นว่าถูกต้องตรงความจริงทุกประการ

(ลงชื่อ).....^{สุศิริ} ^{ทศศิริ}.....ผู้ขอรับการประเมิน

(นางสาวรุจิรา วงศ์ศิริ)

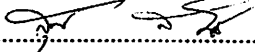
(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการพยาบาลทั่วไป)

กลุ่มงานการพยาบาลและการบริหารทั่วไป

ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ทุ่งสองห้อง

สำนักอนามัย

(วันที่).....²⁵ ^{ก.ค.} 2565.....

(ลงชื่อ)..........ผู้ร่วมดำเนินการ

(นางสาวสุวรรณรัตน์ สร้อยศักดิ์)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ (ด้านการพยาบาลทั่วไป)

กลุ่มงานการพยาบาลและการบริหารทั่วไป

ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ทุ่งสองห้อง

สำนักอนามัย

(วันที่).....²⁵ ^{ก.ค.} 2565.....

(ลงชื่อ)..........ผู้ร่วมดำเนินการ

(นางสาวกัญหา บุญญเสฐ)

(ตำแหน่ง) พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ (ด้านการพยาบาลทั่วไป)

กลุ่มงานการพยาบาลและการบริหารทั่วไป

ศูนย์บริการสาธารณสุข 53 ทุ่งสองห้อง

สำนักอนามัย

(วันที่).....²⁵ ^{ก.ค.} 2565.....