



๔) ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบุคลากรที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพ

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบุคลากรที่มีความเสี่ยงด้านสุขภาพ มีการจัดกิจกรรม วาเลนไทน์รักสุขภาพวันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๖ มีจำนวนคณาจารย์และบุคลากรสายสนับสนุนเข้าร่วม กิจกรรมวาเลนไทน์รักสุขภาพ จำนวน ๓๙ คน ผลการประเมินความพึงพอใจการดำเนินงานในกิจกรรมวาเลน ไน์รักสุขภาพในภาพรวมเฉลี่ย ๔.๕๗ ระดับความพึงพอใจมากที่สุดคือฐานที่ ๕ กิจกรรมร้องเพลง และ Dancer เพื่อสุนทรียภาพของชีวิต ฐานที่ ๑ กิจกรรมวัดรอบเอว ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงคำนวณ BMI วัดความดันโลหิต และความพึงพอใจต่อการดำเนินกิจกรรมในภาพรวม ๔.๗๒ ความเห็นอื่นๆของผู้เข้าร่วมกิจกรรม เช่น ได้ความรู้และมีประโยชน์ต่อร่างกาย พึงพอใจในกิจกรรมสร้างสรรค์เมนูอาหารเพราะได้ทราบจำนวน แคลอรีในอาหาร กิจกรรมร้องเพลงเต้นรำ กิจกรรมหายใจบำบัด/สมาธิบำบัดเพราะรู้สึกสบายและคลายเครียด ได้ออกกำลังกายและสนุกด้วยกัน ได้ความสามัคคีในทีมงาน การเข้ากลุ่มในแต่ละฐานสนุกมากมีความสามัคคี ร่วมแรงร่วมใจในกลุ่มดีมากอยากให้งานกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง/เดือนละ ๑ ครั้ง ระยะเวลาทำกิจกรรมน้อย