



สำนักประชาสัมพันธ์เขต 6

<http://region6.prd.go.th>

ข่าวที่ 13/2552

สำนักประชาสัมพันธ์เขต 6 จัดกิจกรรม “ขยับกายสบายชีวิ”

สำนักประชาสัมพันธ์เขต 6 จัดกิจกรรม “ขยับกายสบายชีวิ” สนองนโยบายการกำกับดูแลองค์การที่ดี ส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ปฏิบัติงานทุกวันพุธของสัปดาห์ เริ่ม 17 มิถุนายน – 23 กันยายนนี้

การดำเนินชีวิตของคนในสังคมปัจจุบันทั้งที่ทำงานและบ้าน เพื่อให้มีกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายลดน้อยลง อันเนื่องมาจากความสะดวกสบายที่เกิดขึ้นมากมายจากเทคโนโลยีสมัยใหม่ การทำงานและการใช้ชีวิตประจำวันมีเครื่องอำนวยความสะดวกและอุปกรณ์ช่วยผ่อนแรงมากขึ้น แม้แต่กิจกรรมยามว่าง ก็ออกมาในรูปแบบของการ ดูทีวี เล่นวีดีโอเกมส์ และคอมพิวเตอร์ เป็นส่วนใหญ่ ส่งผลให้จำนวนคนอ้วนมีมากขึ้น เสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรังและการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร หน่วยงานที่รับผิดชอบ และประชาชนจึงหันมาให้ความสำคัญกับการออกกำลังกายมากขึ้น ประกอบกับมีข้อมูลจากการสำรวจของหลายหน่วยงานเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชน ไม่ว่าจะเป็นองค์การอนามัยโลก งานส่งเสริมสุขภาพชุมชนของแคนาดา(Canadian Community Health Survey, 2000/01) หรือ US Department of Health and Human Service (1990, 1992) ในประเทศที่มีความเจริญทางสาธารณสุขมาก ๆ เช่น สหรัฐอเมริกา แคนาดา หรือออสเตรเลีย รายงานว่า การออกกำลังกายและการมีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายที่เหมาะสมของกลุ่มคนวัยทำงาน ในสถานประกอบการ ซึ่งมีความสำคัญต่อระบบเศรษฐกิจและสังคม จะช่วยส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย และจิตใจของบุคลากร อีกทั้งยังทำให้สถานประกอบการลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาล ลดการขาดงาน เพิ่มผลผลิต เพิ่มสมรรถภาพการทำงาน เพิ่มความรักและทุ่มเทให้กับสถานประกอบการ และที่สำคัญทำให้สถานประกอบการประสบความสำเร็จและบรรลุตามเป้าหมายเป็นอย่างดี

นายอำพล บุญจันทร์ ผู้อำนวยการสำนักประชาสัมพันธ์เขต 6 กล่าวว่า สำนักประชาสัมพันธ์เขต 6 มีความตระหนักและให้ความสำคัญกับบุคลากร จึงจัดให้มีกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย และจิตใจของบุคลากรในสังกัดขึ้น ภายใต้ชื่อโครงการ “ขยับกายสบายชีวิ” โดยจัดให้มีช่วงเวลาสำหรับการออกกำลังกายระหว่างเวลา 15.00 – 17.00 น. ทุกวันพุธของสัปดาห์ เริ่มตั้งแต่ 17 มิถุนายน – 23 กันยายน 2552 ในบริเวณสถานที่ทำงานของสำนักประชาสัมพันธ์เขต 6 รองรับนโยบายการกำกับดูแลองค์การที่ดี มุ่งส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติงานมีคุณภาพชีวิตที่ดีควบคู่กับผลสัมฤทธิ์ของการทำงานที่มีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งจัดให้มีการประชาสัมพันธ์เผยแพร่ให้ความรู้เรื่องประโยชน์ของการออกกำลังกาย และการออกกำลังกายอย่างถูกวิธีแก่บุคลากรทางสื่อต่างๆ เช่น บอร์ดประชาสัมพันธ์ อินเทอร์เน็ต และโบปลิว เป็นต้น.

วงศ์ทิพย์ จันทภาโส/เรียบเรียง

ฝ่ายส่งเสริมและเผยแพร่ ส่วนแผนงานฯ สปข.6

Email:wongtip_c@hotmail.com/มิ.ย.52