

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษายุทธศาสตร์การเสริมสร้างพฤติกรรมการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารจังหวัดพิษณุโลก ผู้วิจัยใช้วิธีการศึกษาแบบผสม (Mix Methodology) เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของการวิจัยโดยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ และวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารจังหวัดพิษณุโลก

2. กำหนดยุทธศาสตร์การเสริมสร้างพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

1. วิจัยเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยผู้วิจัยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) แบ่งออกเป็น 5 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยทางชีวสังคม ลักษณะทางประชากร เศรษฐกิจ สังคม ปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ย ระดับชั้นของตำแหน่ง ลักษณะงานที่ทำ ปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยนำที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ประกอบด้วย ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย และทัศนคติต่อการออกกำลังกาย

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยเอื้อที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามข้อมูลปัจจัยเสริมที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามข้อมูลพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

2. วิจัยเชิงคุณภาพ

2.1 การวิจัยเอกสาร (Documentary Research)

2.2 การวิจัยโดยใช้วิธีสัมภาษณ์โดยตรง เป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi Structured Interview)

1. ผลการวิจัยเชิงปริมาณ

ส่วนที่ 1 ปัจจัยทางชีวสังคมที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ข้อมูลปัจจัยทางชีวสังคมของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ย ระดับชั้นของตำแหน่ง ลักษณะงานที่ทำ ปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย

ตาราง 2 แสดงจำนวนและร้อยละของข้อมูลปัจจัยทางชีวสังคมของบุคลากร

N = 200

ปัจจัยทางชีวสังคม	จำนวน	ร้อยละ
1 เพศ		
ชาย	75	37.5
หญิง	125	62.5
รวม	200	100
2 อายุ		
ต่ำกว่า 35 ปี	95	47.5
อายุระหว่าง 36 – 45 ปี	72	36
อายุระหว่าง 46 – 60 ปี	33	16.5
รวม	200	100
3 สถานภาพสมรส		
โสด	83	41.5
สมรส	100	50
หม้าย	1	0.5
หย่าร้าง / แยกกันอยู่	16	8
รวม	200	100

ตาราง 2 (ต่อ)

N = 200

ปัจจัยทางชีวสังคม	จำนวน	ร้อยละ
4 ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	63	31.5
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	107	53.5
สูงกว่าปริญญาตรี	30	15
รวม	200	100
5 รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
ต่ำกว่า 15,000 บาท	151	75.5
15,001 – 25,000 บาท	32	16
มากกว่า 25,000 บาท ขึ้นไป	17	8.5
รวม	200	100
6 ระดับชั้นของตำแหน่ง		
พนักงานจ้างตามภารกิจ/ทั่วไป	99	49.5
ลูกจ้างประจำ	6	3
ระดับ 1 – 3 หรือเทียบเท่า	19	9.5
ระดับ 4 – 6 หรือเทียบเท่า	51	25.5
ระดับ 7 ขึ้นไป หรือเทียบเท่า	25	4.5
รวม	200	100
7 ลักษณะงานที่ทำ		
งานเอกสารนั่งอยู่กับที่ตลอดเวลา	15	7.5
งานเอกสารสลับกับงานที่เคลื่อนไหวบ้าง	132	66
งานที่ต้องเคลื่อนไหวตลอดเวลา	25	12.5
งานใช้แรงงาน	28	14
รวม	200	100
8 ปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย		
การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่ยุ่งยาก เสียเวลาและค่าใช้จ่าย	28	10.8
สุขภาพไม่ค่อยดี ไม่ค่อยมีแรงทำให้เหนื่อยเกินไป	38	14.8
การออกกำลังกายทำให้เสียเวลาในการทำงาน ไม่มีเวลา	32	12.5

ตารางที่ 2 (ต่อ)

N = 200

ปัจจัยทางชีวสังคม	จำนวน	ร้อยละ
8 ปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย (ต่อ)		
สุขภาพดีอยู่แล้ว ไม่จำเป็นต้องออกกำลังกาย	22	8.6
ภูมิอากาศเป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย (ร้อนจัด แดดจัด อากาศหนาวเย็น ฝนตก)	83	32.3
ปัญหา อุปสรรค อื่นๆ	54	21
รวม	257	100

จากตาราง 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ สมรส ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ย ระดับชั้นของตำแหน่ง ลักษณะงานที่ทำ ปัญหาและอุปสรรค ในการออกกำลังกาย พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 62.5 และ เพศชาย ร้อยละ 37.5 ส่วนใหญ่อายุต่ำกว่า 35 ปี ร้อยละ 47.5 รองลงมาคือ 36 - 45 ปี ร้อยละ 36 รองลงมาคือ 46 - 60 ปี ร้อยละ 116.5 สถานภาพส่วนใหญ่สมรส ร้อยละ 50 รองลงมาคือ โสด ร้อยละ 41.5 รองลงมาคือ หย่าร้าง/แยกกันอยู่ ร้อยละ 8 และสุดท้ายคือ หม้าย ร้อยละ 0.5 มีระดับการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่ามากที่สุดคิดเป็น ร้อยละ 53.5 รองลงมาคือ ต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ร้อยละ 31.5 และระดับสูงกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 15 มีรายได้เฉลี่ยต่อ เดือนมากที่สุดคือ ต่ำกว่า 15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 75.5 รองลงมา คือ 15,001-25,000 บาท ร้อยละ 16 และมากกว่า 25,000 บาท ขึ้นไป ร้อยละ 8.5 ระดับชั้นของตำแหน่งผู้ตอบ แบบสอบถามส่วนใหญ่ดำรงตำแหน่ง พนักงานจ้างตามภารกิจ/ทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 49.5 รองลงมาคือ ข้าราชการระดับ 4 - 6 หรือเทียบเท่า ร้อยละ 25.5 รองลงมาคือ รองลงมาคือ ข้าราชการระดับ 1 - 3 ร้อยละ 9.5 ข้าราชการระดับ 7 ขึ้นไป ร้อยละ 4.5 สุดท้ายคือ ลูกจ้างประจำ ร้อยละ 3 ลักษณะงานที่ทำ ส่วนใหญ่ทำงานเอกสารสลับกับงานที่เคลื่อนไหวบ้าง ร้อยละ 66 รองลงมาคือ ทำงานที่ต้องเคลื่อนไหวตลอดเวลา ร้อยละ 12.5 รองลงมาคือ ทำงานใช้ แรงงาน ร้อยละ 14 สุดท้ายคือ ทำงานเอกสารนั่งอยู่กับที่ตลอดเวลา ร้อยละ 7.5 ปัญหาและ อุปสรรคในการออกกำลังกายมากที่สุด คือภูมิอากาศเป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย (ร้อนจัด แดดจัด อากาศหนาวเย็น ฝนตก) คิดเป็นร้อยละ 32.3 รองลงมาคือ ปัญหา อุปสรรค อื่นๆ อาทิ ไม่มีเวลา มีภาระงานมาก เสียเวลาทำงาน มีภาระที่ต้องดูแลฯ คิดเป็นร้อยละ 21 รองลงมา คือ ออกกำลังกายทำให้เสียเวลาในการทำงาน ไม่มีเวลา ร้อยละ 12.5 รองลงมา คือ ออกกำลังกาย เป็นกิจกรรมที่ยุ่งยาก เสียเวลาและค่าใช้จ่าย ร้อยละ 10.8 และสุดท้ายคือ สุขภาพดีอยู่แล้ว ไม่จำเป็นต้องออกกำลังกายอีก ร้อยละ 8.6 จะเห็นได้ว่าปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย

มากที่สุดของกลุ่มตัวอย่างบุคลากร คือภูมิอากาศเป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย (ร้อนจัด แดดจัด อากาศหนาวเย็น ฝนตก) และปัญหา อุปสรรค อื่นๆ อาทิ ไม่มีเวลา มีภาระงานมาก เสียเวลาทำงาน มีภาระที่ต้องดูแลฯ

ส่วนที่ 2 ปัจจัยนำที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ประกอบด้วย ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย และทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

2.1 ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย หมายถึงความสามารถในการอธิบายหรือเข้าใจ เนื้อหาข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการออกกำลังกาย อาทิ ความหมาย ขั้นตอน หลักการ ประโยชน์และโทษของการออกกำลังกาย เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามให้เลือกตอบ ถูก ผิด ไม่ทราบ จำนวน 15 ข้อ มีค่าคะแนนอยู่ระหว่าง 0-15 คะแนน โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนคือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิด หรือไม่ทราบ ได้ 0 คะแนน คะแนนสูงสุดแสดงว่ามีความรู้ต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายดี

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยของข้อมูล และระดับความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

ข้อที่	รายการ	ตอบถูก	ตอบผิด	ระดับ ความรู้
		\bar{X}	\bar{X}	
1.	การออกกำลังกายที่เกิดประโยชน์สูงสุด ควรใช้เวลา 20 - 30 นาทีต่อครั้ง อย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์	14	1	สูง
2.	การออกกำลังกายในแต่ละครั้งจะต้องปฏิบัติให้ครบ 3 ขั้นตอนจะขาดขั้นตอนใดไม่ได้ (ขั้นอบอุ่นร่างกาย, ขั้นปฏิบัติ, ขั้นผ่อนคลาย)	11	4	สูง
3.	การออกกำลังกายควรทำวันละน้อยๆ แล้วเพิ่มขึ้นตามลำดับ	13	2	สูง
4.	ควรอบอุ่นร่างกายเพื่อปรับร่างกายให้มีความพร้อม 5 -10 นาที ก่อนเริ่มออกกำลังกายทุกครั้ง	13	2	สูง
5.	การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ (Stretching) คือ เตรียมการทำงานของกระดูกข้อต่อ เอ็น ฟังพืด กล้ามเนื้อ ฯ	12	3	สูง
6.	ในขณะที่มีรอบเดือนของเพศหญิง ไม่มีผลต่อการออกกำลังกาย สามารถปฏิบัติได้ตามปกติ	7	8	กลาง

ตาราง 3 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	ตอบถูก	ตอบผิด	ระดับ ความรู้
		\bar{x}	\bar{x}	
7.	ผู้สูงอายุ หญิงมีครรภ์ หรือผู้มีโรคประจำตัวจะต้อง ตรวจสอบสุขภาพก่อนเข้าโปรแกรมการออกกำลังกาย	12	3	สูง
8.	การออกกำลังกายช่วยให้ลดไขมันไตรกลีเซอไรด์ ในหลอดเลือด	12	3	สูง
9.	การออกกำลังกายแบบแอโรบิก เป็นวิธีป้องกัน โรคหัวใจได้ดีที่สุด	8	7	กลาง
10.	การออกกำลังกายสามารถชะลอความเสื่อมของ อวัยวะต่างๆ ในผู้สูงอายุได้อย่างดีที่สุด	12	3	สูง
11.	การออกกำลังกายที่พอควรจะทำให้มีการหลั่ง สารเอ็นดอร์ฟินซึ่งเป็นสารที่ทำให้ระดับน้ำตาลลดลง	10	5	กลาง
12.	การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทำให้สมรรถภาพ ทางเพศดีขึ้น	10	5	กลาง
13.	การออกกำลังกายเป็นการลดความอ้วนและความคุม น้ำหนักตัวได้ผลดีที่สุด	14	1	สูง
14.	การหยุดออกกำลังกายอย่างทันที เป็นสาเหตุให้เกิด อาการล้าหรือเป็นตะคริว	10	5	กลาง
15.	การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอช่วยลดปัญหา ครอบครัวแตกแยก	4	11	ต่ำ
	รวม	11	4	สูง

ค่าระดับคะแนนความรู้ของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

มีระดับความรู้สูง คือ ได้คะแนนระหว่าง 11 – 15 คะแนน

มีระดับความรู้ปานกลาง คือ ได้คะแนนระหว่าง 6 – 10 คะแนน

มีระดับความรู้ต่ำ คือ ได้คะแนนระหว่าง 1 – 5 คะแนน

ผลการวิเคราะห์ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 แสดงระดับความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัด
องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

N=200

ระดับความรู้	จำนวน(คน)	ร้อยละ
	(n = 200)	(%)
ระดับสูง	80	40
ระดับปานกลาง	74	37
ระดับต่ำ	46	23
รวม	200	100

จากตาราง 4 พบว่า บุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ส่วนใหญ่มีความรู้ ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 40 รองลงมา มีความรู้ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 37 และร้อยละ 23 มีความรู้ระดับต่ำ

2.2 ทักษะคิดต่อการออกกำลังกาย ทักษะคิดต่อการออกกำลังกาย หมายถึง ความคิดเห็นส่วนบุคคลที่มีต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

เครื่องมือที่ใช้วัดทัศนคติ เป็นแบบสอบถามเพื่อประเมินทัศนคติต่อพฤติกรรม การออกกำลังกาย มาตราวัดเป็นแบบมาตราประมาณค่า ประกอบด้วยคำถาม 15 ข้อ แต่ละข้อ มีมาตราวัด 5 หน่วย ได้แก่ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วยมาก ค่อนข้างเห็นด้วย ไม่น่าใจ และไม่เห็นด้วย โดยให้คะแนนทางบวกเป็น 5 4 3 2 1 และคะแนนทางลบเป็น 1 2 3 4 5 ตามลำดับ ตัวแปรนี้มีค่าต่อเนื่องอยู่ระหว่าง 1 – 5 ค่าเฉลี่ยของกลุ่มรวม (\bar{x}) คือ 4.02 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คือ .78 ค่าคะแนนสูงแสดงว่ามีทัศนคติต่อพฤติกรรม การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพดี

ค่าระดับคะแนนทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00	แปลความว่า	ทัศนคติที่ดีมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50	แปลความว่า	ทัศนคติที่ดีมาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50	แปลความว่า	ทัศนคติที่ดีปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50	แปลความว่า	ทัศนคติที่ไม่ค่อยดี
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50	แปลความว่า	ทัศนคติที่ไม่ดี

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับการแปลผล และอันดับของข้อมูล
ปัจจัยนำด้านทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัด
องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

N=200

ข้อที่	รายการ	รวม			
		\bar{x}	S.D	มีทัศนคติ	อันดับ
1.	การออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับคนวัยทำงาน	4.09	.94	ดีมาก	6
2.	คนวัยทำงานที่ออกกำลังกายเป็นประจำทำให้ กระฉับกระเฉง คล่องแคล่ว	4.38	.74	ดีมาก	2
3.	การออกกำลังกายเป็นประจำทำให้ทำงานได้มากขึ้น	3.89	1.00	ดีมาก	10
4.	การออกกำลังกายช่วยเสริมสร้างบุคลิกภาพให้ สง่างาม ดูมีเสน่ห์	4.25	.91	ดีมาก	3
5.	การไปออกกำลังกายช่วยเป็นสื่อในการเข้าสังคม ทำให้มีเพื่อนมาก	3.78	.99	ดีมาก	11
6.	การออกกำลังกายทำให้รู้สึกสนุกสมองปลอดโปร่ง	4.39	.75	ดีมาก	1
7.	ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำจะทำให้แก่ช้าลง	4.05	.91	ดีมาก	8
8.	ผู้ที่ออกกำลังกายเป็นประจำจะเป็นคนที่สามารถ เผชิญกับความกดดันได้ดี	3.45	1.12	ดีปานกลาง	13
9.	การออกกำลังกายจำเป็นต้องใช้อุปกรณ์หรือ เครื่องแต่งกายที่เหมาะสม	3.78	1.06	ดีมาก	11
10.	บุคคลสามารถดูแลสุขภาพของตนเองด้วยวิธีการอื่น โดยไม่จำเป็นต้องออกกำลังกายทานอาหารครบ 5 หมู่ อาหารเสริมต่างๆ ยาบำรุงกำลัง)	2.98	1.41	ดีปานกลาง	14
11.	ผู้ที่ขาดการออกกำลังกายจะมีพฤติกรรมเสี่ยง ต่อปัญหาสุขภาพ	4.19	1.02	ดีมาก	4
12.	การออกกำลังกายเป็นเรื่องที่ยุ่งยาก เสียเวลา	3.68	1.30	ดีมาก	12
13.	สุขภาพดีอยู่แล้วไม่จำเป็นต้องออกกำลังกาย	4.06	1.34	ดีมาก	7
14.	การไปออกกำลังกายทำให้ขาดรายได้ มาเลี้ยงครอบครัว	4.10	1.26	ดีมาก	5
15.	ผู้ที่ประกอบอาชีพใช้แรงงานไม่จำเป็นต้อง ออกกำลังกายอีก	3.96	1.26	ดีมาก	9
	รวมเฉลี่ย	4.02	.78	ดีมาก	-

จากตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับทัศนคติต่อการออกกำลังกายโดยภาพรวมที่ดีมาก ($\bar{x} = 4.02$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อระดับความคิดเห็นด้านทัศนคติต่อการออกกำลังกายสูงสุด คือ ข้อ 6 การออกกำลังกายทำให้รู้สึกสนุกสนาน สมองปลอดโปร่ง ($\bar{x} = 4.39$) รองลงมา ได้แก่ ข้อ 2 หน่วยงานที่ออกกำลังกายเป็นประจำ ทำให้กระฉับกระเฉง คล่องแคล่ว ($\bar{x} = 4.38$) และรายการต่ำสุด ได้แก่ ข้อ 10 บุคคลสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้ด้วยวิธีการอื่นโดยไม่จำเป็นต้องออกกำลังกาย (ทานอาหารครบ 5 หมู่ อาหารเสริมต่างๆ ยาบำรุงกำลัง) ($\bar{x} = 2.98$)

ส่วนที่ 3 ปัจจัยเอื้อที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ปัจจัยเอื้อ หมายถึง ปัจจัยภายนอกที่มีส่วนเอื้ออำนวยให้ผู้ตอบแบบสอบถามแสดงพฤติกรรมได้โดยง่ายหรือยาก ประกอบด้วย นโยบายกระทรวงสาธารณสุข สถานที่และอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย เครื่องมือที่ใช้วัดเป็นแบบสอบถามเพื่อประเมินปัจจัยเอื้อที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร มาตราวัดเป็นแบบมาตราประมาณค่า ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อมีมาตราวัด 5 หน่วย ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด โดยให้คะแนนทางบวกเป็น 5 4 3 2 1 ตัวแปรนี้มีค่าต่อเนื่องอยู่ระหว่าง 1 - 5 ค่าเฉลี่ยของกลุ่มรวม (\bar{x}) คือ 3.50 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คือ .88 ค่าคะแนนสูงแสดงว่าได้รับปัจจัยเอื้อดี

ค่าระดับคะแนนปัจจัยเอื้อเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ค่าเฉลี่ย	4.51 - 5.00	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเอื้อสูงที่สุด
ค่าเฉลี่ย	3.51 - 4.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเอื้อสูงมาก
ค่าเฉลี่ย	2.51 - 3.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเอื้อปานกลาง
ค่าเฉลี่ย	1.51 - 2.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเอื้อต่ำมาก
ค่าเฉลี่ย	1.00 - 1.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเอื้อต่ำที่สุด

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการแปลผลและอันดับของข้อมูล ปัจจัยเอื้อที่มีผลต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหาร ส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ข้อที่	รายการ	รวม			
		\bar{x}	S.D	ได้รับ ปัจจัยเอื้อ	อันดับ
1.	กระทรวงสาธารณสุขมีการกำหนดนโยบายสนับสนุนการออกกำลังกายจริงจัง	3.83	.90	สูงมาก	1
2.	หน่วยงานมีการรณรงค์เรื่องการออกกำลังกาย	3.41	1.10	ปานกลาง	6
3.	หน่วยงานจัดกิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	3.44	1.14	ปานกลาง	5
4.	หน่วยงานกำหนดเวลาส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานเพื่อออกกำลังกาย	2.98	1.31	ปานกลาง	10
5.	สถานที่ออกกำลังกายของหน่วยงาน ปลอดภัย สะอาด	3.46	1.18	ปานกลาง	4
6.	สถานที่ออกกำลังกายอยู่ใกล้ เดินทางสะดวกรวดเร็ว	3.51	1.24	สูงมาก	3
7.	หน่วยงานจัดโปรแกรมและผู้ฝึกสอนเพื่อแนะนำวิธีการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาให้กับบุคลากร	2.99	1.40	ปานกลาง	9
8.	หน่วยงานจัดอุปกรณ์การออกกำลังกาย หรือ อุปกรณ์กีฬาอย่างเพียงพอ	3.39	1.27	ปานกลาง	7
9.	หน่วยงานจัดแข่งขันกีฬาเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ภายในและนอกหน่วยงาน	3.54	1.13	สูงมาก	2
10.	หน่วยงานจัดงบประมาณสำหรับการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาของบุคลากรอย่างชัดเจน	3.26	1.28	ปานกลาง	8
	รวมเฉลี่ย	3.50	.88	ปานกลาง	-

จากตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยภายนอกที่มีส่วนเอื้ออำนวยที่ส่งผลการออกกำลังกายของบุคลากร สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.50$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยเอื้อสูงสุด คือ ข้อ 1 กระทรวงสาธารณสุข มีการกำหนดนโยบายสนับสนุนการออกกำลังกายจริงจัง ($\bar{x} = 3.83$) รองลงมา ได้แก่ ข้อ 9 หน่วยงานจัดแข่งขันกีฬาเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ภายในและนอกหน่วยงาน ($\bar{x} = 3.54$) และ

รายการต่ำสุด ได้แก่ ข้อ 4 หน่วยงานกำหนดเวลาส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานเพื่อออกกำลังกาย
($\bar{X} = 2.98$)

ส่วนที่ 4 ปัจจัยเสริมที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร
สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ปัจจัยเสริม หมายถึง แรงสนับสนุนทางสังคมต่างๆ ที่ช่วยทำให้เกิดแรงผลักดันในการ
แสดงพฤติกรรมหรือการปฏิบัติ ประกอบด้วย การได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ การได้รับ
แรงสนับสนุนจากบุคคล เช่น ผู้บังคับบัญชา เพื่อน ครอบครัว

เครื่องมือที่ใช้วัดเป็นแบบสอบถาม เพื่อประเมินปัจจัยเสริมที่มีผลต่อพฤติกรรมการ
ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร มาตราวัดเป็นแบบมาตรประมาณค่า ประกอบด้วย
คำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อมีมาตราวัด 5 หน่วย ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด
โดยให้คะแนนทางบวกเป็น 5 4 3 2 1 ตัวแปรนี้มีค่าต่อเนื่องอยู่ระหว่าง 1 – 5 ค่าเฉลี่ยกลุ่มรวม
(\bar{X}) คือ 2.97 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คือ 1.05 ค่าคะแนนสูงแสดงว่า ได้รับปัจจัยเสริมดี

ค่าระดับคะแนนปัจจัยเสริมเกี่ยวกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
ของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเสริมสูงที่สุด
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเสริมสูงมาก
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเสริมปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเสริมต่ำมาก
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50	แปลความว่า	ได้รับปัจจัยเสริมต่ำที่สุด

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการแปลผล และอันดับของข้อมูล
ปัจจัยเสริมที่มีผลต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหาร
ส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ข้อที่	รายการ	รวม			
		\bar{X}	S.D	ได้รับ ปัจจัยเสริม	อันดับ
1.	หน่วยงานประชาสัมพันธ์ข่าวสารกิจกรรมการ ออกกำลังกายโดยใช้แผ่นพับนิยสารและวารสาร	2.88	1.21	ปานกลาง	9
2.	ผู้บริหารในหน่วยงานสนับสนุนให้บุคลากร ของหน่วยงานออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.27	1.27	ปานกลาง	3
3.	ผู้บริหารและเพื่อนร่วมงานในหน่วยงานของท่าน ร่วมกิจกรรมในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา	3.16	1.22	ปานกลาง	4

ตารางที่ 7 (ต่อ)

ข้อที่	รายการ	รวม			
		\bar{x}	S.D	ได้รับ ปัจจัยเอื้อ	อันดับ
4.	เพื่อนๆ ทั้งในและนอกหน่วยงานสนับสนุนและให้กำลังใจท่านในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา	3.14	1.17	ปานกลาง	5
5.	ครอบครัวสนับสนุนค่าใช้จ่ายที่จำเป็นต้องใช้เพื่อการออกกำลังกายของท่าน	2.99	1.23	ปานกลาง	8
6.	สมาชิกในครอบครัวกระตุ้นเตือนให้ท่านออกกำลังกาย	3.32	1.17	ปานกลาง	1
7.	สมาชิกในครอบครัวให้กำลังใจท่าน	3.30	1.20	ปานกลาง	2
8.	สมาชิกในครอบครัวออกกำลังกายร่วมกับท่าน	3.05	1.29	ปานกลาง	7
9.	การรณรงค์เรื่องการออกกำลังกายโดยใช้ดาราลและบุคคลที่มีชื่อเสียงเป็นแบบ มีผลทำให้ท่านหันมาสนใจการออกกำลังกาย	2.87	1.29	ปานกลาง	10
10.	การโฆษณาประชาสัมพันธ์โดยใช้สื่อต่างๆ มีผลต่อการตัดสินใจออกกำลังกายของท่าน	3.10	1.27	ปานกลาง	6
	รวมเฉลี่ย	2.97	1.05	ปานกลาง	-

จากตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยเสริม ที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายของบุคคลสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.97$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ระดับความคิดเห็นต่อปัจจัยเสริมสูงสุด คือ ข้อ 6 สมาชิกในครอบครัวกระตุ้นเตือนให้ท่านออกกำลังกาย ($\bar{x} = 3.32$) รองลงมา ได้แก่ ข้อ 7 สมาชิกในครอบครัวให้กำลังใจในการออกกำลังกาย ($\bar{x} = 3.30$) และรายการต่ำสุด ได้แก่ ข้อ 9 การรณรงค์เรื่องการออกกำลังกายโดยใช้ดาราล และบุคคลที่มีชื่อเสียงเป็นแบบ มีผลทำให้ท่านหันมาสนใจการออกกำลังกาย ($\bar{x} = 2.87$)

ส่วนที่ 5 พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

พฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง ระดับการปฏิบัติตนของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ในระดับที่ต่างกัน เช่น ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยๆ ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ปฏิบัติเล็กน้อย จนถึงการไม่ได้ปฏิบัติเลย เกี่ยวกับการออกกำลังกาย

เครื่องมือที่ใช้วัดพฤติกรรมเป็นแบบสอบถามเพื่อประเมินพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรมีมาตรฐานวัดเป็นแบบมาตรฐานค่า ประกอบด้วยคำถาม 10 ข้อ แต่ละข้อมีมาตรฐานวัด 5 หน่วย ได้แก่ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยๆ ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ปฏิบัติเล็กน้อย ไม่ได้ปฏิบัติเลย โดยให้คะแนนทางบวกเป็น 5 4 3 2 1 ตัวแปรนี้มีค่าต่อเนื่อง อยู่ระหว่าง 1 – 5 ค่าเฉลี่ยของกลุ่มรวม (\bar{X}) คือ 2.74 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คือ 1.18 ค่าคะแนนสูงแสดงว่ามีพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพดี

ค่าระดับคะแนนพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ระดับ 5 ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 แปลความว่า ปฏิบัติเป็นประจำ

ปฏิบัติเป็นประจำ หมายถึง ในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมา มีระดับการปฏิบัติตนเป็นประจำ สม่ำเสมออย่างน้อยเดือนละ 12 ครั้งขึ้นไป

ระดับ 4 ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 แปลความว่า ปฏิบัติบ่อยๆ

ปฏิบัติบ่อยๆ หมายถึง ในรอบ 3 เดือนที่ผ่านมา มีระดับการปฏิบัติตน บ่อยๆ ไม่สม่ำเสมอ คือ เดือนละ 7 – 11 ครั้ง

ระดับ 3 ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 แปลความว่า ปฏิบัตินานๆ ครั้ง

ปฏิบัตินานๆ ครั้ง หมายถึง ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา มีระดับการปฏิบัติตนเป็นครั้งคราว คือเดือนละ 4 – 6 ครั้ง

ระดับ 2 ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 แปลความว่า ปฏิบัติเล็กน้อย

ปฏิบัติเล็กน้อย หมายถึง ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา มีระดับการปฏิบัติตนเป็นครั้งคราว คือเดือนละ 1 – 3 ครั้ง

ระดับ 1 ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 แปลความว่า ไม่ปฏิบัติเลย

ไม่ปฏิบัติเลย หมายถึง ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา ท่านไม่เคยปฏิบัติเลย

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับการแปลผล และอันดับของข้อมูลของระดับการปฏิบัติตนในเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ข้อที่	รายการ	รวม			
		\bar{X}	S.D	แปลผลระดับปฏิบัติ	อันดับ
1.	ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วันๆ ละ 20 - 30 นาที บ่อยเพียงใด	2.76	1.26	3	5
2.	ก่อนออกกำลังกายทำอบอุ่นร่างกายอย่างน้อย 5-10 นาที บ่อยเพียงใด	2.84	1.32	3	4
3.	ทำนตื่นแต่เช้าเพื่อออกกำลังกายบ่อยเพียงใด	2.27	1.29	2	10
4.	ทำนออกกำลังกายในตอนเย็นหลังเลิกงานบ่อยเพียงใด	2.67	1.31	3	7
5.	ทำนออกกำลังกายที่บริเวณบ้าน บ่อยเพียงใด	2.64	1.22	3	8
6.	ทำนออกกำลังกายที่สนามกีฬา/ลานกีฬาชุมชน บ่อยเพียงใด	2.36	1.26	2	9
7.	ทำนเลือก หรือเปลี่ยนรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง	2.96	1.24	3	2
8.	ทำนผ่อนคลายกล้ามเนื้อหลังการออกกำลังกายไม่น้อยกว่า 5 - 10 นาที	2.85	1.29	3	3
9.	ทำนออกกำลังกายแม้ไม่มีเครื่องมือ หรืออุปกรณ์ในการออกกำลังกาย	3.07	1.31	3	1
10.	ทำนเลือกออกกำลังกายแม้ต้องเสียเวลาดูรายการทีวีไป 1 - 2 ชั่วโมง	2.71	1.33	3	6
	รวมเฉลี่ย	2.74	1.18	3	-

จากตาราง 8 ผลวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าโดยภาพรวมพฤติกรรมการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับการปฏิบัติตนในเรื่องการออกกำลังกายอยู่ในระดับ 3 ปฏิบัตินานๆ ครั้ง หมายถึง ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมาท่านมีการปฏิบัติเป็นครั้งคราว คือ เดือนละ 4 - 6 ครั้ง ($\bar{X} = 2.74$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อระดับการปฏิบัติรายการสูงสุด คือ ข้อ 9 ทำนออกกำลังกายแม้ไม่มีเครื่องมืออุปกรณ์ในการออกกำลังกาย ($\bar{X} = 3.21$) รองลงมา

ได้แก่ ข้อ 9 ท่านออกกำลังกายแม้ไม่มีเครื่องมือหรืออุปกรณ์ในการออกกำลังกาย ($\bar{X} = 3.07$) และรายการต่ำสุด ได้แก่ ข้อ 3 ท่านตื่นแต่เช้าเพื่อออกกำลังกายบ่อยเพียงใด ($\bar{X} = 2.27$)

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารจังหวัดพิษณุโลก ประกอบด้วย ทางชีวสังคม ปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม

1. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางชีวสังคมหรือลักษณะส่วนบุคคลกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ การศึกษา ตำแหน่ง ลักษณะงานที่ทำ สถิติที่นำมาวิเคราะห์ คือ สถิติวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยค่าไคสแควร์ (Chi-Square Test) ผลการวิเคราะห์ดังปรากฏ ในตารางที่ 9

ตาราง 9 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	17.055(a) *	2	.000
Likelihood Ratio	17.750 *	2	.000
Linear-by-Linear Association	14.035 *	1	.000

P < * 0.05

a 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 0.29

จากตาราง 9 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคสแควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 ซึ่งแสดงว่าเพศมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 10 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	2.133(a)	4	.711
Likelihood Ratio	2.126	4	.713
Linear-by-Linear Association	.453	1	.501

P > 0.05

a 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 20.69

จากตาราง 10 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงว่าอายุไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 11 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	16.037(a) *	6	.014
Likelihood Ratio	17.695 *	6	.007
Linear-by-Linear Association	11.026 *	1	.001

P < * 0.05

a 3 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .65

จากตาราง 11 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 ซึ่งแสดงว่าสถานภาพมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 12 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	10.290(a) *	4	.036
Likelihood Ratio	9.932 *	4	.042
Linear-by-Linear Association	5.156 *	1	.023

P < * 0.05

a 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 19.69

จากตาราง 12 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 แสดงว่าระดับการศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 13 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	44.944(a) *	16	.000
Likelihood Ratio	55.723 *	16	.000
Linear-by-Linear Association	.766 *	1	.382

P < * 0.05

a 8 cells (29.6%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.71

จากตาราง 13 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .05 ซึ่งแสดงว่ารายได้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 14 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับชั้นของตำแหน่งกับพฤติกรรมการออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	14.200(a) *	8	.077
Likelihood Ratio	12.960 *	8	.113
Linear-by-Linear Association	1.932 *	1	.165

P > 0.05

a 1 cells (6.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.48

จากตาราง 14 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างระดับชั้นของตำแหน่งกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหาร ส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงว่าระดับชั้นของตำแหน่งไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ของบุคลากร สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 15 ความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะงานที่ทำกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	43.337(a) *	6	.000
Likelihood Ratio	50.149 *	6	.000
Linear-by-Linear Association	2.783 *	1	.095

P < * 0.05

a 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.27

จากตาราง 15 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะงานที่ทำกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหาร ส่วนจังหวัดพิษณุโลก พบว่า มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 แสดงว่า ลักษณะงานที่ทำมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร สังกัด องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 16 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	14.865(a) *	4	.005
Likelihood Ratio	14.863 *	4	.005
Linear-by-Linear Association	4.224 *	1	.040

P < * 0.05

a 1 cells(11.1%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.63

จากตาราง 16 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านปัจจัยนำเข้ากับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ พบว่า ปัจจัยนำเข้าเกี่ยวกับการออกกำลังกายด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 ซึ่งแสดงว่าความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ตาราง 17 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยนำเข้า ได้แก่ ทักษะเกี่ยวกับการออกกำลังกาย กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	2.996(a)	4	.559
Likelihood Ratio	4.550	4	.337
Linear-by-Linear Association	.339	1	.560

P > 0.05

a 3 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.08

จากตาราง 17 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านปัจจัยนำเข้าเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ พบว่า ปัจจัยนำเข้าเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ได้แก่ ทักษะเกี่ยวกับการออกกำลังกายไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 18 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อ กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	57.004(a) *	4	.000
Likelihood Ratio	59.604 *	4	.000
Linear-by-Linear Association	18.626 *	1	.000

P < * 0.05

a 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.59

จากตาราง 18 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านปัจจัยเอื้อกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย นโยบายกระทรวงสาธารณสุข สถานที่และอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย พบว่า ปัจจัยเอื้อมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 หมายความว่าบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกที่ได้รับนโยบายกระทรวงสาธารณสุข และสถานที่และอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย จะมีพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี

ตาราง 19 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเสริม กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	125.047(a) *	4	.000
Likelihood Ratio	123.947 *	4	.000
Linear-by-Linear Association	44.904 *	1	.000

P < * 0.05

a 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 23.58

จากตาราง 19 เมื่อวิเคราะห์ค่าไคส์แควร์ เพื่อแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้านปัจจัยเสริมกับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วย การได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ และการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคล เช่น ผู้บังคับบัญชา เพื่อน ครอบครัว พบว่า ปัจจัยเสริมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เท่ากับ .05 หมายความว่า บุคลากรที่ได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ และการได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคล เช่น ผู้บังคับบัญชา เพื่อน ครอบครัวดีจะทำให้มีพฤติกรรมในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า บุคลากรกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีปัญหาและอุปสรรคในการออกกำลังกาย คือ ภูมิอากาศเป็นอุปสรรคต่อการออกกำลังกาย (ร้อนจัด แดดจัด อากาศหนาวเย็น ฝนตก) ปัญหาอุปสรรคอื่นๆ อาทิ ไม่มีเวลา มีภาระงานมาก เสียเวลาทำงาน มีภาระที่ต้องดูแล ฯลฯ ส่วนความคิดเห็นข้อมูลปัจจัยนำด้านความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายอยู่ในระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อมีเพียงบางข้ออยู่ในระดับต่ำ ได้แก่ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอช่วยลดปัญหาครอบครัวแตกแยก ส่วนทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ในภาพรวมอยู่ในระดับที่ดีมาก ส่วนด้านปัจจัยเอื้อในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อมีบางข้ออยู่ในระดับต่ำ ได้แก่ หน่วยงานควรกำหนดเวลาส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานเพื่อออกกำลังกาย ควรจัดโปรแกรมผู้ฝึกสอนเพื่อแนะนำวิธีการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาให้กับบุคลากร และการจัดงบประมาณสำหรับการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาอย่างชัดเจน เมื่อพิจารณาแล้วด้านปัจจัยเอื้อน่าจะเป็นสาเหตุที่ส่งผลต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร ส่วนความคิดเห็นด้านปัจจัยเสริมในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างอยู่ระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าบางข้ออยู่ในระดับต่ำ คือ มีความคิดเห็นว่าการรณรงค์เรื่องการออกกำลังกายโดยใช้ดาราศาสตร์และบุคคลที่มีชื่อเสียงเป็นแบบ มีผลทำให้หันมาสนใจเรื่องการออกกำลังกายและหน่วยงานควรประชาสัมพันธ์ข่าวสารการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายโดยใช้แผ่นพับนิตยสาร วารสาร พร้อมสนับสนุนค่าใช้จ่ายที่จำเป็นต้องใช้เพื่อออกกำลังกายจากครอบครัว ส่วนด้านพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากร พบว่า บุคลากรมีระดับการปฏิบัติตน คือ ปฏิบัตินานๆ ครั้ง ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมามีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพเป็นครั้งคราว เดือนละ 4 - 6 ครั้ง สามารถสรุปได้ว่าตัวแปรด้านปัจจัยทางชีวสังคม ได้แก่ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ลักษณะงานที่ทำมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ส่วนด้านอายุ และระดับชั้นของตำแหน่ง พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร ปัจจัยนำด้านความรู้และทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย สรุปได้ว่าไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรและการมีพฤติกรรมการออกกำลังกายในด้านลบมีผลมาจากการได้รับปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริม ที่ไม่เพียงพอทำให้เกิดปัญหาและอุปสรรคส่งผลต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ปัจจุบันองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนา ปี 2555 - 2557 ด้านพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อการส่งเสริมและสนับสนุนการแข่งขันกีฬาและการพัฒนากีฬาต่าง ๆ เพื่อให้ประชาชนรักการออกกำลังกายและสนใจดูแลสุขภาพตนเอง มีโครงการก่อสร้างสระว่ายน้ำ การแข่งขันกีฬาท้องถิ่นสัมพันธ์ และมีสถานที่สำหรับออกกำลังกายไว้สำหรับบริการประชาชน คือ สนามกีฬาจังหวัดพิษณุโลก ทั้งนี้สถานที่ตั้งอยู่ห่างจากสถานที่ทำงาน มีสวนสาธารณะบึงราชนกกสำหรับพักผ่อนออกกำลังกายและมีการกำหนดแผนพัฒนาและจัดสรรงบประมาณเพื่อปรับปรุงให้สมบูรณ์แบบต่อไปในอนาคต

2. ผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

การวิจัย เรื่อง ยุทธศาสตร์เสริมสร้างพฤติกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่ค้นพบจากตอนที่ 1 ที่ต่ำกว่าเกณฑ์ 3.50 ที่ต้องปรับปรุง และข้อค้นพบที่สูงกว่าเกณฑ์ 3.50 ที่ต้องพัฒนา นำมากำหนดเป็นประเด็นสัมภาษณ์ร่วมกับการวิเคราะห์เนื้อหาตามขั้นตอน ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์และนำเสนอข้อมูลในการวิจัย ดังนี้

2.1 ผลจากการวิเคราะห์รวบรวมข้อมูลบริบท

2.2 ผลจากการสัมภาษณ์

2.3 ผลการกำหนดยุทธศาสตร์

2.1 ผลจากการวิเคราะห์รวบรวมข้อมูลบริบท

แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ ๑๑ ทุกภาคส่วนในสังคมไทยได้น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นปรัชญานำทางในการพัฒนาประเทศอย่างต่อเนื่อง เพื่อมุ่งให้เกิดภูมิคุ้มกันและมีการบริหารจัดการความเสี่ยงอย่างเหมาะสม เพื่อให้การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและยั่งยืน โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนและสังคมไทยให้มีคุณภาพ มีความสมบูรณ์ทั้งด้านสติปัญญา สังคม อารมณ์ จิตใจ และร่างกาย จากแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติในช่วงแผนพัฒนาแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555 – 2559) นโยบายรัฐบาลในปี พ.ศ.2555 ได้กำหนดนโยบายเร่งด่วน จัดให้มีมาตรการสร้างสุขภาพตั้งแต่การมีนโยบายสาธารณะที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยงทางสุขภาพ จัดให้มีการสื่อสารสาธารณะของรัฐเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ ให้ความรู้เกี่ยวกับป้องกันโรคเพื่อการดูแลสุขภาพของตนเองของประชาชนอย่างมีประสิทธิภาพ

จังหวัดพิษณุโลกเป็นยุทธศาสตร์การพัฒนาของประเทศไทย โดยยุทธศาสตร์การพัฒนาของจังหวัดพิษณุโลก คือ การพัฒนาเป็นเมืองที่หลากหลาย (Service City) และมีความปลอดภัย (Safety City) โดยมีประเด็นยุทธศาสตร์ 6 ประเด็นในการพัฒนา คือ

1 เป็นศูนย์กลางด้านการขนส่งสินค้า ผู้โดยสาร ICT และการบริการด้านสุขภาพ

2 เป็นศูนย์กลางการท่องเที่ยวและกีฬา วิชาการ และวิชาการการประมง

3 ส่งเสริมให้ภาครัฐและภาคเอกชนปรับปรุงการให้บริการที่มีคุณภาพและอยู่ในระดับมาตรฐานให้ประชาชนและพนักงานมีหัวใจแห่งการบริการ (Service Mind) ในฐานะเจ้าของบ้านที่ดี

4 พัฒนาการบริหารจัดการการผลิตสินค้าเกษตรที่เชื่อมโยงการตลาดและการแปรรูป

5 ส่งเสริมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและประชาชนมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์และพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

6 ส่งเสริมให้ชุมชนมีความเข้มแข็ง ทางเศรษฐกิจ สังคม และเสริมสร้างความปลอดภัยอย่างยั่งยืน

ในส่วนของประเด็นยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับงานด้านเสริมสร้างสุขภาพนั้น ยุทธศาสตร์การพัฒนาจังหวัดพิษณุโลกยังไม่มีประเด็นใดที่มุ่งพัฒนางานด้านส่งเสริมสุขภาพอย่างจริงจัง เป็นการบริการด้านสุขภาพหรือสาธารณสุขเท่านั้น โดยภาพรวมแล้วจะมุ่งพัฒนาไปในเชิงเศรษฐกิจ ความเจริญก้าวหน้าในอนาคตอันใกล้ที่จะมาถึง แต่มีการกำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาในเขตจังหวัดพิษณุโลก 9 ยุทธศาสตร์ 71 แนวทางการพัฒนา การพัฒนายุทธศาสตร์ในส่วนที่เกี่ยวกับการพัฒนาด้านสุขภาพ คือ ยุทธศาสตร์ที่ 3 ด้านพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน เรื่องการส่งเสริมและสนับสนุนการแข่งขันกีฬาการจัดตั้งโรงเรียนกีฬาและการพัฒนาด้านกีฬาต่างๆ การส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนรักการออกกำลังกายและสนใจดูแลสุขภาพของตนเอง โดยมีการสนับสนุนกิจกรรม/โครงการ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนรักในการออกกำลังกายและมีสุขภาพที่ดี ให้ประชาชนห่างไกลจากยาเสพติด เป้าหมายของแนวทางการพัฒนานี้ คือ การอุดหนุนเงินงบประมาณให้กับหน่วยงานส่วนท้องถิ่นตั้งแต่ 2 แห่งขึ้นไปดำเนินการร่วมกัน เขตอำเภอวัดโบสถ์ อุดหนุนงบประมาณ 400,000 บาท ดำเนินการในปี 2555 - 2557 และโครงการก่อสร้างสระว่ายน้ำ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนมีสถานที่ออกกำลังกาย เขตอำเภอพรหมพิราม มีเป้าหมาย 1 แห่ง งบประมาณ 10,000,000 บาท ดำเนินการใน ปี 2555 - 2557 โครงการแข่งขันกีฬาท้องถิ่นสัมพันธ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความสามัคคีในหมู่คณะ เป้าหมาย 1 ครั้ง จำนวน 11 แห่ง ในเขตอำเภอพรหมพิราม ดำเนินการใน ปี 2555 - 2557 งบประมาณ ปีละ 400,000.- รวม 1,200,000 บาท

จากยุทธศาสตร์องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ปัจจุบันได้มีการดำเนินงานตามแนวทางพัฒนาแล้วและจะดำเนินงานต่อเนื่องในปีถัดไปเป็นแนวทางพัฒนาที่ครอบคลุมและเป็นประโยชน์ต่อประชาชนมาก แต่ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าแผนยุทธศาสตร์ดังกล่าวไม่มีการส่งเสริมและสนับสนุนโครงการสำหรับบุคลากรในองค์กรของตัวเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ค้นพบ คือ พบว่าพฤติกรรมการออกกำลังกายของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกในด้านลบ มีผลมาจากการได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนด้านปัจจัยเอื้อด้านปัจจัยเสริมที่ไม่เพียงพอ ทำให้มีความสัมพันธ์กับปัญหาและอุปสรรคต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

2.2 ผลจากการสัมภาษณ์

สรุปประเด็นสัมภาษณ์จากข้อค้นพบที่ต่ำกว่าเกณฑ์ คือ ต่ำกว่า 3.50 ที่ต้องปรับปรุงด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายกระทรวงสาธารณสุข การสนับสนุนสถานที่และอุปกรณ์ ด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ การได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ การได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคล และพัฒนาข้อค้นพบที่สูงกว่าเกณฑ์ 3.50 คือ ด้านปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้ที่ถูกต้องและทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการออกกำลังกาย ร่วมกับการวิเคราะห์เนื้อหา เพื่อกำหนดเป็นยุทธศาสตร์การเสริมสร้างพฤติกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ดังนี้

สรุปผลการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย

1. การดำเนินงานด้านเสริมสร้างสุขภาพ จากแผนยุทธศาสตร์การดำเนินงานขององค์กร ผู้บริหารในองค์กรให้ความคิดเห็นว่าในส่วนของบุคลากรการดำเนินงานยังไม่ครอบคลุมในหน่วยงานของตัวเอง เนื่องจากในฐานะเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีพื้นที่ครอบคลุมทั้งจังหวัดมีอำนาจหน้าที่ตาม พ.ร.บ. กำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2542 ในการจัดระบบบริการสาธารณสุขเพื่อประโยชน์ของประชาชนในท้องถิ่น ต้องดูแลประชาชนครอบคลุมทั้งจังหวัด ต้องจัดลำดับความสำคัญและเร่งด่วน ต้องคำนึงถึงส่วนรวมในสังคมเป็นสำคัญ ดังนั้นการส่งเสริมและสนับสนุนให้กับบุคลากรในองค์กรยังไม่ครอบคลุม บุคลากรต้องดูแลและเสริมสร้างสุขภาพต่างๆ ด้วยตนเอง โดยองค์กรมีการจัดกิจกรรมและโครงการเป็นระยะแต่ไม่ต่อเนื่อง สำหรับสถานที่สำหรับออกกำลังกาย องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกที่มีอยู่ คือ สนามกีฬาจังหวัดและสวนสาธารณะบึงราชนก

“...การวางแผนยุทธศาสตร์นั้น องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกในฐานะที่เป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีพื้นที่ครอบคลุมทั้งจังหวัด มีการวางแผนเพื่อการพัฒนาในภาพรวมอยู่แล้ว...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...องค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลกมีแผนยุทธศาสตร์ครบในทุกด้าน แต่การส่งเสริมและสนับสนุน ยังดำเนินงานไม่ครอบคลุม เนื่องจากเราเน้นส่งเสริมให้กับประชาชนก่อน แต่ก็มีนโยบายในการการส่งเสริมให้กับบุคลากรของเราด้วยเช่นกัน อย่างการจัดการแข่งขันกีฬาสมัครเล่น แต่มันอาจจะขาดความต่อเนื่อง...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

"...อันที่จริงการเสริมสร้างพฤติกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ มันก็สำคัญนะ เคยได้ยินข่าวที่ญี่ปุ่น ในหน่วยงานเค้ากำหนดเวลาพักเบรกจากทำงานนะ 5 นาที 10 นาที หลังจากนั่งทำงานนานๆ อาจจะเป็นการเดินไปทานกาแฟ ห้ามมั่วความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ หรือ การเดินบริหารกาย ยืดเหยียดร่างกาย บิดซ้ายบิดขวาสักนิดแล้วกลับมานั่งทำงานต่อ จะสามารถทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้นนะ ..."

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

"...เรื่องการให้ความรู้ ก็จำเป็นนะแต่ส่วนมากคนที่สนใจก็จะแสวงหาสิ่งที่เป็นประโยชน์สำหรับตัวเองมาดูมาอ่านกันเอง ส่วนทัศนคตินั้น ก็เป็นความเชื่อส่วนบุคคลนะ หรือ คนที่สนใจการออกกำลังกายก็น่าจะมีทัศนคติที่ดีนะ ถ้าจะเสริมสร้าง หรือให้ความรู้ในองค์กร เราก็มีเสียงเพลงตามสายในองค์กร รวมทั้งนโยบายในอนาคต เราก็มีแผนการสร้างโรงอาหาร เพิ่มขึ้น อาจมีมุมหนังสือหรือสาระสุขภาพ จัดนิทรรศการเพื่อเสริมสร้างความรู้..."

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

"...ปัญหาการไม่ออกกำลังกาย ส่วนใหญ่ก็มักจะอ้างว่า ไม่มีเวลา งานเยอะ แต่ถ้าเราเป็นคนใส่ใจสุขภาพนะ ยังไงซะ! เราก็สามารถจัดสรรเวลาเพื่อออกกำลังกายได้อยู่แล้ว ..."

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

"...ปัจจุบันเราได้ดำเนินการในส่วนของการส่งเสริมสุขภาพบ้างอยู่แล้ว อย่างเช่น การแข่งขันกีฬาท้องถิ่นสัมพันธ์ แต่ยังไม่ครอบคลุมได้ทั้งหมดทีเดียวทั้งองค์กร คนของเราเยอะ การกิจงานก็มาก เราก็เลยมุ่งเน้นให้ประชาชนในพื้นที่เป็นหลัก เคยมีแนวคิดเรื่องจัดตั้งเป็นชมรมคนรักสุขภาพ มีคณะทำงาน มีแกนนำเครือข่ายบุคลากรของเราสามารถทำงานได้ และมีศักยภาพสูง..."

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

"...สถานที่สำหรับพักผ่อนเราก็มีที่บึงราชนก ซึ่งจะมีแผนในการปรับปรุงให้เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจออกกำลังกาย ที่มีความพร้อมในทุกๆ ด้าน รวมถึงการใช้เป็นแหล่งท่องเที่ยวอีกแห่งด้วยซึ่งก็เข้าไปลึกสักนิด การเดินทางอาจไม่ค่อยสะดวกเท่าไร แต่ก็ที่ก็สนามกีฬากลาง มีการให้บริการครบเกือบทุกอย่าง สนามเทนนิส สนามฟุตบอล ลู่วิ่ง สระว่ายน้ำ ศูนย์ฟิตเนส แต่ก็อยู่ห่างจากสำนักงานของเราเพราะเราจัดบริการสาธารณะสำหรับประชาชนทั่วไปทั้งจังหวัด ทำให้บุคลากรของเราเองไม่ค่อยได้เข้าไปใช้บริการกันเท่าไร..."

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...เรื่องการกำหนดเวลาส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานเพื่อออกกำลังกาย เราก็เคยใช้ก่อนการไปเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสมัครเล่น ก็เพิ่งปีนี้นะที่ผู้บริหารเห็นความสำคัญเพิ่มมากขึ้น และมีนโยบายเพิ่มความเข้มข้น ไม่ว่าจะกีฬาประเภทต่างๆ ซ้อมกองเชียร์ และบูรณาการร่วมกันทุกส่วนราชการในองค์กร ก็ทำให้ประสบความสำเร็จสูงนะ แต่การกำหนดเป็นเรื่องเป็นราวยังไม่มีการดำเนินการ ...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...นี่คือจุดเด่นของเรานะ เรามีงบประมาณเป็นของเราเอง สามารถดำเนินการได้ เรามีผู้นำที่มีวิสัยทัศน์ และเห็นความสำคัญของการกีฬาและออกกำลังกาย แต่เราจะอ่อนเรื่องการบริหารจัดการที่ต่อเนื่องนี้แหละ ขาดแกนนำเครือข่าย...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...การรณรงค์เรื่องการออกกำลังกายโดยจ้างดารามาโชว์ ค่อนข้างยากนะเนื่องจากค่าตัวแพง คิวก็เยอะ เราคงไม่มีงบประมาณสำหรับดำเนินการหรอก ถ้าทำเป็นแผ่นพับหรือวีดีทัศน์ใช้เปิดตามห้องพักร้อน หรือร้านอาหารน่าจะง่ายกว่า ...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...การร่วมการออกกำลังกายระหว่างผู้บริหารกับบุคลากร อันนี้ดีมาก ทุกวันนี้เราทำอยู่แล้วแต่อาจจะไม่บ่อยนัก เพราะงานเรามาก แต่เมื่อมีโอกาสผู้บริหารของเราเห็นด้วยกับนโยบายนี้อยู่แล้ว หลายๆ ท่านก็เป็นนักกีฬาเก่งๆ อยู่นะ แถมมีเงินอัดฉีดนักกีฬาให้อีกต่างหาก ดูอย่างตอนไปแข่งที่เชียงใหม่ ผู้บริหารควักจ่ายเงินรางวัลให้ไม่น้อยให้เป็นขวัญกำลังใจกับบุคลากรของเรา...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...ความยั่งยืนในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของบุคลากร คิดว่าหน่วยงานควรปลูกฝังในเรื่องของการใส่ใจในการออกกำลังกายของบุคลากรในหน่วยงานให้เป็นนิสัย ให้เป็นกิจวัตรประจำวัน เพื่อให้เกิดความรู้สึกรักการออกกำลังกายอย่างยั่งยืน ตัวอย่างเช่น หน่วยงานอาจจัดให้มีการแข่งขันโดยมีเงินรางวัลจูงใจในด้านผู้ที่มาออกกำลังกายในสถานที่ที่หน่วยงานจัดให้ไว้เป็นประจำสม่ำเสมอ หรืออาจเป็นรางวัลบุคลากรสุขภาพดี เพื่อเชิญชวนให้เข้ามามีส่วนร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น เป็นต้น...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

ความคิดเห็นด้านการเสริมสร้างสุขภาพให้กับบุคลากรต่อสภาพแวดล้อมภายใน และภายนอก จุดแข็ง จุดอ่อน ปัญหาและอุปสรรค ในองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก ผู้ให้ข้อมูลมีความคิดเห็นไปในทิศทางเดียวกันว่า เราเป็นหน่วยงานที่มีศักยภาพและมีความพร้อม และเอื้อต่อการพัฒนาในทุกๆ ด้าน โดยมีจุดแข็งที่ผู้นำมีวิสัยทัศน์ มีงบประมาณเป็นของตนเอง แต่มีจุดอ่อนเรื่องการบริหารจัดการด้านส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก ในการกระตุ้นให้บุคลากรเห็นถึงความสำคัญและมีส่วนร่วมในการดำเนินงานด้านเสริมสร้างสุขภาพ โดยมุ่งเน้นการสร้างนำ การซ่อมสุขภาพ และการดำเนินการบางส่วนราชการมีปัญหาด้านการร่วมมือ การมีส่วนร่วม ในการพัฒนาต่อส่วนรวม ทำให้การดำเนินงานขาดแนวทางการปฏิบัติที่ชัดเจน มีงานเร่งรัด นโยบายมากเกินไป อีกทั้งมีข้อจำกัดเรื่องของพื้นที่ในการก่อสร้าง

“...ส่วนแนวทางในการพัฒนา ความคิดเห็นส่วนใหญ่ของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ นั้น มีความคิดเห็นว่าการเสริมสร้างสุขภาพให้เป็นรูปธรรม และเห็นว่าควรกำหนดให้สอดคล้อง และเป็นไปในแนวทางเดียวกับการทำงานโดยการปรับประยุกต์ให้มีขยับกายผ่อนคลายจิตใจ การยืดเหยียดร่างกาย ขยับนิด ขยับหน่อย และเสริมความรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ให้บุคลากรได้รับทราบเป็นกิจวัตร เพื่อความยั่งยืนและต่อเนื่อง...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

“...เราควรมีการส่งเสริมด้านสุขภาพโดยการพัฒนาบุคลากรในรูปแบบการรวมกลุ่มกัน มากกว่า อาจจะมาคุยกันหรือสร้างเครือข่าย หาแกนนำเพื่อปฏิบัติงานด้านนี้โดยตรง อาจจะทำตั้งเป็นชมรม มีคณะทำงาน มีการระดมทุน มีสวัสดิการต่างๆ มีการบริหารจัดการเพื่อความยั่งยืน...”

(Executive, ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ, 6 พฤศจิกายน 2555)

กล่าวโดยสรุป ผู้ให้ข้อมูลมีความคิดเห็นว่าการเสริมสร้างด้านสุขภาพนั้น ตามแผนยุทธศาสตร์พัฒนาขององค์กรมีการดำเนินการในภาพกว้างอยู่แล้ว ส่วนเรื่องภายในองค์กรนั้น อาจยังไม่ครอบคลุมต่อความต้องการของบุคลากร เนื่องด้วยสถานที่สำหรับดำเนินการด้วย เราควรจะทำเนิการแบบค่อยเป็นค่อยไปน่าจะได้ผลดีกว่า

2.3 ผลการกำหนดยุทธศาสตร์

2.3.1 การวิเคราะห์ข้อมูลองค์กร ผู้วิจัยสรุปเป็นตาราง ดังนี้

ตาราง 20 แสดงการวิเคราะห์ SWOT Analysis

จุดแข็ง (S)

ยุทธศาสตร์เชิงรุกเพื่อการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

- 1 ผู้บริหารระดับสูงมีวิสัยทัศน์ที่ดี มีแนวความคิดการบริหารงานเชิงรุกและทำงานเพื่อประชาชนอย่างจริงจัง และบุคลากรมีการทำงานเป็นทีมมีศักยภาพมีความพร้อมในการนำนโยบายไปปฏิบัติ
- 2 เป็นหน่วยงานขนาดเล็ก มีบุคลากรและโครงสร้างการทำงานด้านส่งเสริมสุขภาพ มีเครื่องมือ มีอุปกรณ์ และมีสถานที่ที่เอื้ออำนวย สามารถก่อตั้ง ริเริ่ม พัฒนาระบบบริหารจัดการได้
- 3 การพัฒนาระบบบริการมุ่งเข้าสู่มาตรฐาน มีเป้าหมายที่ชัดเจน มีการกำหนด วิสัยทัศน์ พันธกิจ นโยบายในการดำเนินงาน มีระบบบริการเชิงรุกที่มีศักยภาพ
- 4 มีงบประมาณเป็นของตนเองที่สามารถดำเนินการได้ และมีระเบียบรองรับ

โอกาส (O)

ยุทธศาสตร์เชิงรุกเพื่อการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

- 1 รัฐบาลมีนโยบาย และมีระเบียบกฎหมายส่งเสริมสุขภาพชัดเจน
- 2 บุคลากรน้อย องค์กรให้ความร่วมมือดี มีวัฒนธรรมองค์กรท้องถิ่น และมีความเอื้ออาทร อยู่แบบสังคมช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ไม่มีปัญหาด้านศาสนา วัฒนธรรม บ้านเมืองสงบ
- 3 เครือข่ายบริการสุขภาพเข้มแข็ง สังคมตื่นตัว มีงบประมาณสนับสนุนการดำเนินงาน ตามนโยบาย
- 4 องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีเงินงบประมาณเป็นของตนเอง
- 5 การปฏิรูประบบสุขภาพช่วยให้ประชาชนเข้าถึงบริการที่มีคุณภาพ และช่วยกระตุ้นให้หน่วยงานต้องเร่งรัดและวางแผนระบบบริการที่รวดเร็วและมีคุณภาพ

จุดอ่อน (W)

ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหา/กำจัดจุดอ่อน

- 1 ผู้นำมีการเปลี่ยนแปลงผู้นำบ่อย ผู้บริหารขาดการดูแลทุกข์ – สุขผู้ใต้บังคับบัญชา/บุคลากร ขาดขวัญ กำลังใจในการทำงาน บุคลากรขาดความเสียสละ และการมีส่วนร่วม
 - 2 ไม่มีผู้รับผิดชอบงานโดยตรง ไม่มีการประชาสัมพันธ์หน่วยงานที่ดีเท่าที่ควร (ขาดการประชาสัมพันธ์ การดำเนินงาน) เจ้าหน้าที่ทุกระดับยังทำงานไม่เต็มที่ และมีการโยกย้ายบ่อย การปฏิบัติงาน จึงขาดความต่อเนื่อง
 - 3 ความล่าช้าในการสนับสนุนงบประมาณ ทำให้การนำแผนกลยุทธ์สู่การปฏิบัติ ขาดความต่อเนื่อง การสร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานตามแผน
 - 4 ความไม่พร้อมด้านพื้นที่
 - 5 ขาดการประเมินผลการปฏิบัติงานที่ชัดเจนและต่อเนื่อง
-

อุปสรรค (T)

ยุทธศาสตร์การแก้ไขปัญหา/กำจัดจุดอ่อน

- 1 ผู้นำท้องถิ่นไม่สนใจงานด้านส่งเสริมสุขภาพ
 - 2 ประชาชนส่วนใหญ่มีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง ไม่เห็นความสำคัญในการดูแลตนเอง
 - 3 บุคลากรขาดความเข้มแข็ง ขาดจิตสำนึกต่อส่วนรวม ขาดความกระตือรือร้น
 - 4 บุคลากรมีการปรับเปลี่ยนบ่อยมีการโยกย้ายสับเปลี่ยนที่อยู่บ่อย ทำให้ความครอบคลุมในการดำเนินการไม่เท่าที่ควร ขาดความต่อเนื่อง
 - 5 นโยบายการจัดสวัสดิการแก่ข้าราชการด้านส่งเสริมสุขภาพ บุคลากรคาดหวังต่อคุณภาพ บริการภาครัฐสูง รอให้หน่วยงานจัดสรรให้เพียงอย่างเดียว
-

2.3.2 การวางแผนและการสร้างยุทธศาสตร์

ผู้วิจัยได้กำหนดทิศทาง คือ วิสัยทัศน์ พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ เป้าประสงค์ ตัวชี้วัด กลยุทธ์ / โครงการ เพื่อวางแผนยุทธศาสตร์การดำเนินงานเสริมสร้างพฤติกรรม การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก โดยให้ มีความสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ขององค์กรเพื่อเป็นการกระตุ้นให้บุคลากรตื่นตัว ตระหนัก ถึงความสำคัญ และมีพฤติกรรมเชิงบวกต่อการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีเป็นรูปแบบการ พัฒนาการจัดกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการ " เสริมสร้างสุขภาพ " ได้อย่างเหมาะสม ร่วมกันสร้าง วัฒนธรรม สร้างสังคม ที่อยู่ร่วมกันอย่างมีสันติสุข รายละเอียดดังนี้

ตาราง 21 แสดงการสร้างยุทธศาสตร์

วิสัยทัศน์ พัฒนาขีดความรู้ ควบคู่การเสริมสร้าง สุขภาพกายและใจ สร้างเครือข่ายแบบยั่งยืน
พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ เป้าประสงค์ ตัวชี้วัด โครงการ ด้านปัจจัยนำ ได้แก่ ความรู้ และทัศนคติเกี่ยวกับการออกกำลังกาย

พันธกิจ	ประเด็นยุทธศาสตร์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	กลยุทธ์โครงการ
1 เสริมสร้างบุคลากร ใหม่ความรู้ และมี ทัศนคติที่ดีต่อการ ออกกำลังกาย	ประเด็นยุทธศาสตร์การพัฒนา เชิงรุก 1 เสริมสร้างพฤติกรรม การออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพของบุคลากร	1 พัฒนาบุคลากรกลุ่มเดิม 2 ส่งเสริมบุคลากรกลุ่มใหม่ 3 บุคลากรที่เข้ารับการอบรมมีความรู้ 4 บุคลากรมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ 5 บุคลากรตระหนักถึงความสำคัญ ของการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	1 ความพึงพอใจโครงการ ที่จัดทำขึ้นผ่านการ ประเมินโครงการ 2 บุคลากรมีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่ดี 3 ความสามัคคีในการ ทำกิจกรรมร่วมกัน 4 บุคลากรได้มีขวัญ และกำลังใจ 5 จำนวนบุคลากร มีความรู้เกี่ยวกับ การออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น	1 จัดทำห้องสมุด มุมบริการ 2 จัดนิทรรศการประชาสัมพันธ์ 3 จัดอบรมสัมมนาให้ความรู้ 4 โครงการบูรณาการ ออกกำลังกายขณะปฏิบัติงาน 4 โครงการสวัสดิการ ออกกำลังกายรูปแบบใหม่ หลายทางเลือก 5 โครงการประเมินสุขภาพ ตรวจสุขภาพ ทดสอบ สมรรถภาพ 6 โครงการให้คำปรึกษา เรื่องการออกกำลังกาย อย่างเหมาะสม
2 รมแรงให้บุคลากร ตระหนักถึงความสำคัญ ของการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	2 เสริมสร้างสุขภาพ ร่างกายและจิตใจ ของบุคลากร	6 บุคลากรมีความรัก ความสามัคคี ระหว่างกันเฝ้าระวังกว้างขวาง 7 บุคลากรได้รับความรู้ ความเข้าใจ ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย 8 บุคลากรมีทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ 9 จำนวนบุคลากรที่หันมาออกกำลังกาย เพิ่มมากขึ้น		

พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ เป้าประสงค์ ตัวชี้วัด โครงการ ด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ นโยบายต่างๆ สถานที่และวัสดุอุปกรณ์

พันธกิจ	ประเด็นยุทธศาสตร์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	กลยุทธ์/โครงการ
1 จัดตั้งชมรมคนรักสุขภาพ 2 จัดให้มีสถานที่และอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายที่เหมาะสม เพียงพอ 3 เสริมสร้างให้บุคลากรออกกำลังกาย 4 ส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการบุคลากร	ยุทธศาสตร์การแก้ไข ปัญหา/กำจัดจุดอ่อน 1 จัดตั้งชมรมคนรักสุขภาพและการดูแลสุขภาพ 2 การเพิ่มบริการด้านสาธารณสุข 3 การพัฒนาสวัสดิการนันทนาการบุคลากร	1 บุคลากรเป็นสมาชิกของชมรมคนรักสุขภาพ 2 บุคลากรได้รับประโยชน์การดูแลสุขภาพ 3 บุคลากรได้รับการบริการสาธารณสุขที่เหมาะสม 4 บุคลากรมีสถานที่ออกกำลังกายที่เหมาะสมเพียงพอ 5 บุคลากรมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ	1 จำนวนบุคลากรเป็นสมาชิกชมรมฯ มากขึ้น 2 จำนวนบุคลากรได้รับประโยชน์จากการเป็นสมาชิกชมรมเพิ่มมากขึ้น 3 มีบริการสาธารณสุขสำหรับบุคลากรเพิ่มขึ้น 4 จำนวนบุคลากรที่เพิ่มขึ้นมีสถานที่/วัสดุอุปกรณ์เพียงพอต่อความต้องการเหมาะสมกับสภาพร่างกาย 5 จำนวนบุคลากรมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจเพิ่มขึ้น	1 จัดตั้งชมรมคนรักสุขภาพ 2 โครงการขับเคลื่อนการทำงาน 3 การจัดตั้งอำนาจความเสถียรในการออกกำลังกาย 4 โครงการก่อสร้างศูนย์สุขภาพแบบครบวงจร 5 โครงการปรับปรุงภูมิทัศน์ 6 โครงการปรับปรุงสวนสาธารณะสำหรับบุคลากร 7 โครงการจัดงานนอกสถานที่ 8 จัดกิจกรรมออกกำลังกายด้วยมือเปล่า(โยคะ วอร์มวันละนิด ออกกำลังกายสะสมกิจกรรมทุกวันศุกร์)

พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ เป้าประสงค์ ตัวชี้วัด โครงการ ด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมต่างๆ

พันธกิจ	ประเด็นยุทธศาสตร์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	กลยุทธ์/โครงการ
1 ส่งเสริมให้บุคลากร เป็นคลังความรู้ด้าน การเสริมสร้างสุขภาพ ในการพัฒนาองค์กร ดูแลตนเองครอบครัว และครอบครัว	ประเด็นยุทธศาสตร์แก้ไข ปัญหา/กำจัดจุดอ่อน 1 การสร้างความมั่นคง ในองค์กร ในครอบครัว และสังคม องค์กรแห่ง ความสุข มั่นคง น่าอยู่ และปลอดภัย 2 การขยายผลของ บุคลากรอย่างต่อเนื่อง	1 บุคลากรมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นต่อการดูแล ตนเองและครอบครัว 2 บุคลากรได้รับการยกย่อง ได้รับการ ยอมรับในองค์กรและครอบครัว 3 บุคลากรอยู่ในองค์กรอย่างมั่นคง ปลอดภัย ในชีวิตและทรัพย์สิน 4 บุคลากรมีความรู้ที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว ครอบครัว 5 เกิดแกนนำเครือข่ายร่วมในการ ถ่ายทอดความรู้ด้านสุขภาพ	1 แนวทางการพัฒนา องค์กรมาจากความคิดเห็นของบุคลากร 2 จำนวนบุคลากรร่วม แสดงความคิดเห็นต่อ การเสริมสร้างสุขภาพ มากขึ้น 3 บุคลากรดูแลตนเองและ ครอบครัวได้อย่างถูกต้อง 4 แกนนำเครือข่ายได้รับ ความรู้ไปถ่ายทอดให้แก่ สมาชิกชมรมในครอบครัว สังคม และครอบครัว	1 โครงการเสวนาบุคลากร สะท้อนปัญหาเพื่อพัฒนา แบบองค์รวม 2 โครงการเสริมแรงและให้ รางวัล (จัดประกวดต่างๆ) 3 โครงการอบรมให้ความรู้ 4 โครงการแข่งขันกีฬา 5 โครงการประกวดในจังหวัด ครอบครัว แนะนำเพื่อน/ ครอบครัว แบบเครือข่าย กิจกรรมลูกพี่ลูกน้องผ่าน คลายสามสัมพันธ์ 6 โครงการจิตอาสาเสริมสร้าง สุขภาพเชิงรุก 7 โครงการ 1 คน 1 กิจกรรม เต็มเห็นสุขภาพอย่างยั่งยืน

การกำหนดแผนยุทธศาสตร์

ยุทธศาสตร์เชิงรุกเพื่อการเสริมสร้างพัฒนาบุคลากรอย่างต่อเนื่อง
(ด้านปัจจัยนำ เสริมสร้างความรู้และทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับ
การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ)

ยุทธศาสตร์การเสริมสร้างพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพสำหรับบุคลากร
สังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก

ยุทธศาสตร์กำจัดจุดอ่อนเพื่อการเร่งรัด/แก้ไขปัญหา
(ด้านปัจจัยเอื้อ นโยบายต่างๆ , สถานที่และอุปกรณ์)
(ด้านปัจจัยเสริม ได้รับข่าวสารจากสื่อต่างๆ , ได้รับแรงสนับสนุนจากบุคคล)

ภาพ 7 การกำหนดแผนยุทธศาสตร์การเสริมสร้างพฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
สำหรับบุคลากรสังกัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดพิษณุโลก