หัวข้อสหกิจศึกษา	การเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย ของพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคอำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี
ชื่อนักศึกษา	นางสาวฐิตินันท์ สร้อยโสม
อาจารย์ที่ปรึกษาสหกิจ	อริสรา เสริมแก้ว
หลักสูตร	บริหารธุรกิจ
สาขา	การจัดการทรัพยากรมนุษย์
พ.ศ.	2560

SPU CHONBURI

บทคัดย่อ

การเสริมสร้างสุขภาพร่างกายของพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคอำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรีวัตถุประสงค์ของโครงการ1.) เพื่อสำรวจกิจกรรม Happy Body ในการทำงานของพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคอำเภอพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี2.)เพื่อศึกษาแนวทางการแก้ไขกิจกรรมของพนักงาน การไฟฟ้าส่วนภูมิภาคอำเภอพนัสนิคม วิธีการดำเนินโครงการ ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับองค์กรแห่งความสุข (Happy Body) เพื่อทำความเข้าใจใน เนื้อหาของข้อมูลในแต่ละด้าน รวมไปถึงการหาข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างความสุขในการทางานมาพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกบองค์กรแห่งความสุข (Happy Work Place) ให้มากยิ่งขึ้น จัดทำกิจกรรมเต้นแอร์โรบิคทุกวันพุธเวลา 9:00-9:30 ออกแบบสอบถามแสดงความคิดเห็นและหาค่าเครื่องมือ ค่า IOC โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 คนและนำแบบสอบถามสำรวจประชากรกลุ่มตัวอย่าง เคราะห์ข้อมูลประชากรจำนวนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 136 คน โดยมีการเก็บข้อมูลเรื่องน้ำหนักของพนักงานที่เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อหาค่า BMI เสนออาจารย์ที่ปรึกษา ตรวจสอบ ประมวลผลของคุณภาพเครื่องมือ เก็บข้อมูลการสำรวจจากจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างพนักงาน จำกัด จำนวน 101คน สรุปผลของแบบสำรวจผลศึกษาพบว่าพนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคอำเภอพนัสนิคมจำนวน 101 คนจากการทำกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพดีของพนักงานการเปลี่ยนแปลงร้อยละ 2.94 คนอ้วนลดและพนักงาที่มีสุภาพปกติเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ34.65 จากเดิมร้อยละ31.68 พนักงานมีปัญหาการอ้นลดลงไป 3 คน