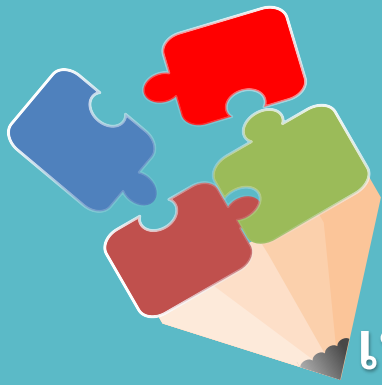




ชุดความรู้ : มาตรการชุมชน

เพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ



โครงการพัฒนากลไกและนโยบายการส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพ
โดยฐานท้องถิ่น สำหรับกลุ่มแรงงานนอกระบบ

คำนำ

ชุดความรู้นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม เป็นผลมาจากการดำเนินงานโครงการพัฒนากลไกและนโยบายการส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพ โดยฐานท้องถิ่นสำหรับกลุ่มแรงงานนอกระบบ ภายใต้สมาคมวิถีสานเลือกเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และเป้าหมายหนึ่งในการดำเนินงานคือการส่งเสริมและสนับสนุนให้คณะทำงานหรือพี่เลี้ยงในระดับพื้นที่ ได้คิดค้นวิธีการทำงานเพื่อลดความเสี่ยงหรือภัยคุกคามต่อสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงาน รวมถึงสิ่งแวดล้อมที่เป็นผลกระทบมาจากการประกอบอาชีพของชุมชน ต่อยอดจากมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องโรคจากการทำงาน และต้นทุนที่ทางสังคมมีอยู่ในพื้นที่

กรอบคิดและกระบวนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ ได้มีการถกแถลงและพัฒนาาร่วมกันกับภาคีเครือข่ายที่ร่วมดำเนินงานโครงการฯ โดยยึดฐานคิดการใช้ภูมิปัญญาที่มีอยู่ในชุมชนมาปรับ พัฒนาหรือประยุกต์ใช้เพื่อการเข้าถึงหรือนำมาใช้ง่าย สะดวก ราคาไม่แพง ทำด้วยตนเอง ครอบคลุมหรือกลุ่มอาชีพร่วมกับนักออกแบบหรือสถาปัตยกรรมที่มีฐานความคิดทั้งมิติ สุขภาพ สิ่งแวดล้อม สังคม เศรษฐศาสตร์ วิศวกรหรือช่างชุมชน มาร่วมด้วยช่วยกันเพื่อการป้องกัน ควบคุม/กำกับ ความเสี่ยงหรือภัยคุกคามที่ส่งผลต่อสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงาน ตั้งแต่ต้นเหตุหรือจุดกำเนิด ระหว่างทางตามขั้นตอนการผลิต และการป้องกันที่ตัวคนทำงาน ซึ่งผลการวิเคราะห์ความเสี่ยงโดยใช้เครื่องมือแบบง่ายและเหมาะสมกับผู้นำกลุ่มอาชีพหรืออาสาสมัครอาชีวอนามัยชุมชน (ออสช.) ได้แก่ เครื่องมือการประเมินความเสี่ยงในงาน (Job Safety Analysis : JSA) และแบบสำรวจปรับปรุงสภาพแวดล้อมในการทำงานที่บ้านอย่างปลอดภัย (Work Improvement for Save Home : WISH) ได้นำมาสู่การคิด วิเคราะห์และพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงร่วมกันในแต่ละอาชีพ แต่ละขั้นตอนการทำงาน รวมถึงสภาพแวดล้อมที่เสี่ยงหรือเป็นภัยคุกคาม ต่อสุขภาพ ความปลอดภัยของคนทำงานในบ้านหรือชุมชนร่วมกัน ในพื้นที่เป้าหมายการดำเนินงานจำนวน 23 จังหวัดภายใต้การดำเนินงานร่วมกับ สปสช. เขต 1 เชียงใหม่ เขต 2 พิษณุโลก เขต 3 นครสวรรค์ เขต 5 ราชบุรี เขต 11 สุราษฎร์ธานี และ เขต 12 สงขลา

การรวบรวม ประมวลและประเมินผล **นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง** ได้ดำเนินการร่วมกับภาคีเครือข่ายที่เป็นคณะทำงานหรือพี่เลี้ยง โดยอิงกรอบคิด หลักการและหลักเกณฑ์ที่ได้พัฒนาร่วมกัน และได้ตัวอย่างและแนวปฏิบัติที่เรียกว่านวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงใน 4 ประเภทความเสี่ยงและนวัตกรรมชุมชนที่เป็นระบบหรือกลไกการจัดการเชิงรุกในระดับตำบลหรือชุมชน ซึ่งได้รวบรวม และนำเสนอในเอกสารชุดความรู้ฉบับนี้

ขอขอบคุณ **คณะทำงานที่ทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงการขับเคลื่อนงาน**ในระดับเขต จังหวัด และพื้นที่ อาสาสมัครอาชีวอนามัย ผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่มแรงงานนอกระบบในพื้นที่ ที่ร่วมกันพัฒนาเครื่องมือ วิธีการ และระบบ/กลไกการจัดการเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ และ **สสส.** ที่ให้การสนับสนุนการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง โดยคาดหวังว่า ชุดความรู้นี้จะช่วย **“จุดประกาย”** การดำเนินงานส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพด้วยต้นทุนทางสังคม ต้นทุนทางปัญญาของชุมชนที่เข้าถึงง่าย ลดค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพ และสามารถพัฒนาและนำไปใช้ต่อเนื่องได้เองในชุมชน

สมาคมวิถีสานเลือกเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

กุมภาพันธ์ 2564

สารบัญ

	หน้า
1. ทำไม ? ความสำคัญการส่งเสริมป้องกันโรคฯ และนวัตกรรมชุมชน	4
2. ความหมาย นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง	5
3. กรอบคิดการพัฒนานวัตกรรมและองค์ความรู้เพื่อการส่งเสริมป้องกันโรคฯ	6
4. เกณฑ์การคัดเลือกนวัตกรรมชุมชน และกระบวนการพัฒนา	7
5. แนวทางการประเมินระดับความก้าวหน้าและคุณภาพการพัฒนานวัตกรรมฯ	9
6. ผลการวิเคราะห์ความเสี่ยงเพื่อวางแผนการจัดการ	11
7. นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงแยกตามประเภทความเสี่ยง	
7.1 นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงด้านการยาศาสตร์	12
7.2 นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงจากการสัมผัสสารเคมี	15
7.3 นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและสภาพแวดล้อม	16
7.4 นวัตกรรมเชิงระบบหรือกลไกการสนับสนุน การเอื้ออำนวยการเข้าถึงบริการ	18
8. กรณีศึกษา การพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง	20
8.1 กลุ่มเกษตรอินทรีย์ บ้านค่างคำป็น ตำบลแม่พุง อำเภอวังชิ้น จังหวัดแพร่	20
8.2 โฮมทอเสือกก กลุ่มสานเสือกก อำเภอเมือง จังหวัดตาก เพื่อนำไปสู่การพัฒนา	24
8.3 แท่นจับ กลุ่มอาชีพจักสานจากต้นคลุ้ม ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล	27
8.4 3 นาที่ 4 ทำแก้ปัญหาปวดเมื่อยกลุ่มอาชีพสวนยางพารา ตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา	31
8.5 กายบริหารยืดเหยียดกล้ามเนื้อ กลุ่มอาชีพสานผักตบชวา ตำบลบางซุด อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท	33
8.6 วัสดุเหลือใช้ที่เป็นประโยชน์ (เศษยีนส์) และ ช้อนมีรุ กลุ่มอาชีพจักสานต้นคลุ้ม ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล	37
8.7 เกราะกำลังมอเตอร์ กลุ่มอุตสาหกรรมไม้ตะเกียบ ตำบลถ้ำคลอง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี	42
8.8 ศูนย์สร้างเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร	44
8.9 ศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ ของแรงงานนอกระบบ ตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา	49
9. การประเมินกระบวนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง	53

กรอบคิดการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง

ทำไม ?

จึงให้ความสำคัญกับการส่งเสริมป้องกันโรคจากการทำงาน กลุ่มแรงงานนอกระบบ

การพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง : ระบบ กลไก และกระบวนการจัดการความเสี่ยง

สถานการณ์ปัญหาด้านสุขภาพของกลุ่มวัยแรงงานทั้งกลุ่มแรงงานนอกระบบและในระบบ เกิดขึ้นจากเงื่อนไขทางสังคมและเศรษฐกิจ (อาชีพและรายได้) ที่ส่งผลกระทบต่อ **พฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมในการทำงาน** และเป็นสาเหตุสำคัญของความปลอดภัยและการมีสุขภาพอนามัยดี ทั้งในระหว่างที่ยังสามารถทำงานได้และหลังเกษียณอายุการทำงาน ดังข้อมูลสำนักงานสถิติ ปี พ.ศ. 2563 พบว่าแรงงานนอกระบบมีปัญหาสำคัญ 3 ด้านได้แก่ (1) ปัญหาจากการทำงาน (2) ปัญหาสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงาน และ (3) ปัญหาสภาพแวดล้อมในการทำงาน โดยแรงงานนอกระบบหนึ่งคนอาจจะพบปัญหาได้มากกว่า 1 ด้าน และส่วนมากอยู่ในภาคเกษตร มักจะมีความไม่ปลอดภัยในการทำงานอันเนื่องมาจากการสัมผัสสารเคมีมากที่สุดถึงร้อยละ 57.3 ดังนั้นหากคนวัยทำงานเจ็บป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพจนไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้ตามปกติแล้ว ผลกระทบนั้นจะไม่ได้จำกัดอยู่ในระดับบุคคลเท่านั้น แต่ยังกระทบต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติอีกด้วยโดยเฉพาะวัยแรงงานที่กำลังจะก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีโอกาสเสี่ยงสูงต่อการมีสุขภาพที่เป็นภาระในการดูแลทั้งของครอบครัวและภาระของรัฐในเรื่องการเงิน การคลังและอัตรากำลังที่จะต้องบริหารจัดการเพิ่มขึ้น ถ้าไม่ได้มีการป้องกันควบคุมตนเองตั้งแต่วัยทำงาน ดังจะเห็นจากข้อมูลการสำรวจสภาวะสุขภาพผู้สูงอายุปัจจุบัน¹ พบว่าร้อยละ 5 ของจำนวนผู้สูงอายุที่มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง ส่วนที่เหลืออีกร้อยละ 95 มีปัญหาด้านสุขภาพ (ความดัน เบาหวาน ข้อเสื่อม ซึมเศร้าฯ) ซึ่งสภาวะสุขภาพที่ปรากฏดังกล่าวสะสมมาตั้งแต่อยู่ในช่วงวัยทำงานที่มุ่งทำงานเพื่อการมีรายได้โดยลืมนึกถึงสุขภาพตนเองทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ระบบการดูแลและจัดการสุขภาพ ความปลอดภัยด้วยตนเอง ครอบครัว หรือร่วมกับกลุ่มอาชีพ (Self Care Management) จึงเป็นกลยุทธ์หลักในการสร้างระบบสภาวะของกลุ่มวัยแรงงานที่สัมพันธ์และเกี่ยวข้องหลายมิติ ที่เป็นตัวแปรหรือเงื่อนไขสำคัญที่จะทำงานแบบปลอดภัย มีรายได้ต่อเนื่อง และเครือข่ายการทำงานที่สนับสนุนทั้งในด้านการสร้างงาน สร้างรายได้ สร้างสุขภาพ และสังคม/สิ่งแวดล้อมที่ดีต่อจิตใจและร่างกาย

หลักการสำคัญในการป้องกันควบคุมและจัดการความเสี่ยงจากการทำงาน เพื่อไม่ให้เกิดอาการเจ็บป่วยระหว่างทำงานและเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ต้องเริ่มจากต้นน้ำ คือคนทำงานและความตระหนักรู้และให้ความสำคัญกับพฤติกรรมการทำงานที่ปลอดภัย ทำงานในสภาพแวดล้อมการทำงานที่เหมาะสม โดยไม่ต้องรอถึงป่วยจนไม่สามารถทำงานตามปกติได้ โดยยึดหลักการจัดการความเสี่ยง 3 หลักการได้แก่ **การควบคุมที่ต้นตอ (Source)** ได้แก่ อุปกรณ์ สถานที่ทำงาน วัตถุดิบหรือปัจจัยการผลิตที่นำมาใช้ เช่น สารเคมี เสียงดัง เป็นต้น **การควบคุมที่ทางผ่าน (Path)** ได้แก่ การหลีกเลี่ยง เว้นระยะห่าง การจำกัด

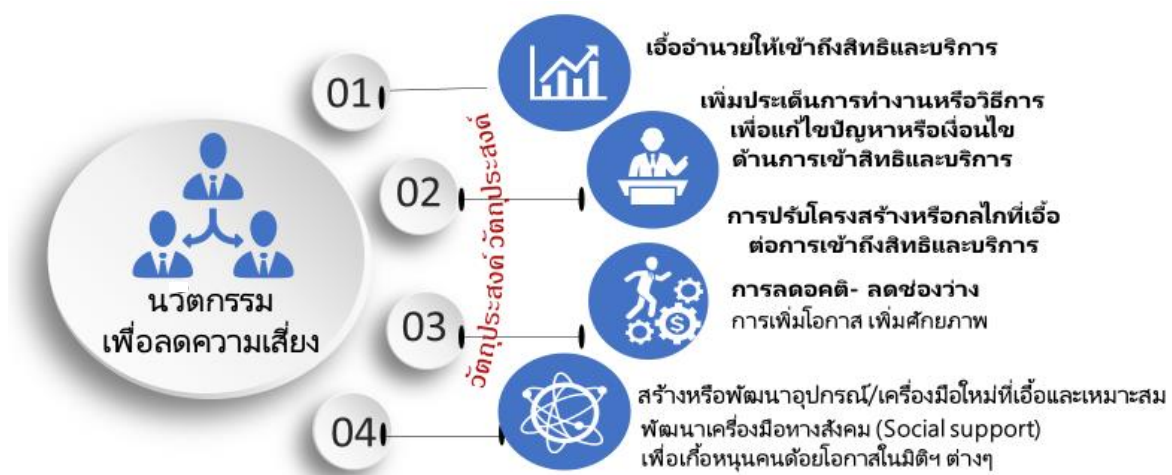
¹ โครงการประเมินเทคโนโลยีและนโยบายด้านสุขภาพ (HIAPP) 2559

พื้นที่การพึงกระจาย เป็นต้น และ การควบคุมที่ตัวบุคคล (Receiver) ได้แก่ การใส่อุปกรณ์ป้องกันการปรับพฤติกรรมการทำงานฯ การเลือกใช้วิธีคิดใดวิธีหนึ่งขึ้นอยู่กับความเหมาะสมกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อม

นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ

นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง คือทางเลือก ทางออก วิธีการใหม่ หรือเสริมจากที่มีอยู่เดิม และเกิดจากการใช้ความรู้และความคิดสร้างสรรค์ที่ก่อประโยชน์ต่อการลดความเสี่ยง ลดความเหลื่อมล้ำและลดช่องว่างในการเข้าถึงสิทธิและบริการด้านสุขภาพและอื่นๆ ซึ่งเป็นคุณค่าทางปัญญา (Value Creation) ที่มีประโยชน์ต่อผู้ที่ยังมีข้อจำกัดทั้งด้านมุมมองหรือวิธีคิดใหม่ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติ และกลุ่มคนทำงานที่ยังด้อยโอกาสในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและสังคม และรวมถึงเงื่อนไข ข้อจำกัดของระบบบริการสุขภาพ ที่มีข้อจำกัดทั้งด้านการนโยบายนโยบายสู่ปฏิบัติ จำนวนบุคลากร และการให้บริการที่ยังไม่ครอบคลุมมิติความเป็นแรงงาน และยังไม่ให้ความสำคัญกับเงื่อนไขปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจที่เป็นสาเหตุและส่งผลกระทบต่อสุขภาพเท่าที่ควร จึงส่งผลต่อการเข้าถึงสิทธิและบริการที่ยังไม่สอดคล้องกับสถานการณ์ปัญหาด้านสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงานและความต้องการของประชาชนกลุ่มวัยแรงงาน

นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง เกิดจากความคิด ความตระหนักรู้ว่าอาการเจ็บป่วยที่ปรากฏหรือเกิดขึ้นกับตนเองหรือกลุ่มอาชีพชุมชนนั้นเนื่องมาจากอะไร หรือรับรู้และเข้าใจว่าอาการเจ็บป่วยดังกล่าว อันตรายและเสี่ยงถ้าไม่จัดการหรือป้องกัน อาจส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัวและชุมชนคนทำงานอย่างแน่นอนในอนาคตอันใกล้ และควรมีแนวทางจัดการอย่างไรเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวเบื้องต้น และคิดคำนึงต่อว่ามีใครบ้างในชุมชนสามารถสนับสนุนได้ทั้งด้านความคิด ความรู้ รวมถึงการพัฒนาหรือการลงมือปฏิบัติร่วมกันเพื่อแก้ปัญหาและตอบโจทย์ของกลุ่มปัญหาด้านสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงาน โดยใช้คุณค่าทางปัญญาและการมีส่วนร่วมในการพัฒนา-หาแนวทางที่ดีและปฏิบัติได้จริงทั้งด้วยตนเองและร่วมกับผู้อื่น โดยมีค่าใช้จ่ายน้อยหรือไม่ต้องใช้งบประมาณเลย และสามารถนำไปใช้ได้อย่างต่อเนื่อง ขยายผลต่อกลุ่มอาชีพในพื้นที่ ที่มีความเสี่ยงและสภาพการทำงานที่คล้ายคลึงกัน วัตถุประสงค์ของนวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง จึงมีหลากหลายมิติภายใต้หลักการป้องกัน ควบคุมความเสี่ยงหรือภัยคุกคามต่อสุขภาพ ตามแผนภูมิ ดังนี้

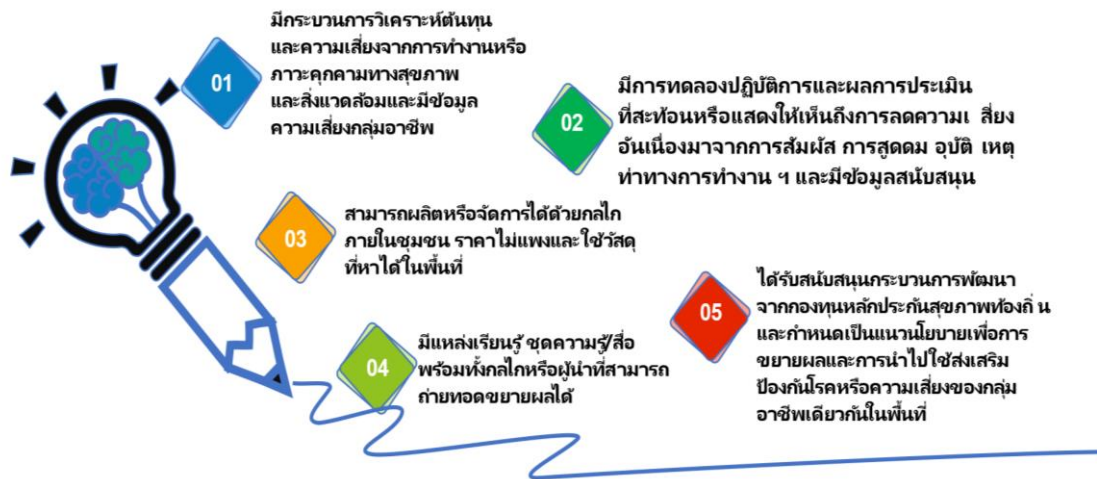


กรอบคิดภาพรวมนวัตกรรมและองค์ความรู้การสร้างเสริมสุขภาพป้องกันโรค กลุ่มแรงงานนอกระบบ



หลักเกณฑ์หรือแนวทางสำหรับการพิจารณาว่า วิธีการจัดการเพื่อลดความเสี่ยงจากการทำงานนั้น เป็นนวัตกรรมชุมชน หรือไม่ อย่างไร ภายใต้กรอบคิดการดำเนินงานภายใต้โครงการพัฒนาภาคใต้ และนโยบายการส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพโดยฐานท้องถิ่นสำหรับกลุ่มแรงงานนอก

เกณฑ์กลางการพิจารณาคัดเลือกนวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง



ระบบ โดยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายในการพิจารณากำหนดร่วมกันเพื่อใช้เป็นแนวทางกลางที่ใช้ร่วมกัน ในทุกพื้นที่เป้าหมายการดำเนินงาน มีดังนี้

กระบวนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง 5 ขั้นตอน

ขั้นที่ 1 : ขั้นวิเคราะห์ (Analysis Phase)

① เริ่มจากการทำความเข้าใจปัญหา

สภาพแวดล้อมและปัจจัยเกี่ยวข้อง
ความความเสี่ยงต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อม

② กำหนดเป้าหมาย และวัตถุประสงค์

ของรูปแบบการพัฒนานวัตกรรม
ตลอดจนคำนึงถึงความรู้พื้นฐาน
และทักษะที่ผู้ดำเนินการพัฒนาจำเป็นต้องมี
โดยพิจารณาจากคำถามที่สามารถใช้
เพื่อการวิเคราะห์ ออกแบบหรือตัดสินใจ ดังนี้

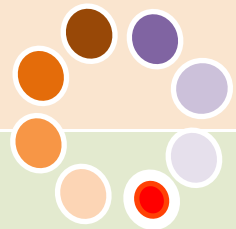
- จะเลือกความเสี่ยงหรือภัยคุกคามในทางขั้นตอนหรือส่วนไหนมาพัฒนาหรือหาทางเลือกทางออกเพื่อการจัดการความเสี่ยง
- พฤติกรรมใหม่ของกลุ่มเป้าหมายที่คาดหวังว่าจะเกิดขึ้นเป็นอย่างไร
- มีข้อจำกัดในการพัฒนาอะไรบ้าง (วิธีการ ความรู้ ทักษะ วัสดุอุปกรณ์ ค่าใช้จ่าย การใช้บริการ ฯ)
- แนวทาง/วิธีการการลดเงื่อนไข/ข้อจำกัดมีอะไรบ้าง และความเป็นไปได้
- ช่วงเวลาการพัฒนาเมื่อไร เหมาะสมหรือทันต่อเหตุการณ์หรือการนำไปใช้

แผนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง



ตัวอย่างชุดคำถามสำหรับการวางแผนพัฒนานวัตกรรม

1	ชื่อองค์ความรู้ หรือนวัตกรรมหลัก และความรู้ย่อย (ถ้ามี)
2	เป็นองค์ความรู้หรือนวัตกรรมประเภทใดพัฒนาขึ้นใหม่หรือต่อยอดจากฐานงานเดิม ปัจจุบันทำอยู่ในระดับใดของกระบวนการพัฒนา
3	เป็นนวัตกรรมที่ช่วยลดความเหลื่อมล้ำหรือสร้างความเป็นธรรมในเรื่องใด ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตแรงงานนอกระบบอย่างไร
4	มีกระบวนการหรือวิธีการอย่างไร ที่แตกต่างจากที่หน่วยงาน องค์กรต่างๆ ทำอยู่ มีใครเกี่ยวข้องบ้าง อย่างไร
5	หน่วยงาน / องค์กรใดที่จะส่งมอบหรือขยายผล เป้าหมายของการส่งมอบหรือขยายผลคืออะไร
6	มีกระบวนการพัฒนาต่อเนื่องอย่างไร ต้องการการสนับสนุนอะไรบ้าง จากใคร และอย่างไร
7	มีข้อเสนอแนะ และเงื่อนไขอะไรบ้างในการนำองค์ความรู้ หรือนวัตกรรมไปใช้ ในการขยายผลและพัฒนานโยบาย



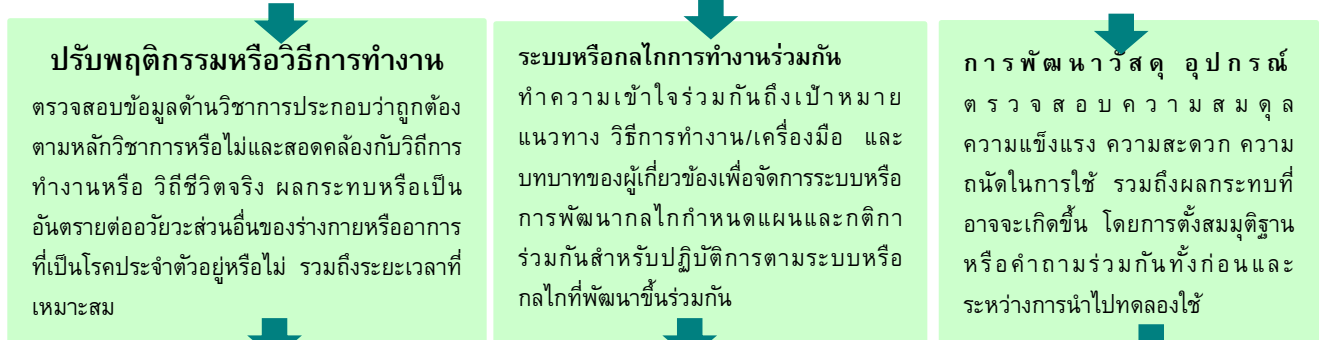
ขั้นที่ 2 : ขั้นตอนออกแบบและพัฒนา

(Design and Develop Phase)

เป็นการนำแผนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนมา พิจารณาด้วยตนเอง หรือร่วมถกแถลงกับครอบครัวหรือสมาชิกกลุ่มหรือร่วมกับทีมพี่เลี้ยง

ที่สนับสนุนการดำเนินงานส่งเสริมป้องกันโรค ถึงรูปแบบ วิธีการและพิจารณาองค์ประกอบต่างๆ สนับสนุน โดยอาจจะเลือกหนึ่งหรือสองวิธีการ มาพิจารณาหรือถกแถลงร่วม

และ สร้างรูปแบบหรือแนวทางของนวัตกรรม ที่เป็นต้นร่างสำหรับการนำไปทดลองใช้และประเมิน โดยยึดตามเป้าหมาย และแผนการพัฒนานวัตกรรมที่กำหนดไว้ร่วมกัน



ปรับปรุงตามผลการประเมินการทดลองใช้เพื่อการขยายผลสู่สมาชิกกลุ่มหรือชุมชน

การจัดคู่มือหรือเอกสารประกอบการนำไปใช้และการประเมินคุณค่าและประสิทธิภาพ

เป็นขั้นตอนที่ผู้ออกแบบกระบวนการพัฒนานวัตกรรมควรออกแบบให้ครอบคลุมทั้งการสร้างเครื่องมือวัดหรือประเมินผล การพัฒนาแบบฝึกหัดหรือคู่มือ การจัดทำเนื้อหาประกอบ หรือการพัฒนาเครื่องมือหรือโปรแกรมสำหรับทดสอบหาข้อผิดพลาดเพื่อนำมาปรับปรุง /แก้ไข

ขั้นที่ 3 : ขั้นนำไปใช้จริง (Implementation Phase)



การถ่ายทอดเพื่อนำไปใช้จริง อาจใช้รูปแบบที่หลากหลาย เช่น การฝึกอบรม หรือการสาธิตปฏิบัติการ โดยจุดมุ่งหมายของขั้นตอนนี้ คือ การนำนวัตกรรมไปใช้อย่างเต็มประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลโดยที่ต้องส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมายเกิดความเข้าใจ และมีความรอบรู้ครบถ้วนตามวัตถุประสงค์

ขั้นที่ 4 : ขั้นประเมินผล (Evaluation Phase)

ในขั้นตอนนี้ ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ การประเมินผลระหว่างการดำเนินงาน ในแต่ละขั้นตอนเพื่อปรับปรุงและพัฒนางาน (Formative) และการประเมินภาพรวมเมื่อเสร็จสิ้นการปฏิบัติการทุกขั้นตอน(Summative) โดยสามารถประเมินได้ทั้งจากข้อมูลการสังเกตและการนิเทศติดตาม ผลการประเมินที่ได้จะนำไปใช้ตัดสินใจเกี่ยวกับการนำนวัตกรรมไปใช้ประโยชน์เพื่อขยายผลต่อเนื่องในระดับนโยบายและเครือข่ายในตำบลหรือพื้นที่อื่น นอกเหนือจากภายในกลุ่มหรือครอบครัวตนเอง



แนวทางการประเมินระดับความก้าวหน้าและคุณภาพของนวัตกรรมชุมชน เพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ

การประเมินผลการพัฒนานวัตกรรมหลังจากที่สิ้นสุดกระบวนการดำเนินงานตามแผนการทำงานที่กำหนดร่วมกันในระหว่างทางการปฏิบัติการ เงื่อนไขปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสำเร็จและไม่สำเร็จ จนถึงขั้นนำไปใช้ขยายผลต่อเนื่อง ในเชิงนโยบายหรือระดับเครือข่ายตำบลหรือพื้นที่อื่น นอกเหนือจากตนเอง ครอบครัว และกลุ่มที่ได้ดำเนินงานส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพร่วมกัน มีหลายประการ ได้แก่ กลไกผู้นำหรือผู้ที่เป็นแกนหลักในการขับเคลื่อนงานหรือการพัฒนานวัตกรรม ไม่ได้ทำต่อเนื่องขาดการติดตามและประเมินระหว่างทาง หรือ มีข้อจำกัดด้านวิชาการ/เทคโนโลยีสนับสนุน วเพื่อให้สามารถใช้ลดความเสี่ยงได้จริง ในกรณีที่เป็นการพัฒนาวัสดุ อุปกรณ์หรือการปรับสภาพแวดล้อมที่ต้องการองค์ความรู้ช่วย เช่นระดับความดังของเสียง เป็นต้น ซึ่งเป็นข้อจำกัดของต้นทุนทางสังคมของกลุ่มหรือชุมชนที่มีอยู่จะนำมาใช้ในการจัดการหรือพัฒนานวัตกรรมดังกล่าว เป็นต้น ในการประเมินศักยภาพของนวัตกรรมเพื่อนำไปใช้ในการขยายผลเชิงนโยบาย และเครือข่ายกลุ่มอาชีพที่มีความเสี่ยงคล้ายคลึงกัน จึงมีการพัฒนาเกณฑ์การประเมินระดับคุณภาพและประสิทธิภาพของนวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง ว่าอยู่ในขั้นตอน

หรือระดับไหน มีอะไรที่ควรส่งเสริมหรือพัฒนาเพื่อยกระดับให้เป็นนวัตกรรมที่พร้อมขยายผล โดยแบ่งศักยภาพหรือระดับคุณภาพของนวัตกรรมที่ได้ริเริ่มพัฒนาขึ้น เป็น 5 ระดับ ดังนี้

ระดับ 5	สามารถขยายผล บูรณาการ หรือถ่ายทอด องค์ความรู้/นวัตกรรมสู่ภายนอกองค์กรได้
ระดับ 4	มีการวิเคราะห์ สังเคราะห์ผลการนำไปใช้ ว่าตอบโจทย์หรือเป้าหมาย ที่คาดหวังจริงหรือไม่ และสามารถปรับปรุงแนวทางการปฏิบัติงานได้
ระดับ 3	มีการดำเนินงาน ร่องรอยหรือหลักฐานการนำมาปฏิบัติเพื่อพัฒนาให้ได้ตามกรอบคิด หลักการ และมาตรฐานขององค์ความรู้ หรือนวัตกรรมที่เห็นเป้าหรือภาพตรงกัน
ระดับ 2	มีแนวทางการปฏิบัติที่สามารถนำไปพัฒนากระบวนการทำงานต่อเนื่องได้ ทั้งในส่วนที่เสริมและอุดช่องว่าง/ข้อจำกัด
ระดับ 1	รู้และเข้าใจ มีแนวทางปฏิบัติแต่ยังไม่มีระบบผลการดำเนินงานที่เป็นรูปธรรม ให้สืบค้นได้

การจัดการ ป้องกัน ควบคุมความเสี่ยง : ต้นน้ำ กลางน้ำ และปลายน้ำ “นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง”

กระบวนการเรียนรู้เพื่อการวิเคราะห์และประเมินความเสี่ยงตามประเภทอาชีพ โดยใช้เครื่องมือการวิเคราะห์ความเสี่ยงในขั้นตอนการทำงาน (JSA : Job Safety Analysis) และแบบสำรวจ เพื่อปรับปรุงสภาพแวดล้อมในการทำงานที่บ้านอย่างปลอดภัย (WISH : Work Improvement for Safe Home) ควบคู่กับการสร้างความตระหนักรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการทำงานในระดับตนเอง และระดับกลุ่มสมาชิก พบว่าได้ความเสียหายจากการประกอบอาชีพ ในพื้นที่เป้าหมายการดำเนินงาน จำนวน 137 พื้นที่/กลุ่ม ใน 23 จังหวัดภายใต้การดำเนินงานร่วมกับ สปสช. 6 เขต พบว่ามีประเภทหรือกลุ่มความเสี่ยงที่เกิดจากการทำงานที่ใกล้เคียงกันใน 3 ลำดับแรก ได้แก่

- 1) ความเสี่ยงด้านการยศาสตร์ หรือท่าทางในการทำงานที่ไม่ถูกต้อง
- 2) ความเสี่ยงด้านสภาพการทำงานที่เป็นอันตราย (ด้านกายภาพ) เช่น เสียงดัง แสงสว่าง/มืด ที่ส่งผลต่อสายตา สภาพสถานที่ทำงานที่ไม่ปลอดภัย เป็นต้น
- 3) ความเสี่ยงด้านการใช้สารเคมี ที่เป็นอันตรายที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและสิ่งแวดล้อม

ประเด็นความเสี่ยง ดังกล่าวได้มีกระบวนการนำมาเรียนรู้ร่วมกันเพื่อวิเคราะห์ถึงสาเหตุ เจาะไขปัจจัยที่ส่งผลต่อการเกิดความเสี่ยงโดยละเอียดและเพิ่มเติม/เสริมความรู้ทั้งจากสมาชิกกลุ่มอาชีพด้วยกันเอง และจากบุคลากรด้านสาธารณสุขในพื้นที่ รวมถึงพี่เลี้ยงกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น ที่ได้รับการพัฒนาศักยภาพพื้นฐานด้านอาชีวอนามัย จากโครงการฯ และนำไปสู่การวางแผนการจัดการเพื่อลดความเสี่ยงระดับบุคคลและระดับกลุ่ม โดยเริ่มตั้งแต่การสร้างความรู้และมีความรู้แผนการส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพสำหรับกลุ่มผู้ประกอบการอาชีพเสี่ยงชุมชน/ตำบล เช่นเดียวกัน โดยมีแนวทางการจัดการเพื่อลดความเสี่ยง โดยการปรับพฤติกรรม สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ทางสังคม

รูปแบบงาน และวัสดุอุปกรณ์ที่เป็นปัจจัย/ต้นทุนการผลิตหนึ่งควบคู่กับการใช้แรงงาน มีแนวทางในการจัดการ เพื่อลดความเสี่ยงด้านสุขภาพ ความปลอดภัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน แยกตามประเภท ความเสี่ยงได้ 3 กลุ่ม ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ความเสี่ยงกลุ่มอาชีพในพื้นที่การดำเนินงานโครงการฯ โดยใช้เครื่องมือ JSA และ WISH พบความเสี่ยงหลัก 3 กลุ่ม



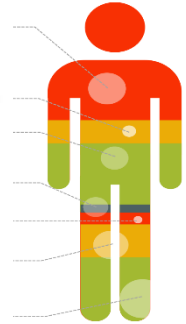
ด้านการยศาสตร์ หรือท่าทางในการทำงานที่ไม่ถูกต้อง
: การยืน นั่ง และการเอื้อมมือ ขณะทำงาน

1. เปลี่ยนพฤติกรรม/ท่าทางในการทำงาน ประกอบด้วย

- 1) การปรับกระบวนการทำงาน เช่น เปลี่ยนจากการนั่งพื้นเป็นนั่งบนเก้าอี้มีพนักพิง ให้หยุดพักเป็นระยะ เพิ่มจำนวนรอบในการยกของไม่ยกทีเดียว
- 2) การแบ่งช่วงเวลาให้เหมาะสมกับลักษณะการทำงาน ไม่ทำงานท่าทางเดิม ๆ ติดต่อกันนานเกินไป จัดให้มีการพักระหว่างทำงานให้มีการลุกเดิน ผ่อนคลาย เพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อ ลดอาการตึงและปวดเมื่อยร่างกาย

2. เสนอแผนงาน/โครงการให้ความรู้ เฉพาะด้าน เสนอต่อกองทุนสุขภาพท้องถิ่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้

- 1) การตรวจคัดกรองและการจัดเก็บข้อมูล
- 2) การพัฒนาศักยภาพ อสอช.
- 3) ให้ความรู้ปรับพฤติกรรม (เช่น การกิน การทิ้งขยะ การอาบน้ำ การยกของ)
- 4) ให้ความรู้การสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอย่างถูกวิธี
- 5) การปรับสภาพแวดล้อมในการทำงาน (5ส.)
- 6) การกำหนดเป็นข้อตกลงกลุ่มหรือมาตรการชุมชน ห้องถิ่น
- 7) การพัฒนาเครื่องมือลดการสัมผัสความเสี่ยงจากการทำงาน



ด้านสภาพการทำงานที่เป็นอันตราย (ด้านกายภาพ) เช่น อุบัติเหตุจากเครื่องมืออุปกรณ์ของมีคมและเศษไม้ เครื่องมือในการทำงานได้แก่ รถไถ จอบ เสียม มีด แห อวนรวมถึงเครื่องจักรโรคที่เกิดจากการติดเชื้อสะสมในขยะหรือเศษวัสดุอุบัติเหตุจากการใช้อุปกรณ์

1. การจัดหาและสวมใส่อุปกรณ์เพื่อการป้องกันส่วนบุคคลในขณะทำงานให้ถูกวิธี เพื่อป้องกันความร้อน แสงแดด เสียงดัง

2. ปรับปรุงและจัดระเบียบสภาพแวดล้อม(5 ส.) และกระบวนการทำงาน ในสถานที่ทำงานของสมาชิกกลุ่ม

3. เสนอแผนงาน/โครงการให้ความรู้ เฉพาะด้าน เสนอต่อ กองทุนสุขภาพตำบล และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น

- 1) การตรวจคัดกรองและการจัดเก็บข้อมูล
- 2) การพัฒนาศักยภาพ อสอช.
- 3) ให้ความรู้ปรับพฤติกรรมอะไรบ้าง (เช่น การกิน การทิ้งขยะ การอาบน้ำ การยกของ)
- 4) ให้ความรู้การสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอย่างถูกวิธี
- 5) การปรับสภาพแวดล้อมในการทำงาน (5ส.)
- 6) การกำหนดเป็นข้อตกลงกลุ่มหรือมาตรการชุมชน ห้องถิ่น
- 7) การพัฒนาเครื่องมือลดการสัมผัสความเสี่ยงจากการทำงาน



ด้านการใช้สารเคมี ที่เป็นอันตราย จากการสัมผัสสารสุดดมไอระเหย หรือกลิ่นใช้สารเคมีโดยไม่ได้มีการสวมใส่ อุปกรณ์ป้องกัน เช่น สารเคมีที่ใช้ในการเกษตร สารระเหยจากเคมีเสริมสวย การสูดดม ครั่นจากท่อไอเสียรถ

1. การจัดหาและสวมใส่อุปกรณ์เพื่อการป้องกันตนเองในขณะทำงานให้ครบ

2. จัดทำระเบียบ มาตรการ ธรรมนูญ ข้อบัญญัติ หรือเทศบัญญัติ ในห้องถิ่น โดยการมีส่วนร่วมของกลุ่มอาชีพและอปท. เช่น เรื่องการกำจัดขยะ การนำเข้าสู่สารเคมีในชุมชน เป็นต้น

3. เสนอแผนงาน/โครงการให้ความรู้ เฉพาะด้าน เสนอต่อ กองทุนสุขภาพตำบล และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

- 1) การตรวจคัดกรองและการจัดเก็บข้อมูล
- 2) การพัฒนาศักยภาพ อสอช.
- 3) ให้ความรู้ปรับพฤติกรรม เช่น การกิน การทิ้งขยะที่ปนเปื้อน การอาบน้ำ ฉีดพ่นยาที่ถูกวิธี
- 4) ให้ความรู้การสวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอย่างถูกวิธี
- 5) การพัฒนาเครื่องมือลดการสัมผัสสารเคมี



จากข้อมูลความเสี่ยง และวิธีการจัดการหรือลดความเสี่ยงระดับบุคคล และระดับกลุ่ม คณะทำงานขับเคลื่อนในระดับเขต จังหวัด และพื้นที่ ได้ร่วมกันประเมินความเสี่ยง ออกแบบแนวทางพัฒนา ทดลองปฏิบัติ และประเมินผลสามารถลดหรือป้องกันความเสี่ยงได้ ตามกรอบการพัฒนานวัตกรรม โดยสรุปนวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง แยกตามประเภทความเสี่ยงได้ดังนี้

① นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงด้านการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ (การยศาสตร์)

เป็นนวัตกรรมด้านการปรับพฤติกรรมตนเอง การปรับขั้นตอนวิธีการทำงานการปรับปรุงและพัฒนา วัสดุ-อุปกรณ์และรูปแบบของงาน มีจำนวน 6 ชิ้น

1. แปลงผักลอยฟ้าเพื่อลดการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ

กลุ่มเกษตรอินทรีย์ บ้านคางค้ำบัน ตำบลแม่พุง อำเภอวังชิ้น จังหวัดแพร่ พื้นที่เขต 1 จังหวัดเชียงใหม่

วัตถุประสงค์ : เพื่อลดความเสี่ยงด้านการปวดเมื่อยบริเวณเอว แขน สะบักไหล่

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์

ลักษณะนวัตกรรม : การนำวัสดุอุปกรณ์เหลือใช้ในบ้านและสวน เช่น เสื่อ เศษไม้ มาจัดทำกระบะหรือนั่งร้านแบบเตี้ยยกระดับสูงให้มันพอดีกับสรีระของร่างกาย



2. โคมทอเสื่อเพื่อบรรเทาปวดและเพิ่มผลผลิต

กลุ่มสานเสื่อกก อำเภอเมือง จังหวัดตาก พื้นที่เขต 2 พิษณุโลก

วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันอาการปวดเมื่อยบริเวณหลัง เอว แขน และขาพับ ในขณะที่นั่งทอเสื่อเป็นเวลานาน

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์

ลักษณะนวัตกรรม : ปรับปรุงโคมทอใหม่ โดยได้รับการสนับสนุน จากหน่วยงานในพื้นที่และช่างพื้นบ้าน พัฒนา โคมทอเสื่อขึ้นใหม่โดยใช้วัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่น เช่น ไม้ไผ่ ไม้เนื้อแข็ง ออกแบบให้มีลักษณะคล้าย กี่ทอผ้า สะดวกและสามารถผลิตงานได้เพิ่มขึ้น



3. กายบริหารยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

กลุ่มอาชีพสวนผักตบชวา ตำบลบางซุด อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท

ท่าบริหารบรรเทาปวดเอว สะโพกเข่าเสื่อม



ท่าที่ 1
นั่งชิดเก้าอี้ เหยียดเข่าตรงกระดูกปลายเท้าขึ้น
เกร็งค้างไว้วัน 1-10 ทำสลับกันทั้งสองข้าง
ข้างละ 20 ครั้ง



ท่าที่ 2 นั่งชิดเก้าอี้แล้วไขว้ขา
โดยขาบนกดขาล่าง และขาล่าง
ยกขึ้นด้านขาบน เกร็งค้างไว้วัน
1-10 ทำสลับกันทั้งสองข้าง
ข้างละ 20 ครั้ง

ท่าบริหารบรรเทาปวดคอ ปา ไหล่ และข้อไหล่ติด



ท่าที่ 1
นั่งชิดเก้าอี้ มือข้างหนึ่งจับข้างเก้าอี้ วางมือขวาที่
บริเวณหูซ้ายแล้วค่อยๆเอียงคอไปทางขวาจน
รู้สึกกล้ามเนื้อคอตึง หลังตั้งตรงและผ่อนคลาย
ไหล่ไม่เกร็ง ค้างไว้วัน 1-10 ทำสลับกันทั้งสอง
ข้าง ข้างละ 3-5 ครั้ง



ท่าที่ 2
นั่งชิดเก้าอี้ ใช้มือทั้งสองข้างประสานไว้
ที่ท้ายทอย แล้วก้มศีรษะให้คางชิดอก
มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ จนรู้สึกตึง
กล้ามเนื้อคอ ค้างไว้วัน 1-10 แล้ว
กลับมาคอตั้งตรง ให้ทำท่านี้ 3-5 ครั้ง

ท่าที่ 3
นั่งชิดเก้าอี้ ยกแขนงอศอกไว้หลังศีรษะ
ใช้มืออีกข้างดึงข้อศอกไปด้านหลังศีรษะ
จนรู้สึกตึงต้นแขน ค้างไว้วัน 1-10 แล้ว
ทำสลับข้างกัน ให้ทำท่านี้ 3-5 ครั้ง

วัตถุประสงค์ : เพื่ออาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดเอว ปวดหลัง ข้อเข่า

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการเพื่อลดหรือบรรเทาอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ

ลักษณะนวัตกรรม : เป็นการออกแบบท่าทางการบริหารร่างกายอย่างถูกต้อง และจัดทำสื่อที่ใช้ประกอบการ
ทำความเข้าใจกับกลุ่มอาชีพ

4. การบริหารร่างกาย กลุ่มอาชีพสวนยางพารา

ตำบลแค อำเภोजะนะ จังหวัดสงขลา



วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันอาการปวดเมื่อยตาม
ร่างกาย ปวดเอว ปวดหลัง ข้อเข่า ผู้นำและอาสาสมัคร
ได้วิธีการทำงานเพื่อแก้ปัญหา

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือ
วิธีการป้องกันและลดหรือบรรเทาอาการ

ลักษณะนวัตกรรม : เป็นทำยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เพื่อ
ผ่อนคลายและเสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ กระดูก
และข้อ แบ่งท่าทางออกเป็นชุดย่อย จำนวน 4 ชุด
เพื่อให้จดจำได้ง่ายและเป็นการบริหารร่างกายเฉพาะ
ส่วน สามารถทำได้ง่าย และใช้เวลาสั้นๆ โดยใช้เวลา
เพียง 3 นาที สามารถแก้ปัญหาปวดเมื่อย ผ่อนคลาย
และเสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อได้
เป็นอย่างดี

5.แท่นจับตัวแบบ 360 องศา

กลุ่มอาชีพจักสานจากต้นคลุ้ม ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล



วัตถุประสงค์ :

เพื่อแก้ไขปัญหาอาการปวดหลัง ปวดเอว ปวดแขน ปาไหลในขณะสานต้นคลุ้ม

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์

ลักษณะนวัตกรรม :

การใช้โครงเหล็กทำเป็นแบบสามารถหมุนได้ และ ยกระดับกับพื้น โดยใช้เก้าอี้ร่อนนั่ง ลดอาการปวด หลัง ปา ไหล่

6.ปรับวิธีการทำงานเพื่อลดการปวดเมื่อยร่างกาย

กลุ่มรับซื้อน้ำยาง“ศิลานารี” ตำบลบालะ จังหวัดยะลา พื้นที่เขต 12 สงขลา

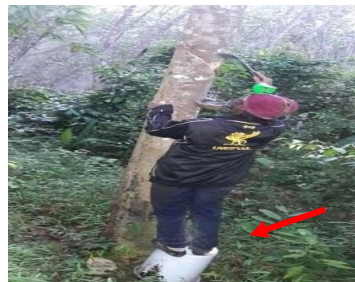
วัตถุประสงค์ : เพื่อลดอาการปวดปาไหล่ หลังส่วนล่าง เอว ซึ่งเกิดจากสาเหตุการยกของหนัก และการกรีดยางหน้าสูง

ประเภทนวัตกรรม :

นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการ

ลักษณะนวัตกรรม :

1. ใช้วิธีการแบ่งยก เพื่อลดปริมาณน้ำหนักของน้ำยางที่ต้องยกในแต่ละครั้งให้น้อยลง
2. การใช้เชือกโรยถึงแกลลอนน้ำยางแทนการแบก (กรณีสวนอยู่ในพื้นที่เนินเขาหรือควน)
3. กรณีตัดยางหน้าสูงจัดหาอุปกรณ์โดยใช้ถังพลาสติกที่มีความหนาใช้สำหรับรองเท้าขณะยืนกรีดยาง หรือสลับคนกรีด (คู่สามี-ภรรยา)
4. การใช้แกลลอนถึงกลมใส่น้ำยางแทนการหิ้วหรือแบกลงจากพื้นที่สวนที่มีลักษณะเป็นเนินเขา หรือควน /จุดรับซื้อน้ำยางมีการจัดทำแท่นปูนไว้สำหรับวางแกลลอน ลดการยกหนักในระดับที่สูงเกินไป



② นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงด้านการสัมผัสสารเคมีจากกระบวนการ

กลุ่มเกษตรกรและกลุ่มผู้ผลิต จากผลการพิจารณาคัดเลือก พบว่า มีทั้งหมด จำนวน 2 ชิ้น

1. สุนัขไล่ต้อนวัว เพื่อลดความเสี่ยงจากการสูดดมฝุ่นละออง

กลุ่มอาชีพเลี้ยงสัตว์ (โค กระบือ) ตำบลนายาง อำเภอฟิชัย จังหวัดอุดรธานี พื้นที่เขต 2 พิษณุโลก

วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันการสูดดมฝุ่นละอองจากการเดินของสัตว์เลี้ยง ออกไปเลี้ยงกลางทุ่งนาในฤดูแล้ง ซึ่งมีผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจ

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการ

ลักษณะนวัตกรรม : การใช้สุนัข ในการช่วยไล่ต้อนสัตว์ไม่ให้ออกนอกกลุ่ม ลดการเดินตามระยะไกลทำให้ป้องกันฝุ่นละอองจากการเดินของสัตว์เลี้ยง



2. การจัดการน้ำย้อมสีกระจุต

กลุ่มอาชีพสานเสื่อกระจุต ตำบลโคกเคียน อำเภอมืองนราธิวาส จังหวัดนราธิวาส พื้นที่เขต 12 สงขลา

วัตถุประสงค์ : เพื่อลดความเสี่ยงด้านเคมี ในขั้นตอนการย้อมสี เชื้อรา การระเหยของสารเคมี (สารเคมีมีส่วนผสมของสารตะกั่ว)

ประเภทนวัตกรรม :

นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการ

ลักษณะนวัตกรรม :

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยการสวมใส่ผ้าปิดจมูก (mask) การเทน้ำสีกระจุตหลังการย้อมเสร็จเพื่อลดผลกระทบในด้านสิ่งแวดล้อมของชุมชน ทั้งในส่วนของการแหล่งน้ำตามธรรมชาติ และแหล่งน้ำใต้ดิน (บ่อน้ำตื้น บ่อน้ำบาดาล) ที่คนในชุมชนมีการใช้ประโยชน์จากแหล่งน้ำ



③ โครงการชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและสภาพแวดล้อมในการทำงาน

ได้แก่ แสง เสียง พื้นผิว สถานที่ และอุปกรณ์ในการทำงาน ที่ไม่ปลอดภัย

จากผลการพิจารณาคัดเลือกของคณะทำงานฯ ร่วมกับโครงการฯ พบว่า มีทั้งหมด จำนวน 5 ชั้น

1. แผ่นกันลื่นเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ	
กลุ่มอาหารพื้นเมืองชุมชนวัดศรีโคมคำ อำเภอเมือง จังหวัดพะเยา พื้นที่เขต 1 เชียงใหม่	
วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันอุบัติเหตุลื่นหกล้ม บริเวณบันไดและทางราบ ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการ หรือวิธีการ ลักษณะนวัตกรรม : นำแผ่นกันลื่นมาติดตั้ง บริเวณทางลาด เพื่อป้องกันการลื่นล้มได้ง่าย	
2. เกราะกำบังมอเตอร์	
กลุ่มอุตสาหกรรมไม้ตะเกียบ ตำบลถ้ำฉลอง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี	
	วัตถุประสงค์ : 1. เพื่อจัดทำประดิษฐ์ที่กำบังบริเวณมอเตอร์ป้องกัน เครื่องกระแทกมือ 2. เพื่อลดความเสี่ยงการเกิดอุบัติเหตุเครื่องกระแทกมือ นี้ รวมถึงสายพานมอเตอร์บาดขา/เท้า ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์ ลักษณะนวัตกรรม : การปรับปรุงอุปกรณ์ป้องกันเครื่อง/มอเตอร์กระแทกมือ
3. การจัดการเวลาเพื่อป้องกันความเสี่ยงจากการถูกกัด	
กลุ่มอาชีพเกษตรกรปลูกชะอม ตำบลปอกระดาน อำเภอปากท่อ จังหวัดราชบุรี	
วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันงูเห่าหางไหม้กัด มือขณะตัดชะอม ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการ ลักษณะนวัตกรรม : 1. สวมถุงมือยางหนา ๆ หรือถุงมือหนัง ที่หนาพอเพื่อป้องกันงูเห่ากัด 2. วางแผนการตัดชะอมในเวลา 06.00-11.00 น. เพื่อให้ทันต่อการตัดชะอมส่งตลาด เป็นการลดเวลาทำงานที่จะต้องทำในเวลากลางและถูกงูเห่าขบกัด	

4. ปรับใช้ช้อนกลางในการสอดเส้นกระจุต กลุ่มสานเสื่อกระจุต

ตำบลโคกเคียน อำเภอเมือง จังหวัดนราธิวาส เขต 12 สงขลา



วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันการบาดเจ็บบริเวณปลายนิ้วในขณะที่สานหรือดึงเส้นกระจุต

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์

ลักษณะนวัตกรรม : การใช้ช้อนกลางสอดในขณะที่สานเส้นกระจุตแล้วสอดและดึงเส้นกระจุตเพื่อป้องกันอาการบาดเจ็บบริเวณปลายนิ้ว

5. การนำเศษผ้าเย็บทำใช้รองบริเวณขาป้องกันมีด/เส้นกลุ่มทึมดำ

กลุ่มอาชีพจักสานจากต้นคลุ้ม ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล

วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันการบาดเจ็บจากการโดนมีดบาดและเส้นใยของกลุ่มทึมดำเนื่องจากไม่มีอุปกรณ์ป้องกัน

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการ

ลักษณะนวัตกรรม : การใช้ผ้าเย็บใส่เท้ามารองเข้า เพื่อลดการบาดเจ็บจากมีด หรือเส้นใยของกลุ่ม



6. ช้อนแสดนเลสเจาะรูเพื่อป้องกันมีดบาดนิ้วมือ

กลุ่มอาชีพจักสานจากต้นคลุ้ม ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล



วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกัน มีดบาดนิ้วมือในขั้นตอนการเหลาหรือการทำเส้น ทำให้บาดเจ็บจากการโดนมีดบาดและเส้นใยของกลุ่มทึมดำ

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์

ลักษณะนวัตกรรม : การนำช้อนโตะสแตนเลส นำมาเจาะรูที่ส่วนหน้าของช้อน ให้รูที่เจาะได้ตามขนาดของเส้นกลุ่มที่เราต้องการ แล้วใช้ชิ้นส่วนจากต้นคลุ้มสอดเข้าไปในรูที่เจาะไว้ แล้วดึงออกอีกด้านของช้อน จะได้ชิ้นส่วนของเส้นกลุ่มที่มีขนาดเท่ากันตลอดความยาวของเส้นกลุ่ม

④ นวัตกรรมเชิงระบบหรือกลไกการสนับสนุน การเอื้ออำนวยเข้าถึงบริการ

เป็นนวัตกรรมที่พัฒนาระบบการจัดการที่เน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน ตัวอย่าง ศูนย์สร้างเสริมอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ศูนย์เรียนรู้เพื่อสร้างเสริมอาชีวอนามัยชุมชน ฯ จากผลการพิจารณาคัดเลือกของคณะทำงานฯ ร่วมกับโครงการฯ พบว่ามีทั้งหมด จำนวน 4 ชิ้น ดังนี้

1. ข้อตกลงการกำจัดขวดสารเคมีกำจัดศัตรูพืช ตำบลวัดขวาง อำเภอโพทะเล จังหวัดพิจิตร

วัตถุประสงค์ : เพื่อป้องกันความเสี่ยงสารเคมีปนเปื้อนในแหล่งน้ำ ชยะอันตราย ย

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมเชิงกระบวนการหรือวิธีการ

ลักษณะนวัตกรรม : ข้อตกลงของชุมชนเรื่องการจัดการขวดสารเคมีสารกำจัดศัตรูพืช โดยการคัดแยกและจัดเก็บเฉพาะและนำไปทำลายทิ้งอย่างถูกวิธี

2. ศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อพัฒนากลไกการทำงานของศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง
- 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมของกลุ่มอาชีพแรงงานนอกระบบในชุมชน

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมการให้บริการ

ลักษณะนวัตกรรม : เป็นนวัตกรรมชุมชนที่จัดตั้งโดยการผลักดันของเทศบาลตำบลนาชะอังโดยมีอาสาสมัครอาชีวอนามัยเป็นพันธมิตรสำคัญช่วยในการขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมสุขภาพการป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานของกลุ่มแรงงานนอกระบบทุกกลุ่มอาชีพ ที่ให้ความสำคัญกับการจัดทำฐานข้อมูล เพื่อใช้ในการออกแบบและวางแผนการดำเนินงานส่งเสริมป้องกันความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพในพื้นที่



3. ศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

ตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา

วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อสรุปบทเรียนและสังเคราะห์ความรู้การพัฒนา นวัตกรรมศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
- 2) เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนานวัตกรรมศูนย์เรียนรู้การจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมการให้บริการ

ลักษณะนวัตกรรม : ศูนย์การเรียนรู้ ที่มีส่วนร่วมและกระตุ้นให้หลายภาคส่วนเห็นความสำคัญของประเด็นการป้องกันและลดความเสี่ยงในการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ อาทิ สนับสนุนให้กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับพื้นที่จัดทำแผนสุขภาพประเด็นแรงงานนอกระบบ



4. ระเบียบและกติกาการให้บริการ

กลุ่มมอเตอร์ไซค์รับจ้าง ในเขตเทศบาลเมืองพัทลุง อำเภอเมืองพัทลุง จังหวัดพัทลุง
วัตถุประสงค์ : เพื่อจัดทำมาตรการ เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ
ขับรถจักรยานยนต์รับจ้าง

ประเภทนวัตกรรม : นวัตกรรมการให้บริการ

ลักษณะนวัตกรรม

- ระเบียบของกลุ่ม

- 1) กลุ่มมีที่ตั้งและที่ทำการบริเวณหน้าโรงพยาบาลพัทลุง โดยการทำหนังสือประสานงานกับเทศบาลเมืองพัทลุง และสถานีตำรวจภูธรจังหวัดพัทลุง เพื่อขอใช้สถานที่ จอดรถ พักผ่อน
- 2) การเข้าร่วมทำกิจกรรมของกลุ่มสมาชิกกลุ่มต้องสมัครเข้าร่วมเป็นสมาชิกด้วยความสมัครใจ และปฏิบัติ ตามกติกาของกลุ่ม
- 3) สมาชิกกลุ่มต้องเข้าร่วมการประชุมกลุ่มทุกเดือน
- 4) การรับสมัครใหม่จะต้องได้รับฉันทานุมัติจากสมาชิกกลุ่มเท่านั้น

- กติกาว่าด้วยการให้บริการ

- 1) รถจักรยานยนต์ที่นำมาใช้ให้บริการจะต้องเป็นป้ายเหลือง สภาพดีมีความพร้อม ผ่านการตรวจสภาพต่อทะเบียน และมีระกันภัยตาม พรบ.ผู้ประสบภัยจากรถ
- 2) ผู้ให้บริการ ต้องสวมหมวกนิรภัย มีหมวกนิรภัยไว้ให้สำหรับผู้โดยสาร และต้องกำชับให้ผู้โดยสารสวมหมวกนิรภัยทุกครั้ง
- 3) ผู้ให้บริการ ต้องมีสภาพร่างกายที่พร้อมให้บริการ ไม่ป่วย ไม่เมา ไม่สูบบุหรี่ขณะขับรถ
- 4) ผู้ให้บริการ ต้องมีกริยา วาจาสุภาพต่อผู้โดยสาร กรณีการให้บริการนอกเขตเมืองต้องตกลงราคาค่าโดยสารให้เรียบร้อยก่อนการให้บริการ



กรณีศึกษา

นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง

นวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงด้านการเกษตร

การเกษตรหรือทำางานในการทำงานที่ไม่ต้อง ยกตัวอย่างเช่น การนั่ง ยืน เดิน หรือบิดเอี้ยวตัวในขณะที่ทำงาน ทำาเดิมซ้ำๆ รวมถึงการยกของหนักเกินไป

วัตถุประสงค์ ของนวัตกรรมกลุ่มนี้ เพื่อลดความเสี่ยงด้านการเกษตร อาการปวดกระดูกบริเวณด้านหลัง ส่วนกลาง (เอว) ปา ไหล่ และเพิ่มประสิทธิภาพของผลผลิต และชิ้นงาน เช่น แปลงปลูกผัก สามารถควบคุมปริมาณ สารอาหารในดิน และวัชพืชที่มารบกวนได้ดี อุปกรณ์ทอเสื้อกอก อำเภอมือง จังหวัดตาก และแท่นจับตัวแบบจักสานต้น คลุ่ม ตำบลนาทอน อำเภอกู่หว้า จังหวัดสตูล สามารถทำาให้ลดอาการปวดหลังส่วนกลาง (เอว) ทำางานได้มากขึ้น และ ผลงานออกมามีคุณภาพมาตรฐาน ที่เชื่อมโยงกับผลการวิเคราะห์ความเสี่ยง และผลกระทบต่อสุขภาพ และสิ่งแวดล้อมของกลุ่มอาชีพ ดังนี้

❶ แปลงผักลอยฟ้า

กลุ่มเกษตรกรอินทรีย์ บ้านค้ำคำบ้าน ตำบลแม่พุง อำเภอกู่หว้า จังหวัดแพร่

บริบท

บ้านค้ำคำบ้านเป็นศูนย์การเรียนรู้ ศพก. ในอำเภอกู่หว้า และมีนายนิยม เขียวดีบ ทำาหน้าที่เป็นหมอดิน อาสา และทำาการเกษตรอินทรีย์ในพื้นที่ของตนเองมายาวนานตั้งแต่ปี พ.ศ. 2561 จึงมีองค์ความรู้ที่สามารถกระจาย และเผยแพร่ความรู้เป็นวิทยากรให้กับหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนภายในจังหวัดแพร่ โดยเฉพาะการจัดการ ความเสี่ยงและความปลอดภัยในการทำาเกษตร ผลผลิตอินทรีย์ของ นายนิยม เขียวดีบ ได้รับการรับรองมาตรฐาน การ ผลิตพืชอินทรีย์จากกรมวิชาการเกษตรจากแนวทางการผลิตเกษตรอินทรีย์พบว่านอกจากการผลิตที่ได้มาตรฐานและมีความปลอดภัยจากการใช้สารเคมีแล้ว ยังพบว่ามีความเสี่ยงที่เกิดจากกระบวนการทำางานอื่นที่ส่งผลต่อสุขภาพ และความปลอดภัยในการทำางานของตนเอง เช่น การปวดกล้ามเนื้อเนื่องจากการยกของหนัก ทำางานทำาเดิมซ้ำๆ เป็น เวลานาน การสัมผัสเชื้อโรคที่ปนเปื้อนในดิน น้ำ และอากาศ ความเครียดจากการทำงาน รวมถึงอุบัติเหตุ ที่เกิดจากสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย เป็นต้น



สถานการณ์ความเสี่ยง

จากการเข้าร่วมกระบวนการเรียนรู้การพัฒนาศักยภาพผู้นำ โดยได้มีการวิเคราะห์ความเสี่ยง โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์ความเสี่ยงจากขั้นตอนการทำงาน (JSA) พบว่า กลุ่มเกษตรกรอินทรีย์ บ้านด่างคำป็น ตำบลแม่พุง อำเภอสว่างวีรวัฒน์ จังหวัดแพร่ มีความเสี่ยงดังต่อไปนี้

ขั้นตอนการทำงาน	ความเสี่ยง	ผลกระทบ
1.การเตรียมดิน	อุบัติเหตุ การไถตะ และไถแปรการพลิกหน้าดิน ตากดินให้แห้ง ตลอดจนเป็นการคลุกเคล้า ฟาง วัชพืช ฯลฯ ลงไปในดิน เครื่องมือที่ใช้ อาจเป็นรถไถเดิมตามจนถึงรถแทรกเตอร์ การคราดหรือใช้ลูก เพื่อกำจัดวัชพืช ตลอดจนการทำให้ดินแตกตัว และเป็น เทือกพร้อมที่จะปักดำได้ กายภาพ - อุณหภูมิอากาศที่ร้อนเนื่องจากต้องปฏิบัติงานที่โล่งแจ้ง หรือที่อบชื้น อากาศไม่ถ่ายเท - แสงในการมองเห็นที่สว่างมากเกินไป - เสียงจากเครื่องจักรที่มีมีความดังตลอดการปฏิบัติงาน - การสั่นสะเทือนจากรถไถ ซึ่งรถไถเป็นเครื่องจักรที่มีแรงสั่นเทือนมากพอสมควร ชีวภาพ - ฝุ่นที่เกิดจากการไถดิน - แมลงหรือสัตว์ที่อาศัยอยู่ในดินและในพื้นที่ปฏิบัติ เช่น มด งู ตะขาบ กายศาสตร์ - การทำงานในท่าทางเดิมเวลานาน ๆ เช่น การพรวนดิน ทำแปลง การปักคั่นบังคับคันไถ	1. อาจเกิดอุบัติเหตุขณะปฏิบัติงานที่ขาดความระมัดระวัง โดนไถบาดเท้าหรือมือ 2. หน้ามืด เป็นลม หากมีการพักผ่อนไม่เพียงพอเมื่อเจอแสงแดดจ้า 3. การบาดเจ็บจากสัตว์มีพิษ 4. ระบบทางเดินหายใจจากฝุ่นฟุ้งกระจาย 5. การเกิดโรคน้ำกัดเท้า มือเท้าเปื่อย เนื่องจากการสัมผัสการน้ำเป็นเวลานาน 6. ปวดเมื่อยหลัง ไหล่ ขา
2.การปลูก	อุบัติเหตุ - การปักดำต้นกล้าโดยการใช้มือปักดำ กายภาพ - การปักดำโดยการใช้เครื่องจักร ผู้ปฏิบัติต้องได้รับผลกระทบจากเสียงของเครื่องจักรเป็นเวลานาน - อุณหภูมิอากาศที่ร้อนขึ้น เนื่องจากการปลูกข้าว ต้องใช้พื้นที่การปลูกที่มีน้ำ - แสงในการมองเห็นที่สว่างมากเกินไป(ที่โล่งแจ้ง) ชีวภาพ - แมลงหรือสัตว์ที่อาศัยอยู่ในดินและในพื้นที่ปฏิบัติ เช่น มด งู ตะขาบ	1. อาจเกิดการบาดเจ็บจากบาดของใบข้าวได้ 2. หน้ามืด เป็นลม หากมีการพักผ่อนไม่เพียงพอเมื่อเจอแสงแดดจ้า 3. การบาดเจ็บจากสัตว์มีพิษ 4. ปวดเมื่อยหลัง ไหล่ ขา และลำคอ

ขั้นตอนการทำงาน	ความเสี่ยง	ผลกระทบ
	- โรคที่มากับน้ำ เช่น โรคฉี่หนู กายศาสตร์ - การก้มหงาย การนั่งหรือยืนเป็นเวลานาน - การนั่งหรือการก้มเพื่อปักดำต้นกล้า และปลูกผัก - การทำงานในท่าทางเดิมเวลานาน ๆ	
3.การดูแลรักษา	อุบัติเหตุ - การใช้น้ำเพื่อดูแลพืชผัก ผู้ปฏิบัติงานที่ไม่มีความระมัดระวัง อาจเกิดการลื่นล้ม เนื่องจากดินที่มีความชื้นน้ำนั้นมีความอ่อนตัวและลื่น - การส่งน้ำเข้าแปลงโดยใช้เครื่องจักร (รถไถ) มีความอันตรายเป็นอย่างมาก เช่น สายพานรถไถที่หมุนบีมน้ำ กายภาพ - อุณหภูมิอากาศที่ร้อนหรือที่อบชื้น - แสงในการมองเห็นที่สว่างมากเกินไป - เสียงจากเครื่องจักรส่งน้ำ(รถไถ) ชีวภาพ - แมลงหรือสัตว์ที่อาศัยอยู่ในดิน เช่น มด งู ตะขาบ	1. การลื่นล้ม เนื่องจากดินที่มีความชื้นน้ำนั้นมีความอ่อนตัวและลื่น 2. ผลกระทบต่อการได้ยินเสียงดังเกินไปเป็นเวลานาน 3. สารเคมีสะสมในร่างกาย แพ้สารเคมี มีอาการผื่นแดง พุพองเป็นหนอง 4. การบาดเจ็บจากสัตว์มีพิษ 5. ปวดเมื่อยหลัง ไหล่ และลำคอ
4.การเก็บผลผลิต	อุบัติเหตุ - การเก็บผลผลิตที่ต้องใช้อุปกรณ์ในการเก็บผลผลิต เช่น เคียว เกียวข้าว มีด หรือของที่มีความแหลมคม - การเก็บผลผลิตด้วยสัมผัสโดยตรง เช่น การใช้มือจับต้นข้าว อาจทำให้ใบข้าวบาดมือได้ กายภาพ - อุณหภูมิอากาศที่มีแดดร้อน - แสงในการมองเห็นที่สว่างมากเกินไป กายศาสตร์ - ก้มหงาย หรือการยืนเพื่อเก็บผลผลิต ที่ต้องอยู่ในท่าทางเดิมๆ เป็นเวลานาน	1. ได้รับบาดเจ็บจากของมีคม เช่น เคียว มีด รวมถึงใบข้าวบาดมือ 2. หน้ามีด เป็นลม หากมีการพักผ่อนไม่เพียงพอเมื่อเจอแสงแดดจ้า 3. ปวดเมื่อยหลัง ไหล่ และลำคอ
5.ขนย้าย/การตากแห้ง	อุบัติเหตุ - การขนย้ายเพื่อนำผลผลิตไปจำหน่าย การที่ต้องยกผลผลิตที่มีน้ำหนักมาก อาจเกิดการล้มทับ กายภาพ - อุณหภูมิในที่โล่งแจ้งและมีความร้อนจากแสงแดด มีผลต่อการขนย้ายของผู้ปฏิบัติงาน เช่น ปฏิบัติในที่อากาศร้อน อาจเป็นลม หรือร่างกายขาดน้ำได้ ชีวภาพ - แมลงศัตรูพืชอาศัยที่อยู่ตามต้นข้าว เช่น เพลี้ย งู หรือสัตว์มีพิษ -ฝุ่นละอองจากต้น/ เมล็ดข้าว (เกิดอาการคัน หรือแพ้)	1. ได้รับบาดเจ็บจากการยกของหนัก 2. หน้ามีด เป็นลม หากมีการพักผ่อนไม่เพียงพอเมื่อเจอแสงแดดจ้า 3. การบาดเจ็บจากสัตว์มีพิษ

จากสถานการณ์ความเสี่ยงเบื้องต้น จึงได้ข้อสรุปร่วมกันว่าจะดำเนินการแก้ไขปัญหาดูแลความเสี่ยงที่เกิดจากการทำงานในด้านการเกษตร หรือทำทางในการทำงานที่ส่งผลกระทบต่อความปลอดภัยร่างกาย จึงมีแนวคิดที่จะจัดทำเครื่องมือ หรืออุปกรณ์เพื่อลดความเสี่ยงที่เกิดขึ้นดังกล่าวทำให้มีความปลอดภัยทั้งตัวเกษตรกรและผู้บริโภค รวมถึงสภาพแวดล้อมในการทำงาน

วัตถุประสงค์การพัฒนานวัตกรรม

- 1) เพื่อจัดทำแปลงสาธิตในการปลูกผักที่ไม่ใช้สารเคมี
- 2) เพื่อลดความเสี่ยงด้านการปวดเมื่อยบริเวณเอว แขน สะบักไหล่

แนวคิดการพัฒนานวัตกรรม

- 1) สามารถที่จะลดต้นทุนการผลิตปุ๋ยชีวภาพได้ เนื่องจากพื้นที่ของแปลงถูกยกระดับจากพื้นที่ทำให้การใส่ปุ๋ยบำรุงดินไม่ถูกซึมซับลงไปในพื้นที่ดิน ส่งผลให้มีกำไรจากการผลิตมากขึ้น
- 2) การกำจัดหญ้าทำได้ง่ายและสะดวกมากขึ้น ทำให้มีเวลาเหลือสามารถไปทำอย่างอื่นได้
- 3) ลดอาการปวดหลัง ปวดเอวลงได้เนื่องจากไม่ต้องก้มเงยๆ เวลาปลูก หรือถอนหญ้า

วิธีการพัฒนานวัตกรรม

- 1) จัดหาวัสดุอุปกรณ์ในการจัดทำแปลงผัก เช่น เสာ เศษไม้ ที่ไม่ได้ใช้งาน ที่หาได้ในพื้นที่
- 2) ออกแบบลักษณะของแปลงเพื่อให้มีความมั่นคง
- 3) จัดทำแปลงผัก ทำการบำรุงและฟื้นฟูดินด้วยปุ๋ยหมักผลิตเอง โดยปรับปรุงฟื้นฟูดิน โดยจัดทำผังแปลงและกำหนดจุดในการทำปุ๋ย และวิธีการในการใช้ปุ๋ยชีวภาพในการบำรุงดิน
- 4) ทดลองปลูกผักและเปรียบเทียบผลผลิตเดิม และปัจจุบันที่ได้มีการปลูกในแปลง
- 5) สรุปประเมินผลการดำเนินงานเพื่อจัดทำเป็นชุดองค์ความรู้เพื่อการขยายผลไปยังสมาชิกเกษตรกรอินทรีย์ในอำเภอวังชิ้น

ผลการพัฒนานวัตกรรม

จากการดำเนินงานจัดการความเสี่ยงและความปลอดภัยในการจัดการทรัพยากรการเกษตรและส่งผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ดังนี้

1. มีแปลงปลูกผักที่ใช้วัสดุที่หาได้ในพื้นที่ของตนเอง คือ การใช้ไม้ที่ไม่ได้ใช้งานมาทำเป็นแปลงผักยกสูงขึ้นประมาณ 120 ซม. กว้าง 100 ซม.
2. จัดทำโรงเรือนคลุมบริเวณแปลงผัก เพื่อควบคุมอุณหภูมิ และ ป้องกันศัตรูพืชต่างๆ

รูปสภาพก่อนการพัฒนานวัตกรรม



หมวดกรรม : แปลงผักลอยฟ้า



ประโยชน์ที่ได้รับจากหมวดกรรม

- 1) สามารถลดต้นทุนการผลิตลง และมีรายได้มากขึ้น เพียงพอ ต่อการดำเนินชีวิต ซึ่งสามารถควบคุม ต้นทุนการผลิตให้ได้กำไร นำไปหมุนเวียนลงทุน และใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของครอบครัวได้อีกด้วย
- 2) คุณภาพของดินดีขึ้น และไม่มีสารปนเปื้อน สามารถใช้ในการปลูกพืชที่เป็นพืชผักสวนครัวที่ไม่มีรากลึก เช่น ผักกาด สลัด ผักคะน้า เป็นต้น
- 3) ด้านสุขภาพ อาการปวดหลัง ปวดเอว ลดลง เมื่อเปรียบเทียบกับ การปลูกผักในแปลงผักแบบเดิม

บทเรียนและข้อค้นพบ

- 1) ข้อเสนอแนะต่อการขยายผลไปยังพื้นที่อื่นจะนำไปปรับใช้อาจจะต้องหาวัสดุที่มีในพื้นที่ของตนเอง เช่น กระเบื้องเก่ามาแทนไม้ สำหรับประโยชน์ที่ได้รับจากหมวดกรรมดังกล่าว
- 2) ข้อค้นพบจากการใช้หมวดกรรมส่งผลให้ลดต้นทุนการผลิตได้อีกด้วย เนื่องจากใช้พื้นที่จำกัดในการปลูก และไม่ต้องผ่านกระบวนการฟื้นฟู ปรับปรุงดิน ก่อนการปลูกอีกด้วย

② โฮมทอเสือก

กลุ่มสานเสือก อำเภอเมือง จังหวัดตาก เพื่อนำไปสู่การพัฒนาโฮมทอเสือก

บริบททั่วไป

กลุ่มทอเสือก บ้านหนองนกปีกกา ตำบลโป่งแดงเป็นผลิตภัณฑ์ กิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ของสมาชิก ในครอบครัวที่อยู่ในชุมชนตำบลโป่งแดง เมื่อจากการทำไร่ ทำนา ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมที่ใช้ทักษะฝีมือในการทอ เพื่อเอาไว้ใช้สอยและฝากญาติพี่น้องที่มาเยี่ยมเยียน มาเป็นสินค้าจากการขอแบ่งซื้อจากเพื่อ จากคนรู้จักในหมู่บ้าน ข้างเคียง เริ่มมีรายได้เสริมเข้ามาในครัวเรือน โดยนางแววตา สุริยะ ประธานกลุ่มมีความคิดที่จะสานต่อเพื่อที่จะไม่ให้ ภูมิปัญญานี้สูญหายไป เนื่องจากเด็กสมัยใหญ่ก็ไม่ค่อยให้ความสนใจ จึงเป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้ มีจัดตั้งกลุ่มและค้นคว้าหา ความรู้เพิ่มขึ้น เนื่องจากกลุ่มเพิ่งจัดตั้ง สมาชิกกลุ่มจึงคุยกันว่าจะทำอย่างไรให้กลุ่มนั้นเกิดความมั่นคงในช่วงแรก จึง คิดที่จะเก็บเงินเพื่อระดมทุนให้กับกลุ่มสมาชิกจำนวน 24 คนคนละ 100 บาท/ปี ดำเนินการมา 10 ปีจัดตั้งกองทุนเพื่อ สร้างสวัสดิการให้กับสมาชิกกลุ่มได้รับการสนับสนุนจาก กศน.อำเภอเมืองตากจัดโครงการฝึกอบรมอาชีพ ระยะสั้นเมื่อมีสมาชิกในชุมชนและได้รับการพัฒนาเพื่อยกระดับให้เป็นกลุ่มวิสาหกิจชุมชน ในชื่อแบรนด์ “นาปีกา” ปัจจุบันมีสมาชิกจำนวน 20 คน

พฤติกรรมจากการทำงานยัง เป็นสิ่งที่พบมากสำหรับคนทอเสื่อ จากอาการปวดหลังเรื้อรัง ปวดต้นคอ ปวดกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ มีอาการเกี่ยวกับเส้นเอ็น ผื่นคัน สายตา ปวดหัว เครียด ผลกระทบเกี่ยวกับทางเดินปัสสาวะ ได้มีการแก้ไข หากอาการไม่หนักมากก็ซื้อยามากินเอง หรือให้หมอนวด อาการหนักถึงขั้น ไปหาหมอ พักงาน เมื่อมีอาการดีขึ้นก็ทำงานต่อ เป็นอาชีพที่ทำมาแต่ดั้งเดิม

การสนับสนุนจากหน่วยงาน

1. องค์การบริหารส่วนตำบลโป่งแดงสนับสนุนงบประมาณจำนวน 50,000 บาท และจักรเย็บจำนวน 1 ตัว
2. ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียน สนับสนุนงบประมาณและวัสดุ อุปกรณ์ในการผลิตเสื่อในการฝึกอบรมทักษะ แปรรูปผลิตภัณฑ์จำนวน 10,000 บาท
3. พมจ.ตาก เข้ามาสนับสนุนเงิน เพื่อปรับภูมิทัศน์ของกลุ่ม 10,000 บาท
4. พัฒนาชุมชนจังหวัด สนับสนุนงบประมาณสนับสนุน จำนวน 40,000 กว่าบาท

สถานการณ์ความเสี่ยง

การนำข้อมูลสถานการณ์ความเสี่ยงที่ได้จากการประมวลผลโดยทีมวิชาการยังเป็นข้อมูลทางสถิติ ควบคู่กับข้อมูลที่ได้จากกระบวนการวิเคราะห์ความเสี่ยงขั้นตอนการทำงาน (Job Safety Analysis) สามารถนำไปใช้ในการวางแผนจัดการความเสี่ยงของแต่ละกลุ่มอาชีพ ซึ่งต้องรวมถึงข้อมูลความรู้ด้านสุขภาพความปลอดภัยในการทำงานของกลุ่มอาชีพเสี่ยงในพื้นที่ด้วยผลการวิเคราะห์ความเสี่ยงเพื่อนำไปจัดการความเสี่ยง ได้ดังนี้

ขั้นตอนการทำงาน ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น	อุปกรณ์ป้องกันความเสี่ยง/ประเด็นที่พบ	
	อุปกรณ์	ประเด็นที่พบ
การตัดต้นกก <u>ความเสี่ยง</u> 1.1 อุบัติเหตุจากมีดและความคมของใบต้นกกบาด/ตัดนิ้วหรือมือ	ถุงมือผ้า	ความคมของใบต้นกกอาจทำให้บาดเจ็บ
การย้อมสีต้นกก <u>ความเสี่ยง</u> การระเหยของกลิ่นจากสีย้อมและควันไฟจากฟืน	ถุงมือผ้า	-กลิ่น และควันของสีที่ย้อม -ความร้อนของไฟและอันตรายจากความร้อน
การทอเสื่อ	ไม่มีอุปกรณ์ป้องกัน	-ปวดเมื่อยขณะเหยียดแขน และบริเวณช่วงหลังถึงเอว -ช่วงขาพับที่ต้องนั่ง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อจัดการหรือป้องกันความเสี่ยงที่เกิดจากขั้นตอนการทำงานเพื่อให้ผู้ทำการผลิตมีความปลอดภัย
2. เพื่อพัฒนาอุปกรณ์ในการทอให้เหมาะสมกับสภาพการทำงาน ลดการปวดเมื่อยแขน หลัง และเอว

แนวความคิดพัฒนานวัตกรรม

การปรับเปลี่ยนวิธีคิดให้ตนเองเพื่อลดความเสี่ยงจากการทำงานของสมาชิกกลุ่มในการริเริ่มออกแบบการทำงานในรูปแบบใหม่ ๆ โดยใช้ข้อมูลที่มีอยู่ทั้งจากการเก็บแบบสอบถามและกระบวนการชวนคุยเพื่อประเมินและวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการทำงานทั้งด้านเศรษฐกิจ สุขภาพและสังคมรวมถึงการเป็นกลุ่ม/เครือข่ายที่ต้องการพลังในการขับเคลื่อนงานทั้งนี้ต้องเริ่มจากการปรับวิธีคิดเพื่อจัดการตนเองให้เกิดความปลอดภัยในรูปแบบใหม่ๆที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงานโครงการได้แก่ การพัฒนานวัตกรรมทางความคิดเพื่อจัดการปัญหาด้านสุขภาพจากการใช้เครื่องมือ/อุปกรณ์ในการทำงานดังตัวอย่าง

วิธีการจัดการความเสี่ยงและพัฒนานวัตกรรม

1. ใส่อุปกรณ์ป้องกันส่วนบุคคล เช่น สวมถุงมือเพื่อป้องกัน และเวลาจับอย่างระมัดระวังเพื่อป้องกันมีบาดแผลและความคมของใบตั้นกบขาดหรือตัดนิ้วมือ
2. สวมใส่เสื้อผ้าอย่างมิดชิด และสวมหมวก ที่มีผ้าปิดใบหน้าหรือใช้เสื้อยืดมาสวมบริเวณส่วนหัวและคลุมถึงใบหน้า เพื่อป้องกันกลิ่น ควัน และกลิ่นของสารเคมี รวมถึงความร้อน
3. ปรับปรุงอุปกรณ์ทอที่เรียกว่าโฮมทอ เพื่อให้มีความเหมาะสมโดยใช้อุปกรณ์ที่ทำได้ง่าย

ผลการพัฒนานวัตกรรม

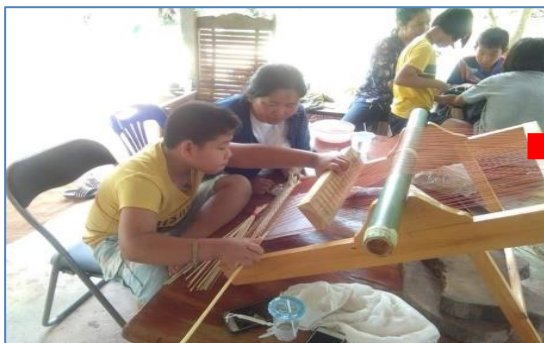
หลังจากที่ได้มีการพัฒนาให้เกิดนวัตกรรมการทำงานทำให้อาการเจ็บปวดที่เรื้อรัง บรรเทาลดลงแต่ยังไม่ได้หายขาดได้ เนื่องจากมีประเด็นความเสี่ยงขึ้นมาใหม่จากการใช้เครื่องขึ้นใหม่ทำให้สะดวกในการทำงานจึงรีบเร่งทำงานส่งผลกระทบต่ออาการเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องจากการทำงานได้แก่โรคกระเพาะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อจากงานซ้ำ เป็นเวลานาน



ลักษณะโฮมทอก่อนการปรับปรุง

การนั่งกับพื้นเป็นเวลานาน และต้องนั่งพับขาเป็นเวลานาน เหยียดแขนลำตัว โกงงอ ทำให้เกิดอาการปวดเมื่อยบริเวณหลัง เอว แขน และขาพับ

ปรับปรุงโฮมทอ ครั้งที่ 1 : ยกระดับโฮมทอขึ้นสูง และใช้เก้าอี้เป็นที่นั่ง แต่ก็พบว่ามีความไม่มั่นคง โฮมทอและเก้าอี้เลื่อนไปมา ส่งผลถึงคุณภาพและปริมาณการผลิตได้น้อย



ปรับปรุงโฮมทอใหม่ครั้งที่ 2 : ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานในพื้นที่และช่างพื้นบ้าน พัฒนา โฮมทอเสื่อขึ้นใหม่โดยใช้วัสดุที่มีอยู่ในท้องถิ่น เช่น ไม้ไผ่ ไม้เนื้อแข็ง ออกแบบให้มีลักษณะคล้าย กัทอผ้าสะดวกและสามารถผลิตงานได้เพิ่มขึ้น



บทเรียนและข้อค้นพบ

1) การปรับเปลี่ยนวิธีคิดให้ตนเองเพื่อลดความเสี่ยงจากการทำงานของสมาชิกกลุ่มในการริเริ่มออกแบบการทำงานในรูปแบบใหม่ๆ สิ่งสำคัญคือข้อมูลทั้งที่ได้จากการเก็บแบบสอบถามและกระบวนการชวนคุยเพื่อประเมินและวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการทำงานทั้งด้านเศรษฐกิจ สุขภาพและสังคมรวมถึงการเป็นกลุ่ม/เครือข่ายนำไปสู่การปรับวิธีคิดเพื่อจัดการตนเองให้เกิดความปลอดภัยในรูปแบบใหม่ๆ ที่

2) ผลจากการใช้นวัตกรรมทำให้สมาชิกมีรายได้จากการขายเสื่อกกมากขึ้น เนื่องจากสามารถผลิตได้มากขึ้น และขายเสื่อกกให้กับกลุ่มประกอบชิ้นงานแปรรูปผลิตภัณฑ์ รวมถึงมีการแบ่งปันความรู้ให้กับผู้ที่สนใจ

3) แม้ว่านวัตกรรมการทำงานทำให้อาการเจ็บปวดที่เรื้อรัง บรรเทาลดลงแต่ยังไม่ได้หายขาดได้ เนื่องจากมีประเด็นความเสี่ยงขึ้นมาใหม่จากการใช้นวัตกรรมทำให้สะดวกในการทำงาน เกิดการเร่งรีบ ไม่พักส่งผลกระทบต่ออาการเจ็บป่วย คือ โรคกระเพาะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อจากงานซ้ำเป็นเวลานาน

③ แทนจับตัวแบบ 360 องศา

กลุ่มอาชีพจักสานจากต้นคลุ้ม ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล

บริบท

กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักสานต้นคลุ้มบ้านวังตง นำ “ต้นคลุ้ม” ที่มีมากมายในพื้นที่นำมาทำจักสานที่มีความสวยงาม แข็งแรง คงทน จนสามารถสร้างงานและรายได้เลี้ยงชีพได้กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักสานต้นคลุ้มบ้านวังตง ต.นาทอน อ.ทุ่งหว้า จ.สตูล ทุกวันหลังเสร็จงานประจำทำสวนกรีดยาง แม่บ้านกลุ่มนี้มีทั้งสาวน้อยใหญ่ รวมไปถึงผู้สูงอายุ จะมารวมตัวกันที่นี่เพื่อช่วยกันจักสานสิ่งของเครื่องใช้ตามความต้องการของลูกค้าที่มีออเดอร์มา ไม่ว่าจะเป็นตะกร้า ฝาชีเล็กใหญ่ หรือแม้กระทั่งกระเป๋า โดยวัตถุดิบที่โดดเด่นของทางกลุ่มคือการนำ “ต้นคลุ้ม” ซึ่งมีขึ้นอยู่มากมายในหมู่บ้านมาแปรรูปเป็นสินค้าดังกล่าว

เอกลักษณ์เฉพาะตัวของเครื่องจักสานต้นคลุ้ม มีความสวยงาม แข็งแรง คงทน ทางกลุ่มได้สืบสานภูมิปัญญากันมาจากรุ่นสู่รุ่น มาวันนี้ที่ล้มลุกคลุกคลานกันมา 9 ปี จนทางกลุ่มมีความเข้มแข็ง แข็งแรง สมาชิกที่มีอยู่ในหมู่บ้านวังตงมีงานและรายได้ เกิดความสามัคคี แบ่งปันงานกันทำ เพื่อให้ผลิตภัณฑ์ที่ขึ้นชื่อของหมู่บ้านออกมาสวยงาม และเสร็จเร็วตามความต้องการของลูกค้า

สำหรับ “ต้นคลุ้ม” เป็นพืชล้มลุกหลายฤดู มีความสูง 3-5 เมตร ไม่มีปล้องหรือแขน ลำต้นมีผิวเรียบ สีเขียว ดอกสีขาวเป็นช่อเชิงลด ขยายพันธุ์ด้วยการแตกหน่อ เจริญเติบโตในพื้นที่ที่มีความร้อนชื้น ระบายน้ำได้ดี หรือตามเนินเขา ลักษณะพิเศษคือ ลำต้นตรง ไม่มีข้อปล้อง สีธรรมชาติที่สดสวย เนื้อสวย มีความเหนียวคงทนสามารถนำมาทำเครื่องจักสานได้ดี โดยเฉพาะนำมาจักสานเป็นตะกร้า กระเป๋า หมวก โคมไฟ กล้องทึชชู ฝาชี จะได้รับความนิยมจากลูกค้า นอกจากนี้ ทางกลุ่มฯ ยังมีบริการหลังการขายหากลูกค้าใช้ไปนานๆ เกิดชำรุดก็สามารถติดต่อส่งมาซ่อมแซมได้ โดยสินค้ามีราคาซื้อขายเริ่มตั้งแต่ 300 บาท ไปจนถึง 3,000 บาท



ด้านกลไกและทรัพยากรสนับสนุน

1. กลไกการทำงานระดับเขต กลไกคณะทำงานระดับเขตคือ กลุ่มบุคคลที่รับผิดชอบโครงการบูรณาการขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาวะแรงงานนอกระบบโดยกลไกกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ (สปสช.) และกลไกสุขภาพภายใต้การดำเนินงานของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ประกอบด้วย ผู้ประสานงาน กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต 12 สงขลา เจ้าหน้าที่กลุ่มงานการควบคุมโรคไม่ติดต่อที่เกิดจากการทำงานของ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 สงขลา ตัวแทนพี่เลี้ยงกองทุน ตัวแทนภาคประชา สังคม และนักวิชาการด้านแรงงานนอกระบบ ทำหน้าที่กำหนดทิศทางและ

ขอบเขตการดำเนินงานโครงการ ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการกำหนดพื้นที่ เป้าหมาย ติดตาม ประเมินผล พัฒนา ศักยภาพของพี่เลี้ยงระดับจังหวัด และอาสาสมัครอาสาสมัคร และให้คำปรึกษาการทำงานอย่างต่อเนื่อง จน สิ้นสุดการดำเนินโครงการ โดยมีโครงสร้างการทำงานในลักษณะแนวนอน

2. กลไกการทำงานระดับจังหวัด คือ คณะทำงานสนับสนุนกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลในระดับจังหวัด ประกอบด้วย นักวิชาการด้านสาธารณสุข ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล ภาคประชาสังคม และหัวหน้ากองสาธารณสุข ของ องค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล 14 คน ทำหน้าที่คัดเลือกพื้นที่ดำเนินการจำนวน 20 ตำบล คัดเลือกอาสาสมัครอาสาสมัคร และเป็นพี่เลี้ยงลงพื้นที่เพื่อพัฒนาศักยภาพคณะกรรมการกองทุนในการจัดทำ แผนสุขภาพ ประเด็นแรงงานนอกระบบ ร่วมวิเคราะห์ บัญชีเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ จัดทำข้อเสนอโครงการ พัฒนาศักยภาพผู้นำและกลุ่มอาชีพ ติดตาม ประเมินผล และให้คำปรึกษาการทำงานอย่างต่อเนื่อง จนสิ้นสุดการดำเนินโครงการ

3. กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล ซึ่งบริหาร จัดการโดย คณะกรรมการบริหารกองทุน หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายจากคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาทอน มีอำนาจหน้าที่ในการพิจารณาอนุมัติแผนงาน หรือโครงการหรือกิจกรรมให้เป็นไปตาม วัตถุประสงค์ ของกองทุน และมีมติพิจารณาอนุมัติแผนงาน แรงงานนอกระบบ กลุ่มกลุ่มก้าวไกลใส่ใจสุขภาพและรับผิดชอบสังคม บ้านวังตง งบประมาณรวม 21,350 บาท

4. แผนการดำเนินงานและงบประมาณ โครงการกลุ่มกลุ่มก้าวไกลใส่ใจสุขภาพและรับผิดชอบสังคม บ้านวังตง ตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล ได้รับการอนุมัติงบประมาณ สนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ตำบลนาทอน เมื่อวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2563 เป็นจำนวนเงินรวม 21,350 บาท

สถานการณ์ความเสี่ยง

จากการวิเคราะห์ว่าปัญหาอาการเจ็บป่วยและความเสี่ยงที่เกิดขึ้น กับสมาชิกผู้ประกอบอาชีพจักสานกลุ่ม เกิด จากกระบวนการและสาเหตุปัจจัยใดและร่วมกันกำหนดรูปแบบการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ จักสานกลุ่ม ซึ่งพบว่า สมาชิกของกลุ่มแม่บ้านจักสานกลุ่ม ส่วนใหญ่ ได้รับผลกระทบโดยตรงจากการจักสาน คือ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อแผ่นหลัง เพราะต้องนั่งสานผลิตภัณฑ์บนพื้นระยะเวลานาน ปวดเมื่อยตาเนื่องจากต้องใช้ สายตาทำงานจักสานเป็นเวลานาน และแสงสว่างไม่เพียงพอ ปวดเมื่อยมือและเท้า ที่ใช้ประทับประคองผลิตภัณฑ์ ขณะขึ้นรูปผลิตภัณฑ์ สำหรับในขั้นตอนของการจัดหวัดฤดูดิบ คือต้นกลุ่ม ก็มีความเสี่ยงต่อสุขภาพเช่นเดียวกัน กล่าวคือ จะต้องเดินเป็นระยะทางค่อนข้างไกล และขึ้นเนิน หากมีฝนตก ถนนลื่น รถที่ใช้เป็นยานพาหนะอาจลื่นล้ม บางครั้งก็โดนตัวต่อ แดน ที่อาศัยอยู่ตามซุ่มพุ่มไม้ ต่อยทำให้บาดเจ็บ สมาชิกบางรายมีอาการแพ้ ทำให้หน้าตาบวม หลายวัน งู ตะขาบ และแมลงป่องก็มีมากถ้าไม่ระวังก็อาจได้รับอันตรายได้ ดังนี้

ความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ	ผลกระทบต่อสุขภาพ	แผนการจัดการความเสี่ยง
1.ด้านการยศาสตร์ ที่เกิดจากท่าทางในการทำงาน เช่น การนั่งเป็นเวลานาน นั่งราบกับพื้น และก้ม ๆ เงย ๆ 2. ด้านอุบัติเหตุ เช่น การลื่นล้มในการจัดหวัดฤดูดิบ มีดบาดนิ้วมือในช่วงที่เลาหรือการทำชี	ปวดหลัง ปวดเอว ปวดแขน ป่าไหล่ และสายตาพร่ามัว	1. จัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน เช่น การใช้โต๊ะ เก้าอี้ เพื่อลดไม่ให้นั่งราบกับพื้น 2. การปรับพฤติกรรม เช่น ทำนั่งในการทำงาน การออกกำลังกาย การหยุดพักยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เช่น การบิดแขน บิดหลัง และบิดเอว เป็นระยะ เพื่อลดการนั่งทำงานในท่าเดียวติดต่อกันเป็นเวลานาน 3. การประดิษฐ์ อุปกรณ์ป้องกันการปวดหลัง ปวดเอว ป่าไหล่ และอุบัติเหตุไม้ทิ่มตำมือและขา

วัตถุประสงค์ในการจัดการความเสี่ยง

1. เพื่อปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานในขั้นตอนที่นำวัตถุดิบมาแปรรูปให้เป็นชิ้นงาน
2. ปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการทำงานโดยการจัดการขยะที่เกิดจากการผ่าและขีดเส้นในบริเวณที่ทำงาน
3. ปรับพฤติกรรมโดยการออกกำลังกายไม่พลอง เพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อให้ผ่อนคลายหลังเลิกงานตอนเย็นทุกวัน

วิธีการจัดการความเสี่ยงและพัฒนานวัตกรรม

การพัฒนานวัตกรรมในการผลิตที่สามารถลดความเสี่ยงด้านสุขภาพของแรงงานนอกระบบ จากการวิเคราะห์ปัญหาร่วมกันระหว่างอาสาสมัครอาสาชื่อนามัยและสมาชิกกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจกสถานต้นคลุ้ม ได้ร่วมกันกำหนดรูปแบบการจัดการความเสี่ยงด้านสุขภาพ ใน 3 ด้าน คือ

1. **ด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคนทำงาน** การปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานในขณะที่ยกไปจัดหาวัตถุดิบในป่าเขาและในขั้นตอนที่นำวัตถุดิบมาแปรรูปให้เป็นชิ้นงาน รวมถึงการขึ้นรูปผลิตภัณฑ์ จนชิ้นงานผลิตภัณฑ์เสร็จสมบูรณ์ดังนี้

1) ในขณะที่ยกไปจัดหาวัตถุดิบต้นคลุ้มสมาชิกทุกคนต้องแต่งกายมิดชิด ใส่ถุงมือให้เรียบร้อย เตรียมอาหาร ยาที่จำเป็นส่วนตัวไปให้พร้อม ใส่เสื้อแขนยาว กางเกงขายาว สวมรองเท้าบูท เพื่อป้องกัน งู หรือสัตว์มีพิษกัดต่อย สมาชิกแม่บ้านบางคนต้องใช้ไสยศาสตร์และความเชื่อทางศาสนาเข้าช่วยก่อนออกจากบ้าน ให้ภาวนาให้พบแต่สิ่งดีดี ปลอดภัยจากอันตรายทั้งปวง การไปหาวัตถุดิบ ห้ามไปคนเดียว ต้องมีเพื่อนไปด้วยอาจเป็นสมาชิกในครอบครัวเพื่อจะได้ดูแลกันในยามประสบอุบัติเหตุ ก่อนจะตัดต้นคลุ้ม ให้ใช้ไม้ทุบหรือตัดต้นคลุ้มก่อนเผื่อมีงูตัวต่อ ตัวแตน จะได้วิ่งหนีทันหรือสัตว์เหล่านั้นจะได้วิ่งหนีไปก่อน ถ้าพบว่ามัวตัวต่อ ตัวแตน ก็ให้ใช้ฟืนหรือกระดาดขูดไฟให้ มีควันไฟ ไปเหยยที่รัง สัตว์เหล่านั้นจะบินหนี ทุกคนต้องเตรียม ไฟแช็ค ไปด้วยทุกครั้ง

2) ในขั้นตอนของการทำเส้นหลังจากผ่าด้านคลุ้มออกแล้วจะต้องใช้มีดผ่าและขีดให้เป็นเส้นเล็กๆ ตามขนาดของชิ้นงานแต่ละประเภทอาจได้รับอันตรายจากมีดบาดรวมถึงเสี่ยงสะเก็ดไม้จากต้นคลุ้มอาจตำมือทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ทางกลุ่มสมาชิกได้คิดวิธีที่จะป้องกันอันตรายที่เกิดขึ้นแบบชาวบ้านๆ โดยนำฝ้ายนึ่งจากกึ่งยี่นึ่งที่ไม่ใช่แล้ว นำมาวางบนหน้าขาของผู้ที่ทำหน้าที่ผ่าและขีดต้นคลุ้มซึ่งวางบนฝ้ายนึ่ง จะได้เส้นจากต้นคลุ้มที่มีขนาดเท่าที่เราต้องการได้ง่ายและสะดวกขึ้น สามารถลดการบาดเจ็บลงได้ และเครื่องมืออีกชิ้นหนึ่งที่สมาชิกกลุ่มนำมาดัดแปลงช่วยในการผ่าและขีดต้นคลุ้มให้ได้ขนาดเท่าๆ กัน โดยการนำช้อนโต๊ะ สแตนเลส นำมาเจาะรูที่ส่วนหน้าของช้อน ให้รูที่เจาะได้ตามขนาดของเส้นคลุ้มที่เราต้องการ แล้วใช้ชิ้นส่วนจากต้นคลุ้มสอดเข้าไปในรูที่เจาะไว้ แล้วดึงออกอีกด้านของช้อน จะได้ชิ้นส่วนของเส้นคลุ้มที่มีขนาดเท่ากันตลอดความยาวของเส้นคลุ้ม

3) ในขั้นตอนของการขึ้นรูปผลิตภัณฑ์ แต่ก่อนสมาชิกกลุ่มที่ทำหน้าที่จักสานผลิตภัณฑ์จะนั่งบนพื้น แล้วนำแบบมาวางใช้ขาทั้ง 2 หนีบตัวแบบเอาไว้ ไม่ให้ขยับ ส่วนมือก็ทำหน้าที่จักสานเส้นคลุ้มให้เป็นรูปร่างตามแบบต้องนั่งก้มเพื่อให้ทำงานได้ถนัด พอสานขึ้นรูปชิ้นงานจะต้องขยับเพื่อหมุนตัวแบบเพื่อสานเส้นคลุ้มด้านถัดไปจนเสร็จชิ้นงาน ซึ่งลักษณะการทำงานดังกล่าว ก่อให้เกิดอันตรายกับคนที่จักสาน จะปวดเมื่อยกล้ามเนื้อแผ่นหลังมือ แขน และขา หลังจากทีสมาชิกผ่านการอบรมจาก อาสาสมัครอาสาชื่อนามัย ก็ได้้นำมาปรึกษาเจ้าหน้าที่ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดสตูล ซึ่งเป็นเครือข่ายที่สนับสนุนการทำงาน และทางศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานได้ออกแบบแท่นจับตัวแบบก่อนขึ้นรูปชิ้นงานซึ่งสามารถจับตัวแบบหมุนได้ 360 องศา ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่จักสานไม่ต้องมานั่งหมุนชิ้นงานขยับไปทีละนิดทีละหน่อยแค่จับแป้นหมุนที่ออกแบบไว้ก็พอ ที่สำคัญผู้ที่ทำหน้าที่จักสานสามารถมานั่งบนเก้าอี้ทำงานได้สะดวก ลดอาการปวดหลัง มือ และขาได้อย่างน่าพอใจ

2. **ปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการทำงาน** จากการที่สมาชิกผู้ประกอบการอาชีพจักสานจากต้นคลุ้มเมื่อนำต้นคลุ้มมาแปรรูปเป็นเล็กๆ ตามความต้องการของผู้ที่ทำหน้าที่จักสานแล้ว ขยะที่เกิดจากการผ่าและขีดเส้นจะเกิดขึ้นจำนวนมาก ทางกลุ่มก็มีข้อตกลงกับสมาชิกทุกคนว่าเพื่อรักษาสิ่งแวดล้อมให้สะอาดไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพจากเศษขยะที่เน่าเหม็น จึงกำหนดให้มีการกำจัดขยะที่ถูกวิธีรวมถึงขยะอื่นๆ ที่เกิดขึ้น

ทั้งที่บ้านตัวเอง และที่สาธารณะ เช่นถนน เป็นต้น ส่วนหาปัญหาที่พบอีกอย่างคือ อาการปวดตาจากการใช้สายตามองเพ่งค้างชิ้นงานเป็นเวลานานๆ ทางกลุ่มก็ปรับพฤติกรรม 2 แนวทาง คือ ปรับสภาพแสงไฟ ให้สว่างเพียงพอ ในระหว่างการทำงานและไม่อยู่กับชิ้นงานเป็นเวลานาน เมื่อรู้สึกเมื่อยล้า ก็ให้ลุกขึ้นเดินไปทำงานอื่นๆ ก่อนแล้วค่อยกลับมาทำใหม่ซึ่งจะช่วยบรรเทาอาการเมื่อยล้าสายตาได้อีกทางหนึ่งด้วย

3. ปรับพฤติกรรมโดยการออกกำลังกายไม้พลอง เพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อให้ผ่อนคลายหลังเลิกงาน ตอนเย็นทุกวันจะมีการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง เน้นการยืดเหยียดกล้ามเนื้อแผ่นหลัง ขา มือ มีผู้นำในการออกกำลังกาย ใช้สถานที่บริเวณลานหน้าบ้าน ของ นางสาวอรุณี เกาะกลาง อย่างน้อยวันละ 30 นาที สร้างความแข็งแรงของร่างกายโดยการส่งเสริมการปลูกผักสวนครัว ผักใบเขียวรอบๆ บ้านและรอบศูนย์ฯ การเรียนรู้เพื่อให้สมาชิกได้รับประทานอาหารที่มีคุณภาพปลอดจากสารพิษ เป็นการเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย ประหยัดและช่วยลดระยะเวลาที่อยู่หน้างานโดยหันมาดูแลแปลงผักเป็นช่วงๆ ของการทำงาน

ผลการพัฒนานวัตกรรม



การจัดสานต้นคลุ้มก่อนการออกแบบแท่นจับชิ้นงาน

- 1) นั่งบนพื้นแล้วนำแบบมาวางใช้ขาทั้ง 2 หนีบตัวแบบเอาไว้ ไม่ให้ขยับ
- 2) มือทำหน้าที่จักสานเส้นคลุ้มให้เป็นรูปร่างตามแบบต่อนั่งก้มเพื่อให้ทำงานได้นัด
- 3) หลังจากสานขึ้นรูปชิ้นงานจะต้องขยับเพื่อหมุนตัวแบบเพื่อสานเส้นคลุ้มด้านถัดไปจนเสร็จ

แท่นจับตัวแบบ 360 องศา ใช้จับตัวแบบก่อนขึ้นรูปชิ้นงานซึ่งสามารถจับตัวแบบ ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่จักสานไม่ต้องมานั่งหมุนชิ้นงานขยับไปที่ละนิดทีละหน่อยแค่จับแป้นหมุนที่ออกแบบไว้ก็พอ ที่สำคัญผู้ที่ทำหน้าที่จักสานสามารถมานั่งบนเก้าอี้ทำงานได้สะดวก ลดอาการปวดหลัง มือ และขาได้



บทเรียนและข้อค้นพบ

1) การสร้างการมีส่วนร่วมในการดำเนินงานกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักษณคลุ่มบ้านวังตงส่งผลให้หลายหน่วยงานทั้งในระดับพื้นที่และนอกพื้นที่ มากกว่า 10 หน่วยงาน เข้ามาเป็นเครือข่ายในการทำงานมาบูรณาการงานร่วมกัน เช่น ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานได้ประดิษฐ์แท่นจับตัวแบบที่หมุนได้นำมาทดลองใช้ซึ่งพบว่าปัญหาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อกระดูกแผ่นหลัง ของผู้ประกอบการอาชีพจักสาน สามารถแก้ปัญหาที่เกิดจากการทำงานได้ หน่วยพิทักษ์ป่ารักษาสีงแวดล้อมจังหวัดนครศรีธรรมราช สนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดหาวัสดุดิบ ที่ใช้ในการจักสานคลุ่มให้กับกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักษณคลุ่มบ้านวังตงจำนวน 50,000 บาท สำนักงานพัฒนาชุมชน เป็นต้น

2) กลไกการดำเนินงานเพื่อสนับสนุนและผลักดันให้เกิดการขับเคลื่อนงานในพื้นที่ พบว่ากลไกระดับจังหวัดมีส่วนสำคัญที่จะสนับสนุนการทำงานด้านการส่งเสริมสุขภาพในแรงงานนอกระบบในพื้นที่ เพราะเป็นบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดกับพี่เลี้ยงกองทุน การติดตามหนุนเสริมของพี่เลี้ยงระดับเขต จะต้องมีความต่อเนื่อง

3) ถึงแม้ว่านวัตกรรมจะช่วยลดอาการด้านการยศาสตร์ลงได้ แต่ควรจัดสถานที่ทำงานบางจุดให้มีแสงสว่างเพียงพอ ผู้ทำงานไม่ต้องเพ่งสายตามากเกินไปหรือย้ายทำงานออกมาทำในที่แสงสว่างเข้าถึง เพื่อเป็นการถนอมสายตาให้กับสมาชิกกลุ่ม

4 3 นาที 4 ท่า แก้ปัญหาปวดเมื่อย

กลุ่มอาชีพสวนยางพารา ตำบลแคว อำเภोजะนะ จังหวัดสงขลา

บริบท

จากผลการสำรวจแรงงานนอกระบบ ปี 2562 ของสำนักงานสถิติจังหวัดสงขลา พบว่าในจำนวนผู้มีงานทำทั้งสิ้น 847,776 คน เป็นแรงงานนอกระบบ 439,190 คน หรือร้อยละ 51.8 โดยแรงงานนอกระบบเหล่านี้ อยู่ในภาคการเกษตรและประมงมากที่สุด จำนวน 203,157 คน หรือร้อยละ 46.25 และมีการศึกษาไม่สูงมากนัก

ตำบลแคว ตั้งอยู่ในเขตอำเภोजะนะ จังหวัดสงขลา สภาพสังคมมีลักษณะเป็นชุมชนชนบท มีเนื้อที่ทั้งหมดจำนวน 40.12 ตารางกิโลเมตร หรือ 25,075 ไร่ ภูมิประเทศเป็นที่ราบสลับเนินเขา มีแม่น้ำลำธารหลายสาย ด้านทิศตะวันออกเป็นที่ราบลุ่ม ด้านทิศตะวันตกเป็นเนินเขาเตี้ย ๆ มีลำคลองไหลผ่านและมีป่าไม้เบญจพรรณ ด้านภูมิอากาศจะมี 2 ฤดู คือ ฤดูร้อน และ ฤดูฝน มีจำนวนประชากร 4,406 คน เป็นชาย 2,188 คน หญิง 2,218 คน มีจำนวนครัวเรือน 1,241 ครัวเรือน มีจำนวนแรงงานนอกระบบในพื้นที่ตำบลแคว 827 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 66.63 ของครัวเรือนทั้งหมด (ศูนย์แรงงานประจำอำเภोजะนะ, 2563)

ปัจจุบันแรงงานนอกระบบในพื้นที่ตำบลแคว ประสบปัญหาหลายประการ ได้แก่ สภาพแวดล้อมในการประกอบอาชีพที่ไม่เหมาะสม การไม่ได้รับสวัสดิการและการคุ้มครองแรงงาน ขาดการเข้าถึงบริการด้านสาธารณสุขของรัฐ ขาดข้อมูลด้านข่าวสารสุขภาพอย่างเพียงพอ และประสบปัญหาสุขภาพจากการประกอบอาชีพที่ไม่ปลอดภัย เนื่องจากขาดความรู้ ความเข้าใจด้านอาชีพอนามัยและความปลอดภัยในการประกอบอาชีพ รวมทั้งมีความเสี่ยงจากสภาพแวดล้อมการประกอบอาชีพที่ไม่ปลอดภัย จึงทำให้แรงงานนอกระบบส่วนใหญ่ ต้องเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพ และความเสี่ยงจากอุบัติเหตุในการทำงาน ความรู้จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับแรงงานนอกระบบเป็นอย่างมาก หากแรงงานนอกระบบได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ โดยช่องทางและวิธีการสื่อสารที่เหมาะสม จะก่อให้เกิดประโยชน์อย่างมากต่อการเรียนรู้ของแรงงานนอกระบบเพื่อนำไปสู่การลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ



สถานการณ์ความเสี่ยง

ความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ	พบผลกระทบต่อสุขภาพ	แผนการจัดการความเสี่ยง
ด้านการยศาสตร์ เนื่องจากการกรีดยาง หน้าต่ำทำให้มีการลุก นั่ง ก้มตลอดเวลา และ การหิ้ว น้ำยาง ที่มี น้ำหนักมาก	อาการปวดเมื่อยตาม ร่างกาย ปวดเอว ปวด หลัง ข้อเข่า ผู้นำและ อาสาสมัครได้วิธีการ ทำงานเพื่อแก้ปัญหา	1. การปรับกระบวนการในการทำงาน โดยใช้อุปกรณ์เสริม เช่น ถังน้ำ แก้ว ช่วยในกระบวนการทำงาน ทั้งในการกรีดยางที่มี หน้าต่ำ และการหิ้ว น้ำยาง ให้มีการวางถังน้ำยางในระหว่าง แถว และการใช้เก้าอี้รองนั่งในกรณียางหน้าต่ำ หากเป็นที่ลาด ชัน ใช้วิธีการขุดหลุมเพื่อให้เก้าอี้วางได้ กันไม่ให้ลื่นไหล หรือ การกรีดที่ใช้ทักษะการถอยหลัง จัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน เช่น การใช้โต๊ะ แก้ว เพื่อลดไม่ให้นั่งราบกับพื้น 2. การปรับพฤติกรรม เช่น ทำนั้งในการทำงาน จัดอบรมให้ ความรู้กลุ่มในการจัดทำนึ่งอย่างถูกวิธี การออกกำลังกาย การ หยุดพักยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เช่น การบิดแขน บิดหลัง และ บิดเอว เป็นระยะ เพื่อลดการนั่งทำงานในท่าเดียวติดต่อกัน เป็นเวลานาน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความตระหนักรู้ผลกระทบต่อสุขภาพ และการปรับท่าทางการทำงานให้เหมาะสม
2. เพื่ออบรมให้ความรู้ในการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี

วิธีการจัดการความเสี่ยงและพัฒนานวัตกรรม

1. พัฒนาศักยภาพอาสาสมัครอาชีวอนามัยชุมชน (อสมช.) ให้มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับอาชีวอนามัยเชิงรุกและ
การจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
2. การฝึกปฏิบัติการวิเคราะห์อาการเจ็บป่วยและความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ วิเคราะห์ปัจจัย
ที่เป็นสาเหตุของอาการเจ็บป่วยและความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ สังเคราะห์ข้อมูลเพื่อกำหนด
วิธีการในการจัดการความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ และการกำหนดข้อตกลง มาตรการ
ในการส่งเสริมสุขภาพและลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
3. ออกแบบกิจกรรมการจัดการความเสี่ยงโดยนำความรู้และทักษะที่ได้รับนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
เพื่อจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
4. การทดลองใช้และประเมินผลการดำเนินงาน

ผลการพัฒนานวัตกรรม

ได้ทำทางในการออกกำลังกายโดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ “3 นาที 4 ท่า แก้ปัญหาปวดเมื่อย”

เพื่อผ่อนคลายและเสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ แบ่งท่าทางออกเป็นชุดย่อย จำนวน 4 ชุด
เพื่อให้จดจำได้ง่ายและเป็นการบริหารร่างกายเฉพาะส่วน สามารถทำได้ง่าย และใช้เวลาเพียง 3 นาที
สามารถแก้ปัญหาปวดเมื่อย ผ่อนคลายและเสริมความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อได้เป็นอย่างดี



ท่าทางในการออกกำลังกาย“3 นาที 4 ท่า แก้ปัญหาปวดเมื่อย”

บทเรียนและข้อค้นพบ

1) การมีส่วนร่วมของผู้นำในพื้นที่ อาทิ ผู้ใหญ่บ้าน ปราชญ์ชาวบ้าน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลฯ ทำให้โครงการได้ดำเนินการอย่างต่อเนื่องและเต็มเต็มประเด็นที่ยังขาดหายไปสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เช่น การพัฒนาท่าทางสำหรับการยืดเหยียดเพื่อลดความเสี่ยงด้านกายภาพ(ความปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ) หรือ การให้ความรู้ด้านอาชีวอนามัยซึ่งได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานสร้างเสริมสุขภาพ รวมถึงการให้บริการสถานที่ การประชาสัมพันธ์โครงการซึ่งได้รับความร่วมมือจากผู้นำชุมชน.

2) การให้ความสำคัญกับโครงการส่งผลต่อการขยายผลต่อในอาชีพอื่น ๆ และขยายผลในเชิงรูปธรรมทั้งนี้อาสาสมัครอาชีวอนามัย (อส.อช.) ซึ่งมีบทบาทการทำงานเชิงรุกที่สามารถขยายผลการป้องกันและลดความเสี่ยงจากการทำงานไปยังอาชีพเกษตรกรรมอื่น ๆ รวมถึงแรงงานนอกระบบอาชีพอื่น ๆ ในพื้นที่ใกล้เคียง ผลการดำเนินการดังกล่าวทำให้โครงการมีแนวคิดจัดตั้งศูนย์การเรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ เพื่อเป็นสถานที่หรือเป็นแหล่งข้อมูล/แหล่งให้ความรู้ในเรื่องดังกล่าว

๕ กายบริหารยืดเหยียดกล้ามเนื้อ

กลุ่มอาชีพสวนผักตบชวา ตำบลบางซุด อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท

บริบท

การจักสานผักตบชวา ตำบลบางซุด ที่บ้านบางกระบวย หมู่ที่ 7 เดิมในหมู่บ้านมีกลุ่มจักสานผักตบชวา โดยมีคุณป้ากระเถตุ ยัมสีเป็นประธาน ได้หยุดไป เพราะไม่มีที่ขาย เมื่อประมาณปี 2543 นางรพีพรรณ ธัญญเจริญ ได้กลับจากต่างจังหวัด ก่อนหน้ารับจ้างก่อสร้าง รับจ้างทั่วไป มีคนมาชวนให้ไปดูเขาจักสานผักตบชวาที่ตำบลโพงาม ตัวเองชอบงานประดิษฐ์อยู่แล้วจึงได้ไปลองเรียนจักสาน พอเริ่มเป็นที่ได้มีการแบ่งงาน รับงานกลับมาทำที่บ้าน จึงหันเหตัวเองทิ้งอาชีพแบกหาม มาจักสาน กลุ่มจักสานผักตบชวาที่ตำบลโพงาม เป็นเครือข่ายของพี่จรรยาพร เกิดเสม อำเภอสรรพยา มีการสั่งผลิต รับงานจากพี่จรรยาพร แล้วทางกลุ่มก็ไปส่งที่อำเภอสรรพยา ทำกับกลุ่มโพงามมา 10 กว่าปีหัวกลุ่มที่ตำบลโพงามต้องไปอยู่ต่างจังหวัดทำให้ไม่สามารถไปส่งของที่อำเภอสรรพยาได้ เราไม่สามารถไปส่งเองได้ เราไม่มีรถไปส่งทำให้ของที่ผลิตไว้เหลืออยู่ที่บ้าน

ประมาณปี 2556 ญาติมาชักชวนให้นำกระเป๋ไปวางขายเสาร์-อาทิตย์ที่วัดหลวงพ่อกวย วัดโฆษิตาราม ขายดีมากผลิตแทบไม่ทัน ขายอยู่ประมาณ 1 ปีกว่า มีคนที่ผลิตเหมือนกันมาฝากขายบ้าง ทำให้เริ่มมีเครือข่ายที่มารับซื้อประจำ ครูที่อยู่อำเภอสรรพยา แนะนำให้กลับไปทำที่บ้านไม่ต้องมานั่งขายที่วัดโดยครูจะมารับของทุกสัปดาห์

พอเริ่มมีความต้องการสินค้าจำนวนมากๆก็ผลิตให้ไม่ทัน จึงให้คนหมู่บ้านรับส่วนประกอบไปใช้ช่วย เช่น หู ถักเปีย ผักตบชวาแห้ง ส่วนคนที่สนใจพอมีฝีมือในการถักก็จะส่งงานให้ไปทำ

ปี 2560 ผู้ใหญ่บุญยืน พุ่มมูล ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 7 ได้ขอโครงการให้คนที่ประกอบอาชีพเกษตรมีอาชีพเสริม โดยพี่ลมูล จันทรวงศ์ เกษตรอำเภอสรรคบุรี กลุ่มได้รับงบประมาณจากเกษตร 75,000 บาท เพื่อตั้งกลุ่มแม่บ้าน เกษตรกรจักสานผักตบชวา บ้านบางกระบวยหมู่ที่ 1 ตำบลบางซุด เริ่มแรกมีสมาชิกกลุ่ม 20 คน และจดทะเบียน วิชากิจชุมชนจักสานผักตบชวาบ้านบางกระบวย มีการกระจายรายได้ให้กับคนในชุมชน และเครือข่าย มีทั้งเครือข่าย ใหม่ ทางหมู่ที่ 12 ตำบลบางซุด เครือข่ายเดิมตำบลโพงามที่เคยรู้จัก มีการแบ่งงานไปทำที่บ้าน มีการจัดบัญชีรับจ่าย โดยสมาชิกคนไหนทำงานก็จะได้อะไร ไม่มีปันผล แต่มีรางวัลพิเศษให้ ถ้าเพื่อนสมาชิกเสียชีวิตมีการจัดพวงหรีด เคารพศพ ปัจจุบันมีการส่งสินค้าจากหลายทางทั้งทางอำเภอสรรคบุรี ทางจังหวัดชัยนาท และบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี เพื่อไปปรับต่อไปขายหรือไปตกแต่งเพิ่มเติม คนในชุมชนบ้านบางกระบวยมีอาชีพเสริมยามว่าง จากการทำงานเกษตรหรือบางคนเป็นอาชีพหลักเลี้ยงครอบครัว อย่างเช่นพี่จันทร์ รพีพรรณ พอมีเวลาว่างก็ไปทำพอมีพอใช้ สร้างบ้านหลังขนาดพออาศัยเป็นรางวัลแห่งความภาคภูมิใจที่สู้ไม่ถอย พร้อมส่งต่อความรู้ฝีมือแก่ชาวบ้าน ที่สนใจเรียนรู้ต่อไป

สถานการณ์ความเสี่ยง

นำผลการสำรวจข้อมูลจาก Application ในส่วนของผลการสำรวจความผิดปกติทางร่างกาย จากการทำงาน (Body mapping) ของแรงงานกลุ่มจักสานผักตบชวา พบว่า กลุ่มแรงงานนอกระบบที่เป็นผู้ให้ข้อมูล ส่วนใหญ่มีความผิดปกติทางร่างกายจากการทำงาน 5 อันดับแรก ได้แก่ ปวดมือ/ข้อมือ 29 คน รองลงมา ปวดบ่า หรือ ไหล่ 27 คน และปวดหลังส่วนบน 23 คน รวมถึงปวดหลังส่วนล่าง 20 คนและ ปวดเข่า 14 คน

และเมื่อพิจารณาพฤติกรรมกรรมการจัดการตนเองของกลุ่มเป้าหมาย เมื่อมีอาการผิดปกติ พบว่า แรงงาน นอกระบบนิยมการพักหรือเว้นระยะการทำงานในแต่ละช่วงในแต่ละวัน จำนวน 19 คน ซึ่งใช้เวลาพักประมาณ 30-40 นาทีต่อครั้ง โดยช่วงพักนิยมนอนพักผ่อน การเดินหรือออกกำลังกายเพื่อยืดเหยียด กล้ามเนื้อ ผ่อนคลาย ความเมื่อยล้า มีบางส่วนที่นิยมซื้อยารับประทานเอง จำนวน 9 คน และส่วนน้อยใช้วิธีไปพบแพทย์ จำนวน 2 คน ดังภาพ

วัตถุประสงค์ และเป้าหมายการพัฒนาโครงการ

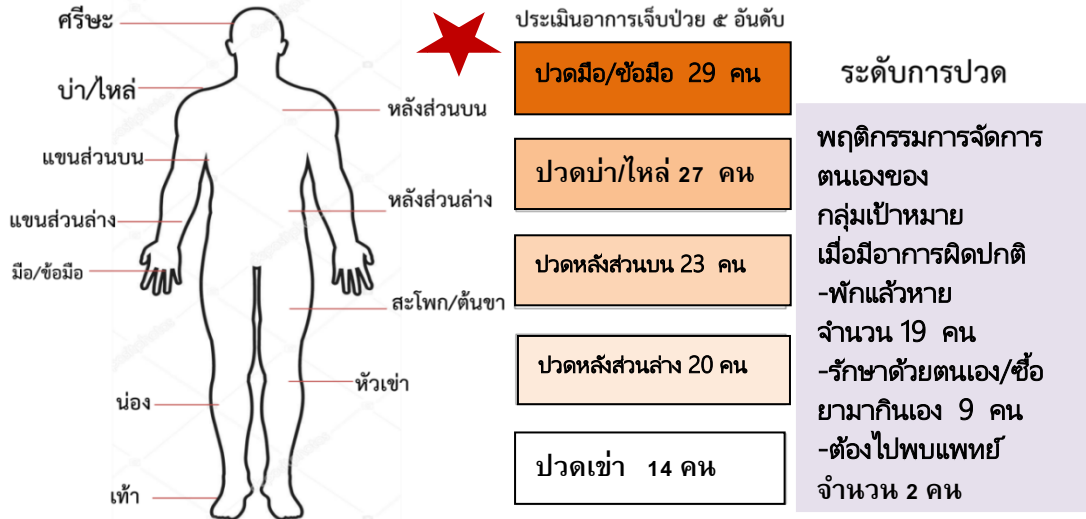
- 1) เพื่อสร้างกระบวนการมีส่วนร่วมในการประเมินความเสี่ยงจากการทำงานให้กับกลุ่มอาชีพ
- 2) เพื่อพัฒนารูปแบบ/แนวทางการป้องกันหรือลดความเสี่ยงจากการทำงานให้กับกลุ่มอาชีพ

วิธีการพัฒนางานโครงการ

- 1) การพัฒนาอาสาสมัครอาชีพชุมชน (อสอช.) ไม่น้อยกว่า 3 คน
- 2) การประเมินความเสี่ยงจากการทำงานในกลุ่มเป้าหมาย ตามแบบประเมินความเสี่ยงและความรอบรู้ ของแรงงานนอกระบบ
- 3) การวิเคราะห์ความเสี่ยงจากการทำงานของกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเป็นข้อมูลในการเสนอโครงการจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่
- 4) การออกแบบสื่อการบริหารร่างกายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจากการทำงาน
- 5) การสนับสนุนกลุ่มอาชีพในการใช้สื่อในการออกกำลังกายอย่างถูกวิธีเพื่อลดอาการปวดเมื่อยร่างกาย จากท่าทางการทำงานที่ไม่ถูกต้องเป็นเวลานานๆ



ความผิดปกติทางร่างกายจากการทำงาน



ผลการพัฒนาพฤติกรรม

จากผลการรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลความเสี่ยง คณะทำงานและแกนนำ อสอช. ได้นำข้อมูลสะท้อนคืนให้แก่ ผู้แทนกลุ่มอาชีพ กลไกที่เลี้ยง ผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง พบว่ามีความเสี่ยงที่สำคัญ 2 เรื่อง คือ 1) ทำงานในที่ที่มีฝุ่นละออง 29 คน 2) ทำท่าทางการทำงานที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ จำนวน 17 คน โดยมีผลการดำเนินงานดังนี้

- 1) ได้ข้อเสนอโครงการเสนอต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่นเพื่อป้องกัน และลดความเสี่ยงจากการทำงาน งบประมาณ 10,600 บาท ปีงบประมาณ 2564 โดยมีกิจกรรมภายใต้โครงการประกอบด้วย
 - การอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน
 - การสำรวจและประเมินความเสี่ยง รวมถึงปรับสภาพแวดล้อมในการทำงาน
 - การติดตามประเมินผลและจัดทำรายงานผลการดำเนินงาน
- 2) ได้สื่อการบริหารร่างกายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจากการทำงาน ที่มีการออกแบบโดยกลไกที่เลี้ยง

การบริหารบรรเทาปวดเข่า สะโพกเข่าเสื่อม



ท่าที่ 1
นั่งชิดเก้าอี้ เหยียดเข่าตรงกระดูกปลายหัวเข่าขึ้น
เกร็งค้างไว้วัน 1-10 ทำสลับกันทั้งสองข้าง ซ้ำ
ละ 20 ครั้ง



ท่าที่ 2 นั่งชิดเก้าอี้แล้วไขว้ขา
โดยขาบนกดขาล่าง และขาล่าง
ยกขึ้นด้านขาบน เกร็งค้างไว้วัน
1-10 ทำสลับกันทั้งสองข้าง
ซ้ำละ 20 ครั้ง

การบริหารบรรเทาปวดคอ บ่า ไหล่ และข้อไหล่ติด



ท่าที่ 1
นั่งชิดเก้าอี้ มือข้างหนึ่งจับข้างเก้าอี้ วางมือขวาที่
บริเวณหูซ้ายแล้วค่อยๆเอียงคอไปทางขวาจน
รู้สึกกล้ามเนื้อคอตึง หลังตั้งตรงและผ่อนคลาย
ไหล่ไม่เกร็ง ค้างไว้วัน 1-10 ทำสลับกันทั้งสอง
ข้าง ซ้ำละ 3-5 ครั้ง



ท่าที่ 2
นั่งชิดเก้าอี้ ใช้มือทั้งสองข้างประสานไว้
ที่ท้ายทอย แล้วก้มศีรษะให้คางชิดอก
มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ จนรู้สึกตึง
กล้ามเนื้อคอ ค้างไว้วัน 1-10 แล้ว
กลับมาคอดึงตรง ให้ทำท่านี้ 3-5 ครั้ง

ท่าที่ 3
นั่งชิดเก้าอี้ ยกแขนงอศอกไว้หลังศีรษะ
ใช้มืออีกข้างดึงข้อศอกไปด้านหลังศีรษะ
จนรู้สึกตึงแขน ค้างไว้วัน 1-10 แล้ว
ทำสลับข้างกัน ให้ทำท่านี้ 3-5 ครั้ง



2. ทำนองร่ายกนกเพี้ยียดดา

-

1. เริ่มจากท่อนแรก
2. กรองหน้าห้องของท่อนซ้ายเหลือแค่ครึ่งใบ
ไปทาง ซ้าย โดยให้สาคั่วและทา
หน้ากับพื้น โปกกับพวยจากด้านซ้าย
มาดับ 1 ถึง 10
3. กลับมาอยู่ในท่าเดิมโดยสลับเป็น
การยกและ เหยียดขวา
4. สลับซ้ายและขวามาเป็น 1 รอบ
ทำซ้ำ 10 รอบ



ยึดเหนี่ยวจากงานเนื้อแท้

1. นอนราบกับพื้น นึกสองข้างวางใจถือของเข้าข้างใดข้างหนึ่งให้มีผลต่อบนทางเป็นมุมฉาก เกร็งหน้าท้อง ยกขาขึ้นชิดอก หลังแนบพื้นไว้ตลอด เพื่อฝึกเกร็งกล้ามเนื้อ สร้างวิวัฒนาการ ถึง 5 กับเวลานอนราบไว้สัปดาห์ละ 3 ครั้ง
2. ทำซ้ำสัปดาห์ละ 3 ครั้ง
3. ทำซ้ำสัปดาห์ละ 5 ครั้ง

[illegible]

หมายเหตุ ทำได้สามารถทำต่อเนื่องโดยเริ่ม
จากตัวหน้า 1 ครั้ง ต่=แถวซ้าย 1 ครั้ง และ
ต=แถวขวา 1 ครั้ง ให้นับ 1 รอบ และให้ทำซ้ำ
10 รอบ

พลเอกสุรสีห์เป็นประธาน เมื่อสองสัปดาห์ก่อนขึ้นฝั่งและลงเรือที่
หน้าผาก เขาพบว่ารอบกับพื้นทะเลอยู่ใกล้ผาจนถึงจากกับตัว
คำตัวทะเลเขาขึ้นอยู่ตรง ๆ หากกำลังลงทะเลเขาขึ้นอยู่ตรง ๆ โดยที่
ปลายเท้าอยู่สูงกว่าระดับพื้น ประเด็นนี้ไม่ปรารถนาคิด
เมื่อปลายเท้าถึงได้รู้ว่าเป็นความกลัวในใจที่พยายามรักษา
ระดับของบางกะปิที่เขาทำขึ้นอยู่ตรง ๆ โดยที่ระดับที่รู้ได้
โดยเหตุจากกะปิที่ลงเขาอยู่สูงกว่าพื้น เขาบันทึกความกลัวที่พื้น
นั้นที่ วันที่ ๖ มีนาคมกับ ๖ เมษายน

ผู้ช่วย คกรทที่ได้นามอย่างน้อย 20 ปีมาที่ คมธมตั้งแต่ปี 20
ค.ม.ค.นี้ไป

ผู้ช่วย คกรทที่ได้นามอย่างน้อย 18 ปีมาที่ คมธมตั้งแต่ปี 18
ค.ม.ค.นี้ไป



นักกัปเดลิออนชุมชนและสังคมบางชุด(CSD)
โดยกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักสานผักตบชวา
บ้านบางกระบวย



ทำที่ 1 ทำวงเล็บ
ยื่นเท้าชิด ใช้มือจับฝ่าไว้ มือที่อยู่ด้านเบตึงฝ่า
ขึ้นให้มากที่สุด ฝ่าถึงนิ้วหัว + 10 ทำสลับกันทั้ง
สองข้าง



บทเรียน/ข้อค้นพบและข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปพัฒนาหรือขยาย/ปรับใช้ต่อเนื่อง

- 1) มีคณะทำงานระดับพื้นที่ มีพี่เลี้ยงที่ปรึกษาในพื้นที่การขับเคลื่อนดำเนินกิจกรรม โดยใช้ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ในการวางแผนงาน/กิจกรรมในการจัดการความเสี่ยงได้อย่างชัดเจน
- 2) มีข้อตกลงการดำเนินกิจกรรมร่วมกันเพื่อเสริมพลังในทีมคณะทำงาน และกลุ่มเป้าหมาย ให้มีสุขภาพที่ดีในชุมชนในระยะยาว

นวัตกรรมเพื่อลดความเสี่ยงด้านอุบัติเหตุจากการ

วัตถุประสงค์ ของนวัตกรรมกลุ่มนี้ เพื่อลดความเสี่ยง ดังนี้

1. เพื่อปรับปรุงสภาพการทำงาน สถานที่ทำงาน สิ่งแวดล้อมแวดล้อมให้มีความปลอดภัยและลดความเสี่ยงจากการเกิดอุบัติเหตุได้
2. เพื่อพัฒนาเครื่องมือ อุปกรณ์ ที่ช่วยลดความเสี่ยงจากการเกิดอุบัติเหตุขณะทำงาน

① วัสดุเหลือใช้ที่เป็นประโยชน์ (เศษยีนส์) ② ช้อนป้องกันมือบาดเจ็บ

กลุ่มอาชีพจักสานจากต้นกล้วย ตำบลนาทอน จังหวัดสตูล

บริบท

กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักสานต้นกล้วยบ้านวังตง นำ “ต้นกล้วย” ที่มีมากมายในพื้นที่นำมาทำจักสานที่มีความสวยงาม แข็งแรง คงทน จนสามารถสร้างงานและรายได้เลี้ยงชีพได้กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจักสานต้นกล้วยบ้านวังตง ต.นาทอน อ.ทุ่งหว้า จ.สตูล ทุกวันหลังเสร็จงานประจำทำสวนกรีดยาง แม่บ้านกลุ่มนี้มีทั้งสาวน้อยใหญ่ รวมไปถึงผู้สูงอายุ จะมารวมตัวกันที่นี้เพื่อช่วยกันจักสานสิ่งของเครื่องใช้ตามความต้องการของลูกค้าที่มีมือเดือรมา ไม่ว่าจะเป็นตะกร้า ฝาชีเล็กใหญ่ หรือแม้กระทั่งกระเป๋า โดยวัตถุดิบที่โดดเด่นของทางกลุ่มคือการนำ “ต้นกล้วย” ซึ่งมีขึ้นอย่างมากมายในหมู่บ้านมาแปรรูปเป็นสินค้าดังกล่าว



เอกลักษณ์เฉพาะตัวของเครื่องจักสานต้นกล้วย มีความสวยงาม แข็งแรง คงทน ทางกลุ่มได้สืบสานภูมิปัญญากันมาจากรุ่นสู่รุ่น มาวันนี้ที่ล้มลุกคลุกคลานกันมา 9 ปี จนทางกลุ่มมีความเข้มแข็ง แข็งแรง สมาชิกที่มีอยู่ในหมู่บ้านวังตงมีงานและรายได้เกิดความสามัคคี แบ่งปันงานกันทำ เพื่อให้ผลิตภัณฑ์ที่ขึ้นชื่อของหมู่บ้านออกมาสวยงาม และเสร็จเร็วตามความต้องการของลูกค้า

สำหรับ “ต้นกล้วย” เป็นพืชล้มลุกหลายฤดู มีความสูง 3-5 เมตร ไม่มีปล้องหรือแขน ลำต้นมีผิวเรียบ สีเขียว ดอกสีขาวเป็นช่อ ขยายพันธุ์ด้วยการแตกหน่อ เจริญเติบโตในพื้นที่ที่มีความร้อนชื้น ระบายน้ำได้ดี หรือตามเนินเขา ลักษณะพิเศษคือ ลำต้นตรง ไม่มีข้อปล้อง สีธรรมชาติ ที่สดสวย เนื้อสวย มีความเหนียวคงทนสามารถนำมาทำเครื่องจักสานได้ดี โดยเฉพาะนำมาจักสานเป็นตะกร้า กระเป๋า หมวก



โคมไฟ กล้องทีวี ตู้ปลา จะได้รับความนิยมจากลูกค้า นอกจากนี้ ทางกลุ่มฯ ยังมีบริการหลังการขายหากลูกค้าใช้ไปนานๆ เกิดชำรุดก็สามารถติดต่อส่งมาซ่อมแซมได้ โดยสินค้ามีราคาซื้อขายเริ่มตั้งแต่ 300 บาท ไปจนถึง 3,000 บาท

ด้านกลไกและทรัพยากรสนับสนุน

1. กลไกการทำงานระดับเขต กลไกคณะทำงานระดับเขตคือ กลุ่มบุคคลที่รับผิดชอบโครงการบูรณาการขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพแรงงานนอกระบบโดยกลไกกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ (สปสช.) และกลไกสุขภาพภายใต้การดำเนินงานของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ประกอบด้วย ผู้ประสานงาน กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต 12 สงขลา เจ้าหน้าที่กลุ่มงานการควบคุมโรคไม่ติดต่อที่เกิดจากการทำงานของ สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 12 จังหวัดสงขลา ตัวแทนพี่เลี้ยงกองทุน ตัวแทนภาคประชา สังคม และนักวิชาการด้านแรงงานนอกระบบ ทำหน้าที่กำหนดทิศทางและขอบเขตการดำเนินงานโครงการ ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการกำหนดพื้นที่ เป้าหมาย ติดตาม ประเมินผล พัฒนาศักยภาพของพี่เลี้ยงระดับจังหวัด และอาสาสมัครอาชีวอนามัย และให้คำปรึกษาการทำงานอย่างต่อเนื่องจนสิ้นสุดการดำเนินโครงการ โดยมีโครงสร้างการทำงานในลักษณะแนวนอน

2. กลไกการทำงานระดับจังหวัด กลไกการทำงานระดับจังหวัดคือ คณะทำงานสนับสนุนกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลในระดับจังหวัด นักวิชาการด้านสาธารณสุข ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาลภาคประชาสังคม และหัวหน้ากองสาธารณสุข ของ องค์การบริหารส่วนตำบล/เทศบาล 14 คน ทำหน้าที่คัดเลือกพื้นที่ดำเนินการจำนวน 20 ตำบล คัดเลือก อาสาสมัครอาชีวอนามัย เป็นพี่เลี้ยงให้กับ อาสาสมัครอาชีวอนามัยลงพื้นที่เพื่อพัฒนาศักยภาพคณะกรรมการกองทุนในการจัดทำแผนสุขภาพ ประเด็นแรงงานนอกระบบ ร่วมวิเคราะห์ ปัจจัยเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ วิเคราะห์ข้อเสนอโครงการ พัฒนาศักยภาพ ผู้รับผิดชอบโครงการ ติดตาม ประเมินผล และให้คำปรึกษาการทำงานอย่างต่อเนื่องจนสิ้นสุดการดำเนินโครงการ

3. กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล ซึ่งบริหาร จัดการโดยคณะกรรมการบริหารกองทุน ประกอบด้วย นายกองค์การบริหารส่วน ตำบลนาทอน ผู้ทรงคุณวุฒิในพื้นที่ สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบลนาทอน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพบ้านวังตอง อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้แทนหมู่บ้านหรือชุมชน ผู้แทนศูนย์ประสานงานหลักประกันสุขภาพ หรือปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาทอน และเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบงานสาธารณสุข ขององค์การบริหารส่วนตำบลนาทอน หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย คณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาทอน มีอำนาจหน้าที่ ในการพิจารณาอนุมัติแผนงาน หรือโครงการหรือกิจกรรมให้เป็นไปตาม วัตถุประสงค์ของกองทุน โดยคณะกรรมการบริหารมีมติพิจารณาอนุมัติแผนงานแรงงานนอกระบบ และได้พิจารณาอนุมัติโครงการกลุ่มกลุ่มก้าวไกลใส่ใจสุขภาพและรับผิดชอบสังคมบ้านวังตองงบประมาณรวม 21,350 บาท

4. แผนการดำเนินงานและงบประมาณ โครงการกลุ่มกลุ่มก้าวไกลใส่ใจสุขภาพและรับผิดชอบต่อสังคม บ้านวังตอง ตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล ได้รับการอนุมัติงบประมาณ สนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาทอน เมื่อวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2563 เป็นจำนวนเงินรวม 21,350 บาท

สถานการณ์ความเสี่ยง

จากการวิเคราะห์ว่าปัญหาอาการเจ็บป่วยและความเสี่ยงที่เกิดขึ้น กับสมาชิกผู้ประกอบการอาชีพจักสานกลุ่ม เกิดจากกระบวนการและสาเหตุปัจจัยใดและร่วมกันกำหนดรูปแบบการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพจักสานกลุ่ม ซึ่งพบว่า สมาชิกของกลุ่มแม่บ้านจักสานกลุ่ม ส่วนใหญ่ ได้รับผลกระทบโดยตรงจากการจักสานคือ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อแผ่นหลัง เพราะต้องนั่งสานผลิตภัณฑ์บนพื้นกระเบื้องนาน ปวดเมื่อยตาเนื่องจากต้องใช้สายตาทำงานจักสานเป็นเวลานาน และแสงสว่างไม่เพียงพอ ปวดเมื่อยมือและเท้า ที่ใช้ประทับประคองผลิตภัณฑ์ขณะขึ้นรูปผลิตภัณฑ์ สำหรับในขั้นตอนของการจัดหาวัตถุดิบ คือต้นกล้วย ก็มีความเสี่ยงต่อสุขภาพเช่นเดียวกัน กล่าวคือ จะต้องเดินเป็นระยะทางค่อนข้างไกล และขึ้นเนิน หากมีฝนตก ถนนลื่น รถที่ใช้เป็นยานพาหนะอาจลื่นล้ม

บางครั้งก็โดนตัวต่อ แตน ที่อาศัยอยู่ตามซุ่มพุ่มไม้ ต่อยทำให้บาดเจ็บ สมาชิกบางรายมีอาการแพ้ ทำให้หน้าตาบวมหลายวัน งู ตะขาบ และแมลงป่องก็มีมากถ้าไม่ระวังก็อาจได้รับอันตรายได้ ดังนี้

ความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ	พบผลกระทบ ต่อสุขภาพ	แผนการจัดการความเสี่ยง
1. ด้านการยศาสตร์ ที่เกิดจากท่าทางในการทำงาน เช่น การนั่งเป็นเวลานาน นั่งราบกับพื้น และก้ม ๆ เงย ๆ	ปวดหลัง ปวดเอว ปวดแขน ปวดไหล่ และสายตาพร่ามัว	1. จัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน เช่น การใช้โต๊ะ เก้าอี้ เพื่อลดไม่ให้นั่งราบกับพื้น 2. การปรับพฤติกรรม เช่น ท่านั่งในการทำงาน จัดอบรมให้ความรู้กลุ่มในการจัดท่าอย่างถูกวิธี การออกกำลังกาย การหยุดพักยืดเหยียดกล้ามเนื้อ เช่น การบิดแขน บิดหลัง และบิดเอว เป็นระยะ เพื่อลดการนั่งทำงานในท่าเดียวติดต่อกันเป็นเวลานาน
2. ด้านอุบัติเหตุ เช่น การลื่นล้มในการจัดหาวัตถุดิบ มีบาดแผลผิวหนังในช่วงที่เลาหรือการทำสี		3. การประดิษฐ์ อุปกรณ์ป้องกันการปวดหลัง ปวดเอว ปวดไหล่ และอุบัติเหตุไม้ทิ่มตำมือและขา

วัตถุประสงค์ในการจัดการความเสี่ยง

1. เพื่อปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานในขั้นตอนที่นำวัตถุดิบมาแปรรูปให้เป็นชิ้นงาน
2. ปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการทำงานโดยการจัดการขยะที่เกิดจากการผ่าและขีดเส้นในบริเวณที่ทำงาน
3. ปรับพฤติกรรมโดยการออกกำลังกายไม่พลอง เพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อให้ผ่อนคลายหลังเลิกงานตอนเย็นทุกวัน

วิธีการจัดการความเสี่ยงและพัฒนานวัตกรรม

การพัฒนานวัตกรรมในการผลิตที่สามารถลดความเสี่ยงด้านสุขภาพของแรงงานนอกระบบ จากการวิเคราะห์ปัญหาร่วมกันระหว่างอาสาสมัครอาสาสมัครและสมาชิกกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรจกสานต้นคลุ้ม ได้ร่วมกันกำหนดรูปแบบการจัดการความเสี่ยงด้านสุขภาพ ใน 3 ด้าน คือ

1. ด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมคนทำงาน การปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานในขณะที่ยังไปจัดหาวัตถุดิบในป่าเขาและในขั้นตอนที่นำวัตถุดิบมาแปรรูปให้เป็นชิ้นงาน รวมถึงการขึ้นรูปผลิตภัณฑ์ จนชิ้นงานผลิตภัณฑ์เสร็จสมบูรณ์ดังนี้

1) ในขณะที่ยังออกทำงานจัดหาวัตถุดิบต้นคลุ้มสมาชิกทุกคนต้องแต่งกายมิดชิด ใส่ถุงมือให้เรียบร้อย เตรียมอาหาร ยาที่จำเป็นส่วนตัวไปให้พร้อม ใส่เสื้อแขนยาว กางเกงขายาว สวมรองเท้าบูท เพื่อป้องกัน งู หรือสัตว์ มีพิษกัดต่อย สมาชิกแม่บ้านบางคนต้องใช้ไสยศาสตร์และความเชื่อทางศาสนาเข้าช่วยก่อนออกจากบ้าน ให้ภาวนาให้พบแต่สิ่งดีดี ปลอดภัยจากอันตรายทั้งปวง การไปหาวัตถุดิบ ห้ามไปคนเดียว ต้องมีเพื่อนไปด้วยอาจเป็นสมาชิกในครอบครัวเพื่อจะได้ดูแลกันในยามประสบอุบัติเหตุ ก่อนจะตัดต้นคลุ้ม ให้ใช้ไม้ทุบหรือตีต้นคลุ้มก่อนเมื่อมีงู ตัวต่อ ตัวแตน จะได้วิ่งหนีทันหรือสัตว์เหล่านั้นจะได้วิ่งหนีไปก่อน ถ้าพบว่ามัวตัวต่อ ตัวแตน ก็ให้ใช้พินหรือกระดาษ จุดไฟให้มีควันไฟ ไปเหยยที่รัง สัตว์เหล่านั้นจะบินหนี ทุกคนต้องเตรียม ไฟแช็ค ไปด้วยทุกครั้ง

2) ในขั้นตอนของการทำเส้นหลังจากผ่าด้านคลุ้มออกแล้วจะต้องใช้มีดผ่าและขีดให้เป็นเส้นเล็กๆ ตามขนาดของชิ้นงานแต่ละประเภทอาจได้รับอันตรายจากมีดบาดรวมถึงเสี้ยนสะเก็ดไม้จากต้นคลุ้มอาจตำมือทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ทางกลุ่มสมาชิกได้คิดวิธีที่จะป้องกันอันตรายที่เกิดขึ้นแบบชาวบ้านๆ โดยนำผ้ายีนส์จากกางเกงยีนส์ที่ไม่ใช่แล้ว นำมาวางบนหน้าขาของผู้ที่ทำหน้าที่ผ่าและขีดต้นคลุ้มซึ่งวางบนผ้ายีนส์ จะได้เส้นจากต้นคลุ้มที่มีขนาดเท่าที่เราต้องการได้ง่ายและสะดวกขึ้น สามารถลดการบาดเจ็บลงได้ และเครื่องมืออีกชิ้นหนึ่งที่สมาชิกกลุ่มนำมาดัดแปลงช่วยในการผ่าและขีดต้นคลุ้มให้ได้ขนาดเท่าๆ กัน โดยการนำซอ้นโต๊ะ สแตนเลส นำมาเจาะรูที่ส่วนหน้า

ของช้อน ให้อูที่เจาะได้ตามขนาดของเส้นคลุ้มที่เราต้องการ แล้วใช้ชิ้นส่วนจากต้นคลุ้มสอดเข้าในรูที่เจาะไว้ แล้วดึงออกอีกด้านของช้อน จะได้ชิ้นส่วนของเส้นคลุ้มที่มีขนาดเท่ากันตลอดความยาวของเส้นคลุ้ม

3) ในขั้นตอนของการขึ้นรูป ผลิตภัณฑ์ แต่ก่อนสมาชิกกลุ่มที่ทำหน้าที่จักสานผลิตภัณฑ์จะนั่งบนพื้น แล้วนำแบบมาวางใช้ขาทั้ง 2 หนีบทัวแบบเอาไว้ไม่ให้ขยับ ส่วนมือก็ทำหน้าที่จักสานเส้นคลุ้มให้เป็นรูปร่างตามแบบต่องนั่งก้มเพื่อให้ทำงานได้ถนัด พอสานขึ้นรูปชิ้นงานจะต้องขยับเพื่อหมุนตัวแบบเพื่อสานเส้นคลุ้มด้านถัดไปจนเสร็จชิ้นงาน ซึ่งลักษณะการทำงานดังกล่าว ก่อให้เกิดอันตรายกับคนที่จักสาน จะปวดเมื่อยกล้ามเนื้อแผ่นหลังมือ แขน และขา หลังจากทีสมาชิกผ่านการอบรมจาก อาสาสมัครอาชีวอนามัย ก็ได้นำมาปรึกษาเจ้าหน้าที่ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงานจังหวัดสตูล ซึ่งเป็นเครือข่ายที่สนับสนุนการทำงาน และทางศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน ได้ออกแบบแท่นจับตัวแบบก่อนขึ้นรูปชิ้นงานซึ่งสามารถจับตัวแบบหมุนได้ 360 องศา ทำให้ผู้ที่ทำหน้าที่จักสานไม่ต้องมานั่งหมุนชิ้นงาน ขยับไปทีละนิดทีละหน่อยแค่จับแบ้นหมุนที่ออกแบบไว้ก็พอ ที่สำคัญผู้ที่ทำหน้าที่จักสานสามารถมานั่งบนเก้าอี้ทำงานได้สะดวก ลดอาการปวดหลัง มือ และขาได้อย่างน่าพอใจ

2. **ปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการทำงาน** จากการที่สมาชิกผู้ประกอบอาชีพจักสานจากต้นคลุ้มเมื่อนำต้นคลุ้มมาแปรรูปเป็นเล็ๆ ตามความต้องการของผู้ที่ทำหน้าที่จักสานแล้ว ขยะที่เกิดจากการผ่าและขัดเส้นจะเกิดขึ้นจำนวนมาก ทางกลุ่มก็มีข้อตกลงกับสมาชิกทุกคนว่าเพื่อรักษาสีงแวดล้อมให้สะอาดไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพจากเศษขยะที่เน่าเหม็น จึงกำหนดให้มีการกำจัดขยะที่ถูวิธีรวมถึงขยะอื่นๆ ที่เกิดขึ้น ทั้งที่บ้านตัวเองและที่สาธารณะ เช่นถนน เป็นต้น ส่วนหาปัญหาที่พบอีกอย่างคือ อาการปวดตาจากการใช้สายตามองเพ่งค้างชิ้นงานเป็นเวลานานๆ ทางกลุ่มก็ปรับพฤติกรรม 2 แนวทาง คือ ปรับสภาพแสงไฟ ให้สว่างเพียงพอในระหว่างการทำงานและไม่อยู่กับชิ้นงานเป็นเวลานาน เมื่อรู้สึกเมื่อยล้า ก็ให้ลุกขึ้นเดินไปทำงานอื่นๆ ก่อน แล้วค่อยกลับมาทำใหม่ ซึ่งจะช่วยบรรเทาอาการเมื่อยล้าสายตาได้อีกทางหนึ่งด้วย

3. **ปรับพฤติกรรมโดยการออกกำลังกายไม่พลอง** เพื่อยืดเหยียดกล้ามเนื้อให้ผ่อนคลายหลังเลิกงาน ตอนเย็นทุกวันจะมีการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง เน้นการยืดเหยียดกล้ามเนื้อแผ่นหลัง ขา มือ มีผู้นำในการออกกำลังกาย ใช้สถานที่บริเวณลานหน้าบ้าน ของ นางสาวอรุณี เกะกลาง อย่างน้อยวันละ 30 นาที สร้างความแข็งแรงของร่างกายโดยการส่งเสริมการปลูกผักสวนครัว ผักใบเขียวรอบๆ บ้านและรอบศูนย์ฯ การเรียนรู้เพื่อให้สมาชิกได้รับประทานอาหารที่มีคุณภาพปลอดจากสารพิษ เป็นการเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย ประหยัดและช่วยลดระยะเวลาที่อยู่หน้างานโดยหันมาดูแลแปลงผักเป็นช่วงๆ ของการทำงาน

ผลการพัฒนานวัตกรรม

❶ วัสดุเหลือใช้ที่เป็นประโยชน์

ก่อนการพัฒนานวัตกรรม	รูปแบบนวัตกรรมชุมชนลดความเสี่ยง
การบาดเจ็บจากการโดนมีดบาด และเส้นใยของคลุ้มทิ่มตำ เนื่องจากไม่มีอุปกรณ์ป้องกัน	การเหลาเส้นคลุ้ม โดยใช้ผ้ายีนต์เก่ามารองเข้าเพื่อลดการบาดเจ็บจากมีด หรือเส้นใยของคลุ้ม
	

๒ ข้อป้องกันการบาดเจ็บจากเส้นคลุ้มบาดมือ

ลักษณะอุปกรณ์ในการเหลาเส้นคลุ้มที่มีความเสี่ยงด้านอุบัติเหตุ เช่น มีดบาดนิ้วมือในช่วงที่เหลาหรือการทำเส้น ทำให้บาดเจ็บจากการโดนมีดบาด และเส้นใยคลุ้มที่มิดำ



สมาชิกกลุ่มนำมาดัดแปลงช่วยในการผ่าและขีดต้นคลุ้มให้ได้ขนาดเท่าๆ กัน โดยการนำข้อโน้ตัสแตนเลส นำมาเจาะรูที่ส่วนหน้าของข้อ ให้รูที่เจาะได้ตามขนาดของเส้นคลุ้มที่เราต้องการ แล้วใช้ชิ้นส่วนจากต้นคลุ้มสอดเข้าไปในรูที่เจาะไว้ แล้วดึงออกอีกด้านของข้อ จะได้ชิ้นส่วนของเส้นคลุ้มที่มีขนาดเท่ากันตลอดความยาวของเส้นคลุ้ม

บทเรียนและข้อค้นพบ

1. เป็นอุปกรณ์ที่เป็นนวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงที่สามารถป้องกันอุบัติเหตุจากการผ่าและตัดต้นคลุ้ม โดยใช้กางเกงยีนส์ที่ไม่ใช่แล้ว สามารถที่จะป้องกันอันตรายจากเส้นของคลุ้มได้จริง และข้อนี้รู้ทำเส้นคลุ้ม ทำให้ผู้ทำหน้าที่นี้ไม่ใช่เวลาในการทำงาน อีกทั้งยังได้เส้นคลุ้มที่มีขนาดเท่ากัน และไม่ขาดอีกด้วย ดังนั้น จะเห็นได้ว่าการทดลองใช้งานจริงของนวัตกรรมทั้ง 2 เรื่อง สามารถที่จะนำไปขยายผลไปยังเครือข่ายจักสานต้นคลุ้มได้ต่อไป
2. ยังไม่ได้สรุปและจัดการองค์ความรู้จากการพัฒนานวัตกรรมทั้ง 2 เรื่อง ให้ชัดเจนเฉพาะเรื่อง ยังเป็นข้อมูลที่แสดงในผลการดำเนินงาน หากจะนำไปเป็นตัวอย่างให้กับกลุ่มอื่นได้นำไปศึกษาและปรับใช้ยังต้องมีการพัฒนาต่อเนื่อง

③ เกราะกำบังมอเตอร์

กลุ่มอุตสาหกรรมไม้ตะเกียบ ตำบลถ้ำคลอง อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี

บริบท

กลุ่มอาชีพอุตสาหกรรมครัวเรือน ผลิตไม้ตะเกียบ และไม้เสียบลูกชิ้น เป็นการรวมกลุ่มของชาวบ้านที่มีอาชีพเกษตร ในตำบลถ้ำคลองเมื่อมีเวลาว่างก็จะรวมตัวกันทำพื้นที่เป็นตำบลขนาดเล็กที่มีเพียง 4 หมู่บ้าน เป็นป่าดงดิบ มีทรัพยากรป่าไม้ ที่เป็นไม้เศรษฐกิจจำพวกไม้สัก ไม้ประดู่ ไม้แดงและไม้ตะแบกเป็นจำนวนมาก อดีตกาลเป็นทางผ่านของคาราวานช้าง บรรดาคาวานช้างที่ผ่านไป-มา เห็นว่าพื้นที่ที่ดังกล่าวสมบูรณ์ไปด้วยทรัพยากรป่าไม้ และมีน้ำไหลผ่านตลอดปี จึงได้ชักชวนมาพักแรมในฤดูช่วงว่างงาน ในเวลาต่อมาได้มีราษฎรในตำบลแสนตอ และตำบลหาดงิ้วพากันมาทำไร่ เมื่อเวลาผ่านไปชาวบ้านที่เข้ามาทำไร่เห็นว่าพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์จึงได้เข้ามาตั้งรกรากอยู่อย่างเป็นการถาวร เริ่มจากไม่กี่ครอบครัว และขยายเพิ่มมากขึ้น โดยมีราษฎร จากที่อื่นได้อพยพเข้ามาสมทบด้วย และได้ตั้งชื่อหมู่บ้านจากสภาพของพื้นที่ ชื่อว่าบ้านวังถ้ำ เนื่องจากมีถ้ำอยู่ตรงกลางลำห้วยที่ไหลผ่านหมู่บ้าน และอีกหมู่บ้านหนึ่งชื่อว่า บ้านห้วยถลุง-หนองไผ่ ในปี 2527 จึงได้มีความคิดริเริ่มจากผู้ใหญ่บ้านทั้ง 2 หมู่บ้านให้ตั้งเป็นตำบลขึ้น โดยจัดประชุมราษฎรของทั้ง 2 หมู่บ้าน เพื่อตั้งชื่อตำบลใหม่ และได้ตกลงให้ผ่านวาทะด้วยกันคือชื่อบ้านวังถ้ำกับชื่อของบ้านห้วยถลุง โดยนำชื่อพยางค์ท้ายของทั้ง 2 หมู่บ้าน มาเป็นชื่อตำบลว่า ตำบลถ้ำถลุงจนมาถึงปัจจุบัน

ทรัพยากรประเภทไม้ไผ่ จึงเป็นวัตถุดิบที่สำคัญในการสร้างอาชีพและรายได้ให้คนในชุมชนได้แก่การผลิตตะเกียบไม้ ไม้เสียบลูกชิ้นและอื่น ๆ ในส่วนของข้อต่อไม้ไผ่สามารถใช้เผาถ่าน เศษไม้ที่เหลือก็นำไปขายให้กับโรงงานผลิตกระดาษ ทำให้มีเงิน หมุนเวียนภายในตำบลสม่ำเสมอ สร้างความมั่นคงให้กับชุมชนได้อีกระดับหนึ่ง ปัจจุบันมีสมาชิกจำนวน 34 คน

สถานการณ์ความเสี่ยง

ขั้นตอนการทำงาน ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น	อุปกรณ์ป้องกันความเสี่ยง/ประเด็นที่พบ		การวางแผนแก้ไข/ ต่อยอด
	อุปกรณ์	ประเด็นที่พบ	
การตัดลำไม้ไผ่ให้เป็นท่อน ความยาวตามขนาดตะเกียบ <u>ความเสี่ยง</u> • สูดฝุ่นละอองไม้ไผ่ผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจ • แผ่นตัดไม้บาด/ตัดนิ้วหรือมือ	- หน้ากากป้องกัน	- หายใจไม่สะดวกเมื่อสวมนานๆ	- หน้ากากที่ทำจากวัสดุ ที่มีการระบายอากาศได้ดี เช่น ผ้าฝ้าย, ผ้าสาธู และพักเป็นช่วงๆโดยถอดหน้ากากช่วงที่พัก
	- ถุงมือหนังป้องกันแผ่นตัดไม้บาดมือ	- หยิบจับไม้ไม่สะดวกเนื่องจากแข็งไม่มีความยืดหยุ่นตามสรีระของมือ/ข้อมือ	- การใช้วัสดุที่หนายืดหยุ่นได้ มาตัดต่อและเย็บให้ตรงบริเวณข้อต่อนิ้วมือของผู้ตัดเพื่อสะดวกต่อการกำจับลำไม้ไผ่
การนำท่อนไม้ไผ่ที่ตัดมาเข้าเครื่องตอกให้เป็นท่อนตะเกียบ <u>ความเสี่ยง</u>	- ถุงมือหนังป้องกัน การกระแทก	- จับไม้กระชับ/ไม่ถนัดยิ่งเพิ่มความเสี่ยงมากขึ้น (จึงหันมาใช้ถุงมือถัก)	- การทำวงเหล็กกันเป็นช่วงๆ (ตามความยาวของตะเกียบ) โดยสอดไม้เป็นช่วงๆ เพื่อป้องกันเครื่องกระแทกมือ

● เครื่องกระแทกนิ้วมือ/มือ			
● สายพานมอเตอร์บาดขา/เท้า	- ไม่มีอุปกรณ์ป้องกัน	มีอันตรายถ้าเมื่อยแล้วเหยียดขาไปถูกบริเวณมอเตอร์	- การประดิษฐ์ที่กำบังบริเวณมอเตอร์
● เสียงดังของมอเตอร์	- ที่ครอบหู/ที่อุดหูเอียร์ปลั๊ก	- ไม่สะดวกเวลาเคลื่อนไหว (มีสายเกะกะ)	- ใช้แบบไม่มีสาย - ใช้วัสดุอื่นแทน เช่น สำลีอัดแน่น (ก้อนใหญ่)

วัตถุประสงค์ และเป้าหมายการพัฒนาโครงการ

- 1) เพื่อจัดทำประดิษฐ์ที่กำบังบริเวณมอเตอร์ป้องกันเครื่องกระแทกมือ
- 2) เพื่อลดความเสี่ยงการเกิดอุบัติเหตุเครื่องกระแทกมือ / นิ้ว รวมถึงสายพานมอเตอร์บาดขา/เท้า

ผลที่คาดว่าจะได้รับการพัฒนาโครงการ

- 1) สามารถที่จะป้องกันอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นในขั้นตอนการตัดไม้
- 2) เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานได้มากขึ้น รวดเร็ว และได้มาตรฐาน

วิธีการพัฒนาโครงการ

- 1) ออกแบบการพัฒนาอุปกรณ์ป้องกันเครื่อง/มอเตอร์กระแทกมือ
- 2) จัดหาแผ่นเหล็ก ที่หาได้ง่ายในพื้นที่ เช่น ร้านขายของเก่า
- 3) ดำเนินการจัดทำอุปกรณ์ป้องกัน และ ประเมินผลการใช้งาน
- 4) สรุปและประเมินผลเพื่อจัดทำเป็นองค์ความรู้เพื่อเผยแพร่ต่อไป



ผลการดำเนินงาน

ได้จัดทำอุปกรณ์ป้องกันที่เป็นลักษณะแผ่นเหล็ก เพื่อป้องกันการกระแทกนิ้ว/มือ และมอเตอร์บาดขาที่นำแผ่นเหล็กเก่าๆ มาต่อเติมบริเวณหน้ามอเตอร์ ที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการทำงานดังนี้

- 1) สามารถลดต้นทุนการผลิตลง และมีรายได้มากขึ้น เพียงพอ ต่อการดำเนินชีวิต ซึ่งสามารถควบคุมต้นทุนการผลิตให้ได้กำไร นำไปหมุนเวียนลงทุน และใช้จ่ายในชีวิตประจำวันของครอบครัวได้อีกด้วย
- 2) คุณภาพของดินดีขึ้น และไม่มีสารปนเปื้อน สามารถใช้ในการปลูกพืชที่เป็นพืชผักสวนครัวที่ไม่มีรากลึก เช่น ผักกาด สลัด ผักคะน้า เป็นต้น

ด้านสุขภาพ อาการปวดหลัง ปวดเอว ลดลง เมื่อเปรียบเทียบกับ การปลูกผักในแปลงผักแบบเดิม
ดังรูปภาพต่อไปนี้



บทเรียน และข้อค้นพบ

1) การพัฒนาศักยภาพของแกนนำให้มีทักษะในการสร้างแรงจูงใจเพื่อจัดการปัญหาและสมาชิกที่มีความตระหนักถึงสุขภาพความปลอดภัยในการทำงานทำให้สามารถปรับวิธีคิดเพื่อจัดการสิ่งที่สามารถทำได้โดยไม่ต้องรอนงบประมาณ เช่น การปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในสถานที่ทำงาน ด้วยการเอาแรง (ลงแขก) เก็บกวาดเศษไม้ และจัดระเบียบสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

2) การพัฒนาเครื่องมือ อุปกรณ์ ที่มีอยู่เดิมต่อยอดให้ลดความเสี่ยง/อันตราย สามารถใช้ทรัพยากรที่เป็นต้นทุนที่มีในชุมชน เช่น ผู้มีความรู้ด้านการช่าง ในการซ่อมเครื่องมือเอง และการประสานขอการสนับสนุนจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น การไฟฟ้า ทรกส. ผู้นำชุมชนที่เข้มแข็งพร้อมให้การสนับสนุนช่วยเหลือ

3) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นความให้การสนับสนุนด้านการดูแลส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพ กลุ่มแรงงานนอกระบบอย่างต่อเนื่อง และควรมีการยกระดับศักยภาพกลุ่มที่เป็นตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้ในตำบลและให้เข้ามาร่วมหนุนเสริมกลุ่มอาชีพแรงงานนอกระบบอื่นในพื้นที่

นวัตกรรมชุมชน

ด้านการพัฒนากลไกเพื่อการเข้าถึงสิทธิและบริการด้านสุขภาพ

เป็นอีกหนึ่งนวัตกรรมที่เกิดจากกระบวนการดำเนินงานของโครงการฯ เป็นการพัฒนากลไกในระดับพื้นที่ในการประสานเชื่อมโยงทั้งด้านข้อมูล องค์ความรู้ รวมถึงทรัพยากรเพื่อให้แรงงานนอกระบบในพื้นที่เข้าถึงสิทธิและบริการด้านสุขภาพของแรงงานนอกระบบ

วัตถุประสงค์ ของนวัตกรรมกลุ่มนี้ ประกอบด้วย

1. เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบสอดคล้องกับบริบทวิถีชีวิตประจำวันของกลุ่มอาชีพ
2. เพื่อส่งเสริมพัฒนาความรู้ ทักษะ และพัฒนาคุณภาพชีวิต ให้กลุ่มแรงงานนอกระบบสามารถเลือกที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองได้อย่างต่อเนื่อง
3. เพื่อให้แรงงานนอกระบบสามารถเข้าถึงแหล่งเรียนรู้ มีข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อการประกอบอาชีพได้อย่างหลากหลายและกว้างขวาง

① มาตรการศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง

อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร

บริบท

การดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตแรงงานนอกระบบ (อาชีวนาแม่) เขต 11 สุราษฎร์ธานี ในห้วงปี 2562-2563 จากการสรุปบทเรียนพบว่า การจะให้เกิดชุมชนท้องถิ่นเข้มแข็ง จำเป็นต้องใช้หลักการส่งเสริมสุขภาพตามกฎบัตรออตตาวาเตอร์ ปี 2529 และปัจจัยทางสังคมที่กำหนดสุขภาพ มาเป็นกรอบแนวคิดการพัฒนาระบบสุขภาพชุมชนท้องถิ่น (ระบบสุขภาพชุมชนท้องถิ่น โดยเทียบเคียงหลักการส่งเสริมสุขภาพ) มีองค์ประกอบ 5 ด้านที่เป็นระบบพื้นฐาน ได้แก่ 1) มีนโยบายสาธารณะที่เอื้อต่อสุขภาพ (ระบบนโยบายสาธารณะ) 2) มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ (ระบบจัดการสิ่งแวดล้อม) 3) มีชุมชนเข้มแข็ง (ระบบเศรษฐกิจชุมชนหรือมีสัมมาชีพเต็มพื้นที่ 4) ระบบบริการสุขภาพแบบองค์รวม (ระบบสุขภาพ) 5) การพัฒนาทักษะส่วนบุคคล (ระบบกลไกผู้นำและอาสาสมัคร) และระบบอื่น ๆ ที่เหมาะสมสอดคล้องกับบริบทพื้นที่ เช่น ระบบสื่อสาร ระบบสวัสดิการ ระบบสังคมวัฒนธรรม ระบบสวัสดิการ ระบบดูแลผู้สูงอายุ

แนวทางและกลวิธีการดำเนินงาน

1. การติดตามเสริมพลังกลไกคณะทำงานระดับจังหวัดหรือคณะทำงานระดับพื้นที่ตำบล โดยกลวิธีสำคัญ ได้แก่ การสนับสนุนการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับพื้นที่ ด้วยหลักการพัฒนาระบบสุขภาพชุมชนท้องถิ่นในพื้นที่นาร่อง ปี 2561 เช่น ต.นาชะอัง ต.ทะเลทรัพย์ ต.ทุ่งระยะ ต.ช่องไม้แก้ว ต.ท่าแซะ (ทต.เนินสันติ) เป็นต้น จึงต้องมีระบบติดตามเสริมพลังในพื้นที่ให้เกิดรูปธรรมที่ชัดเจน การยกระดับเชื่อมโยงการขับเคลื่อนงานพัฒนาคุณภาพชีวิตแรงงานนอกระบบของ อสอช. (ส่วนหนึ่ง) กับผู้ประสานงานหลักประกันสุขภาพระดับตำบล และกลไกศูนย์ประสานงานหลักประกันสุขภาพระดับอำเภอ การประสานความร่วมมือกับภาคียุทธศาสตร์อื่น ๆ ในระดับตำบล และอำเภอนาร่อง (คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ) เพื่อสนับสนุนการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตแรงงานนอกระบบให้ครบวงจร (ต้นน้ำ กลางน้ำ ปลายน้ำ) จากสุขภาพถึงระบบเศรษฐกิจระดับครัวเรือน ชุมชน และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ผ่านการวิเคราะห์ปัจจัยทางสังคมที่กำหนดสุขภาพและแผนที่เชิงผลลัพธ์ จึงมีความท้าทายหรือแรงจูงใจให้เกิดการดำเนินงานขับเคลื่อนอย่างมีพลัง



2. การจัดการระบบข้อมูลสารสนเทศและองค์ความรู้จากรูปธรรมระดับพื้นที่ เพื่อการขยายผลทางนโยบายพร้อมสื่อสารต่อสังคม ผ่านกลไกนักสื่อสารชุมชน และช่องทางโซเชียลมีเดียหรือสื่อต่าง ๆ

3. ขยายผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตแรงงานนอกระบบ (ประชาชนกลุ่มเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ) โดยการพัฒนาขีดความสามารถของผู้นำและอาสาสมัคร ในพื้นที่ขยายผล 5 จังหวัด (สุราษฎร์ธานี, กระบี่, นครศรีฯ, พังงา, ภูเก็ต) ผ่านแผนงานโครงการเชิงรุก และบูรณาการความร่วมมือโดยใช้พื้นที่เป็นตัวตั้งกับปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพอื่น ๆ ในพื้นที่ เขต 11 อย่างน้อยจังหวัดละ 2 พื้นที่

4. พัฒนากลไกทีมพี่เลี้ยงกองทุนท้องถิ่นระดับจังหวัด ให้เกิดการเชื่อมโยงกับกลไกคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ ศูนย์ประสานงานหลักประกันสุขภาพระดับจังหวัดหรืออำเภอ หน่วยบริการแรงงานนอกระบบ เป็นต้น

5. การเชื่อมโยงเครือข่ายอาสาสมัครวัย เขต 11 และการผลักดันนโยบายการพัฒนาคุณภาพชีวิตแรงงานนอกระบบระดับเขตผ่านคณะกรรมการเขตสุขภาพเพื่อประชาชน (กขป.) เขต 11 ภายใต้ยุทธศาสตร์วิสาหกิจทำงานในประเด็น เขตเกษตรสุขภาพ และอาสาสมัครวัย หรือกลไกสร้างเสริมสุขภาพภาคใต้ต่อไป

ศูนย์สร้างเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง ถือเป็นกลไกหนึ่งในการขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพภาคใต้ในพื้นที่ตำบลนาชะอัง ข้อมูลจากการสำรวจพฤติกรรมการทำงานของชาวเกษตรกรกลุ่มสวนปาล์ม น้ำมัน ยางพารา และกลุ่มปลูกผักปลอดสารพบว่าส่วนหนึ่งยังใช้สารเคมีในการกำจัดศัตรูพืชโดยไม่ถูกต้อง



วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อพัฒนากลไกการทำงานของศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง
- 2) เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อมของกลุ่มอาชีพแรงงานนอกระบบในชุมชน

ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการพัฒนานวัตกรรม

ศูนย์สร้างเสริมอนามัยสิ่งแวดล้อมสามารถเป็นแหล่งข้อมูล องค์ความรู้ ของคนในพื้นที่ตลอดจนเป็นจุดเชื่อมโยงเครือข่ายการทำงานของแรงงานนอกระบบในพื้นที่

แผนการดำเนินงาน

กิจกรรม	ขั้นตอนวิธีการทำงาน	กลุ่มเป้าหมาย	ผลผลิต
1. ประชุมคณะทำงานเพื่อสร้างความเข้าใจและออกแบบกระบวนการทำงานร่วมกัน	1. เตรียมข้อมูลรายละเอียดแผนการดำเนินงาน 2.ชี้แจงทำความเข้าใจ และเสริมศักยภาพตามกรอบแนวทางการดำเนินงาน 3. พิจารณาแผนการดำเนินงานร่วมกัน - แผนการจัดเก็บข้อมูล - การพัฒนา อสอช. แนวทางการจัดตั้งศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง (เป้าหมาย วัตถุประสงค์ โครงสร้าง บทบาท แผนการดำเนินงาน ฯ) แผนการติดตามประเมินผล และเสริมศักยภาพ อสอช.	คณะทำงาน ผู้แทน อปท. ผู้แทน อสอช.	1. แผนปฏิบัติการจัดเก็บข้อมูลและแนวทางการพัฒนา อสอช. 2. แผนการติดตามและเสริมศักยภาพ อสอช. 3.แผนการจัดตั้งศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมฯ

กิจกรรม	ขั้นตอนวิธีการทำงาน	กลุ่มเป้าหมาย	ผลผลิต
2.จัดอบรม พัฒนา ศักยภาพให้แก่ผู้นำ ชุมชนและอาสาสมัคร ชุมชน ประมาณ 10 คน	-ประเมินระดับศักยภาพ อสอช. -ประชุมคณะทำงานเพื่อเตรียมออกแบบ กระบวนการพัฒนา/เสริมศักยภาพ อสอช. -ฝึกอบรม พัฒนาศักยภาพ	ผู้นำชุมชนและ อสอช.	ทะเบียนรายชื่อ และผลการ ประเมินระดับศักยภาพ อสอช. (เก่า และใหม่)
3.สนับสนุนให้ อสอช. ลงพื้นที่ เพื่อสำรวจ และประเมินความเสี่ยงกลุ่มอาชีพ เป้าหมายโดยใช้ กระบวนการ JSA	-ลงพื้นที่สำรวจกลุ่มเป้าหมายโดยใช้แบบ ประเมินความปลอดภัยในขั้นตอนการ ทำงาน JSA	กลุ่มเกษตรกร	1.มีข้อมูลและพฤติกรรมกรการทำงาน และสิ่งแวดลอมจาก การทำงาน ในระดับกลุ่ม
4. เวทีคืนข้อมูลและ จัดทำแผนจัดการ ความ เสี่ยง และ หน้วัตกรรมชุมชน	1. คณะทำงาน ประมวลผลข้อมูล สถานการณ์ความเสี่ยงจากข้อมูลที่ได้ จัดเก็บโดย อสอช. 2. นำเสนอข้อมูลให้กับกลุ่มเป้าหมาย และเติมข้อมูลความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ความปลอดภัยในการทำงาน 3. ประเมินและเลือกประเด็นความเสี่ยง เพื่อจัดทำแผนจัดการความเสี่ยงโดย อสอช.กับกลุ่มเป้าหมาย 4. อสอช.จัดทำแผนในการติดตามเยี่ยม บ้านเพื่อให้คำปรึกษา และข้อเสนอแนะ ต่อการปฏิบัติการตามแผน	กลุ่มอาชีพ เป้าหมาย อสอช. คณะทำงาน	1. ได้แผนการจัดการความ เสี่ยงด้านสุขภาพและ สิ่งแวดล้อมที่เกิดจากการ ทำงาน 2. ได้แผนการติดตามเยี่ยม บ้านกลุ่มเป้าหมายที่มีความ เสี่ยงของ อสอช.
5. จัดทำแผนงาน/ โครงการในการจัดการ ความเสี่ยงในการ ประกอบอาชีพของ แรงงานนอกระบบทั้ง รายบุคคลและกลุ่ม	-นำข้อมูลจาก JSA จัดทำแผนบริหาร ความเสี่ยง -จัดทำแผนงาน/โครงการในการจัดการ ความเสี่ยงเสนอขอรับการสนับสนุน งบประมาณจากกองทุนหลักประกัน สุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือระดับพื้นที่ เทศบาลตำบลนาชะอัง	คณะทำงาน อสอช.	แผนงาน/โครงการจัดการความ เสี่ยงในการประกอบอาชีพทั้ง ระดับบุคคลและระดับกลุ่ม ได้รับการพิจารณาสนับสนุน งบประมาณ
6. ติดตามการปฏิบัติ ตามแผนจัดการความ เสี่ยงและพัฒนา หน้วัตกรรมชุมชนเพื่อ ลดความเสี่ยงให้กับ กลุ่มอาชีพ	1. การเยี่ยมบ้านสมาชิกกลุ่มที่พบว่า มี ความเสี่ยงของ อสอช. 2. สนับสนุนการจัดทำนวัตกรรมเพื่อลด ความเสี่ยง	สมาชิกกลุ่มอาชีพที่ มีความเสี่ยง	1. ผลการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมด้านสุขภาพและ สิ่งแวดล้อมจากการทำงาน 2. ผลการประเมินระดับ ศักยภาพ อสอช. อย่างน้อย 3- 5 คน สามารถเป็นกลไกการ สร้างความตระหนักรู้ด้าน สุขภาพการทำงาน

กิจกรรม	ขั้นตอนวิธีการทำงาน	กลุ่มเป้าหมาย	ผลผลิต
7. การติดตามประเมินผลการจัดตั้งศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง	1. สรุปความก้าวหน้าการดำเนินงานตามแผนการจัดตั้งศูนย์ฯ 2. พิจารณาศักยภาพ และข้อจำกัดของกลไก และรูปแบบการขับเคลื่อนงานอาชีวอนามัยและแรงงานนอกระบบที่ประชาชนหรือผู้สนใจสามารถเข้ามาเรียนรู้ได้ 3. แผนหรือแนวทางการปรับปรุงและพัฒนาศูนย์ฯ เพื่อให้มีความพร้อมในการให้บริการ	คณะทำงาน ผู้แทน อบท. ผู้แทน อสอช.	1. รายงานความก้าวหน้าการจัดตั้งศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง 2. ผลการประเมินศักยภาพของกลไกคณะทำงานพื้นที่
8.เวทีสรุปบทเรียนกระบวนการดำเนินงานการส่งเสริมป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงาน	1. คณะทำงานจัดทำข้อมูลผลการดำเนินงานทั้งด้านการพัฒนา อสอช. การจัดทำฐานข้อมูล นวัตกรรมการจัดการความเสี่ยงฯ ศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง 2. จัดประชุมสรุปบทเรียนร่วมกับ อสอช. และตัวแทนแรงงานนอกระบบ กลุ่มเป้าหมาย 20 คน 3. สรุปรายงานผลการดำเนินงาน	คณะกรรมการ จำนวน 11 ท่าน ตัวแทนกลุ่มอาชีพฯ ละ 5 คน รวม 15 คน	- รายงานสรุปผลการดำเนินงาน - รายงานบทเรียนการพัฒนาพื้นที่ต้นแบบการบูรณาการพัฒนาคูณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ต.นาชะอัง

ผลการดำเนินงาน

1) กลุ่มอาสาสมัครอาชีวอนามัยเกิดการจัดตั้งกลุ่มอาสาสมัครอาชีวอนามัย ตำบลนาชะอังอำเภอเมืองจังหวัดชุมพรจำนวน 20 คน ที่มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับอาชีวอนามัยเชิงรุก สามารถนำความรู้และทักษะที่รับไปใช้ในการวิเคราะห์ความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพเกษตรกรรม

2) ศูนย์สร้างเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอังเป็นนวัตกรรมชุมชนที่จัดตั้งโดยการผลักดันของเทศบาลตำบลนาชะอังโดยมีอาสาสมัครอาชีวอนามัยเป็นฟันเฟืองสำคัญช่วยในการขับเคลื่อนงานการส่งเสริมสุขภาพการป้องกันโรคที่เกิดจากการทำงานของกลุ่มแรงงานนอกระบบที่ประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม

3) ฐานข้อมูลความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพเกษตรกรรมจากการสำรวจและจัดทำฐานข้อมูลกลุ่มอาชีพเกษตรกรรมตำบลนาชะอังอำเภอเมืองจังหวัดชุมพรโดยใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มเป้าหมายและบันทึกข้อมูลเพื่อประมวลผลในฐานข้อมูลแรงงานนอกระบบ ผ่านเว็บไซต์ <https://iw.in.th>



บทเรียน/ข้อค้นพบและข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปพัฒนาหรือขยาย/ปรับใช้ต่อเนื่อง

1. ศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร

1) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับอาชีวอนามัยเชิงรุก และสามารถจัดตั้งเป็นอาสาสมัครอาชีวอนามัย เป็นกลไกที่ทำให้การดำเนินงานโครงการประสบความสำเร็จ เนื่องจากเป็นกลุ่มอาสาสมัครที่มีจิตอาสา มีพื้นฐานความรู้และทักษะในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในชุมชน และมีประสบการณ์ในการปฏิบัติงานด้านสาธารณสุขในชุมชนอย่างต่อเนื่อง

2) บุคลากรจากเทศบาลตำบลนาชะอังที่เป็นเจ้าหน้าที่รับผิดชอบดูแลงานกองทุนหลักประกันสุขภาพโดยตรง เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้กองทุนมีบทบาทมากขึ้นในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มแรงงานนอกระบบและส่งผลให้โครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพเกษตรกรรมตำบลนาชะอังได้รับการอนุมัติ

3) บทบาทของกลไกคณะทำงานระดับเขต ในการผลักดันให้เกิดแผนงานแรงงานนอกระบบและการสนับสนุนให้มีการจัดทำแผนสุขภาพประเด็นแรงงานนอกระบบในกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับพื้นที่ของจังหวัดชุมพร เป็นปัจจัยสำคัญในการส่งเสริมให้กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาชะอังจัดทำโครงการเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มแรงงานนอกระบบและเกิดการจัดตั้งศูนย์สร้างเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอังให้เป็นแหล่งข้อมูลและศูนย์การเรียนรู้ของคนในพื้นที่ในที่สุด

4) บทบาทของกลไกคณะทำงานระดับพื้นที่ ในการพัฒนาศักยภาพผู้เสนอโครงการขอรับทุนและคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาชะอัง ให้จัดทำแผนและพัฒนาโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มแรงงานนอกระบบ ทำให้คณะกรรมการกองทุนและผู้เสนอโครงการมีความเข้าใจกรอบคิดในด้านอาชีวอนามัยและการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในกลุ่มแรงงานนอกระบบมากขึ้น ส่งผลให้เกิดแผนงานและโครงการที่มีคุณภาพและผ่านการพิจารณาอนุมัติงบประมาณในการดำเนินงานจากกองทุนแม้ต่อมาจะไม่ได้ดำเนินโครงการด้วยเหตุผลการระบาดของโรคโควิด-19 แต่ยังคงได้มีการขับเคลื่อนงานโดยอาศัยกลไกของศูนย์สร้างเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง



๒ ศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพแรงงานนอกระบบ

ตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา

บริบท

ปัจจุบัน แรงงานนอกระบบประสบปัญหาหลายประการ ได้แก่ สถานภาพของแรงงานที่ไม่ชัดเจน สภาพการประกอบอาชีพที่ไม่มีเสถียรภาพ สภาพแวดล้อมในการประกอบอาชีพที่ไม่เหมาะสม การไม่ได้รับสวัสดิการและการคุ้มครองแรงงาน ขาดการเข้าถึงบริการด้านสาธารณสุขของรัฐ และขาดข้อมูลด้านข่าวสารสุขภาพอย่างเพียงพอ นอกจากนี้ แรงงานนอกระบบยังประสบปัญหาสุขภาพและสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย เนื่องจากขาดความรู้ ความเข้าใจเรื่องอาชีวอนามัยและความปลอดภัยในการประกอบอาชีพ รวมทั้งมีความเสี่ยงจากสภาพแวดล้อมการทำงานที่ไม่ปลอดภัย จึงทำให้แรงงานนอกระบบส่วนใหญ่ต้องเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพ และความเสี่ยงจากอุบัติเหตุในการประกอบอาชีพ ความรู้จึงเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับแรงงานนอกระบบเป็นอย่างมาก หากแรงงานนอกระบบได้รับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ โดยช่องทางและวิธีการสื่อสารที่เหมาะสม จะก่อให้เกิดประโยชน์อย่างมากต่อการเรียนรู้ของแรงงานนอกระบบเพื่อนำไปสู่การลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ

ในปี 2562-2563 คณะบุคคลสร้างสรรค์พลังเครือข่ายสุขภาพภาคใต้ ได้เสนอโครงการบูรณาการขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพแรงงานนอกระบบสู่การดำเนินงานในระดับพื้นที่ ผ่านการสานพลังการประกอบอาชีพร่วมกันของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติเขต 12 สงขลา และหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ โดยกลไกคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ กลไกกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ และกลไกสุขภาพภายใต้การดำเนินงานของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ มีเป้าหมาย 2 ประเด็นหลัก คือ 1) พัฒนาศักยภาพทีมกลไกคณะทำงานพี่เลี้ยง อาสาสมัคร อาชีวอนามัย ในการขับเคลื่อนงานสร้างเสริมสุขภาพในระดับพื้นที่ และ 2) การนำร่องพื้นที่ดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพแรงงานนอกระบบในกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น โดยโครงการดังกล่าวจะเป็นการเสริมพลังการประกอบอาชีพร่วมกันของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

พื้นที่ตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา เป็นหนึ่งพื้นที่นำร่องในการดำเนินงานสร้างเสริมสุขภาพแรงงานนอกระบบในกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ โดยได้ดำเนินการโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพทำสวนยางพารา ตำบลแค ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลแค จากผลการดำเนินงานโครงการดังกล่าว พบว่า โครงการสามารถทำให้เกิดการพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครอาชีวอนามัยที่มีความรู้และทักษะเกี่ยวกับอาชีวอนามัยเชิงรุก เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพทำสวนยางพารา นอกจากนี้ยังมีการพัฒนานวัตกรรมศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ สามารถเป็นต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบให้แก่พื้นที่อื่นได้ ดังนั้น การสรุปบทเรียน สังเคราะห์ความรู้ และเสนอแนวทางการพัฒนานวัตกรรมศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสรุปบทเรียนและสังเคราะห์ความรู้การพัฒนาวัตกรรมการศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
2. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนานวัตกรรมศูนย์เรียนรู้การจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

กระบวนการดำเนินงาน

1. การพัฒนาศักยภาพคณะกรรมการและพัฒนาแผนปฏิบัติงานของศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
2. การพัฒนาหลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
3. การพัฒนาศักยภาพวิทยากรอาสาสมัครหลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
4. การพัฒนาสื่อประกอบการเรียนรู้หลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
 - 1) กระบวนการสร้างความร่วมมือ
 - 2) กระบวนการสื่อสาร

ผลการดำเนินงาน

1. คณะกรรมการศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ สามารถนำความรู้และทักษะที่ได้รับไปใช้ในการบริหารจัดการศูนย์เรียนรู้ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์

ของศูนย์ สามารถดำเนินการให้แรงงานนอกระบบเข้าถึงบริการสาธารณสุขทั้งที่บ้าน ในชุมชนหรือหน่วยบริการได้อย่างทั่วถึงและมีประสิทธิภาพ และสามารถจัดทำข้อมูลและแผนดำเนินงานที่เกี่ยวกับการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

โครงสร้างคณะกรรมการศูนย์เรียนรู้การจัดการความเสี่ยงฯ ประกอบด้วย

1) คณะกรรมการที่ปรึกษา

- (1) นักวิชาการจากสถาบันการศึกษา/มหาวิทยาลัย
- (2) นักวิชาการจากศูนย์การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอจะนะ

2) คณะกรรมการดำเนินงาน

- | | |
|--|---------------------|
| (1) นายกองค์การบริหารส่วนตำบลแค | ประธานกรรมการ |
| (2) ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล | ประธาน |
| (3) ผู้แทนอาสาสมัครอาชีวอนามัยตำบลแค จำนวน 2 คน | กรรมการ |
| (4) ผู้นำชุมชนหรือผู้แทนหมู่บ้าน จำนวน 5 คน | กรรมการ |
| (5) ผู้แทนศูนย์เรียนรู้ชุมชนภายในตำบล จำนวน 3 ท่าน | กรรมการ |
| (6) ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านตำบลแค | กรรมการและเลขานุการ |

บทบาทคณะกรรมการศูนย์เรียนรู้การจัดการความเสี่ยงฯ

1. บริหารจัดการศูนย์เรียนรู้การจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
2. ดำเนินการให้แรงงานนอกระบบเข้าถึงบริการสาธารณสุขทั้งที่บ้าน ในชุมชนหรือหน่วยบริการได้อย่างทั่วถึงและมีประสิทธิภาพ
3. จัดทำข้อมูลและแผนดำเนินงานที่เกี่ยวกับการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ
4. จัดทำสรุปผลการดำเนินงานเพื่อรายงานให้ผู้ที่เกี่ยวข้องทราบ

2. หลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ เพื่อนำไปใช้ในการอบรมเชิงปฏิบัติการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ เป็นหลักสูตรที่เน้นการฝึกปฏิบัติ มีเนื้อหาเกี่ยวกับการทำความเข้าใจการส่งเสริมสุขภาพแรงงานนอกระบบในชุมชน การฝึกปฏิบัติการวิเคราะห์อาการเจ็บป่วยและความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ วิเคราะห์ปัจจัยที่เป็นสาเหตุของอาการเจ็บป่วยและความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ สังเคราะห์ข้อมูลเพื่อกำหนดวิธีการจัดการความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ และการกำหนดข้อตกลง มาตรการในการส่งเสริมสุขภาพและลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

3. วิทยากรอาสาสมัครหลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ สามารถวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายและออกแบบกิจกรรมได้อย่างเหมาะสม และสามารถนำความรู้และทักษะที่ได้รับนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ เช่น การสอนกายบริหารยืดเหยียดกล้ามเนื้อ“3 นาที 4 ท่า แก้ปัญหาปวดเมื่อย”โดยการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ



การฝึกปฏิบัติการยืดเหยียดกล้ามเนื้อ
“3 นาที 4 ท่า แก้ปัญหาปวดเมื่อย”



อาสาสมัครอาชีวอนามัยชุมชน (อสอช.)
เป็นกระบวนการวิเคราะห์ความเสี่ยง

4. สื่อประกอบการเรียนรู้หลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ
ของแรงงานนอกระบบ เช่น ป้ายไวนิลให้ความรู้ แผ่นพับ และคลิปวิดีโอ สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างทั่วถึง
ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับวิทยากรในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักสูตรอาชีวอนามัยเชิงรุกและการจัดการ
ความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

บทเรียน/ข้อค้นพบและข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปพัฒนาหรือขยาย/ปรับใช้ต่อเนื่อง

บทเรียนที่ได้เรียนรู้

1) การสร้างความตระหนักรู้ต่อความเสี่ยงที่เกิดจากการประกอบอาชีพ เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้แรงงานนอกระบบ ตัดสินใจเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครอาชีวอนามัยและร่วมเป็นอาสาสมัครของศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ



2) การเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบของนายกองค์การบริหารส่วนตำบล แคน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล แคน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อาสาสมัครอาชีวอนามัยตำบล แคน และผู้นำชุมชน ส่งผลให้การดำเนินงานของศูนย์มีประสิทธิภาพ เนื่องจากเป็นการทำงานร่วมกันของผู้นำองค์กรที่มีบทบาทในการกำหนดแผนและนโยบายกับผู้ปฏิบัติการในระดับพื้นที่ที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างใกล้ชิดและทั่วถึง

3) การสร้างการมีส่วนร่วมและกระตุ้นให้หลายภาคส่วนเห็นความสำคัญของประเด็นการป้องกันและลดความเสี่ยงในการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ อาทิ สนับสนุนให้กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับพื้นที่จัดทำแผนสุขภาพประเด็นแรงงานนอกระบบ มีส่วนสำคัญในการส่งเสริมให้เกิดโครงการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงฯ

1. การจัดตั้งศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ ควรกำหนดโครงสร้างคณะกรรมการที่ประกอบด้วยผู้นำองค์กรที่มีบทบาทในการกำหนดแผนและนโยบายกับผู้ปฏิบัติการในระดับพื้นที่ที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างใกล้ชิดและทั่วถึง เช่น นายกองค์การบริหารส่วนตำบล ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ผู้แทนอาสาสมัครอาชีวอนามัย ผู้นำชุมชนหรือผู้แทนหมู่บ้าน ผู้แทนศูนย์เรียนรู้ชุมชนภายในตำบล อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เป็นต้น

2. การขับเคลื่อนศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ ให้มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง ควรแต่งตั้งอาสาสมัครอาชีวอนามัยในชุมชนหรืออาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเป็นอาสาสมัครประจำศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ

ข้อเสนอเชิงนโยบาย

1. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล ควรประสานความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายด้านสุขภาพ เช่น สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และหน่วยงานอื่นในพื้นที่ ในการจัดตั้งศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบให้ครอบคลุมทุกตำบล เพื่อเป็นกลไกในการขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบในชุมชน

2. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล ควรประสานความร่วมมือ ในการจัดทำแผนสุขภาพประเด็นแรงงานนอกระบบ และจัดทำแผนการจัดตั้งและแผนการดำเนินงานของศูนย์เรียนรู้เพื่อ การจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบ และให้การสนับสนุนด้านวิชาการ บุคลากร และ งบประมาณ เพื่อให้การขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอก ระบบในชุมชนผ่านศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบเกิด ความต่อเนื่องและมีความยั่งยืน

การประเมินกระบวนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง

การประเมินกระบวนการพัฒนานวัตกรรมชุมชนเพื่อลดความเสี่ยง โดยการมีส่วนร่วมของผู้นำ สมาชิกกลุ่ม อาชีพ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง พิจารณาออกแบบการพัฒนาต่อยอดจากต้นทุนที่มีอยู่เดิม เกิดจากการใช้ความรู้ และความคิดสร้างสรรค์ที่มีประโยชน์เพื่อการลดความความเสี่ยง ลดความเหลื่อมล้ำและลดช่องว่าง ในการเข้าถึง สิทธิและบริการด้านสุขภาพ โดยใช้แนวทางการประเมินกระบวนการพัฒนาด้านทุนการทำงานเพื่อพัฒนาสู่องค์ความรู้ และนวัตกรรม 5 ระดับดังนี้

- ระดับ 5 สามารถขยายผล/บูรณาการหรือถ่ายทอดองค์ความรู้หรือนวัตกรรมสู่ภายนอกองค์กรได้
- ระดับ 4 มีการวิเคราะห์ สังเคราะห์ผล การนำไปใช้ว่าตอบโจทย์หรือเป้าหมายที่คาดหวังจริงหรือไม่ และปรับปรุง แนวทางการปฏิบัติงานได้
- ระดับ 3 มีการดำเนินงาน และร่องรอยหรือหลักฐานการนำมาปฏิบัติ เพื่อพัฒนาให้ได้ตามกรอบคิด หลักการและ มาตรฐานของ “องค์ความรู้” หรือ “นวัตกรรม” ที่เป็นเป้าหมายหรือภาพตรงกัน
- ระดับ 2 มีแนวทางการปฏิบัติที่สามารถนำไปพัฒนากระบวนการทำงานต่อเนื่องได้ ทั้งในส่วนที่เสริม และอุดช่องว่างข้อจำกัด
- ระดับ 1 รู้และเข้าใจ มีแนวทางการปฏิบัติ แต่ยังไม่มีการจัดระบบผลการดำเนินงานที่เป็นรูปธรรมสืบค้นได้

จากการพิจารณาตามแนวทางการประเมินกระบวนการพัฒนานวัตกรรมที่อยู่ในระดับ 2 จำนวน 1 นวัตกรรม ระดับ 3 จำนวน 5 นวัตกรรม และ ระดับ 4 จำนวน 4 นวัตกรรม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

นวัตกรรม	การประเมิน /ระดับ				
	1	2	3	4	5
1. แปลงปลูกผักลอยฟ้า บ้านคำคำปิ่น ตำบลแม่พุง อำเภอวังชิ้น จังหวัดแพร่			✓		
2. อุปกรณ์บังบริเวณมอเตอร์ป้องกันเครื่องกระแทกมือ กลุ่มอุตสาหกรรมไม้ตะเคียบ ตำบลถ้ำ นลอง อำเภอเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์			✓		
3. อุปกรณ์ห่อเสื้อกอก อำเภอเมือง จังหวัดตาก				✓	
4. การปรับใช้ผ้ายีนส์จากกางเกงยีนส์ที่ไม่ใช้แล้ว นำมาวางบนหน้าขาของผู้ที่ทำงานที่ผ้าและ ชัดต้นคลุม ตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล				✓	
5. เครื่องมือที่สมาชิกกลุ่มนำมาดัดแปลงช่วยในการทำเส้นต้นคลุม ตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล				✓	
6. การออกแบบแท่นจับตัวแบบก่อนขึ้นรูปชิ้นงานซึ่งสามารถจับตัวแบบหมุนได้ 360 องศา ตำบลนาทอน อำเภอทุ่งหว้า จังหวัดสตูล				✓	
7. ศูนย์สร้างเสริมอนามัยและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลนาชะอัง อำเภอเมือง จังหวัดชุมพร			✓		
8. ศูนย์เรียนรู้เพื่อการจัดการความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพของแรงงานนอกระบบตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา			✓		
9. การบริหารร่างกายเพื่อสร้างเสริมสุขภาพจากการทำงานกลุ่มอาชีพสานผักตบชวา ตำบลบาง ขุด อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท			✓		
10. กายบริหารยืดเหยียดกล้ามเนื้อ “3 นาที 4 ท่า แก้ปัญหาปวดเมื่อย” กลุ่ม เกษตรกรสวนยางพารา ตำบลแค อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา		✓			



ชุดความรู้ : มาตรการชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงจากการประกอบอาชีพ

กองบรรณาธิการ

เรียบเรียง และประมวลภาพรวม : อรพิน วิมลภูษิต

ประสานงานและรวบรวม ข้อมูล : วรกมล ไชยกัน

พัชรินทร์ ศรีวิสัย

ยุคนธร พรหมเดช

อำนาจการ : ระวีวรรณ ไชยกัน

ผู้สนับสนุน : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
สสส.

องค์กรรับผิดชอบ : โครงการพัฒนาศักยภาพกลไกและนโยบาย
การส่งเสริมป้องกันโรคจากการประกอบอาชีพโดยฐาน
ภายใต้ สมาคมวิถีทางเลือกเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

วัน /เดือน /ปี : 20 กุมภาพันธ์ 2564





สมาคมวิถีสานเลือกเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน (SADA)

โครงการเชียงใหม่วิพลส 2 อาคาร B-04 หมู่ที่ 1 ถนนมหิตล

ตำบลป่าแดด อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50100

โทรศัพท์/โทรสาร : 053 200 208

E-mail : sadathai.org@gmail.com

Website : www.sadathailand.org

Facebook : [sadathailand](https://www.facebook.com/sadathailand)