



ประกาศจังหวัดตราด

เรื่อง องค์การแห่งการออกกำลังกายและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

ด้วยมติคณะรัฐมนตรีเมื่อวันที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ กำหนดให้ข้าราชการทุกคนมีกิจกรรมออกกำลังกายอย่างเป็นกิจวัตร ประกอบกับสถานการณ์จังหวัดตราดพบการป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมอง มีแนวโน้มสูงขึ้น อีกทั้งประชาชนมีภาวะอ้วนเพิ่มขึ้น แสดงให้เห็นถึงปัญหาการมีพฤติกรรมเสี่ยงและขาดการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องของประชาชนจังหวัดตราด

ดังนั้นเพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพ มีภูมิคุ้มกันในตนเองเพื่อป้องกันการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ที่เป็นภัยต่อสุขภาพ จึงขอให้ทุกองค์กรดำเนินการเพื่อเป็นองค์กรแห่งการออกกำลังกายและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรังดังนี้

๑. ให้ทุกองค์กรประกาศเป็นนโยบายภายในองค์กรเรื่องการออกกำลังกาย และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เพื่อให้บุคลากรถือปฏิบัติรวมถึงขยายผลสู่ชุมชนอย่างจริงจังและต่อเนื่อง

๒. ให้ข้าราชการ/บุคลากรในสังกัดทุกคน ออกกำลังกายอย่างเป็นกิจวัตรและต่อเนื่องโดยให้ทุกหน่วยงานสนับสนุนให้บุคลากรออกกำลังกายในวันพุธของทุกสัปดาห์ ตั้งแต่เวลา ๑๕.๐๐ น. เป็นต้นไป และให้ถือเป็นการปฏิบัติราชการ

๓. ให้ข้าราชการ/บุคลากรในสังกัดทุกคน ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารคือ เน้นการลดหวาน มัน เค็ม ปรุงสุก สะอาด ลดการบริโภคบุหรี่ยาสูบ พร้อมทั้งให้มีภาวะสุขภาพจิตที่ดี

๔. ให้ข้าราชการ/บุคลากรในสังกัดทุกคน ได้รับการตรวจสุขภาพประจำปี เพื่อประเมินภาวะสุขภาพ และได้รับการดูแลรักษาโดยเร็วเมื่อพบภาวะผิดปกติ

๕. ขยายผลการปฏิบัติ ข้อ ๑-๓ สู่ประชาชนชาวตราด อย่างทั่วถึงเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพร่วมกัน

จึงประกาศมาให้ทราบโดยทั่วกัน และให้ถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด

ประกาศ ณ วันที่ ๓๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๙

(นายชาญนะ เอี่ยมแสง)
ผู้ว่าราชการจังหวัดตราด