



ประกาศคณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์
เรื่อง หลักเกณฑ์การคำนวณภาระงานด้านสุขภาพกายของบุคลากรสายวิชาการ
คณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีการศึกษา ๒๕๖๙
(๑ กรกฎาคม ๒๕๖๙ – ๓๐ มิถุนายน ๒๕๗๐)

.....

โดยที่เป็นการสมควรให้ออกประกาศคณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ เรื่อง หลักเกณฑ์การคำนวณชั่วโมงภาระงานด้านสุขภาพกายของบุคลากรสายวิชาการ คณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีการศึกษา ๒๕๖๙ (๑ กรกฎาคม ๒๕๖๙ – ๓๐ มิถุนายน ๒๕๗๐) เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการประเมินผลการปฏิบัติงานประจำปี ฉะนั้น อาศัยอำนาจตามความในมาตรา ๓๕ แห่งพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยพะเยา พ.ศ. ๒๕๕๓ และคำสั่งมหาวิทยาลัยพะเยา ที่ ๖๘๙๘/๒๕๖๕ ลงวันที่ ๒๖ กันยายน ๒๕๖๕ ประกอบกับมติคณะกรรมการประจำคณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ ในคราวประชุมครั้งที่ ๑๑๒ (๘/๒๕๖๙) เมื่อวันพฤหัสบดีที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๙ เรื่อง แต่งตั้งคณบดีคณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ จึงออกประกาศคณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ เรื่อง หลักเกณฑ์การคำนวณภาระงานด้านสุขภาพกายของบุคลากรสายวิชาการ คณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์ ปีการศึกษา ๒๕๖๙ ไว้ดังนี้

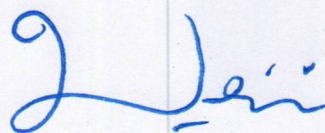
การคำนวณชั่วโมงภาระงานด้านสุขภาพกาย ให้ดำเนินการตามเกณฑ์ ดังต่อไปนี้

ภาระงานด้านสุขภาพกาย	จำนวนภาระงาน (ชั่วโมง)	เอกสารแนบในระบบ HR SMART	หมายเหตุ
๑. กรณีทำแบบประเมิน ความสุข (Happy People) ของมหาวิทยาลัยพะเยา	๓๐ ชั่วโมง	ผลการประเมิน Happy People	คะแนนเฉลี่ย ทั้ง ๔ (สังคม , สุขภาพกาย , สุขภาพใจ และการ พักผ่อน ตั้งแต่ ๘๕% ขึ้นไป (หากต่ำกว่า ๘๕% ระบบจะคำนวณ สัดส่วนภาระงานตาม จริง)
๒. กรณีนอนหลับคืนละ ๗ ชั่วโมง และมีชั่วโมงนอน สะสมครบ ๑,๕๐๐ ชั่วโมง	๕๐ ชั่วโมง	ข้อมูลจากอุปกรณ์สวม ใส่อัตโนมัติ	บันทึกข้อมูลลงใน Dashboard (หากเฉลี่ย ไม่ถึง ๗ ชั่วโมงต่อคืน ไม่ต้องบันทึกในระบบ)

๓. กรณีออกกกำลังกาย สม่ำเสมอ	๑๕๐ ชั่วโมง	รายงานสรุปข้อมูล ชั่วโมงภาระงานการ ออกกกำลังกายจาก Dashboard	บันทึกข้อมูลลงใน Dashboard (ไม่เกิน ๑๕๐ ชั่วโมงภาระงาน)
๔. กรณีเข้ารับบริการตรวจ Sleep Test	๕๐ ชั่วโมง	ผลการตรวจ Sleep Test	กรณีที่ผลการตรวจ แสดงถึง การนอนหลับ ปกติ
๕. กรณีเข้ารับการตรวจ สุขภาพประจำปี	ข้อละ ๕๐ ชั่วโมง (รวมสูงสุด ๒๐๐ ชั่วโมง)	ผลการตรวจสุขภาพ ประจำปี	กรณีที่ผลการตรวจ สุขภาพประจำปีอยู่ใน เกณฑ์ปกติโดยแบ่ง พิจารณาเป็น ๔ ค่า (ค่าละ ๕๐ ชั่วโมง) ได้แก่ ๑. ดัชนีมวลกาย(BMI) ๒. น้ำตาลในเลือด (FBS) ๓. ไตรกลีเซอไรด์ (TG) ๔. LDL-C (ไขมันเลว)

*การคิดภาระงาน ๑ ชั่วโมงทำงาน/ ๑ ชั่วโมงปฏิบัติงานจริง ทั้งนี้ ไม่เกิน ๒๐๐ ชั่วโมง/ปีการศึกษา

ประกาศ ณ วันที่ ๒๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๙ เป็นต้นไป



(รองศาสตราจารย์ ดร.มนตรา พงษ์นิล)
คณบดีคณะรัฐศาสตร์และสังคมศาสตร์