



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา
โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของ
บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟกเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

**Cooperative Education Report
Anti-Smoking Campaign Project
Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd.-smm.5**

โดย

นางสาวพุกษา ถึงคำภู 5801620002

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา (130-409)

ภาควิชาการจัดการทั่วไป

คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษา 3 ปีการศึกษา 2559



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา
โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของ
บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5

**Cooperative Education Report
Anti-Smoking Campaign Project
Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd.-smm.5**

โดย
นางสาวพุกษา ถึงคำภู 5801620002

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา (130-409)

ภาควิชาการจัดการทั่วไป

คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยสยาม

ภาคการศึกษา 3 ปีการศึกษา 2559

รายชื่อผู้จัดทำ	นางสาวพุกษา ถึงคำฐร หัสนักศึกษา 5801620002
ภาควิชา	การจัดการทั่วไป
อาจารย์ที่ปรึกษา	ดร.ขวัญใจ อุ่นหัวฒนไพบูลย์

คณะกรรมการการสอบโครงการ

(ดร.ขวัญใจ อุณหวัฒน์ไพบูลย์)

(คุณวันชัย สุวรรณมณี)

(อาจารย์ วิจารณ์ เทวสินธุ์)

.....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา
(ผศ.ดร.มารจ ติมปะวัฒน์)

ชื่อโครงการ: โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

หน่วยกิต: 5

ชื่อนักศึกษา: นางสาวพุกษา ถึงคำภู

อาจารย์ที่ปรึกษา: ดร.ขวัญใจ อุณหวัฒน์ไพบูลย์

ระดับการศึกษา: บริหารธุรกิจบัณฑิต

ภาควิชา: การจัดการทั่วไป

คณะวิชา: บริหารธุรกิจ

ภาคการศึกษา/ ปีการศึกษา: 3/2559

บทคัดย่อ

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) มีนโยบายเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เสริมสร้างสุขภาพของพนักงานให้แข็งแรง ดังนั้น ผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อรณรงค์การ ลด ละ เลิกการสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 2) เพื่อให้พนักงานมีความรู้ถึงโทษของการสูบบุหรี่ โดยมีการรณรงค์เรื่องบุหรี่ ประชาสัมพันธ์จัดบอร์ดโทษของบุหรี่และจัดกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก มีการจัดเกมต่างๆพร้อมทั้งมีการติดตามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของพนักงาน ผลการศึกษาพบว่าพนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพตัวเองและบุคคลรอบข้าง ซึ่งมีพนักงานเลิกสูบบุหรี่ได้ทั้งหมด 12 คน อีกทั้งยังสามารถนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหการ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน เพื่อพัฒนาแก้ไขปรับปรุง และตอบสนองนโยบายของภาครัฐที่สนับสนุนให้ประชาชนเลิกสูบบุหรี่และได้สอดคล้องกับนโยบายของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด

คำสำคัญ : รณรงค์/ต่อต้านการสูบบุหรี่/ บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)

Project Title : Anti-Smoking Campaign Project, Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd.

By : Miss Phuhapar Thunkompu
Advisor : Mrs. Kwanjai Unthavatanapaibul
Degree : Bachelor of Business Administration
Major : General Management
Faculty : Business Administration
Semester / Academic year : 3/2016

Abstract

Sammitr Motors Manufacturing Public Co.Ltd. has an anti-smoking policy to build a healthier workspace for the company's employees. This became the beginning for student to investigate this campaign as the cooperative project. The main objective of the study were: 1. to reducing the number of employee's that smoke; 2. to inform Sammitr Motors Manufacturing Public Co.Ltd., Employees about the damage that cigarettes and smoking has on their bodies and the environment. The author created a public information board about the effects of smoking and conducted a World No Tobacco Day activity, which had many activities. The author also registered some of the smoking employees and follow up with all of them on the smoking information. The results found that the smoke understood the harm of smoking and 12 employees decided to quit smoking entirely.

Keywords: Campaign, Anti-smoking, Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd.



กิตติกรรมประกาศ

(Acknowledgement)

ตามที่ได้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษาบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟกเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 ตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม 2560 ถึงวันที่ 25 สิงหาคม 2560 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่างๆที่มีค่ามากมายสำหรับรายงานสหกิจศึกษานับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่าย ดังนี้

1. ดร.ขวัญใจ อุณหวัฒน์ไพบูลย์ อาจารย์ที่ปรึกษา
2. คุณวันชัย สุวรรณมณี ผู้จัดการแผนกบุคคลและธุรการ

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริง ซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นางสาวพฤษา ถึงคำภู
วันที่ 27 ตุลาคม 2560

สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstrac	ง
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ	2
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ	2
บทที่ 2 การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	
2.1.ความรู้เกี่ยวกับบุหรี	3
2.2 โทษของบุหรี	4
2.3 สาเหตุของพฤติกรรมการสูบบุหรี	5
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
บทที่ 3 รายละเอียดการปฏิบัติงาน	
3.1 ชื่อและสถานที่ประกอบการ	8
3.2 ลักษณะการประกอบการผลิตภัณฑ์การให้บริการหลักขององค์กร	9
3.3 รูปแบบการจัดองค์การและการบริหารงานขององค์กร	11
3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย	12
3.5 ชื่อและตำแหน่งของพนักงานที่ปรึกษา	12
3.6 ระยะเวลาปฏิบัติงาน	12
3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน	12
3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้	13
บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงานตามโครงการ	
4.1 ร่วมสำรวจพฤติกรรมพนักงานบริษัทสามมิตรฯ	14
4.2 ติดตามพฤติกรรมการสูบบุหรีของกลุ่มเป้าหมาย	16
4.3 ให้ความรู้จัดบอร์ดประชาสัมพันธ์และจัดกิจกรรมวันงดสูบบุหรีโลก	18
4.4 จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรีและบอร์ดผู้เลิกบุหรี12คน	28

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ

5.1 สรุปผลโครงการ.....30

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....31

บรรณานุกรม.....33

ภาคผนวก ก บทความทางวิชาการ

ภาคผนวก ข ข้อมูลไวนิล

ภาคผนวก ค ภาพบรรยากาศทำงาน

ประวัติผู้จัดทำ



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 ตารางแสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ	13
ตารางที่ 4.1 ผลตารางการติดตามเลกนุหรี	16



สารบัญรูปภาพ

หน้า

รูปภาพที่ 3.1 ภาพแสดงแผนที่บริษัท สามมิตรมอเตอร์สเมนูแฟลคเจริง จำกัด (มหาชน)	8
รูปภาพที่ 3.2 ภาพแสดงหน้าบริษัท สามมิตรมอเตอร์สเมนูแฟลคเจริง จำกัด (มหาชน)	9
รูปภาพที่ 3.3 ภาพแสดงผลิตภัณฑ์รถดั้มพ์และรถพ่วง	10
รูปภาพที่ 3.4 รูปแบบการจัดองค์การและการบริหารงานขององค์กร	11
รูปภาพที่ 3.5 รูปแบบการบริหารงานแผนกฝ่ายบุคคลและธุรการ-SMM.5	11
รูปภาพที่ 4.1 แบบสำรวจบันทึกประวัติผู้ได้รับคำแนะนำเลิกบุหรี่	15
รูปภาพที่ 4.2 ภาพการติดตามพนักงานในไลน์ผลิต	17
รูปภาพที่ 4.3 ภาพการติดตามพนักงานในไลน์ผลิต	17
รูปภาพที่ 4.4 ภาพกิจกรรมจัดบอร์ดเลิกบุหรี่รายนิตเดียวใต้โรงอาหารSMM.5	18
รูปภาพที่ 4.5 ภาพกิจกรรมจัดบอร์ดให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด	19
รูปภาพที่ 4.6 ภาพกิจกรรมจัดบอร์ดโทษของการสูบบุหรี่ในไลน์ผลิต	19
รูปภาพที่ 4.7 พนักงานบริษัทได้รับคู่มือเลิกบุหรี่	20
รูปภาพที่ 4.8 ภาพจัดลานกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่ ณ ใต้โรงอาหารSMM.5	21
รูปภาพที่ 4.9 ภาพอุปกรณ์เล่นเกม	21
รูปภาพที่ 4.10 ภาพอุปกรณ์เล่นเกมและของรางวัลต่างๆ	22
รูปภาพที่ 4.11 ภาพอุปกรณ์เล่นเกมและของรางวัลต่างๆ	22
รูปภาพที่ 4.12 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกกับของรางวัล	23
รูปภาพที่ 4.13 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกกับของรางวัล	23
รูปภาพที่ 4.14 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกกับของรางวัล	24
รูปภาพที่ 4.15 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกกับของรางวัล	24
รูปภาพที่ 4.16 ภาพกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก	25
รูปภาพที่ 4.17 กิจกรรมการเล่นเกมเหยียบลูกโป่ง	25
รูปภาพที่ 4.18 กิจกรรมการเล่นเกมเหยียบลูกโป่ง	26
รูปภาพที่ 4.19 มอบของรางวัลแก่ผู้ร่วมกิจกรรม	26
รูปภาพที่ 4.20 มอบของรางวัลแก่ผู้ร่วมกิจกรรม	27
รูปภาพที่ 4.21 มอบของรางวัลแก่ผู้ร่วมกิจกรรม	27
รูปภาพที่ 4.22 สื่อรณรงค์ในพื้นที่สูบบุหรี่	28
รูปภาพที่ 4.23 ภาพเขตปลอดบุหรี่พื้นที่ห้องน้ำ	28
รูปภาพที่ 4.24 ภาพบุคคลต้นแบบเลิกบุหรี่ได้ 12 คน	29

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันรัฐบาลได้มีการรณรงค์ให้ได้เห็นถึงโทษของการสูบบุหรี่ เพื่อให้ทุกคนตระหนักถึงและลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ โดยรณรงค์ให้ทุกคนใส่ใจกับสุขภาพของตนเองรวมถึงผู้ที่อยู่ใกล้เคียง แต่แนวโน้มของผู้สูบบุหรี่มีเพิ่มมากขึ้นและประกอบกับทางบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟกเจอร์ส จำกัด (มหาชน) มีนโยบายเพื่อสนับสนุนแนวทางของภาครัฐโดยให้พนักงานได้ลด ละ เลิกการสูบบุหรี่ ซึ่งพนักงานทั้งหมดที่มีจำนวน 429 คน มีคนสูบบุหรี่ 142 คน

การสูบบุหรี่เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้สูบและบุคคลรอบข้าง เป็นพฤติกรรมที่พบเห็นได้ทุกสังคมตั้งแต่วัยรุ่นจนถึงวัยผู้ใหญ่และวัยสูงอายุ โดยเฉพาะกลุ่มวัยทำงานทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพเพิ่มมากขึ้นของโรคที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ เช่น โรคหัวใจหลอดเลือด โรคปอด และมะเร็ง เป็นต้น ซึ่งมีอันตรายต่อร่างกายและเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตที่สูงกว่าสาเหตุอื่นๆก่อให้เกิดผลเสียหายหลายประการทั้งต่อตัวผู้สูบเองโดยตรงและผู้ได้รับควันบุหรี่ (บุปผา ศิริวัศมี และคณะ, 2549:1)

ดังนั้น ผู้จัดทำจึงมีความตระหนักถึงความสำคัญที่จะชี้ให้เห็นถึงโทษและพิษภัยของการสูบบุหรี่ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องศึกษา การรับรู้ถึงผลกระทบของการสูบบุหรี่ต่อสุขภาพและพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟกเจอร์ส จำกัด (มหาชน)-SMM.5 เพื่อจะได้นำไปใช้เป็นแนวทางในการรณรงค์ให้ ลด ละ เลิก บุหรี่ รวมทั้งป้องกันแก้ไข ปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ใน บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟกเจอร์ส จำกัด (มหาชน) ซึ่งเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันไม่ให้เกิดโรคต่างๆอันเป็นผลกระทบมาจากการสูบบุหรี่

1.2 วัตถุประสงค์

1.2.1 เพื่อรณรงค์การ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟกเจอร์ส จำกัด (มหาชน)-SMM.5

1.2.2 เพื่อให้พนักงานมีความรู้ถึงโทษของการสูบบุหรี่

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการจัดทำโครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟกเจอร์ส จำกัด (มหาชน)-SMM.5 ผู้จัดทำกำหนดขอบเขตเนื้อหาของเนื้อหาไว้ 3 ด้าน ดังนี้

1.3.1.1 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับโทษของบุหรี่

1.3.1.2 ปัญหาด้านพฤติกรรม การ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่

1.3.1.3 ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมและคนรอบข้าง

1.3.2 ขอบเขตด้านระยะเวลา

คือ ระยะเวลาในการศึกษาที่ บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟกเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5ระยะเวลาเริ่มตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม 2560 ถึงวันที่ 25 สิงหาคม 2560

1.3.3 ประชากรที่ใช้ในการทำโครงการ

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟกเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 จำนวนผู้สูบบุหรี่ 142 คน

1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ

1.4.1 สามารถนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาการ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟกเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

1.4.2 พนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพต่อตัวเองและบุคคลใกล้ชิด

บทที่ 2

การทบทวนเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ผู้จัดทำได้ทำการศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎีตรวจสอบเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ดังนี้

- 2.1 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่
- 2.2 โทษของบุหรี่
- 2.3 สาเหตุของพฤติกรรมกาสูบหรี่
- 2.4 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

2.1 ความรู้เกี่ยวกับบุหรี่

บุหรี่เป็นสิ่งที่ทำจากใบยาสูบ ซึ่งมีการนำมาประดิษฐ์และปรุงแต่งเป็นรูปแบบต่าง ๆ พระราชบัญญัติคุ้มครองสุขภาพผู้ไม่สูบบุหรี่ พ.ศ.2535 (สำนักโรคไม่ติดต่อ, 2548: 30)

อุไรวัฒน์ คชาชีวะ (2531: 37) กล่าวว่า บุหรี่ มีสารประกอบต่าง ๆ อยู่มากกว่า 4,000 ชนิด สารบางชนิดมีผลต่อการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย บางชนิดเกิดพิษ บางชนิดทำให้เซลล์ผิดปกติ บางชนิดเป็นตัวก่อให้เกิดมะเร็ง บางชนิดเป็นสารต่อต้านภูมิคุ้มกัน

สารที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย ซึ่งเป็นสารที่ประกอบอยู่ในบุหรี่และควันบุหรี่ ได้แก่

1. นิโคติน (Nicotine) เป็นสารที่พบตามธรรมชาติในใบยาสูบเท่านั้น สารนี้ในระยะแรกจะออกฤทธิ์กระตุ้นสมองและระบบประสาทส่วนกลาง จะมีฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาท ร้อยละ 95 ของสารนิโคตินจะไปจับที่ปอด บางส่วนจับที่เยื่อหุ้มริมฝีปาก บางส่วนจะถูกดูดซึมเข้ากระแสเลือด และมีผลโดยตรงต่อต่อมหมวกไต ก่อให้เกิดการหลั่งของสาร Epinephrine ทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น

ผลของนิโคตินต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งก่อให้เกิด

1. ความดันโลหิตสูง
2. หัวใจเต้นเร็วขึ้น
3. หลอดเลือดแดงที่ขาและแขนหดตัว
4. เพิ่มไขมันในเลือด

2. ทาร์ (Tar) ประกอบด้วยสารหลายชนิด มีลักษณะเป็นละอองของเหลวเหนียวสีน้ำตาล คล้ายน้ำมันดิน ร้อยละ 50 ของทาร์จะจับอยู่ที่ปอด ทำให้เกิดการระคายเคืองซึ่งเป็นสาเหตุของการไอ

3. คาร์บอนมอนอกไซด์ (Carbon Monoxide) เป็นก๊าซที่เกิดจากการเผาไหม้ไม่สมบูรณ์ เป็นก๊าซที่แย่งจับกับเม็ดเลือดแดงโดยแทนที่ออกซิเจน ทำให้ออกซิเจนไปเลี้ยงส่วนต่างๆไม่เพียงพอ ทำให้มีอาการมึนงง เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย หมดกำลัง

4. ไฮโดรเจนไซยาไนด์ (Hydrogen Cyanide) เป็นสารพิษทำลายเยื่อหุ้มหลอดเลือดส่วนปลายและผนังถุงลม ทำให้เกิดโรคถุงลมโป่งพอง

5. ไนโตรเจนไดออกไซด์ เป็นก๊าซพิษที่ทำลายเยื่อหุ้มหลอดลมส่วนปลายและถุงลม

6. แอมโมเนีย (Ammonia) เป็นสารที่มีฤทธิ์ระคายเคืองเนื้อเยื่อ

7. สารกัมมันตภาพรังสี คิวบ์นิวทรีมีสาร โพลอนิئم 210 (Polonium 210) ที่มีรังสีแอลฟา อยู่เป็นสาเหตุหนึ่งของการเกิดโรคมะเร็งปอด

2.2 โทษของบุหรี่

การสูบบุหรี่จะมีผลโดยตรงต่อสุขภาพของผู้สูบบุหรี่ทำให้เกิดโรคต่างๆมากมาย (ประทิทวาทีสาธกกิจ, 2555: 49) มีดังนี้

1. โรคมะเร็ง

2. โรคหัวใจ

3. โรคหลอดเลือด

4. โรคระบบทางเดินหายใจ

5. โรคระบบทางเดินอาหาร

6. โรคเหงือกและฟัน

7. ผลต่อการตั้งครรภ์ อันตรายที่เกิดจากการสูบบุหรี่ขณะตั้งครรภ์ มีอันตรายทั้งต่อมารดาและทารก อาจทำให้เกิดการแท้ง

8. ผลต่อระบบสืบพันธุ์ การสูบบุหรี่มีผลให้สมรรถภาพทางเพศลดลง

ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม

การสูบบุหรี่นอกจากจะมีโทษต่อผู้สูบเองแล้วยังทำให้ผู้อื่นที่อยู่ในบรรยากาศของการสูบบุหรี่สูดเอาควันพิษเข้าไปด้วย ทำให้เกิดอันตรายได้เช่นเดียวกับผู้ที่สูบบุหรี่ เนื่องจากควันบุหรี่ในบรรยากาศจะเกิดจากควัน 2 กระแสคือ

1. สายควันหลัก (Mainstream Smoke) เป็นควันที่เกิดจากผู้สูบบุหรี่เป่าหรือพ่นออกมา

2. ควันสายข้างเคียงหรือควันหลง (Side stream Smoke) หรือควันบุหรีมือสอง (SecondhandSmoke) เป็นควันที่เกิดจากปลายบุหรีที่เผาไหม้ขณะผู้สูบบุหรีถือหรือวางบุหรีโดยไม่ได้อสูบ ส่วนใหญ่แล้วที่ลอยอยู่ทั่วไปมาจากควันสายข้างเคียงถึงร้อยละ 85 ของควันบุหรี ซึ่งผลกระทบของบุหรีที่มีผลต่อคนข้างเคียง (ธีระ ลิมศิลา, 2537: 18-29)

1.เด็ก ทำให้เด็กป่วยด้วยโรคหลอดลมอักเสบ ปอดบวม หอบหืด หูอักเสบเพิ่มมากขึ้น

2.หญิงมีครรภ์ ที่สูบบุหรี จะทำให้น้ำหนักตัวในขณะตั้งครรภ์เพิ่มน้อยกว่า ปกติ

3.คู่สมรสของผู้สูบบุหรี มีโอกาสเป็นมะเร็งปอดมากกว่าคู่สมรสที่ไม่สูบบุหรีเป็น 2 เท่า

4.คนทั่วไป บุคคลทั่วไปที่อยู่ในบรรยากาศที่ผู้อื่นสูบบุหรีอยู่ ควันบุหรีจะทำให้เกิดอาการเคืองตาปวดศีรษะ คัดจมูก น้ำมูกไหล (สถาบันควบคุมการบริโภคยาสูบ, 2548:7)

2.3 สาเหตุของพฤติกรรมการสูบบุหรี

วรารณ ภูมิสวัสดิ์ (2539: 36) กล่าวว่า สาเหตุการติดบุหรีนั้นมี 3 สาเหตุคือ

1. เหตุกระตุ้นความเครียดอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงในกายใจและสังคมของบุคคล
2. เหตุสนับสนุนการได้มาโดยง่าย การหาซื้อได้สะดวกง่ายดาย พ่อแม่สูบบุหรี เพื่อนทั้งกลุ่มสูบบุหรีกันมาก การได้รับการเชิญชวนจากการโฆษณาขายบุหรี
3. เหตุโน้มเอียงในบุคลิกภาพ มีการศึกษาวิจัยหลายแห่งชี้ให้เห็นว่า คนที่สูบบุหรีและคนที่ไม่สูบบุหรีมีบุคลิกภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ คนที่สูบบุหรีมักเป็นคนหุนหัน เปิดเผย กระตือรือร้น ต้องการต่อต้านอำนาจบังคับบัญชา มีการแสดงออกถึงความต้องการทางเพศสูง อารมณ์ดังเครียด วิตก กังวล เจ้าอารมณ์ มีลักษณะทางประสาททำให้ต้องพึ่งพาบุหรี

ทองหล่อ เดชไทย (2527: 40) ได้กล่าวถึงสาเหตุของการสูบบุหรีว่าเกิดจาก

1. การกระตุ้น (Stimulation)
2. เป็นสิ่งยึดเหนี่ยว (Handling) เนื่องจากชอบกลิ่นบุหรี
3. ผ่อนคลาย (Relaxation)
4. การระบาย (Crutch) เกิดขึ้นขณะมีความเครียดหรือไม่สบายใจ
5. ความอยาก (Craving) เพราะสารนิโคตินพบในใบยาสูบนั้นสามารถทำให้เกิดผลเช่นเดียวกับยาเสพติด

6. การมีบุหรีจำหน่ายโดยทั่วไปและการโฆษณาทางสื่อมวลชนต่าง ๆ เนื่องจากมีความสะดวก ในการหาซื้อบุหรี

2.4 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

วิไลวรรณ วีระยะโชโย และอภิรดี แซ่ลิ่ม (2548: 207) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่และสุขภาพของบุคคลากร นักศึกษาแพทย์และผู้ป่วยนอก และญาติของคณะแพทยศาสตร์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โดยเก็บข้อมูลจากบุคคลากร จำนวน 1,417 ราย ผลการศึกษาพบว่า กลุ่ม การศึกษาทุกกลุ่ม มีทัศนคติในเรื่องของพิษภัยจากการสูบบุหรี่คล้ายคลึงกันคือ ร้อยละ 99 เห็นว่า การสูบบุหรี่ไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพ และต่อคนรอบข้าง มากกว่าร้อยละ 70 เห็นว่าสังคมมีค่านิยมที่ดีว่าผู้ใหญ่ไม่ควรสูบบุหรี่ ผู้ชายสูบบุหรี่ไม่จัดเป็นพฤติกรรมปกติ ผู้หญิงสูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมไม่เหมาะสม วัยรุ่นที่สูบบุหรี่เป็นพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างยิ่ง และไม่น่าเลียนแบบ บุคลากรและนักศึกษายังมีผู้สูบบุหรี่ กล่าวคือบุคลากรร้อยละ 3.1 กลุ่มนักศึกษาร้อยละ 0.8 ซึ่งร้อยละ 66 ของผู้สูบบุหรี่ในทุกกลุ่มเริ่มสูบบุหรี่จากการอยากลองและร้อยละ 61 เริ่มสูบบุหรี่จากเพื่อนชักนำ โดยร้อยละ 66 มีความคิดจะเลิกบุหรี่ และร้อยละ 75 มีความต้องการข้อมูลเรื่องวิธีการเลิกด้วยตนเองสูงสุด ส่วนผู้ที่ไม่คิดเลิกสูบบุหรี่ส่วนใหญ่เนื่องจากสภาพแวดล้อมมีผู้สูบบุหรี่มาก

สุกษมาลย์ ประสมศักดิ์ (2552: 1-6) ศึกษาปัจจัยและผลที่เกี่ยวข้องกับการสูบบุหรี่ และพฤติกรรมการเลิกบุหรี่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คน พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 2 ร้อยละ 33.2 ในขณะบริหารธุรกิจ อายุเฉลี่ย 21.3 ปีบุคคลในครอบครัวของนักศึกษาที่สูบบุหรี่ คือ บิดาและพี่ชาย ปัจจัยด้านความรู้ทัศนคติ และความเชื่อเกี่ยวกับการสูบบุหรี่นั้น คะแนนเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ปานกลางคือ 6.12 ระดับทัศนคติต่อการสูบบุหรี่ในภาพรวมส่วนใหญ่ไม่เห็นด้วยกับการสูบบุหรี่ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนักศึกษา ส่วนใหญ่จะเริ่มสูบบุหรี่ระหว่างอายุ 16-18 ปี ด้วยสาเหตุจากการอยากลองโดยเพื่อนชักชวน และเคยตั้งใจเลิกสูบบุหรี่แต่เลิกไม่สำเร็จ

ปริศนา คาเงิน (2553: 5-6) การวิจัยเรื่องความคิดเห็นต่อปัจจัยจูงใจที่ส่งผลต่อการสูบบุหรี่ ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะพัฒนาการท่องเที่ยวมหาวิทยาลัยแม่โจ้ จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีพฤติกรรมสูบบุหรี่ 100 คน ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีอายุโดยเฉลี่ย 19 ปี โดยเห็นว่าปัจจัยจูงใจภายในคือการอยากรู้อยากเห็น และอยากลองสูบบุหรี่เองอยู่ในระดับปานกลาง ด้านเจตคติ กลุ่มตัวอย่างมีเจตคติที่ดีต่อการไม่สูบบุหรี่ คือเห็นว่าการสูบบุหรี่ไม่ช่วยให้เกิดความมั่นใจ การเป็นที่สนใจของเพศตรงข้ามความเป็นผู้นำหรือการเป็นคนทันสมัยก็ไม่จำเป็นต้องพึ่งพาบุหรี่ ปัจจัยจูงใจภายนอกที่มีอิทธิพลต่อการสูบบุหรี่ เห็นว่าอยู่ใน

ระดับปานกลาง คือ กลุ่มเพื่อนที่ยังไม่เลิกสูบบุหรี่ เมื่อมีการสังสรรค์กับเพื่อนๆ จึงต้องสูบบุหรี่ เพื่อให้เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน





รูปภาพที่ 3.2 ภาพแสดงหน้าบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแอมูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)

3.2 ลักษณะการประกอบการผลิตภัณฑ์การให้บริการหลักขององค์กร

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแอมูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน) จัดทะเบียนเป็นบริษัทจำกัด เมื่อปี พ.ศ. 2510 เพื่อประกอบธุรกิจผลิตชิ้นส่วนตัวถังรถยนต์และรถบรรทุก แม่พิมพ์ขึ้นรูป และอุปกรณ์จับยึด สำหรับโรงงานผู้ประกอบรถยนต์ ก่อนที่จะขยายไลน์ในการลงทุนในอุตสาหกรรมที่เกี่ยวข้องอย่างเป็นระบบ

ปัจจุบันธุรกิจของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแอมูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน) และบริษัท ในเครือสามารถแบ่งได้เป็น 3 กลุ่มธุรกิจหลัก ได้แก่

1.กลุ่มธุรกิจชิ้นส่วนยานยนต์(Auto parts)

- แม่พิมพ์สำหรับปั๊มขึ้นรูปชิ้นส่วนรถยนต์
- อุปกรณ์จับยึดเพื่อการประกอบรถยนต์และตรวจสอบคุณภาพ
- ชิ้นส่วนขึ้นรูปโลหะ
- หลังคาเหล็กและอุปกรณ์ตกแต่งสำหรับรถปิคอัพ

2.กลุ่มธุรกิจพาหนะเพื่อการขนส่ง(Logistics Solution)

- รถดั้มพ์และรถพ่วง
- เพลาล้อและกระบอกลูกไฮดรอลิก
- พาหนะและเครื่องจักรกลการเกษตร

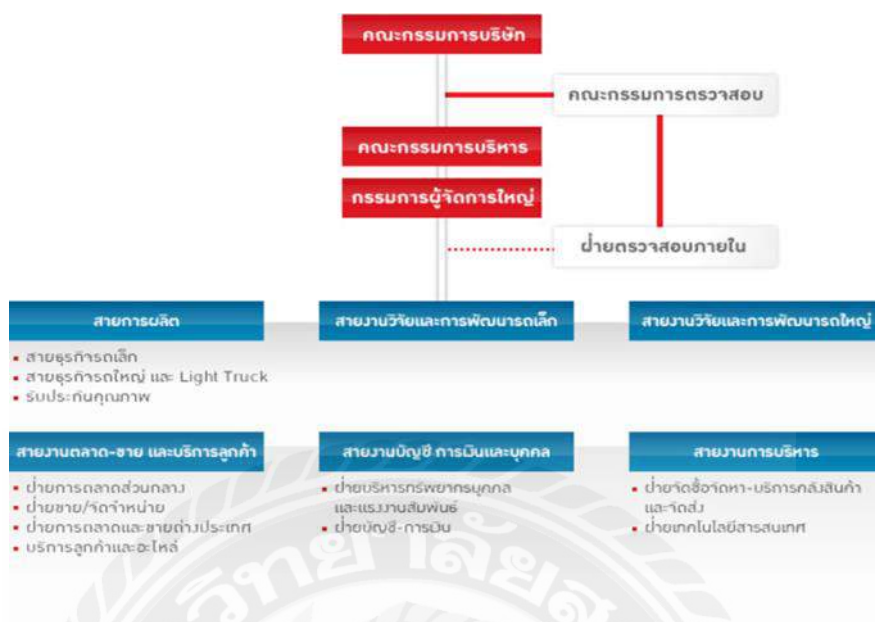
3.กลุ่มธุรกิจยานยนต์พลังงานก๊าซธรรมชาติ(NGV Vehicle and Equipment Business)

- รถบรรทุกเอ็นจีวี
- รถบรรทุกอเนกประสงค์เพื่อการเกษตรใช้เชื้อเพลิงไบโอดีเซล บี 100
- บริการรับดัดแปลงและติดตั้งเครื่องยนต์เอ็นจีวี

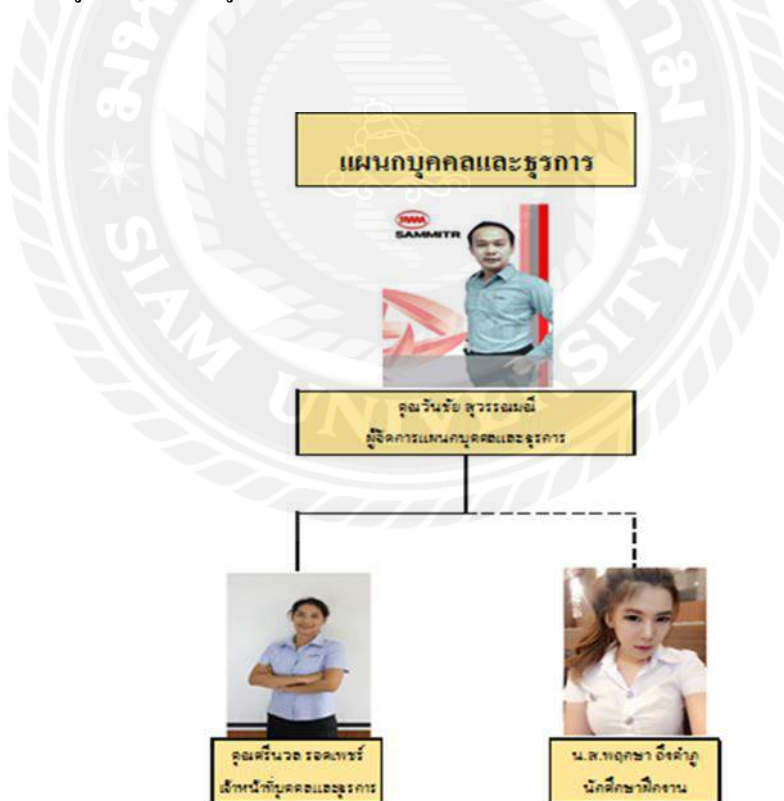


รูปภาพที่ 3.3 ภาพแสดงผลิตภัณฑ์รถดัมพ์และรถพ่วง

3.3 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร



รูปภาพที่ 3.4 รูปแบบการจัดองค์กรและการบริหารงานขององค์กร



รูปภาพที่ 3.5 รูปแบบการบริหารงานแผนกฝ่ายบุคคลและธุรการ-SMM.5

3.4 ตำแหน่งและลักษณะงานที่นักศึกษาได้รับมอบหมาย

นักศึกษาศึกษาปฏิบัติงานในตำแหน่งพนักงานฝ่ายบุคคลและธุรการซึ่งจะทำงานที่ได้รับมอบหมายจากหน้าที่ที่ปรึกษา เช่น ทำการโหลดตังข้อมูลเข้า-ออก ที่สแกนนิ้วลงเวลาการทำงานทุกวัน การปฏิบัติงานในส่วนของการเอกสาร เก็บรวบรวมข้อมูล,จัดเรียงใบขออนุญาตออกจากบริษัทของ แต่ละวัน ,นำใบลาของพนักงานที่ลี้ข้อมูลแล้วมาจัดเรียงใส่แฟ้มแยกเป็นแต่ละแผนก,ทำการตรวจพื้นที่โรงอาหารทุกวัน เช่น อาหารในโรงอาหารและแม่ค้า, ทำบอร์ดประชาสัมพันธ์เรื่องต่างๆ,ลี้ข้อมูลใบอนุญาตนำสิ่งของออกจากโรงงานของแต่ละเดือน ทำกิจกรรมต่างๆ เช่น ทุกวันอังคารจะมีกิจกรรมmorning exercise, กิจกรรม5ส,กิจกรรมตลาดนัดสามมิตร,การแข่งขันกีฬาป้องกัน,กิจกรรมโครงการอาหารเพื่อสุขภาพ,กิจกรรมวันสำคัญต่างๆ,กิจกรรมส่งน้ำหวานจากใจถึงใจ,เดินไลน์การผลิตสำรวจและดูการทำงานของพนักงาน

3.5 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา

คุณวันชัย สุวรรณมณี ตำแหน่ง ผู้จัดการแผนกบุคคลและธุรการสาขา SMM.5

3.6 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

3.6.1 ระยะเวลาในการดำเนินงานวันที่ 15 พฤษภาคม 2560 ถึงวันที่ 25 สิงหาคม 2560 เป็นระยะเวลา 15 สัปดาห์

3.6.2 วันเวลาในการปฏิบัติสกิจ วันจันทร์-ศุกร์ เวลา 07.30 – 17.00 น.

3.7 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ผู้จัดทำได้ดำเนินงานตามขั้นตอนต่อไปนี้

- 3.7.1 รวบรวมข้อมูลและรายละเอียดของการดำเนินงานในแผนกบุคคลและธุรการ
- 3.7.2 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเลือกหัวข้อในการทำโครงการและนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา
- 3.7.3 ปรึกษาและรับคำแนะนำในการเขียนโครงการจากอาจารย์ที่ปรึกษาและพนักงานพี่เลี้ยง
- 3.7.4 รวบรวมข้อมูลและออกแบบโครงการ
- 3.7.5 การดำเนินการตามขั้นตอนของการทำโครงการที่ได้วางแผนไว้
- 3.7.6 ติดตามสรุปและประเมินผลโครงการ
- 3.7.7 จัดทำเล่มโครงการฉบับสมบูรณ์

ตาราง 3.1 ตารางแสดงระยะเวลาในการดำเนินงานของโครงการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	พ.ค.60	มิ.ย.60	ก.ค.60	ส.ค.60
1.รวบรวมข้อมูล	←→			
2.วิเคราะห์ข้อมูล	←→			
3.ปรึกษาอาจารย์และพี่เลี้ยง	←→			
4.ออกแบบโครงงาน		←→		
5.ดำเนินการตามแผนงาน	←→			
6.สรุปและประเมินผล			←→	
7.จัดทำรูปเล่มฉบับสมบูรณ์	←→			

3.8 อุปกรณ์และเครื่องมือที่ใช้

- คอมพิวเตอร์
- เครื่องมือสำนักงาน เช่น แม็ก, กรรไกร , กระดาษ
- สมุดจดบันทึก
- เครื่องปั่น
- เครื่องถ่ายเอกสาร

บทที่ 4

ผลการปฏิบัติงาน

การรายงานผลการดำเนินงาน โครงการสหกิจศึกษาเรื่อง โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 อธิบายผลการดำเนินงานเป็น 4 ขั้นตอน ดังนี้

4.1 ร่วมสำรวจพฤติกรรมพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

4.2 ติดตามพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของกลุ่มเป้าหมาย

4.3 ให้ความรู้จัดบอร์ดประชาสัมพันธ์เรื่องของโทษบุหรี่และรณรงค์จัดกิจกรรมในวันสำคัญต่างๆ

4.4 จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่และบอร์ดผู้เลิกบุหรี่เพื่อให้เป็นบุคคลต้นแบบบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

4.1 ร่วมสำรวจพฤติกรรมพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) SMM.5

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) มีนโยบายสร้างเสริมสุขภาพเรื่องของการรณรงค์เรื่องบุหรี่และให้มีความรู้ถึงโทษของการสูบบุหรี่เพื่อคุ้มครองสุขภาพของพนักงาน ลูกจ้างและผู้มาติดต่องาน ได้ดำเนินการสำรวจเกี่ยวกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพนักงาน และร่วมกันรณรงค์ต่อต้านการสูบบุหรี่ในรูปแบบต่างๆ

จากการสำรวจพบว่าพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) มีพนักงาน 429 คน มีผู้สูบบุหรี่ 142 คน โดยมีทางบริษัทสามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) ทำการสัมภาษณ์พนักงานและรวบรวมเก็บข้อมูลต่างๆดังนี้

รายการข้อมูลการเก็บรวบรวม

- 1.พฤติกรรมการสูบบุหรี่ในปัจจุบันและในอดีต
- 2.อายุที่เริ่มสูบบุหรี่และสาเหตุที่เริ่มสูบบุหรี่
- 3.ระยะเวลาที่เลิกสูบบุหรี่ จำนวนครั้งที่พยายามเลิกสูบ
- 4.และสาเหตุที่เลิกสูบของประชากรที่เคยสูบบุหรี่แต่ปัจจุบันเลิกสูบแล้ว

แบบบันทึกประวัติผู้ได้รับคำแนะนำนำอิเล็กทรอนิกส์

ร่างที่.....วันที่เก็บข้อมูล 12/5/17

ประวัติส่วนตัว

- ชื่อ นามสกุล ศิริคุณ วัฒน อายุ 22 ปี เพศ ☒ ชาย ☐ หญิง โรคประจำตัว.....
- สถานภาพสมรส ☐ โสด ☒ คู่ ☐ หย่า ☐ อื่นๆ..... ศาสนา ☒ พุทธ ☐ คริสต์ ☐ อิสลาม
- การศึกษา ☐ ประถมศึกษา ☒ มัธยมศึกษา ☐ อนุปริญญา ☐ ปริญญาตรี ☐ อื่นๆ.....
- อาชีพ.....แผนกที่ปฏิบัติงาน.....ตำแหน่ง.....

ข้อมูลพฤติกรรมและการสูบบุหรี่

- สูบบุหรี่วันละ 1 มวน สูบมานาน 22 ปี เริ่มสูบเมื่ออายุ 14 ปี อี้อีกหรือชนิดของบุหรี่ที่สูบ มิกซ์ ใน ☒ สูบเป็นประจำทุกวัน ☐ ไม่ได้สูบทุกวัน ☐ อื่นๆ ระบุ.....
- จ่ายค่าบุหรี่วันละ 10-15 บาท เหตุผลที่ต้องสูบบุหรี่ เลิกบุหรี่ไม่ได้
- ระยะเวลาตั้งแต่ต้นจนตอนเช้าจนกระทั่งสูบบุหรี่วันแรกครั้งแรกของวัน ☒ ภายใน 5 นาทีหลังจากตื่นนอน ☐ ช่วงเวลา 6-30 นาที ☐ นานมากกว่า 30 นาทีขึ้นไป ระบุ.....
- ชอบสูบบุหรี่ในช่วงเวลาใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☒ หลังรับประทานอาหารเสร็จ ☒ ขณะเข้าห้องน้ำ ☒ หลังตื่นนอนตอนเช้า ☒ ขณะดื่มสุรา ☐ ขณะดื่มชา ☐ ขณะอยู่ในกลุ่มเพื่อน ☒ เวลาเครียดหรือใช้ความคิด ☐ หงุดหงิดหรืออารมณ์เสีย ☒ ก่อนเข้านอน ☒ เสร็จ/ว่างเมื่อรู้สึกผ่อนคลาย ☐ อื่นๆ.....
- คนใกล้ชิด/สมาชิกครอบครัวมีใครบ้างที่สูบบุหรี่ ☒ ไม่มี ☐ มี ระบุ.....
- เคยเลิกสูบบุหรี่มาแล้วหรือไม่ ☒ เคยมาแล้ว ระบุ จำนวน 2 ครั้ง ☐ ยังไม่เคย (ข้ามไปข้อ 16)
- แรงจูงใจหรือสาเหตุที่ทำให้เคยเลิกสูบบุหรี่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ☐ สุขภาพไม่ดี ☒ ก่ออันตรายจากการสูบบุหรี่ ☒ สิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย ☒ มีคนขอร้องให้เลิกสูบบุหรี่ ☒ หายใจลำบาก ☒ มีกลิ่นตัวหรือกลิ่นปาก ☐ สังคมรังเกียจ ☒ อื่นๆ เลิกไม่ได้
- วิธีที่เคยใช้ในการเลิกสูบบุหรี่ คือ ☐ เลิกสูบทันที ☒ ค่อยๆ ลดจำนวนลงเรื่อยๆ ☐ ไรยา ☐ อื่นๆ.....
- สาเหตุที่เลิกสูบบุหรี่ไม่สำเร็จ ใจไม่พอ เหตุผลที่สูบบุหรี่ได้นานเท่าไร.....
- สาเหตุที่กลับไปสูบบุหรี่อีกเพราะ ☒ ใจไม่เข้มแข็ง ☐ หงุดหงิด ☒ ไม่มีสมาธิ ☒ เครียด ☐ เห็นผู้อื่น/เพื่อนสูบบุหรี่ ☐ โคนขวักชวนให้กลับไปสูบบุหรี่อีก ☐ อื่นๆ.....
- เคยได้รับคำแนะนำวิธีการเลิกสูบบุหรี่มาก่อนหรือไม่ ☒ ไม่เคย ☐ เคย จาก.....
- ขณะนี้ ☐ ไม่คิดจะเลิกสูบบุหรี่ ☒ คิดจะเลิกสูบบุหรี่แต่ยังไม่พร้อมจะเลิกสูบบุหรี่ ☐ ค่อยๆ ลด ☐ อดสูก่อน/ไม่แน่ใจ ☐ กำลังเลิกสูบบุหรี่ ☐ เลิกวันนี้เลย ☐ จะเลิก (ระบุวัน).....
- กรณีที่ท่านกำลังเลิกสูบบุหรี่จะเลิกวันนี้หรือระบุวันเลิกสูบบุหรี่ ท่านคิดว่าท่านสามารถจะเลิกได้ภายใน.....วัน ท่านมั่นใจกี่เปอร์เซ็นต์.....

Version 25 February 2016



คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
COA. No. MUPH. ๑๐ 15 - 194
วันรับรอง ๒๙ มิ.ย. ๕๖

รูปภาพที่ 4.1 แบบสำรวจบันทึกประวัติผู้ได้รับคำแนะนำนำอิเล็กทรอนิกส์

4.2 ติดตามพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของกลุ่มเป้าหมาย

เรื่องของการดำเนินงาน โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5 ได้มีการติดตามกลุ่มเป้าหมายผู้เลิกบุหรี่ โดยให้คำปรึกษาแจกคู่มือสำหรับเลิกบุหรี่และติดตามผลของแต่ละคนตั้งแต่เดือนเมษายน 2560 ถึงเดือนกรกฎาคม 2560 ข้อมูลการติดตามพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของกลุ่มเป้าหมายโดยสรุปได้มีดังนี้

ตารางที่ 4.1 ผลตารางการติดตามเลิกบุหรี่

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน) แบบบันทึกประวัติผู้ได้รับคำแนะนำให้เลิกบุหรี่												
ผู้สมัครเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 30 ท่าน												
ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	อายุ	เพศ	สูบบุหรี่ วันละ (มวน)	สูบบุหรี่ นาน (ปี)	เริ่มสูบบุหรี่ เมื่ออายุ	จ่ายค่า บุหรี่วัน ละ	ค่าใช้จ่าย	ติดตาม/1 เม.ย.60	ติดตาม/2 พ.ค.60	ติดตาม/3 มิ.ย.60	ติดตาม/4 ก.ค.60
1	นายพีระพงศ์ คล้ายสุบรรณ		ชาย	15-20	22	14	50	396000	0	0	0	0
2	นายนิรันดร์ โภกทรัพย์	34	ชาย	20	20	14	70	504000	0	0	0	0
3	นายฐศักดิ์ ไขติเรืองศรี	58	ชาย	60	37	21	135	1798200	20ตัว/วัน	10ตัว/วัน	0	0
4	นายวีระศักดิ์ ทรงวีระ	52	ชาย	10	28	23	25	252000	0	0	0	0
5	นายวิเชียร รัตนเรือง	43	ชาย	20	25	22	50	450000	0	0	0	0
6	นายถกฤษณ์ กลิ่นน้ำหอม	30	ชาย	6	9	21	20	64800	4ตัว/วัน	0	0	0
7	นายมานพ คงพูน	38	ชาย	20	19	19	65	444600	0	0	0	0
8	นายสุพจน์ กรพิพัฒน์	44	ชาย	20	20	18	85	612000	0	0	0	0
9	นายสุมน มหุวัน	38	ชาย	10	20	14	30	216000	0	0	0	0
10	นายณรงค์ ขอดอินทร์	28	ชาย	20	11	17	65	257400	0	0	0	0
11	นายพีรชัย ปิ่นรักษา	19	ชาย	20	5	15	65	117000	7ตัว/วัน	0	0	0
12	นายชัยรัตน์ แสงจันทร์	59	ชาย	40	40	19	130	1872000	0	0	0	0
13	นายณัฐพงษ์ เพชรคง	36	ชาย	11	20	15	50	360000	5ตัว/วัน	5ตัว/วัน	5ตัว/วัน	5ตัว/วัน
14	นายธีระวุฒิ วามะพันธ์	28	ชาย	3	5	23	10	18000	3ตัว/วัน	3ตัว/วัน	1ตัว/วัน	1ตัว/วัน
15	นายไพศกร พิทักษ์เงินไทย	29	ชาย	10	10	17	70	252000	7ตัว/วัน	5ตัว/วัน	5ตัว/วัน	7ตัว/วัน
16	นายขวัญชัย จินปุระ	27	ชาย	10	4	23	50	72000	6ตัว/วัน	10ตัว/วัน	8ตัว/วัน	7ตัว/วัน
17	นายหนึ่ง ขาวราวี		ชาย	20	10	18	60	216000	17ตัว/วัน	12ตัว/วัน	10ตัว/วัน	7ตัว/วัน
18	นายณพคุณ รอดชีวิต	16	ชาย	5	0.5	16	20	3600	3ตัว/วัน	3ตัว/วัน	2ตัว/วัน	2ตัว/วัน
19	นายอดิศักดิ์ สุมล เสาวลักษณ์	34	ชาย	20	19	20	55	376200	7ตัว/วัน	7ตัว/วัน	12ตัว/วัน	7ตัว/วัน
20	นายวิรัช สวัสดิ์	35	ชาย	10	15	20	30	162000	7ตัว/วัน	5ตัว/วัน	6ตัว/วัน	3ตัว/วัน
21	นายพิทักษ์ ขาปัญญา	43	ชาย	10	15	28	45	243000	7ตัว/วัน	4ตัว/วัน	3ตัว/วัน	3ตัว/วัน
22	นายวีระชาติ ทองกลาง	37	ชาย	8	18	19	50	324000	7ตัว/วัน	4ตัว/วัน	4ตัว/วัน	4ตัว/วัน
23	นายสิทธิชัย เทไธ	20	ชาย	5	1	19	51	18360	5ตัว/วัน	3ตัว/วัน	3ตัว/วัน	5ตัว/วัน
24	นายสมใจ นิโค	31	ชาย	9	14	17	30	151200	7ตัว/วัน	6ตัว/วัน	5ตัว/วัน	7ตัว/วัน
25	นายธีรวัฒน์ เส็งดอนไพร	16	ชาย	20	2	14	51	36720	10ตัว/วัน	5ตัว/วัน	5ตัว/วัน	5ตัว/วัน
26	นายเสกสรร คงพูน		ชาย	7	10	14	30	108000	7ตัว/วัน	6ตัว/วัน	3ตัว/วัน	10ตัว/วัน
27	นายมงคล เปรมจิตต์	28	ชาย	10	8	20	40	115200	7ตัว/วัน	7ตัว/วัน	5ตัว/วัน	3ตัว/วัน
28	นายพรพิทักษ์ คำชลธาร	48	ชาย	6		18	20	0	6ตัว/วัน	2ตัว/วัน	4ตัว/วัน	3ตัว/วัน
29	นายรัชนี จินดาสา	40	ชาย	6	3	36	20	0	3ตัว/วัน	3ตัว/วัน	2ตัว/วัน	2ตัว/วัน
30	นายสิทธิโชค เนตรสิงห์	35	ชาย	20	18	17	100	648000	10ตัว/วัน	10ตัว/วัน	8ตัว/วัน	7ตัว/วัน



รูปภาพที่ 4.2 ภาพการติดตามพนักงานในไลน์ผลิต



รูปภาพที่ 4.3 ภาพการติดตามพนักงานในไลน์ผลิต

4.3 ให้ความรู้จัดบอร์ดประชาสัมพันธ์เรื่องของโทษบุหรีและรณรงค์จัดกิจกรรมในวันสำคัญต่างๆ

เรื่องของการดำเนินงาน โครงการสหกิจศึกษาเรื่อง โครงการงานจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรีของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5 เพื่อช่วยสนับสนุนการลด ละ เลิกการสูบบุหรีให้พนักงานมีความรู้และตระหนักถึงโทษของบุหรี ร่วมกันรณรงค์ต่อต้านการสูบบุหรีเพื่อพัฒนาให้บริษัทเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรีและได้ให้ความรู้จัดกิจกรรมวันสำคัญต่างๆเช่น วันงดสูบบุหรีโลก วันยาเสพติดโลกและประชาสัมพันธ์จัดบอร์ดรณรงค์โทษของบุหรีตามพื้นที่ของบริษัท



รูปภาพที่ 4.4 ภาพกิจกรรมจัดบอร์ดเลิกบุหรีง่ายนิดเดียวได้โรงอาหารSMM.5



รูปภาพที่ 4.5 ภาพกิจกรรมจัดบอร์ดให้ความรู้เกี่ยวกับยาเสพติด



รูปภาพที่ 4.6 ภาพกิจกรรมจัดบอร์ดโทษของการสูบบุหรี่ในไลน์ผลิต

กิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก ปี 2560

วันที่ 31 พฤษภาคม 2560 บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ส จำกัด (มหาชน)-SMM.5 จัดกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลกโดยมีกิจกรรมที่น่าสนใจมีป้ายไว้นิเทศให้ความรู้ต่างๆเช่น การช่วยเลิกบุหรี่และภัยร้ายจากควันบุหรี่ โทษของการสูบบุหรี่ และพิษภัยจากควันประเภทต่างๆ กฎหมายที่ต้องรู้เมื่อสูบบุหรี่ในสถานประกอบการ แจกคู่มือเลิกบุหรี่และยังมีเกมต่างๆให้ร่วมกิจกรรม เช่น เกมจำคำขวัญวันงดสูบบุหรี่โลก เกมหมุนวงล้อเพื่อแชร์ประสบการณ์การเลิกบุหรี่ของพนักงาน เกมเหยียบลูกโป่งและผู้ร่วมกิจกรรมยังได้รับของรางวัลต่างๆ โครงการจัดกิจกรรมนี้เพื่อณรงค์ให้พนักงานได้เห็นถึงอันตรายโทษพิษภัยของการสูบบุหรี่และสมัครใจเข้าร่วมโครงการช่วยเลิกบุหรี่ เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจให้พนักงานตระหนักถึงโทษและพิษภัยของการสูบบุหรี่และผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับตัวพนักงานโดยสอดแทรกความรู้ผ่านกิจกรรมต่าง ๆ

ขั้นตอนการดำเนินงาน

4.3.1 จัดลานกิจกรรม ณ ใต้โรงอาหารSMM.5ในวันที่ 31 พฤษภาคม 2560 โดยใช้เวลาในช่วงพักรับประทานอาหาร

4.3.2 เชิญชวนพนักงานบริษัทสามมิตรมอเตอร์สฯ เข้าร่วมกิจกรรมภายในพื้นที่ประกอบด้วย

4.3.2.1 กิจกรรมเกมตอบคำถามเกี่ยวกับพิษภัยของบุหรี่ เกมจำคำขวัญวันงดสูบบุหรี่โลก เกมหมุนวงล้อเพื่อแชร์ประสบการณ์การเลิกบุหรี่ของพนักงาน เกมเหยียบลูกโป่ง เพื่อรับของรางวัล/ของที่ระลึก



รูปภาพที่ 4.7 พนักงานบริษัทได้รับคู่มือเลิกบุหรี่



รูปภาพที่ 4.8 ภาพจัดลานกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่ ณ ใต้โรงอาหารSMM.5



รูปภาพที่ 4.9 ภาพอุปกรณ์เล่นเกม



รูปภาพที่ 4.10 ภาพอุปกรณ์เล่นเกมและของรางวัลต่างๆ



รูปภาพที่ 4.11 ภาพอุปกรณ์เล่นเกมและของรางวัลต่างๆ



รูปภาพที่ 4.12 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกรับของรางวัล



รูปภาพที่ 4.13 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกรับของรางวัล



รูปภาพที่ 4.14 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกรับของรางวัล



รูปภาพที่ 4.15 พนักงานร่วมกิจกรรมเล่นเกมแลกรับของรางวัล



รูปภาพที่ 4.16 ภาพกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก



รูปภาพที่ 4.17 กิจกรรมการเล่นเกมเหยียบลูกโป่ง



รูปภาพที่ 4.18 กิจกรรมการเล่นเกมเหยียบลูกโป่ง



รูปภาพที่ 4.19 มอบของรางวัลแก่ผู้ร่วมกิจกรรม



รูปภาพที่ 4.20 มอบของรางวัลแก่ผู้ร่วมกิจกรรม



รูปภาพที่ 4.21 มอบของรางวัลแก่ผู้ร่วมกิจกรรม

4.4 จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่และบอร์ดผู้เลิกบุหรี่เพื่อให้เป็นบุคคลต้นแบบบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน) สาขา SMM 5 กำหนดพื้นที่สูบบุหรี่ไม่อนุญาตให้สูบบุหรี่ในพื้นที่ทำงานหรือทำงานไปสูบบุหรี่เพื่อลดอุบัติเหตุระหว่างทำงานได้มีการจัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่และสื่อรณรงค์ในพื้นที่สูบบุหรี่โดยกำหนดพื้นที่ปลอดบุหรี่ในเขตต่างๆของไลน์ผลิต กำหนดให้พื้นที่ทำการทั้งหมดของบริษัท (ทุกพื้นที่ในอาคารสำนักงาน/อาคารโรงงานและบริเวณทั่วไปยกเว้นพื้นที่ที่ได้กำหนดให้เป็นเขตสูบบุหรี่) เป็นเขตปลอดบุหรี่



รูปภาพที่ 4.22 สื่อรณรงค์ในพื้นที่สูบบุหรี่



รูปภาพที่ 4.23 ภาพเขตปลอดบุหรี่พื้นที่ห้องน้ำ

ผลการดำเนินโครงการฯ มีพนักงานเลิกสูบบุหรี่ได้ทั้งหมด 12 คน จากการสอบถามหลายท่านสาเหตุที่เลิกสูบบุหรี่ได้เพราะการที่บริษัทฯ ได้ดำเนินโครงการอย่างจริงจังทำให้พนักงานเห็นช่องทางหรือวิธีการเลิกบุหรี่ได้จริง แต่ก็ยังมีหลายท่านที่บอกว่าเลิกบุหรี่ได้เพราะตัวเอง ทั้งนี้ บริษัทฯ ได้มีการยกย่องกลุ่มพนักงานดังกล่าวให้เป็นบุคคลต้นแบบอีกด้วย



รูปภาพที่ 4.24 ภาพบุคคลต้นแบบเลิกบุหรี่ได้ 12 คน

บทที่ 5

สรุปผลและข้อเสนอแนะ

โครงการสหกิจศึกษาเรื่อง โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

- 1) เพื่อรณรงค์การ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5
- 2) เพื่อให้พนักงานมีความรู้ถึงโทษของการสูบบุหรี่

5.1 สรุปผลโครงการ

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) เป็นโรงงานที่ผลิตเกี่ยวกับเครื่องยนต์ตัวถังรถยนต์และรถบรรทุกซึ่งส่วนมากพนักงานเป็นผู้ชายที่มีจำนวน 429 คนและมีความสูบบุหรี่ 142 คน บริษัทมีนโยบายเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เสริมสร้างสุขภาพของพนักงานให้แข็งแรง จึงได้มีการรณรงค์เรื่องของการสูบบุหรี่ให้มีความรู้ถึงโทษพิษภัยและผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพตัวเองและบุคคลรอบข้าง

ดังนั้นผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายของบริษัทและของรัฐบาล ด้วยการจัดกิจกรรมดังนี้ กิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลกมีการจัดเกมต่างๆ เช่น เกมจำคำขวัญวันงดสูบบุหรี่โลก เกมหมุนวงล้อเพื่อแชร์ประสบการณ์การเลิกบุหรี่ของพนักงาน เกมเหยียบลูกโป่งและประชาสัมพันธ์จัดบอร์ดณรงค์โทษของบุหรี่ จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่ พร้อมทั้งมีการติดตามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของพนักงาน ทำให้พนักงานเกิดความสนใจในกิจกรรมและดำเนินการลด ละ เลิก ปริมาณการสูบบุหรี่ลง

5.1.1 ผลที่ได้รับจากการโครงการสหกิจศึกษา

- 1) พนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพต่อตัวเองและบุคคลรอบข้าง
- 2) การจัดกิจกรรมต่างๆและประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เรื่องโทษจากการสูบบุหรี่ทำให้ได้เรียนรู้ถึงกระบวนการทำงานต่างๆของฝ่ายบุคคลและได้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงานและที่พนักงานบริษัท
- 3) ทำให้เกิดการพัฒนามีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการจัดบอร์ดประชาสัมพันธ์แสดงถึงผลงานของผู้จัดทำโครงการ

4) เมื่อประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เรื่องโทษและอันตรายจากการสูบบุหรี่แล้วพบว่าพนักงานจำนวนมากที่คิดจะเลิกสูบบุหรี่เพื่อสุขภาพของตนเองและบุคคลใกล้ชิดและบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 มีพนักงานเลิกสูบบุหรี่ได้ทั้งหมด 12 คน

5.1.2 ข้อจำกัดหรือปัญหาของโครงการ

การจัดกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลกส่วนมากพนักงานไม่ค่อยให้ความสนใจเท่าไรเนื่องจากจัดกิจกรรมตอนเวลาพักเที่ยง พนักงานส่วนมากจึงใช้เวลาในการพักผ่อนมากกว่า

5.1.3 ข้อเสนอแนะเพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้อื่น

ผู้จัดทำควรมีการประชุมวางแผนเรื่องเวลาของพนักงานให้สอดคล้องกับเวลาการจัดกิจกรรมและคณะผู้จัดทำโครงการควรมีการประชาสัมพันธ์ให้พนักงานได้รับทราบเพื่อการจัดกิจกรรมจะได้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

5.2.1 ข้อดีของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

- 1) นักศึกษาได้มีประสบการณ์จากการทำงานก่อนเข้าสู่การทำงานจริง
- 2) นักศึกษาได้เรียนรู้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีความอดทน ฝึกฝนให้เป็นคนที่มีความรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ สร้างเสริมลักษณะนิสัยให้เป็นคนตรงต่อเวลามากยิ่งขึ้น
- 3) ได้เรียนรู้ถึงกระบวนการทำงานต่างๆของการทำงานหลังจากการที่ได้เข้ารับการฝึกงานในหน่วยงานที่ได้รับมอบหมายทำให้ได้ทราบถึงกระบวนการในการทำงานของฝ่ายอื่นๆอีกด้วย และได้ทราบถึงบทบาท หน้าที่ และความสำคัญของการทำงาน
- 4) ได้เห็นถึงภาพบรรยากาศและการทำงาน วัฒนธรรมองค์กร และการใช้ชีวิตประจำวันของพนักงานแต่ละแผนก

5.2.2 ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

- 1) นักศึกษายังไม่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน ในช่วงแรกทำให้เกิดความไม่เข้าใจงานบางอย่าง
- 2) ในการปฏิบัติงานมีเอกสารที่ใช้จำนวนมากและมีเครื่องใช้สำนักงานอย่างเช่นเครื่องถ่ายเอกสาร จึงต้องใช้เวลาในการสอบถามจากพนักงานในแผนกและศึกษาข้อมูลเพิ่มเติม

5.2.3 ข้อเสนอแนะ

- 1) ควรหาความรู้เกี่ยวกับองค์กรที่จะเข้าไปปฏิบัติงานก่อนที่จะเข้าไปปฏิบัติงานจริง เป็นการแสดงความตั้งใจในการปฏิบัติงานเพื่อเตรียมพร้อมสู่การปฏิบัติงาน

2) นักศึกษาควรมีการเรียนรู้เกี่ยวกับกฎระเบียบ และวัฒนธรรมขององค์กรของบริษัทก่อนไปปฏิบัติงานในองค์กรนั้นๆ

3) ควรเตรียมความพร้อมก่อนมาฝึกงานในด้านทักษะต่างๆที่จำเป็นต่อการทำงาน เช่น ทักษะคอมพิวเตอร์ ทักษะการสื่อสาร การบริหารงานเอกสารต่างๆ เป็นต้น



บรรณานุกรม

- ทองหล่อ เดชไทย. (2527). ท่านสูบบุหรี่เพราะอะไร. วารสารสุขศึกษา, 5(55).
- ประกิจ วาทีสารชกกิจ. (2555). ห้องสมุด ศจย. วารสารเพื่อคนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่, 13(115).
- ปริศนา คำเงิน. (2553). ความคิดเห็นต่อปัจจัยเชิงจิตที่ส่งผลต่อการสูบบุหรี่ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยแม่โจ้
- วิไลวรรณ วิริยะไชโย และ อภิรดี แซ่ลี้ม. (2548). ทักษะคิดต่อการสูบบุหรี่และสุขภาพของบุคลากร
นักศึกษาแพทย์และผู้ป่วยนอกและญาติของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
สงขลานครินทร์เวชสาร, 24(3).
- วราภรณ์ ภูมิสวัสดิ์. (2539). “ชีวิตจะสั้นเพราะควันบุหรี่”. วารสารใกล้หมอ, (14) .



ภาคผนวก ก
บทความวิชาการ



**โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของ
บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5**

Cooperative Education Report

Anti-Smoking Campaign Project

Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd.-smm.5

นางสาวพุกษา ถึงคำภู

ภาควิชาการจัดการทั่วไป คณะบริหารธุรกิจมหาวิทยาลัยสยาม

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กทม. 10160

Email:Pamphuksa_37@hotmail.com

บทคัดย่อ

บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) มีนโยบายเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เสริมสร้างสุขภาพของพนักงานให้แข็งแรง ดังนั้น ผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการสหกิจศึกษาเรื่อง โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อรณรงค์การ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 2) เพื่อให้พนักงานมีความรู้ถึงโทษของการสูบบุหรี่ โดยมีการรณรงค์เรื่องบุหรี่ประชาสัมพันธ์จัดบอร์ดโทษของบุหรี่และจัดกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก มีการจัดเกมต่างๆพร้อมทั้งมีการติดตามพฤติกรรมการเลิกสูบบุหรี่ของพนักงาน ผลการศึกษาพบว่าพนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพตัวเองและบุคคลรอบข้าง ซึ่งมีพนักงานเลิกสูบบุหรี่ได้ทั้งหมด 12 คน อีกทั้งยังสามารถนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาการ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน เพื่อพัฒนาแก้ไขปรับปรุงและตอบสนองนโยบายของภาครัฐที่สนับสนุนให้ประชาชนเลิกสูบบุหรี่และได้สอดคล้องกับนโยบายของบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)

คำสำคัญ: กิจกรรมสนับสนุน/การเลิกบุหรี่/สามมิตรมอเตอร์ส์

Abstract

Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd has an anti-smoking policy to build a healthier workspace for the company's employee. This became the beginning for student to investigate this campaign as the cooperative project. The main objective of the study are : 1) To reducing the number of employee's that smoke. 2) To inform Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd's employee about the damage that cigarette or smoking make to their bodies and environment. The author creates a public information board about the bad result from smoking and conduct a World No Tobacco Day's activity which have many activities. The author also registered some of the smoking employees and follow up with all of them on the smoking information. The results found that the smoker understand the harms of smoking and 12 employees decided to quit smoking entirely.

Keywords : Campaign/ Anti-smoking/ Sammitr Motors Manufacturing Public Co.,Ltd

วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อรณรงค์การ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่

ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

2.เพื่อให้พนักงานมีความรู้ถึงโทษของการสูบบุหรี่

ขอบเขตของโครงการ

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

1.1 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับโทษของบุหรี่

1.2 ปัญหาด้านพฤติกรรมการลด ละ เลิก การสูบบุหรี่

1.3 ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อมและครอบครัว

2.ขอบเขตด้านระยะเวลา

คือ ระยะเวลาในการศึกษาที่บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5ระยะเวลาเริ่มตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม 2560 ถึงวันที่ 25 สิงหาคม 2560

3. ประชากรที่ใช้ในการทำโครงการ

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาเป็นพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 จำนวนผู้สูบบุหรี่ 142คน

ประโยชน์ที่ได้รับ

1.สามารถนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาการลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

2.พนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพต่อตัวเองและบุคคลใกล้ชิด

ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

1.ร่วมสำรวจพฤติกรรมพนักงานบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

2.ติดตามพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของ

กลุ่มเป้าหมาย

3.ให้ความรู้จัดบอร์ดประชาสัมพันธ์เรื่องของโทษบุหรี่และรณรงค์จัดกิจกรรมในวันสำคัญต่างๆ

4.จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่และบอร์ดผู้เลิกบุหรี่เพื่อให้เป็นบุคคลต้นแบบบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5

สรุปผลโครงการ

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน) เป็นโรงงานที่ผลิตเกี่ยวกับเครื่องยนต์ตัวถังรถยนต์และรถบรรทุกซึ่งส่วนมากพนักงานเป็นผู้ชายที่มีจำนวน 429 คนและมีคนงานสูบบุหรี่ 142 คน บริษัทมีนโยบายเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เสริมสร้างสุขภาพของพนักงานให้แข็งแรง จึงได้มีการรณรงค์เรื่องของการสูบบุหรี่ให้มีความรู้ถึงโทษพิษภัยและผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพตัวเองและบุคคลรอบข้าง

ดังนั้นผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ จำกัด (มหาชน)-SMM.5 เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายของบริษัทและของรัฐบาล ด้วยการจัดกิจกรรมดังนี้ กิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลกมีการจัดเกมต่างๆ เช่น เกมจำคำขวัญวันงดสูบบุหรี่โลก เกมหมุนวงล้อเพื่อแชร์ประสบการณ์การเลิกบุหรี่ เกมเหยียบลูกโป่งและประชาสัมพันธ์จัดบอร์ดรณรงค์โทษของบุหรี่ จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่ พร้อมทั้งมีการติดตามพฤติกรรม การเลิกสูบบุหรี่ของพนักงาน ทำให้พนักงานเกิดความสนใจในกิจกรรมและดำเนินการลด ละ เลิก ปริมาณการสูบบุหรี่ลง

ผลที่ได้รับจากการโครงการสหกิจศึกษา

1.พนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพต่อตัวเองและบุคคลรอบ

ข้าง

2.การจัดกิจกรรมต่างๆประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เรื่องโทษจากการสูบบุหรี่ทำให้ได้เรียนรู้ถึงกระบวนการทำงานต่างๆของฝ่ายบุคคลและได้มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงานและพี่ๆพนักงานบริษัท

3.ทำให้เกิดการพัฒนาที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการจัดบอร์ดประชาสัมพันธ์แสดงถึงผลงานของผู้จัดทำโครงการ

4.เมื่อประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เรื่องโทษและอันตรายจากการสูบบุหรี่แล้วพบว่าพนักงานจำนวนมากที่คิดจะเลิกสูบบุหรี่เพื่อสุขภาพของตนเองและบุคคลใกล้ชิดและบริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5 มีพนักงานเลิกสูบบุหรี่ได้ทั้งหมด 12 คน

ข้อจำกัดหรือปัญหาของโครงการ

การจัดกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก ส่วนมากพนักงานไม่ค่อยให้ความสนใจเท่าไรเนื่องจากจัดกิจกรรมตอนเวลาพักเที่ยง พนักงานส่วนมากจึงใช้เวลาในการพักผ่อนมากกว่า

ข้อเสนอแนะเพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้อื่น

ผู้จัดทำควรมีการประชุมวางแผนเรื่องเวลาของพนักงานให้สอดคล้องกับเวลาการจัดกิจกรรมและคณะผู้จัดทำโครงการควรมีการประชาสัมพันธ์ให้พนักงานได้รับทราบเพื่อการจัดกิจกรรมจะได้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

1. นักศึกษาได้มีประสบการณ์จากการทำงานก่อนเข้าสู่การทำงานจริง

2. นักศึกษาได้เรียนรู้ฝึกทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีความอดทน ฝึกฝนให้เป็นคนที่มีความรับผิดชอบต่อภาระหน้าที่ สร้างเสริมลักษณะนิสัยให้เป็นคนตรงต่อเวลามากยิ่งขึ้น

3. ได้เรียนรู้ถึงกระบวนการทำงานต่างๆของการทำงานหลังจากการที่ได้เข้ารับการฝึกงานในหน่วยงานที่ได้รับมอบหมายทำให้ได้ทราบถึงกระบวนการในการทำงานของฝ่ายอื่นๆอีกด้วยและได้ทราบถึงบทบาท หน้าที่ และความสำคัญของการทำงาน

4. ได้เห็นถึงภาพบรรยากาศและสภาพงานวัฒนธรรมองค์กร และการใช้ชีวิตประจำวันของพนักงานแต่ละแผนก

ปัญหาที่พบของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

1. นักศึกษายังไม่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน ในช่วงแรกทำให้เกิดความไม่เข้าใจงานบางอย่าง

2. ในการปฏิบัติงานมีเอกสารที่ใช้จำนวนมากและมีเครื่องใช้สำนักงานอย่างเช่น เครื่องถ่ายเอกสาร จึงต้องใช้เวลาในการสอบถามจากพนักงานในแผนกและศึกษาข้อมูลเพิ่มเติม

ข้อเสนอแนะ

1. ควรหาความรู้เกี่ยวกับองค์กรที่จะเข้าไปปฏิบัติงานก่อนที่จะเข้าไปปฏิบัติงานจริง เป็นการแสดงความตั้งใจในการปฏิบัติงานเพื่อเตรียมพร้อมสู่การปฏิบัติงาน

2. นักศึกษาควรมีการเรียนรู้เกี่ยวกับกฎระเบียบ และวัฒนธรรมขององค์กรของบริษัทก่อนไปปฏิบัติงานในองค์กรนั้นๆ

3 ควรเตรียมความพร้อมก่อนมาฝึกงานในด้านทักษะต่างๆที่จำเป็นต่อการทำงาน เช่น ทักษะคอมพิวเตอร์ ทักษะการสื่อสาร การบริหารงานเอกสารต่างๆ เป็นต้น

กิตติกรรมประกาศ

ตามที่ได้ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษา ณ บริษัทสามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5 ตั้งแต่วันที่ 15 พฤษภาคม 2560 ถึงวันที่ 25 สิงหาคม 2560 ส่งผล

ให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่างๆที่มี
ค่ามากมายสำหรับรายงานสหกิจศึกษาฉบับนี้สำเร็จ
ลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจาก
หลายฝ่าย ดังนี้

1. ดร. ขวัญใจ อุณหวัฒน์
ไพบุลย์ อาจารย์ที่ปรึกษา

2. คุณวันชัย สุวรรณณิ
ผู้จัดการแผนกบุคคลและธุรการ

ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง
ทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลและเป็นที่
ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์
ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของ
การทำงานจริง ซึ่งผู้จัดทำขอขอบพระคุณเป็นอย่าง
สูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

บรรณานุกรม

ทองหล่อ เดชไทย. 2527. “ท่านสูบบุหรี่เพราะ
อะไร”. วารสารสุขศึกษา.(2527)

ปีที่ 5 ฉบับที่ 55 สิงหาคม พ.ศ.2527
กรุงเทพฯ : ภาควิชา บริหารงาน
สาธารณสุข คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหิดล.

ธีระ ลีเมศิลา. 2525. **อันตรายจากบุหรี่วารสาร
สุขภาพ. 1** (พฤศจิกายน 2525)
กรุงเทพมหานคร: วิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต
และกองทุนสมาคมสุรพิทักษ์.

ประกิจ วาทีสารชกิจ. **ห้องสมุด ศย.** วารสารเพื่อ
คนรุ่นใหม่ไม่สูบบุหรี่ ปีที่ 13
ฉบับที่115 กันยายน 2555.

ปริศนา คาเงิน. (2553). **ความคิดเห็นต่อปัจจัยจูงใจ
ที่ส่งผลต่อการสูบบุหรี่ของนักศึกษาในระดับ
ปริญญาตรี คณะพัฒนาการท่องเที่ยว
มหาวิทยาลัยแม่โจ้ จังหวัดเชียงใหม่**

วิทยานิพนธ์หลักสูตรศิลปศาสตรมหา
บัณฑิต สาขาวิชาบริหารการพัฒนามหาวิทยาลัยแม่โจ้

วิไลวรรณ วิริยะไชโย และอภิรดี แซ่ลิ้ม. (2548)

**ทัศนคติต่อการสูบบุหรี่และสุขภาพของ
บุคลากร นักศึกษาแพทย์และผู้ป่วยนอก
และญาติ ของคณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.** สงขลา
นครินทร์ เวชสาร ปีที่ 24 ฉบับที่ 3
พฤษภาคม – มิถุนายน 2549.

วารกรณ์ ภูมิสวัสดิ์. “**ชีวิตจะสั้นเพราะควันบุหรี่**”
วารสาร ไกล่หม่อ.ฉบับที่ 14 (พฤษภาคม
2539) นนทบุรี : กรมการแพทย์ กระทรวง
สาธารณสุข.

สุมาลย์ ประสมศักดิ์. **ปัจจัยและผลที่เกี่ยวข้องกับ
การสูบบุหรี่ และพฤติกรรมการเลิกบุหรี่
ของนักศึกษามหาวิทยาลัยในเขต
กรุงเทพมหานคร.** สืบค้นวันที่ 11
พฤศจิกายน 2555 เข้าถึงได้จาก
<http://guru.sanook.com/encyclopedia/>

สถาบันควบคุมการบริโภคยาสูบ.2538. **การควบคุม
การบริโภคยาสูบ.** เอกสารวิชาการสถาบัน
ควบคุมการบริโภคยาสูบ กรมการแพทย์
กระทรวงสาธารณสุข,นนทบุรี.

สำนักโรคไม่ติดต่อ.กรมควบคุมโรคกระทรวง
สาธารณสุข. 2548. **พระราชบัญญัติ
คุ้มครองสุขภาพของผู้ไม่สูบบุหรี่พ.ศ.
2535.** กรุงเทพฯ : บริษัทสินทวีการพิมพ์

อุไรวัฒน์ คชาชีวะ,(2531). **บุหรี่ที่มีผลต่อ
พฤติกรรมของหัวใจอย่างไรในชีวิตสั้น
เพราะควันบุหรี่.**กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์
ทหารผ่านศึก.



ภาคผนวก ข
ข้อมูลไวนิต



โครงการสหกิจศึกษาเรื่อง : โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของ
บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)

Cooperative Education Report Anti-Smoking Campaign Project Sammitr Motors Manufacturing Public Co.Ltd.

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการสหกิจ : ดร. ขวัญใจ อุดมวัฒน์
ไพบุลย์

พนักงานที่ปรึกษาโครงการสหกิจ : คุณวันชัย สุวรรณมณี

จัดทำโดย : นางสาวพฤกษา ถึงคำภู

บทคัดย่อ

บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน) เป็นโรงงานที่ผลิตเกี่ยวกับเครื่องยนต์ตัวถังรถยนต์ และรถบรรทุกซึ่งส่วนมากพนักงานเป็นผู้ชายที่มีจำนวน 429 คนและมีคนงานสูบบุหรี่ 142 คน บริษัทมีนโยบายเป็นสถานประกอบการปลอดบุหรี่ เสริมสร้างสุขภาพของพนักงานให้แข็งแรง จึงได้มีการรณรงค์เรื่องของการสูบบุหรี่ให้มีความรู้ถึงโทษพิษภัยและผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพตัวเองและบุคคลรอบข้าง ดังนั้นผู้จัดทำจึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่ของบริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5 เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายของบริษัทและของรัฐบาล ด้วยการจัดกิจกรรมดังนี้ กิจกรรมวันงดสูบบุหรี่ โลกมีการจัดเกมต่างๆ เช่น เกมจำคำขวัญวันงดสูบบุหรี่ โลก เกมหมุนวงล้อเพื่อแชร์ประสบการณ์การเลิกบุหรี่ของพนักงาน เกมเหยียบลูกโป่งและประชาสัมพันธ์จัดบอร์ดรณรงค์โทษของบุหรี่ จัดทำป้ายพื้นที่ปลอดบุหรี่ พร้อมทั้งมีการติดตามพฤติกรรมการเล่นการเลิกสูบบุหรี่ของพนักงาน ทำให้พนักงานเกิดความสนใจในกิจกรรมและดำเนินการลด ละ เลิก ปริมาณการสูบบุหรี่ลง

ประโยชน์ที่ได้รับ

- 1.สามารถนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาการลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ของพนักงาน บริษัท สามมิตรมอเตอร์ส แมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)
- 2.พนักงานมีความรู้ถึงผลกระทบจากการสูบบุหรี่ที่มีผลต่อสุขภาพต่อตัวเองและบุคคลใกล้ชิด
- 3) ทำให้เกิดการพัฒนามีความกตริเริ่มสร้างสรรค์ในการจัดบอร์ดประชาสัมพันธ์แสดงถึงผลงานของผู้จัดทำโครงการ





ภาคผนวก ค
บรรยากาศในการทำงาน



รูปที่ 1.1 ภาพการจัดบอร์ดประชาสัมพันธ์เล็กบุหรื



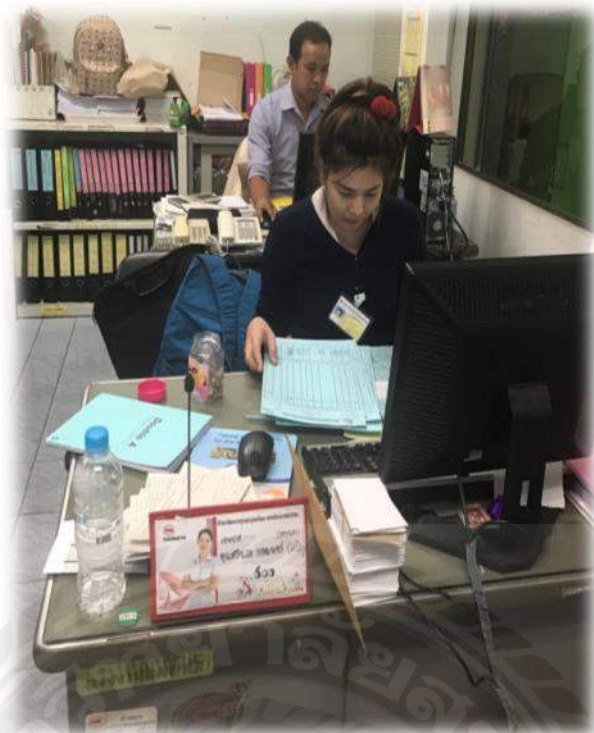
รูปที่ 1.2 ภาพจัดเตรียมกิจกรรมวันงดสูบบุหรี่โลก



รูปที่ 1.3 ภาพตรวจสอบนิโคตินพนักงานช่วยพี่เลี้ยง



รูปที่ 1.4 ภาพแจกถุงขึ้นปลาโครงการอาหารเพื่อสุขภาพ



รูปที่ 1.5 ภาพบรรยากาศในการทำงาน



รูปที่ 1.6 ภาพแจกขนมไทยโครงการอาหารเพื่อสุขภาพ

ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5801620002

ชื่อ-นามสกุล นางสาวพฤกษา ถึงคำภู

คณะ : บริหารธุรกิจ สาขาวิชา : การจัดการทั่วไป

ที่อยู่ 107/125 ม.5 ต.ท่าไม้ อ.กระทุ่มแบน จ.สมุทรสาคร 74110

ผลงาน : โครงการจัดกิจกรรมสนับสนุนการเลิกล้มหนี้ของ

บริษัท สามมิตรมอเตอร์สแมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด (มหาชน)-SMM.5