



# Smoke-Free Organization องค์กรปลอดบุหรี่

**ทำไมต้องปลอดบุหรี่...** เพราะควันบุหรี่มีสารประกอบต่าง ๆ มากกว่า 7,000 ชนิดและมากกว่า 70 ชนิดเป็นสารก่อมะเร็ง โดยสารพิษอันตรายในควันบุหรี่ ได้แก่ คาร์บอนมอนอกไซด์ ไฮโดรเจนไซยาไนด์ ไนโตรเจนไดออกไซด์ ฟอร์มัลดีไฮด์ และสารก่อมะเร็งชนิดอื่น ๆ การสูบบุหรี่จึงเป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพที่รุนแรงถึงชีวิตสำหรับผู้สูบบุหรี่ และทำให้ผู้ที่ไม่ได้สูบบุหรี่ที่ได้รับควันบุหรี่มือสองมีความเสี่ยงในการเป็นโรคต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะโรคมะเร็งปอด โรคเส้นเลือดหัวใจตีบ โรคถุงลมโป่งพอง และโรคหอบหืด เป็นต้น ซึ่งที่ทำงานก็เป็นอีกหนึ่งสถานที่ที่ต้องใช้เวลาอย่างน้อย 8 ชั่วโมงต่อวันและ 5-6 วันต่อสัปดาห์เพื่อทำงาน หากมีผู้ที่สูบบุหรี่ในที่ทำงาน ก็จะทำให้ผู้ที่ไม่สูบบุหรี่มีโอกาสเสี่ยงที่จะได้รับควันบุหรี่มือสองสูงมาก

**องค์กรปลอดบุหรี่...** จะช่วยให้พนักงานได้ทำงานอย่างมีความสุข เพราะมีอากาศที่ดี ไม่ต้องทนสูดดมควันบุหรี่มือสอง และมีส่วนช่วยให้คนที่สูบบุหรี่เลิกบุหรี่ได้ รวมทั้งลดการสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อองค์กร

**ทำอย่างไร...** เริ่มด้วยการกำหนดนโยบายขององค์กรปลอดบุหรี่ และมีการดำเนินการจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดบุหรี่ ไม่มีการจำหน่ายบุหรี่ในสถานที่ทำงาน รวมทั้งการมีคลินิกเลิกบุหรี่ ซึ่งการดำเนินการเหล่านี้จะเกิดขึ้นได้ด้วยผู้บริหารให้ความสำคัญ และสนับสนุนการดำเนินการดังกล่าวอย่างจริงจัง รวมทั้งพนักงานทุกคนในทุกระดับให้ความร่วมมือเพื่อร่วมกันสร้างพื้นที่ทำงานปลอดบุหรี่ขึ้น

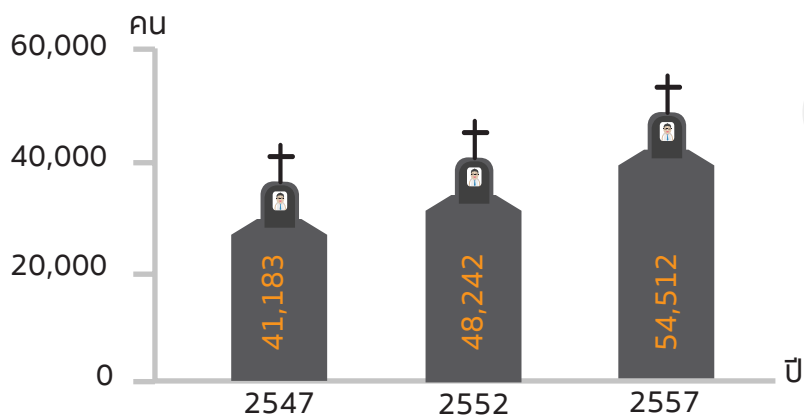
## บุหรี่...ภัยเงียบส่งผลต่อองค์กร

สถานการณ์ด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคยาสูบ ปี พ.ศ. 2560 โดยศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ประชากรที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปเป็นผู้สูบบุหรี่ 10.7 ล้านคน (ร้อยละ 19.1) โดยประชากรไทยที่อยู่ในวัยแรงงาน (กลุ่มอายุ 19 – 59 ปี) มีอัตราการสูบบุหรี่ร้อยละ 63.9 เท่ากับมีประชากรในวัยแรงงานสูบบุหรี่กว่า 6 ล้านคน และจากการสำรวจของโครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ (พ.ศ. 2553) พบว่า ร้อยละ 26.4 ของพนักงานในสถานประกอบการเป็นผู้สูบบุหรี่ และร้อยละ 74 เป็นผู้สูบบุหรี่เป็นประจำทุกวัน หรือเกือบทุกวัน เฉลี่ยวันละ 8 มวน และร้อยละ 70 ของพนักงานที่สูบบุหรี่ มีการสูบบุหรี่ในที่ทำงาน ซึ่งทำให้พนักงานที่ไม่สูบบุหรี่อยู่ในภาวะถูกคุกคามด้านสุขภาพ เพราะบุหรี่จัดเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพ ในขณะที่ผู้ที่สูบบุหรี่ ถือว่าเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพด้วยเช่นกัน ซึ่งจากรายงานข้อมูลของมูลนิธิธรรมาภิบาลเพื่อการไม่สูบบุหรี่ระบุว่า ปัจจุบันบุหรี่เป็นต้นเหตุสำคัญอันดับหนึ่งของการเจ็บป่วยและเสียชีวิตในคนไทย โดยคนไทยตายจากบุหรี่ปีละ 55,000 คน ซึ่งเฉลี่ยผู้ที่สูบบุหรี่จะตายก่อนวัยอันควรเร็วขึ้น 18 ปี และส่วนใหญ่เสียชีวิตจากโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ สอดคล้องกับข้อมูลขององค์การอนามัยโลกที่รายงานว่า 1 ใน 3 ของโรคมะเร็งทั้งหมดมีข้อมูลแน่ชัดแล้วว่ามีสาเหตุจากการสูบบุหรี่ คือ มะเร็งปอด มะเร็งกล่องเสียง มะเร็งหลอดอาหาร มะเร็งตับอ่อน มะเร็งเกี่ยวกับไตและกระเพาะปัสสาวะ และมะเร็งปากมดลูก เป็นต้น

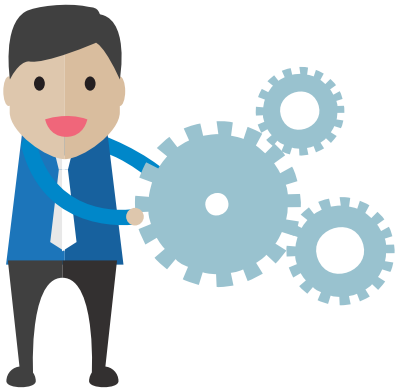


ข้อมูลจำนวนผู้เสียชีวิตจากบุหรี่ของกระทรวงสาธารณสุข ทำให้เห็นว่าแม้อัตราการสูบบุหรี่มีแนวโน้มลดลงแต่จำนวนผู้เสียชีวิตจากบุหรี่กลับมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งส่วนหนึ่งน่าจะมาจากการได้รับควันบุหรี่มือสองนั่นเอง โดยสถานที่ทำงานก็เป็นอีกหนึ่งสถานที่ที่คนส่วนใหญ่ใช้เวลาในชีวิตเพื่อทำงานและต้องเสี่ยงกับการได้รับควันบุหรี่มือสอง ฉะนั้นหากองค์กรต่าง ๆ ร่วมกันดำเนินการองค์กรปลอดบุหรี่นอกจากจะช่วยให้พนักงานมีสุขภาพที่ดีขึ้น ไม่ต้องเสี่ยงกับโรคร้ายที่มาจากบุหรี่แล้ว ยังช่วยให้องค์กรลดการสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจทั้งทางตรงและทางอ้อม เช่น ค่ารักษาพยาบาลและประกันสุขภาพ การขาดงานของพนักงาน การเกิดอุบัติเหตุและการเกิดอัคคีภัย ค่าทำความสะอาดและบำรุงดูแลรักษาสถานที่ เป็นต้น ทั้งนี้การที่สถานที่ทำงานปลอดบุหรี่ยังมีส่วนช่วยให้พนักงานเลิกสูบบุหรี่ได้ด้วย โดยจากข้อมูลงานวิจัยของ แอลัม รัตนพันธุ์ และคณะ, 2557 ซึ่งศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสถานที่ทำงานปลอดบุหรี่ยับความสำเร็จในการเลิกบุหรี่ของผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จังหวัดมหาสารคาม พบว่า เมื่อควบคุมอิทธิพลความตั้งใจเลิกบุหรี่และการบำบัดครบตามโปรแกรมกำหนด ผู้ป่วยที่ปฏิบัติงานในสถานที่ทำงานห้ามสูบบุหรี่ / ปลอดบุหรี่ เลิกบุหรี่ได้สำเร็จมากกว่าผู้ที่ปฏิบัติงานในสถานที่ไม่จำกัดการสูบบุหรี่ ดังนั้นการดำเนินการขององค์กรปลอดบุหรี่ยังก่อให้เกิดผลดีทั้งต่อตัวพนักงานที่สูบบุหรี่ และไม่สูบบุหรี่ รวมทั้งก่อให้เกิดประโยชน์ต่อองค์กรที่ดำเนินการ

### จำนวนผู้เสียชีวิตจากบุหรี่



### แนวทางและรูปแบบการดำเนินการ

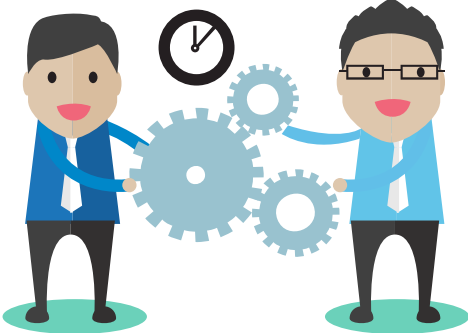


การก้าวเข้าสู่การเป็นองค์กรปลอดบุหรี่ สิ่งสำคัญคือ การกำหนดนโยบายควบคุมการสูบบุหรี่อย่างชัดเจนเป็นลายลักษณ์อักษร และมีการจัดตั้งคณะทำงาน เพื่อดำเนินกิจกรรมองค์กรปลอดบุหรี่ การจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดบุหรี่ การจัดกิจกรรมรณรงค์ให้ความรู้เพื่อสร้างความตระหนัก และการจัดกิจกรรมสนับสนุนให้มีการเลิกสูบบุหรี่เพื่อควบคุมการสูบบุหรี่อย่างครบวงจร โดยเน้นการมีส่วนร่วมเป็นระบบ และทำอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เกิดการดำเนินงานอย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืน

# 7 ขั้นตอน สู่การเป็นองค์กรปลอดบุหรี่



มาตรการ  
5



ดำเนินการตามแผนปฏิบัติการ

มาตรการ  
6



การติดตามประเมินผล  
การดำเนินงาน และปรับปรุงแผน

มาตรการ  
4



จัดทำแผนปฏิบัติการ  
องค์กรปลอดบุหรี่

มาตรการ  
7

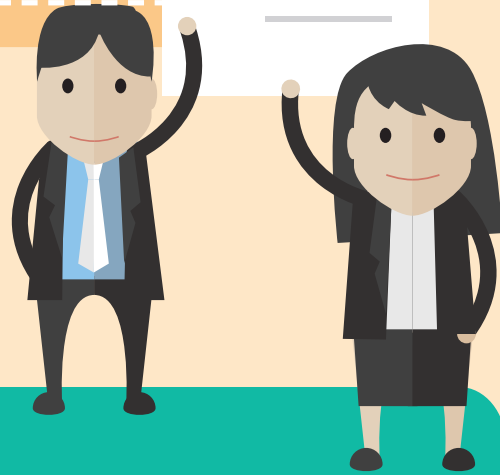


รักษามาตรฐานการดำเนินงาน  
ด้านการควบคุมการสูบบุหรี่  
อย่างต่อเนื่อง

องค์กรปลอดบุหรี่



ที่มา : เรียบเรียงจาก ถอดรหัสสถานประกอบการปลอดบุหรี่ ฉบับย่อ, 2554 ถอดรหัสสถานประกอบการ: คู่มือสำหรับผู้บริหาร, 2554 และคู่มือสำนักงานปลอดบุหรี่



# มาตรการ 1

## การกำหนดนโยบายควบคุมการสูบบุหรี่ เป็นลายลักษณ์อักษรอย่างชัดเจน

นโยบายที่เป็นลายลักษณ์อักษรชัดเจนจะแสดงถึงเป้าหมาย ทิศทาง ขององค์กรเกี่ยวกับการควบคุมการสูบบุหรี่ โดยนโยบายที่ดีควรมีเนื้อหาใจความที่กระชับ กะทัดรัด ใช้ภาษาง่ายต่อการเข้าใจ และมีสาระที่แสดงให้เห็นถึงความตั้งใจ และความมุ่งมั่นในการควบคุมการสูบบุหรี่ ที่สำคัญคือ เมื่อมีการลงนามรับรองนโยบายที่ทำงานปลอดบุหรี่โดยผู้บริหารแล้ว ควรมีการประชาสัมพันธ์นโยบายให้พนักงานทุกคน ลูกค้า และผู้ที่มาติดต่อได้รับทราบและเข้าใจโดยทั่วกัน



# มาตรการ 2

## การจัดตั้งคณะกรรมการ องค์กรปลอดบุหรี่



การจัดตั้งคณะกรรมการ  
ปลอดบุหรี่ โดยองค์กรอาจแต่งตั้งจาก  
คณะกรรมการด้านอื่น ๆ ที่มีอยู่แล้ว เช่น  
คณะกรรมการด้านสิ่งแวดล้อม คณะทำงาน  
ด้านสวัสดิการของหน่วยงาน หรือจัดตั้ง  
คณะกรรมการขึ้นมาใหม่ได้ โดยคัดเลือก  
จากพนักงานที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสม  
หรือดูตามหน้าที่ที่ได้รับผิดชอบหรือใช้  
วิธีรับสมัครผู้ที่มีความสนใจและมีจิต  
สาธารณะที่จะเต็มใจเข้ามาทำหน้าที่

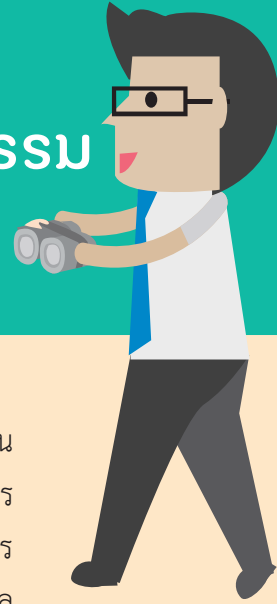


### บทบาทหน้าที่ของคณะกรรมการ มีดังนี้

- ✓ ร่วมกับผู้บริหารในการกำหนดนโยบายองค์กรปลอดบุหรี่
- ✓ พัฒนาศักยภาพเพื่อขับเคลื่อนองค์กรปลอดบุหรี่ด้วยการเข้ารับการอบรม สัมมนา ประชุม  
เชิงปฏิบัติการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
- ✓ สำรวจข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์การสูบบุหรี่ของพนักงาน และนำผลที่ได้จากการสำรวจ  
มาวิเคราะห์หาแนวทางในการดำเนินงานด้านการควบคุมการสูบบุหรี่ให้ได้ผลตาม  
เป้าหมายที่วางไว้
- ✓ จัดทำแผนปฏิบัติการองค์กรปลอดบุหรี่ให้สอดคล้องกับบริบทขององค์กร
- ✓ ดำเนินการตามแผนปฏิบัติการ โดยทำหน้าที่เป็นผู้ประสานงานและอำนวยความสะดวก  
ในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ
- ✓ ติดตามผลการดำเนินงานเป็นระยะ ๆ มีการประเมินเพื่อตรวจสอบประสิทธิภาพของ  
การดำเนินงาน และหาแนวทางเพื่อปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมยิ่งขึ้น
- ✓ ประชาสัมพันธ์ผลการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง

# มาตรการ 3

## สำรวจสถานการณ์และพฤติกรรม การบริโภคยาสูบขององค์กร



จัดทำแบบสำรวจหรือแบบสอบถามเพื่อสำรวจข้อมูลเบื้องต้น ได้แก่ จำนวนผู้สูบบุหรี่ในที่ทำงาน สถานที่ซึ่งพบว่ามี การสูบบุหรี่ในองค์กร ความรู้เรื่องพิษภัยของบุหรี่ต่อสุขภาพ และความคิดเห็นเรื่องการทำองค์กรปลอดบุหรี่ โดยสอบถามกับพนักงานทุกคน จากนั้นนำข้อมูลมาประมวล วิเคราะห์เพื่อใช้กำหนดเป้าหมาย และวางแผนการจัดกิจกรรมในแผน ปฏิบัติการต่อไป





# มาตรการ 4

## จัดทำแผนปฏิบัติการ องค์กรปลอดบุหรี่



### แผนปฏิบัติการที่ดี ควรมีลักษณะ อย่างไร

- 1) ชื่อแผนปฏิบัติการ** ต้องมีความโดดเด่น น่าสนใจ จำได้ง่าย
- 2) ความเป็นมา / หลักการและเหตุผล** อธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงในช่วงที่ผ่านมา สภาพปัญหา ความจำเป็นที่จะต้องมีการป้องกันการแก้ไขปัญหา และความคาดหวังเมื่อมีการแก้ไขปัญหตามรายละเอียดในแผนปฏิบัติการ
- 3) วัตถุประสงค์** เป็นส่วนที่จะแสดงให้เห็นว่า การปฏิบัติการทั้งหมดในแผนฯ ทำเพื่ออะไร เช่น เพื่อส่งเสริมบทบาทและการมีส่วนร่วมของพนักงานทุกระดับ / ฝ่าย ในการควบคุมการสูบบุหรี่ เพื่อให้พนักงานเกิดความตระหนักถึงพิษภัยของบุหรี่ และคว้นบุหรี่มือสอง และเพื่อพัฒนาหน่วยงานให้เป็นองค์กรปลอดบุหรี่
- 4) เป้าหมายและตัวชี้วัด** แสดงตามแผนฯ โดยมีตัวชี้วัดเป็นตัวบ่งชี้ว่าการปฏิบัติการครั้งนี้เป้าหมายของการดำเนินงานประสบความสำเร็จหรือบรรลุเป้าหมายหรือไม่
- 5) กลยุทธ์ในการดำเนินงาน**
  - ✓ สร้างการมีส่วนร่วมของพนักงานทุกฝ่าย / ระดับในการทำกิจกรรมตามแผนให้ความสำคัญกับการระดมความคิดเห็นของทุกฝ่าย และความเป็นเจ้าของร่วม
  - ✓ เริ่มจากการเปลี่ยนแปลงเรื่องใกล้ตัวที่ทุกคนทำได้ และทำได้ทันที
  - ✓ ให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ระเบียบวิธี ช่วงเวลา ลำดับการทำงาน
  - ✓ มีการแสดงเป้าหมาย นโยบาย และแผนกิจกรรมที่ชัดเจน
  - ✓ แสดงความก้าวหน้าในการดำเนินงานเปรียบเทียบกับแผนที่ติดตามได้ และชัดเจน
  - ✓ พิจารณาดัชนีชี้วัดความสำเร็จของการดำเนินงานที่เห็นได้ชัดเจนจากทุกส่วนที่เกี่ยวข้อง
  - ✓ มีการติดตาม ประเมินผลและแสดงผลการประเมินบ่อยครั้งและต่อเนื่อง
  - ✓ ประกาศเกียรติคุณบุคคล กลุ่ม ฝ่าย แผนงาน กิจกรรม และความคิดริเริ่มดีเด่น สามารถใช้เป็นแบบอย่างในการปฏิบัติให้แก่ผู้อื่นได้ พร้อมทั้งมีการเผยแพร่อย่างกว้างขวาง

**6) กิจกรรมในแผนปฏิบัติการ** นำข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ และวิเคราะห์สถานการณ์ และพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของพนักงาน มาใช้ในการออกแบบกิจกรรม โดยจะต้องตอบคำถามให้ได้ว่า มีอะไรบ้างที่จะต้องทำ (What can be done?) และพวกเขาจะทำอะไรได้บ้าง (What can I do?) โดยพิจารณาจากความพร้อมในทุกด้านขององค์กร (งบประมาณ กำลังคน เวลา ภารกิจอื่น ๆ) โดยมีกิจกรรมหลัก 3 กิจกรรม ดังที่กล่าวไปแล้วข้างต้น ได้แก่

- 1) การจัดสภาพแวดล้อมที่ทำงานปลอดบุหรี่ให้ถูกต้องตามกฎหมาย
- 2) กิจกรรมรณรงค์ให้ความรู้เพื่อสร้างความตระหนัก
- 3) กิจกรรมสนับสนุนการเลิกบุหรี่

**7) แผนการดำเนินงาน** เพื่อแสดงให้เห็นว่า จะทำกิจกรรมอะไร เมื่อไร และใครเป็นคนรับผิดชอบ

**8) ทรัพยากรที่ต้องใช้** ทรัพยากรบุคคล งบประมาณ วัสดุ ครุภัณฑ์ เวลา ที่ดิน สถานที่ สิ่งปลูกสร้าง เป็นต้น

**9) การติดตามประเมินผล**

- ✓ รายงานการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การสูบบุหรี่ของพนักงาน
- ✓ จำนวนพนักงานที่สูบบุหรี่ (ลดลง)
- ✓ แบบสำรวจความคิดเห็นต่อโครงการ ฯลฯ

**10) ผลที่คาดว่าจะได้รับเมื่อสิ้นสุดโครงการ** เป็นภาพที่อยากจะเห็นเกิดขึ้นภายหลังจากที่ได้ทำกิจกรรมในช่วงเวลาของแผนปฏิบัติการสิ้นสุดลง



## กลุ่มกิจกรรมหลัก ๆ ที่ควรบรรจุไว้ในแผนปฏิบัติการ คือ

- ✔ การจัดสภาพแวดล้อมที่ทำงานปลอดบุหรี่ให้ถูกต้องตามกฎหมาย ได้แก่ การประกาศพื้นที่เขตปลอดบุหรี่ มีการจัดเขตสูบบุหรี่โดยสามารถสูบบุหรี่ได้เฉพาะในพื้นที่ที่จัดไว้ให้ มีการติดตั้งป้าย / สัญลักษณ์เขตปลอดบุหรี่ / เขตสูบบุหรี่อย่างชัดเจน และมีมาตรการเฝ้าระวังให้มีการปฏิบัติให้ถูกต้องตามพื้นที่ที่กำหนด และห้ามจำหน่ายบุหรี่
- ✔ การจัดกิจกรรมรณรงค์ให้ความรู้ เพื่อสร้างความตระหนัก เช่น จัดกิจกรรมสร้างแนวร่วม เพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสูบบุหรี่ และการป้องกันตนเองจากควันบุหรี่มือสอง เช่น เขียนบอร์ดให้กำลังใจพนักงานที่ต้องการเลิกบุหรี่ หรือมอบเกียรติบัตรและรางวัลให้แก่พนักงานที่สามารถเลิกบุหรี่ได้สำเร็จ จัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการควบคุมการสูบบุหรี่ของพนักงานในที่ทำงาน เช่น กิจกรรมประกาศเจตนารมณ์ / ปฏิญญาปลอดบุหรี่ แข่งขันจัดนิทรรศการสัปดาห์ไร้ควันบุหรี่ จัดการประกวดทูตปลอดบุหรี่ เป็นต้น และจัดให้มีการบูรณาการกิจกรรมสร้างเสริมภาวะปลอดบุหรี่ในการจัดงานต่าง ๆ ขององค์กร
- ✔ การจัดกิจกรรมสนับสนุนให้เลิกบุหรี่ เช่น คลินิกอดบุหรี่ ชมรมคนเลิกบุหรี่ เป็นต้น โดยอาจใช้ห้องพยาบาลในที่ทำงานเป็นแหล่งให้บริการคำปรึกษาแก่พนักงานที่ต้องการเลิกบุหรี่
- ✔ จัดให้มีการติดตามความคืบหน้าในการเลิกบุหรี่ของพนักงาน



## แนวทางการจัดกิจกรรม “คลินิกเลิกบุหรี่”

- ✔ ประสานกับสถาบันโรคทรวงอก เพื่อศึกษาแนวทางการดำเนินงานคลินิกเลิกบุหรี่
- ✔ จัดทำแบบสอบถามสำหรับผู้ที่ต้องการเลิกบุหรี่
- ✔ ประสานงานกับแพทย์ในการดูแลพนักงานที่ต้องการเลิกบุหรี่
- ✔ จัดหายา และเวชภัณฑ์ที่ทำให้เลิกบุหรี่ได้
- ✔ จัดให้มีการตรวจสมรรถภาพปอดพนักงานที่เข้าร่วมโครงการ
- ✔ จัดให้มีการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานระยะเวลา 10 นาที และตรวจวัดชีพจร เพื่อประเมินสมรรถภาพการทำงานของหัวใจ

# มาตรการ 5 ดำเนินการ ตามแผนปฏิบัติการ

ประชาสัมพันธ์  
การดำเนินงาน



**จัดกิจกรรมตามแผนปฏิบัติการ** ให้สอดคล้องกับบริบทขององค์กร ทั้งในเรื่องของผู้รับผิดชอบ ช่วงเวลา ระยะเวลาที่ใช้จัด และความเหมาะสมของสถานที่จัดงาน

# มาตรการ 6

## การติดตามประเมินผลการดำเนินงานและปรับปรุงแผน



หลังจากมีการดำเนินงานไประยะหนึ่ง หรือหลังจากจัดกิจกรรมใด ๆ ไป คณะทำงาน ควรมีการประชุมเพื่อประเมินผลว่า “การดำเนินกิจกรรมตามแผนฯ ที่ผ่านมาประสบความสำเร็จ หรือล้มเหลว ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอะไรและอย่างไรบ้าง” ถ้ามีแนวโน้มว่าจะไม่บรรลุผลตามเป้าหมาย ควรพิจารณาว่ามีปัญหาหรืออุปสรรคใดเกิดขึ้น และจะปรับปรุงแก้ไขปัญหานั้นได้อย่างไร โดยควรปรับเปลี่ยนแผนฯ ให้มีความเหมาะสมกับสถานการณ์ขององค์กร ที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เพื่อให้การดำเนินงานมีความเหมาะสมกับช่วงเวลาที่จะทำให้พนักงานสามารถมีส่วนร่วมได้โดยสะดวก



แบบสอบถาม หรือแบบสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่



สัดส่วนของบุคลากรที่เข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้นภายใต้แผนปฏิบัติการ



เปรียบเทียบผลจากตัวชี้วัด ดังนี้

- มีนโยบายควบคุมการสูบบุหรี่ และคุ้มครองสุขภาพของพนักงานที่ไม่สูบบุหรี่

- มีการจัดเขตปลอดบุหรี่และเขตสูบบุหรี่ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม เช่น มีป้ายเขตปลอดบุหรี่หรือห้ามสูบบุหรี่ติดตั้งในพื้นที่ที่กำหนด และมีการจัดพื้นที่สูบบุหรี่อย่างถูกต้อง

ตามประกาศกระทรวงสาธารณสุข เป็นต้น

- มีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับผลเสียของการสูบบุหรี่แก่พนักงาน เช่น การตั้ง

เป้าหมายร้อยละ 50 ของพนักงานมีความรู้ และตระหนักถึงผลเสียของการสูบบุหรี่ทั้งต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อองค์กร เป็นต้น

- มีการให้ความรู้และเฝ้าระวังการสูบบุหรี่ของพนักงานที่สูบบุหรี่ นอกเขตสูบบุหรี่

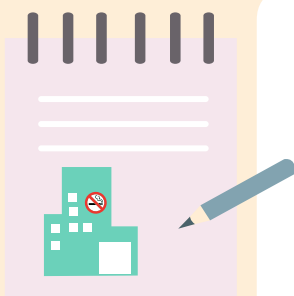
เช่น การตั้งเป้าหมายร้อยละ 80 ของผู้สูบบุหรี่ให้ความร่วมมือด้วยการสูบบุหรี่ในเขตสูบบุหรี่ ที่องค์กรจัดไว้ให้ เป็นต้น

- มีการจัดกิจกรรมสนับสนุนให้พนักงานสูบบุหรี่น้อยลงหรือเลิกสูบบุหรี่ เช่น

การจัดผู้เชี่ยวชาญให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลิกบุหรี่ การจัดทำคลินิกเลิกบุหรี่ การห้ามจำหน่าย บุหรี่ หรือจัดสถานที่รับฝากบุหรี่ก่อนเข้าทำงาน เป็นต้น โดยกำหนดตัวชี้วัด เช่น จำนวนบุหรี่ที่ สูบเฉลี่ยลดลง จำนวนพนักงานที่สูบบุหรี่ลดลงหรือไม่เพิ่มขึ้น เป็นต้น ทั้งนี้การกำหนดตัวชี้วัด จะต้องประเมินจากผลการสำรวจสถานการณ์และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพนักงาน ก่อนเริ่ม โครงการหรือก่อนจัดทำแผนปฏิบัติการ

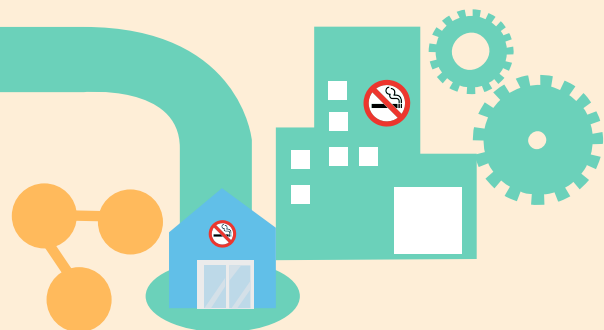
# มาตรการ 7

## รักษามาตรฐานการดำเนินงาน ด้านการควบคุมการสูบบุหรี่ อย่างต่อเนื่อง



**จัดทำแบบสำรวจ / แบบสอบถาม** เพื่อสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์การสูบบุหรี่ในองค์กรอย่างต่อเนื่อง มีการควบคุมโดยชี้แจงให้เห็นบทลงโทษที่ชัดเจนเมื่อมีการฝ่าฝืน หรืออาจตรวจสอบพฤติกรรมของพนักงานเป็นระยะ และมีการตั้งรางวัลจับผู้ที่ฝ่าฝืนนโยบายสำหรับผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ได้ควรประกาศให้เขาเหล่านั้นเป็น “ต้นแบบผู้เลิกบุหรี่” อาจมีการให้รางวัลหรือมอบประกาศนียบัตร หรือนำรูปกับชื่อติดบอร์ด เพื่อเป็นการประกาศยกย่องชมเชย ซึ่งจะก่อให้เกิดความภาคภูมิใจและไม่กลับไปสูบบุหรี่อีก

**ขอคำแนะนำจากหน่วยงานภาคี** ที่ดำเนินงานด้านการควบคุมการสูบบุหรี่ ได้แก่ ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ มูลนิธิธรรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ เครือข่ายวิชาชีพเภสัชกรรมเพื่อการควบคุมยาสูบ สถาบันโรคทรวงอก และสมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อม เป็นต้น ซึ่งจะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ความรู้ และการทำงานร่วมกัน ทำให้เครือข่ายการทำงานเกิดความร่วมมือถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ทั้งภายในและภายนอกเชื่อมโยงเป็นเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อสนับสนุนการทำงานที่ต่อเนื่องต่อไป



## กรณีศึกษา การปรับเปลี่ยนองค์กรสู่องค์กรปลอดบุหรี่

### บริษัท ยางโอตานิ จำกัด จังหวัดนครปฐม

#### “บริษัท ยางโอตานิ ปอดใสไร้ควัน”

บริษัท ยางโอตานิ จำกัด จังหวัดนครปฐม มีพนักงานทั้งหมด 650 คน จากการสำรวจพบพนักงานที่สูบบุหรี่จำนวน 168 คน โดยมีพนักงานจำนวน 91 คนที่ต้องการเลิกบุหรี่ ทางบริษัทฯ จึงได้เข้าร่วมโครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ มีการดำเนินงานด้านการควบคุมการสูบบุหรี่อย่างจริงจัง และเป็นระบบเพิ่มมากขึ้น โดยมีการจัดตั้งคณะทำงานควบคุมการสูบบุหรี่ โดยมีผู้จัดการทั่วไปของบริษัทฯ เป็นประธานคณะทำงานฯ เริ่มต้นการดำเนินการจากการสำรวจสถานการณ์และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพนักงาน และสำรวจความคิดเห็นของพนักงานต่อการดำเนินงานด้านนี้ จากนั้นได้มีการจัดทำแผนปฏิบัติการยางโอตานิ ปอดใสไร้ควันบุหรี่ เพื่อกำหนดทิศทางและสร้างความชัดเจนในการจัดกิจกรรมต่างๆ ที่จะทำให้เกิดการควบคุมการสูบบุหรี่ได้อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งกิจกรรมที่บริษัทฯ ได้จัดทำอย่างต่อเนื่อง ได้แก่

★ กิจกรรมที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโทษและพิษภัยของบุหรี่ให้แก่พนักงาน ในรูปของการจัดงานรณรงค์ จัดนิทรรศการเกี่ยวกับบุหรี่ การจัดบอร์ดให้ความรู้อย่างต่อเนื่อง และการให้ความรู้ทางเสียงตามสาย

★ การจัดสภาพแวดล้อมในที่ทำงานให้ปลอดจากควันบุหรี่ ด้วยการกำหนดพื้นที่ปลอดบุหรี่ให้ชัดเจน เช่น ห้ามพนักงานสูบบุหรี่ในพื้นที่โรงงาน หอพัก และกระซับพื้นที่สูบบุหรี่ในโรงงานให้มีจำนวนลดลง พร้อมทั้งออกมาตรการห้ามพกไฟแช็คหรืออุปกรณ์สูบเข้ามาในโรงงาน

★ การจัดกิจกรรมสนับสนุนให้พนักงานเลิกบุหรี่ได้อย่างจริงจัง ได้แก่ จัดระบบพี่เลี้ยงในการเลิกบุหรี่ เปิดคลินิกเลิกบุหรี่ในพื้นที่ของบริษัทฯ จัดตั้งชมรมคนเลิกบุหรี่ ส่งเสริมให้พนักงานออกกำลังกาย เป็นต้น

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาทำให้พนักงานสามารถเลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมากถึง 64 คน ซึ่งขณะนี้ยังจัดให้มีการติดตามผลการเลิกสูบอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งส่งเสริมพนักงานที่เลิกสูบบุหรี่ได้สำเร็จมาเป็นพี่เลี้ยงช่วยพนักงานที่ยังคงติดบุหรี่ให้เลิกสูบบุหรี่ได้เช่นเดียวกัน โดยปัจจัยความสำเร็จของ บริษัท ยางโอตานิ จำกัด ในการดำเนินงานสถานประกอบการปลอดบุหรี่ คือ ผู้บริหารให้ความสำคัญ และสนับสนุนอย่างจริงจัง รวมทั้งช่วยพูดคุยสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับโครงการฯ ให้พนักงานฟัง ให้กำลังใจกับผู้ที่ต้องการจะเลิก และจัดหางบประมาณมาสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งประโยชน์ที่บริษัทฯ ได้รับคือ เมื่อพนักงานมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีสุขภาพกายและใจที่แข็งแรงก็สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ งานที่ออกมาจึงได้ทั้งปริมาณและคุณภาพ ส่งผลทางอ้อมให้บริษัทฯ มีผลประกอบการที่เพิ่มขึ้น รวมทั้งเรื่องความผูกพันต่อองค์กรที่เพิ่มมากขึ้นด้วย


ปัจจุบันบริษัทฯ ได้สานต่อการดำเนินงานด้านการควบคุมการสูบบุหรี่สู่การสร้างเสริมสุขภาพของพนักงาน ด้วยการควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพของพนักงาน เช่น บุหรี่ เหล้า และอื่น ๆ โดยใช้กระบวนการทำงานที่ได้มีประสบการณ์มาแล้วจากการควบคุมการสูบบุหรี่


เรียบเรียงจาก : ถอดรหัสสถานประกอบการปลอดบุหรี่ : คู่มือสำหรับผู้บริหาร, 2554

## บริษัท เพรสซิเด็นท์ ออฟฟิศ เฟอร์นิเจอร์ จำกัด จังหวัดสมุทรสาคร

### “สถานประกอบการปลอดบุหรี่ เล่นกีฬา พัฒนาจิตใจ”

บริษัทเพรสซิเด็นท์ ออฟฟิศ เฟอร์นิเจอร์ จำกัด จังหวัดสมุทรสาคร มีพนักงานทั้งหมด 190 คน ซึ่งประกอบด้วยคนไทย พม่า และมอญ เนื่องจากเป็นบริษัทฯ ที่ทำเกี่ยวกับเฟอร์นิเจอร์จึงมีกฎระเบียบในการห้ามสูบบุหรี่ในเขตโรงงานอย่างเข้มงวดอยู่แล้ว แต่ก็ยังมีพนักงานที่สูบบุหรี่อยู่ เมื่อเข้าร่วมโครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดบุหรี่ ได้มีการสำรวจพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของพนักงาน พบว่ามีพนักงานสูบบุหรี่ทั้งหมดจำนวน 41 คน และแสดงความจำนงที่จะเข้าร่วมโปรแกรมเลิกสูบบุหรี่จำนวน 30 คน หลังจากสำรวจข้อมูลแล้วบริษัทได้เริ่มดำเนินการอย่างจริงจังโดยเริ่มจากการกำหนดนโยบายที่มีผู้บริหารลงนาม และจัดงานประกาศนโยบายอย่างเป็นทางการ โดยมีผู้บริหารมาประกาศนโยบายเอง และพนักงานทั้งหมดเข้าร่วมงาน ทำให้พนักงานทราบโดยทั่วกันว่าทางบริษัทฯ จะเอาจริงกับเรื่องการควบคุมการสูบบุหรี่ พนักงานบางส่วนที่เป็นคนเก่าแก่ก็ไม่เข้าใจจะต่อต้านในช่วงแรก ๆ ซึ่งตรงจุดนี้ผู้บริหารได้เข้ามาช่วยอธิบายทำความเข้าใจให้ หลังจากนั้นได้มีการจัดทำแผนปฏิบัติการ โดยใช้ชื่อว่า “แผนปฏิบัติการลดบุหรี่ เล่นกีฬา พัฒนาจิตใจ” มีกิจกรรมดำเนินการดังนี้

★  เน้นกิจกรรมที่พนักงานได้มีส่วนร่วมและเป็นกิจกรรมที่พนักงานสนใจอยู่แล้ว เช่น กิจกรรมสื่อสารให้ความรู้เรื่องของโทษพิษภัยบุหรี่ จัดกิจกรรมวงดนตรีรณรงค์ลดการสูบบุหรี่เพราะพนักงานชอบร้องเพลง กิจกรรม Morning meeting พบกันตอนเช้าเพื่อออกกำลังกาย และให้ความรู้เรื่องสุขภาพ เป็นต้น

★  กิจกรรมสนับสนุนให้เลิกบุหรี่ บริษัทฯ ได้จัดกิจกรรมอบรมวิธีการเลิกบุหรี่ กิจกรรมคอยเตือนเพื่อนเพื่อให้กำลังใจผู้อยากเลิกบุหรี่ รวมทั้งบริษัทฯ มีสมุดบันทึกประจำตัวให้เพื่อติดตามผลการเลิกบุหรี่ หลังจากมีการดำเนินงานด้านการสูบบุหรี่อย่างจริงจัง ทำให้มีผู้ที่สามารถเลิกบุหรี่ได้ทั้งหมด 13 คน

ปัจจัยความสำเร็จจึงมาจากผู้บริหารให้ความสำคัญตั้งแต่ต้น และการเลือกเฟ้นกิจกรรมที่พนักงานชอบหรือเลือกทำกิจกรรมที่พนักงานสนใจอยู่แล้ว ประโยชน์ที่ได้ต่อสถานประกอบการ คือ เมื่อพนักงานมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงจิตใจเราไม่เครียดจะทำให้งานออกมาดี เสร็จตามเวลา อีกทั้งยังทำให้ภาพลักษณ์ขององค์กรดีขึ้น ปัจจุบันบริษัทฯ ได้ต่อยอดการดำเนินงานด้านการควบคุมการสูบบุหรี่ของพนักงาน สู่การสร้างเสริมสุขภาพของพนักงานด้วยการควบคุมปัจจัยและพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอื่น ๆ อีกด้วย

เรียบเรียงจาก : ถอดรหัสสถานประกอบการปลอดบุหรี่ : คู่มือสำหรับผู้บริหาร, 2554



# พื้นที่ศึกษาคุณงาน / นวัตกรรม

## “เครือข่ายสถานประกอบการต้นแบบองค์กรปลอดภัย”

จากข้อมูลของสมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อม ปี พ.ศ. 2554 ซึ่งได้ดำเนินงานโครงการพัฒนาสถานประกอบการปลอดภัย มีสถานประกอบการเข้าร่วมโครงการจำนวน 122 แห่ง โดยเป็นสถานประกอบการที่ได้รับการประเมินผลการทำงานอยู่ในระดับก้าวหน้า คือ มีการดำเนินงานด้านการควบคุมการสูบบุหรี่อย่างเป็นระบบ มีนโยบาย มีคณะทำงาน มีแผนปฏิบัติงาน และมีการจัดกิจกรรมเพื่อควบคุมการสูบบุหรี่ในทุกด้าน ได้แก่ ด้านการจัดพื้นที่ปลอดบุหรี่ตามกฎหมาย ด้านการให้ความรู้แก่พนักงาน และด้านการสนับสนุนให้พนักงานเลิกสูบบุหรี่ และมีการประเมินผลการทำงาน รวมจำนวน 74 แห่ง มีรายละเอียดดังนี้

### พื้นที่ภาคกลาง

#### หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

##### บริษัท คอสโมกรุ๊ป จำกัด (มหาชน)



20 ซอยสุขุมวิท 97-97/1 แขวงบางจาก เขตพระโขนง กรุงเทพมหานคร 10260



02-3315561



02-3310073-4



[www.cosmo.co.th](http://www.cosmo.co.th)

##### บริษัท คอสโมอินดัสตรีส์ จำกัด



20 ซอยสุขุมวิท 97-97/1 แขวงบางจาก เขตพระโขนง กรุงเทพมหานคร 10260



02-3315561



02-3310073-4



[www.cosmo.co.th](http://www.cosmo.co.th)

##### บริษัท เคซีอี อิเล็กทรอนิกส์ จำกัด (มหาชน)



72-72/1-3 ซอยฉลองกรุง 31 แขวงลำปลาทิว เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร 10520



02-3260196-9



02-3260300



[www.kcethai.in.th](http://www.kcethai.in.th)

##### บริษัท ซีพี ออลล์ จำกัด (มหาชน)



313 อาคารซีพี ทาวเวอร์ แขวงสีลม เขตบางรัก กรุงเทพมหานคร 10500







02-8267744, 1800-226-671 (ตจว.โทรฟรี)






[www.cpall.co.th](http://www.cpall.co.th)

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์



### บริษัท บีคซี ซูเปอร์เซ็นเตอร์ จำกัด (มหาชน) สาขาบางนา

-  111 ถนนบางนา-ตราด แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพมหานคร 10260
-  02-7443260-73
-  02-7443279
-  [www.bigc.co.th](http://www.bigc.co.th)



### บริษัท ปิราเน่ จำกัด

-  168/6 หมู่ 4 ซอยสุขสวัสดิ์ แขวงบางมด เขตทุ่งครุ กรุงเทพมหานคร 10140
-  02-8170826
-  02-4641725



### บริษัท แฟนซีการ์เมนต์ (ไทยแลนด์) จำกัด

-  108-2 หมู่ 8 ซอยเอกชัย 56 แขวงบางบอน เขตบางบอน กรุงเทพมหานคร 10150
-  02-8981604

### บริษัท มิตซูบิชิ เฮฟวี อินดัสตรีส์- มหาจักร แอร์ คอนดิชันเนอร์ส จำกัด

-  220 นิคมอุตสาหกรรมลาดกระบัง ซอย 31 ถนนฉลองกรุง แขวงลำปลาทิว เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร 10520
-  02-3260401



### บริษัท โมเดอร์นฟอร์มกรุ๊ป จำกัด (มหาชน) ทำข้าม

-  622 ถนนบางขุนเทียน-ชายทะเล แขวงท่าข้าม เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร 10150
-  02-89722024

### บริษัท โมเดอร์นฟอร์มกรุ๊ป จำกัด (มหาชน) แสมดำ

-  12/80 ถนนบางขุนเทียน แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร 10150

### บริษัท ร็อกเวธ จำกัด (มหาชน)

-  294-300 ถนนอโศก-ดินแดง แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร 10320
-  02-2468888

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท ลินฟ็อกซ์ เอ็ม โลจิสติกส์ (ประเทศไทย) จำกัด



1768 ตึกไทยซัมมิท ทาวเวอร์ ชั้น 23 ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ แขวงบางกะปิ เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร 10310  
02-2570220

### บริษัท วิภาวดีรังสิตโฮเต็ล จำกัด



9/9 หมู่ 6 ถนนวิภาวดี รังสิต แขวงตลาดบางเขน เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร 10210  
02-5587888  
[www.ramagardenshotel.com](http://www.ramagardenshotel.com)

### บริษัท สยามอุตสาหกรรมและการผลิต จำกัด



74 ถนนบางกระบือ แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร 10510  
02-4521800

### บริษัท อีซูซูเอ็นเอ็นแมนูแฟคเจอร์ (ประเทศไทย) จำกัด



131,133 นิคมอุตสาหกรรมลาดกระบัง ซอย 31 ถนนฉลองกรุง แขวงลำปลาทิว เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร 10520  
02-3260040

### บริษัท โอเอสสถา จำกัด



348 ถนนรามคำแหง แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240  
02-3511000

### ห้างหุ้นส่วนจำกัด กิจวิริยะเทรดดิ้ง



17 หมู่ 4 แขวงทับยาว เขตลาดกระบัง กรุงเทพมหานคร 10520  
02-9885201

### บริษัท เทพผดุงพระมะพร้าว จำกัด (กะทิชาวเกาะ) และ (โรงงานแม่พลอย)



58-59 หมู่ 5 ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ตำบลกระทุ่มล้ม อำเภอสสามพราน จังหวัดนครปฐม 73220  
02-28131102-5

### บริษัท ไทยวัฒนาไรซ์โปรดักต์ จำกัด



45 ถนนเพชรเกษม ตำบลยายชา อำเภอสสามพราน จังหวัดนครปฐม 73110  
034-311245

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท นครไชยศรีอุตสาหกรรม จำกัด



20/5 หมู่ 5 ถนนเพชรเกษม ซอยวัดหลวงประชาบุรณะ ตำบลศรีษะทอง อำเภอนครชัยศรี  
จังหวัดนครปฐม 73120



034-331995

### บริษัท ไพโอเนีย มอเตอร์ จำกัด



78 หมู่ 3 ถนนดอนตูม-นครชัยศรี ตำบลดอนแฝก อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม 73120



034-265111

### บริษัท ยางโอดานิ จำกัด



55 หมู่ 7 ถนนเพชรเกษม กม. 37 ตำบลคลองใหม่ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม 73110



034-325000

### บริษัท อินโดรามา โพลีเอสเตอร์ อินดัสตรี จำกัด (มหาชน)



35/8 หมู่ 4 ตำบลขุนแก้ว อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม 73120



034-222191-2

### บริษัท เซ็งฮวด แมนูแฟคเจอร์ จำกัด



97/3 ถนนบางบัวทอง-สุพรรณบุรี ตำบลละหาร อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี 11110



02-9255555

### บริษัท ส.ศิลป์ (2521) จำกัด



95 หมู่ 8 ตำบลละหาร อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี 11110



02-9833900

### บริษัท ซีพี ออลล์ (ศูนย์กระจายสินค้า บางบัวทอง)



148/1 หมู่ 7 ตำบลละหาร อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี 11110



02-9256767

### บริษัท ฟุซันอินดัสเตรียล จำกัด



71 หมู่ 1 ซอยบางกรวย ถนนบางกรวย ตำบลบางกรวย อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130



02-87936909



[www.husan.com](http://www.husan.com)

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท ลักทอง (ไทย) จำกัด



126/7 หมู่ 1 ซอยสุขาประชาสรรค์ ถนนแจ้งวัฒนะ ตำบลปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120  
02-583-6942

### บริษัท เอส.บี. อุตสาหกรรมเครื่องเรือน จำกัด



126/150 หมู่ 1 ตำบลปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120  
02-6661555

### บริษัท ไทย เอ็น เค พลาสติก จำกัด



8 ตำบลโสนลอย อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี 11110  
02-9202500

### บริษัท ชวนพัฒน์ จำกัด



25/2 หมู่ 4 ถนนเลียบบคลองรังสิต ตำบลหลักหก อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี 12000  
02-5929200



[www.chavanaphat.co.th](http://www.chavanaphat.co.th)

### บริษัท ชัยบูรณ์ บราเดอร์ส จำกัด



26/9 หมู่ 3 ถนนลำลูกกา ตำบลลาดสวาย อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี 12150  
02-5332533, 02-9945199

### บริษัท โชคชัย เอ็นจิเนียริ่ง จำกัด



13/1 ถนนเลียบบคลองเจ็ด ตำบลบึงคำพร้อย อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี 12150  
02-57718089



[www.chokchaiengineer.com](http://www.chokchaiengineer.com)

### บริษัท เบลตัน อินดัสเตรียล (ประเทศไทย) จำกัด



101/110 หมู่ 20 ถนนพหลโยธิน ตำบลคลองหนึ่ง อำเภอกลองหลวง จังหวัดปทุมธานี  
02-5297300

### บริษัท อายิโนะโมะโต๊ะ (ประเทศไทย) จำกัด



99 หมู่ 1 ถนนบางกระดี่सानโน ตำบลบางกระดี่ อำเภอมือง จังหวัดปทุมธานี 12000  
02-5012478, 02-0915991-8

**บริษัท อินเว รับเบอร์ (ประเทศไทย) จำกัด (มหาชน) รังสิต**



258 ซอยรังสิต-นครนายก 49 ตำบลประชาธิปัต อำเภอัญบุรี จังหวัดปทุมธานี 12310



02-9960890

**บริษัท สุรินทร์ ออมย่า เคมีคอล (ประเทศไทย) จำกัด**



เหมืองควบคุม 317 ตำบลโคกตูม อำเภอมืองลพบุรี จังหวัดลพบุรี 15210



036-658189

**บริษัท จี.เอส. ซีแรมมิคซ์ แอนด์ พาเลท จำกัด**



211 กม. 39 ถนนสุขุมวิท ตำบลบางปูใหม่ อำเภอมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10280



02-32310834

**บริษัท ทิปโกแอสฟัลท์ จำกัด (มหาชน)**



61 หมู่ 5 ถนนสุขสวัสดิ์ ตำบลบางจาก อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ 10130



02-8175111



[www.tipcoasphalt.com](http://www.tipcoasphalt.com)

**บริษัท ไทยอินเตอร์เนชั่นแนลไดเมคกิ้ง จำกัด**



331 หมู่ 4 นิคมอุตสาหกรรมบางปู ถนนสุขุมวิท ตำบลแพรกษา  
อำเภอมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ 10280



02-7096500



02-3240514

**บริษัท นิสสัน มอเตอร์ (ประเทศไทย) จำกัด**



74/1 หมู่ 2 ถนนบางนาตราด กม. 22 ตำบลศรีษะจรูญใหญ่ อำเภอบางเสาธง  
จังหวัดสมุทรปราการ 10570



02-3128717-26

**บริษัท ฟิลิปส์ อิเล็กทรอนิกส์ (ประเทศไทย) จำกัด**



515 หมู่ 4 นิคมอุตสาหกรรมบางปู ซอย 8 ตี ถนนพัฒนา 3 ตำบลแพรกษา  
อำเภอมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10280



02-7404801

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท เฟดเดอร์ล อิเล็กทริก จำกัด



64/1 หมู่ 4 ถนนกิ่งแก้ว ตำบลราชาเทวะ อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ 10540

02-3124190

### บริษัท โมเตอร์นฟอร์มกรุ๊ป จำกัด (มหาชน) บางพลี



33/2 หมู่ 7 ซอยพุลเจริญ ถนนบาง-ตราด ตำบลบางโฉลง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ 10540

02-337021721

### บริษัท ลำสูง (ประเทศไทย) จำกัด (มหาชน)



236 หมู่ 4 นิคมอุตสาหกรรมบางปู ถนนสุขุมวิท ตำบลแพรกษา อำเภอมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10280

02-709361024



02-3240640



[www.lamsoong.co.th](http://www.lamsoong.co.th)

### บริษัท วีก้าบอลส์ แมนูแฟคเจอร์ริง จำกัด



653 หมู่ 4 ถนนพัฒนา 1 ตำบลแพรกษา อำเภอมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10280

02-3240770

### บริษัท สยามสตีลอินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด (มหาชน)



51 หมู่ 2 ถนนปู่เจ้าสมิงพราย ตำบลบางหญ้าแพรก อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ 10130

02-3842876

### บริษัท สหธาราวัดน์ จำกัด



89,89/3-5, 239 หมู่ 7 ถนนปู่เจ้าสมิงพราย ตำบลสำโรงกลาง อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ 10310

02-3940106

### บริษัท เอสเอ็มที ซี จำกัด



118 หมู่ 9 ซอยวัดมทาวงษ์ ถนนปู่เจ้าสมิงพราย ตำบลสำโรง อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ 10310

02-7484261-65

### หสน.สายน้ำทิพย์ เต็นตอลแลบอราตอรี



777-777/1-2 ซอยหมู่บ้านพุทธรักษา 3 ตำบลแพรกษา อำเภอมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10280

02-3826791

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท คิงฟิชเชอร์ โฮลดิ้ง จำกัด



233 หมู่ 4 นิคมอุตสาหกรรมบางปู ถนนสุขุมวิท ตำบลแพรกษา อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ 10280



02-3240617-22

### บริษัท พรีเมค (ประเทศไทย) จำกัด



30/145 หมู่ 1 ตำบลโคกขาม อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-440600

### บริษัท บางกอกโพลีบัลค์ จำกัด



134/1-2 หมู่ 7 ถนนกระทู้มแบน ตำบลสวนหลวง อำเภอกระทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74110



02-8138668

### บริษัท โปรดักส์ดีเวลลอปเม้นท์ เมนูแพคเจอร์ริง จำกัด



1274-1273 ถนนวิเชียรโชฎก ตำบลมหาชัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-428009

### บริษัท เพรสซิเด็นท์ ออฟฟิศ เฟอร์นิเจอร์ จำกัด



77 หมู่ 5 ถนนเลียบบคลองหมื่นปรารมภ์ ตำบลแคราย อำเภอกระทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74110



034-848952-3

### บริษัท ยูนิคอร์น จำกัด(มหาชน)



39/3 หมู่ 8 ถนนเศรษฐกิจ 1 ตำบลท่าทราย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-424437

### บริษัท ยูนิเวอร์แซลไรซ์ จำกัด



39/95 หมู่ 2 ตำบลบางกระเจ้า อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-4622903

### บริษัท ยูเนียนโพรเซนโปรดักส์ จำกัด



1259, 1094/10 ถนนวิเชียรโชฎก ตำบลมหาชัย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-820674-5



## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท รอยแอสแคนอินดัสทรีส์ จำกัด



68 หมู่ 3 ถนนเลียบบคลองแคทราย ตำบลแคทราย อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74110  
034-419333

### บริษัท ลี กิจเจริญแสง จำกัด



29/22 หมู่ 3 ถนนพระราม 2 ตำบลนาดี อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
034-419200

### บริษัท สยามสมุทรโพรเซ่นฟูดส์ จำกัด



63/7 หมู่ 6 ถนนพระราม 2 ตำบลบางกระเจ้า อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
034-839700-7

### บริษัท สหไพศาลอินดัสทรี จำกัด



5/4 หมู่ 3 ถนนพระรามที่ 2 ตำบลบางกระเจ้า อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
034-812484

### บริษัท ออฟเท็ค จำกัด



134/6 หมู่ 7 ถนนเลียบบคลองภาษีเจริญฝั่งเหนือ ตำบลสวนหลวง อำเภอกระทุ่มแบน  
จังหวัดสมุทรสาคร 74110  
02-4207049

### บริษัท อาหารเบทเทอร์ จำกัด



4/2 หมู่ 7 ซอยสุขาภิบาล 2 ถนนพุทธมณฑลสาย 5 ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกระทุ่มแบน  
จังหวัดสมุทรสาคร 74130  
02-4310008

### บริษัท เอกชัย การแพทย์ จำกัด



99/9 หมู่ 4 ถนนเอกชัย ตำบลโคกขาม อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
034-417999

### บริษัท เอเชียคราฟท์เปเปอร์ จำกัด



99 หมู่ 5 ถนนพระราม 2 ตำบลท่าทราย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000  
034-423507

## หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์

### บริษัท เอเอสเอ คอนเทนเนอร์ จำกัด



361 หมู่ 4 ซอยโรงเหล็ก ถนนเศรษฐกิจ ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกระทุ่มแบน  
จังหวัดสมุทรสาคร 74130



02-8104750-65

### บริษัท เอเอสเอ บ็อกซ์บอร์ด คอนเทนเนอร์ จำกัด



99/1 หมู่ 5 ถนนพระราม 2 ตำบลท่าทราย อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-822331

### บริษัท โอสิน จำกัด



64 หมู่ 6 ถนนพระราม 2 ตำบลทางโหด อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร 74000



034-839759

### บริษัท สามมิตรมอเตอร์แมนูแฟคเจอร์ จำกัด



39 หมู่ 12 ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร 74130



02-4200027

### บริษัท อีโนเวิร์ฟเบอร์ (ประเทศไทย) จำกัด (มหาชน) วังน้อย



157 หมู่ 5 ถนนพหลโยธิน ตำบลลำไทร อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 13170



035-5214932-3

## พื้นที่ภาคตะวันออก

### บริษัท นุทริกซ์ จำกัด (มหาชน)



32/1 หมู่ 9 ถนนสุวินทวงศ์ ตำบลคลองนครเนื่องเขต อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา 24000



038-593116-8

### บริษัท คิวทีซี เอนเนอร์ยี จำกัด (มหาชน)



149 หมู่ 2 ตำบลมาบยางพร อำเภอปลวกแดง จังหวัดระยอง 21140



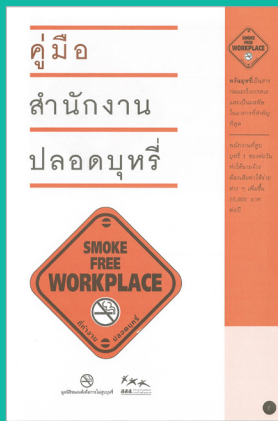
038-891411-4

## แหล่งสืบค้นข้อมูล

หน่วยงาน / สถานที่ติดต่อ / เว็บไซต์	ประเภทข้อมูล
<p><b>มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่</b></p> <p> เลขที่ 36/2 ซอยประดิพัทธ์ 10 ถนนประดิพัทธ์ แขวงสานเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400</p> <p> 02-2781828</p> <p> <a href="http://www.ashthailand.or.th">www.ashthailand.or.th</a></p>	สื่อ/ศูนย์ข้อมูล
<p><b>สมาคมพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อม</b></p> <p> เลขที่ 45/10 หมู่ 2 ตำบลบางเตย อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม 73210</p> <p> 02-4081600-3</p> <p> 02-4081601</p> <p> <a href="http://www.adeq.or.th">www.adeq.or.th</a></p> <p> <a href="http://www.healthyenterprise.org">www.healthyenterprise.org</a></p>	หลักสูตรอบรม / กิจกรรม / สื่อรณรงค์
<p><b>สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ</b></p> <p> อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ เลขที่ 99/8 ซอยงามดูพลี แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพมหานคร 10120</p> <p> 02-3431500</p> <p> 02-3431551</p> <p> <a href="http://www.thaihealth.or.th">www.thaihealth.or.th</a></p>	สื่อสร้างการเรียนรู้
<p><b>ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ ศูนย์บริการทางการแพทย์ สาขาโรงเรียนเรวัต คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล</b></p> <p> 108 ถนนประดิพัทธ์ แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร 10400</p> <p> 06-4585-3818</p> <p> 02-2011729</p> <p> <a href="http://www.trc.or.th">www.trc.or.th</a></p>	สื่อ/งานวิจัย

# สื่อความรู้และรณรงค์

## 1. หนังสือ



คู่มือสำนักงาน  
ปลอดบุหรี่



ถอดรหัสสถานประกอบการ  
ปลอดบุหรี่ ฉบับย่อ



ควันบุหรี่มือสอง



ทางเลือกเพื่อ  
ลด ละ เลิกบุหรี่



รู้หรือเปล่า  
อะไรอยู่ในบุหรี่



กฎบะอ ด่านบุหรี่และยาสูบ  
ฉบับภาษาไทย



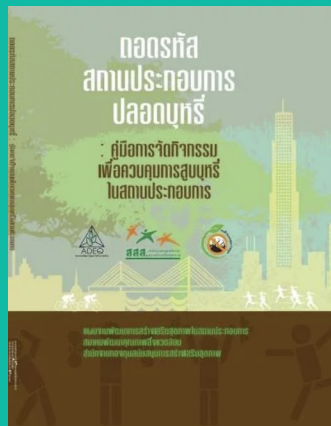
คุณรักเขาจริงหรือเปล่า



ช่วยคนที่คุณรัก เลิกบุหรี่



ทำไมต้องปลอดบุหรี่



ถอดรหัสสถานประกอบการปลอดบุหรี่  
คู่มือการจัดกิจกรรมเพื่อควบคุมการสูบบุหรี่  
ในสถานประกอบการ



ลดละเลิกบุหรี่ด้วยการนวดเท้า





## เอกสารอ้างอิง

- แฉล้ม รัตนพันธุ์ และคณะ. (2557). ความสัมพันธ์ระหว่างสถานที่ทำงานปลอดบุหรี่กับความสำเร็จในการเลิกบุหรี่ของผู้ป่วยเรื้อรัง จังหวัดมหาสารคาม. วารสารสาธารณสุขศาสตร์, 44(3), 300 – 312.
- มูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่. (ม.ป.ป.). คู่มือสำนักงานปลอดบุหรี่. กรุงเทพมหานคร.
- ศันสนีย์ กิรติวิริยาภรณ์ และคณะ. (2554). ถอดรหัสสถานประกอบการปลอดบุหรี่ : คู่มือสำหรับผู้บริหาร. กรุงเทพฯ : บริษัท แพลน พรินท์ติ้ง จำกัด.
- ศันสนีย์ กิรติวิริยาภรณ์. (ม.ป.ป.). ถอดรหัสสถานประกอบการปลอดบุหรี่ ฉบับย่อ. กรุงเทพฯ : บริษัท แพลน พรินท์ติ้ง จำกัด
- ศิริวรรณ พิทยรังสฤษฏ์ และปวีณา ปันกระจำง. (2561). รายงานสถิติการบริโภคยาสูบของประเทศไทย พ.ศ. 2561. เข้าถึงได้จาก <http://www.trc.or.th/th/media/attachments/2562/01/29/2561.pdf>. (9 เมษายน 2562).