

จัดทำเอกสารองค์ความรู้ผลสำเร็จการดำเนินการตามกิจกรรมตามแผนปฏิบัติการ

รายงานสรุปการขับเคลื่อนคุณธรรมพอเพียง  
กิจกรรม "รักโลก รักสมเด็จย่า ร่วมแรงร่วมใจ ลดใช้พลังงาน"

บทสรุป

เอกสารฉบับนี้สรุปสาระสำคัญของโครงการขับเคลื่อนคุณธรรมพอเพียงภายใต้ชื่อกิจกรรม "รักโลก รักสมเด็จย่า ร่วมแรงร่วมใจ ลดใช้พลังงาน" ของสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จพระยา ประจำปิยะพริมา พ.ศ. ๒๕๖๙ โครงการนี้มีจุดมุ่งหมายหลักในการสร้างจิตสำนึกและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้พลังงานของบุคลากรและผู้รับบริการ ผ่านมาตรการเชิงปฏิบัติที่เรียบง่ายแต่มีประสิทธิภาพ ภายใต้แคมเปญ "SAVE SOMDET"

ผลการดำเนินงานแสดงให้เห็นถึงความสำเร็จในการสร้างวินัย "ปิดไฟ ปิดแอร์ ปลดปลั๊ก" ซึ่งไม่เพียงแต่ช่วยลดค่าใช้จ่ายด้านสาธารณูปโภคของรัฐและลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกเท่านั้น แต่ยังส่งเสริมความสามัคคีและสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่ยั่งยืน โดยมีการจัดตั้งเครือข่ายแกนนำเพื่อติดตามผลและมอบรางวัลเพื่อสร้างแรงจูงใจในระยะยาว

๑. วัตถุประสงค์และเป้าหมายของกิจกรรม

กิจกรรมนี้ถูกออกแบบมาเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์หลัก ๓ ประการ ดังนี้

๑.๑. การสร้างจิตสำนึก รมรงค์ให้บุคลากรและผู้รับบริการตระหนักถึงความสำคัญของการประหยัดพลังงานผ่านการปฏิบัติที่ทำได้จริง เช่น การปิดไฟและเครื่องปรับอากาศเมื่อไม่ใช้งาน

๑.๒. การส่งเสริมส่วนร่วม สร้างความสามัคคีและวัฒนธรรมองค์กรที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมภายใต้แนวคิดการอนุรักษ์

๑.๓. การบริหารจัดการทรัพยากร ลดการใช้พลังงานและค่าไฟฟ้าของสถาบันฯ อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

๒. การประยุกต์ใช้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

โครงการนี้มุ่งเน้นการเสริมสร้างความพอเพียงในระดับ "พอเหมาะ พอดี" โดยเน้นหนัก ด้านการบริโภคทรัพยากร มุ่งเน้นการประหยัดทรัพยากรของรัฐ ทั้งในด้านไฟฟ้าและเชื้อเพลิง เพื่อให้เกิดความพอประมาณ มีเหตุผล และมีภูมิคุ้มกันในการบริหารจัดการงบประมาณและสิ่งแวดล้อม

๓. รายละเอียดและขั้นตอนการดำเนินงาน (แคมเปญ "SAVE SOMDET")

การดำเนินงานแบ่งออกเป็น ๕ ขั้นตอนหลัก เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์อย่างเป็นรูปธรรม ดังนี้

| ขั้นตอน               | รายละเอียดการปฏิบัติ                                                                                               |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ๑. เตรียมการและวางแผน | แต่งตั้งตัวแทนกลุ่มงานขับเคลื่อนแคมเปญ พร้อมบันทึกสถิติการใช้ไฟฟ้าก่อนเริ่มโครงการเพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลเปรียบเทียบ |
| ๒. ประชาสัมพันธ์      | ผลิตสื่อในรูปแบบต่างๆ เช่น โปสเตอร์ สื่อดิจิทัล สติกเกอร์ และเสียงตามสาย เพื่อตอกย้ำข้อความสร้างความร่วมมือ        |
| ๓. ขับเคลื่อนมาตรการ  | ปฏิบัติตามหลัก<br>(๑) ปิดไฟช่วงพักเที่ยงหรือหลังเลิกงาน                                                            |

| ขั้นตอน               | รายละเอียดการปฏิบัติ                                                                                                 |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | (๒) ปิดแอร์ก่อนออกจากห้อง ๑๕-๓๐ นาที หรือตั้งอุณหภูมิ ๒๕-๒๖ องศา<br>(๓) ถอดปลั๊กเพื่อลดไฟแฝง (Standby Power)         |
| ๔. ติดตามและประเมินผล | จัดทีมแกนนำเดินสำรวจอาคารและห้องทำงาน พร้อมรวบรวมข้อมูลค่าไฟฟ้าประจำเดือนเพื่อประเมินผลตามเป้าหมาย                   |
| ๕. สรุปและขยายผล      | รายงานผลให้ผู้บริหารและบุคลากรทราบ พร้อมมอบรางวัลหรือประกาศเกียรติคุณแก่กลุ่มงานหรือหอผู้ป่วยที่มีสถิติประหยัดสูงสุด |

#### ๔. ผลลัพธ์และความสำเร็จของโครงการ

จากการดำเนินกิจกรรมตั้งแต่เดือนตุลาคม ๒๕๖๘ เป็นต้นมา สถาบันฯ ได้รับผลลัพธ์ที่สำคัญดังนี้

##### ๔.๑ ด้านพฤติกรรมและวินัยองค์กร

บุคลากรทุกระดับมีพฤติกรรม "ปิดไฟ ปิดแอร์ ปลดปลั๊ก" อย่างเคร่งครัดและเป็นระบบ ไม่พบการเปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าทิ้งไว้ในห้องทำงานช่วงเวลาพักเที่ยงหรือหลังเลิกงาน ซึ่งสะท้อนถึงการสร้างจิตสำนึกที่ประสบความสำเร็จ

##### ๔.๒ ด้านเครือข่ายและความสามัคคี

เกิดการจัดตั้ง เครือข่ายแกนนำประหยัดพลังงาน ประจำตึกและเวิร์ดต่างๆ แนวคิด "รักโลก รักสมเด็จย่า" กลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมองค์กรที่ได้รับความร่วมมือจากทุกภาคส่วน

##### ๔.๓ ด้านเศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อม

การลดค่าใช้จ่ายปริมาณหน่วยการใช้ไฟฟ้า (kWh) และยอดค่าไฟฟ้าลดลงอย่างชัดเจนเมื่อเทียบกับก่อนเริ่มโครงการ ความยั่งยืน สามารถประหยัดงบประมาณของหลวงและลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกได้ตามนโยบายของภาครัฐ ยืนยันถึงการบริหารจัดการทรัพยากรที่มีประสิทธิภาพ

#### ๕. ข้อมูลการดำเนินงานโดยสรุป

|                    |                                   |
|--------------------|-----------------------------------|
| หน่วยงานรับผิดชอบ: | สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา |
| ผู้รับผิดชอบ:      | บุคลากรทุกระดับของสถาบันฯ         |
| ระยะเวลา:          | ตุลาคม ๒๕๖๘ จนถึงปัจจุบัน         |
| งบประมาณ:          | ไม่มีการใช้งบประมาณ               |

# รักโลก รักสมเด็จฯ ร่วมแรงร่วมใจ ลดใช้พลังงาน



บทสรุปการขับเคลื่อนคุณธรรม "ชีวิตดีวิถีพอเพียง"  
และการบริหารจัดการทรัพยากร

หน่วยงาน: สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา

ปีงบประมาณ: พ.ศ. 2569

ระยะเวลาดำเนินการ: ตุลาคม 2568 - ปัจจุบัน

# ความสอดคล้องเชิงยุทธศาสตร์: จากเป้าหมายสู่ผลสัมฤทธิ์

## เป้าหมาย

รณรงค์และสร้างจิตสำนึกให้บุคลากรและ  
ผู้รับบริการประหยัดพลังงาน



## ผลลัพธ์ที่คาดหวัง

เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเป็น  
รูปธรรม (เช่น ปิดไฟ ปิดแอร์ ถอดปลั๊ก)

## เป้าหมาย

ส่งเสริมการมีส่วนร่วมและสร้างความ  
สามัคคีในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม



## ผลลัพธ์ที่คาดหวัง

เกิดภาพลักษณ์ที่ดี สถาบันฯ เป็นองค์กร  
ต้นแบบด้านสิ่งแวดล้อม

## เป้าหมาย

ลดการใช้พลังงานและลดค่าใช้จ่ายด้าน  
กระแสไฟฟ้าอย่างมีประสิทธิภาพ



## ผลลัพธ์ที่คาดหวัง

การบริหารจัดการทรัพยากรที่ยั่งยืน  
และลดภาระงบประมาณสาธารณูปโภค

# การเปลี่ยนผ่านพฤติกรรม

## ก่อนแคมเปญ

มีกิจกรรม  
ความคิด

ขาดความตระหนักรู้  
ในการใช้พลังงานส่วนรวม

การจัดการ  
อุปกรณ์

เปิดทิ้งไว้เมื่อไม่ใช้งาน  
และสูญเสียพลังงานแฝง

วัฒนธรรม  
องค์กร

ต่างคนต่างใช้  
ขาดการเชื่อมโยงระหว่างกลุ่มงาน

ผลกระทบ  
องบประมาณ

การค่าใช้จ่ายด้าน  
สาธารณูปโภคสูง

## วัฒนธรรมใหม่

มีจิตสำนึกรับผิดชอบ  
ต่อทรัพยากรของสถาบันฯ

ปิดเมื่อไม่จำเป็น  
และปรับตั้งค่าอย่างเหมาะสมที่สุด

เป็นเครือข่ายความร่วมมือ  
"รักโลก รักสมเด็จฯ" แบบบูรณาการ

บริหารจัดการต้นทุนได้อย่าง  
มีประสิทธิภาพและยั่งยืน

# แกนกลางการขับเคลื่อน: หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ความพอเพียงในระดับ “พอเหมาะ พอดี”

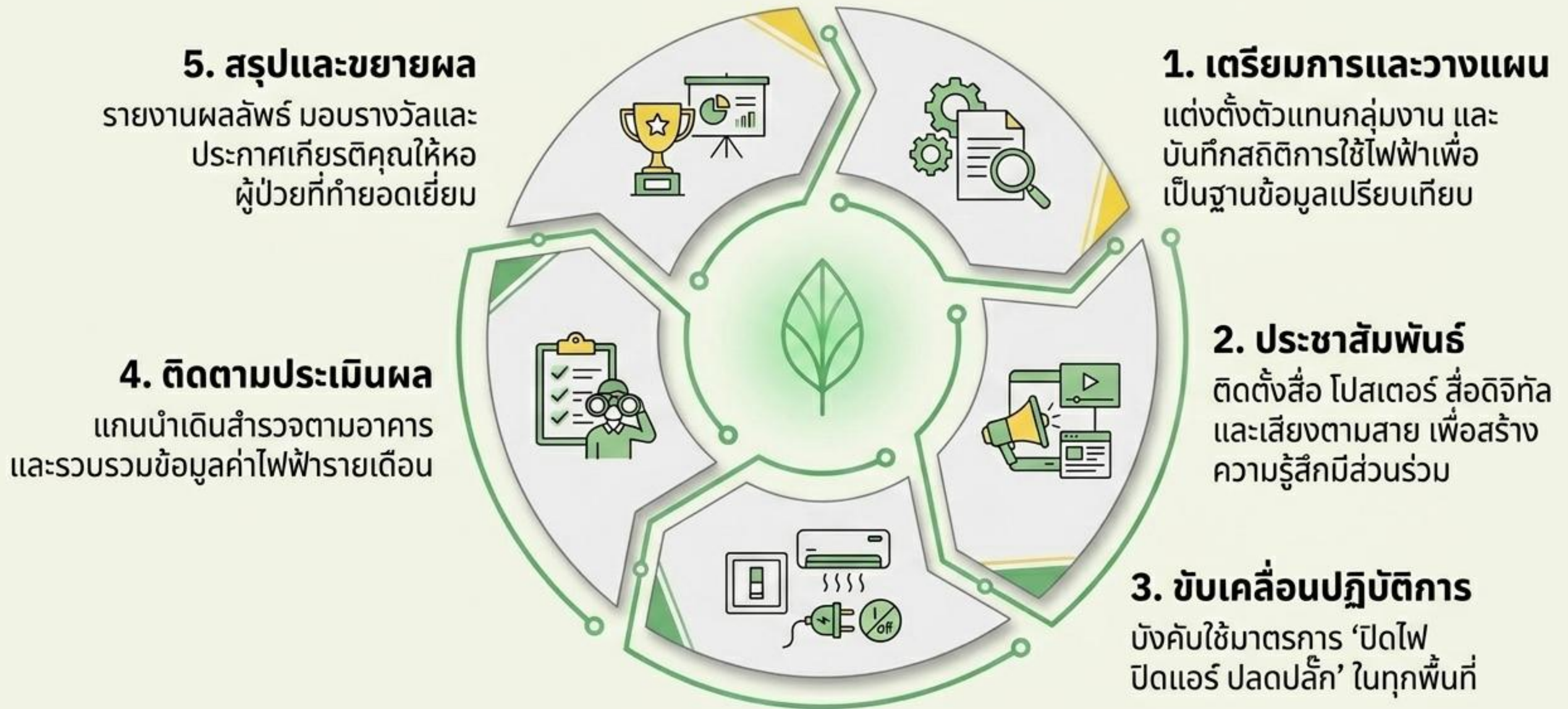


**ความพอประมาณ**

## การประยุกต์ใช้ในการบริหารทรัพยากร

มุ่งเน้นการประหยัดทรัพยากรของรัฐ  
โดยเฉพาะ “ไฟฟ้าและเชื้อเพลิง”  
ผ่านการใช้เหตุผลในการบริโภค และ  
สร้างภูมิคุ้มกันด้านงบประมาณให้แก่สถาบันฯ

# โรดแมป 5 ขั้นตอนสู่ความยั่งยืน

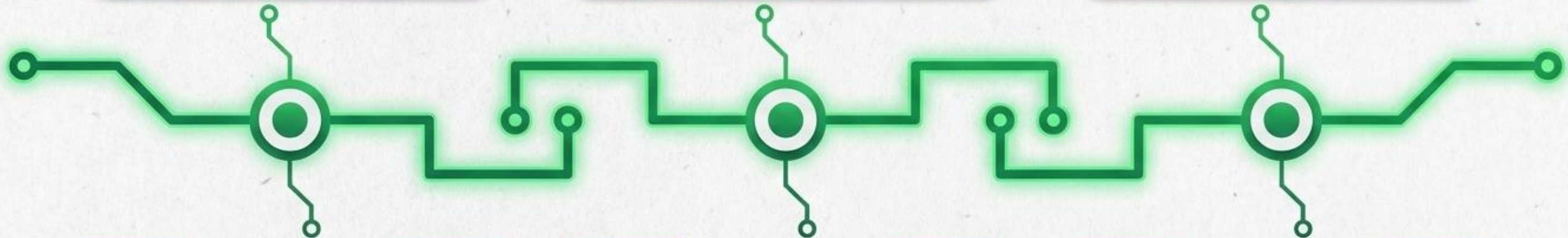


# กิจกรรมประหยัดพลังงาน 'ปิด ปรับ ปลด'

ก่อนออกจากห้อง 15-30 นาที 🏠

ช่วงเวลาพักเที่ยง / หลังเลิกงาน 🕒

ทันทีหลังเสร็จสิ้นการใช้งาน 🕒



**ปิดเครื่องปรับอากาศล่วงหน้า**  
หรือตั้งอุณหภูมิระหว่าง 25-26 องศาเซลเซียส

**ปิดหลอดไฟและแสงสว่างที่ไม่จำเป็น**  
พื้นที่: ห้องทำงาน, ห้องประชุม, ทางเดิน

**ถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกชนิด**  
เหตุผล: ตัดการใช้กระแสไฟฟ้าแฝงอย่างเด็ดขาด

# ทำไมต้องปิดแอร์ก่อน 15-30 นาที?



ความเย็นยังคงหมุนเวียนและรักษาอุณหภูมิในห้องได้นานถึง 30 นาทีหลังจากปิดเครื่อง

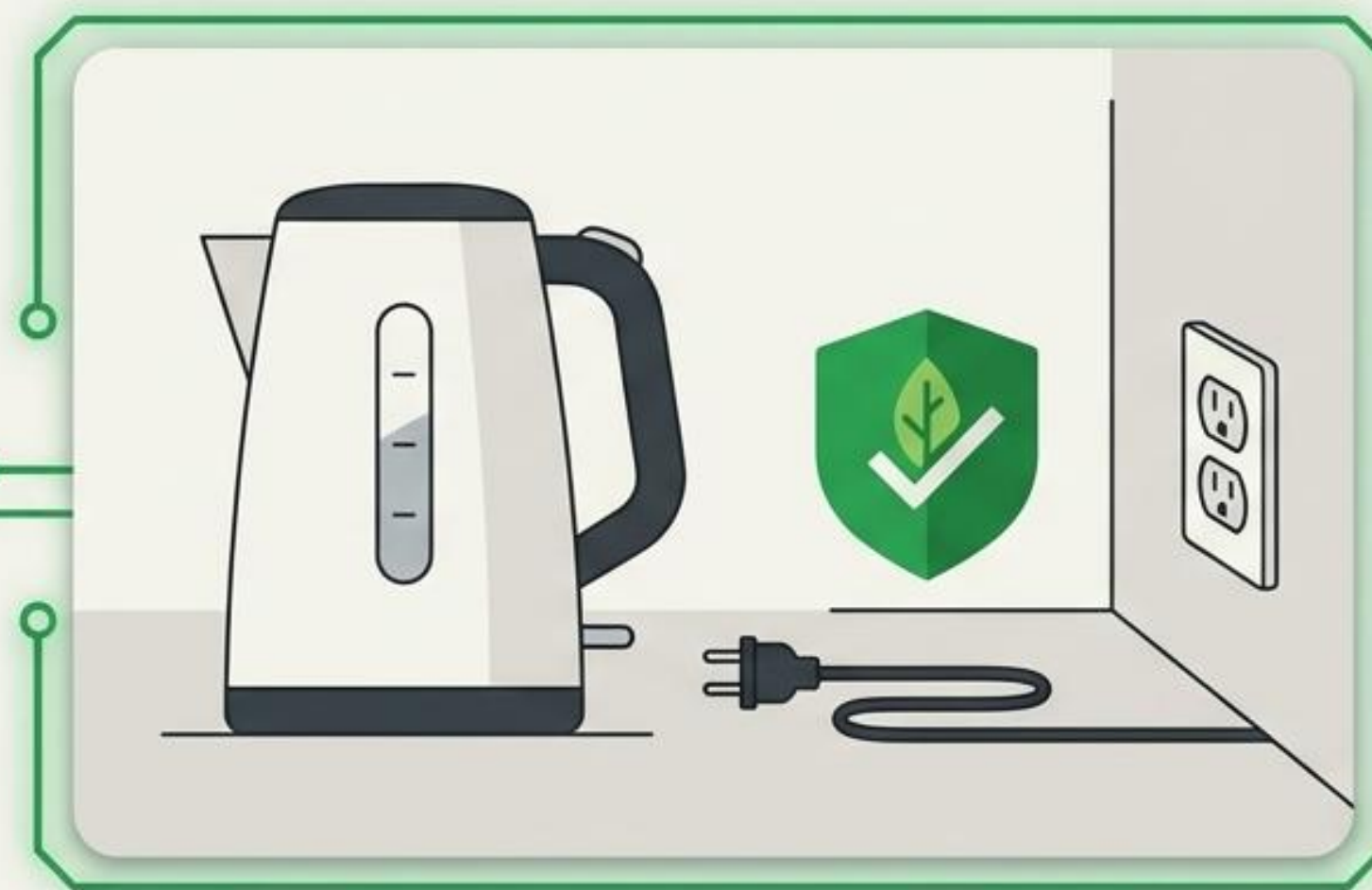
การปิดล่วงหน้าในช่วงพักเที่ยงหรือก่อนเลิกงาน ไม่ส่งผลกระทบต่อความสบายของผู้ปฏิบัติงาน แต่ช่วยลดภาระการทำงานของคอมเพรสเซอร์และประหยัดไฟได้อย่างมหาศาล

ตั้งอุณหภูมิพื้นฐานที่  
25-26 องศาเซลเซียสเสมอ

# อันตรายของกระแสไฟฟ้าแฝง



อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่เสียบปลั๊กทิ้งไว้  
แม้จะปิดสวิตช์แล้ว  
ยังคงดึงกระแสไฟฟ้าอย่างต่อเนื่อง



การ "ถอดปลั๊กทันที" หลังใช้งานเสร็จสิ้น  
คือการตัดวงจรการสูญเสียพลังงานโดยสมบูรณ์

# โครงการค่ายแกนนำประหยัดพลังงาน



## โครงสร้างความรับผิดชอบ

จัดตั้งเครือข่ายแกนนำประจำตึกและหอผู้ป่วยในทุกภาคส่วนของสถาบันฯ

## การติดตามผล

จัดทีมเดินสำรวจอาคารและห้องทำงานเพื่อให้คำแนะนำ และตรวจสอบการ  
**"ปิดไฟ ปิดแอร์ ปลดปลั๊ก"**

## พลังของการมีส่วนร่วม

เปลี่ยนแคมเปญให้กลายเป็น  
**"วัฒนธรรมองค์กร"** ที่ทุกคนพร้อมใจกัน  
ปฏิบัติผ่านการดูแลกันเองในระดับพื้นที่

# ผลสัมฤทธิ์และตัวชี้วัดความสำเร็จ

## วินัยและพฤติกรรม



100% ไม่มีการเปิดเครื่องใช้ไฟฟ้า  
ทิ้งไว้ในห้องทำงานช่วงพักเที่ยงหรือ  
หลังเลิกงาน

## วัฒนธรรมองค์กร



ทุกภาคส่วนเกิดความร่วมมือแรงร่วมใจ  
มีแกนนำดูแลครบทุกเวิร์ดภายใต้  
แนวคิด "รักโลก รักสมเด็จฯ"

## การประหยัดงบประมาณ



ปริมาณหน่วยการใช้ไฟฟ้า (kWh)  
และยอดค่าไฟลดลงอย่างเห็นได้ชัด  
เมื่อเทียบกับฐานข้อมูลเดิม  
ลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก

# วินัยเล็กๆ สู่การเปลี่ยนแปลงระดับสถาบัน



ปิดไฟ



ปิดแอร์



ปลดปลั๊ก

ความ  
พอประมาณ

การประหยัดพลังงานไม่ใช่แค่การ  
ลดตัวเลขในบิลค่าไฟ แต่คือการ  
ฝึกฝน **"ความพอประมาณ"**  
ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง

พฤติกรรม "ปิด-ปรับ-ปลด"  
ที่กระจายตัวอยู่ในทุกหอผู้ป่วย  
เมื่อหลอมรวมกันด้วยจิตสำนึก  
**"รักโลก รักสมเด็จฯ"**  
จะสร้างผลลัพธ์ทวีคูณ (Multiplier  
Effect) ที่เปลี่ยนสถาบันฯ  
ให้เป็นองค์กรสีเขียวอย่างแท้จริง

# บทสรุปความสำเร็จ: จากแคมเปญสู่วิถีปฏิบัติ



ประหยัถงบประมาณของหลวง ลดกำาชเรือนกระจก  
และยึนหยัถเป็นองคักรต้นแบบที่ใส่ใจสิ่งแวดล้อมอย่างยั้งยึน

แคมเปญ SAVE SOMDET: สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา