



# รายงาน

# สะสมความดี



รอบ 21 มีนาคม 2565 - 20 มิถุนายน 2566



E-book



## BPS Goodness Bank



ไม่ว่าสิ่งที่ทำจะทำความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต ส่งเสริม สำนับสนุ่ณ คุณธรรมจริยธรรม  
และความโปร่งใสของสำนักงานวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

## คำนำ

ตามที่คณะกรรมการส่งเสริมสนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส ของ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ได้เห็นชอบแผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงาน เลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ซึ่งแผนดังกล่าวได้กำหนดให้สำนักจัดทำบันทึก สะสมความดีภายใต้โครงการขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบมิติเชิงวัฒนธรรม

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความ โปร่งใสของสำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ จัดกิจกรรมธนาคารแห่งความดี BPS Goodness Bank ที่สอดคล้องกับคุณธรรมเป้าหมายของสำนักวิชาการ “คุณธรรม ๕ ประการ BPS ทำได้” (พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู) ไปสู่การมีภูมิคุ้มกันในตัวเอง มีคุณธรรม มีปัญญา มีความพอเพียง เป็นบุคลากรที่เข้มแข็ง มีความอยู่เย็นเป็นสุข เป็นธรรม และยั่งยืน เพื่อเสริมสร้าง ภูมิคุ้มกัน ของบุคลากรสำนักวิชาการ โดยยึดมั่นในหลักธรรมทางศาสนาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ พอเพียง วิถีวัฒนธรรมไทย วัฒนธรรมองค์กร และคุณธรรม ๕ ประการ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจบุคลากรสำนักวิชาการให้ดำเนินชีวิตอยู่ในความไม่ประมาท ด้วยกระบวนกร และกิจกรรมธนาคารแห่งความดี BPS Goodness Bank

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของ สำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า องค์ความรู้ชุดนี้จะสนับสนุนการสร้าง สังคมคุณธรรมที่มีฐานมาจากทุนความดี กระตุ้นให้สังคมตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องคุณธรรมจริยธรรม และ นำไปประยุกต์สู่การปฏิบัติ หรือการพัฒนาการขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริตส่งเสริม คุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการต่อไป



# กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

เชิญชวน บุคลากรสำนักวิชาการ  
บันทึกสะสมความดี



- ตั้งแต่วันที่
- 📅 ถึงวันศุกร์ที่ 3 ส.ค. 66
  - 📅 ถึงวันศุกร์ที่ 2 ส.ย. 66
  - 📅 ถึงวันศุกร์ที่ 7 ธ.ค. 66



1 ดีต่อตนเอง



2 ดีต่อผู้อื่น



3 ดีต่อองค์กร



4 ดีต่อสังคมและ  
ประเทศชาติ



ถ่ายรูป



บอกเล่าความดีโดยสังเขป ระบุวันที่ เดือน พ.ศ. และสถานที่

บันทึกตามแบบฟอร์มที่ใจ



ส่งตัวแทนคณะ Strong ของทุกกลุ่มงานเพื่อดำเนินการส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป



ใครฝากความดีสูงสุด 3 ลำดับแรกได้รับไปเลย "ดอกระเบียง"

SCAN ME



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี



หมายเหตุ : ความดีที่กระทำจริง สามารถเลือกตอบให้ครบตามแบบฟอร์ม  
หรือเลือกตอบข้อใดข้อหนึ่งก็ได้

**STRONGER  
TOGETHER**

คณะกรรมการขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดทำขึ้นเพื่อสนับสนุน  
เสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ







**มาสะสมความดี  
รับดอกเบี้ยกันนะ**



### พอเพียง

ออมเงิน	10
ทำสบูใช้เอง	10
กิจกรรมรักเรา รักษ์โลก	10
มีความพอเพียง ใช้ทรัพยากร ของราชการอย่างคุ้มค่า	10

### วินัย

ปฏิบัติตามระเบียบวินัย	10
แต่งชุดข้าราชการในวันประชุมสภา	10
5 ส / BIG CLEANING DAY	10
อื่น ๆ มิติวินัย	10

### สุจริต

ยึดประโยชน์ทางราชการ	10
ปฏิบัติตามนโยบาย NO GIFT POLICY	10
อื่น ๆ มิติสุจริต	10

### จิตอาสา

ร่วมกิจกรรมสาธารณประโยชน์	10
แบ่งปัน ช่วยเหลือผู้อื่น	10
ร่วมกิจกรรมทางศาสนา	10
ร่วมกิจกรรมวิถีวัฒนธรรมไทย	10
 กรณีอาสาร่วมของสำนักงาน	50

### กตัญญู

มีจิตสำนึกขอบคุณต่อผู้มีพระคุณ	50
มีจิตสำนึกขอบคุณต่อแผ่นดิน สง.	100

## ธนาคารความดี

**ความดีไม่มีขาย อยากรได้ต้องทำเอง**

## สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
รายงานสะสมความดีรอบเดือน๒๑ มีนาคม ๒๕๖๕ - ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๖	
- จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการรอบมีนาคม	๑
- ยกย่อง เชิดชูบุคลากร	๒
- บันทึกสะสมความดีของผู้บริหารสำนักวิชาการ	๓
- บันทึกสะสมความดีของบุคลากรสำนักวิชาการ	๔





## ยกย่อง เชิดชูบุคลากร

มีการยกย่อง เชิดชูบุคลากรที่สะสมความดีมากที่สุดในแต่ละรอบ โดยนายพีระพจน์ รัตนมาลี รองเลขาธิการวุฒิสภา รักษาราชการแทน ผู้อำนวยการสำนักวิชาการมอบเกียรติบัตรให้แก่บุคลากร จำนวน ๒ คน ดังนี้

๑. นางสาวพรวิฑู ไคว์คชาภรณ์
๒. นางสาวมัทยา ศรีพนา







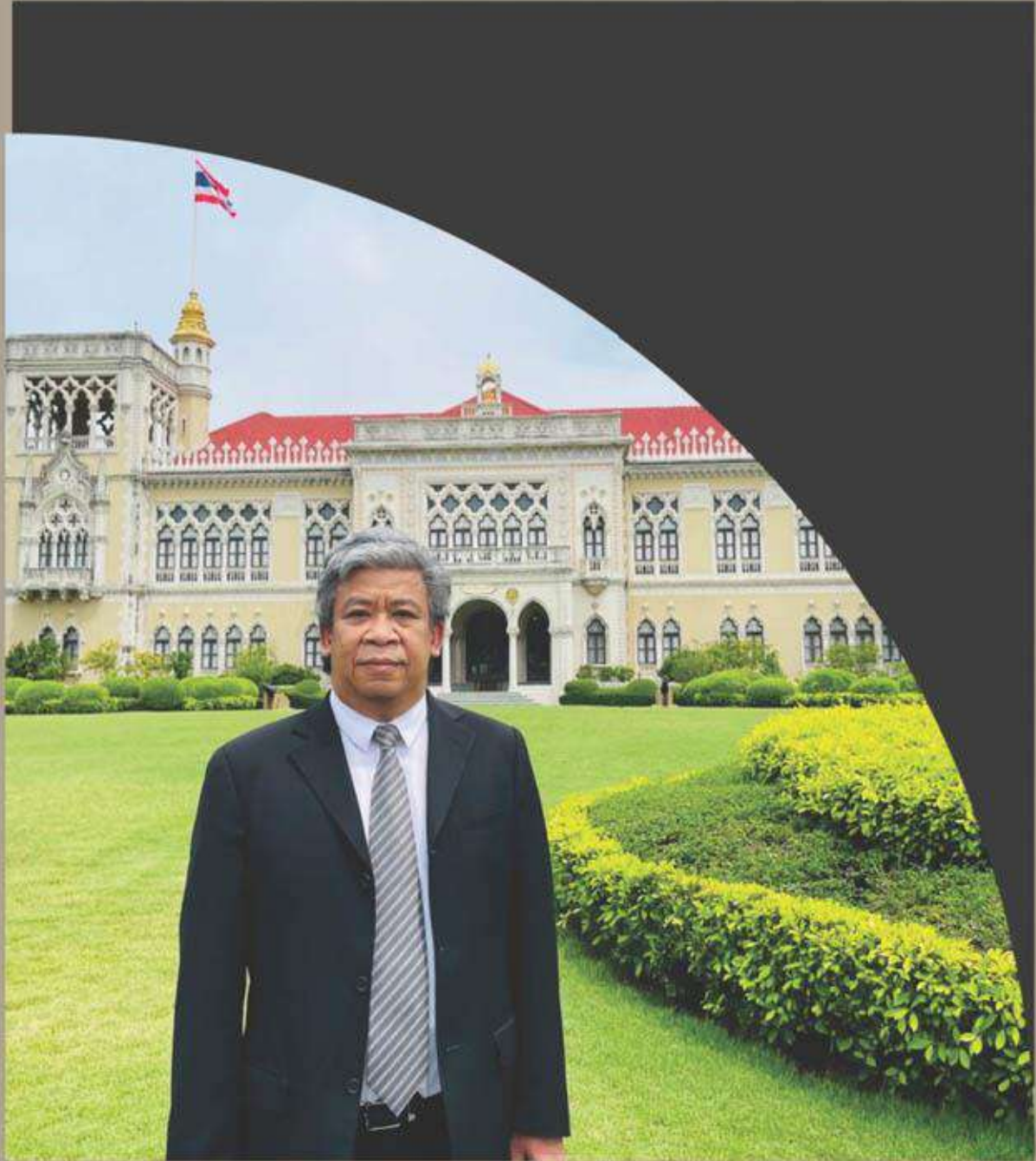
# ขยับร่าง สร้างสวน เต็มออกซิเจน หน้าบ้านสวยสด แถมลดโลกร้อน

พีระพจน์ รัตนมาลี  
รองเลขาธิการ  
รักษาการ ผอ. สำนักวิชาการ

บันทึกสำนัก D



# แลกเปลี่ยน เรียนรู้ ส่งต่อ เพื่อประเทศชาติ และประชาชน



---

บัณฑิตสำนัก D

พีระพจน์ รัตนมาลี  
รองเลขาธิการวุฒิสภา

กลุ่มงานบริหารทั่วไป		คะแนนกลุ่มงานบริหารทั่วไป/รายบุคคล
1	นางวรัชยา ยี่สุนทอง	100
2	นางศิริกาญจน์ กลิ่นอำพันธ์	150
3	น.ส.อัชรา กลิ่นอินทร์	50
4	นางกัจจา ฝึกจันทร์	50



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

---

วรรษยา ยี่สุนทอง กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ติดต่อตนเอง ทำบุญใส่บาตร ที่สะพานมอญ  
อำเภอสังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี



ติดต่อสังคม และประเทศชาติ  
ร่วมเป็นจิตอาสาของสำนักงานเลขาธิการ  
วุฒิสภา เนื่องในวันสงกรานต์



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางศิริกาญจน์ กลิ่นอำพันธ์ สังกัด กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



## ดีต่อองค์กร

วันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ประกวดตราสัญลักษณ์ (Logo) ชมรมขับเคลื่อน  
องค์กร STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริต  
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักงานฯ  
ต่อสำนักวิชาการ เพื่อมุ่งเน้นทุกคนในสังคมมีความ  
ละเอียดที่จะกระทำการทุจริต และเกิดความไม่ทน  
ต่อการทุจริตทุกรูปแบบ และตระหนักถึงคุณค่าของ  
ความเป็นพลเมืองที่ดีมีความรับผิดชอบต่อสังคม



## ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

โอนเงินบริจาคเพื่อโรงพยาบาลสุโขทัย

๒๔ มีนาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๕๐๐ บาท

๒๕ มีนาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๑๙๙ บาท

๒๖ มีนาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๕๐๐ บาท

๒๗ มีนาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๑๙๙ บาท







**ติดต่อตนเอง ความมั่งคั่งญาติอภิตามารดาและผู้มี**  
**พระคุณ ๒๔ มีนาคม – ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖**  
 (ความสุขของเราคือ ความสุขความสบายของพ่อแม่)  
 - ปรับปรุงห้องนอนให้บิดาที่ป่วยพึ่งออกจาก  
 โรงพยาบาล (ช่วงที่พ่อรักษาพ่อติดเตียงจำไม่ได้  
 แม้แต่ตัวเองเป็นใคร และทำวันนี้ความจำพ่อกลับมา  
 เป็นปกติ เดินได้ปกติ) เพื่อมาพักรักษาตัวที่บ้านโดย  
 อยู่ชั้นล่างสุดของบ้าน เปลี่ยนประตูหน้าต่างไม้เป็น  
 กระจกเพื่อการมองเห็นรอบๆบ้านอย่างไม่อึดอัด  
 ห้องมีอากาศถ่ายเท สะอาด ไม้ร้อนอบอ้าว และไม่มี  
 เสียงดังรบกวน เก็บสิ่งของที่ไมจำเป็นไว้ในห้องนอน  
 เพื่อเลี่ยงการเกิดฝุ่น เตียงนอนของพ่อมีราวจับ  
 เพื่อให้ลุกยืนได้สะดวก เพราะที่บ้านที่จังหวัด  
 ที่สุขุขทัยอากาศร้อนมาก ให้พ่อแม่เปิดแอร์ได้ตาม  
 สบายอย่าทนต่ออากาศร้อน ๆ และได้จ่ายค่าไฟให้  
 พ่อแม่เป็นประจำทุก ๆ เดือน

นาง ศิริภรณ์ กลิ่นจันทร์	
คุณบิดา	
000-0-22107-1	
การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค (กฟภ.)	
(7334)	
หมายเลขผู้ใช้ไฟฟ้า 12 หลัก	020009606561
ข้อมูลผู้ใช้	นาย แสง กลิ่นจันทร์
	เลขที่ 25 ม.15 อ.ไทร
	บ. อ.ภ.ไทรทอง
	อ.สุโขทัย 64170
จำนวนเงิน	2,902.20 บาท
ยอดชำระก่อนหักเงิน 06/00	2,902.20 บาท
ค่าธรรมเนียม	0.00 บาท
วันที่ชำระหนี้	19 มิ.ย. 2566 - 21.28

นาง ศิริภรณ์ กลิ่นจันทร์	
คุณบิดา	
000-0-22107-1	
การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค (กฟภ.)	
(7334)	
หมายเลขผู้ใช้ไฟฟ้า 12 หลัก	020009606561
ข้อมูลผู้ใช้	นาย แสง กลิ่นจันทร์
	เลขที่ 25 ม.15 อ.ไทร
	บ. อ.ภ.ไทรทอง
	อ.สุโขทัย 64170
จำนวนเงิน	2,306.35 บาท
ยอดชำระก่อนหักเงิน 05/35	2,306.35 บาท
ค่าธรรมเนียม	0.00 บาท
วันที่ชำระหนี้	21 พ.ค. 2566 - 19.39



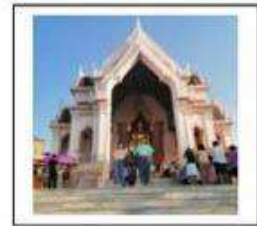
# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวอชรา กลิ่นอินทร์ สังกัด กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง ทำบุญที่วัดพระสมุทรเจดีย์ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม  
ในวันที่ ๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ ระหว่างเดินทางกลับจากจังหวัด  
กาญจนบุรี



ดีต่อผู้อื่น ทำบุญให้ T. Rowella ที่เสียชีวิตที่โรงพยาบาลชลบุรี ระหว่าง  
ทำหน้าที่เป็นคุณครูต่างชาติของเด็กมัธยมศึกษาตอนต้นที่โรงเรียนมัธยม  
ประชานิเวศน์เนื่องจากคุณครูพาเด็กๆไปเข้าค่าย English ที่ต่างจังหวัด  
โดยร่วมทำบุญเพื่อให้ญาตินำ Teacher ไปประกอบพิธีทางศาสนาที่  
ประเทศฟิลิปปินส์ ในวันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๖ โดยโอนผ่านบัญชีธนาคารกรุงไทย



ดีต่อองค์กร เข้าร่วมโครงการเครือข่ายคุณธรรม กิจกรรม บวร  
ของสำนักวิชาการ ในวันเสาร์ที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖ ณ โรงเรียน  
วัดจันทรสโมสร เขตดุสิต กรุงเทพฯ



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ร่วมทำบุญอุทิศภัตตาหารภาคฤดูร้อน  
ณ สำนักปฏิบัติธรรมป่าโมกข์ธรรมาราม จังหวัดสระแก้ว โดยโอนผ่าน  
บัญชีธนาคารออมสินและทำบุญเพื่อสร้างเสนาสนะให้วัดพระเจ้าอู่หมพร  
จังหวัดลำปาง โดยโอนผ่านบัญชีธนาคารออมสิน



ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางกัจจา พิกจันทร์ กลุ่มงานบริหารทั่วไป  
สำนักวิชาการ



## ดีต่อตนเอง

วันอาทิตย์ที่ 28 พฤษภาคม 2566 ได้เดินทางไปทำบุญ ปิดทองไหว้พระ ถวายปัจจัยใส่ตู้  
บริจาคค่าน้ำ ค่าไฟ ชำระหนี้สงฆ์ ณ พระอุโบสถวัดไตรใหญ่ อ.บางบัวทอง จ.นนทบุรี  
และเดินทางไปทำน้ำ เพื่อปล่อยปลา และให้อาหารปลา



รายงานดอกเบี้ยสะสมความดี

กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล

นายประธาน ทิพยกะลิน	ผู้บังคับบัญชากลุ่มงาน วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+50+10+10 = 80$
นายณัฐฤกิตดี ปัทมะ	วิทยากรเชี่ยวชาญ	$50+10+10 = 70$
น.ส. มัทยา ศรีพนา	วิทยากรชำนาญการ	$50+10+10+10+10+50+10+50+10+10+100 = 320$
น.ส. แสงจันทร์ มาน้อย	วิทยากรชำนาญการ	$50+100 = 150$
น.ส. วิกานดา วรรณวิเศษ	วิทยากรชำนาญการ	$50+50+10+10+50+10 = 180$
น.ส. ศุภิญญา ธารารัตนสุวรรณ	วิทยากรชำนาญการ	$10+50+10+10+50+10+10 = 150$
น.ส. เรไร ลำเจียก	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+10 = 20$
น.ส. มาณริกา จันทาโก	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$50+50 = 100$
น.ส. สударัตน์ หมวดอินทร์	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$50+10+50+50 = 160$
น.ส. ศิริวรรณ มนอัคระผดุง	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$50+50 = 100$
น.ส. สาคร ศรีมุข	วิทยากรชำนาญการ	$50+10 = 60$
น.ส. น้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์	จพง.ธุรการชำนาญงาน	$50+50+10+50+10+10+10+10+50+50 = 300$
น.ส.สุวรรณา สุพงษ์	จพง.ธุรการชำนาญงาน	$50+50+10 = 110$
น.ส. รินรดา วงษ์ศรีเผือก	จพง.ธุรการอาวุโส	10
น.ส. นิจวรรณ โปยขุนทด	จพง.ธุรการอาวุโส	10



## บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายประธาน ทิพยกะลิน สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : กราบนมัสการทำบุญปิดทองหลวงพ่อดโต  
วัดบางพลีใหญ่ใน สมุทรปราการ และกราบนมัสการ  
หลวงปู่ วัดสะแก อยุธยา เพื่อความเป็นมงคลแก่ชีวิต และ  
สร้างเสริมกำลังใจ



ดีต่อผู้อื่น : พาแม่ไปทำกายภาพบำบัดลดอาการเจ็บปวด  
หลังการผ่าตัด และฟื้นฟูกล้ามเนื้อเพื่อการยืน/เดิน ณ ศูนย์แพทย์  
พัฒนา พระราม 9



ดีต่อองค์กร : เข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาเพื่อ  
สังคมของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ทำความ  
สะอาดพื้นที่บริเวณริมแม่น้ำเจ้าพระยา อาคารรัฐสภา  
ฝั่งวุฒิสภา วันที่ 7 เม.ย. 66



ดีต่อสังคม : ประสานงานและจัดพิธีลงนามบันทึก  
ข้อตกลงความร่วมมือว่าด้วยการนำผลงานทางวิชาการ  
ผลงานวิจัย และองค์ความรู้ด้านการต่างประเทศ ไปใช้  
ประโยชน์ในกระบวนการนิติบัญญัติ ระหว่างสำนักงาน  
เลขาธิการวุฒิสภา กับมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เมื่อวันที่  
21 เม.ย.66





# บันทึกเสสมความดี

ธนาคารแห่งความดี

ครั้งที่ 2

วันที่ 1 มิถุนายน 2566

---

นายณัฐกิตติ์ ปัทมะ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

## กิจกรรมเสสมความดี

- ร่วมกับครอบครัว และญาติพี่น้องได้ทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้แก่ปู่ ย่า ตา ยาย และญาติพี่น้อง รวมถึงที่ล่วงลับ ณ บ้านดำนอกดง ตำบลสร้างปี อำเภอราศีไศล จังหวัดศรีสะเกษ



- มอบเงินสมทบทุนสำหรับจัดกิจกรรมกีฬาต้านยาเสพติดและสร้างความสามัคคีในพื้นที่ตำบลทับทัน โดยมีผู้แทนของโรงเรียนบ้านทับทันรับมอบเงิน ตำบลทับทัน อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์ เมื่อวันที่



- เข้าร่วมพิธีพระราชทานเพลิงศพคุณพ่อสวาท คำด้วง (บิดาของนายอลนกรณ์ คำด้วง ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานคณะกรรมการอาหารการทหาร) ณ เมรุสถานบ้านกุดน้ำใส ตำบลกุดน้ำใส อำเภอค้อวัง จังหวัดยโสธร เมื่อวันที่



### 1. ดีต่อตนเอง



การได้มีโอกาสทำบุญให้บรรพบุรุษที่ล่วงลับอันเป็นการแสดงออกถึงความกตัญญู การบริจาคทรัพย์เพื่อกิจกรรมของโรงเรียน และเข้าร่วมพิธีพระราชทานเพลิงศพของญาติผู้ใหญ่ ถือเป็นสิ่งสมบุญกุศลอันนำมาซึ่งความสุขและลดความโลภในใจตนจากการที่ได้ให้ทรัพย์สินและของที่จำเป็นแก่คนอื่น และแสดงถึงความมีเมตตา กรุณา และความเห็นอกเห็นใจต่อเพื่อนมนุษย์หรือเพื่อนร่วมงาน ตามโอกาสที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอ





## 2. ดีต่อผู้อื่น

ผู้ที่ได้รับ การบริจาคทรัพย์สินเพื่อกิจกรรมของโรงเรียน ย่อมมีกำลังกายและกำลังใจที่จะทำหน้าที่ของตนให้ดี อันจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติต่อไป



## 3. ดีต่อองค์กร

การทำบุญไม่ว่าด้วยเหตุกรณีใด ๆ ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นด้วยทรัพย์สินหรือสิ่งของ หรือการเข้าร่วมพิธีทางศาสนาในโอกาสต่าง ๆ ย่อมทำให้สังคมรับรู้และรับทราบว่าบุคลากรของสำนักงาน เป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือสังคม อันเป็นการส่งเสริมและขับเคลื่อนด้านคุณธรรม จริยธรรมและภาพลักษณ์ขององค์กร



## 4. ดีต่อสังคม

สังคมไทยจะมีความน่าอยู่มากขึ้น เมื่อคนไทยแบ่งปันช่วยเหลือกัน ด้วยความมีเมตตา กรุณา และมีความเอื้ออาทรต่อกันตามความเหมาะสมและโอกาส โดยเฉพาะการช่วยเหลือ แบ่งปัน หรือบริจาคไม่ว่าจะเป็นกรณีใด ๆ มากน้อยตามฐานะานุรูป ย่อมทำให้สังคมไทยได้แสดงออกถึงการอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข อันจะเป็นการรักษาและจรรโลงวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม และประเพณีอันดีงามสืบต่อไป

\*\*\*\*\*



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวมัทยา ศรีพนา ลี้กัต กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



## ดีต่อตนเอง

ตักบาตรเพื่อเป็นการสร้างกุศล แผลส่วนกุศลให้กับญาติผู้ล่วงลับไปแล้ว  
และเพื่อทำบุญบำรุงพระพุทธศาสนา ทำให้เป็นสิริมงคลต่อตัวเอง  
และเสริมสร้างพระพุทธศาสนาให้มั่นคง



### ทำดีครั้งที่ 1

ตักบาตร ไลต์ส ประชาชน  
วันที่ 31 พฤษภาคม 2568



### ทำดีครั้งที่ 2

นำอาหารมาเอง  
ทุกวัน

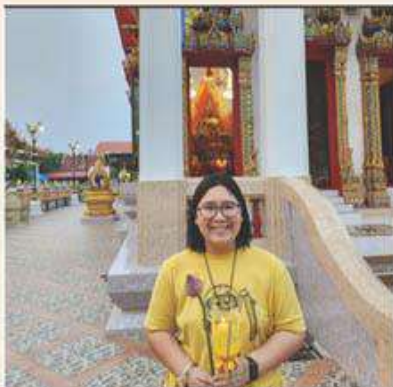


## ดีต่อตนเอง ดีต่อองค์กร

นำข้าวกล่องมาเอง ซึ่งเป็นอาหารที่ทำจากบ้าน เพื่อความประหยัด  
พอเพียง และช่วยลดปริมาณขยะของสำนักงานฯ



## ดีต่อตนเอง ดีต่อสังคม



### ทำดีครั้งที่ 3

เวียนเทียนในวันมาฆบูชา  
วัดบางกระสอบ จ.สมุทรปราการ  
วันที่ 6 มีนาคม 2568



### ทำดีครั้งที่ 4

ทำความสะอาดกวาดลานวัด  
วัดพิชัยพัฒนาราม จ.จันทบุรี  
วันที่ 6 เมษายน 2568



### ทำดีครั้งที่ 5

บริจาคเงิน  
วัดเขาแหลมสิงห์ จ.จันทบุรี  
วันที่ 7 เมษายน 2568

เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา เวียนเทียน  
ในวันมาฆบูชา เพื่อเพิ่มพูนบุญกุศลเป็นสิริมงคล  
ต่อตัวเอง และเสริมสร้างพระพุทธศาสนาให้มั่นคง

ปิดกวาดลานวัดทำให้ได้ออกกำลังกาย  
และทำให้สภาพแวดล้อมบริเวณวัด  
สะอาดน่าอยู่ น่านั่งมากขึ้น  
และเสริมสร้างพระพุทธศาสนาให้มั่นคง

บริจาคเงินเพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการซื้อ  
เครื่องมือแพทย์มอบให้แก่ ร.พ.พระปกเกล้า  
จ.จันทบุรี เพื่อเพิ่มโอกาสการรอดชีวิต  
ให้แก่ผู้ป่วยอีกจำนวนมาก



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวมัทยา ศรีพนา สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



พาคุณยายไปทำกายภาพบำบัด ดูแลและให้กำลังใจบุคคลอันเป็นที่รัก



ทำดีครั้งที่ 6  
คลินิกศูนย์แพทย์พัฒนา  
วันที่ 18 มีนาคม 2566



ดีต่อตนเอง ดีต่อองค์กร ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ทำดีครั้งที่ 7

รณรงค์ห้าห่วงขอพรผู้ใหญ่  
ในเทศกาลสงกรานต์ 2566

- ตนเองมีความสุขใจ
- แสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
- สร้างความสัมพันธ์ที่ดีในองค์กร
- อนุรักษ์ประเพณีไทยที่งดงามของชาติ



ดีต่อตนเอง ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ทำดีครั้งที่ 8

บริจาคขวดพลาสติก  
วัดจากแดง จ. สมุทรปราการ  
วันที่ 4 มีนาคม 2566



นำขวดพลาสติกไปบริจาค  
เป็นการฝึกวินัยการทิ้งขยะ  
ให้ถูกวิธี เปลี่ยนขยะให้เป็นบุญ  
ลดขยะ สิ่งแวดล้อมดีขึ้น

ทำดีครั้งที่ 9

เก็บขยะชายหาด  
หาดเจ้าหลาว จ.จันทบุรี  
วันที่ 7 เมษายน 2566



เดินเก็บขยะรอบๆ ชายหาด  
เป็นการออกกำลังกาย ป้องกันขยะ  
พลาสติกจมลงสู่ทะเล ช่วยรักษาชีวิต  
สัตว์น้ำ หาดทรายสะอาด ลดมลพิษ  
ทางทะเล

ทำดีครั้งที่ 10

เลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร  
เขตเลือกตั้งที่ 7 กทม  
วันที่ 14 พฤษภาคม 2566



การเลือกตั้งเป็นหน้าที่ของคนไทย  
โดยยึดมั่นในการปกครองระบอบ  
ประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์  
ทรงเป็นประมุขฯ ซึ่งจะส่งผลดีต่อ  
สังคมและประเทศชาติ

# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล แสงจันทร์ มาน้อย สังกัด กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อผู้อื่น

😊 ดูแลบุคลากรอื่นเป็นที่รักและเคารพ : โดยในภาพเป็นการพาคุณพ่อไปทำกายภาพบำบัด

จากอาการข้างเคียงของโรคเส้นเลือดในสมอง ในวันที่ 11 มีนาคม 2566







ดีต่อสังคม

😊 ทำหน้าที่บุคลากรในการอบรมสั่งสอนให้บุตรประพฤติดี เพื่อให้เป็นบุคลากร  
ที่ดีของสังคม และเป็นอนาคตของชาติต่อไป



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาววิกานดา วรรณวิเศษ  
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ  
ครั้งที่ 2/2566



วันเสาร์-อาทิตย์ และวันธรรมดาบางครั้ง  
ทำความดี : ตักบาตรอุทิศส่วนกุศลไปให้พ่อ  
ญาติสายสกุลอรัญญาศรีและวรรณวิเศษ  
โดยวันเสาร์-อาทิตย์จะตักบาตรกับพระวัดเพลง  
ต.ไทรมา อ.เมือง นนทบุรี ส่วนวันธรรมดา  
จะตักบาตรในตลาดเตาปูน

ดีต่อตนเอง : ได้อุทิศส่วนกุศลให้กับญาติที่ล่วงลับ  
เป็นการสละทรัพย์สินเพื่อบำรุงศาสนา



วันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖  
ทำความดี : ถวายสังฆทานอุทิศส่วนกุศลไปให้  
นายคล้าย วรรณวิเศษ (บิดา) ณ วัดโสภณวนาราม  
ต.ปากลอก อ.กลาง ภูเก็ต

ดีต่อตนเอง : ได้อุทิศส่วนกุศลให้กับพ่อที่ล่วงลับ  
เป็นการสละทรัพย์สินเพื่อบำรุงศาสนา







วันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ทำความดี : ทำบุญบ้านเลขที่ 39 หมู่ 2 ต.ปากคลอง  
อ.กลาง ภูเก็ต

ดีต่อตนเอง : สืบสานประเพณีไทยและ  
เป็นการสละทรัพย์สินเพื่อบำรุงศาสนา



วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ทำความดี : เอาพัดลมตั้งพื้นไปบริจาคให้กับ  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปากคลอง  
ต.ปากคลอง อ.กลาง ภูเก็ต ดีต่อตนเอง :

ดีต่อตนเอง : เป็นการสละทรัพย์สินเพื่อประโยชน์  
ส่วนรวม เพื่อให้ประชาชนที่ไปใช้บริการที่  
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปากคลองมีพัดลม  
ให้ความเย็น







วันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖  
ทำความดี : หลังจากแม่ติดโควิดไปเมื่อช่วงต้นเดือนพฤษภาคม แม่ก็เบื่ออาหาร กินได้น้อยลง จึงได้ซื้ออาหารเสริมให้แม่ทาน  
ดีต่อตนเอง : เป็นการแสดงความความกตัญญูต่อแม่ ให้แม่มีอาหารเพื่อบำรุงสุขภาพให้แข็งแรงมากขึ้น



วันที่ ๒๒ พฤษภาคม ๒๕๖๖  
ทำความดี : เฉากลองของตัวเองไปซื้ออาหารเพื่อลดปริมาณขยะ  
ดีต่อตนเอง : ประหยัดค่ากล่องใส่อาหารครั้งละ ๕ บาทและช่วยลดปริมาณขยะ

## บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวศุธิมภา ธารารัตนสุวรรณ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ทางเดียวกัน ไปด้วยกัน



ดีต่อตนเอง : ฝึกความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น



ดีต่อผู้อื่น : เพื่อนประหยัดค่าเดินทาง



ดีต่อองค์กร : บุคลากรในองค์กรมีความสัมพันธ์  
ที่ดีต่อกัน ทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพมาก  
ยิ่งขึ้น / ภาพลักษณ์องค์กรสีเขียว



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ลดการใช้  
พลังงาน/ลดมลพิษในอากาศ/ลดปัญหาจราจร



พาพ่อแม่หาหมอ



ดีต่อตนเอง : ภาควงมีใจที่ได้ดูแลพ่อแม่ และมี  
ความสุขใจที่พ่อแม่มีสุขภาพแข็งแรง



ดีต่อผู้อื่น : พ่อแม่สุขภาพแข็งแรง มีคุณภาพ  
ชีวิตที่ดี มีความสุข



ดีต่อองค์กร : คนในครอบครัวสุขภาพดี ส่งผล  
ให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : สุขภาพของ  
ประชาชนมีผลต่อการพัฒนาประเทศ





### ขึ้น-ลงขั้นเดียวใช้บันได



ดีต่อตนเอง : ได้ออกกำลังกาย สุขภาพแข็งแรง



ดีต่อผู้อื่น : ลดความหนาแน่นของการใช้ลิฟต์



ดีต่อองค์กร : ประหยัดค่าไฟฟ้า / ภาพลักษณ์องค์กรสีเขียว



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ประหยัดพลังงาน/ช่วยลดปัญหาสิ่งแวดล้อม



### ใช้กล่องข้าวและถุงผ้า



ดีต่อตนเอง : นำภาชนะใส่อาหารมาเองได้ลดค่าอาหาร ทำให้ประหยัดค่าใช้จ่าย



ดีต่อผู้อื่น : ลดภาระแม่ค้าในการจัดหาภาชนะมาใส่อาหาร



ดีต่อองค์กร : ลดปริมาณขยะของสำนักงาน/ ภาพลักษณ์องค์กรสีเขียว



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ลดงบประมาณในการกำจัดขยะของประเทศ/ช่วยลดปัญหาสิ่งแวดล้อม





## รดน้ำขอพรเนื่องในเทศกาลสงกรานต์



ดีต่อตนเอง : มีความสุขใจ ได้สร้าง  
ความสัมพันธ์อันดีในครอบครัว



ดีต่อผู้อื่น : พ่อแม่มีความสุข มีสุขภาพจิตดี



ดีต่อองค์กร : บุคลากรในองค์กรมีความสุข  
ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน ส่งผลดีต่อ  
การดำเนินงานภายในองค์กร



## ยึดแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง



ดีต่อตนเอง : ได้บริโภคผักปลอดสารพิษ /  
ทบทวนความรู้ในการทำมัดย้อม / สร้างความ  
ภาคภูมิใจในการได้แบ่งปันความรู้ให้ผู้อื่น



ดีต่อผู้อื่น : ได้แบ่งปันผักปลอดสารพิษให้เพื่อน  
ร่วมงาน / นักเรียนได้รับความรู้การทำมัดย้อม  
ด้วยตนเอง



ดีต่อองค์กร : บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพ  
แข็งแรง ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน /  
สร้างความสัมพันธ์อันดีตามหลัก “บวร”



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : เศรษฐกิจ  
พอเพียงมีส่วนช่วยในการพัฒนาประเทศอย่าง  
มั่นคง ยั่งยืน







ทำบุญ ไหว้พระ ปฏิบัติธรรม



ดีต่อตนเอง : ฝึกสติ สร้างสมาธิ มีความสุขกายสบายใจ รู้จักการเป็นผู้ให้ บริจาคทาน



ดีต่อผู้อื่น : ถวายปัจจัย และสังฆทานต่อพระสงฆ์เป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนา



ดีต่อองค์กร : ศาสนามีส่วนช่วยปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และพัฒนาจิตใจของบุคลากรในองค์กรให้เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ประชาชนมีคุณธรรม จริยธรรม ทำให้สังคมสงบสุข ส่งผลให้ประเทศชาติมีความเจริญก้าวหน้า มั่นคง ยั่งยืน



\*\*\*\*\*

## บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ

โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ -นามสกุล นางสาวเรไร ลำเจียก กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

### ดีต่อตนเอง

บริจาคโลหิตให้กับโรงพยาบาลวชิระ

เพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์



### ดีต่อองค์กร

เป็นภาพลักษณ์ที่ดีต่อ

การให้ความร่วมมือ

ระหว่างองค์กร

### ดีต่อตนเอง และดีต่อสังคม

ทำความสะอาดบริเวณพื้นที่

สาธารณะ ให้ความสะอาด

น่าเดิน ปลอดภัย ไร้ฝุ่น

ละออง







# บันทึกสะสมความดี

## กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

### ถวายสังฆทาน

วันที่ 6/4/66

ณ วัดรัตนเขตตาราม วัดล้านหยอย อ.ปราจีนบุรี

ทำความดี 1 อย่าง

ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



### 1 ดีต่อตนเอง

การถวายสังฆทาน เป็นการ  
ทำทาน ช่วยให้ตนเองลดความ  
เห็นแก่ตัวและผลดีต่อสภาพ  
จิตใจ จิตใจผ่องใส



### 2 ดีต่อผู้อื่น

ดีต่อพ่อ: พาพ่อไปทำบุญด้วย  
ซึ่งการพาคนที่เรารักสะสมบุญขอม  
เป็นความสุขใจทั้งผู้ให้และผู้รับ  
เป็นการแสดงความกตัญญูต่อผู้มี  
พระคุณด้วย

### 3 ดีต่อองค์กร



การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้หลักศาสนาเป็นเครื่องมือที่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมธรรม สะท้อนการมีคุณธรรม คนมีความสุข องค์กรมีคุณภาพและคุณธรรมเชิงประจักษ์



ดีต่อพระสงฆ์: การถวายสังฆทานแด่พระสงฆ์เป็นการทำนุบำรุงศาสนาที่เป็นเครื่องจรรโลงจิตใจ

### 4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิตก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มีน่านั่ง มีนั้งคั่ง ยั้งยืน







# บันทึกสะสมความดี

นางสาวมาณิกา อ้นทาโร วิทยากรชำนาญการพิเศษ  
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

## กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

### สร้างน้ำพระ

วันที่ 13/4/66

ณ วัดสังกระต่าย จ.อ่างทอง

ทำความดี 1 อย่าง

ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



### 1 ดีต่อตนเอง

สร้างน้ำพระเป็นการเสริมสิริมงคลและเป็นการแสดงความเคารพและอ่อนน้อมถ่อมตน

### 3 ดีต่อองค์กร



การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้หลักศาสนาเป็นเครื่องมือที่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สะท้อนการมีคุณธรรม คนมีความสุข องค์กรมีคุณภาพและคุณธรรมเชิงประจักษ์

### 2 ดีต่อผู้อื่น



ดีต่อคุณป้า: พาคุณป้าไปทำบุญกราบพระ สร้างน้ำพระ และถวายปัจจัยด้วย ซึ่งการพาคนที่เรารักสะสมบุญย่อมเป็นความสุขใจทั้งผู้ให้และผู้รับ เป็นการแสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณและยังรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงามของไทยด้วย

### 4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มีนาคง มีนั้งคั่ง ยั่งยืน





# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวสุภารัตน์ หมวดอินทร์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง



ร่วมทำบุญถวายสังฆทาน ณ อาคารรัฐสภา  
ในวันที่ ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ร่วมทำบุญถวายสังฆทาน เพื่อเป็นการทำนุบำรุงพระศาสนา  
เป็นการทำความดีต่อตนเองให้รู้จักเสียสละประโยชน์ส่วนตัว



ดีต่อผู้อื่น



บริจาคหลอดเตอร์เก่า ในวันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ให้กับศูนย์พัฒนาเด็กพิเศษวัดห้วยหมู จังหวัดราชบุรี เพื่อให้เด็ก  
พิการทางสมองนำมาประดิษฐ์เป็นดอกไม้จันทน์ พวงหรีด หมวก  
จัดจำหน่ายให้กับผู้ที่ต้องการใช้ในการฌาปนกิจ เป็นการลดของเหลือใช้  
ในองค์กรและเป็นประโยชน์ต่อสังคม รวมทั้งเป็นการลดภาวะโลกร้อน  
เป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ

บริจาคปฏิทินเก่า ณ อาคารรัฐสภา ในวันที่ ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เพื่อนำไปบริจาคให้กับสมาคมคนตาบอดแห่งประเทศไทยสำหรับจัดทำบัตรคำทำสื่อการสอนอักษรเบลล์ เป็นการทำความดีแบ่งปันต่อสังคม โดยการนำของที่ไม่ได้ใช้งานนำกลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์



### ดีต่อองค์กร



ร่วมกิจกรรมทำบุญใส่บาตรและและปล่อยปลา ณ อาคารรัฐสภาในวันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ร่วมกิจกรรมปฏิบัติตามนโยบายของสำนักงาน “สวมผ้าไทยใส่บาตร ปล่อยปลามีสุข” เพื่อเป็นการส่งเสริมและขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบมิติเชิงวัฒนธรรมและหลักธรรมทางศาสนาของสำนักงาน



### ดีต่อสังคม และประเทศชาติ



บริจาคทุนทรัพย์ ร่วมโครงการขยายเครือข่ายคุณธรรมเสริมสร้างกตัญญู สร้างองค์ความรู้ให้กับพลังบวร ณ โรงเรียนวัดจันทรสโมสร ในวันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เพื่อนำไปดำเนินกิจกรรมส่งเสริมพระพุทธศาสนา สร้างองค์ความรู้ให้กับนักเรียน ความร่วมมือระหว่างบ้าน วัด โรงเรียน เป็นผลดีต่อสังคมและประเทศชาติ





# บันทึกความดี



## กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่  
โปรดงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

### ดีต่อตนเอง

ได้มีโอกาสตอบแทนบุญคุณบุคลากร

### ดีต่อผู้อื่น

เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ลูกหลาน  
และสร้างความรักความผูกพันระหว่างสมาชิกในครอบครัว

## ดูแลมารดาพยาบาลป่วยไข้



## รับเพื่อนร่วมงานกลับบ้าน ทางเดียวกันเป็นประจำ



### ดีต่อตนเอง

มีเพื่อนร่วมทางคอยดูเส้นทาง  
ที่ใช้เวลาในการเดินทางน้อยที่สุดให้ หลีกเลี่ยงปัญหาการติด

### ดีต่อผู้อื่น

เพื่อนร่วมงานกลับบ้านได้เร็วขึ้นประหยัดค่าใช้จ่ายในการเดินทาง

### ดีต่อองค์กร

สร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนร่วมงาน  
มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน ซึ่งจะส่งผลให้การทำงานในองค์กรมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

## ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ทางเดียวกันไปด้วยกัน (Car pool) จะเป็นการช่วยลดการใช้พลังงานเชื้อเพลิง  
ช่วยลดมลพิษในอากาศ ส่งผลให้สามารถลดก๊าซเรือนกระจก เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

น.ส.สาคร ศรีमुख วิทยากรชำนาญการ  
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ





# บันทึกสะสมความดี

ของ

นางสาว ศิริวรรณ มนอัคระผดุง  
สำนักวิชาการ  
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล



ดีต่อตนเอง

พาคุณแม่หาหมอเพื่อรักษากระดูกหลังหัก  
และร่วมทำบุญสร้างตึกผู้ป่วยของ  
โรงพยาบาล 2 ครั้ง ช่วงเดือนเมษายน  
และเดือน พฤษภาคม 2566  
ณ โรงพยาบาลธรรมศาสตร์ รังสิต



ดีต่อสังคม

ส่งยาไปให้คุณป้าที่รักและนับถือ  
เพื่อรักษากรดไหลย้อน 1 ครั้ง  
เดือนพฤษภาคม 2566 ดีใจเมื่อคุณป้า  
อาการดีขึ้น



Get well soon





# บันทึกสาระความดี ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ โปรดจดบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

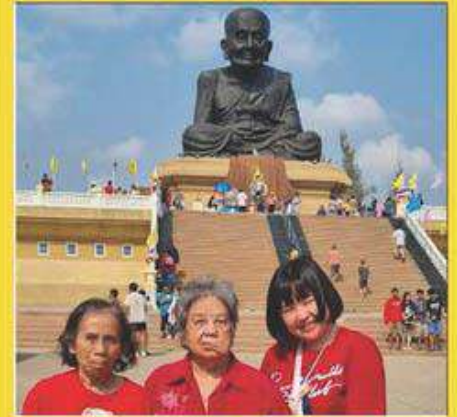
1

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



## ดีต่อตนเองและผู้อื่น

พาคุณแม่และคุณป้าไปไหว้พระที่วัดห้วยมงคล  
จ.ประจวบคีรีขันธ์ เพื่อทำบุญบำรุงพระพุทธศาสนา  
ทำให้พระพุทธศาสนามีมั่นคง และเพิ่มพูนบุญกุศล  
เป็นสิริมงคลต่อตัวเอง



### ทำดีครั้งที่ 1

วัดห้วยมงคล จ.ประจวบคีรีขันธ์  
วันที่ 5 มีนาคม 2566

### ทำดีครั้งที่ 2



ร้านอาหารปลาทุเรสเตอร์องท์ ชะอำ  
วันที่ 5 มีนาคม 2566



## ดีต่อตนเองและผู้อื่น

พาคุณแม่และครอบครัวไปทานอาหาร  
ที่ร้านอาหารปลาทุเรสเตอร์องท์ ชะอำ  
ทำให้คุณแม่และครอบครัวมีความสุข

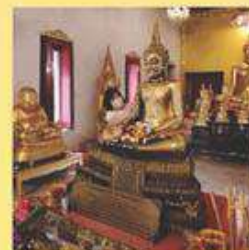


## ดีต่อตนเองและผู้อื่น



## ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

มีความจงรักภักดีต่อศาสนาได้ร่วมกิจกรรม  
ทางศาสนา ไหว้พระ ปิดทองพระ เวียนเทียน  
ในวันมาฆบูชา เพื่อเพิ่มพูนบุญกุศลเป็นสิริมงคล  
ต่อตัวเอง



### ทำดีครั้งที่ 3

ปิดทองพระ  
วัดบางกระสอบ  
จ.สมุทรปราการ  
วันที่ 6 มีนาคม 2566

เวียนเทียน  
ในวันมาฆบูชา  
วัดบางกระสอบ  
จ.สมุทรปราการ  
วันที่ 6 มีนาคม 2566





# บันทึกสะสมความดี ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

2

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

 **ดีต่อตนเอง**

 **ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ**



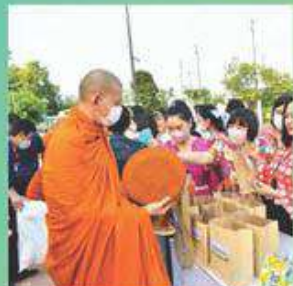
**ทำดีครั้งที่ 4**



บวงสรวงพระพุทธรูป  
ปางเปิดโลก บริเวณ  
ทางเข้าฝั่งถนน  
สามเสน

10 เม.ย. 2566

เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา พิธีบวงสรวงพระพุทธรูป  
ปางเปิดโลก บริเวณทางเข้าฝั่งถนนสามเสน และมึ  
ความรักดีต่อองค์กร มีจิตสำนึกรู้คุณสำนักงาน



**ทำดีครั้งที่ 5**

ใส่บาตรบริเวณริมสระ  
บัวฝั่งถนนสามเสน

10 เม.ย. 2566

 **ดีต่อตนเอง**

 **ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ**

เข้าร่วมกิจกรรมงานสืบสานวัฒนธรรมไทยของ  
สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาและกิจกรรมทางศาสนา  
ใส่บาตรบริเวณริมสระบัวฝั่งถนนสามเสน มีความ  
รักดีต่อองค์กร มีจิตสำนึกรู้คุณสำนักงาน

นางรำร่วมขบวนแห่  
ในกิจกรรมละเล่น  
พื้นบ้าน

10 เม.ย. 2566



 **ดีต่อตนเอง**

 **ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ**

เข้าร่วมกิจกรรม "วิชาการ อนุรักษ์ประเพณีไทยด้วย  
วิถีกตัญญู วันสงกรานต์" ในวันจันทร์ที่ ๑๐ เมษายน  
๒๕๖๖ เวลา ๑๔.๐๐ นาฬิกา ได้แก่ ร่วมใส่ผ้าไทย สรง  
น้ำพระ รดน้ำดำหัวของพรเลขาธิการวุฒิสภาและรอง  
เลขาธิการวุฒิสภา เพื่อเป็นสิริมงคลต่อตนเอง



**ทำดีครั้งที่ 6**

รดน้ำดำหัวของพร  
รองเลขาธิการวุฒิสภา

10 เม.ย. 2566

รดน้ำดำหัวของพร  
เลขาธิการวุฒิสภา

10 เม.ย. 2566





# บันทึกสะสมความดี ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ ลังกัต กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

## ดีต่อตนเอง



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ร่วมบริจาคเงินสมทบทุน จัดซื้อเครื่องมือแพทย์และ  
พัฒนาบริการทางการแพทย์ และบริจาคเงินให้กับ  
มูลนิธิสมเด็จพระปิ่นเกล้า ณ โรงพยาบาล  
สมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ เพื่อ  
สนับสนุนกิจการต่างๆ ของหน่วยแพทย์ เพิ่ม  
ประสิทธิภาพการบริการให้ดียิ่งขึ้น



### ทำดีครั้งที่ 7

บริจาคเงินสมทบทุน  
จัดซื้อเครื่องมือแพทย์  
และพัฒนาบริการ  
ทางการแพทย์

### ทำดีครั้งที่ 8

บริจาคเงินให้กับมูลนิธิ  
สมเด็จพระปิ่นเกล้า  
กรมแพทย์ทหารเรือ

8 พ.ค. 2566



### ทำดีครั้งที่ 9

พามาตาและ  
ครอบครัว ไปทำบุญ

13 พ.ค. 2566

## ดีต่อตนเอง



## ดีต่อผู้อื่น



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

พาคุณแม่และครอบครัวไปไหว้พระและถวายสังฆทาน  
ณ วัดบางกระสอบ จ.สมุทรปราการ  
เพื่อทำบุญบำรุงพระพุทธศาสนา ทำให้พระพุทธศาสนา  
มั่นคง และเพิ่มพูนบุญกุศลเป็นสิริมงคลต่อตัวเอง

ถวายสังฆทาน  
ณ วัดบางกระสอบ  
จ. สมุทรปราการ

13 พ.ค. 2566



### ทำดีครั้งที่ 10



หน่วยเลือกตั้งที่ 6 หน่วยเลือกตั้งที่ 4  
14 พ.ค. 2566

## ดีต่อตนเอง



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

พาคุณแม่และตนเองไปใช้สิทธิเลือกตั้งสมาชิกสภาผู้แทน  
ราษฎร ในวันที่ 14 พ.ค. 2566 ณ หน่วยเลือกตั้งที่ 6  
หน่วยเลือกตั้งที่ 4 หมู่ที่ 3 ต.บางยอ อ.พระประแดง  
จ.สมุทรปราการ เพื่อเลือกคนดีเข้าสภา โดยยึดมั่นในการ  
ปกครองระบบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็น  
ประมุขฯ ดีต่อสังคมและประเทศชาติ



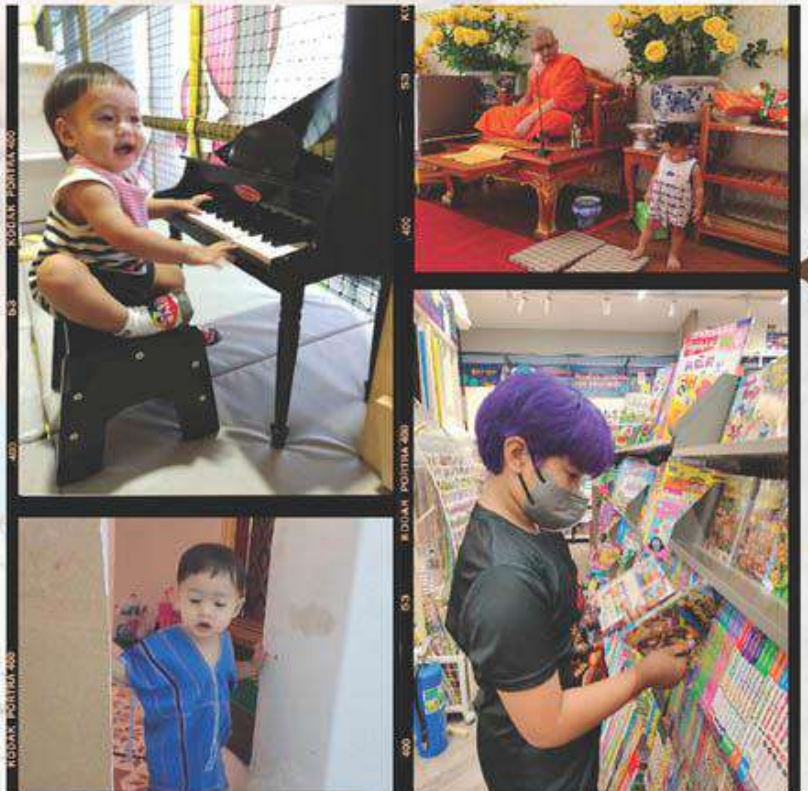
# ทำได้ สไตลต์ัวเรา

สุวรรณฯ สุพงษ์



ทุกวินาที และวินาทีสุดท้าย  
ถูกขโมยหน้าที่เลี้ยงหลานชาย  
ตัวน้อย เนื่องจากแม่ต้องไป  
ทำงานวันเสาร์ อาทิตย์ และ  
วันหยุดนักขัตฤกษ์

ทุกวันเสาร์และอาทิตย์ และวันหยุด  
นักขัตฤกษ์เราก็พากันกินเที่ยวไป  
สนุกสนาน ไปเลยจ้า เที่ยวทุกที่ที่  
สามารถพาไปได้ เช่น ทำบุญ  
ไหว้พระ เจรจรรานหนังสือ สถานที่  
ท่องเที่ยวที่เด็กสามารถเข้าได้และ  
เหมาะสมสำหรับเด็ก



คุณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงตามทุจริต  
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส สำนักวิชาการ

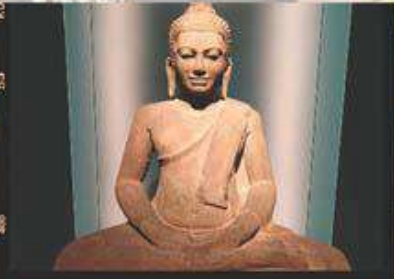
# ทำได้ สไตลต์ัวคุณ





วันไหนพ่อแม่มีไข้หวัดพาหมอ ก็พาทั้งไปทำหน้าที่ลูกที่ติดกันจ๋า และวันไหนพลาซิดัวของมีไข้หวัดพาหมอเราก็พาพาหมอจ๋า (เนื่องจากแม่เด็กอยู่ในช่วงทดลองปฏิบัติราชการ จ๋า)

วันหยุดที่ไม่มีภารกิจใด เราก็ไปไหว้พระทำบุญ สบายๆ กันจ๋า



๑. พระพุทธรูปปางสมาธิ พระพุทธรูปปางสมาธิเป็นพระพุทธรูปที่แสดงถึงพระพุทธรูปที่ทรงสมาธิอย่างเต็มที่ พระพุทธรูปปางสมาธิมีลักษณะที่สงบนิ่ง พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระหัตถ์ที่วางซ้อนกันบนพระเข่า พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระเศียรที่ทรงพระเกศาเป็นลอนคลื่น พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระเนตรที่มองลงต่ำ พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระโอษฐ์ที่ปิดสนิท พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระนลาดีที่ทรงพระเกศาเป็นลอนคลื่น พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระอุ้งพระศอกที่วางซ้อนกันบนพระเข่า พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระศอกที่วางซ้อนกันบนพระเข่า พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระศอกที่วางซ้อนกันบนพระเข่า พระพุทธรูปปางสมาธิมีพระศอกที่วางซ้อนกันบนพระเข่า

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงต้านทุจริต  
 ส่งเสริม คุณธรรมและความโปร่งใส สำหรับวิชาการ # ทำดีได้ สไตลล์คุณ

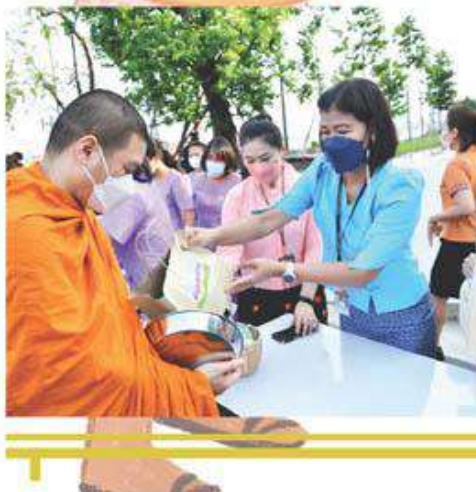


# ทำได้...สไตล์ การตูน

ทำบุญตักบาตร ปล่อยปลาหน้าเขียง เมืองในวันพระ แรม 15 ค่ำ เดือน 6  
ซึ่งตรงกับวันศุกร์ที่ 19 พฤษภาคม 2566

อานิสงส์ของการใส่บาตรมี ดังนี้

- ได้รับอานิสงส์ 5 ประการ คือ เป็นที่รักของผู้คนทั้งหลาย, เป็นคนดีมีปัญญาย่อมชอบคบค้าสมาคมด้วย, มีชื่อเสียงที่ดีงาม, เป็นผู้ไม่ห่างไกลธรรม
- ทำให้จิตใจเกาะอยู่กับความดี เป็นการฝึกจิตให้คลุกเคล้าอยู่กับกุศล ซึ่งเป็นทางแห่งความเจริญที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรับรองว่า “ผู้ฝึกจิตดีแล้วย่อมนำสุขมาให้”
- เป็นการลดความตระหนี่ที่เหนียว บรรเทาความเห็นแก่ตัว การให้ทานที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้คือ เพื่อกำจัดความตระหนี่ มุ่งสู่ความดีและความเสียสละ
- เป็นการต่อบุญต่อสาภให้แก่ตนเอง
- เพื่อการอุทิศส่วนกุศลให้แก่บุคคลอันเป็นที่รักที่ล่วงลับไปแล้ว อันเป็นการแสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
- เป็นการรักขานบธรรมเนียบประเพณีและวัฒนธรรมอันดีงาม
- เป็นแบบอย่างการส่งต่อความดีจากรุ่นสู่รุ่นเพื่อให้ลูกหลานมีแบบอย่างในการทำความดีสืบต่อไป
- เป็นการสืบต่ออายุพระพุทธศาสนา
- เป็นการสร้างความปรองดองให้กับชาวพุทธ จะเกิดเป็นพลังแห่งความสามัคคีขึ้น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ความสามัคคีของหมู่คณะ ย่อมทำให้เกิดสุข”







บันทึกสะสมความดี  
ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่  
โปรดจงบันทึกไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวนิจวรรณ โปยขุนทด  
เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส  
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

“สวมผ้าไทย ใส่บาตร ปล่อยปลา มีสุข”



“เมื่อวันศุกร์ที่ 2 มิถุนายน 2566 ร่วมกิจกรรมใส่บาตรพระสงฆ์ 9 รูป  
และปล่อยปลา มีสุข ณ บริเวณริมน้ำเจ้าพระยา  
เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา  
สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดา พัชรสุธาพิมลลักษณ พระบรมราชินี  
3 มิถุนายน 2566 และเนื่องในวันวิสาขบูชา”

ดีต่อตนเอง : การทำบุญทำให้สบายใจ

ดีต่อองค์กร : มีสมาธิในการทำงาน การปฏิบัติงานก็ออกมาดี

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : สิ่งของที่ทำบุญได้ส่งต่อผู้อื่น

และการปล่อยปลาเป็นการให้ชีวิต

รายงานคะแนนบันทึกสะสมความดีของบุคลากรในกลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์

รอบที่ 2 (21 มีนาคม – 2 มิถุนายน 2566)

1. น.ส.แสงเดือน ผ่องพุด	(10)	รวม 10 คะแนน
2. น.ส.พรวิฑู คุ้มชาภรณ์	$(10+10+(50*2)+(50*4))$	รวม 320 คะแนน
3. นางปิ่นจา ยกโต	$(10+10)$	รวม 20 คะแนน
4. น.ส.ทรศนวรรณ สงกาท	$(10+10+10+10+10+10)$	รวม 60 คะแนน
5. น.ส.กรศิริรินทร์ รัตนสุภา	$(50+10+50)$	รวม 110 คะแนน
6. น.ส.อรอมา รัตนบรรณกิจ	$(10+10)$	รวม 20 คะแนน
7. น.ส.สมใจ โพธิ์หนอง	(10)	รวม 10 คะแนน



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล แสงเดือน ผ่องพุด  
สังกัด กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑน์ สำนักวิชาการ



## ติดต่อผู้อื่น

ร่วมจัดกิจกรรมการรับบริจาคโลหิต กับสำนักพัฒนาทรัพยากรบุคคลและบุคลากรของสำนัก  
กฎหมายที่เป็นจิตอาสาจัดกิจกรรมการรับบริจาคโลหิต



ร่วมดำเนินการกิจกรรมบริจาคโลหิต จำนวน  
1 ครั้ง

# บันทึกสะสมความดี

นางสาวพรวิฑู ใด้วคชาภรณ์ กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ

## ร่วมกิจกรรมทางศาสนา

ทำบุญไหว้พระ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง กลุ่มเกลาจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล  
มีส่วนร่วมในการทำนุบำรุงศาสนา



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ เพื่อสืบต่อ  
พระพุทธศาสนา

## แบ่งปันช่วยเหลือผู้อื่น

บริจาคเงินให้มูลนิธิคณะทันตแพทยศาสตร์มหิดล วันที่ ๒๘ เมษายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง ได้แบ่งปันช่วยเหลือผู้อื่น



ดีต่อผู้อื่น ได้รับโอกาส



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ มีส่วนร่วมในการพัฒนาประเทศ





## กตัญญูต่อมารดา

ใส่บาตรพระสงฆ์ จากวัดป่ามันเจริญบวรธรรม วันที่ ๑๓ เมษายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง กลุ่มเกลาจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล มีส่วนร่วมในการทำนุบำรุงศาสนา



ดีต่อผู้อื่น มารดาได้ทำบุญเพื่อความเป็นสิริมงคล



ดีต่อองค์กร ครอบครัวดีส่งผลให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ เพื่อสืบต่อพระพุทธศาสนา

พามารดาไปเที่ยว พักผ่อน ที่หัวหิน วันที่ ๑๔ - ๑๖ เมษายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง ได้ตอบแทนบุญคุณมารดาโดยดูแลท่านให้มีความสุข มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี



ดีต่อผู้อื่น มารดามีความสุขที่อยู่ร่วมกันในครอบครัว



ดีต่อองค์กร ครอบครัวดีส่งผลให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ ช่วยลดปัญหาทางสังคม







# บันทึกสะสมความดี

นางปิ่นจา ยกโต กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ เมษายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี ไปทำบุญประเพณีวันสงกรานต์สร้างน้ำพระ

ณ วัดโพธิ์ตำนาน หมู่ 5 ตำบลตำนาน

อำเภอเมืองพัทลุง จังหวัดพัทลุง

ดีต่อตนเอง ทำแล้วรู้สึกดี สุขทางจิตใจ



ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖ วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๖ ณ สำนักวิชาการ

ข้าพเจ้าทำความดี การบริจาคขวดน้ำที่ไม่ใช้แล้ว เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อไป

ดีต่อผู้อื่น ได้ทำคุณประโยชน์ต่อผู้อื่น และบุคคลที่ต้องการใช้ได้เป็นประโยชน์ต่อไป





# บันทึกสะสมความดี

ครั้งที่ 2/2566 วันจันทร์ที่ 13 มีนาคม 2566

นางสาวพรรณวรรณ สงกาว  
กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์  
สำนักวิชาการ



## ดีต่อตนเอง

การเข้าวัดทำบุญด้วยการร่วมทำบุญด้วยการบริจาคทรัพย์เพื่อร่วมสร้างวิหารหลวงปู่ศุขและทำสังฆทานข้าว อาหาร และยารักษาโรค เมื่อวันที่ 11 มีนาคม 2566 วัดปากคลองมะขามเฒ่า จังหวัดชัยนาท ประโยชน์ของการเข้าวัดทำบุญเพื่อเป็นการทำความดีทางกาย วาจาและใจ ทำให้จิตใจผ่องใส ชีวิตมีความสุข พบเจอแต่สิ่งดีงาม



## ดีต่อผู้อื่น

ร่วมทำบุญสมทบทุนอาหารกลางวันสำหรับพระภิกษุ-สามเณร และให้อาหารปลา เมื่อวันที่เสาร์ที่ 11 มีนาคม 2566 วัดชिरธรรมาราม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประโยชน์ของการให้ทานทำให้เรามีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ รู้จักแบ่งปันกับเพื่อนมนุษย์และสัตว์โลก



## ดีต่อองค์กร

เมื่อวันที่พฤหัสบดีที่ 2 มีนาคม 2566 ณ บริเวณริมน้ำเจ้าพระยา โดย นายศุภชัย สมเจริญ รองประธานวุฒิสภา คนที่สอง นางสาวนภาภรณ์ ใจสัจจะ เลขาธิการวุฒิสภา พร้อมด้วยผู้บริหาร และข้าราชการของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ได้ร่วมกันทำบุญตักบาตรพระสงฆ์ และร่วมกิจกรรมปล่อยปลา มีสุข (ปล่อยปลาหน้าเขียง) เนื่องในโอกาสวันมาฆบูชา



## ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ร้านอาหารบ้านบัวของครอบครัวส่งเสริมช่องทางจำหน่ายสินค้าชุมชน ประโยชน์ของการให้พื้นที่วางสินค้าเป็นการหยิบยื่นโอกาสให้แก่และผู้พิการมีกำลังใจที่สามารถสร้างรายได้จากฝีมือและความกตัญญูที่มีนำมาสร้างสรรคผลงาน ทำให้มีรายได้เลี้ยงตัวเองและครอบครัว เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน การไปหาหมอยาและค้ายาในแต่ละเดือน เป็นการหยิบยื่นโอกาสให้แก่คนในสังคมที่อาศัย





# บันทึกสะสมความดี

ครั้งที่ 3/2566 วันศุกร์ที่ 31 มีนาคม 2566

นางสาวทรศนวรรณ สงกาง

กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์  
สำนักวิชาการ



## ดี ต่อ ผู้ อื่น

"ขยะรีไซเคิล อย่างถึง!! เมื่อวันศุกร์ที่ 17 มีนาคม 2566 ได้นำขวดน้ำไปส่งต่อให้แก่คนขาดแคลนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของโครงการ "แยกเพื่อให้...พีไม้กวาด"

## ดี ต่อ ตนเอง

"สิ่งของที่น้อยนิด มีค่าต่อเขา" เมื่อวันศุกร์ที่ 17 มีนาคม 2566 ได้นำขวดน้ำดื่มนำไปมอบให้สำนักการพิมพ์เพื่อเปลี่ยนขยะให้เป็นชุดวิบวับสะท้อนแสง

## ดี ต่อ สังคม และ ประเทศชาติ

"การสร้างวัฒนธรรมการแบ่งปันร่วมกัน" เมื่อวันศุกร์ที่ 17 มีนาคม 2566 ได้ร่วมบริจาคขวดพลาสติกใสและขวดพลาสติกขุ่นร่วมโครงการ "แยกเพื่อให้...พีไม้กวาด" ของสำนักการพิมพ์ เพื่อนำไปแปรรูปเป็นเส้นใยรีไซเคิล ทอเป็นผ้าตัดเย็บเป็นชุดวิบวับสะท้อนแสงมอบให้ "พีไม้กวาด" คนกวาดถนน ขนขยะ ด้วยชุดปฏิบัติงานที่ปลอดภัย



# บันทึกสะสมความดี

ครั้งที่ 4/2566 วันอังคารที่ 18 เมษายน 2566

นางสาวทรศนวรรณ สงกาวง

กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์  
สำนักวิชาการ



## ดีต่อผู้อื่น

"ตามกำลังศรัทธา" เมื่อวันที่ 12 เมษายน 2566 ได้ร่วมบริจาคเงิน สมทบทุนจัดซื้อโลงศพ ผ้าขาวห่อศพ เพื่อให้แก่ศพยากไร้ ยากจน และผู้ที่ไม่มียากุณ

## ดีต่อตนเอง

"เสริมความมงคลให้ปีงตลอดปี" เมื่อวันที่ 12 เมษายน 2566 ถวายสังฆทานของใช้ที่จำเป็นแก่พระภิกษุ เพื่อตนเองและอุทิศให้ญาติที่ล่วงลับไปแล้ว

## ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

"สุขใจที่มอบให้" เมื่อวันที่ 12 เมษายน 2566 การทำบุญโลงศพและบริจาคผ้าขาวห่อศพให้กับศพที่ไม่มีญาติ ปราบปรามที่จะช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน



# บันทึกสะสมความดี

ครั้งที่ 5/2566 วันจันทร์ที่ 29 พฤษภาคม 2566

นางสาวทรศนวรรณ สงกาวง

กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์  
สำนักวิชาการ



ดี ต่อตนเอง

"ฝึกสมาธิ" เมื่อวันเสาร์ที่ 20 พฤษภาคม 2566 รวมสวดมนต์เย็น เพื่อศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนของ พระพุทธเจ้าที่บันทึกไว้ในรูป บทสวด วัดบวรนิเวศวิหาร

ดี ต่อผู้อื่น

"ตามกำลังศรัทธา" เมื่อวันเสาร์ที่ 20 พฤษภาคม 2566 ได้ร่วมบริจาคเงิน ขำระหนี้สงฆ์และบำรุงพระวิหาร วัดบวรนิเวศวิหาร







# สำนักวิชาการ

จิตอาสา “เราทำความดีเพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์”



ตัวแทนสำนักวิชาการเข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา “เราทำความดีเพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์” ครั้งที่ ๓๓  
เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี  
เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๓ มิถุนายน ๒๕๖๖  
ในวันพฤหัสบดีที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๖ ณ ชายหาดบางแสน จังหวัดชลบุรี



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวกรศิริรินทร์ รัตนสุภา สังกัด กลุ่มงาน ห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ  
ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖



วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : วัดพนัญเชิงวรวิหาร อำเภอ  
พระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ดีต่อตนเอง : ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้าน  
ร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะ  
ก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อ  
พระพุทธศาสนา



วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : ไปทำบุญวัดพระขาว (หลวงปู่  
ทิม) อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ดีต่อตนเอง : ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้าน  
ร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะ  
ก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อ  
พระพุทธศาสนา



วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : ไปทำบุญวัดพนัญเชิงวรวิหาร (หลวงพ่อดำ) อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ดีต่อตนเอง : ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนา



วันที่ ๑๑ มีนาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : ไปทำบุญวัดใหญ่ชัยมงคล อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ดีต่อตนเอง : ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนา





วันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : พาพ่อแม่ไปทำบุญที่วัดเจติย  
(ไอ้ไข่) ตำบลคลอง อำเภอสิชล จังหวัด  
นครศรีธรรมราช

**ดีต่อตนเอง :** ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้าน  
ร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะ  
ก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

**ดีต่อผู้อื่น :** เป็นการพบบุคคลที่เรารักมาสะสมบุญ  
เป็นความสุขของผู้ให้และผู้รับ แล้วยังเป็นการ  
แสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ



วันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : พาพ่อแม่ไปทานข้าวนอกบ้าน  
ณ ร้าน MA DO Lohy และร้านอาหารริมคลองอิพุด  
ท่าศาลา

**ดีต่อตนเอง :** เป็นความสุขของผู้ให้และผู้รับ แล้วยัง  
เป็นการแสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ

**ดีต่อผู้อื่น :** เป็นการพบบุคคลที่เรารักมาท่องเที่ยว  
ตามธรรมชาติและไปด้วยกันแบบครอบครัว เป็น  
ความสุขของผู้ให้และผู้รับ แล้วยังเป็นการแสดงความ  
กตัญญูต่อผู้มีพระคุณ



วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๖

**ข้าพเจ้าทำความดี :** ร่วมกิจกรรมจิตอาสา "เราทำความดีเพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์" ครั้งที่ ๓๗ เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๓ มิถุนายน ๒๕๖๖

**ดีต่อตนเอง :** ได้แสดงออกซึ่งความจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ซึ่งเป็นไปตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา

**ดีต่อผู้อื่น :** ได้ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



# บันทึกสะสมความดี

นางสาวอรุมา รัตนบรรณกิจ

กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑสถาน สำนักวิชาการ



## ดีต่อตนเองและดีต่อผู้อื่น

คัดแยกขยะขวดพลาสติกและขวดแก้ว

ที่ไม่ใช่แล้วให้ถูกวิธีเพื่อประโยชน์ในการนำไปใช้ต่อ

วันจันทร์ที่ 29 พฤษภาคม 2566



## ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

การคัดแยกขยะทำให้กำจัดขยะได้ถูกวิธี ลดมลพิษต่อสิ่งแวดล้อม และสามารถนำกลับมารีไซเคิลได้วันจันทร์ที่ 29 พฤษภาคม 2566

## ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ร่วมทำบุญวัดเบญจมบพิตรดุสิตวนาราม จังหวัดกรุงเทพฯ  
ในวันพฤหัสบดีที่ 4 พฤษภาคม 2566





# บันทึกสะสมความดี

นางสาวสมใจ โพธิ์หนอง กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ  
ในวันที่ 17 มีนาคม 2566

## ร่วมบริจาคขวดพลาสติก

ในโครงการ

## "แยกเพื่อให้...พีไม้กวาด"

สำนักการพิมพ์ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



### ดีต่อตนเอง

การคัดแยกขยะเป็นประจำ เป็นการฝึกวินัยให้ตนเอง

### ดีต่อผู้อื่น

ชุดสะท้อนแสงเป็นชุดปฏิบัติงานที่สร้างความปลอดภัยให้กับเจ้าหน้าที่พนักงานกวาดถนน ขนขยะ

### ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ช่วยลดปริมาณขยะ ลดการใช้น้ำทรัพยากรธรรมชาติและลดปัญหาก๊าซเรือนกระจกที่ส่งผลต่อภาวะโลกร้อน



รายงานคะแนนบันทึกความดีของบุคลากรในกลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา  
รอบที่ 2 (เมษายน - 1 มิถุนายน 2566)

๑. นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง	$(50+10+*150+50+50)$	= 210 คะแนน
๒. นายไตรรงค์ โตกระแสด	$(50+10+10+50)$	= 120 คะแนน
๓. นางสาวทัศนีย์ สุขสมบูรณ์	$(10+50+50)$	= 110 คะแนน
๔. นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์	$(*100+10+50)$	= 160 คะแนน
๕. นายเกียรติศักดิ์ ลำพองชาติ	$(10+10+10)$	= 30 คะแนน
๖. นายปิยชาติ ศิลปสุวรรณ	(10)	= 10 คะแนน
๗. นายศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์	(50)	= 50 คะแนน
๘. นางสาวณัฏยา สุขสงวน	(10)	= 10 คะแนน
๙. นางสาวพิมพ์พร วรหวัง	$(10+10+10+10+10+10)$	= 60 คะแนน
๑๐. นายกฤษศชาภณ อ้วนนาแวง	(10)	= 10 คะแนน
๑๑. นางสาวศุภลักษณ์ สุรวัดนบูรณ์	$(10+10)$	= 20 คะแนน

(\*หมายเหตุ : ไปเลือกตั้ง จัดเป็นมีจิตสำนึกผู้คุณต่อแผ่นดิน 100 คะแนน)

# บันทึกสะสมความดี : กตัญญู

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ  
รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๔ /๒๕๖๖ วันที่ ๖ เมษายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยการพามารดาและน้ำสาว ไปสักการะบรรพบุรุษ (เทศกาลเซ่งเม้ง)  
ณ จังหวัดสระบุรี



ดีต่อตนเองและครอบครัว

๑. ได้แสดงออกความกตัญญูและส่งเสริมคุณธรรมในเรื่อง ความกตัญญู โดยพามารดาและน้ำสาว เดินทางไปสักการะบรรพบุรุษ (เทศกาลเซ่งเม้ง) ณ จังหวัดสระบุรี
๒. ได้ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ ในมิติเชิงวัฒนธรรม



# บันทึกสะสมความดี : มิติศาสนา

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ  
รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๕ /๒๕๖๖ วันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยเดินทางไปทำบุญไหว้พระวัดนันทชิน ประเทศญี่ปุ่น  
เมื่อวันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖



ดีต่อตนเองและสังคม

๑. ได้ทำบุญไหว้พระ ทำจิตใจให้ผ่องใส มีสมาธิในการทำงาน
๒. ได้ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ ในมิติเชิงศาสนา

.....

# บันทึกสะสมความดี : กตัญญู

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๖ /๒๕๖๖ วันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยการพามารดาไปใช้สิทธิเลือกตั้ง และตัวเองได้ไปใช้สิทธิเลือกตั้งทั่วไป ณ หน่วยเลือกตั้งหมู่บ้านบุราศิริ สนามบินน้ำ เขตเลือกตั้งที่ ๑ จังหวัดนนทบุรี เมื่อวันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ

๑. ได้แสดงออกความกตัญญู โดยพามารดาที่เป็นสูงอายุไปใช้สิทธิเลือกตั้ง
๒. ได้ทำหน้าที่ในฐานะประชาชนที่ต้องไปใช้สิทธิเลือกตั้งตามที่รัฐธรรมนูญฯ กำหนด
๓. ได้ปฏิบัติตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา : ยึดมั่นการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข



# บันทึกสะสมความดี : กตัญญู

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๗ /๒๕๖๖ วันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยพามารดาไปทำบุญไหว้พระ ณ วัดท่าการ้อง

อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

เมื่อวันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖



ดีต่อตนเองและสังคม

๑. ได้แสดงออกถึงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
๒. ได้ทำบุญไหว้พระ ทำจิตใจให้ผ่องใส มีสมาธิในการทำงาน
๓. ได้ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการในเรื่องความกตัญญู และมิติเชิงศาสนา

.....

# บันทึกสะสมความดี : กตัญญู

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๘ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยการพามารดาไปทำฟัน

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลนครนนทบุรี เมื่อวันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๖



วันที่	เวลา	งาน
12 ก.ค. 62	09.30 น.	
11 ธ.ย. 62	9.30	อดน้ำ
6 พ.ย. 62	8.30	อดน้ำ
8 ธ.ก. 63	8.30	อดน้ำ
18 พ.ค. 66	16.30	อดน้ำ

## ดีต่อตนเองและครอบครัว

๑. ได้แสดงออกและส่งเสริมคุณธรรมในเรื่อง ความกตัญญู โดยการพามารดาไปทำฟัน ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลนครนนทบุรี เมื่อวันที่ ๑๘ พฤษภาคม ๒๕๖๖
๒. ได้ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ ในมิติเชิงวัฒนธรรม

.....



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความกตัญญู



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกให้กับมารดา  
ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน  
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความกตัญญู  
ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร



ดีต่อสังคม  
และประเทศชาติ : เป็นการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว  
ให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี  
อันจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ  
ที่กำลังเข้าสู่ภาวะสังคมสูงวัย



ขับรถพามารดาไปพบแพทย์

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๑๙ มีนาคม ๒๕๖๖

สถานที่ : คลินิกศูนย์แพทย์พัฒนา

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตรกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเสียสละ



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือคนตาบอด  
ที่ยังขาดแคลนสิ่งของและอุปกรณ์  
ที่ต้องใช้ในการดำรงชีวิต



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน  
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความเสียสละ  
ต่อส่วนรวม ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์  
ขององค์กร



ดีต่อสังคม  
และประเทศชาติ : เมื่อมูลนิธิคนตาบอดได้รับเงินบริจาค  
จะได้นำไปซื้อสิ่งของและอุปกรณ์  
ที่ใช้ในการดำรงชีวิตของคนตาบอด  
อย่างเพียงพอ ก็จะทำให้คุณภาพชีวิต  
ของคนตาบอดดีขึ้น และจะส่งผลดี  
ต่อการพัฒนาสังคมและประเทศ  
ในอนาคตสืบต่อไป

ขอเรียนเชิญร่วมทอดผ้าป่ามหากุศล  
ช่วยเหลือตาบอดทั้งแผ่นดินให้รู้หนังสือ และมีอาชีพทำ

เลขที่บัญชี 128 0 85485 0  
ธนาคารกรุงเทพ  
ชื่อบัญชี "มูลนิธิคนตาบอดไทย"

ณ วันอังคารที่ ๖ เมษายน ๒๕๖๖

2023040626000571

 นายไตรรงค์ โตรกระแส  
กรุงเทพฯ  
XXX-X-XX595-9

 มูลนิธิคนตาบอดไทย  
กรุงเทพฯ  
XXX-X-XX485-0

จำนวนเงิน **500.00** บาท  
ค่าธรรมเนียม 0.00 บาท  
วันที่ทำรายการ 06 เม.ย. 2566 - 20:09

บริจาคเงินช่วยเหลือมูลนิธิคนตาบอด โดยผ่านบัญชี  
ธนาคาร

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๖ เมษายน ๒๕๖๖

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก



# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตรกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความเสียสละ



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือข้าราชการสภาผู้แทนราษฎร  
ที่ประสบภัยจากเหตุเพลิงไหม้ที่อยู่อาศัย



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน  
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความเสียสละ  
ต่อส่วนรวม ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์  
ขององค์กร



ดีต่อสังคม

และประเทศชาติ : เมื่อผู้ประสบภัยได้รับเงินบริจาค  
จะได้นำไปซื้อสิ่งของและอุปกรณ์  
ที่ใช้ในการดำรงชีวิตของตนและ  
ครอบครัวอย่างเพียงพอ ซึ่งจะทำให้  
มีกำลังใจในการต่อสู้ชีวิตและ  
สามารถกลับมาทำงานตามปกติได้  
โดยเร็วยิ่งขึ้น อันจะส่งผลดีต่อการ  
พัฒนาสังคมและประเทศในอนาคตสืบต่อไป

รับส่งอาหารและ... (26)

@All @ploy654 เรียนทุกท่านครับ

เนื่องจากบ้านน้องพลอย ส.บริหารงานกลาง และผู้เข้าอบรมนักวิชาการนิติบัญญัติ รุ่นเดียวกับพวกเรา เกิดเพลิงไหม้บ้านเสียหายค่อนข้างมาก

ผมจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านที่ประสงค์ช่วยเหลือน้องพลอย ในช่วงเวลาที่ยากลำบากของชีวิต โดยบริจาคเงิน เพื่อช่วยเหลือผ่านบัญชีน้องพลอย ดังนี้

ร.กรุงไทย สาขาฉะเชิงเทรา สาขาฉะเชิงเทรา เลขที่บัญชี 0891044302

ขอเป็นกำลังใจให้น้องพลอย และขอขอบคุณทุกท่านนะครับ

จำนวนเงิน 1,000.00 บาท  
ค่าธรรมเนียม 0.00 บาท  
วันที่ทำการรายการ 24 พ.ค. 2566 - 10:37  
บันทึกช่วยจำ ช่วย สน.สท. ศักดิ์ไพศรินทร์ ฉะเชิงเทรา

โอนเงินสำเร็จ  
5/10/2023 05:24:58 8889988

นายไตรรงค์ โตรกระแส  
กรุงไทย  
XXX-X-XXX99-9

น.ส. สาธิต สิริอินทิยา  
กรุงไทย  
XXX-X-XXX430-2

บริจาคเงินช่วยเหลือข้าราชการสภาผู้แทนราษฎร  
ที่ประสบภัยจากเหตุเพลิงไหม้ที่อยู่อาศัย โดยผ่านบัญชี  
ธนาคาร

จำนวน : ๑ ครั้ง

วันที่ : ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก

# บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ  
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ โตกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความกตัญญู



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกให้กับมารดา  
ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน  
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความกตัญญู  
ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร



ดีต่อสังคม  
และประเทศชาติ : เป็นการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว  
ให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี  
อันจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ  
ที่กำลังเข้าสู่ภาวะสังคมสูงวัย



ต้องร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก




ชื่อ - นามสกุล น.ส.ทัศนีย์ สุขสมบูรณ์ หนิติกรชำนาญการ  
สังกัดกลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา... สำนักวิชาการ





ครั้งที่ ๑ ข้าพเจ้าใช้กล่องข้าวและถุงผ้า โดยใส่กล่องพลาสติกแทนกล่องโฟมเมื่อไปซื้ออาหารมารับประทานในตอนเช้าและตอนกลางวัน และใช้ถุงผ้าใส่ของแทนถุงพลาสติก

 ตีต่อตนเอง : ช่วยประหยัดเงินไปมือละ ๕ บาท ซึ่งถ้าซื้อข้าว ๒ กล่อง จะประหยัดไปได้วันละ ๑๐ บาท ดังนั้น จึงทำให้มีเงินเก็บวันละ ๑๐ บาท

 ตีต่อองค์กร : การใช้กล่องพลาสติกและถุงผ้า จะช่วยลดปริมาณขยะในที่ทำงานและยังส่งผลในเรื่องการลดโลกร้อนได้อีกทางหนึ่งด้วย


ครั้งที่ ๒ ข้าพเจ้าได้พามาโรงพยาบาลที่โรงพยาบาลรามธิบดีตามกำหนดนัด

 ต่ตนเอง : ได้ดูแลมารดาอย่างใกล้ชิดและตอบแทนมารดาที่เลี้ยงดูข้าพเจ้า อีกทั้งได้รับฟังและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ในการดูแลมารดาให้มีสุขภาพกายและใจอย่างถูกต้องวิธี

 ตีต่อสังคม : เมื่อมารดามีสุขภาพที่ดี ทั้งกายและใจ ย่อมส่งผลให้มีสุขภาพที่แข็งแรง ไม่ต้องเป็นผู้ป่วยติดเตียงหรือช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ย่อมลดภาระในการมีผู้ป่วยที่ต้องนอนโรงพยาบาล ซึ่งทำให้โรงพยาบาลมีเตียงเพียงพอสำหรับรองรับผู้ป่วยวิกฤตได้ต่อไป



ครั้งที่ ๓ ดูแลหน้าสาวซึ่งเปรียบเสมือนแม่ที่คอยเลี้ยงดูข้าพเจ้ามาตั้งแต่ข้าพเจ้ายังเด็ก โดย โอนเงินให้หน้าสาวเป็นประจำทุกเดือน และซื้อของอุปโภคบริโภคส่งทางไปรษณีย์ไปให้ทุกเดือน

 ตีต่อตนเอง : ได้ตอบแทนและเลี้ยงดูหน้าสาวในยามที่แก่ชรา อีกทั้งยังเป็นการแสดงออกถึงความกตัญญูกตเวทิต์ด้วย

# บันทึกสะสมความดี : มิติศาสนา

นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๕ /๒๕๖๖ วันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี ไปทำบุญไหว้พระ ณ วัดท่าการ้อง  
อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา  
เมื่อวันที่ ๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖



ดีต่อตนเองและสังคม

๑. ได้ทำบุญไหว้พระ ทำจิตใจให้ผ่องใส มีสมาธิในการทำงาน
๒. ได้ร่วมทำนุบำรุงศาสนาและร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ  
ในมิติเชิงศาสนา



# บันทึกสะสมความดี

นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๔ /๒๕๖๖ วันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยการไปใช้สิทธิเลือกตั้งทั่วไป (เลือกสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร)

ณ หน่วยเลือกตั้งที่ ๔๐ แขวงวงศ์สว่าง เขตบางซื่อ กทม. (เขตเลือกตั้งที่ ๗)

เมื่อวันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖



## ดีต่อสังคม และประเทศชาติ

๑. ได้ทำหน้าที่ในฐานะประชาชนที่ต้องไปใช้สิทธิเลือกตั้งตามที่รัฐธรรมนูญฯ กำหนด
๒. ได้ปฏิบัติตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา : ยึดมั่นการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

.....

## บันทึกคณะกรรมการ

### จิตอาสา “เราทำความดีเพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์”

นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ  
รอบเดือน เมษายน-มิถุนายน ครั้งที่ ๖ /๒๕๖๖ วันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ร่วมกิจกรรมจิตอาสา “เราทำความดีเพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์” ครั้งที่ ๓๗ เฉลิมพระเกียรติ  
สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา ๓ มิถุนายน ๒๕๖๖  
ในวันพฤหัสบดีที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๖๖ ณ ชายหาดบางแสน จังหวัดชลบุรี



### ดีต่อตนเองและสังคม

๑. ได้แสดงออกซึ่งความจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ ซึ่งเป็นไปตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา
๒. ได้ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

.....



# บันทึกสะสมความดี

นายเกียรติศักดิ์ ลำพองชาติ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ



ครั้งที่ 1 เข้าวัดทำบุญ ทำทาน ไหว้พระ  
(วันที่ 2 เม.ย.66 ณ วัดอาวุธวิกสิตาราม กทม.)



ดีต่อตนเอง : พักผ่อนหย่อนใจและมีความสุข

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ทำนุบำรุงศาสนาและบริจาคทานเพื่อการสาธารณกุศล

\*\*\*\*\*



ครั้งที่ 2 ร่วมบริจาคทำบุญเททองหล่อพระประธาน ผ่านบัญชีออนไลน์  
(วันที่ 6 พ.ค.66 วัดศรีดอนแก้ว จ.แพร่)



ดีต่อตนเอง : จิตใจร่มเย็นเป็นสุข

ดีต่อผู้อื่น : ส่งเสริมบำรุงวัดศาสนสถานซึ่งเป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชน

ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมกิจกรรมการทำความดีของสมาชิกองค์กร

\*\*\*\*\*



ครั้งที่ 3 ทำทานให้อาหารแก่แมวจรจัดและพาไปฉีดวัคซีน  
(วันที่ 19 พ.ค.66 บ้านที่พักอาศัย บางซื่อ กทม.)



ดีต่อตนเอง : มีความสุขใจที่ได้ช่วยเหลือแมวจรจัด

ดีต่อผู้อื่น : ช่วยลดการแพร่ระบาดของโรคในสัตว์

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายหน่วยงานที่ต้องดูแลสัตว์จรจัด

# บันทึกสะสมความดี

นายปิยชาติ ศิลปสุวรรณ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ 2/2566 วันศุกร์ที่ 2 มิถุนายน พ.ศ. 2566  
บริจาคเงินให้แก่โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย



 <p><b>ดีต่อตนเอง</b> ช่วยให้จิตใจผ่อนคลาย สุขภาพจิตดีสามารถทำงานได้ อย่างมีความสุข</p>	 <p><b>ดีต่อผู้อื่น</b> ช่วยให้ ร.พ. มีรายได้เพื่อที่จะนำไปซื้อเครื่องมือ ทางการแพทย์เพื่อรักษาคนอื่นต่อไป</p>
 <p><b>ดีต่อองค์กร</b> การมีสุขภาพจิตที่ดีนำมาสู่การทำงาน อย่างมีประสิทธิภาพ</p>	 <p><b>ดีต่อสังคมและประเทศชาติ</b> เป็นส่วนหนึ่งของการขับเคลื่อนระบบ สาธารณสุขของประเทศ</p>



## บันทึกสะสมความดี

นายศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ  
ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖ วันที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

---



**ดีต่อตนเอง** การแสดงความความกตัญญูทเวที่ต่อบิตามารดาซึ่งเป็นผู้มีพระคุณ โดยดูแลมารดา เมื่อยามเจ็บป่วยหรือแก่ชราด้วยการพาไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลตามที่มีนัด เพื่อตรวจติดตามอาการของโรคต่าง ๆ เอาใจใส่และให้เวลาในการทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อสร้างรอยยิ้มและความสุขให้แก่ท่าน รวมทั้งเป็นการสร้างความภาคภูมิใจให้แก่ตนเองในการทำงานความดี มีความสุขและความเจริญก้าวหน้า



**ดีต่อผู้อื่น** การดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุในครอบครัวทั้งในเรื่องของปัจจัยสี่ การดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพใจเพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถเข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน ความกตัญญูเป็นคุณธรรมที่สำคัญประการหนึ่งทำให้คนในสังคม ช่วยเหลือพึ่งพาอาศัยกันและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข



**ดีต่อองค์กร** บุคลากรที่มีความกตัญญูยอมระสีกถึงบุญคุณหน่วยงาน มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ รู้จักดูแลรักษาและระมัดระวังทรัพย์สินของทางราชการเพื่อให้มีสภาพดี การให้เกียรติเพื่อนร่วมงาน และเคารพซึ่งกันและกัน ทำให้เกิดความสามัคคีกันภายในองค์กร ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น



**ดีต่อสังคม และประเทศชาติ**

ความกตัญญูทเวที่เป็นคุณธรรมที่สำคัญสำหรับมนุษยชาติ เป็นคุณธรรมของมนุษย์ เป็นเหตุให้เกิดความสุขุม รอบคอบ สำนึกในหน้าที่และความรับผิดชอบ ผู้ที่มีความกตัญญูทเวที่จะตอบแทนหรือตอบสนองด้วยความรักและความปรารถนา เพราะรู้และตระหนักถึงอุปการะคุณที่ได้รับ และทำประโยชน์ให้แก่สังคมและส่วนรวม

---

# บันทึกสะสมความดี

นางสาวณัฏถยา สุขสงวน

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖ วันที่ ๗ เมษายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดีด้วยการพูดคุยและแนะแนวทางในการศึกษาต่อระดับอุดมศึกษา

กับกลุ่มนักเรียนผู้พิการทางสายตา

เมื่อวันที่ ๗ เมษายน ๒๕๖๖ เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๐.๐๐ น. ณ โรงเรียนสอนคนตาบอดกรุงเทพ

ดีต่อตนเอง : ได้ถ่ายทอดความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ชีวิต เพื่อประโยชน์ต่อผู้อื่น

ดีต่อผู้อื่น : ได้ให้แนะแนวทางกลุ่มนักเรียนผู้พิการทางสายตาเรื่องการเลือกและสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา

ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมภาพลักษณ์ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาให้เป็นองค์กรแห่งคุณธรรมต้นแบบที่โดดเด่นด้านการส่งเสริมคุณธรรม เป็นองค์กรที่คนในองค์กรทำความดีจนเป็นวิถีปฏิบัติ

ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : สร้างโอกาสให้กลุ่มนักเรียนคนพิการทางสายตาสามารถแข่งขันเพื่อสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาได้ใกล้เคียงกับคนปกติ





# บันทึกสะสมความดี

นางสาวพิมพ์พร วรหวั่ง กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ  
รอบที่ 2 (1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566)

วันที่ 1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566

**ข้าพเจ้าทำความดี :** โดยการเดินทางมาทำงาน  
โดยรถสาธารณะในทุกวันทำงาน.(ประมาณ 36 วัน)

**ดีต่อตนเอง :** ได้ออกกำลังกาย ประหยัดเวลาและ  
ไม่ต้องเคร่งเครียดในการเดินทางมาทำงาน

**ดีต่อสังคมและประเทศชาติ :** ลดการใช้รถยนต์  
ส่วนตัวเพื่อให้ปริมาณรถบนถนนลดลง ลดการเกิด  
อุบัติเหตุบนท้องถนน และช่วยลดมลพิษในอากาศที่  
เกิดจากเผาไหม้ของเครื่องยนต์



วันที่ 1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566

**ข้าพเจ้าทำความดี :** โดยการยกน้ำดื่มใส่ตู้กดน้ำในสำนักวิชาการ 2 - 3 ครั้งต่อสัปดาห์ (ประมาณ 14 ครั้ง)

**ดีต่อตนเอง :** มีน้ำดื่ม ได้ออกกำลังกาย

**ดีต่อผู้อื่น :** เพื่อนในสำนักสามารถกดน้ำดื่มได้สะดวกลดการสร้างขยะพลาสติก



วันที่ 1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566

**ข้าพเจ้าทำความดี :** โดยการช่วยเหลือในด้านการใช้งานโปรแกรมต่าง ๆ  
ของระบบคอมพิวเตอร์แก่บุคลากรในสำนักวิชาการ (เมื่อมีผู้ต้องการ  
ความช่วยเหลือ ประมาณ 10 ครั้ง/สัปดาห์)

**ดีต่อตนเอง :** ได้ทบทวนทักษะในการใช้งานคอมพิวเตอร์

**ดีต่อผู้อื่น :** เพื่อนร่วมงานสามารถปฏิบัติการกิจได้สำเร็จลุล่วง

**ดีต่อองค์กร :** งานตามภารกิจสำเร็จลุล่วง

วันที่ 1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566 (ทุกวันทำงาน)  
ข้าพเจ้าทำความดี : โดยการใช้แก้วน้ำส่วนตัวเพื่อลดการใช้พลาสติก  
ดีต่อตนเอง : ลดสัมผัส ลดความเสี่ยงในการรับเชื้อไวรัส  
ดีต่อองค์กร : สนับสนุนนโยบายสำนักงานเรื่องการลดใช้พลาสติก  
ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ลดการสร้างขยะพลาสติกเพิ่ม



วันที่ 1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566  
ข้าพเจ้าทำความดี : แยกขยะก่อนทิ้งลงถังแยกประเภท  
ดีต่อองค์กร : สนับสนุนนโยบาย Green Office  
ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : แยกประเภทขยะเพื่อให้สะดวกต่อการนำไปจัดการ

วันที่ 1 เมษายน – 1 มิถุนายน 2566

ข้าพเจ้าทำความดี : ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของสำนักวิชาการ/สำนักงานฯ  
ดีต่อตนเอง : มีการสร้างความสัมพันธ์อันดีกับบุคลากรในสำนัก  
ดีต่อองค์กร : งานตามภารกิจสำเร็จลุล่วง





# บันทึกสะสมความดี

## ธนาคารแห่งความดี

### ครั้งที่ 2

### วันที่ 1 มิถุนายน 2566

นายกฤษฎาภรณ์ อ้วนนาแวง  
กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา

มอบทุนการศึกษา และ  
เลี้ยงอาหารกลางวัน  
ให้กับน้อง ๆ

โรงเรียนบ้านคลองเจ้าเมือง หมู่ที่ 7  
บ้านคลองพระอุดม ตำบลคลองพระอุดม  
อำเภอลาดหลุมแก้ว จังหวัดปทุมธานี



**ความดีไม่มีขาย  
อยากได้ต้องทำเอง**



#### D ต่อสังคม

คุณในสังคมต้องร่วมมือร่วมใจกัน รู้จักการให้และแบ่งปัน อยู่กันด้วยความ  
เอื้ออาทร และหวังดีต่อกัน เพราะถือเป็นพื้นฐานของความสันติสุขและ  
ความสามัคคีในสังคม



#### D ต่อองค์กร

การจะเป็นผู้นำในหน้าที่การงานและครองใจผู้ตามได้มัน ไม่ใช่เรื่องง่าย  
นอกจากคุณสมบัติเฉพาะตัวคือมีความรู้ มีความสามารถเป็นที่ยอมรับแล้ว  
**ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเมตตา ความเสียสละ** ก็เป็นจุดสำคัญที่ทำให้ผู้นำ  
ทุกระดับชั้นสามารถบริหารจัดการงาน และบุคลากรในองค์กรเพื่อ  
ขับเคลื่อนให้เป็นผลสำเร็จตามความปรารถนาที่สั่งใจไว้



#### D ต่อตนเอง

"มัน เหมือนเป็นสิ่งเล็กๆ ในชีวิตเรา ที่เรารู้สึกได้ทำอะไรบางอย่างเพื่อคนอื่น  
การแบ่งปันคือการส่งต่อความเป็นผู้ให้ ฉะนั้นได้ทำอะไรที่เป็นประโยชน์ใหม่  
คงไม่ขัดใจ แต่ที่สัมผัสและรู้สึกได้ถึงความสุขของผู้ให้และผู้รับ มันเป็น  
ความรู้สึกที่ทำแล้วเต็มเต็มตัวเอง รู้สึกว่าเรามีคุณค่า ทำแล้วเราสบายใจ  
ทำให้จิตใจเรารู้สึกดีขึ้นโดยธรรมชาติ..."



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG  
ยึดพอเพียงต้านทุจริต ส่งเสริม สนับสนุน  
คุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส  
ของสำนักงานศึกษาธิการ



## บันทึกสะสมความดี

ชื่อ - นามสกุล น.ส.ศุภลักษณ์ สุรวัฒนพันธ์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำหรับวิชาการ



ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ วันเสาร์ที่ ๒๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี ไปถ่ายทอดผ้ามีดข้อมให้เด็กเรียนโรงเรียนวัดจันทรสโมสร

ดีต่อตนเอง ได้ฝึกสอน "ผ้ามีดข้อม" เสริมสร้างรายได้จากทรัพยากร มีความสุขทางจิตใจ



ครั้งที่ ๒/๒๕๖๖ วันเสาร์ ๔ - ๖ มีนาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี โดยการร่วมสร้างพระพุทธรูปพระพุทธรเจ้า ๒๘ พระองค์ โดยการทาสีพระพุทธรูป ลงปิดทองคำพระ  
เพื่อนำ พระพุทธรูป ไปถวาย ณ วัดดอยม่อนธาตุสิริธรรมาราม อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง

ดีต่อตนเอง มีคุณค่าทางจิตใจ ทำแล้วรู้สึกดี สบายใจ และลดความตระหนี่

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ส่งเสริมสนับสนุนให้ชุมชนมีความมั่นคง ได้ทำนุบำรุงพระศาสนาต่อไป

ดีต่อผู้อื่น ได้ทำบุญ และให้ประชาชนได้มีกราบไหว้ บูชา สักการะในพุทธศาสนา