



รายงาน

สะสมความดี



รอบ 21 มิถุนายน 2566 - 7 กรกฎาคม 2566



BPS Goodness Bank



ไม่ว่าสิ่งที่ทำนทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต ส่งเสริม สหับสขุณ คุณธรรมจริยธรรม
และความโปร่งใสของสำนักงานวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

คำนำ

ตามที่คณะกรรมการส่งเสริมสนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใสของ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ได้เห็นชอบแผนบูรณาการส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ซึ่งแผนดังกล่าวได้กำหนดให้สำนักจัดทำบันทึก สะสมความดีภายใต้โครงการขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบมิติเชิงวัฒนธรรม

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ จัดกิจกรรม**ธนาคารแห่งความดี BPS Goodness Bank** ที่สอดคล้องกับคุณธรรมเป้าหมายของสำนักวิชาการ “คุณธรรม ๕ ประการ BPS ทำได้” (พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู) ไปสู่การมีภูมิคุ้มกันในตัวเอง มีคุณธรรม มีปัญญา มีความพอเพียง เป็นบุคลากรที่เข้มแข็ง มีความอยู่เย็นเป็นสุข เป็นธรรม และยั่งยืน เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ของบุคลากรสำนักวิชาการ โดยยึดมั่นในหลักธรรมทางศาสนาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง วิถีวัฒนธรรมไทย วัฒนธรรมองค์กร และคุณธรรม ๕ ประการ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจบุคลากรสำนักวิชาการให้ดำเนินชีวิตอยู่ในความไม่ประมาท ด้วยกระบวนการ และกิจกรรม**ธนาคารแห่งความดี BPS Goodness Bank**

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า องค์กรความรู้ชุดนี้จะสนับสนุนการสร้างสังคมคุณธรรมที่มีฐานมาจากทุนความดี กระตุ้นให้สังคมตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องคุณธรรมจริยธรรม และนำไปประยุกต์สู่การปฏิบัติ หรือการพัฒนาการขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการต่อไป



กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

เชิญชวน บุคลากรสำนักวิชาการ
บันทึกสะสมความดี



ตั้งแต่วันที่
- ถึงวันศุกร์ที่ 3 พ.ค. 66
- ถึงวันศุกร์ที่ 2 มิ.ย. 66
- ถึงวันศุกร์ที่ 1 ก.ค. 66



1 ดีต่อตนเอง



2 ดีต่อผู้อื่น



3 ดีต่อองค์กร



4 ดีต่อสังคมและ
ประเทศชาติ



ถ่ายรูป

บอกเล่าความดีโดยสังเขป ระบุวันที่ เดือน พ.ศ. และสถานที่

บันทึกตามแบบฟอร์มที่ให้

ส่งตัวแทนคณะ Strong ของทุกกลุ่มงานเพื่อดำเนินการส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป



ใครฝากความดีสูงสุด 3 ลำดับแรกรับไปเลย "ดอจเป็ย"

SCAN ME





● ● ● ● ● ●

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

● ● ● ● ● ●

หมายเหตุ : ความดีที่กระทำจริง สามารถเลือกตอบให้ครบตามแบบฟอร์ม
หรือเลือกตอบข้อใดข้อหนึ่งก็ได้

**STRONGER
TOGETHER**

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักวิชาการ





มาสะสมความดี
รับดอกเบี้ยกันนะ



พอเพียง

ออมเงิน	10
ทำบุญใช้เอง	10
กิจกรรมรักเรา รักษ์โลก	10
มีความพอเพียง ใช้ทรัพยากร ของราชการอย่างคุ้มค่า	10

วินัย

ปฏิบัติตามระเบียบวินัย	10
แต่งชุดข้าราชการใน วันประชุมสภา	10
5 ส / BIG CLEANING DAY	10
อื่น ๆ มิตวินัย	10

สุจริต

ยึดประโยชน์ทาง ราชการ	10
ปฏิบัติตามนโยบาย NO GIFT POLICY	10
อื่น ๆ มิตสุจริต	10

จิตอาสา

ร่วมกิจกรรมสาธารณ ประโยชน์	10
แบ่งปัน ช่วยเหลือผู้อื่น	10
ร่วมกิจกรรมทางศาสนา	10
ร่วมกิจกรรมวิถี วัฒนธรรมไทย	10
 กรณีอาสาร่วมของ สำนักงาน	50

กตัญญู

มีจิตสำนึกขอบคุณต่อผู้มีพระคุณ	50
มีจิตสำนึกขอบคุณต่อแผ่นดิน สง.	100

ธนาคารความดี

ความดีไม่มีขาย อยากได้ต้องทำเอง

สารบัญ

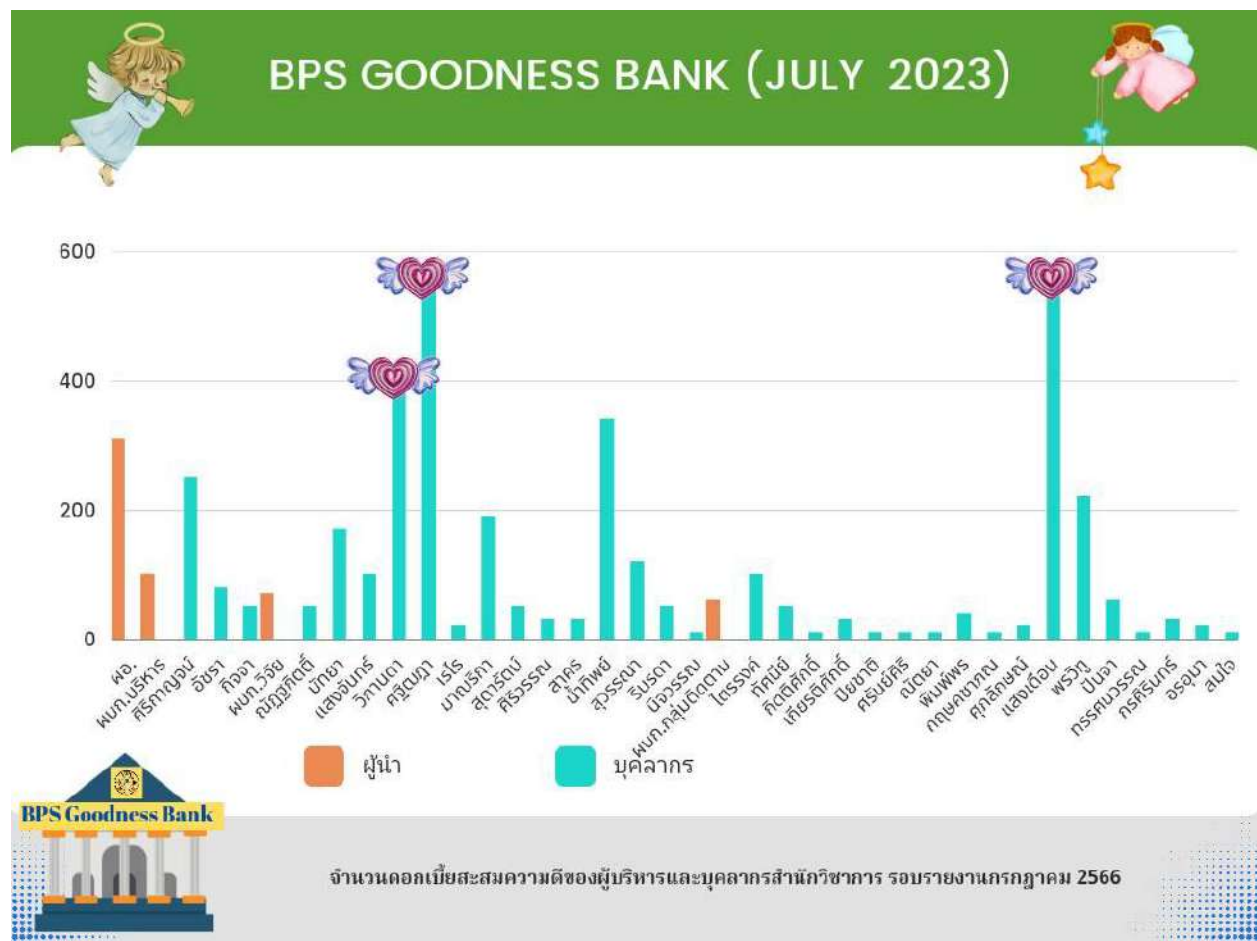
	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
รายงานสะสมความดีรอบเดือน ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๖ – ๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖	
- จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการ	๑
- ยกย่อง เชิดชูบุคลากร	๒
- บันทึกสะสมความดีของผู้บริหารสำนักวิชาการ	๓
- บันทึกสะสมความดีของบุคลากรสำนักวิชาการ	๘

จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการ

ผู้บริหารสำนักวิชาการ จำนวน ๑ คน

บุคลากรสำนักวิชาการ จำนวน ๓๗ คน

รอบกรกฎาคม ๒๕๖๖ มีผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการร่วมสะสมความดี รวมทั้งสิ้น จำนวน ๓๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ และมีบุคลากรได้รับดอกเบี๋ยสูงที่สุด ๕๖๐ คือ นางสาวแสงเดือน ผ่องพุ่ม ลำดับต่อมา ๕๕๐ คือ นางสาวศุภิษญา ธารรัตน์สุวรรณ และ ๔๔๐ คือ นางสาววิกานดา วรรณวิเศษ รายละเอียดปรากฏดังภาพ



ภาพที่ ๑ จำนวนการสะสมความดีของผู้บริหารและบุคลากรสำนักวิชาการ

ยกย่อง เชิดชูบุคลากร

มีการยกย่อง เชิดชูบุคลากรที่สะสมความดีมากที่สุดในแต่ละรอบ โดยนายพีระพจน์ รัตนมาลี รองเลขาธิการวุฒิสภา รักษาราชการแทน ผู้อำนวยการสำนักวิชาการมอบเกียรติบัตรให้แก่บุคลากร จำนวน ๓ คน ดังนี้

๑. นางสาวแสงเดือน ผ่องพุด
๒. นางสาวศุภิณญา ชารรัตน์สุวรรณ
๓. นางสาววิกานดา วรรณวิเศษ





สร้างงาน

สร้างคน

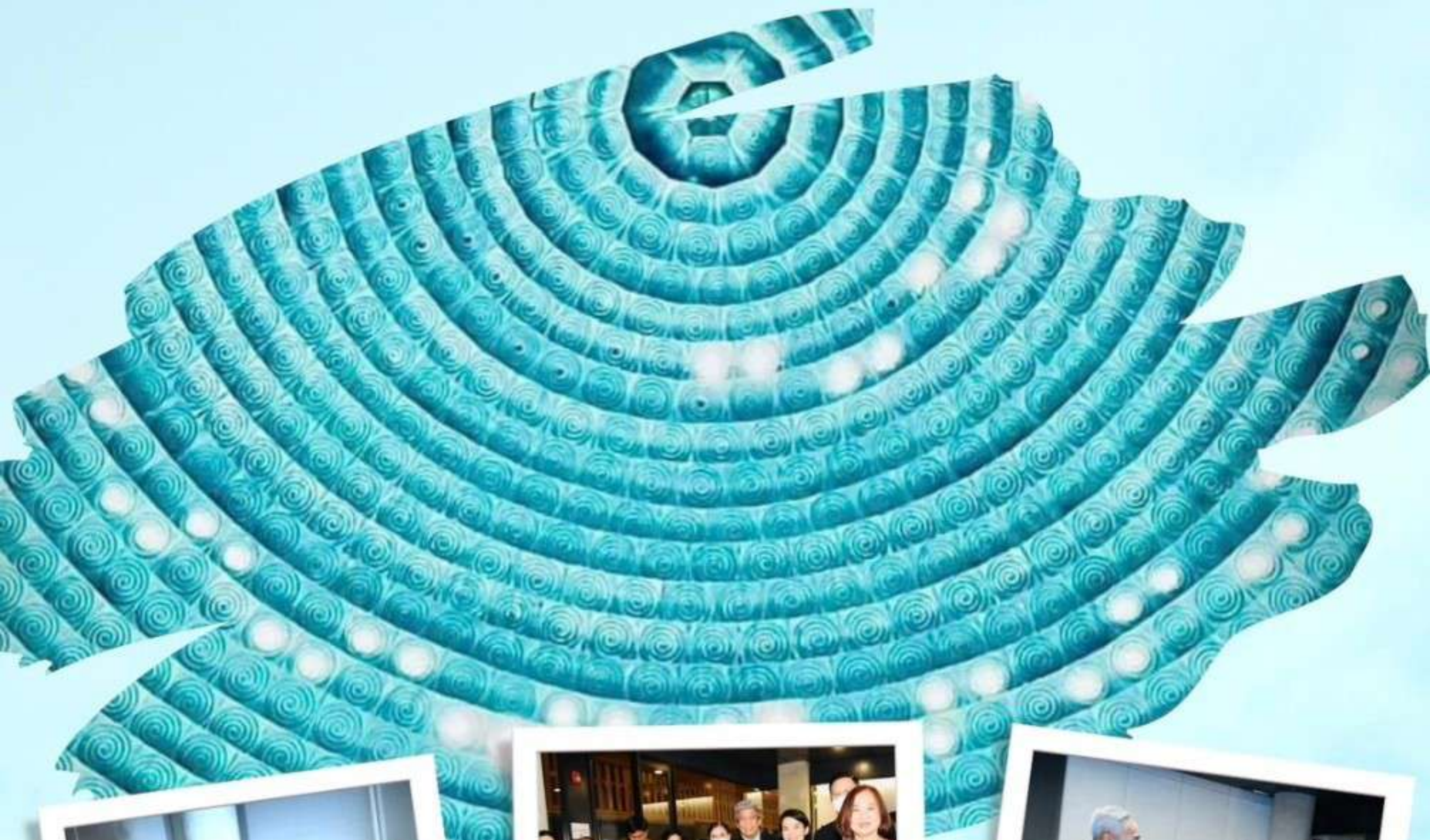
สร้างคุณูปการ

RS = ชาติไทย / ชาติ

๒๕

บันทึกสำเนา D.

พีร = พลจัน รัตนมาลี
รอง/เลขาธิการวุฒิสภา



จากน้องถึงพี่ วิกฤตการณ์

บันทึกสำนัก D

พี่ระพจน์ รัตนมาลี
รองเลขาธิการวุฒิสภา

พี่
คิด



นนทพร = (ทศ/ทช)

2475

ITA

PMQA 4.0

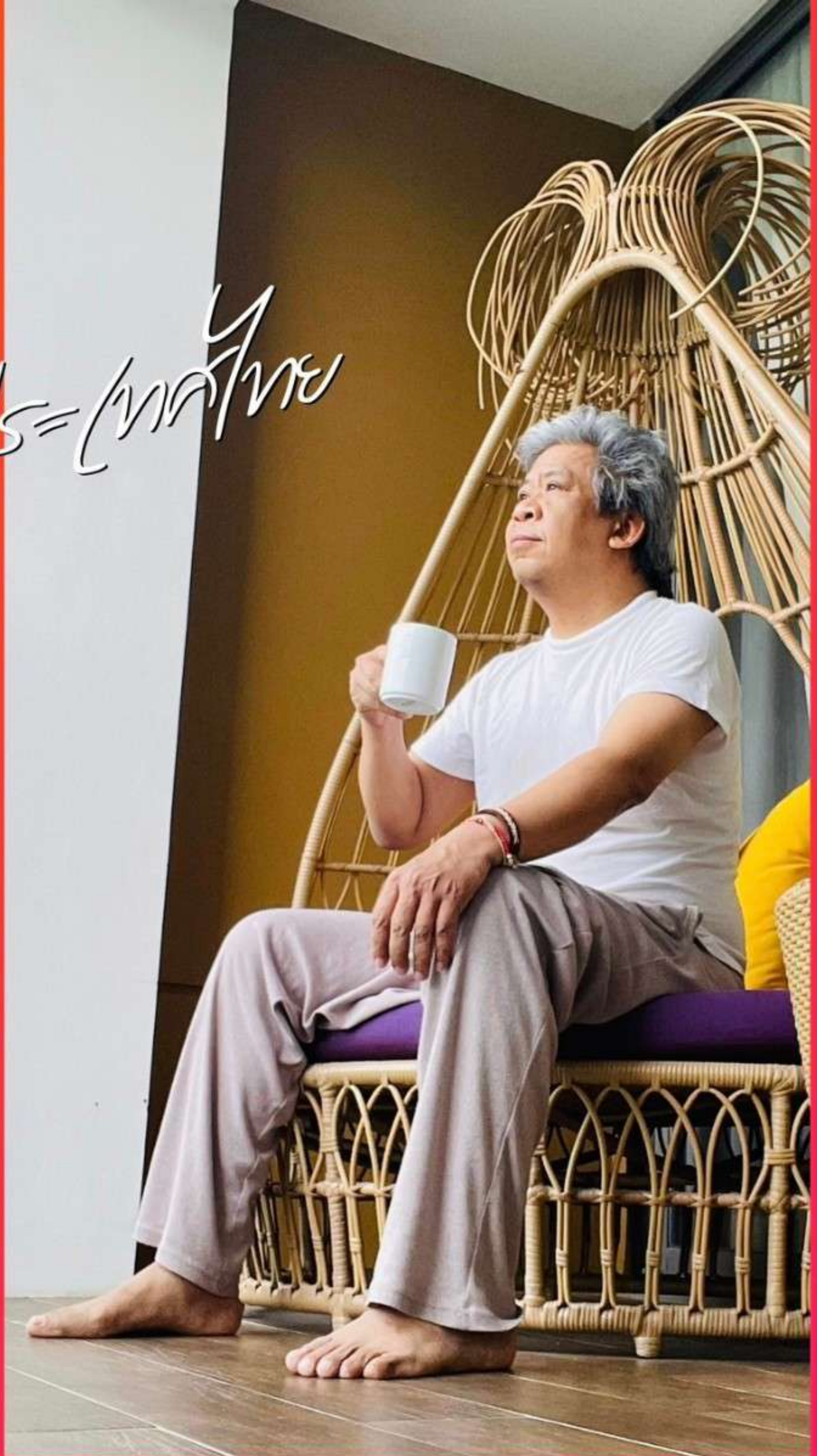
วุฒิสภา

รัฐธรรมนูญ

เลือกตั้ง

รัฐประหาร

.....



บันทึกสำนัก D

พี่ระพจน์ รัตนมาลี รองเลขาธิการวุฒิสภา

เบื้องหลัง ปลุกป่า ปล่อยปู กตัญญูต่อแผ่นดิน



บันทึกสำนัก D

พระพจน์ รัตนมาลี รองเลขาธิการวุฒิสภา

ช่วยชาวสวน ช่วยชาวนา ช่วย Soft power ไทย



บันทึกสำนัก D.

พีร=พจน์ รัตนมาลี
รองเลขาธิการวุฒิสภา

กลุ่มงานบริหารทั่วไป		คะแนนกลุ่มงานบริหารทั่วไป/รายบุคคล
1	นางวรัชยา ยี่สุนทอง	100
2	นางศิริกาญจน์ กลิ่นอำพันธ์	250
3	น.ส.อัชรา กลิ่นอินทร์	80
4	นางกัจจา พิภจันทร์	50

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

วรรษยา ยี่สุนทอง กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง ทำบุญใส่บาตร ณ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา
เนื่องในวันวิสาขบูชา และวันเฉลิมชนมพรรษา สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี



ดีต่อสังคม ร่วมเป็นจิตอาสาต้อนรับผู้บริหารและข้าราชการ
ที่เกษียณอายุราชการ ในกิจกรรมมุทิตาकारะด้วยรักและ
ผูกพัน คีนส์เหี่ยว คนวุฒิสภา



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

๓ มิถุนายน - ๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖

ชื่อ - นามสกุล นางศิริกาญจน์ กลิ่นอำพันธ์ สังกัด กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง ความกตัญญูต่อบิดามารดา และการทำบุญ

- ส่งเงินให้บิดามารดาใช้ทุกเดือน (รวม ๒ เดือน)
- โอนจ่ายค่าไฟฟ้าให้บ้านบิดามารดาทุกเดือน (รวม ๒ เดือน)
- ซื้ออาหารเสริมเพื่อสุขภาพ และสิ่งอำนวยความสะดวกทุกเดือน (รวม ๒ เดือน)
- ไปทำบุญร่วมกับเพื่อนๆ ในสำนักวิชาการจำนวน ๕ คน ณ วัดแก้วฟ้าจุฬามณี โดยได้ถวายสังฆทาน/นำเงินหยอดตู้บุญต่าง ๆ ในวัด /ปล่อยปลา (๑ ครั้ง)

- สวดมนต์กราบพระก่อนนอนและนำเงินหยอดกระปุกบุญเพื่อนำไปทำบุญทุกบาททุกสตางค์ ปฏิบัติเป็นประจำก่อนนอนทุกคืน



ดีต่อผู้อื่น

- สนับสนุนการศึกษาให้กับหลาน ๆ
- ปลูกต้นไม้/ขยายพันธุ์แบ่งปันให้เพื่อนบ้าน



ดีต่อองค์กร

- ร่วมกับสำนักวิชาการขับเคลื่อน"องค์กรคุณธรรมต้นแบบ"
- ปฏิบัติตามคุณธรรมเป้าหมายของสำนักงานฯ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

- ยืนตรงเคารพธงชาติด้วยความภาคภูมิใจทุกครั้งที่ได้ยินเสียงเพลงชาติ (เช้า - เย็น)



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวอชรา กลิ่นอินทร์ สังกัด กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง ทำบุญที่มัสยิดคอลลีตัน จังหวัดกรุงเทพมหานคร
ในวันเสาร์ที่ 22 พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖



ดีต่อผู้อื่น ทำบุญบริจาคเงินเพื่อเป็นทุนการศึกษาและอาหารกลางวัน
ให้แก่เด็กกำพร้าบ้านยินดีจังหวัดเชียงใหม่ ที่มาตั้งบูธบริเวณพุทธอุทยาน
มหाराชหลวงปู่ทวด ณ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในวันเสาร์ที่ ๓ มิถุนายน
๒๕๖๖



ดีต่อองค์กร ได้รับมอบเกียรติบัตรเป็นผู้ยึดมั่นตามประมวลจริยธรรม
ข้าราชการรัฐสภา (ประเภทเสี่ยสละอุทิศราชการ) ของสำนักวิชาการ
ในวันอังคารที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ณ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจดบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางกัจจา พิภจันทร์ กลุ่มงานบริหารทั่วไป สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง

วันที่ 7 กรกฎาคม 2566

เดินทางไปที่วัดแก้วฟ้าจุฬามณี

เพื่อสวดมนต์เจริญจิตภาวนา นำมาซึ่งความสงบจิตใจ
ทำให้มีสมาธิในการทำกิจการงานต่างๆ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ

วันที่ 7 กรกฎาคม 2566

เดินทางไปที่วัดแก้วฟ้าจุฬามณี

เพื่อทำบุญบริจาคกระเบื้องมุงหลังคาศาสนสถาน
เพื่อทำนุบำรุงศาสนสถาน



กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล (21 มิ.ย. – 7 ก.ค. 66)

1. นายประธาน ทิพยกะลิน	ผู้บังคับบัญชาในกลุ่มงาน วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+10+50 = 70$
2. นายณัฐกิตติ์ ปัทมะ	วิทยากรเชี่ยวชาญ	$50 = 50$
3. น.ส. มัทยา ศรีพนา	วิทยากรชำนาญการ	$10+10+50+50+50= 170$
4. น.ส. แสงจันทร์ มาน้อย	วิทยากรชำนาญการ	$50+50 = 100$
5. น.ส. วิกานดา วรรณวิเศษ	วิทยากรชำนาญการ	$250+40+10+10+10+50+50 = 420$
6. น.ส. ศุภิญญา ธารรัตน์สุวรรณ	วิทยากรชำนาญการ	$10+10+50+50+50+50+50+10+50+50+50+10+10+50+10+10+10+10+10=550$
7. น.ส. เรไร ลำเจียก	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+10=20$
8. น.ส. มาณริกา จันทาโก	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+10+10+10+50+50+50 = 190$
9. น.ส. สุदारัตน์ หมวดอินทร์	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+10+10+10+10 = 50$
10. น.ส. ศิริวรรณ มนอัคระผดุง	วิทยากรชำนาญการพิเศษ	$10+10+10 = 30$
11. น.ส. สาคร ศรีमुख	วิทยากรชำนาญการ	$10+10+10=30$
12. น.ส. น้าทิพย์ ตั้งไตรรัตน์	จพง.ธุรการชำนาญงาน	$10+50+50+50+50+10+100+10+10= 340$
13. น.ส.สุวรรณา สุพงษ์	จพง.ธุรการชำนาญงาน	$50+10+50+10= 120$
14. น.ส. รินรดา วงษ์ศรีเผือก	จพง.ธุรการอาวุโส	$50 = 50$
15. น.ส. นิจวรรณ โปยขุนทด	จพง.ธุรการอาวุโส	$10= 10$

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นายประธาน ทิพยกะลิน สังกัด กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง



- กราบนมัสการพระประธานวัดประดู่ เพื่อความเป็นมงคลแก่ชีวิต และเสริมสร้างกำลังใจ เมื่อวันที่ 5 มิถุนายน 2566
- กราบนมัสการหลวงพ่ोजเงินและสวดมนต์นั่งสมาธิที่วัดดอนยายหอม เพื่อให้จิตใจสงบ และเสริมสร้างกำลังใจ เมื่อวันที่ 24 มิถุนายน 2566



ดีต่อสังคม



พาคูณแม่ไปหาหมอหัวใจตรวจเช็คสุขภาพ ณ โรงพยาบาล
จุฬาลงกรณ์ เพื่อแสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
เมื่อวันที่ 7 กรกฎาคม 2566

บันทึกเสสมความดี

ธนาคารแห่งความดี

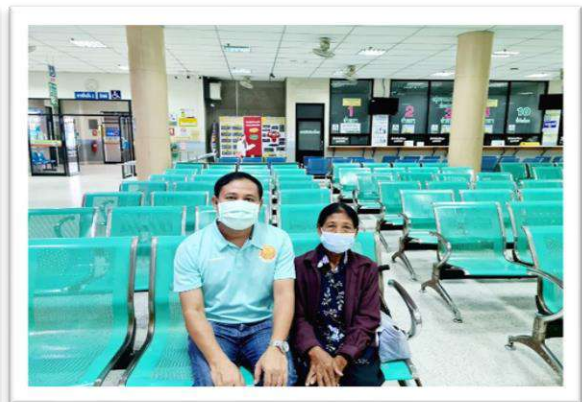
ครั้งที่ 3

วันที่ 6 กรกฎาคม 2566

นายณัฐกิตติ์ ปัทมะ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

กิจกรรมเสสมความดี

- พาคุณแม่บุญช่วย ปัทมะ ไปหาหมอที่โรงพยาบาลจังหวัดศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ



1. ดีต่อตนเอง



เป็นการแสดงออกถึงความกตัญญูต่อบุพการี ทำให้มีความภูมิใจที่ได้ทำ

2. ดีต่อผู้อื่น



เป็นแบบอย่างให้บุคคลอื่นได้นำไปเป็นแบบอย่างในการดูแลเอาใจใส่ต่อมารดา บิดาได้



3. ดีต่อองค์กร

การปฏิบัติดีด้วยการแสดงออกถึงการกระทำด้วยความกตัญญูทเวทีต่อบุพการี ถือเป็น การส่งเสริมและขับเคลื่อนด้านคุณธรรม จริยธรรมและภาพลักษณ์ขององค์กร



4. ดีต่อสังคม

สังคมไทยถือเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งที่ลูกจะต้องปฏิบัติ คุณแลบิดา มารดา ผู้ปกครอง และผู้มี พระคุณด้วยความเอาใจใส่และเอื้ออาทรในทุกโอกาส ย่อมทำให้สังคมไทยได้แสดงออกถึงหน้าที่ความรับผิดชอบ อันจะเป็นการแสดงออกถึงความกตัญญูทเวที และวัฒนธรรมอันดีงามสืบต่อไป

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ

โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวมัทยา ศรีพนา สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง ดีต่อองค์กร

ออกกำลังกายให้สุขภาพแข็งแรง และเข้าร่วมเป็นตัวแทนของกิจกรรม
สำนักงานฯ "วุฒิสภา เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพ : Senate Walk and Run Health
ทำให้สุขภาพแข็งแรง มีสมาธิในการทำงานมากยิ่งขึ้น



ทำดีครั้งที่ 1

ออกกำลังกายที่รัฐสภา
วันที่ 23 มิถุนายน 2566



ทำดีครั้งที่ 2

พิธีประชุมรัฐสภา
วันที่ 3 กรกฎาคม 2566



ดีต่อตนเอง ดีต่อองค์กร

เข้าร่วมเป็นตัวแทนสำนักวิชาการในการเฝ้ารับเสด็จพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี นับเป็นเกียรติให้แก่
ตนเองและวงศ์ตระกูล อุทิศเวลาให้ราชการ และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในองค์กร



ดีต่อตนเอง ดีต่อสังคม



ทำดีครั้งที่ 3

พาคุณแม่ไปทานข้าว
ร้านก๋วยเตี๋ยวเรือกรุงเก่า
วันที่ 24 มิถุนายน 2566



ทำดีครั้งที่ 4

พาคุณแม่ไปทำบุญ
วัดเฉลิมพระเกียรติ จ.นนทบุรี
วันที่ 24 มิถุนายน 2566



ทำดีครั้งที่ 5

ทำบุญสังฆทาน
สำนักสงฆ์เขาพระครู จ.ชลบุรี
วันที่ 2 กรกฎาคม 2566

คุณแม่มีความสุข ได้ทานอาหารที่ชอบทาน
ตนเองมีความสุขใจที่ได้ตอบแทนผู้มีพระคุณ

ทำบุญไหว้พระและตอบแทนผู้มีพระคุณ
เพิ่มพูนบุญกุศลเป็นสิริมงคล
และเสริมสร้างพระพุทธศาสนาให้มั่นคง

พาครอบครัวไปทำบุญสังฆทาน
เพื่อตอบแทนผู้มีพระคุณ และ
เพิ่มพูนบุญกุศลเป็นสิริมงคล ต่อตัวเอง
และเสริมสร้างพระพุทธศาสนาให้มั่นคง

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล แสงจันทร์ มาน้อย สังกัด กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อผู้อื่น

😊 ดูแลบุพการีอันเป็นที่รักและเคารพ : โดยในภาพเป็นการพาคุณพ่อคุณแม่ ไปเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจที่ห้างสรรพสินค้าใกล้บ้าน





ดีต่อสังคม

😊 ทำหน้าที่บุพการีในการเลี้ยงดูและอบรมสั่งสอนบุตรจนจบการศึกษา เพื่อให้เป็นบุคลากรที่ดีของสังคม และเป็นอนาคตของชาติต่อไป



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาววิกานดา วรรณวิเศษ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ
ครั้งที่ 3/2566



วันที่ 4 มิถุนายน 2566
วันที่ 5 มิถุนายน 2566
วันที่ 10 มิถุนายน 2566
วันที่ 24 มิถุนายน 2566
วันที่ 1 กรกฎาคม 2566

ทำความดี : ตักบาตรอุทิศส่วนกุศลไปให้พ่อ
ญาติสายสกุลอรัญวาสีและวรรณวิเศษ
โดยจะตักบาตรกับพระวัดเพลง ต.ไทรมา
อ.เมือง นนทบุรี

ดีต่อตนเอง : ได้อุทิศส่วนกุศลให้กับญาติ
ที่ล่วงลับ เป็นการสละทรัพย์สินเพื่อบำรุง
ศาสนา



วันที่ 12 มิถุนายน 2566
วันที่ 14 มิถุนายน 2566
วันที่ 15 มิถุนายน 2566
วันที่ 19 มิถุนายน 2566

ทำความดี : ตักบาตรอุทิศส่วนกุศลไปให้พ่อ
ญาติสายสกุลอรรณวาศรีและวรรณวิเศษ
โดยจะตักบาตรกับพระที่มาบิณฑบาต
ที่ตลาดเตาปูน



ดีต่อตนเอง : ได้อุทิศส่วนกุศลให้กับญาติ
ที่ล่วงลับ เป็นการสละทรัพย์สินเพื่อบำรุง
ศาสนา





ทุกวันทำงานในช่วงเช้า

ทำความดี : เดินทางมาทำงานโดยรถโดยสาร
สาธารณะ

ดีต่อตนเอง : ประหยัดค่าเดินทาง
ช่วยประหยัดพลังงานและลดโลกร้อน



ทุกวันทำงานในช่วงเย็น

ทำความดี : เดินทางกลับบ้านด้วยรถไฟฟ้า

ดีต่อตนเอง : ถึงบ้านเร็ว ช่วยประหยัดพลังงาน
และลดโลกร้อน



วันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๖๖

ทำความดี : เฉาก๋่องของตัวเองไปซื้ออาหาร เพื่อลดปริมาณขยะ

ดีต่อตนเอง : ประหยัดค่ากล่องใส่อาหาร ครั้งละ ๕ บาทและช่วยลดปริมาณขยะ



วันที่ ๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๖

วันที่ ๒๙ มิถุนายน ๒๕๖๖

ทำความดี : ซื้อหม้อทอดไร้น้ำมันและถังฝุ่นให้แม่

ดีต่อตนเอง : เป็นการแสดงความกตัญญูต่อแม่ หากมีหม้อทอดแม่จะได้ทอดอาหารโดยไม่ต้องใช้น้ำมัน เป็นการดีต่อสุขภาพ ส่วนไม้ถูพื้นจะช่วยให้แม่ถูพื้นได้ง่ายและสะดวกขึ้น เพราะอันที่แม่ไปซื้อมาเป็นแบบไม้ถูพื้นทั่วไปที่ต้องบิดเอง

บันทึกสะสมความดี

นางสาวศุทธิฎา ธารารัตนสุวรรณ กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



แยกขยะ ณ สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา (16 มิ.ย. 66)



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกวินัยให้ตนเอง และภูมิใจที่ได้มีส่วนช่วยลดปัญหาขยะ



ดีต่อผู้อื่น : แม่บ้านเก็บขยะน้อยลง



ดีต่อองค์กร : ลดปริมาณขยะภายในองค์กร/ร่วมขับเคลื่อน Green Office



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ลดการใช้พลังงาน การใช้ทรัพยากร และรักษาสิ่งแวดล้อม



ใช้บันไดแทนลิฟท์เมื่อขึ้น - ลง ชั้นเดียว ณ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา (5 ก.ค. 66)



ดีต่อตนเอง : เป็นการออกกำลังกายทำให้หัวใจ และร่างกายแข็งแรง



ดีต่อผู้อื่น : ลดความแออัดในการใช้ลิฟท์ของบุคลากรสำนักงานฯ



ดีต่อองค์กร : ลดการใช้พลังงานไฟฟ้าขององค์กร ช่วยให้องค์กรประหยัดรายจ่ายค่าไฟฟ้า และร่วมขับเคลื่อน Green Office



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ลดการใช้ทรัพยากร ลดการสิ้นเปลืองพลังงาน รักษาสิ่งแวดล้อม และลดปัญหาโลกร้อน



จิตอาสาร่วมกิจกรรมสวมผ้าไทย ใส่บาตร (2 มิ.ย. 66)



ต่อตนเอง : มีความสุขใจที่ได้ร่วมทำบุญ



ดีต่อผู้อื่น : พระสงฆ์จะได้สืบทอดพระพุทธศาสนาต่อไป



ดีต่อองค์กร : ศาสนาช่วยให้บุคลากรในองค์กรเป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม





ดีต่อสังคม และประเทศชาติ : ประชาชนมี


คุณธรรม จริยธรรม ทำให้สังคมสงบสุข ประเทศมีความเจริญก้าวหน้า มั่นคง ยั่งยืน



พาพ่อแม่ไปไหว้พระ ทำบุญ (24 มิ.ย. 66 / 25 มิ.ย. 66)

 **ต่อตนเอง** : มีความสุขใจที่ได้ทำ
หน้าที่ลูกที่ดีที่มีความกตัญญูต่อพ่อแม่
ผู้มีพระคุณ


 **ดีต่อผู้อื่น** : พ่อแม่มีความสุขที่ได้
ทำบุญไหว้พระ


 **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กร
คุณธรรมต้นแบบ เรื่อง วิถีกตัญญู


 **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : การทำบุญเป็นการช่วยทำนุบำรุง สืบทอดพระศาสนา




พาพ่อแม่ไปทานข้าว (24 มิ.ย. 66 / 25 มิ.ย. 66)

 **ต่อตนเอง** : มีความสุขใจที่ได้ทำหน้าที่ลูก
ที่ดีที่มีความกตัญญูต่อพ่อแม่ผู้มีพระคุณ

 **ดีต่อผู้อื่น** : พ่อแม่มีความสุขที่ได้รับประทานอาหารกับลูก


 **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ
เรื่อง วิถีกตัญญู


 **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ความสุขของประชาชนมีผลต่อ
คุณภาพชีวิตของคนในสังคมและประเทศชาติ




ช่วยเด็กใส่โซ่รถจักรยาน (2 มิ.ย. 66)

 **ต่อตนเอง** : มีความสุขที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น





 **ดีต่อผู้อื่น** : เด็กได้รถจักรยานที่ใช้งาน
ได้ปกติ

 **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กร
คุณธรรมต้นแบบของสำนักงานที่ส่งเสริม
บุคลากรทำดีในทุก ๆ วัน ปฏิบัติเป็นปกติ

 **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : การมีน้ำใจและช่วยเหลือกันทำให้สังคมมีความสุข







ส่งรองเท้าให้พ่อแม่ (5 ก.ค. 66)

-  **ดีต่อตนเอง** : มีความสุขใจที่ได้ดูแลพ่อแม่เป็นลูกที่ดีมีความกตัญญู
-  **ดีต่อผู้อื่น** : พ่อแม่มีสุขภาพร่างกาย และจิตใจดี
-  **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ เรื่อง วิถีกตัญญู
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ครอบครัวมีความสุข ส่งผลถึงสังคมที่มีความสุข







พาพ่อแม่ไปหาหมอ (24 มิ.ย. 66)


-  **ดีต่อตนเอง** : มีความสุขใจที่ได้ทำหน้าที่ลูกที่ดีมีความกตัญญูต่อพ่อแม่ผู้มีพระคุณ
-  **ดีต่อผู้อื่น** : พ่อแม่ได้หาหมอตตามนัด มีสุขภาพแข็งแรง
-  **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ เรื่อง วิถีกตัญญู
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ประชาชนในประเทศมีสุขภาพดี มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมของประเทศชาติ







ช่วยกิจกรรมของสำนักงานฯ : จัดเตรียมดอกไม้งานมุทิตาकारวะ ด้วยรักและผูกพัน "คืนสู่เหย้า" คนวุฒิสภา (20 มิ.ย. 66) / เตรียมการและให้การรับรองคณะรัฐสภาแห่งเอเชีย (PCAsia) (29 มิ.ย. 66 / 30 มิ.ย. 66)


-  **ดีต่อตนเอง** : ภูมิใจที่มีส่วนช่วยภารกิจของสำนักงานฯ
-  **ดีต่อผู้อื่น** : ภารกิจสำเร็จตามที่ได้รับมอบหมาย
-  **ดีต่อองค์กร** : สร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับองค์กร/ขับเคลื่อน Green Office ด้วยการใช่วัสดุที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : สร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างรัฐสภาแห่งเอเชียและรัฐสภาไทย / นำเสนอศิลปวัฒนธรรมที่งดงามของไทยสู่สายตาชาวต่างชาติ / เป็นการรักษามรดกทางวัฒนธรรมที่ดีงามของไทย






 ทางเดียวกันไปด้วย (12 มิ.ย. 66 / 27 มิ.ย. 66)


-  **ดีต่อตนเอง** : ฝึกความมีน้ำใจ ช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น
-  **ดีต่อผู้อื่น** : เพื่อนประหยัดค่าเดินทาง
-  **ดีต่อองค์กร** : บุคลากรในองค์กรมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น / ร่วมขับเคลื่อน Green Office
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ลดการใช้พลังงาน/ลดมลพิษในอากาศ/ลดปัญหาจราจร





 จิตอาสาร่วมกิจกรรมวุฒิสภาเดิน – วิ่งเพื่อสุขภาพ (23 มิ.ย. 66)

-  **ดีต่อตนเอง** : ได้ออกกำลังกาย สุขภาพร่างกายแข็งแรง
-  **ดีต่อองค์กร** : สร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้องค์กร/บุคลากรในองค์กรมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน/บุคลากรสุขภาพดีทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ประชาชนสุขภาพดี ช่วยลดงบประมาณด้านการสาธารณสุขของประเทศ







 ใช้กล่องข้าว ขวดน้ำ แก้วน้ำ ถังผ้าลดปริมาณขยะ (12 มิ.ย. 66 / 24 มิ.ย. 66 / 27 มิ.ย. 66 / 4 ก.ค. 66 / 5 ก.ค. 66)

-  **ดีต่อตนเอง** : นำภาชนะมาใส่อาหารเองได้ ลดค่าอาหาร ทำให้ประหยัดค่าใช้จ่าย
-  **ดีต่อผู้อื่น** : ลดภาระแม่ค้าในการจัดหาภาชนะใส่อาหาร/ลดภาระพนักงานจัดเก็บขยะ
-  **ดีต่อองค์กร** : ลดปริมาณขยะภายในสำนักงานฯ/ ร่วมขับเคลื่อน Green Office
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ช่วยลดงบประมาณการกำจัดขยะของประเทศ/ ช่วยลดปัญหาสิ่งแวดล้อม







ส่งอาหาร และอาหารเสริมให้พ่อแม่ (14 มิ.ย. 66 / 16 มิ.ย. 66 / 23 มิ.ย. 66 / 2 ก.ค. 66)

-  **ดีต่อตนเอง** : มีความสุขใจที่ได้ดูแลพ่อแม่เป็นลูกที่ดีที่มีความกตัญญู
-  **ดีต่อผู้อื่น** : พ่อแม่มีความสุขภาพดี มีความสุข
-  **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ เรื่อง วิถีกตัญญู
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ประชาชนในประเทศมีความสุขกายใจที่ดี มีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคมของประเทศชาติ



ทำบุญไหว้พระเนื่องในวันวิสาขบูชา (3 มิ.ย. 66)

-  **ดีต่อตนเอง** : มีความสุขใจ เป็นการสร้างพลังบวก
-  **ดีต่อผู้อื่น** : วัดมีปัจจัยไปเป็นค่าใช้จ่ายบำรุงวัด
-  **ดีต่อองค์กร** : ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ/องค์กรคุณธรรม จริยธรรม
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : เป็นการช่วยทำนุบำรุง สืบทอดพระศาสนา / ประชาชนมีคุณธรรม จริยธรรม ทำให้สังคมสงบสุข ประเทศมีความเจริญก้าวหน้า มั่นคง ยั่งยืน



ร่วมขับเคลื่อนวัฒนธรรมองค์กรด้วยการสวมผ้าไทย (16 มิ.ย. 66 / 23 มิ.ย. 66)

-  **ดีต่อตนเอง** : มีความสุขที่ได้สวมใส่ผ้าไทย / ผ้าไทยใส่สบายไม่ร้อน
-  **ดีต่อผู้อื่น** : ช่วยสร้างรายได้ให้คนในชุมชน
-  **ดีต่อองค์กร** : สร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับองค์กร/ ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบเกี่ยวกับการอนุรักษ์วัฒนธรรมไทย
-  **ดีต่อสังคม และประเทศชาติ** : ช่วยอนุรักษ์วัฒนธรรมภูมิปัญญาไทย และเป็นการสืบทอดวัฒนธรรมที่ดั่งงามของชาติ



บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ โปรดจดบันทึกเก็บไว้
เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ -นามสกุล นางสาวเรไร ลำเจียก **กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ**

ดีต่อตนเอง



เป็นความภาคภูมิใจของตัวเราเอง

ดีต่อองค์กร

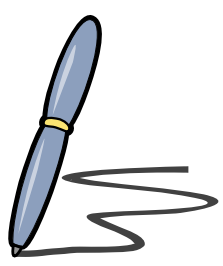


**เป็นภาพลักษณ์ที่ดีต่อการให้ความร่วมมือ
ระหว่างองค์กร**

ดีต่อตนเอง และดีต่อสังคม



**บทความที่เขียนได้ถูกนำไปเผยแพร่
เพื่อให้สาธารณชนผู้สนใจได้รับรู้ หรือต่อยอดความรู้
ต่อไป**



บันทึกสะสมความดี

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นำขนม ตู๊กตาไปให้เด็ก ๆ

วันที่ 27/5/66

ณ โรงเรียนวัดจันทารสไมسر

ทำความดี 1 อย่าง
ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



1 ดีต่อตนเอง

สุขใจเมื่อเห็นรอยยิ้มเด็ก ๆ
การแบ่งปันเป็นลดความเห็น
แก่ตัวโน้ตตัวเอง

2 ดีต่อผู้อื่น



ดีต่อเด็ก ๆ : เด็ก ๆ ได้มีความสุข
กินขนมอร่อย ๆ และช่วยคลายร้อน
ได้สิ่งของกลับบ้าน

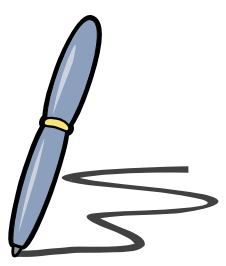
3 ดีต่อองค์กร

การทำกิจกรรม "บวร" ให้
ชุมชนใกล้เคียงเป็นการสร้าง
ความสัมพันธ์ให้ชุมชนรอบข้าง
อันเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดี
ให้องค์กร

4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน





บันทึกสะสมความดี

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ร่วมนำอาสาสมัครมาถวายสังฆทานกิจกรรม"บวร"

วันที่ 27/5/66

ณ โรงเรียนวัดจันทารสโมสร์

ทำความดี 1 อย่าง

ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



1 ดีต่อตนเอง

การถวายสังฆทาน เป็นการ
ทำทาน ช่วยให้ตนเองลดความ
เห็นแก่ตัวและผลดีต่อสภาพ
จิตใจ จิตใจผ่องใส

3 ดีต่อองค์กร



การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้อง
ต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์
ใช้หลักศาสนาเป็นเครื่องมือที่
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สะท้อนการ
มีคุณธรรม คนมีความสุข องค์กรมี
คุณภาพและคุณธรรมเชิงประจักษ์

2 ดีต่อผู้อื่น

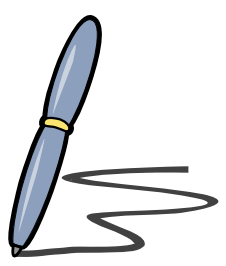


ดีต่อพระสงฆ์: การถวายสังฆทานแด่
พระสงฆ์เป็นการทำบุญบำรุงศาสนาที่
เป็นเครื่องจรรโลงจิตใจ

4 ดีต่อสังคมและ ประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็้สังคมคุณธรรมที่มีน้คง มีน้คง ยั่งยืน





บันทึกสะสมความดี

นางสาวมาณริกา จันทาโถ วิทยากรชำนาญการพิเศษ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

พายุมีพระคุณถวายสังฆทาน

วันที่ 6/6/66

ณ วัดสนามชัย จ.อ่างทอง

ทำความดี 1 อย่าง
ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



1 ดีต่อตนเอง

สุขใจพาคณะที่รักสะสมบุญ และการ
ถวายสังฆทาน เป็นการทำความดี ช่วย
ให้ตนเองลดความเห็นแก่ตัวและผล
ดีต่อสภาพจิตใจ จิตใจผ่องใส

3 ดีต่อองค์กร

การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้อง
ต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์
ใช้หลัก "กตัญญู" และ "ศาสนา"
เป็นเครื่องมือที่เปลี่ยนแปลง
พฤติกรรม สะท้อนการมีคุณธรรม
คนมีความสุข องค์กรมีคุณภาพและ
คุณธรรมเชิงประจักษ์

2 ดีต่อผู้อื่น



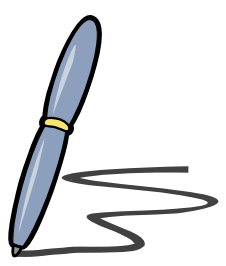
ดีต่อพระสงฆ์: การถวายสังฆทาน
แด่พระสงฆ์เป็นการทำบุญบำรุง
ศาสนาที่เป็นเครื่องจรรโลง
จิตใจ

ดีต่อคุณป้า: พาคุณป้าไปทำบุญกราบ
พระ และถวายปัจจัยด้วย ซึ่งการพาคณะ
ที่เราสะสมบุญย่อมเป็นความสุขใจ
ทั้งผู้ให้และผู้รับ เป็นการแสดงความ
กตัญญูต่อผู้มีพระคุณ

4 ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มีมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน





บันทึกสะสมความดี

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ทำบุญอุทิศส่วนกุศลครบรอบ 1 ปี
ให้กับนายสุรรัตน์ หวังตอลาณ
อดีตรองเลขาธิการวุฒิสภา

วันที่ 23/6/66

ณ วัดใหม่ทองแสง

ทำความดี 1 อย่าง
ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ

1 ดีต่อตนเอง

สุขใจที่ได้ทำบุญ และรู้จักบุญคุณ
ของผู้ที่มีพระคุณ

3 ดีต่อองค์กร



การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้อง
ต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์
ใช้หลัก "กตัญญู" และ "ศาสนา"
เป็นเครื่องมือที่เปลี่ยนแปลง
พฤติกรรม สะท้อนการมีคุณธรรม
คนมีความสุข องค์กรมีคุณภาพและ
คุณธรรมเชิงประจักษ์



2 ดีต่อผู้อื่น

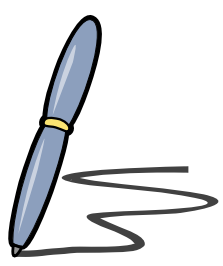


ดีต่อพระสงฆ์: การถวายสังฆทาน แต่พระสงฆ์
เป็นการทำงานบำรุงศาสนาที่เป็นเครื่องจรรโลง
จิตใจ

4 ดีต่อสังคมและ ประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มีนาคง มั่นคง ยั่งยืน





บันทึกสะสมความดี



นางสาวมาณริกา จันทาโถ วิทยากรชำนาญการพิเศษ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

ไม่ว่าสิ่งที่คุณทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

พาผู้มีพระคุณทางข้าวออกบ้าน

วันที่ 1/7/66

ณ ที่ ร้อย อ่างทอง

ทำความดี 1 อย่าง

ไม่ได้ส่งผลแค่ต่อตนเองเท่านั้นนะ



1 ดีต่อตนเอง

สุขใจพาคนที่รักทางอาหารออกบ้าน
ได้ทั้งอิ่มท้องและอิ่มใจ

3 ดีต่อองค์กร

การบริหารจัดการองค์กรจำเป็นต้อง
ต้องใช้ศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์
ใช้หลัก "กตัญญู" เป็นเครื่องมือที่
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม สะท้อนการ
มีคุณธรรม คนมีความสุข องค์กรมี
คุณภาพและคุณธรรมเชิงประจักษ์

2 ดีต่อผู้อื่น

ดีต่อคุณป้า: พาคุณป้าไปทางอาหารออก
บ้านทำให้คุณป้าเปลี่ยนบรรยากาศทาง
อาหารได้เยอะขึ้น และเป็นพลังใจที่
หลากหลายทางข้าว เป็นการแสดงความ
กตัญญูต่อผู้มีพระคุณ

4 ดีต่อสังคมและ ประเทศชาติ

ได้ตระหนักและประพฤติปฏิบัติจนเป็นวิถีชีวิต
ก็จะเป็นสังคมคุณธรรมที่มีคน มีคั้ง ยั้งยืน



คณะกรรมการขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต
ส่งเสริม สนับสนุน คุณธรรมจริยธรรม และความโปร่งใสของ
สำนักวิชาการ



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวสุตารัตน์ หมวดอินทร์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง



ร่วมบริจาคให้สภากาชาดไทย

ในวันที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๖

เป็นการทำความดีต่อตนเองให้รู้จักเสียสละ
ประโยชน์ส่วนตัว



ดีต่อผู้อื่น

บริจาคหลอดเตอรีเก่า ในวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

ให้กับศูนย์พัฒนาเด็กพิเศษวัดห้วยหมู จังหวัดราชบุรี
เพื่อให้เด็กพิการทางสมองนำมาประดิษฐ์เป็นดอกไม้จันทน์
พวงหรีด หมวกจัดจำหน่ายให้กับผู้ที่ต้องการใช้ในการฌาปนกิจ
เป็นการลดของเหลือใช้ในองค์กรและเป็นประโยชน์ต่อสังคม
รวมทั้งเป็นการลดภาวะโลกร้อนเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ





ดีต่อองค์กร

ทำขนมมาแบ่งปันเพื่อนร่วมงาน

ณ สำนักวิชาการ วันที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เป็นการแบ่งปันเพื่อนร่วมกัน สร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ส่งเสริมการทำงานเป็นทีม เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยให้การปฏิบัติงานประสบความสำเร็จ ทำให้องค์กรสามารถบรรลุเป้าหมายที่วางไว้

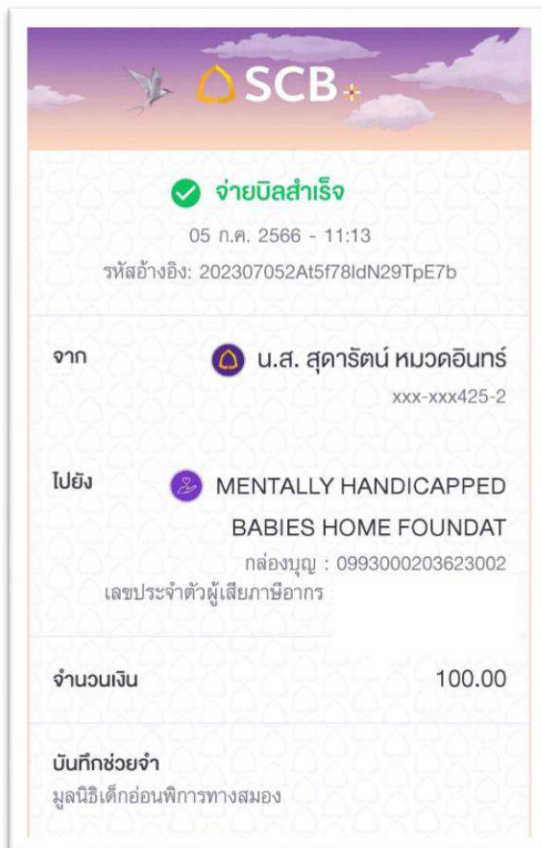


ดีต่อสังคม และประเทศชาติ

บริจาคทุนทรัพย์ ให้กับมูลนิธิโรงพยาบาลเด็ก ในวันที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๖

บริจาคทุนทรัพย์ ให้กับมูลนิธิเด็กอ่อนพิการทางสมองและปัญญา ในวันที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เพื่อสนับสนุนกิจกรรมของมูลนิธิ ช่วยเหลือสังคมและประเทศชาติต่อไป



บันทึกสะสมความดี

ของ

นางสาว ศิริวรรณ มนอัคระผดุง

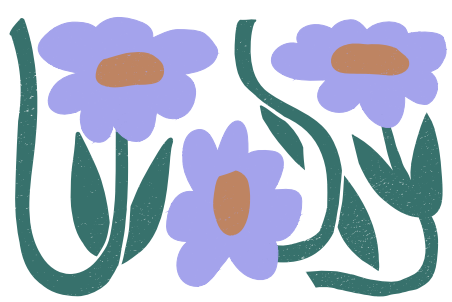
สำนักวิชาการ

กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล



ดีต่อตนเอง

นำของขวัญมายินดีต้อนรับหลาน "ลิลิน"
มีความสุขทั้งครอบครัวผู้ให้และผู้รับ 1 ครั้ง
เดือนมิถุนายน 2566

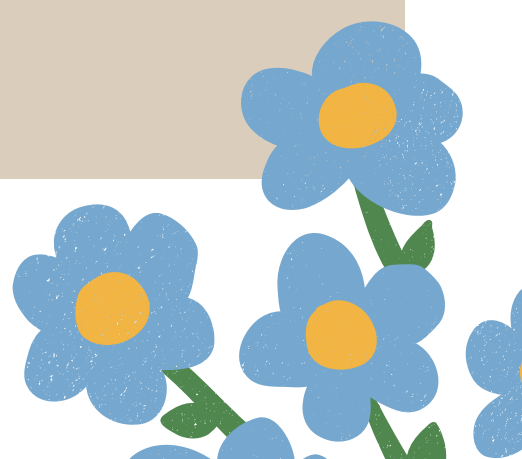


ดีต่อสังคม

📌 ปัญน้ำใจ...บริจาคเสื้อชั้นใน กับ
โครงการ “วาโก้บราเดย์ บราเก๋เราขอ”
1 ครั้ง เดือนมิถุนายน 2566



📌 ปัญน้ำใจ ลดค่าใช้จ่ายแม่บ้านทำความสะอาด
สะอาดคอนโด โดยนำยารักษากรดไหลย้อน
แบ่งให้แม่บ้าน 1 ครั้ง
เดือนกรกฎาคม 2566





บันทึกความดี



กิจกรรมธนาคารแห่งความดี

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ตักบาตรข้าวเหนียว



ดีต่อตนเอง

ได้มีโอกาสทำทาน เกิดความสุขใจ

ดีต่อสังคม

ช่วยส่งเสริมและสืบทอดกิจกรรมของพระพุทธศาสนา
สืบสานและอนุรักษ์ประเพณีท้องถิ่น

แบ่งปันอาหารให้เพื่อนร่วมงาน



ดีต่อผู้อื่น

เพื่อนร่วมงานมีอาหารไปรับประทาน

ดีต่อองค์กร

สร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเพื่อนร่วมงานมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
ต่อกัน ส่งผลให้การทำงานในองค์กรมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

เดินทางด้วยรถโดยสารสาธารณะทุกวัน

ดีต่อตนเอง

เดินทางกลับบ้านได้เร็วขึ้น

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ช่วยลดการใช้พลังงานเชื้อเพลิงช่วยลดมลพิษในอากาศ
ลดก๊าซเรือนกระจก เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม



น.ส.สาคร ศรีमुख วิทยากรชำนาญการ
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ



บริจาคยา
6 มิ.ย. 66

ทำดีครั้งที่ 1



ดีต่อตนเองและผู้อื่น



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ร่วมบริจาคเหลือใช้และยาหมดอายุให้โครงการยาไม่ใช้เราขอ.. ของ
กลุ่มงานตรวจสอบภายใน

- ดีต่อตนเอง ทำให้มีความสุขได้เป็นผู้ใช้
- ดีต่อผู้อื่นและได้ทำความดีต่อสังคม ทำให้ผู้อื่นได้มียาที่ดีใช้
ต่อจากเรา



พาดูณแม่ไป
หาหมอที่รพ.สมเด็จพระ
พระปิ่นเกล้า
15 มิ.ย. 66

ทำดีครั้งที่ 2



ดีต่อตนเองและผู้อื่น

พาดูณแม่ไปหาหมอที่รพ.สมเด็จพระปิ่นเกล้า ตามนัด

- ดูณแม่มีความสุข ได้เข้ารับการรักษาตัวเองอย่างต่อเนื่อง ทำให้
มีสุขภาพที่ดีและแข็งแรงขึ้น
- ดีต่อตนเอง คือ ลูกมีความสุขใจ ได้ตอบแทนผู้มีพระคุณ



ทำดีครั้งที่ 3

19 มิ.ย. 66



ดีต่อตนเอง

ใส่บาตรทำบุญวันครบรอบที่คุณพ่อเสียชีวิต

- เป็นการระลึกถึงผู้มีพระคุณ และอุทิศส่วนกุศลให้คุณพ่ออันเป็นที่รักยิ่ง



บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ทำนทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

ทำดีครั้งที่ 4



29 มิ.ย. 66



ดีต่อตนเองและผู้อื่น

พาคูณแม่ไปหาหมอระบบสมองที่รพ.สมเด็จพะปั้นเกล้า ตามนัด

- คุณแม่มีความสุข ได้เข้ารับการรักษาตัวเองอย่างต่อเนื่องและเข้ารับการผ่าตัดในต้นปีหน้า
- ดีต่อตนเอง คือ ลูกมีความสุขความสบายใจ ได้ตอบแทนผู้มีพระคุณ

ทำดีครั้งที่ 5



4 ก.ค. 66



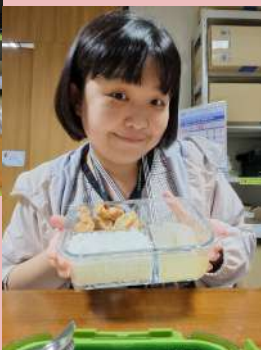
ดีต่อตนเองและผู้อื่น

ซื้อสลัดผักให้คุณป้าผู้มีพระคุณรับประทาน

- คุณป้ามีความสุข ได้ทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์
- ตนเองมีความสุขความสบายใจ ได้ตอบแทนผู้มีพระคุณ

ทำดีครั้งที่ 6

5 ก.ค. 66



ดีต่อตนเองและผู้อื่น



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ส่งเสริมและรณรงค์นำกล่องข้าวแทนการใช้กล่องโฟมทุกวัน พร้อมทำอาหารมาทานที่สำนักงาน เพื่อลดการสร้างขยะพลาสติก (รักเรา รักซีโลก)

บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ทำนทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล นางสาวน้ำทิพย์ ตั้งไตรรัตน์ สังกัด กลุ่มงาน วิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

ทำดีครั้งที่ 7



27 พ.ค. 66



ดีต่อตนเองและผู้อื่น



ดีต่อองค์กรและดีต่อสังคมและประเทศชาติ

ช่วยงานโครงการขยายเครือข่ายคุณธรรม เสริมสร้างกตัญญู สร้างองค์ความรู้ให้กับพลัง "บวร" ที่วัดจันทร์สโมสรมและได้สอนเด็กนักเรียนผูกผ้ามัดย้อม ดีต่อสังคมได้เพิ่มพูนความรู้ ความคิดสร้างสรรค์ให้กับเด็กนักเรียน ดีต่อตนเอง คือมีความสุขที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

ทำดีครั้งที่ 8



6 ก.ค. 66



ดีต่อตนเองและผู้อื่น

ชื่อของเล่นPop It ใ้ห้หลานๆ เล่นเพื่อฝึกสมอง

- ตนเองมีความสุข
- ทำให้หลานๆ มีความสุข เพลิดเพลิน ดลสายเครียดจากการเรียน

ทำดีครั้งที่ 9



2 มิ.ย. 66



ดีต่อตนเอง

เข้าร่วมกิจกรรม"เต้นลีลาศ"เพื่อสุขภาพของสำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร ทำให้ตนเองเปิดประสบการณ์ใหม่ ได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีและได้เป็นส่วนหนึ่งขององค์กร



ทำได้ สไตล์ตัวเรา



01



ทุกวันเสาร์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ มีหน้าที่เลี้ยงหลานเนื่องจากแม่ต้องไปทำงานวันเสาร์ อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์

02



วันศุกร์ที่ 23 มิถุนายน 2566 ณ บริเวณสะพานมิตรภาพ ชั้น 1 โซนกลาง เข้าร่วมกิจกรรม Senate Walk and Run 4 Health วุฒิสภา เดิน วิ่งเพื่อสุขภาพ



03



วันศุกร์ที่ 29 มิถุนายน 2566 พาหลานชายหาหมอ ณ โรงพยาบาลวิชิระ เนื่องจากแม่อยู่ระหว่างทดลองปฏิบัติราชการ

04



วันที่ 30 มิถุนายน 2566 ไหว้พระทำบุญเพื่อเป็นศิริมงคล



บันทึกการทำความดี



เมื่อวันเสาร์ที่ 1 กรกฎาคม 2566
พาไปโรงพยาบาลเจาะเลือดก่อนวันนัดพบหมอ
เพื่อตรวจรักษาระบบทางไกล



น.ส. รินรดา วงษ์ศรีเฝือก



บันทึกสะสมความดี
ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวนิจวรรณ โปยขุนทด
เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส
กลุ่มงานวิจัยและข้อมูล สำนักวิชาการ

“ร่วมกิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ”



เมื่อวันศุกร์ที่ 23 มิถุนายน 2566
ณ บริเวณสระมรกต ชั้น 1 โชนกลาง เข้าร่วมกิจกรรม
Senate Walk and Run 4 Health วุฒิสภา
เดิน วิ่งเพื่อสุขภาพ

ร่างกายแข็งแรง มีสมาธิในการทำงาน
การปฏิบัติงานก็ออกมาดี

รายงานคะแนนบันทึกคะแนนของบุคลากรในกลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา
รอบที่ 3 (2 มิถุนายน – 6 กรกฎาคม 2566)

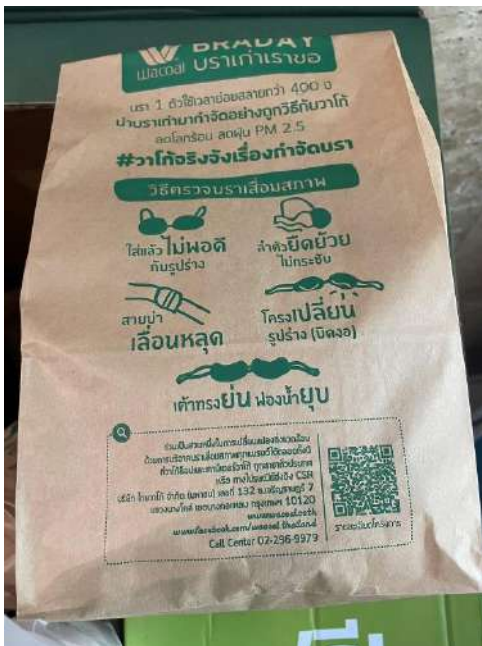
๑. นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง	(50+10)	= 60 คะแนน
๒. นายไตรรงค์ โตกระแสน	(50*2)	= 100 คะแนน
๓. นางสาวทัศนีย์ สุขสมบูรณ์	(50)	= 50 คะแนน
๔. นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์	(10)	= 10 คะแนน
๕. นายเกียรติศักดิ์ ลำพองชาติ	(10+10+10)	= 30 คะแนน
๖. นายปิยชาติ ศิลปสุวรรณ	(10)	= 10 คะแนน
๗. นายศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์	(10)	= 10 คะแนน
๘. นางสาวณัฏยา สุขสงวน	(10)	= 10 คะแนน
๙. นางสาวศุภลักษณ์ สุรวัฒนบูรณ์	(10)	= 10 คะแนน
๑๐. นางสาวพิมพ์พร วรหวัง	(10+10+10+10)	= 40 คะแนน
๑๑. นายกฤษชชาภณ อ้วนนาแวง	(10)	= 10 คะแนน

บันทึกสะสมความดี : อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ
รอบเดือน มิถุนายน-กรกฎาคม ครั้งที่ ๙ /๒๕๖๖ วันที่ ๑๕ มิ.ย. ๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยบริจาคบราเก่าซึ่งย่อยสลายยาก
เพื่อนำไปกำจัดอย่างถูกวิธี ซึ่งเป็นการรักษาสิ่งแวดล้อม
ณ โถงชั้น ๑ อาคารรัฐสภา (สว.) เมื่อวันที่ ๑๕ มิถุนายน ๒๕๖๖



😊 ดีต่อตนเองและสังคม 😊

๑. ปฏิบัติตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา เรื่อง การเสียสละ
๒. ได้ร่วมกันอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ส่งเสริมการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า

.....

บันทึกสะสมความดี : กตัญญู

นางสาวจุฑาลักษณ์ จำปาทอง

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ
รอบเดือน มิถุนายน-กรกฎาคม ครั้งที่ ๑๐ /๒๕๖๖ วันที่ ๑ ก.ค. ๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดี โดยพามาตราไปเยี่ยมญาติและรับประทานอาหาร
ณ ร้านขนมจีนต้นก้ามปู จ.พระนครศรีอยุธยา เมื่อวันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖



😊 ดีต่อตนเองและสังคม 😊

😊 ได้แสดงออก และส่งเสริมคุณธรรมในเรื่อง ความกตัญญู ซึ่งเป็นกิจกรรมทาง
คุณธรรมที่ร่วมขับเคลื่อนองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนักวิชาการ

.....

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นายไตรรงค์ ไตรกระแส / กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา / สำนักวิชาการ



ดีต่อตนเอง : เป็นการฝึกจิตใจตนเองให้มีความกตัญญู



ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกให้กับมารดา
ซึ่งเป็นผู้สูงอายุ



ดีต่อองค์กร : เป็นการฝึกจิตใจบุคลากรของสำนักงาน
เลขาธิการวุฒิสภาให้มีความกตัญญู
ซึ่งจะส่งผลดีต่อภาพลักษณ์ขององค์กร



ดีต่อสังคม
และประเทศชาติ : เป็นการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัว
ให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี
อันจะส่งผลดีต่อการพัฒนาประเทศ
ที่กำลังเข้าสู่ภาวะสังคมสูงวัย

ร้อยละ ๘๐ ของบุคลากรในสำนัก



เข้ารับพามารดาไปพบแพทย์

จำนวน : ๒ ครั้ง

วันที่ : ๓ มิถุนายน ๒๕๖๖ และ

๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖

สถานที่ : คลินิกศูนย์แพทย์พัฒนา

บันทึกสะสมความดี

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



เมื่อวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ ข้าพเจ้าได้โอนเงินไปให้หน้าสาวของข้าพเจ้าเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัว
ทุกเดือน เป็นจำนวนเงิน ๑๒,๐๐๐ บาท และสั่งสินค้าออนไลน์ไปให้ที่บ้านหน้าสาว ที่ จังหวัดสุโขทัย
เช่น ข้าวสาร เลือผ้า และของอุปโภคบริโภค เป็นต้น

 ดีต่อตนเอง : ได้ตอบแทนและแสดงความกตัญญูต่อหน้าสาวที่ได้เลี้ยงดูข้าพเจ้ามาตั้งแต่เด็ก

 ดีต่อสังคม : เป็นการสร้างความสบายกาย สบายใจ ทำให้หน้าสาวข้าพเจ้ามีความสุข
และมีกำลังใจในการดำเนินชีวิต ด้วยการดูแลสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น



บันทึกสะสมความดี :

นายกิตติศักดิ์ อุไรวงศ์

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

รอบเดือนมิถุนายน-กรกฎาคม ๒๕๖๖

ในวันที่ ๒๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ ได้บริจาคเงินและร่วมซื้อสินค้า ในกิจกรรมตลาดนัดปันบุญสู่โรงเรียนของสำนักการประชุม (เพื่อนำไปมอบให้กับโรงเรียนดอนทองราษฎร์วิทยา อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี) ณ บริเวณห้องโถง ชั้น ๑ อาคารรัฐสภา



😊😊ดีต่อตนเองและสังคม😊😊

ได้รู้จักการแบ่งปันให้กับสังคมและได้ร่วมกิจกรรมส่งเสริมจริยธรรมกับเครือข่ายทำความดีต่างสำนัก รวมถึงสร้างภาพลักษณ์ที่ดีในการเป็นสังคมอุดมคุณธรรม

บันทึกสะสมความดี

นายเกียรติศักดิ์ ลำพองชาติ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ



ครั้งที่ 1 สักการะศาลเจ้าและทำบุญบริจาคทาน
(วันที่ 4 มิ.ย.66 ณ วัดมังกรกมลาวาส กทม.)



ดีต่อตนเอง : พักผ่อนหย่อนใจและมีความสุข

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ทำนุบำรุงศาสนาและบริจาคทานเพื่อการสาธารณกุศล



ครั้งที่ 2 ร่วมทำบุญถวายสังฆทานและไหว้พระ
(วันที่ 17 มิ.ย.66 วัดอรุณราชวรารามราชวรมหาวิหาร กทม.)



ดีต่อตนเอง : จิตใจร่มเย็นเป็นสุข

ดีต่อผู้อื่น : ส่งเสริมบำรุงวัดศาสนสถานซึ่งเป็นศูนย์รวมจิตใจของชุมชน

ดีต่อองค์กร : ส่งเสริมกิจกรรมการทำความดีของสมาชิกองค์กร



ครั้งที่ 3 รักษาสัตว์พาไปฉีดวัคซีน
(วันที่ 18 มิ.ย.66 บ้านที่พักอาศัย บางซื่อ กทม.)



ดีต่อตนเอง : มีความสุขใจที่ได้ช่วยเหลือแมวจรจัด

ดีต่อผู้อื่น : ช่วยลดการแพร่ระบาดของโรคในสัตว์

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายหน่วยงานที่ต้องดูแลสัตว์จรจัด

บันทึกสะสมความดี

นายปิยชาติ ศิลปสุวรรณ กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ 3/2566 วันอังคารที่ 4 กรกฎาคม พ.ศ. 2566

บริจาคเงินให้แก่โรงพยาบาลสงฆ์



โอนเงินสำเร็จ
รหัสอ้างอิง 20230704168844038

นายปิยชาติ ศิลปสุวรรณ
กรุงเทพฯ
XXX-X-XX576-7

เงินบริจาคบำรุงโรงพยาบาลสงฆ์
กรุงเทพฯ
XXX-X-XX026-1

จำนวนเงิน 100.00 บาท

ค่าธรรมเนียม 0.00 บาท

วันที่ทำรายการ 04 ก.ค. 2566 - 10:13

บันทึกช่วยจำ บริจาคเงิน ส.พ.สงฆ์

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

บันทึกกิจกรรมความดี
นายศรัณย์ศิริ คัมภีรานนท์
กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ
ครั้งที่ ๓/๒๕๖๖ วันที่ ๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง การคัดแยกขยะภายในบ้านเป็นการสร้างวินัยให้แก่ตนเองและคนในครอบครัว ทำให้บ้านสะอาดเป็นระเบียบเรียบร้อย และง่ายต่อการจัดการขยะแต่ละประเภท ในส่วนของขยะกำพร้า เช่น ถูพลาสติก โฟม หน้ากากอนามัยของผู้ไม่ป่วย เป็นต้น จะรวบรวมและนำไปแปรรูปเป็นเชื้อเพลิงกับ N15 Technology ซึ่งมีวิธีการกำจัดขยะที่ไม่ก่อให้เกิดมลพิษและปัญหาสิ่งแวดล้อม



ดีต่อผู้อื่น ช่วยลดมลพิษและลดการหมักหมมของขยะซึ่งเป็นแหล่งสะสมเชื้อโรคที่อาจแพร่กระจายทั้งทางอากาศหรือปนเปื้อนลงสู่พื้นดินและใต้ดิน รวมทั้งเป็นการจัดการของเสียหรือวัสดุที่ไม่ใช้แล้วที่ไม่เป็นอันตราย เป็นการลดปริมาณขยะที่ไหลลงสู่ทะเล



ดีต่อองค์กร หน่วยงานได้รับประโยชน์จากการคัดแยกขยะเพื่อให้สามารถจัดการขยะแต่ละประเภทได้อย่างเหมาะสม และกำหนดเป็นกิจกรรมให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อม สอดคล้องกับนโยบายสำนักงานสีเขียว (Green Office) รวมทั้งสามารถประชาสัมพันธ์และจัดกิจกรรมร่วมกับหน่วยงานและชุมชนใกล้เคียงในการบริหารจัดการขยะเพื่อลดปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจกออกสู่สิ่งแวดล้อม



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

การคัดแยกขยะเพื่อนำไปเป็นเชื้อเพลิง สร้างพลังงานทางเลือกทดแทนถ่านหินในโรงไฟฟ้าและโรงปูนซีเมนต์ โดยผ่านกระบวนการเผาขยะในระบบปิด ซึ่งเป็นการลดมลพิษและรักษาสิ่งแวดล้อมให้กับโลก

บันทึกสะสมความดี

นางสาวณัฏถยา สุขสงวน

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๓/๒๕๖๖ วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าได้ทำความดีด้วยการบริจาคเงินให้ UNHCR เมื่อวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ดีต่อตนเอง : ได้มีความสุขใจในการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ผู้อื่น

ดีต่อผู้อื่น : ได้ช่วยเหลือเด็กและผู้ลี้ภัยทั่วโลก ให้ได้รับน้ำ อาหารและสิ่งของบรรเทาทุกข์ต่างๆ

รายละเอียดใบแจ้งยอด			
วันที่ใช้บัตร	รายการ	วันที่บันทึก	จำนวนเงิน (บาท)
29 พ.ค.	WONGNA BANGKOK TH	29 พ.ค.	134.00
2 มิ.ย.	UNHCR BANGKOK TH	3 มิ.ย.	300.00

บันทึกสะสมความดี

ชื่อ - นามสกุล น.ส.ศุภลักษณ์ สุรวัฒนบุรณ

กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ



เมื่อวันศุกร์ที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖ ทำความดี โดยการทำบุญบริจาค
แผ่นหลังคามุงกระเบื้องหลังคาวัดแก้วฟ้า จุฬามณี



ดีต่อตนเอง มีคุณค่าทางจิตใจ ทำบุญแล้วรู้สึกสบายใจ รู้จักอึ้งใจ เสียสละทรัพย์
เป็นการฝึกใจ ลดความตระหนี่ไม่เหนียวบุญ ผลบุญดังกล่าวจะช่วยให้เป็นคน
ใจกว้างและปราศจากคดีต่างๆ



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ ส่งเสริมสนับสนุนให้ชุมชนมีความมั่นคง ได้ทำนุบำรุงพระ
ศาสนาเพื่อให้พระพุทธศาสนาได้สืบทอดต่อไป



ดีต่อผู้อื่น ได้ทำบุญ ได้มีโอกาสได้เกื้อหนุนพระพุทธศาสนาให้คงอยู่คู่กับ
พุทธศาสนิกชน

บันทึกสะสมความดี

นางสาวพิมพ์พร วรหวั่ง กลุ่มงานติดตามและประมวลผลงานของวุฒิสภา สำนักวิชาการ
รอบที่ 3 (2 มิถุนายน – 6 กรกฎาคม 2566)

วันที่ 2 มิถุนายน – 6 กรกฎาคม 2566

ข้าพเจ้าทำความดี : โดยการเดินทางมาทำงาน

โดยรถสาธารณะในทุกวันทำงาน

ดีต่อตนเอง : ได้ออกกำลังกาย ประหยัดเวลาและ
ไม่ต้องเคร่งเครียดในการเดินทางมาทำงาน

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ลดการใช้รถยนต์ส่วนตัว
เพื่อให้ปริมาณรถบนถนนลดลง ลดการเกิดอุบัติเหตุ
บนท้องถนน และช่วยลดมลพิษในอากาศที่เกิดจาก
การเผาไหม้ของเครื่องยนต์



วันที่ 2 มิถุนายน – 6 กรกฎาคม 2566

ข้าพเจ้าทำความดี : โดยการยกน้ำดื่มใส่ตู้กดน้ำในสำนักวิชาการ 2 – 3 ครั้งต่อสัปดาห์

ดีต่อตนเอง : มีน้ำดื่ม ได้ออกกำลังกาย

ดีต่อผู้อื่น : เพื่อนในสำนักสามารถกดน้ำดื่มได้สะดวกลดการสร้างขยะพลาสติก

วันที่ 2 มิถุนายน – 6 กรกฎาคม 2566

ข้าพเจ้าทำความดี : โดยการใช้แก้วน้ำและกล่องอาหารส่วนตัว
เพื่อลดการใช้พลาสติก

ดีต่อตนเอง : ลดสัมผัส ลดความเสี่ยงในการรับเชื้อไวรัส ประหยัดค่าใช้จ่าย

ดีต่อองค์กร : สนับสนุนนโยบายสำนักงานเรื่องการลดใช้พลาสติก

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : ลดการสร้างขยะพลาสติกเพิ่ม



วันที่ 2 มิถุนายน – 6 กรกฎาคม 2566

ข้าพเจ้าทำความดี : โดยการช่วยเหลือในด้านการใช้งาน
โปรแกรมต่าง ๆ ของระบบคอมพิวเตอร์แก่บุคลากรในสำนัก
วิชาการ (เมื่อมีผู้ต้องการความช่วยเหลือ)

ดีต่อตนเอง : ได้ทบทวนทักษะในการใช้งานคอมพิวเตอร์

ดีต่อผู้อื่น : เพื่อนร่วมงานสามารถปฏิบัติภารกิจได้
สำเร็จลุล่วง

ดีต่อองค์กร : งานตามภารกิจสำเร็จลุล่วง

ธนาคารแห่งความดี

บันทึกสะสมความดี

ครั้งที่ 3

วันที่ 3 กรกฎาคม 2566

ร่วมด้วยช่วยกัน
กิจกรรมโครงการจิตอาสา
ประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์

กิจกรรมจิตอาสาเป็นตัวอย่างสำคัญในการส่งเสริม
ความสามัคคีของคนในชาติ แม้จะเป็นเรื่องเล็กน้อย
แต่ก็สำคัญนะ



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG
จิตพอเพียงต้านทุจริต ส่งเสริม สนับสนุน
คุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส
ของสำนักงานการ



ฝึกดอกไม้จันทน์



ประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
ถ. กำแพงเพชร 6 แขวงตลาดบางเขน
เขตหลักสี่ กรุงเทพมหานคร

รายงานคะแนนบันทึกสะสมความดีของบุคลากรในกลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์

รอบที่ 3 (3 มิถุนายน – 7 กรกฎาคม 2566)

1. น.ส.แสงเดือน ผ่องพุด	$(50*10)+(10*6)$	รวม 560 คะแนน
2. น.ส.พรวิฑู โค้วคชาภรณ์	$(10+10+(50*4))$	รวม 220 คะแนน
3. นางปิ่นจา ยกโต	$(10+50)$	รวม 60 คะแนน
4. น.ส.พรรณวรรณ สงกาง	(10)	รวม 10 คะแนน
5. น.ส.กรศิริรินทร์ รัตนสุภา	$(10+10+10)$	รวม 30 คะแนน
6. น.ส.อรอุมา รัตนบรรณกิจ	$(10+10)$	รวม 20 คะแนน
7. น.ส.สมใจ โพธิ์หนอง	(10)	รวม 10 คะแนน

บันทึกสะสมความดี

นางปิ่นจา ยกโต กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



ครั้งที่ ๑ วันศุกร์ที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖ ณ อาคารรัฐสภา (สว)

ข้าพเจ้าทำความดี ทำบุญตักบาตรปล่อยปลา วันเฉลิมพระสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินี
ตักบาตรเทโว และปล่อยปลาหน้าเป็ยง

ดีต่อตนเอง ทำแล้วรู้สึกดี สุขทางจิตใจ ได้แบ่งบุญกุศลให้กับผู้ที่มีพระคุณที่ได้ล่วงลับไปแล้ว

ครั้งที่ ๒ วันพุธที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๖๖ ณ อาคารรัฐสภา (สว)

ข้าพเจ้าทำความดี เข้าร่วมกิจกรรมของผู้บริหารและข้าราชการที่เกษียณอายุราชการ

ในกิจกรรมมุกิตาคารระดว่ยรักและ ผูกพัน ดินสู่เหย้า คนวุฒิสภา

ดีต่อสังคม ได้เข้าเยี่ยมคารวะระดว่ยรักและ ผูกพัน ผู้บังคับบัญชาตั้งแต่เริ่มบรรจุงานครั้งแรก

รู้สึกดีมีความสุขที่ได้มาหาเยี่ยมคารวะ



บันทึกสะสมความดี

ครั้งที่ 6/2566 วันอังคารที่ 20 มิถุนายน 2566

นางสาวทัศนวรรณ สง่าง

กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์
สำนักวิชาการ



ดี ต่อผู้อื่น

เมื่อวันเสาร์ที่ 17 มิถุนายน 2566
สวดมนต์บทโพชฌังคปริตร (9 จบ)
ถวายสมเด็จเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา
ขอให้ทรงหายจากพระอาการประชวรโดยเร็ว และทรงมีพระพลานามัยสมบูรณ์
ทรงสถิตเป็นมิ่งขวัญของพสกนิกรชาวไทย
ตลอดกาลนิรันดร์ วัดพระเชตุพน

ดี ต่อตนเอง

เมื่อวันเสาร์ที่ 17 มิถุนายน 2566
ได้ร่วมบริจาคเงินตามกำลังศรัทธา
แก่พระภิกษุ สามเณร ที่ป่วยเป็นโรคไต วัดพระเชตุพน



บันทึกความดี



นางสาวสมใจ โปธิ์หนอง
กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



วันศุกร์ที่ 2 มิถุนายน 2566 ทำบุญถวายสังฆทาน

ดีต่อตัวเอง : การทำบุญทำให้เรารู้จัก
การเสียสละ รู้จักการให้

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : การทำบุญถวายสังฆทาน
ถือเป็นทำนุบำรุงศาสนา รักษา สืบทอดศาสนา



Memo



บันทึกความดี

นางสาวอรอุมา รัตนบรรณกิจ

กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



วันที่ 2 มิถุนายน 2566 ทำบุญถวายสังฆทาน

ดีต่อตัวเอง : รู้จักการให้ การเสียสละ

ทำให้จิตใจเป็นสุข

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : เป็นการทำนุบำรุงศาสนา

วันที่ 5 มิถุนายน 2566 คัดแยกขยะ

ดีต่อตัวเอง : รู้จักเป็นคนมีวินัยในตนเอง

รับผิดชอบต่อสังคม

ดีต่อสังคมและประเทศชาติ : มีส่วนช่วยลด

ปริมาณขยะ เพื่อสิ่งแวดล้อมที่ดีขึ้น



บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

ชื่อ - นามสกุล แสงเดือน ผ่องพุ่ม สังกัด กลุ่มงาน ห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ



1. ติดต่อกับตนเอง ช่วยเหลือประสานงานในการเข้ารับรักษาพยาบาล และดูแลญาติ ที่ต้องเข้ารับการรักษา ตัดเปลี่ยนข้อต่อสะโพก



วันที่ 27 พฤษภาคม - 5 เดือน มิถุนายน พ.ศ.



1. เข้าร่วมกิจกรรมออกหน่วยบริการชุมชน ร่วมกับวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ณ โบสถ์วัดเซนต์หลุยส์ ถนนสาทร วันอาทิตย์ที่ 4 มิถุนายน 2566

วันที่ 4 มิถุนายน 2566

สถานที่ โบสถ์วัดเซนต์หลุยส์ ถนนสาทร





2. เข้าร่วมกิจกรรมออกหน่วยบริการชุมชน ร่วมกับวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ณ ชุมชนโสธมมัย-อร่ามดวง
เขตนานนาวา วันเสาร์ที่ 20 พฤษภาคม 2566 วันอาทิตย์ที่ 27 พฤษภาคม 2566 และ วันอาทิตย์ที่ 11
มิถุนายน 2566 ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้ การตรวจร่างกายเบื้องต้น การให้ความรู้ในการรักษาสุขภาพและโรค
ประจำตัว และมอบสิ่งประดิษฐ์เพื่ออำนวยความสะดวกในการดูแลสุขภาพให้ชุมชน

จำนวน 3 ครั้ง

วันที่ 11 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2566 สถานที่ ชุมชนโสธมมัย-อร่ามดวง เขตนานนาวา





3. จัดกิจกรรมสนทนาการให้กับผู้สูงอายุ ร่วมกับ วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ณ ศูนย์ผู้สูงอายุเซนต์หลุยส์ ศูนย์อภิบาลผู้สูงอายุและเด็ก โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ บ้านพระสุทธีวงส์ วันที่ 17 มิถุนายน 2566

วันที่ 17 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2566

สถานที่ ณ ศูนย์ผู้สูงอายุเซนต์หลุยส์ ศูนย์อภิบาลผู้สูงอายุและเด็ก โรงพยาบาลเซนต์หลุยส์ บ้านพระสุทธีวงส์





ดีต่อผู้อื่น



ดีต่อองค์กร



ดีต่อสังคมและประเทศชาติ

1. ประสานงานการจัดรับกิจกรรมบริจาคโลหิตของโรงพยาบาลวชิระ ซึ่งกำหนดจัดวันที่ 8 สิงหาคม 2566 ณ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา เพื่อนำโลหิตไปสำรองให้กับผู้ป่วยที่มีความจำเป็นต้องใช้โลหิตของโรงพยาบาลวชิระ



บันทึกສະສົມຄວາມດີ

นางสาวพรวิฑู โคว์คชาภรณ์ กลุ่มงานห้องสมุดและพิพิธภัณฑร์ สำนักวิชาการ

แบ่งปัน ช่วยเหลือผู้อื่น

บริจาคยาที่ไม่ได้ใช้ ให้โรงพยาบาล จังหวัดตาก

วันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง ได้แบ่งปันให้ผู้อื่น



ดีต่อผู้อื่น ได้รับยาเพื่อรักษาโรค



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ ช่วยลดปัญหาสังคม และประหยัด

งบประมาณของประเทศ

บริจาคเงินให้มูลนิธิโรคมะเร็ง โรงพยาบาลศิริราช

วันที่ ๑๒ มิถุนายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง ได้แบ่งปันช่วยเหลือผู้อื่น



ดีต่อผู้อื่น ได้รับโอกาสในการรักษา



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ มีส่วนร่วมในการลดปัญหาสังคม และงบประมาณประเทศ



พามารดาไปส่งที่โรงพยาบาลตามที่หมอนัด
จำนวน ๒ ครั้ง



วันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๖



วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง ได้ตอบแทนบุญคุณโดยดูแลมารดาให้มีสุขภาพที่ดี



ดีต่อผู้อื่น มารดามีสุขภาพที่ดี



ดีต่อองค์กร ครอบครัวดีส่งผลให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ ช่วยลดปัญหาทางสังคม

กตัญญูต่อมารดา

พามารดาไปซื้อของและรับประทานอาหาร ที่เซ็นทรัลเวสต์เกต

วันที่ ๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๖



พามารดาไปซื้อของที่ตลาดน้ำไทรน้อยและรับประทานอาหาร ที่เซ็นทรัลเวสต์เกต

วันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖



ดีต่อตนเอง ได้ตอบแทนบุญคุณมารดาโดยดูแลท่านให้มีความสุข มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี



ดีต่อผู้อื่น มารดามีความสุขที่อยู่รวมกันในครอบครัว



ดีต่อองค์กร ครอบครัวดีส่งผลให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



ดีต่อสังคม และประเทศชาติ ช่วยลดปัญหาทางสังคม

บันทึกสะสมความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็กๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ๆ
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นธนาคารแห่งความดี

นางสาวกรศิริรินทร์ รัตนสุภา สังกัด กลุ่มงาน ห้องสมุดและพิพิธภัณฑ์ สำนักวิชาการ

ครั้งที่ ๓/๒๕๖๖



วันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : วัดพระธาตุท่าอุเทน อำเภอท่าอุเทน จังหวัดนครพนม

ดีต่อตนเอง : ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนา



วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : ไปทำบุญวัดพระธาตุพนม อำเภอธาตุพนม จังหวัดนครพนม

ดีต่อตนเอง : ได้รับการกล่อมเกลาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนา



วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๖

ข้าพเจ้าทำความดี : ไปทำบุญวัดพระธาตุเรณู
อำเภอเรณูนคร จังหวัดนครพนม

ดีต่อตนเอง : ได้รับการส่อมเกลาทั้งทางด้าน
ร่างกายและจิตใจ สร้างจิตใจให้เป็นกุศล ซึ่งจะ
ก่อให้เกิดความสุขและมีผลดีต่อสุขภาพจิตดี

ดีต่อผู้อื่น : ได้บูรณะบำรุงศาสนา เป็นการสืบต่อ
พระพุทธศาสนา