



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ คณะทำงานขับเคลื่อนสำนักงานสีเขียว (Green Office) ของสำนักกรรมการ ๒ โทร. ๙๑๘๖

ที่ สว ๐๐๑๐.๑๐/๑๓๔๔ วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขอบขออนุเคราะห์พิจารณาดำเนินการเพิ่มแสงสว่างพื้นที่การทำงานของของสำนักกรรมการ ๒
เรียน ผู้อำนวยการสำนักบริหารงานกลาง

ตามที่สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ได้มีนโยบายที่จะขับเคลื่อนสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา เป็นสำนักงานสีเขียว (Green Office) และสำนักกรรมการ ๒ ได้สมัครเข้ารับการคัดเลือกเป็นสำนักงานสีเขียวประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ และสำนักบริหารงานกลางได้ขออนุเคราะห์ คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์มหาวิทยาลัยมหิดล ทำการตรวจสอบคุณภาพแสงและเสียง หน่วยงานภายใน สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาจำนวน ๑๓ สำนัก ๑ กลุ่มงาน ซึ่งผลการตรวจวัดความเข้มของแสงสว่างในการทำงานของสำนักกรรมการ ๒ พบว่าหลายจุดในพื้นที่ไม่เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานในการบริหารจัดการและดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน เกี่ยวกับความร้อนแสงสว่างและเสียง พ.ศ. ๒๕๕๙ รายละเอียดตามเอกสารแนบ

เพื่อให้เป็นไปตามเกณฑ์สำนักงานสีเขียวของกรมการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ และสิ่งแวดล้อม ด้านการตรวจวัดคุณภาพแสงและเสียง คณะทำงานขับเคลื่อนสำนักงานสีเขียว (Green Office) ของสำนักกรรมการ ๒ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ โดยคณะทำงานหมวด ๕ สภาพแวดล้อมและความปลอดภัย จึงขออนุเคราะห์สำนักบริหารงานกลางพิจารณาดำเนินการเพิ่มหลอดไฟ หรือโคมไฟส่องสว่าง และอาจปรับเปลี่ยนหลอดไฟฟ้าที่มีค่าความสว่าง (ลูเมน) สูงขึ้น เพื่อให้แสงสว่างเหมาะสมกับการทำงานต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

(นายอุสาคี ชูสินธ์)

ผู้อำนวยการสำนักกรรมการ ๒



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธมณฑลสาย 4
ศาลายา พุทธมณฑล นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax): 66 2441 9509-10

ANALYSIS REPORT

CLIENT : สำนักกรรมการ 2 ชั้น 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา อาคารรัฐสภา
ADDRESS : 1111 ถนนสามเสน แขวง ถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร
10300
MEASURED TYPE : Workplace PARAMETER : Illuminance level
MEASURED DATE : February 14, 2024 Measuring Time : 13.30-16.30 PM.
ANALYTICAL MEDTHOD : Lux Meter MEASURED BY: Mr.Phutlert Boonlert

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
Illuminance level สำนักกรรมการ 2 ชั้น 3	1. ห้องผู้อำนวยการ สำนักกรรมการ 2	คอมพิวเตอร์	931.0	400-500	Pass
	2. ห้องประชุม	ประชุม	561.0	150-300	Pass
	3. 3	คอมพิวเตอร์	207.0	400-500	Not Pass
	4. 4	คอมพิวเตอร์	295.0	400-500	Not Pass
	5. 5	คอมพิวเตอร์	263.0	400-500	Not Pass
	6. 6.....	คอมพิวเตอร์	286.0	400-500	Not Pass
	7. 7	คอมพิวเตอร์	201.0	400-500	Not Pass
	8. 8	คอมพิวเตอร์	287.0	400-500	Not Pass
	9. 9	คอมพิวเตอร์	267.0	400-500	Not Pass
	10. 10	คอมพิวเตอร์	279.0	400-500	Not Pass
	11. 11	คอมพิวเตอร์	210.0	400-500	Not Pass
	12. 12	คอมพิวเตอร์	305.0	400-500	Not Pass
	13. 13	คอมพิวเตอร์	249.0	400-500	Not Pass
	14. 14	คอมพิวเตอร์	281.0	400-500	Not Pass
	15. 15	คอมพิวเตอร์	181.0	400-500	Not Pass
	16. 16	คอมพิวเตอร์	300.0	400-500	Not Pass



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธมณฑลสาย 4
ศาลายา พุทธมณฑล นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax.): 66 2441 9509-10

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
	17. 17	คอมพิวเตอร์	249.0	400-500	Not Pass
	18. 18	คอมพิวเตอร์	251.0	400-500	Not Pass
	19. 19	คอมพิวเตอร์	215.0	400-500	Not Pass
	20. 20	คอมพิวเตอร์	229.0	400-500	Not Pass
	21. 21	คอมพิวเตอร์	272.0	400-500	Not Pass
	22. 22	คอมพิวเตอร์	166.0	400-500	Not Pass
	23. 23	คอมพิวเตอร์	256.0	400-500	Not Pass
	24. 24	คอมพิวเตอร์	228.0	400-500	Not Pass
	25. 25	คอมพิวเตอร์	233.0	400-500	Not Pass
	26. 26	คอมพิวเตอร์	226.0	400-500	Not Pass
	27. 27	คอมพิวเตอร์	299.0	400-500	Not Pass
	28. 28	คอมพิวเตอร์	281.0	400-500	Not Pass
	29. 29	คอมพิวเตอร์	312.0	400-500	Not Pass
	30. 30	คอมพิวเตอร์	174.0	400-500	Not Pass
	31. 31	คอมพิวเตอร์	281.0	400-500	Not Pass
	32. 32	คอมพิวเตอร์	279.0	400-500	Not Pass
	33. 33	คอมพิวเตอร์	312.0	400-500	Not Pass
	34. 34	คอมพิวเตอร์	151.0	400-500	Not Pass
	35. 35	คอมพิวเตอร์	268.0	400-500	Not Pass
	36. 36	คอมพิวเตอร์	317.0	400-500	Not Pass
	37. 37	คอมพิวเตอร์	345.0	400-500	Not Pass
	38. 38	คอมพิวเตอร์	280.0	400-500	Not Pass
	39. 39	คอมพิวเตอร์	232.0	400-500	Not Pass
	40. 40	คอมพิวเตอร์	249.0	400-500	Not Pass
	41. 41	คอมพิวเตอร์	246.0	400-500	Not Pass



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธมณฑลสาย 4
ศาลายา พุทธมณฑล นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax.): 66 2441 9509-10

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
	42. โต๊ะประชุม	ประชุม	268.0	150-300	Not Pass
	43. 43	คอมพิวเตอร์	330.0	400-500	Not Pass
	44. 44	คอมพิวเตอร์	360.0	400-500	Not Pass
	45. 45	คอมพิวเตอร์	296.0	400-500	Not Pass
	46. 46	คอมพิวเตอร์	286.0	400-500	Not Pass
	47. 47	คอมพิวเตอร์	219.0	400-500	Not Pass
	48. 48	คอมพิวเตอร์	270.0	400-500	Not Pass
	49. 49	คอมพิวเตอร์	218.0	400-500	Not Pass
	50. 50	คอมพิวเตอร์	575.0	400-500	Pass
	51. 51	คอมพิวเตอร์	306.0	400-500	Not Pass
	52. 52	คอมพิวเตอร์	343.0	400-500	Not Pass
	53. 53	คอมพิวเตอร์	359.0	400-500	Not Pass
	54. 54	คอมพิวเตอร์	536.0	400-500	Pass
	55. 55	คอมพิวเตอร์	422.0	400-500	Pass
	56. 56	คอมพิวเตอร์	382.0	400-500	Not Pass
	57. 57	คอมพิวเตอร์	384.0	400-500	Not Pass
	58. 58	คอมพิวเตอร์	350.0	400-500	Not Pass
	59. 59	คอมพิวเตอร์	350.0	400-500	Not Pass
	60. 60	คอมพิวเตอร์	436.0	400-500	Pass
	61. 61	คอมพิวเตอร์	553.0	400-500	Pass
	62. 62	คอมพิวเตอร์	559.0	400-500	Pass
	63. 63	คอมพิวเตอร์	436.0	400-500	Pass
	64. 64	คอมพิวเตอร์	305.0	400-500	Not Pass
	65. 65	คอมพิวเตอร์	290.0	400-500	Not Pass
	66. 66	คอมพิวเตอร์	141.0	400-500	Not Pass



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธมณฑลสาย 4
ศาลายา พุทธมณฑล นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax.): 66 2441 9509-10

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
	67. 67	คอมพิวเตอร์	164.0	400-500	Not Pass
	68. 68	คอมพิวเตอร์	276.0	400-500	Not Pass
	69. 69	คอมพิวเตอร์	205.0	400-500	Not Pass
	70. 70	คอมพิวเตอร์	456.0	400-500	Pass
	71. 71	คอมพิวเตอร์	257.0	400-500	Not Pass
	72. 72	คอมพิวเตอร์	301.0	400-500	Not Pass
	73. 73	คอมพิวเตอร์	470.0	400-500	Pass
	74. 74	คอมพิวเตอร์	390.0	400-500	Not Pass
	75. 75	คอมพิวเตอร์	334.0	400-500	Not Pass
	76. 76	คอมพิวเตอร์	369.0	400-500	Not Pass
	77. 77	คอมพิวเตอร์	604.0	400-500	Pass
	78. 78	คอมพิวเตอร์	405.0	400-500	Pass
	79. 79	คอมพิวเตอร์	280.0	400-500	Not Pass
	80. 80	คอมพิวเตอร์	287.0	400-500	Not Pass
	81. 81	คอมพิวเตอร์	505.0	400-500	Pass
	82. 82	คอมพิวเตอร์	415.0	400-500	Pass
	83. 83	คอมพิวเตอร์	287.0	400-500	Not Pass
	84. 84	คอมพิวเตอร์	306.0	400-500	Not Pass
	85. 85	คอมพิวเตอร์	226.0	400-500	Not Pass
	86. 86	คอมพิวเตอร์	232.0	400-500	Not Pass
	87. 87	คอมพิวเตอร์	251.0	400-500	Not Pass
	88. 88	คอมพิวเตอร์	198.0	400-500	Not Pass
	89. 89	คอมพิวเตอร์	616.0	400-500	Pass
	90. 90	คอมพิวเตอร์	501.0	400-500	Pass
	91. 91	คอมพิวเตอร์	405.0	400-500	Pass



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธมณฑลสาย 4
ศาลายา พุทธมณฑล นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax.): 66 2441 9509-10

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
	92. 92	คอมพิวเตอร์	420.0	400-500	Pass
	93. 93	คอมพิวเตอร์	340.0	400-500	Not Pass
	94. 94	คอมพิวเตอร์	394.0	400-500	Not Pass
	95. 95	คอมพิวเตอร์	291.0	400-500	Not Pass
	96. 96	คอมพิวเตอร์	347.0	400-500	Not Pass
	97. 97	คอมพิวเตอร์	350.0	400-500	Not Pass
	98. 98	คอมพิวเตอร์	337.0	400-500	Not Pass
	99. 99	คอมพิวเตอร์	271.0	400-500	Not Pass
	100. 100	คอมพิวเตอร์	325.0	400-500	Not Pass
	101. 101	คอมพิวเตอร์	220.0	400-500	Not Pass
	102. 102	คอมพิวเตอร์	238.0	400-500	Not Pass
	103. 103	คอมพิวเตอร์	203.0	400-500	Not Pass
	104. 104	คอมพิวเตอร์	218.0	400-500	Not Pass
	105. 105	คอมพิวเตอร์	187.0	400-500	Not Pass
	106. 106	คอมพิวเตอร์	254.0	400-500	Not Pass
	107. 107	คอมพิวเตอร์	289.0	400-500	Not Pass
	108. 108	คอมพิวเตอร์	296.0	400-500	Not Pass
	109. 109	คอมพิวเตอร์	294.0	400-500	Not Pass
	110. 110	คอมพิวเตอร์	258.0	400-500	Not Pass
	111. 111	คอมพิวเตอร์	323.0	400-500	Not Pass
	112. 112	คอมพิวเตอร์	261.0	400-500	Not Pass
	113. 113	คอมพิวเตอร์	311.0	400-500	Not Pass
	114. 114	คอมพิวเตอร์	227.0	400-500	Not Pass
	115. 115	คอมพิวเตอร์	272.0	400-500	Not Pass
	116. 116	คอมพิวเตอร์	282.0	400-500	Not Pass



คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

999 คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พุทธมณฑลสาย 4
ศาลายา พุทธมณฑล นครปฐม 73170

โทร(Tel.): +66 2441 0211, +66 2411 5000 โทรสาร (Fax.): 66 2441 9509-10

Parameter	Location	Type of work	Result (Lux.)	Standard (Lux.)	Status
	117. 117	คอมพิวเตอร์	302.0	400-500	Not Pass

Remark : ประกาศกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน เรื่อง มาตรฐานความเข้มของแสงสว่างในการกำหนด
มาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการ
ทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559

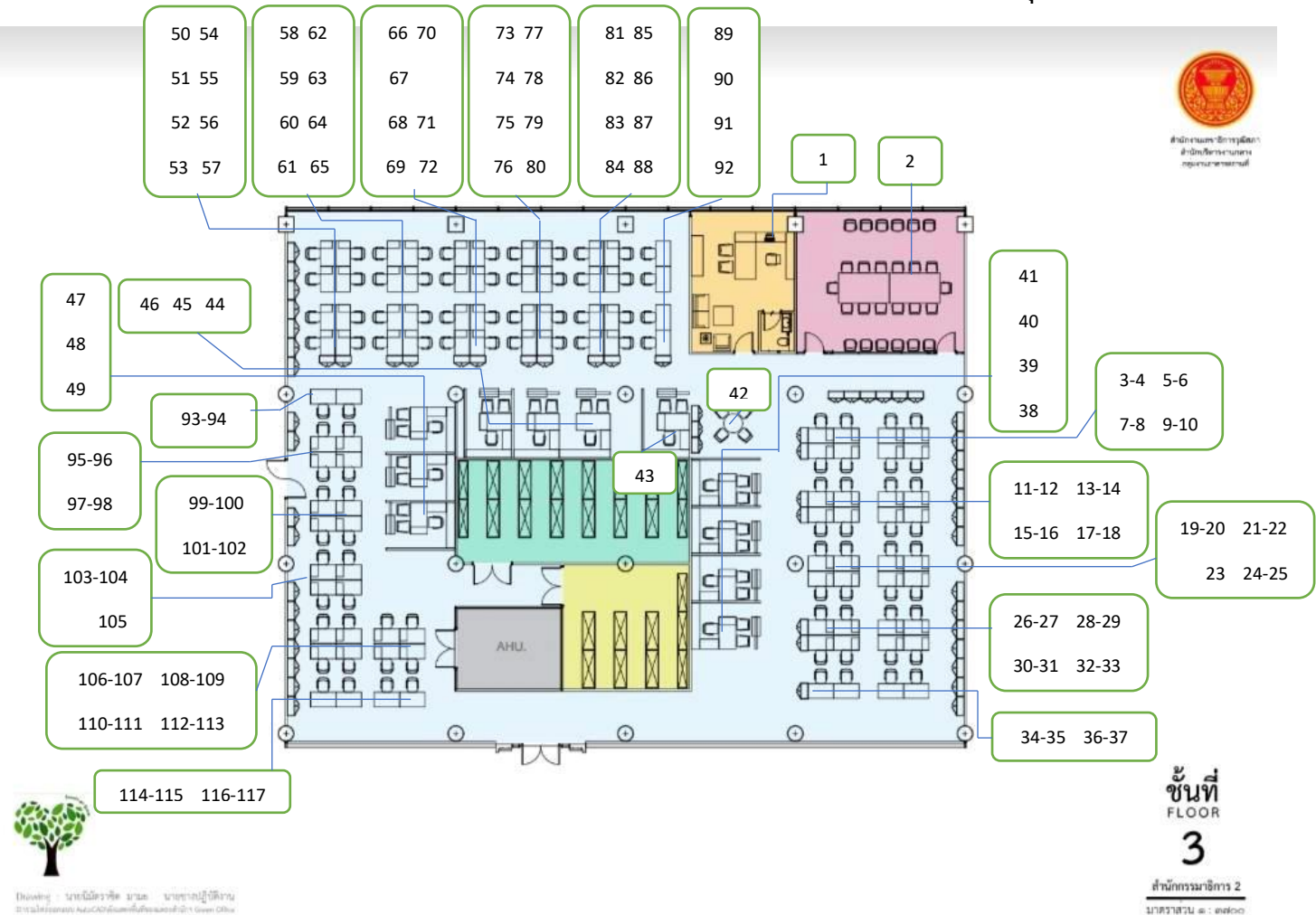
(นายพทธีเลิศ บุญเลิศ)

ENVIRONMENTAL MONITORING ANALYST

(รองศาสตราจารย์ ดร.สยาม อรุณศรีมรกต)

LABORATORY MANAGER

รายงานผลการตรวจค่าความเข้มแสงสำนักงานกรมการ 2 ชั้น 3 สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา



Building : นายฉัตรวิทย์ งามสน นายชาญภูมิตินันท์
 211 ม. 10 ซ. 10/10 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตย เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร 10110
 Green Office

ชั้นที่
 FLOOR
3
 สำนักงานกรมการ 2
 มกราคม ๒๕ : ๑๗๑๐๑

วิธีดำเนินการ

1. สถานที่ตรวจวัด ดำเนินการตรวจวัดในพื้นที่ทำงานของเจ้าหน้าที่ ผู้บังคับบัญชา และห้องพักผู้อำนวยการ โดยจะตรวจวัดที่โต๊ะทำงาน/โต๊ะคอมพิวเตอร์
2. การตรวจวัดจะวัดแบบจุด (Spot Measurement) คือการวัดความเข้มของแสงสว่างเฉพาะจุดหรือที่จะต้องใส่สายตาอยู่กับที่ในการทำงาน โดยวางเครื่องวัดความเข้มของแสงสว่างในแนวระนาบเดียวกับชิ้นงานหรือพื้นผิวที่สายตาระทบ (Point of Work)
3. ทำการตรวจวัด “ความเข้มของแสงสว่าง” หมายความว่า ปริมาณแสงที่ตกกระทบบต่อหนึ่งหน่วยตารางเมตร ใช้หน่วยความเข้มของแสงสว่างเป็นลักซ์ (lux) โดยจะทำการตรวจวัดตามสภาพความเป็นจริงในการปฏิบัติงาน
4. นำค่าการตรวจวัดที่อ่านได้ไปเปรียบเทียบกับมาตรฐานตามที่กฎกระทรวงกำหนด ในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่าง และเสียง พ.ศ. 2559

สรุปผลการตรวจวัดความเข้มของแสงสว่าง

จากการตรวจวัดความเข้มของแสงสว่างในการทำงาน สำนักกรรมการ 2 พบว่าหลายจุดในพื้นที่ไม่เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานในการบริหาร จัดการ และดำเนินการด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงานเกี่ยวกับความร้อน แสงสว่างและเสียง พ.ศ. 2559

ข้อเสนอแนะและแนวทางปรับปรุง

ในส่วนของสำนักงาน เจ้าหน้าที่ และผู้บังคับบัญชา สำนักกรรมการ 2 ที่ไม่เป็นไปตามมาตรฐาน (ผลการตรวจวัด) ควรจะดำเนินการในเบื้องต้น ดังนี้

1. ความเข้มของแสงสว่างน้อยเกินไป

- ให้ปรับตำแหน่งของโต๊ะทำงาน หรือโต๊ะคอมพิวเตอร์ ไปในทิศทางที่แสงส่อง
- หลีกเลี่ยงการเกิดเงาในบริเวณที่ทำงาน การนำสิ่งของต่างๆ วางกีดขวางทางเข้าของแสงสว่าง หรือตั้งบังทางที่แสงส่องสว่างผ่านมายังบริเวณที่ปฏิบัติงาน
- เปิดไฟแสงสว่างเพิ่มขึ้น (บางพื้นที่ปิดไฟแสงสว่าง ให้เปิดเพิ่มขึ้น)
- บางพื้นที่มีการปิดม่านกันแสง ให้เปิดม่านกันแสง เพื่อให้แสงสว่างส่องเข้ามาในพื้นที่
- ในจุดที่เปิดไฟแสงสว่างหมดแล้ว แต่ความเข้มของแสงสว่างยังไม่เพียงพอให้เพิ่มหลอดไฟ หรือโคมไฟส่องสว่าง และอาจปรับเปลี่ยนหลอดไฟฟลูออโรที่ค่าความสว่าง (ลูเมน) สูงขึ้น เพื่อให้แสงสว่างเหมาะสมกับการทำงาน

- เปลี่ยนดวงไฟ หลอดฟลูออโรเรสเซนต์ที่มีอายุการใช้งานมานาน (ก่อนที่หลอดจะขาดหรือหมดอายุ ความสว่างของหลอดไฟจะลดลง 25-30% เมื่อเทียบกับหลอดไฟใหม่)

- การดูแลบำรุงรักษาระบบแสงสว่างอย่างเหมาะสม เช่น ฝุ่น หรือสิ่งสกปรกที่ติดอยู่บนดวงไฟ พื้นผิวงานต่างๆ รวมทั้งพื้นผิวห้องด้วย เช่น ฝาผนัง กำแพง เพดาน กระจก ช่องแสง เป็นต้น

ในกรณีที่มีความเข้มของแสงสว่างน้อยเกินไป จะมีผลเสียต่อนัยน์ตา เพราะกล้ามเนื้อตาทำงานมากเกินไปในการที่บังคับให้รูม่านตาเปิดกว้าง เนื่องจากการมองเห็นไม่ชัดเจน ต้องใช้เวลาในการมองรายละเอียดนานขึ้น ทำให้เกิดความเมื่อยล้าของนัยน์ตา เกิดอาการปวดตา มีน้ตื้น การหยิบจับอุปกรณ์อาจผิดพลาดทำให้เกิดอุบัติเหตุได้

2. ความเข้มของแสงสว่างมากเกินไป

- ให้ปรับตำแหน่งของโต๊ะทำงาน หรือโต๊ะคอมพิวเตอร์
- ติดตั้งม่านเพื่อกันแสง

ในกรณีที่มีความเข้มของแสงสว่างมากเกินไป จะทำให้ผู้ทำงานเกิดความไม่สบาย เมื่อยล้า ปวดตา มีน้ตื้น กล้ามเนื้อหนังตากระตุก วิงเวียน นอนไม่หลับ การมองเห็นแย่งลง