



แบบฟอร์มที่ ๑

แผนปฏิบัติการส่งเสริมคุณธรรมของชมรมจริยธรรมของหน่วยงานในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข ราชการบริหารส่วนภูมิภาค
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

ชื่อชมรม ชมรมจริยธรรมโรงพยาบาลท่าชนะ หน่วยงาน โรงพยาบาลท่าชนะ

สถานที่ตั้ง ๑๑๕ หมู่ ๑๐ ต.ท่าชนะ อ.ท่าชนะ จ.สุราษฎร์ธานี ๘๔๑๗๐

ชื่อผู้ประสานงาน นางสาวปานิสร่า แสงเพชร ตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

สังกัด สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี โทรศัพท์ ๐๙๒-๒๙๖๙๓๕๕

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ thachana๑๑๓๖๑@gmail.com LINE ID : ๐๙๒-๒๙๖๙๓๕๕

ส่วนที่ ๒ ข้อมูลพื้นฐาน

ชื่อหน่วยงานในสังกัดที่รับผิดชอบ โครงการในแผนปฏิบัติการ	จำนวนบุคลากร ในหน่วยงาน	จำนวนกลุ่มเป้าหมาย และภาคีเครือข่าย	จำนวนประชาชนเป้าหมาย
๑. โรงพยาบาลท่าชนะ	๒๐๗ คน	-	-
๒.			
๓.			

ส่วนที่ ๓ โครงการและงบประมาณ

๓.๑ จำนวนโครงการ / กิจกรรมที่ดำเนินการในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ รวมจำนวน.....๗.....โครงการ ดังนี้

แผนย่อยที่ ๑ สร้างสภาพแวดล้อมและพัฒนาหน่วยงานในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข
ให้เป็นองค์กรส่งเสริมการทำความดี เป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบ

รวม.....๓.....โครงการ

กลยุทธ์ที่ ๑ รวม โครงการ
กลยุทธ์ที่ ๒ รวม โครงการ
กลยุทธ์ที่ ๓ รวม๓..... โครงการ
กลยุทธ์ที่ ๔ รวม โครงการ
กลยุทธ์ที่ ๕ รวม โครงการ

แผนย่อยที่ ๒ เพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ ระบบ และกลไกการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม

รวม.....๒.....โครงการ

กลยุทธ์ที่ ๑ รวมโครงการ

กลยุทธ์ที่ ๒ รวม๑.....โครงการ

กลยุทธ์ที่ ๓ รวม๑.....โครงการ

แผนย่อยที่ ๓ ส่งเสริมให้กระทรวงสาธารณสุขเป็นแบบอย่างการส่งเสริมองค์กรคุณธรรมต้นแบบ

รวม.....๑.....โครงการ

กลยุทธ์ที่ ๑ รวมโครงการ

กลยุทธ์ที่ ๒ รวม๑.....โครงการ

กลยุทธ์ที่ ๓ รวมโครงการ

แผนย่อยที่ ๔ ส่งเสริมมาตรฐานทางจริยธรรม และสร้างสังคม-วัฒนธรรม ภายในหน่วยงาน

รวม.....๑.....โครงการ

กลยุทธ์ที่ ๑ รวมโครงการ

กลยุทธ์ที่ ๒ รวม๑.....โครงการ

๓.๒ งบประมาณที่ใช้ดำเนินงานในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ ทั้งหมด รวมจำนวน.....-.....บาท รายละเอียดโครงการและกิจกรรม ดังนี้

(๑)	(๒)	(๓)		(๔)	(๕)	(๖)			
แผนย่อย / กลยุทธ์	โครงการ / กิจกรรม	ผลลัพธ์		งบประมาณ	หน่วยงานรับผิดชอบ	ระยะเวลาที่ดำเนินงาน			
		ผลลัพธ์เชิงปริมาณ	ผลลัพธ์เชิงคุณภาพ			ไตรมาส ๑	ไตรมาส ๒	ไตรมาส ๓	ไตรมาส ๔
แผนย่อยที่ ๑ กลยุทธ์ที่ ๓ ขับเคลื่อนกลไกชมรมจริยธรรมของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุขราชการบริหารส่วนภูมิภาคเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบด้วยการนำคุณธรรม	๑.จัดทำแผนปฏิบัติการส่งเสริม คุณธรรมโรงพยาบาลท่าชนะ	แผนปฏิบัติการ	ความสำเร็จตามแผนเมื่อสิ้นปีงบประมาณไม่น้อยกว่าร้อยละ ๙๐	-	ชมรมจริยธรรมโรงพยาบาลท่าชนะ	✓			

(๑)	(๒)	(๓)		(๔)	(๕)	(๖)			
แผนย่อย / กลยุทธ์	โครงการ / กิจกรรม	ผลลัพธ์		งบประมาณ	หน่วยงานรับผิดชอบ	ระยะเวลาที่ดำเนินงาน			
		ผลลัพธ์ เชิงปริมาณ	ผลลัพธ์ เชิงคุณภาพ			ไตรมาส ๑	ไตรมาส ๒	ไตรมาส ๓	ไตรมาส ๔
๕ ประการ ได้แก่ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู มาเป็นคุณค่าหลักในการ ดำเนินชีวิต	๒.กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม ความมีวินัย ความตรงต่อ เวลา รับผิดชอบต่อสังคม/ สิ่งแวดล้อม เช่น กิจกรรม ๕ ส. การแยกขยะ	บุคลากรมีส่วนร่วม ทุกคน ร้อยละ ๑๐๐	โรงพยาบาลท่าชนะมี พื้นที่ทางกายภาพ เสริมสร้าง สภาพแวดล้อมที่เอื้อ ต่อการส่งเสริมระบบ นิเวศคุณธรรม และ ยอมรับ พร้อมทั้ง ปฏิบัติตนให้เป็นไป ตามบรรทัดฐานทาง สังคม	-	บุคลากรโรงพยาบาล ท่าชนะ	✓	✓	✓	✓
	๓.กิจกรรมส่งเสริมวันสำคัญ ทางพระพุทธศาสนา	บุคลากรเข้าร่วม กิจกรรม ร้อยละ ๘๐	เจ้าหน้าที่รู้จักการ เสียสละประโยชน์ส่วน ตน เพื่อประโยชน์ ส่วนรวม	-	บุคลากรโรงพยาบาล ท่าชนะ	✓	✓	✓	✓
	ขนบธรรมเนียมประเพณี อันดีงาม การเข้าวัดปฏิบัติ ธรรม การบำเพ็ญ สาธารณประโยชน์ เช่น กิจกรรมการเทิดทูลสถาบัน ชาติ ศาสนา และ พระมหากษัตริย์								
แผนย่อยที่ ๒ กลยุทธ์ที่ ๒ นำแนวทางการประเมิน องค์กรคุณธรรมอย่างเป็น รูปธรรมที่สอดคล้องกับเกณฑ์ การประเมินองค์กรชุมชน อำเภอ จังหวัดคุณธรรม ให้ หน่วยงานในสังกัดกระทรวง สาธารณสุขใช้เป็น	๑.กิจกรรมประเมินติดตามผล การขับเคลื่อนองค์กร คุณธรรม และผลการ ดำเนินงานของชมรม จริยธรรม	ได้ รับ ก า ร ประ เเมิน ๒ ครั้ง/ปี	ได้รับการประเมิน ติดตาม ร้อยละ ๑๐๐	-	ชมรมจริยธรรม โรงพยาบาลท่าชนะ		✓		✓

(๑)	(๒)	(๓)		(๔)	(๕)	(๖)			
แผนย่อย / กลยุทธ์	โครงการ / กิจกรรม	ผลลัพธ์		งบประมาณ	หน่วยงานรับผิดชอบ	ระยะเวลาที่ดำเนินงาน			
		ผลลัพธ์ เชิงปริมาณ	ผลลัพธ์ เชิงคุณภาพ			ไตรมาส ๑	ไตรมาส ๒	ไตรมาส ๓	ไตรมาส ๔
เกณฑ์ในการประเมินองค์กร คุณธรรมต้นแบบ									
กลยุทธ์ที่ ๓ ยกระดับคะแนนการประเมิน คุณธรรมและความโปร่งใสใน การดำเนินงานของหน่วยงาน ภาครัฐ	๑.กิจกรรมให้ความรู้ แนวทางการประเมิน คุณธรรมและความโปร่งใส ในการดำเนินงานของ หน่วยงานภาครัฐ (ITA) ตามที่กระทรวงสาธารณสุข กำหนด	ผลการประเมิน ITA ผ่านเกณฑ์ >ร้อยละ ๘๕	๑.เจ้าหน้าที่มีความรู้ เกี่ยวกับ ITA ๒.ไม่มีการร้องเรียน การทุจริต	-	กลุ่มงานบริหาร โรงพยาบาลท่าชนะ	✓	✓	✓	✓
แผนย่อยที่ ๓ กลยุทธ์ที่ ๒ พัฒนาความเข้มแข็งของ เครือข่าย และขยายความ ร่วมมือจากภาคส่วนอื่น ๆ	๑.กิจกรรมการพัฒนาความ เข้มแข็งของเครือข่าย กระชับความสัมพันธ์ภายใน องค์กร เช่น กิจกรรม ทำบุญส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับ ปีใหม่ ทำบุญวันสงกรานต์ ร่วมกันกับคณะผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่ร่วมทำ กิจกรรมตามจารีตประเพณี	บุคลากรเข้าร่วม กิจกรรม ร้อยละ ๘๐	บุ ค ล า ก ร ร ่วม กั น อ นุ ร ัก ข์ สื บ ส า น วัฒนธรรมประเพณี ไทย แ ละ ส ร ้าง จิตสำนึกกตัญญูต่อผู้ อาวุโส	-	บุคลากรโรงพยาบาล ท่าชนะ		✓	✓	
แผนย่อยที่ ๔ กลยุทธ์ที่ ๒ บูรณาการงานด้านการ ส่งเสริมจริยธรรมเข้ากับงาน ด้านการส่งเสริมคุณธรรม เพื่อสร้างสังคม-วัฒนธรรม ภายในหน่วยงาน	๑.กิจกรรมประชาสัมพันธ์ ให้ ความรู้แก่เจ้าหน้าที่ เกี่ยวกับการป้องกัน ผลประโยชน์ทับซ้อนใน หน่วยงาน เพื่อส่งเสริม ตระหนักรู้ในพฤติกรรมหรือ ประเด็นล่อแหลมต่าง ๆ ร่วมทั้งการขัดกันระหว่าง ประโยชน์ส่วนบุคคลกับ ประโยชน์ส่วนรวม	จำนวน ๑ ครั้ง ทุก ๓ เดือน	บุคลากรมีคุณธรรม จริยธรรม มีวินัยใช้ หลักธรรมาภิบาล นำมาปรับใช้ในการ ปฏิบัติงานด้วยความ ซื่อสัตย์ สุจริต โปร่งใส และเที่ยงธรรม	-	กลุ่มงานบริหาร โรงพยาบาลท่าชนะ	✓	✓	✓	✓

คำอธิบาย :

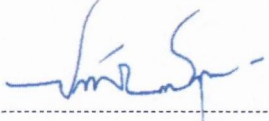
- (๑) ระบุแผนย่อย / กลยุทธ์ ตามแผนปฏิบัติราชการด้านการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม กระทรวงสาธารณสุข ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖-๒๕๗๐) (สามารถเรียกดูแผนปฏิบัติราชการฯ ได้ที่เว็บไซต์ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต กระทรวงสาธารณสุข ตามลิงก์ย่อ : <https://moph.cc/1SE9cOCgC>)
- (๒) ระบุแนวทางการพัฒนา ตามแผนย่อย / กลยุทธ์ ของแผนปฏิบัติราชการด้านการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม กระทรวงสาธารณสุข ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖-๒๕๗๐) และโครงการ / กิจกรรม ที่สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาดังกล่าว
- (๓) ระบุผลลัพธ์ของโครงการ / กิจกรรม ทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ดังนี้
- ๑) ผลลัพธ์เชิงปริมาณ คือ จำนวนคน จำนวนหน่วยงาน จำนวนชุมชน เช่น จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ / กิจกรรม
- ๒) ผลลัพธ์เชิงคุณภาพ คือ คุณภาพชีวิต ความพึงพอใจ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการ
- (๔) ระบุจำนวนงบประมาณที่ใช้ในการดำเนินโครงการ / กิจกรรม
- (๕) ระบุชื่อหน่วยงานที่รับผิดชอบการจัดโครงการ / กิจกรรม เช่น ชมรมจริยธรรม หน่วยงานระดับกลุ่มงาน
- (๖) ระบุระยะเวลาที่ดำเนินงาน โดยทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องไตรมาสที่จะดำเนินงาน

ส่วนที่ ๔ เป้าหมายของแผนปฏิบัติการส่งเสริมคุณธรรมฯ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

การดำเนินงาน	ผลการดำเนินงาน ปี ๒๕๖๗	แผนการดำเนินงาน ปี ๒๕๖๘
๑. จำนวนประชากรอายุ ๑๓ ปี ขึ้นไป เข้าร่วมกิจกรรมการปฏิบัติตนที่สะท้อนการมีคุณธรรมจริยธรรม	๒๐๔.....คน	๒๐๗.....คน
๒. จำนวนเครือข่ายทางสังคมมีขีดความสามารถในการส่งเสริมคุณธรรมในสังคมไทย (จำนวนหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ราชการบริหารส่วนภูมิภาค ในเครือข่าย ที่ผ่านการประเมินตนเอง ระดับส่งเสริมคุณธรรม ระดับพัฒนาคุณธรรม และระดับคุณธรรมต้นแบบ ตามเกณฑ์การประเมินชุมชน องค์กร อำเภอ และจังหวัดคุณธรรม ภายใต้แผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริม คุณธรรมแห่งชาติ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖-๒๕๗๐) ที่กรมการศาสนากำหนด)	๑.....แห่ง	๑.....แห่ง
๓. จำนวนเครือข่าย / องค์กรจากทุกภาคส่วนที่ร่วมกันทำกิจกรรมสาธารณะเพิ่มขึ้น จำนวนคนที่เข้าร่วมกิจกรรมสาธารณะ	-.....แห่ง-.....คน	-.....แห่ง-.....คน
๔. จำนวนองค์กรเครือข่ายทางสังคมที่มีการพัฒนาระบบเครดิตทางสังคม (Social Credit) เพื่อรองรับ การส่งเสริมคุณธรรม	-.....ระบบ	-.....ระบบ
๕. จำนวนองค์กรที่สนับสนุนให้มีการจัดกิจกรรม / ประชุม / สัมมนา / อบรมพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม จำนวนคนได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตจากการจัดกิจกรรมขององค์กรเครือข่าย	-.....แห่ง-.....คน	๑.....แห่ง๑๐.....คน

ส่วนที่ ๕ ผลที่คาดว่าจะได้รับการดำเนินโครงการ / กิจกรรม ตามแผนปฏิบัติการฯ ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

๑. บุคลากรมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตนและมุ่งผลสัมฤทธิ์ของงาน
๒. บุคลากรและองค์กรให้ความสำคัญในการขับเคลื่อนคุณธรรม จริยธรรม ต่อตนเอง บุคคลในครอบครัวและองค์กร
๓. องค์กรมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องจากหน่วยงานคุณธรรมสู่คุณธรรมที่ยั่งยืน เกิดกระบวนการทำงานและระบบงานที่ดีขึ้นบนฐานคุณธรรม ความดี ของบุคลากรในองค์กร เป็นต้นแบบในการดำเนินงานอย่างมีคุณภาพและมีประสิทธิภาพอย่างต่อเนื่อง

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผน

(นางสาวปานิสรา แสงเพชร)

ตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

ประธานชมรมจริยธรรม

หรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

วันที่ ๑๒ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๗

ลงชื่อ  ผู้อนุมัติแผน

(นายกุลชนันท์ เหล่ายัง)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลท่าชนะ

ผู้บริหารสูงสุดของหน่วยงาน

หรือผู้ที่ได้รับมอบอำนาจให้ปฏิบัติราชการแทน

วันที่ ๑๒ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๗

- หมายเหตุ :
๑. แผนปฏิบัติการฯ ต้องมีโครงการ / กิจกรรม ส่งเสริมคุณธรรมที่ขับเคลื่อนผ่านกลไก “บวร” (บ้าน-ชุมชน / วัด-ศาสนสถาน / โรงเรียน-ส่วนราชการ) อย่างน้อย ๑ โครงการ / กิจกรรม
 ๒. หน่วยงานต้องนำแผนปฏิบัติการฯ ที่ผู้บริหารสูงสุดของหน่วยงาน หรือผู้ที่ได้รับมอบอำนาจให้ปฏิบัติราชการแทน ลงนามแล้ว ขึ้นเผยแพร่บนเว็บไซต์หลักของหน่วยงาน
 ๓. รายงานการนำแผนปฏิบัติการฯ ขึ้นเผยแพร่บนเว็บไซต์หลักของหน่วยงาน ตามข้อ ๒. ให้ศูนย์ปฏิบัติการต่อต้านการทุจริต กระทรวงสาธารณสุข ทราบ โดยรายงานทาง Google Forms ตามลิงก์ย่อ <https://moph.cc/XliwKkdyF> ภายในวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๗
 ๔. หน่วยงานนำลิงก์การเผยแพร่แผนปฏิบัติการฯ ตามข้อ ๓. มาวางในระบบ MITAS ตามแนวทางที่กำหนดในคู่มือการประเมินคุณธรรมและความโปร่งใสในการดำเนินงานของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ราชการบริหารส่วนภูมิภาค ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

แบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงานในราชการ
โรงพยาบาลท่าชนะ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี
ตามประกาศโรงพยาบาลท่าชนะ อำเภอท่าชนะ
เรื่อง แนวทางการเผยแพร่ข้อมูลต่อสาธารณะผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงาน พ.ศ. ๒๕๖๑
สำหรับหน่วยงานในราชการของ โรงพยาบาลท่าชนะ

แบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงานในสังกัดโรงพยาบาลท่าชนะ	
ชื่อหน่วยงาน : โรงพยาบาลท่าชนะ อำเภอท่าชนะ วัน/เดือน/ปี : ๑๐ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๘ หัวข้อ : ขออนุญาตเผยแพร่แผนปฏิบัติการส่งเสริมคุณธรรมของชมรมจริยธรรมของหน่วยงาน ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๗ MOIT ๑๕ หัวข้อ ๑.บันทึกข้อความเสนอผู้บริหารสูงสุดของหน่วยงานเพื่อขอความเห็นชอบอนุมัติ และลงนามในแผนปฏิบัติการ ๒.แผนปฏิบัติการส่งเสริมคุณธรรมของชมรมจริยธรรมของหน่วยงาน ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๗ ๓.ให้คัดลอก Link วางในระบบ MITAS Linkภายนอก:... http://www.thachanahos.com หมายเหตุ:..... 	
ผู้รับผิดชอบการให้ข้อมูล  (นางสาวปานิสรา แสงเพชร) ตำแหน่ง นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ วันที่...๑๐...เดือน...มีนาคม...พ.ศ.๒๕๖๘....	ผู้อนุมัติรับรอง  (นายกฤษนันท์ เหล่ายัง) ตำแหน่ง นายแพทย์ชำนาญการ ปฏิบัติหน้าที่ในฐานะ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลท่าชนะ วันที่...๑๐...เดือน...มีนาคม...พ.ศ.๒๕๖๘....
ผู้รับผิดชอบการนำข้อมูลขึ้นเผยแพร่  (นางสาวเกษร สิ้นประสงค์) นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการ วันที่...๑๐...เดือน...มีนาคม...พ.ศ.๒๕๖๘....	

คำอธิบายแบบฟอร์มการขอเผยแพร่ข้อมูลผ่านเว็บไซต์ของหน่วยงานในสังกัดโรงพยาบาลท่าชนะ

หัวข้อ	คำอธิบาย
หน่วยงาน	หน่วยงานในสังกัดโรงพยาบาลท่าชนะเป็นผู้จัดทำและเผยแพร่ข้อมูล
วัน/เดือน/ปี	วันเดือนปีที่ขอนำข้อมูลขึ้นเผยแพร่
หัวข้อ	กำหนดหัวข้อที่จะนำขึ้นเผยแพร่โดยให้มีความสำคัญ ที่มาจากเนื้อหาที่มีความยาวไม่เกิน ๒ บรรทัด
รายละเอียดข้อมูล	เลือกใช้คำอธิบาย/คำบรรยายที่มีความกระชับใช้ภาษา ที่เข้าใจง่ายและสะกดคำให้ถูกต้องตามอักขระวิธีเหมาะสม กับลักษณะรูปแบบข้อมูลแต่ละชนิด
Link ภายนอก	ให้ระบุ Link ที่อ้างอิงหรือนำมาใช้ในการเผยแพร่
หมายเหตุ	ข้อเสนอแนะ/ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม
ผู้รับผิดชอบการให้ข้อมูล (ผู้รายงาน)	ระบุลงลายมือชื่อหรือชื่อของผู้รับผิดชอบที่ได้มอบหมายจากหัวหน้า งาน/หัวหน้ากลุ่มงาน
ผู้อนุมัติรับรอง	ระบุลงลายมือชื่อของหัวหน้างาน/หัวหน้ากลุ่มงาน ของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
ผู้รับผิดชอบการนำข้อมูลขึ้นเผยแพร่ (Web Master)	ระบุลงลายมือชื่อผู้ทำการ Upload ข้อมูลที่ได้รับมอบหมายจาก หัวหน้างาน/หัวหน้ากลุ่มงาน ของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข