

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครตรัง

รหัสโครงการ	2563-L6896-01-17
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพ อสม.ด้วยเมนูสด ทหวาน มัน เค็ม
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครตรัง
	<input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	<input checked="" type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กรโรงพยาบาลตรัง กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑. นายไกรสร โตทับเที่ยง ๒. นางปรีดา สารลักษณ์ ๓. นางสุทธิมาศ บุญจันทร์ ๔. นางสาวธารทิพย์ ไกรเทพ ๕. นางอรุณวดี อุทัยเวียนกุล
วันอนุมัติ	26 พฤศจิกายน 2562
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๑ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๒ ถึงวันที่ ๓๐ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๓

งบประมาณ	จำนวน ๑๖๓,๔๘๐ บาท (หนึ่งแสนหกหมื่นสามพันสี่ร้อยแปดสิบบาทถ้วน)
----------	--

กลุ่มเป้าหมาย	อาสาสมัครสาธารณสุข ในเขตเทศบาลนครตรัง จำนวน ๒๗๑ คน
---------------	--

หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ปัจจุบันนี้ประชาชนเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจ หลอดเลือดสมองและมะเร็ง เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และมักเกิดในกลุ่มคนที่รับประทานอาหารมากเกินไปความต้องการของร่างกาย และเป็นอาหารที่มีรสหวาน มัน เค็มจัด ขาดการออกกำลังกาย แต่โรคต่างๆ เหล่านี้สามารถป้องกันได้โดย เริ่มกินอาหารสุขภาพ รับประทาน ผัก ผลไม้ ให้เพียงพอ พร้อมทั้งมีการออกกำลังกายด้วย

ในเขตเทศบาลนครตรังมี อสม. ทั้งสิ้น ๒๗๑ คน และมีที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง ทั้งสิ้น ๘๔ คน แยกเป็นเบาหวาน ๖ คน เป็นความดันโลหิตสูง ๕๑ คน เป็นเบาหวานและความดันโลหิตสูง ๒๒ คน ไม่ป่วยเป็นโรคเรื้อรัง ๑๘๗ คน โดยเป็นกลุ่มปกติ ๕๖ คน และเป็นกลุ่มเสี่ยง ๑๓๑ คน กลุ่มงานการพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลตรังได้เล็งเห็นถึงความสำคัญ จึงได้จัดโครงการส่งเสริมสุขภาพ อสม. ด้วยเมนูลด หวาน มัน เค็ม เพื่อป้องกันไม่ให้ อสม. ที่เป็นโรคอยู่แล้ว ไม่มีภาวะแทรกซ้อน หรือโรคร่วม ส่วนคนที่ไม่เป็นโรคก็จะต้องมีสุขภาพที่ดีต่อไป

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

ขั้นเตรียมการ

๑. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้เกี่ยวข้อง ให้ทราบวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานตามโครงการฯ
๒. สํารวจข้อมูลสุขภาพ อสม. รายชุมชน
๓. เขียนโครงการและเสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ

ขั้นดำเนินงาน

๑. สํารวจ เตรียมเอกสารและเชิญกลุ่มเป้าหมาย
๒. จัดกิจกรรมอบรมส่งเสริมสุขภาพ อสม. ด้วยเมนู ลด หวาน มัน เค็ม
๓. ติดตามประเมินผลพฤติกรรม อสม. หลังการอบรม
๔. สรุปผลการอบรม
๕. ประเมินผลลัพธ์โครงการ
๖. สรุปผลโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. อสม. ในเขตเทศบาลนครตรัง เข้าร่วมโครงการ และสามารถดำเนินการได้ตลอดโครงการ ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐
๒. อสม. ในเขตเทศบาลนครตรังที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจและมีทักษะในการดูแลตนเองได้

ถูกต้อง

(Handwritten signatures and initials)

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์โดยตรง	
วัตถุประสงค์ ข้อที่ ๑ เพื่อพัฒนาศักยภาพ อสม. ให้มีความรู้ความเข้าใจและทักษะในการดูแลตนเอง ในเรื่องเมนูลด หวาน มัน เค็ม	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ๑. ร้อยละ ๖๐ ของ อสม. มีความรู้ความเข้าใจและสามารถดูแลตนเองได้ ไม่ให้เกิดโรคเรื้อรังในรายปกติและไม่มีการแทรกซ้อนหรือโรคร่วมในรายที่เป็นโรคเรื้อรังอยู่แล้ว

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม ศึกษาดูงาน จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระบุเวลา
๑. กิจกรรมส่งเสริม อสม. ด้วย เมนู ลด หวาน มัน เค็ม	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ค่าอาหารว่าง - เครื่องดื่มสำหรับ อสม. คณะทำงานและวิทยากร จำนวน ๓๐๐ คนๆ ละ ๓๐ บาทจำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน = ๙,๐๐๐ บาท ✓ ค่าป้ายประชาสัมพันธ์(ไวเนล) ขนาด ๓.๗๕ ตรม.(กว้าง ๓ เมตร x ยาว ๑.๒๕ เมตร) ตรม. ละ ๑๓๐ บาท เป็นเงิน = ๔๘๐ บาท - ค่าวิทยากรบรรยาย (ภาคทฤษฎี) จำนวน ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน = ๓๐๐ บาท - ค่าวิทยากรประจำกลุ่มฝึกการทดสอบอาหาร เรื่องการตรวจความเค็ม จำนวน ๑.๕ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท กลุ่มละ ๒ คน จำนวน ๔ กลุ่ม (๑.๕ x ๓๐๐ x ๒ x ๔) เป็นเงิน=๓,๖๐๐ บาท <p>รวมเป็นเงิน ๑๓,๓๘๐ บาท (หนึ่งหมื่นสามพันสามร้อยแปดสิบบาทถ้วน)</p>	
๒. กิจกรรมส่งเสริมการเฝ้าระวังเพื่อลด ละ และ เลิก หวาน มัน เค็ม โดย อสม. จำนวน ๒ ครั้ง/เดือน จำนวน ๖ เดือน	<ul style="list-style-type: none"> -/ค่าเครื่องตรวจความเค็ม จำนวน ๒๗ ชุดๆ ละ ๒ เครื่องๆ ละ ๒,๓๐๐ บาท เป็นเงิน = ๑๒๔,๒๐๐ บาท ✓ คู่มือและแบบบันทึกค่าการตรวจเฝ้าระวังความเค็ม จำนวน ๒๗๒ เล่มๆ ละ ๕๐ บาท เป็นเงิน = ๑๓,๖๐๐ บาท <p>รวมเป็นเงิน ๑๓๗,๘๐๐ บาท (หนึ่งแสนสามหมื่นเจ็ดพันแปดร้อยบาทถ้วน)</p>	

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม ศึกษาดูงาน จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
๓. กิจกรรมติดตามประเมินผล เมนู สด หวาน มัน เค็ม พร้อมทั้งถอดบทเรียน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ร่วมกัน	<ul style="list-style-type: none"> - ค่าอาหารว่าง - เครื่องดื่มสำหรับ อสม./ คณะทำงาน จำนวน ๓๐๐ คนๆ ละ ๓๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน = ๙,๐๐๐บาท / - ค่าวิทยากรในการดำเนินการถอดบทเรียน จำนวน ๕ คนๆ ละ ๒ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน = ๓,๐๐๐บาท / ๐๐ - ค่าถ่ายเอกสารและจัดทำรูปเล่มสรุปโครงการ เป็นเงิน = ๓๐๐ บาท // รวมเป็นเงิน ๑๒,๓๐๐บาท/ (หนึ่งหมื่นสองพันสามร้อยบาทถ้วน) 	
รวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด	รวมเป็นเงิน ๑๖๓,๔๘๐ บาท (หนึ่งแสนหกหมื่น สามพันสี่ร้อยแปดสิบบาทถ้วน)	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
การจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติ
แล้ว)

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ.
๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน โรงพยาบาลสตรี

๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

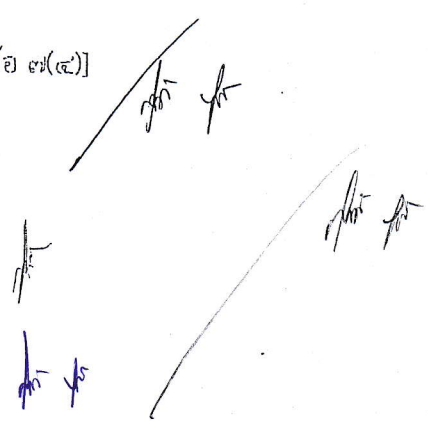
๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ

๗(๑)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ.

๒๕๕๗)

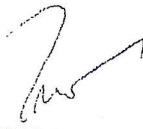
๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]




๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ ๗(๔))

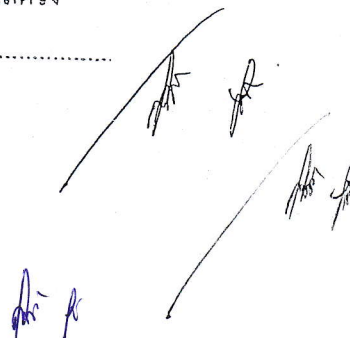
๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ) แขนงนำสุขภาพในชุมชน

ลงชื่อ.....  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(นายไกรสร โตทับเที่ยง)

ตำแหน่งหัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านบริการปฐมภูมิ โรงพยาบาลตรัง
วันที่-เดือน-พ.ศ.

ลงชื่อ.....  หัวหน้าหน่วยงาน
(นางจรัสวรรณ อารยะพงษ์)

ตำแหน่งผู้อำนวยการโรงพยาบาลตรัง
วันที่-เดือน-พ.ศ.



กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพ อสม.ด้วยเมนูลด หวาน มัน เค็ม

(กิจกรรมส่งเสริม อสม. ด้วย เมนู ลด หวาน มัน เค็ม)

วันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๓

ณ ห้องประชุมพุทธรักษา โรงพยาบาลตรัง

-
- ๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ น. - ลงทะเบียน
- ๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น. - พิธีเปิด
โดย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลตรัง แพทย์หญิงจิรวรรณ อารยะพงษ์
กล่าวรายงาน โดย หัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลตรัง
นางปรีดา สารลักษณ์
- ๑๓.๓๐ - ๑๔.๓๐ น. - แนะนำการปฏิบัติตาม หลัก ๓ อ. ๒ ส.
โดย นางสาวนิธินาถ ทองรักษ์ นักโภชนาการชำนาญการ โรงพยาบาลตรัง
- ๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. - พักรับประทานอาหารว่าง - เครื่องดื่ม
- ๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. - ทดสอบอาหารเรื่องการตรวจความเค็ม โดยการแบ่งกลุ่ม ๔ กลุ่ม
โดย กลุ่ม ๑ นางสาวณศิริ ประทุม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.ตรัง
นางสาวกัญญภัทร แก้วแสง พยาบาลวิชาชีพ รพ.ตรัง
กลุ่ม ๒ นางชฎาพร วรรณนะนาถ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.ตรัง
นางสาวพิมลแข รอดสั้น นักวิชาการสาธารณสุข รพ.ตรัง
กลุ่ม ๓ นางจุฑารัตน์ ชูติภาณุ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.ตรัง
นางสาวจุฑามาศ เพชรสุด นักวิชาการสาธารณสุข รพ.ตรัง
กลุ่ม ๔ นางสาวเสาวนีย์ ศรีวิจิตร พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รพ.ตรัง
นางณัฐฎากร ศรีอักษร จพ.ทันตสาธารณสุขชำนาญงาน รพ.ตรัง
- ๑๖.๓๐ - ๑๖.๔๕ น. - ชักถาม ตอบ ปัญหาทั่วไป
-

กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพ อสม. ด้วยเมนูลดหวาน มัน เค็ม

(กิจกรรมส่งเสริม อสม. ด้วย เมนู ลดหวาน มัน เค็ม)

วันที่ ๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๓

ณ อาคารอเนกประสงค์เทศบาลนครตรัง

๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ น. ลงทะเบียน

๑๓.๐๐ - ๑๓.๓๐ น. พิธีเปิด

โดย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลตรัง นายแพทย์สมบัติ สอนเสาวภาคย์
กล่าวรายงาน โดย หัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลตรัง
นางปรีดา สารลักษณ์

๑๓.๓๐ - ๑๔.๐๐ น. นำเสนอผลงาน Power point กิจกรรมลดหวาน มัน เค็ม

๑๔.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. พักรับประทานอาหารว่าง - เครื่องดื่ม

๑๔.๓๐ - ๑๖.๓๐ น. เสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันระหว่างชุมชนและภาคีเครือข่าย

โดย นางปรีดา สารลักษณ์ หัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาลชุมชน โรงพยาบาลตรัง
ผู้ร่วมเสวนา

- | | | |
|----------------|-----------|---------------|
| ๑. น.ส.ณศิริ | ประทุม | ตัวแทนพยาบาล |
| ๒. นางแสงระวี | วันสิทธิ์ | อสม. ๑๑ ชุมชน |
| ๓. นางยุพดี | ทิมทอง | อสม. |
| ๔. น.ส.ทิตการ | ปานเล็ก | อสม. |
| ๕. นางละเอื้อน | อ่อนสง | อสม. |

.....