



## โครงการรณรงค์ เดิน วิ่ง และปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ปี 2560 กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบางโงะโต อำเภอร่องแงะ จังหวัดนครราชสีมา

1. ชื่อโครงการ โครงการรณรงค์ เดิน วิ่ง และปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ปี 2560

### 2. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันระบบสุขภาพของไทย ที่เน้นการ "สร้าง" มากกว่าการ "ซ่อม" สุขภาพ ซึ่งเป็นการเน้นระบบสุขภาพเชิงรุก และการสร้างเสริมสุขภาพ เนื่องจากประชาชนป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้เป็นส่วนใหญ่ ทำให้สิ้นเปลืองงบประมาณ และค่าใช้จ่ายในการเยียวยารักษา จึงได้มีการรณรงค์ให้ประชาชนได้มาใส่ใจในการออกกำลังกาย เพื่อป้องกันโรคร้ายไข้เจ็บ ตามที่รัฐบาลได้กำหนดนโยบาย 5 อ. เป็นหลักในการสร้างสุขภาพแก่ประชาชน ประกอบด้วย การออกกำลังกาย อาหารปลอดภัย อารมณ์และสุขภาพจิต อนามัยชุมชน และอโรคยา ซึ่งให้เริ่มจากการจัดกิจกรรมออกกำลังกายเป็นเรื่องแรกและบูรณาการกับกิจกรรมอื่นๆ ที่จำเป็นในการสร้างสุขภาพของบุคคล ครอบครัว และชุมชน ให้ภาครัฐสนับสนุนองค์ความรู้และทักษะที่จำเป็นในการสร้างและพัฒนาความเข้มแข็งของประชาชนที่จะร่วมใจแก้ปัญหาสุขภาพของตนเองและชุมชน โดยมีเป้าหมายส่งเสริมให้คนไทยอายุ 6 ปีขึ้นไป ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ด้วยการออกกำลังกายแบบต่างๆ เช่น การเดิน วิ่ง และปั่นจักรยาน วายน้ำ เต็นแอโรบิค เป็นต้น การปั่นจักรยาน เป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่ดีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต อีกทั้งยังเป็นการประหยัดพลังงานและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม จุดประกายและเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เยาวชน ประชาชนหรือผู้ที่พบเห็นทั่วไปได้ตระหนักถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย

ตามประกาศคณะอนุกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ภายใต้คณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่องการจัดบริการสาธารณสุขของกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ. 2557 โดยอาศัยอำนาจตามความในข้อ 2 ของประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่องการกำหนดหลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ. 2557 ประเภทที่ 2 เพื่อสนับสนุนให้กลุ่มหรือองค์กรประชาชน หรือหน่วยงานอื่นในพื้นที่ ได้ดำเนินโครงการหรือกิจกรรม เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค ให้แก่สมาชิกหรือประชาชนในพื้นที่

กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ตำบลบางโงะโต โดยชมรมออกกำลังกายตำบลบางโงะโต ได้จัดทำโครงการรณรงค์ เดิน วิ่ง และปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ปี 2560 ในครั้งนี้ โดยมีการรวมตัวของเด็กนักเรียน และประชาชน ทุกเพศทุกวัย สรรค์สร้างกิจกรรมเพื่อสุขภาพ อีกทั้งยังสร้างแรงจูงใจให้เกิดการเดิน วิ่ง และปั่นจักรยาน ซึ่งเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ส่งผลดีต่อชุมชน และสร้างแบบอย่างเพื่อจุดประกายให้ทุกคนหันมาปั่นจักรยาน นอกจากได้เสริมสร้างสุขภาพแล้ว ยังช่วยลดมลพิษ ประหยัดพลังงาน ช่วยลดภาวะโลกร้อนอีกทางหนึ่งด้วย

### 3. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี
2. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ ในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
3. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนเห็นความสำคัญกับการส่งเสริมสุขภาพ ด้วยการออกกำลังกายที่เหมาะสม
4. เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนมีการเดิน วิ่ง และปั่นจักรยานอย่างต่อเนื่อง
5. เพื่อให้ประชาชนมีการตื่นตัวในการออกกำลังกาย
6. เพื่อให้ชุมชนมีสิ่งแวดล้อมที่ดี เพราะการเดิน วิ่ง และการปั่นจักรยาน เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

#### 4. เป้าหมาย

เด็กนักเรียน และประชาชนในตำบลบางโองสะโต จำนวน 500 คน

#### 5. วิธีดำเนินงานของโครงการ

1. เสนอโครงการต่อคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลบางโองสะโต เพื่อพิจารณาอนุมัติ
2. ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อเข้าร่วมโครงการ
3. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย
4. จัดกิจกรรมรณรงค์การออกกำลังกายโดยการเดิน วิ่ง และปั่นจักรยานรอบตำบลบางโองสะโต
5. ติดตามการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง
6. สรุปและประเมินผลโครงการ

#### 6. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ 8 สิงหาคม 2560 – 30 กันยายน 2560

#### 7. งบประมาณ

งบประมาณในการบริหารจัดการโครงการนี้ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ตำบลบางโองสะโต ตามแผนการดำเนินงาน/กิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2560 เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานกองทุนหลักประกันสุขภาพ ฯ ตามแผนงานประเภทที่ 2 เพื่อสนับสนุนให้กลุ่มหรือองค์กรประชาชน หรือหน่วยงานอื่นในพื้นที่ ในการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค ให้แก่ประชาชนในพื้นที่ เป็นจำนวนเงิน 50,100.- บาท (-ห้าหมื่นหนึ่งร้อยบาทถ้วน-) เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดโครงการ ฯ (ตามรายละเอียดแนบท้าย)

#### 8. สถานที่ดำเนินการ

- ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลบางโองสะโต
- ชุมชนหมู่ที่ 1 – 8 ตำบลบางโองสะโต อำเภอร่องแจะ จังหวัดนราธิวาส

#### 9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ชมรมออกกำลังกายตำบลบางโองสะโต อำเภอร่องแจะ จังหวัดนราธิวาส

#### 10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนมีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี
2. ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ ในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
3. ประชาชนเห็นความสำคัญกับการส่งเสริมสุขภาพ ด้วยการออกกำลังกายที่เหมาะสม
4. ประชาชนมีการเดิน วิ่ง และปั่นจักรยานอย่างต่อเนื่อง
5. ประชาชนมีการตื่นตัวในการออกกำลังกาย
6. ชุมชนมีสิ่งแวดล้อมที่ดี เพราะการเดิน วิ่ง และการปั่นจักรยาน เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม



12. ผู้เสนอโครงการ

( ลงชื่อ )



( นายเพาซี บากาอาลี )

ประธานชมรมออกกำลังกายตำบลบาโงสะโต

13. ผู้ตรวจสอบโครงการ

( ลงชื่อ )



( นายมาหะมะ ชารีมะแซ )

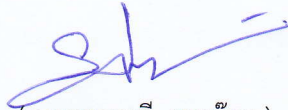
กรรมการและเลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบาโงสะโต

14. ผู้เห็นชอบโครงการ

โชนอชน

.....  
.....  
.....

( ลงชื่อ )



( นายรอยาลี สะเม้าะ )

รองประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบาโงสะโต

15. ผู้อนุมัติโครงการ.

อนุมัติ

.....  
.....  
.....

( ลงชื่อ )



( นายชอยรินทร์ บินสะมะแอล )

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบาโงสะโต