

โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ “ขยับกายสบายชีวิ ด้วยวิธีแอโรบิค”

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลเกาะขนุน

เรื่อง ขอรับการสนับสนุนงบประมาณ.

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเกาะขนุน

หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน(ระบุชื่อ) ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะขนุน มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ “ขยับกายสบายชีวิ ด้วยวิธีแอโรบิค” ในปีงบประมาณ 2561 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลเกาะขนุน เป็นเงิน 35,500.-บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันการออกกำลังกายเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมาก เพราะเป็นการส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง ห่างไกลจากโรค โดยเฉพาะการเดินแอโรบิค ซึ่งในปัจจุบันรัฐบาลกำลังส่งเสริมให้ทุกหมู่บ้าน ทุกตำบล ทุกโรงเรียน ได้มีการเดินแอโรบิค ซึ่งกำลังเป็นที่นิยมของทุกเพศทุกวัย ชมรมแอโรบิคเทศบาลตำบลเกาะขนุน มีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมสนับสนุนและดำเนินการในด้านสุขภาพ ให้กับประชาชนในเขตตำบลเกาะขนุนและตำบลใกล้เคียง ให้มีสุขภาพทางด้านสุขภาพกายและสุขภาพใจ ให้มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สังคม อารมณ์ สติปัญญา โดยต้องการให้ประชาชนสามารถดูแลและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพตนเองได้ด้วยการออกกำลังกาย สร้างสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพพลานามัยดี เสริมสร้างให้ร่างกาย แข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ เสริมสร้างความสามัคคีและที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเลียงต่อการเกิดโรคต่างๆเช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคกระดูกพรุน โรคมะเร็ง ความเครียด ซึ่งเป็นภูมิคุ้มกันโรคได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และยังเป็นการป้องกันยาเสพติดไม่ให้เข้ามาในเขตพื้นที่ชุมชนได้อีกทางหนึ่งด้วย

ด้วยความตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าวจึงได้จัดทำ โครงการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ”ขยับกายสบายชีวิ ด้วยวิธีแอโรบิค” เทศบาลตำบลเกาะขนุน อำเภอพนมสารคาม จังหวัดฉะเชิงเทรา ขึ้นสัปดาห์ละ 3-5 วันตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2560 ถึง เดือนกันยายน

1..วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อให้ประชาชนสร้างสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี
2. เพื่อให้ประชาชนเสริมภูมิคุ้มกันโรคก่อนที่จะไปบำบัดรักษาโรค
3. เพื่อให้ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
4. เพื่อป้องกันยาเสพติดเข้ามาในเขตพื้นที่
5. เพื่อให้ประชาชนสนใจดูแลสุขภาพตนเองให้มากขึ้น
6. เพื่อให้เป็นชุมชนเข้มแข็งในอนาคต
7. เพื่อสร้างความรักสามัคคีของคนในท้องถิ่น

2.กลุ่มเป้าหมาย

1. สมาชิกชมรมและประชาชนที่สมัครเข้าร่วมการออกกำลังกายแบบแอโรบิค ประมาณ 30- 50 คน

3.วิธีดำเนินการ

- 1.ประชุมผู้เกี่ยวข้องเพื่อรับทราบแนวทางการปฏิบัติ
2. เสนอโครงการ “ ขยับกายสบายชีวี ด้วยวิธีแอโรบิค ” เพื่อขอการอนุมัติ คณะกรรมการกองทุนฯ
3. จัดให้มีผู้นำเต้นแอโรบิค จำนวน 1 คน ต่อวัน
- 4.จัดกิจกรรมให้ความรู้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมออกกำลังกายปีละ 2 ครั้ง
5. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ และผู้นำการออกกำลังกาย
6. ดำเนินการตามโครงการ โดยจัดให้มีการออกกำลังกายประกอบเพลงในรูปแบบแอโรบิคต่างๆ เป็นประจำสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง จนเสร็จสิ้นโครงการ

4.สถานที่ดำเนินการ

ลานออกกำลังกาย หน้าศาลเจ้าแม่ทับทิม ตำบลเกาะขุ่น อำเภอพนมสารคามจังหวัดฉะเชิงเทรา

5.ระยะเวลาดำเนินการ

พฤศจิกายน 2560 – กันยายน 2561

6.งบประมาณ

ขอรับการสนับสนุนจากงบประมาณจากกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเกาะขุ่นประจำปีงบประมาณ 2561 มีรายละเอียด ดังต่อไปนี้

1. ค่าตอบแทนผู้นำออกกำลังกาย เดือนละ 3000บาท จำนวน 11 เดือน เป็นเงิน 33,000 บาท
2. ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ วัสดุขนาด 2x3 เมตรจำนวน1แผ่นป้ายเป็นเงิน 500 บาท
3. ค่าใช้จ่ายบำรุง รักษาสถานที่เดือนละ 200 บาทจำนวน 11 เดือนเป็นเงิน 2,200 บาท

รวมเป็นเงิน 35,500 บาท หมายเหตุ ทุกรายการสามารถหักจ่ายกันได้

7.ผู้รับผิดชอบโครงการ

ชมรมกีฬาเอโรบิคเทศบาลตำบลเกาะขุ่น

8.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้ความสนใจในการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น และรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
3. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสนใจและประโยชน์ในการออกกำลังกาย
4. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความรักสามัคคี
5. เป็นแบบอย่างการส่งเสริมสุขภาพแก่ชุมชน ในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะขุ่น
6. ลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของตนเองและครอบครัว
7. ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนหันมาสนใจการออกกำลังกายห่างไกลยาเสพติด

9. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

9.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน **ชมรมกีฬาโอลิมปิก** เทศบาลตำบลเกาะขาม

- 9.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 9.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบต. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 9.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 9.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 9.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

9.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

- 9.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
- 9.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
- 9.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
- 9.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 9.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

9.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแบบทำยประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 9.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- 9.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 9.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - 9.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 9.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 9.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 9.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 9.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 9.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 9.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก**
- 9.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 9.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 9.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 9.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 9.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 9.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 9.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่ตั้งครรภ์และทารกแรกเกิด
 - 9.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 9.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
 - 9.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 9.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 9.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 9.4.2.3 การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญา

และอาารมณั

- 9.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 9.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 9.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 9.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.3.3 การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญา

และอาารมณั

- 9.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 9.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 9.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)

9.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 9.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 9.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 9.4.4.3 การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยน
สิ่งแวดล้อม

ในการทำงาน

- 9.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 9.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ที่ไม่พร้อม
- 9.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) *สร้างสื่อประชาสัมพันธ์/อบรม/ให้ความรู้*
- 9.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 9.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 9.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 9.4.5.1.3 การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 9.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 9.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 9.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 9.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 9.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

- 9.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 9.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- 9.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 9.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 9.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 9.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 9.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 9.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 9.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 9.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 9.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 9.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 9.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 9.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 9.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 9.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 9.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 9.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 9.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 9.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 9.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 9.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

- 9.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 9.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 9.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ)
- 9.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 9.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ)

(ลงชื่อ) นางอรุณ ชัยคุณ ผู้เสนอโครงการ

(นางปัญจรัตน์ ชีรานุกวัฒน์)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะชุมชน

(ลงชื่อ) Yud ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายสรุทธิ วัชรินทร์)

ตำแหน่งเลขานุการกองทุนฯ.

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(สำหรับเจ้าหน้าที่ อบต. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเกาะชุมชนครั้งที่
...1.../ 2561 เมื่อวันที่ ..2..1 ตุลาคม 2560 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 35,500.- บาท

เพราะ สนับสนุนกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างสุขภาพของชุมชน
ไว้ ๑๕๐๐๐ บาท

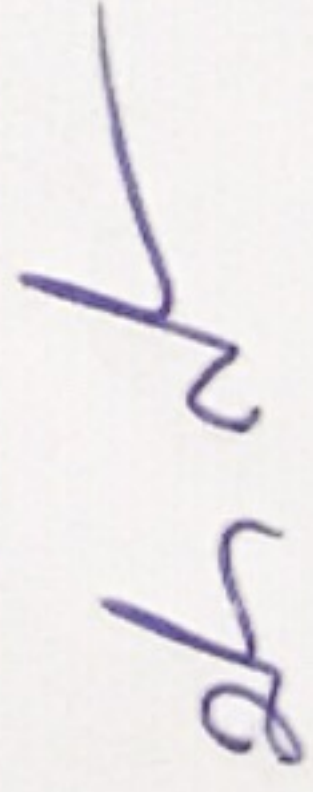
ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงานโครงการ/กิจกรรม

เพราะ.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ใ้รายงานผลความสำเเร็จของแผนงานโครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3)

ภายในวันที่ 30 กันยายน 2561



ลงชื่อ

(นายวิชิตศักดิ์ คักดีถาวรเลิศ)

นายกเทศมนตรีตำบลเกาะขาม

ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเกาะขาม

วันที่-เดือน-พ.ศ. 31 ๙.๑. 2560