



28

กองทุนหลักประกันสุขภาพ
 เทศบาลนครหาดใหญ่
 เลขที่รับ 43
 วันที่ 11/๒๕๖1 เวลา 13.05

ปลัดเทศบาล
 วันที่ 5 มิ.ย. 61
 เวลา 9.50 น.

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม ศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข
 ที่ สข ๕๒๑๑๐ / ๓๐๗ วันที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๑
 เรื่อง ส่งโครงการเพื่อเสนอขออนุมัติงบประมาณ
 เรียน ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่

ตามที่ ศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่ ให้จัดทำโครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต จำนวน ๘๐,๗๐๐ บาท (แปดหมื่นเจ็ดร้อยบาทถ้วน) ในการประชุมพิจารณาอนุมัติโครงการ ครั้งที่ ๓/๒๕๖๑ เมื่อวันที่ ๒๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ นั้น

ในการนี้ ศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข มีความประสงค์ขออนุมัติเบิกเงิน ๘๐,๗๐๐ บาท (แปดหมื่นเจ็ดร้อยบาทถ้วน) เพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมตามโครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต และเมื่อดำเนินกิจกรรมดังกล่าวแล้วเสร็จ จะดำเนินการนำส่งเอกสารหลักฐานการใช้จ่ายเงิน และสรุปรายงานผลการดำเนินงานโครงการมายังกองทุนฯ ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนฯ
 - เพื่อโปรดพิจารณา
 โครงการ ฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต
 คณะกรรมการกองทุนฯ แล้ว มีมติ
 ๓/๖๑ วันที่ ๒๒ มี.ค. ๖๑ ณ
 ปรากฏ ๘๐,๗๐๐ บาท
 - เห็นควรพิจารณาอนุมัติ

(Signature)

(นางอาภิติพย์ ตันติมา)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

หัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข

(Signature)

(นางจิราภรณ์ สมุทเสนิต)

หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข

(นักบริหารสาธารณสุข ระดับต้น)

(Signature)

นางอรุณา ขวัญกุล

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เทศบาลนครหาดใหญ่

(Signature)

(นายวินัย ปิ่นทอง)

รองปลัดเทศบาล ปฏิบัติราชการแทน

ปลัดเทศบาลนครหาดใหญ่

(Signature)

นางสมคิด เกียรติไพบูรณ์

ผอ.ส.บ.ส.

- ๕ มิ.ย. ๒๕๖๑

อนุมัติ

(Signature)

(นายอุดมศักดิ์ โปะบุญชื่น)

(นายโยมรร วังสุวรรณ)

ผอ.ส.น.ส.ส.

นายกเทศมนตรีนครหาดใหญ่

ชื่อโครงการ ฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต

๑. หลักการและเหตุผล

โยคะเป็นศาสตร์หนึ่งที่ได้รับการยอมรับมาจนถึงปัจจุบัน มีวิวัฒนาการมาจากจิตสำนึกของมนุษย์หรือการพัฒนาตนเองของมนุษย์ซึ่งเป็นการเรียนรู้โยคะนำมนุษย์ไปสู่สมาธิ ลดการปรุงแต่งของจิต ลดการปรุงแต่งของพฤติกรรมและเกิดการตระหนักรู้ถึงเป้าหมาย กระบวนการของชีวิตนั้นจะต้องยึดวิธีแบบองค์รวมของโยคะ ที่จะนำไปสู่สุขภาพที่ดีขึ้นและขจัดปัญหาทั้งทางกายและทางใจ โดยโยคะจะครอบคลุมทั้งกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ และมีเทคนิคการฝึกฝนร่างกายเพื่อเป็นพื้นฐานควบคุมจิต โดยจะพัฒนาร่างกายเป็นส่วนหนึ่งที่จะมุ่งเสริมประโยชน์ของการฝึกทางจิตและจิตวิญญาณ ซึ่งจากการศึกษาผลของโยคะต่อสุขภาพกาย พบว่าผู้ฝึกโยคะส่วนใหญ่รับรู้ว่ามีภาวะสุขภาพกายและคุณภาพชีวิตดีขึ้นหลังฝึกโยคะ โดยโยคะช่วยให้ร่างกายยืดหยุ่น ระบบหายใจทำงานมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น ด้านสุขภาพจิตพบว่าการฝึกโยคะช่วยลดความเครียดและความวิตกกังวล ด้านสังคมพบว่าผู้ฝึกโยคะจะมีการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างตนกับบุคคลอื่นดีขึ้น และด้านจิตวิญญาณนั้นโยคะเป็นการฝึกจิตให้รู้เท่าทันกับสิ่งที่มารบกวนนำมาซึ่งการตระหนักรู้และเข้าใจตนเอง เกิดการพัฒนาด้านคุณธรรม และจิตวิญญาณ การฝึกโยคะสามารถปฏิบัติได้ในคนปกติทุกเพศทุกวัย มีผลในการเสริมความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ และเนื้อเยื่อรอบข้อ เสริมสร้างความแข็งแรงและความทนทานของกล้ามเนื้อได้ตลอดจนผลดีต่อระบบไหลเวียนโลหิต การขยายของหลอดเลือด ระบบฮอร์โมนในร่างกาย ระบบประสาท ระบบการหายใจ ระบบย่อยอาหาร และการถ่ายเทของเสีย ทำให้เกิดความสมดุลของระบบต่างๆภายในร่างกาย ซึ่งมีข้อมูลทางวิชาการพบว่าผู้ที่ไม่มีโรคเรื้อรังสามารถดีขึ้นได้จากการฝึกโยคะอย่างอ่อนโยนและถูกวิธี และโยคะสามารถส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมทั้งด้านกาย จิต จิตวิญญาณและสังคม เพื่อสร้างความสมดุลได้อย่างแท้จริง

ด้วยประโยชน์ของโยคะดังกล่าว ศูนย์บริการสาธารณสุขขนาดใหญ่ซีวาสุข เทศบาลนครหาดใหญ่ จึงได้เล็งเห็นถึงประโยชน์ความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพสำหรับประชาชนทั่วไปทุกระดับด้วยการนำศาสตร์ของการฝึกโยคะ มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพ จึงจัดทำโครงการนี้เพื่อนำความรู้ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติไปปฏิบัติต่อตนเองตลอดจนแนะนำผู้อื่นต่อไป

๒. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ จำนวน ๘๐ คน (๒ รุ่น รุ่นละ ๔๐ คน)

๓. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๑. เพื่อให้ประชาชนปฏิบัติมีความรู้ความเข้าใจและสามารถปฏิบัติโยคะได้

ตัวชี้วัด : ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถปฏิบัติโยคะได้ร้อยละ ๘๐

๒. เพื่อให้ประชาชนมีสมรรถภาพทางกายด้านความยืดหยุ่นและความแข็งแรงเพิ่มขึ้น

ตัวชี้วัด : ผู้เข้าร่วมโครงการมีสมรรถภาพทางกายด้านความยืดหยุ่นและความแข็งแรงเพิ่มขึ้นร้อยละ ๘๐

๓. เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

ตัวชี้วัด : ผู้เข้าร่วมโครงการมีผลการประเมินแบบสอบถามเพิ่มขึ้นร้อยละ ๘๐

๔. สถานที่ดำเนินงาน

ศูนย์บริการสาธารณสุขขนาดใหญ่ซีวาสุข

๕. ระยะเวลาดำเนินงาน

มิถุนายน – กันยายน พ.ศ ๒๕๖๑

๖. วิธีดำเนินการ

๑. ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
๒. ประชาสัมพันธ์แก่ประชาชนทั่วไปในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่
๓. ประชุมทีมงานเพื่อวางแผนกิจกรรมโครงการ
๔. จัดเตรียมอุปกรณ์และสถานที่ในการจัดกิจกรรม
๕. ดำเนินการโครงการฝึกโยคะเพื่อดูแลสุขภาพชีวิต โดยแบ่งเป็น ๒ รุ่น รุ่นละ ๔๐ คน
 - ๕.๑ บรรยายความรู้ ๑ วัน
 - บรรยายความรู้เรื่อง ทฤษฎีโยคะ, ร่างกายและอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการฝึกโยคะ ๑.๕ ชม.
 - บรรยายและฝึกปฏิบัติเรื่อง โยคะปรานยามะ ๑.๕ ชม.
 - บรรยายและฝึกปฏิบัติเรื่อง โยคะอาสนะ ๑๔ ท่าพื้นฐานและการปรับวิถีดูและสุขภาพแบบโยคะ ๑.๕ ชม.
 - บรรยายและฝึกปฏิบัติเรื่อง โยคะเพื่อบำบัดโรค ๑.๕ ชม.
 - ๕.๒ ฝึกปฏิบัติโยคะ ๒๔ ครั้ง ครั้งละ ๑ ชั่วโมง
 - ๕.๓ ประเมินสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงและความยืดหยุ่น และแบบสอบถามคุณภาพชีวิตโดยใช้เครื่องมือชี้วัดคุณภาพชีวิต (WHOQOL-BREF-THAI) ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ
๖. การประเมินผลโครงการ
๗. สรุปผลการดำเนินโครงการ

๗. งบประมาณ ๘๐,๗๐๐ บาท รายละเอียดตามกิจกรรมหลัก/ย่อยดังนี้

๑	ค่าวิทยากร ชม. ละ ๑,๒๐๐ บาท x ๖ ชม. x ๑ คน x ๒ รุ่น	เป็นเงิน	๑๔,๔๐๐	บาท
	ค่าแกนนำโยคะ ชม. ละ ๓๐๐ บาท x ๑ ชม. x ๑ คน x ๒๔ ครั้ง x ๒ รุ่น	เป็นเงิน	๑๔,๔๐๐	บาท
๒	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๔๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ x ๒ รุ่น	เป็นเงิน	๔,๐๐๐	บาท
	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มเจ้าหน้าที่ ๑๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ x ๒ รุ่น	เป็นเงิน	๑,๐๐๐	บาท
๓	ค่าอาหารกลางวัน ๔๐ คน x ๗๐ บาท x ๑ มื้อ x ๒ รุ่น	เป็นเงิน	๕,๖๐๐	บาท
	ค่าอาหารกลางวันเจ้าหน้าที่ ๑๐ คน x ๗๐ บาท x ๑ มื้อ x ๒ รุ่น	เป็นเงิน	๑,๔๐๐	บาท
๔	ค่าวัสดุ เครื่องเขียนและอุปกรณ์			
	- ค่าเครื่องเขียน (อาทิเช่น ปากกา, แฟ้มใส่เอกสาร, สมุด) ๘๐ ชุด x ๔๐ บาท	เป็นเงิน	๓,๒๐๐	บาท
	- ค่าเสื้อโยคะ ๒๐ ผืน x ๘๔๕ บาท	เป็นเงิน	๑๘,๙๐๐	บาท
	- ค่าแผ่นโปสเตอร์โยคะอาสนะ ๘๐ ชุด x ๔๐ บาท	เป็นเงิน	๓,๒๐๐	บาท
	- ค่า VCD โยคะอาสนะ ๘๐ ชุด x ๖๕ บาท	เป็นเงิน	๕,๒๐๐	บาท
๕	ค่าถ่ายเอกสาร ค่าพิมพ์เอกสารและสิ่งพิมพ์			
	- ค่าถ่ายเอกสารประกอบการบรรยาย ๘๐ ชุด x ชุดละ ๕๐ บาท	เป็นเงิน	๔,๐๐๐	บาท
	- ค่าไว้นิล (ขนาด ๓x๒ ตร.ม). ๑ ผืน x ๙๐๐ บาท	เป็นเงิน	๙๐๐	บาท

	- ค่า X-stand (ขนาด ๘๐x๑๘๐ ซม). ๓ อัน x ๑,๕๐๐ บาท	เป็นเงิน	๔,๕๐๐	บาท
		รวม	๘๐,๗๐๐	บาท

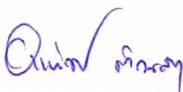
รวมทั้งสิ้น ๘๐,๗๐๐ บาท (แปดหมื่นเจ็ดร้อยบาทถ้วน)
(หมายเหตุ : ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้)

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. มีความรู้ความเข้าใจการพัฒนาเกี่ยวกับการบริหารกายแบบโยคะได้และดูแลตนเองได้อย่างถูกวิธี
๒. มีความรู้ความเข้าใจสร้างจิตสำนึกและความตระหนักให้ประชาชนมีความใส่ใจต่อสุขภาพ
๓. มีสมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงและความยืดหยุ่นเพิ่มขึ้น
๔. มีคุณภาพชีวิตทั้งกาย จิต จิตวิญญาณและสังคมที่ดีขึ้น สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

๑๐. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นายจิระวุฒิ หมวดร่อหิม นักกายภาพบำบัด

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ

(นางอาบทิพย์ ตันติมา)


พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

หัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุขขนาดใหญ่ชีวาสุข

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ

(นางจิราภรณ์ สมุทเสนีโต)

หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ

(นางสมคิด เกียรติไพบูลย์)

ผู้อำนวยการส่วนบริการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ลงชื่อ.....ผู้พิจารณาโครงการ

(นางสมคิด เกียรติไพบูลย์)

ผู้อำนวยการส่วนบริการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม รักษาราชการแทน
ผู้อำนวยการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายวินัย ปิ่นทอง)

รองปลัดเทศบาล รักษาราชการแทน
ปลัดเทศบาลนครหาดใหญ่
เลขานุการคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลง
รายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่
ครั้งที่ ๓ / ๒๕๖๑ เมื่อวันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๑ ผลการพิจารณาโครงการฝักโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต
มีผลการพิจารณาโครงการ ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ๘๐,๗๐๐ บาท

ไม่อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)
ภายในวันที่

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายไพโร พัฒโน)

ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม.....

ฝึกโยคะเพื่อลดความเครียด

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

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

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

- ๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

- ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 - ๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

- ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
 - ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ).....

กำหนดการฝึกอบรม
โครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต
ศูนย์ฯหาดใหญ่ซีวาสุข ระยะเวลา ๑ วัน จำนวน ๒ รุ่น
รุ่นที่ ๑ วันพฤหัสบดีที่ ๓ พฤษภาคม ๒๕๖๑ เวลา ๘.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.
รุ่นที่ ๒ วันพฤหัสบดีที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๑ เวลา ๘.๓๐ - ๑๖.๐๐ น.

- ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. ลงทะเบียน/ แจกเอกสารประกอบการบรรยาย
- ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. (๑.๕ ชม.) บรรยายความรู้เรื่อง ทฤษฎีโยคะ, ร่างกายและอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการฝึกโยคะ
- ๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น. (๑.๕ ชม.) บรรยายความรู้และฝึกปฏิบัติเรื่อง โยคะปรภณยามะ
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. (๑.๕ ชม.) บรรยายความรู้และฝึกปฏิบัติเรื่อง โยคะอาสนะ๑๔ ทำพื้นฐานและการปรับวิถีดูและสุขภาพแบบโยคะ
- ๑๔.๓๐ - ๑๖.๐๐ น. (๑.๕ ชม.) บรรยายความรู้และฝึกปฏิบัติเรื่อง โยคะเพื่อบำบัดโรค

หมายเหตุ - รับประทานอาหารว่างขณะทำกิจกรรม
 - ตารางอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

ตารางการฝึกโยคะ
โครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต

รุ่นที่ ๑ ปฏิบัติโยคะ ๒๔ ครั้ง ครั้งละ ๑ ชม. ทุกวันจันทร์, พุธ และศุกร์ เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น.	เดือน	วันที่
		พฤษภาคม ๒๕๖๑
	มิถุนายน ๒๕๖๑	๑, ๔, ๖, ๘, ๑๑, ๑๓, ๑๕, ๑๘, ๒๐, ๒๒, ๒๕, ๒๗, ๒๙
รุ่นที่ ๒ ปฏิบัติโยคะ ๒๔ ครั้ง ครั้งละ ๑ ชม. ทุกวันจันทร์, พุธ และศุกร์ เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น.	กรกฎาคม ๒๕๖๑	๒, ๔, ๖, ๙, ๑๑, ๑๓, ๑๖, ๑๘, ๒๐, ๒๓, ๒๕
	สิงหาคม ๒๕๖๑	๑, ๓, ๖, ๘, ๑๐, ๑๕, ๑๗, ๒๐, ๒๒, ๒๔, ๒๗, ๒๙, ๓๑

หมายเหตุ ตารางอาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



กองทุนหลักประกันสุขภาพ
 เทศบาลนครหาดใหญ่
 เลขที่รับ..... 60
 วันที่ 27-4-61 เวลา 19.05

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม (ฝ่ายบริการสาธารณสุข) โทร. ๑๑๑๑

ที่ สข ๕๒๑๑๐/๗ ๐๐๗

วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติเบิกเงินโครงการ

เรียน ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่

ตามที่ ศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่ ให้จัดทำโครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต ในการประชุมพิจารณาอนุมัติโครงการ ครั้งที่ ๓/๒๕๖๑ เมื่อวันที่ ๒๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑ นั้น

ในการนี้ ศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข มีความประสงค์ขออนุมัติเบิกเงินโครงการเพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมตามโครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต และเมื่อดำเนินกิจกรรมดังกล่าวแล้วเสร็จ จะดำเนินการนำส่งเอกสารหลักฐานการใช้จ่ายเงิน และสรุปรายงานผลการดำเนินงานโครงการมายังกองทุนฯ ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนฯ

- เพื่อไปเบิกเงิน

ศ. ชิวาส์ ขอนนท์เบิกเงินเพื่อ

ติดตั้งโคมไฟฯ ล้างวน ๕๐,๗๐๐ บาท

- เห็นดวงเพดานบนอนุมัติเบิกจ่าย

ตามแผน

(Signature)

นางอรอุมา ขวัญฤกษ์

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

คณะกรรมการคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เทศบาลนครหาดใหญ่

(Signature)

(นายวินัย ปิ่นทอง)

รองปลัดเทศบาล ปฏิบัติราชการแทน

ปลัดเทศบาลนครหาดใหญ่

สำเนาถูกต้อง

(Signature)

(นางอาบทิพย์ ตันติมา)

(Signature)

(นางอาบทิพย์ ตันติมา)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

หัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข

(Signature)

(นางจิราภรณ์ สมุทรรัตน์)

หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข

(นักบริหารสาธารณสุข ระดับต้น)

(Signature)

(นางสมคิด เกียรติไพบูลย์)

ผอ.ส่วนบริการสาธารณสุขฯ-รักษาราชการแทน

ผอ.สำนักการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

อนุมัติ

(Signature)

(นายไพโรจน์ คุ้มใจ)

นายกเทศมนตรีนครหาดใหญ่

54/61

ได้รับ หรือเบิกจ่ายไปแล้ว รวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใดอันเกิดจากการดำเนินการหรือไม่ ดำเนินการดังกล่าว ให้แก่ ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม มีต้องบอกกล่าวหรือทวงถามเป็นหนังสือแต่อย่างใด

หาก ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ไม่ชำระเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่ายไปแล้ว รวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใด ให้แก่ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมยินยอมเสียดอกเบี้ยตามอัตราที่กฎหมายกำหนดนับแต่วันที่ได้รับเงินไปจากผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม รวมทั้งยินยอมให้ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมดำเนินคดีได้ตามกฎหมายโดยมีเงื่อนไขดังนี้

๑. การดำเนินงานต้องเป็นไปตามกิจกรรมในโครงการหรือกิจกรรมที่ได้รับอนุมัติ

๒. การใช้จ่ายเงินงบประมาณในการดำเนินโครงการหรือกิจกรรมจะต้องมีหลักฐานการเบิกจ่าย และให้ผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็นผู้เก็บหลักฐานไว้เพื่อการ ตรวจสอบ

๓. ในกรณีที่มีการจัดซื้อ จัดจ้าง หรือจัดหาวัสดุครุภัณฑ์ ให้ใช้ราคาตามบัญชีมาตรฐานครุภัณฑ์ของทางราชการโดยอนุโลม

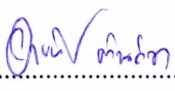
๔. หากมีเงินเหลือจ่ายจากการดำเนินงานให้คืนเงินที่เหลือให้กองทุน เพื่อดำเนินการส่งเสริมและสนับสนุนแก่โครงการหรือกิจกรรม อื่นๆต่อไป

๕. ให้ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม รายงานผลการดำเนินงานให้กองทุน ตามรูปแบบและระยะเวลา ๓๐ วัน หลังเสร็จสิ้นโครงการ รวมทั้งเอกสารอื่นๆ ที่คณะกรรมการกำหนด

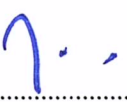
กองทุนฯ ขอสงวนสิทธิ์ที่จะดำเนินการและแก้ไขเปลี่ยนแปลงตาม แนวทางปฏิบัติของกองทุนฯ ถ้าผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมได้รับแจ้งเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้ปฏิบัติตามแนวทางที่กองทุนกำหนด

บันทึกนี้ ทำขึ้นเป็นสองฉบับ มีข้อความถูกต้องตรงกัน โดยมอบให้ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมหนึ่งฉบับ ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรมหนึ่งฉบับ

ทั้งสองฝ่าย ได้อ่านและมีความเข้าใจ ในเนื้อความตามบันทึกนี้โดยตลอดแล้ว จึงลงลายมือชื่อไว้เป็นหลักฐานต่อหน้าพยาน

(ลงชื่อ)  ผู้รับผิดชอบโครงการ/กิจกรรม
(นางอาบทิพย์ ตันติมา)


หัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุขขนาดใหญ่ซีวาสุข

(ลงชื่อ)  ผู้สนับสนุนโครงการ/กิจกรรม
(นายไพโร พัฒโน)

ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่

(ลงชื่อ)  พยาน
(นางสมคิด เกียรติไพบูลย์)

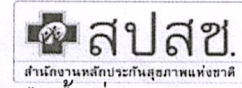
ผู้อำนวยการส่วนบริการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
คณะอนุกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่

(ลงชื่อ)  พยาน
(นางอรอุมา ช้วนกุล)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
คณะอนุกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่



บันทึกข้อตกลง



ขอรับเงินอุดหนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่

เทศบาลนครหาดใหญ่

เลขที่ ๒๘ / ๒๕๖๑

สำนักงานเลขาธิการกองทุนหลักประกันสุขภาพ
เทศบาลนครหาดใหญ่ ๔๔๕ ถ.เพชรเกษม
ต.หาดใหญ่ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา ๙๐๑๑๐

วันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๖๑

บันทึกนี้ ทำขึ้นเพื่อเป็นข้อตกลงในการดำเนินงานโครงการ/กิจกรรมที่ได้รับเงินอุดหนุน จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ ระหว่าง ศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข โดย นางอาบทิพย์ ตันติมา หัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุขหาดใหญ่ชีวาสุข ในฐานะเป็นผู้รับผิดชอบ “โครงการฝึกโยคะเพื่อคุณภาพชีวิต” เพื่อเป็นข้อตกลงในการดำเนินงานโครงการ/กิจกรรมที่ได้รับเงินอุดหนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ ซึ่งต่อไปในบันทึกนี้ เรียกว่า “ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม” ฝ่ายหนึ่ง กับ กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ โดย ดร.ไพโร พัฒโน ในฐานะ ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ ซึ่งต่อไปในบันทึก เรียกว่า “ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม” อีกฝ่ายหนึ่ง

ทั้งสองฝ่าย ได้ตกลงทำบันทึกข้อตกลงกัน ดังมีรายละเอียดต่อไปนี้

ข้อ ๑ ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ตกลงจะดำเนินการโครงการหรือกิจกรรม ในบันทึกนี้ ซึ่งต่อไปเรียกว่า โครงการหรือกิจกรรมตามที่กองทุนระบบหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ ได้ให้เงินอุดหนุน จำนวนทั้งสิ้น ๘๐,๗๐๐ บาท (แปดหมื่นเจ็ดร้อยบาทถ้วน) เป็นไปตามวัตถุประสงค์เป้าหมาย และแผนการดำเนินของโครงการหรือกิจกรรม ตามเอกสารแนบท้ายบันทึกนี้ ตลอดจนหลักเกณฑ์ เงื่อนไข วิธีการ และตามระเบียบของกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่ และหนังสือสั่งการของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติทุกประการ

ข้อ ๒ การจ่ายเงิน ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม จะจ่ายเงินให้กับผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมตามที่คณะกรรมการกำหนด โดยมีการจ่ายให้กับผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม คือ จ่ายงวดเดียวทั้งโครงการ/กิจกรรม เป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น ๘๐,๗๐๐ บาท (แปดหมื่นเจ็ดร้อยบาทถ้วน)

กรณีผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม เป็นหน่วยงานราชการ หน่วยงานนั้นต้องออกใบเสร็จรับเงิน ของหน่วยงานให้กับกองทุนเพื่อเป็นหลักฐานในการรับเงิน กรณีผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรมเป็นหน่วยงาน กลุ่ม องค์กรภาคเอกชน หรือภาคประชาชน ให้ผู้แทนหน่วยงาน กลุ่ม องค์กรภาคเอกชน หรือภาคประชาชนนั้น ลงนามในใบสำคัญรับเงินที่กองทุนจัดทำขึ้นจำนวน ๒ คน และให้แนบสำเนาบัตรประชาชนของผู้รับเงินแนบใบสำคัญรับเงิน

ข้อ ๓. ผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ต้องนำเงินที่ได้รับไปดำเนินการตามกิจกรรมต่างๆในโครงการ หรือกิจกรรมที่คณะกรรมการอนุมัติไป หากผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ไม่ดำเนินการตามโครงการหรือกิจกรรมที่อนุมัติไป เว้นแต่การไม่ดำเนินการนั้นเกิดจากเหตุสุดวิสัย พันวิสัย หรือเกิดภัยพิบัติ ซึ่งได้เกิดจากการกระทำของผู้รับผิดชอบโครงการหรือกิจกรรม ผู้รับผิดชอบ โครงการหรือกิจกรรม ยินยอมรับผิดชอบเงินที่ได้รับ หรือเบิกจ่ายไปแล้ว รวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใดอันเกิดจากการดำเนินการหรือไม่ ดำเนินการดังกล่าว ให้แก่ ผู้สนับสนุนโครงการหรือกิจกรรม มิต้องบอกกล่าวหรือทวงถามเป็นหนังสือแต่อย่างใด