

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ “ส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ ” ประจำปี ๒๕๖๐

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบาระใต้

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข(อสม.) ตำบลบาระใต้ อำเภอบาเจาะ มีความประสงค์จะจัดทำโครงการ “ส่งเสริมการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ”ประจำปี ๒๕๖๐ ใช้งบประมาณ เป็นเงิน ๓๒,๔๒๐ บาท (สามหมื่นสองพันสี่ร้อยยี่สิบบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ลงรายละเอียด)

หลักการและเหตุผล

เนื่องจากการออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อสุขภาพร่างกายของมนุษย์ และการส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ จะทำให้ร่างกายแข็งแรงจิตใจสดชื่น ดังคำกล่าวที่ว่า “จิตใจที่งดงามย่อมอยู่ในร่างกายที่แข็งแรง” (Sound mind in sound body) แสดงว่าร่างกายกับ จิตใจมีความสัมพันธ์กันอย่างแยกไม่ออก ถ้าร่างกายแข็งแรงจิตใจก็จะเบิกบานหรือในทางกลับกัน ถ้ามีจิตใจที่เข้มแข็ง จะเกิดพลังหรือกำลังใจ ทำให้ร่างกายแข็งแรงขึ้น

ซึ่งทางชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข(อสม.) ตำบลบาระใต้ ได้จัดกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการ เล่นกีฬาขึ้น เพื่อให้ อสม.และบุคลากรภายในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลได้มีการออกกำลังกายและเล่นกีฬา กัน เป็นการส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้สมบูรณ์แข็งแรง

๑.วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๑. เพื่อส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้กับ อสม.และบุคลากรในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมีความแข็งแรงสมบูรณ์
๒. เพื่อให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้เข้มแข็งอยู่เสมอ
๓. เพื่อเป็นการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์มากที่สุด
๔. เพื่อฝึกให้มีมนุษยสัมพันธ์และปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้ดี
๕. เพื่อฝึกให้รักการออกกำลังกาย และออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง เพื่อสุขภาพที่ดีของตนเองและห่างไกลโรค

๒.เป้าหมาย

อาสาสมัครสาธารณสุข(อสม.) ตำบลบาระใต้ และบุคลากรประจำโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จำนวน ๑๐๐ คน

สำเนาถูกต้อง

.....วิธีดำเนินการ.....
