

## โครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ประจำปี 2564

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น  
เขต 12 สงขลารหัสโครงการ **64-L4141-02-01**

ชื่อโครงการ/กิจกรรม โครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ประจำปี 2564

ชื่อกองทุน กองทุนสุขภาพตำบล อตต.ลำใหม่

ประเภทการสนับสนุน

- สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]
- สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]
- สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]
- สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
- สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ

- หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา
- กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
- สำนักงานเลขาฯกองทุน

ชื่อองค์กร ชมรมบ้านสี่ศรีรักษ์สุขภาพ

กลุ่มคน

- นางตริษา/จิตวากุล
- นางวิราภรณ์/จันดี
- นางนิตยา/บุญส่ง
- นางจริยา/ส่วนล่อง
- นางคุณัญญา/สองแก้ว

วันอนุมัติ **21 ธ.ค. 2563**

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ 1 มกราคม 2564 ถึง 30 กันยายน 2564

งบประมาณ จำนวน 10,000.00 บาท

## 1. หลักการและเหตุผล

การออกกำลังกายถือว่าเป็นสิ่งจำเป็นและมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับทุกคนเนื่องจากการออกกำลังกายเป็นประจำจะช่วยให้มีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงกระฉับกระเฉงได้สัดส่วนอันจะส่งผลให้มีสุขภาพจิตที่ดีมีความมั่นใจทั้งในเรื่องของการทำงานและการดำเนินชีวิตประจำวันการมีสุขภาพจิตที่ดีมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงย่อมส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของมนุษย์และส่งผลต่อความเจริญของประเทศชาติเพราะทรัพยากรมนุษย์ถือเป็นหัวใจสำคัญในการพัฒนาประเทศ ดังนั้นเพื่อเป็นการส่งเสริมสนับสนุนและกระตุ้นให้ประชาชนในพื้นที่บ้านสีคอง ได้หันมาใส่ใจในเรื่องของการดูแลสุขภาพ ด้วยการออกกำลังกายเป็นประจำ ชมรมบ้านสีคองรักสุขภาพจึงขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำใหม่ เพื่อจัดโครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่องต่อไป

## 2. สถานการณ์ปัญหา

สถานการณ์ปัญหา ขนาด

## 3. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย 1 ปี
1. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนในพื้นที่บ้านสีคอง ได้หันมาใส่ใจในเรื่องสุขภาพ ด้วยการเดินแอโรบิคเป็นประจำ	ประชาชนในพื้นที่บ้านสีคอง มีสุขภาพจิตและกายที่ดี อัตราการเกิดโรคต่างๆ	0.00
2. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนในพื้นที่บ้านสีคอง ได้ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี และเหมาะสมกับสภาพของร่างกายแต่ละคน	ประชาชนในพื้นที่บ้านสีคอง ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี และเหมาะสม	0.00
3. เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนบ้านสีคองได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	ประชาชนในพื้นที่บ้านสีคองได้ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อดูแลสุขภาพ	0.00

## 4. วิธีดำเนินการ/กิจกรรม

### 1. จัดซื้อเครื่องเสียงเพื่อใช้อุปกรณ์เข้าจังหวะประกอบการเดินแอโรบิค

รายละเอียด

- จัดซื้อเครื่องเสียง เป็นเงิน 10,000.- บาท
- กิจกรรมเดินแอโรบิคเป็นประจำ อย่างน้อย สัปดาห์ละ 3 วัน

งบประมาณ 10,000.00 บาท

## 5. งบประมาณ

งบประมาณโครงการ 10,000.00 บาท

## 6. ระยะเวลาดำเนินการ

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ 1 มกราคม 2564 ถึง 30 กันยายน 2564

## 7. สถานที่ดำเนินการ

ณ ลานอเนกประสงค์บ้านสีคอง หมู่ที่ 7 ตำบลลำใหม่ อำเภอเมืองยะลา จังหวัดยะลา

## 8. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพกองทุนสุขภาพตำบล อบต.ลำใหม่ <sup>1</sup> งบฯ จำนวน 10,000.00 บาท รายละเอียดดังในวิธี  
ดำเนินการ/กิจกรรม ด้านบน

## 9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนในพื้นที่บ้านสี่คิง หมู่ที่ 7 ตำบลลำใหม่ มีสุขภาพจิตที่ดีมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง
2. ประชาชนในพื้นที่บ้านสี่คิง ได้ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี และเหมาะสมกับสภาพของร่างกายแต่ละคน
3. ประชาชนในพื้นที่บ้านสี่คิงได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

## 10. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

### 10.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร ชมรมบ้านสี่คิงรักษสุขภาพ

#### ชื่อกลุ่มคน

1. นางตวิษา/จัตวากุล
2. นางวราภรณ์/จันดี
3. นางนิตยา/บุญส่ง
4. นางจริยา/ส่วนล่อง
5. นางคุณัญญา/สองแก้ว

#### ประเภทหน่วยงาน

- 10.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 10.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 10.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 10.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 10.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน
- 10.1.6 สำนักงานเลขานุการกองทุน

### 10.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 10.2.1 ประเภท 1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
- 10.2.2 ประเภท 2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น
- 10.2.3 ประเภท 3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ
- 10.2.4 ประเภท 4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ
- 10.2.5 ประเภท 5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ

### 10.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

- 10.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 10.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 10.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 10.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 10.3.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 10.3.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 10.3.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
  - 10.3.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
  - 10.3.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
- จำนวนกลุ่มเป้าหมายที่คาดว่าจะได้รับผลประโยชน์ คน

#### 10.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

##### 10.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- 10.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- 10.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 10.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 10.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 10.4.1.8 อื่นๆ

ระบุ

##### 10.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- 10.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 10.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 10.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 10.4.2.8 อื่นๆ

ระบุ

##### 10.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 10.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 10.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 10.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

- 10.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 10.4.3.9 อื่นๆ

ระบุ

#### 10.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 10.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 10.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 10.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 10.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 10.4.4.9 อื่นๆ

ระบุ

#### 10.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 10.4.5.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.5.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.5.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.5.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.5.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 10.4.5.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 10.4.5.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 10.4.5.8 อื่นๆ

ระบุ

#### 10.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 10.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.6.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 10.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 10.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 10.4.6.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 10.4.6.9 อื่นๆ

ระบุ

## 10.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 10.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.7.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 10.4.7.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 10.4.7.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 10.4.7.8 อื่นๆ

ระบุ

## 10.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- 10.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 10.4.8.6 อื่นๆ

ระบุ

## 10.4.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

- 10.4.9.1 อื่นๆ

ระบุ

ลงชื่อ ..... ตติมา รัตติกาล ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม( ตติมา รัตติกาล )ตำแหน่ง ..... ประธานชมรมบ้านสัตว์รักษ์สุขภาพ .....วันที่-เดือน-พ.ศ. .... 21 ธ.ค. 2563 .....

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ **ตำบลลำใหม่**  
ครั้งที่ **2** / **2564** เมื่อวันที่ **21 ส.ค. 2563** ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน **10000** บาท  
เพราะ .....

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ **30 พ.ย. 2564**

ลงชื่อ **[Signature]**  
(นางสาวจรรุวรรณ คงทน)  
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล ปฏิบัติหน้าที่  
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลำใหม่  
ตำแหน่ง .....

**21 ส.ค. 2563**  
วันที่-เดือน-พ.ศ. ....



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card  
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 9501 00373 63 8

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาง ตวิษา จัตวากุล



Name Mrs. Tawisa

Last name Jatawakun

เกิดวันที่ 24 มิ.ย. 2507

Date of Birth 24 Jun. 1964

ศาสนา พุทธ

ที่อยู่ 78/1 หมู่ที่ 7 ต.ลำใหม่ อ.เมืองยะลา

จ.ยะลา

13 ก.ย. 2555

วันออกบัตร

13 Sep. 2012

Date of Issue

(นายสุกิจ เจริญรัมย์)  
เจ้าพนักงานออกบัตร

23 มิ.ย. 2564

วันหมดอายุ

23 Jun. 2021

Date of Expiry



160 \_\_\_\_\_ 160

150 \_\_\_\_\_ 150

140 \_\_\_\_\_ 140

130 \_\_\_\_\_ 130

9501-02-09131007

สำเนาถูกต้อง

ตวิษา จัตวากุล