

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก  
กองทุน หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการ  
ดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการชุมชนรณรงค์วิถีใหม่ ห่างไกล NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
วัตถุประสงค์ :

๑. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับความดันโลหิตสูงในระดับดี
๒. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคลดหวานมันเค็มในระดับดี
๓. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารปลอดภัยและมี  
สุขภาพดีในระดับดี

ตัวชี้วัด :

๑. กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับความดันโลหิตสูงในระดับดี
๒. กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคลดหวานมันเค็มในระดับดี
๓. กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารปลอดภัยและมีสุขภาพดี  
ในระดับดี

๑. ผลการดำเนินงาน :

จากการจัดโครงการรณรงค์วิถีใหม่ ห่างไกล NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง) ณ หมู่ที่ ๑ บ้านรามง ตำบลปยุต  
อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี การรับรู้ตามแบบความเชื่อด้านสุขภาพ พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มเสี่ยงระยะก่อนความ  
ดัน-โลหิตสูงมีการรับรู้ตามแบบความเชื่อด้านสุขภาพก่อนเข้าร่วมโครงการร้อยละ ๕๐ หลังเข้าร่วมโครงการ  
ร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับความดันโลหิตสูงในระดับดี ร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคลดหวาน  
มันเค็มในระดับดี ร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารปลอดภัยและมีสุขภาพดีในระดับดี

หลังการจัดกิจกรรม กลุ่มเป้าหมาย ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงระยะก่อนความดันโลหิตสูงและเสี่ยงเป็น  
โรคเบาหวาน มีระดับความดันโลหิตสูงระดับปกติ มีระดับน้ำตาลในเลือดอยู่ในระดับปกติ และมีพฤติกรรมการ  
ป้องกันตนเองที่ดี

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ .....

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม .....๕๐..... คน

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ .....๒๐,๑๐๐..... บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง ..... ๒๐,๑๐๐..... บาท

คิดเป็นร้อยละ ..๑๐๐.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ .....-..... บาท

คิดเป็นร้อยละ .....-.....

๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

เนื่องจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ ทำให้การจัดกิจกรรมต้องปฏิบัติตามมาตรการควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ อย่างเคร่งครัด ส่งผลให้การจัดกิจกรรมต้องใช้เวลาที่จำกัด และจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการที่จำกัด รวมถึงรูปแบบการจัดกิจกรรมที่ต้องเว้นระยะห่างไม่สามารถตัดบางกิจกรรมออกไป

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

๑. การเตรียมแผนรับสถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙

๒. การจัดกิจกรรมปฏิบัติตามมาตรการควบคุมการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ อย่างเคร่งครัด

ลงชื่อ .....  ..... ผู้รายงาน

( นางสาวแวบิเตาะ เจะอุบง )

ตำแหน่ง ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข ตำบลปยุต

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....

แบบเสนอโครงการกองทุนสุขภาพตำบล องค์การบริหารส่วนตำบลปยุต  
อำเภอเมืองปัตตานี จังหวัดปัตตานี

รหัสโครงการ	๖๔ - L๓๐๑๗ -.....-..... ปี-รหัสกองทุน ๕ ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการชุมชนรณรงค์วิถีใหม่ ห่างไกล NCDs (โรคเรื้อรังไม่ติดต่อ)
ชื่อกองทุน	กองทุนสุขภาพตำบล องค์การบริหารส่วนตำบลปยุต
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่ รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลปยุต อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) 1. นางสาวแวบีเตาะ เจะอุบง 2. นางรอมละ ราโมง 3. นายรอซาลี กะลูแป 4. นางขอลีเยาะ ลูติน 5. นางมารีเยาะ กะลูแป
วันอนุมัติ	.....
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๑๓ เดือน..มีนาคม พ.ศ.๒๕๖๔ ถึง วันที่ ๑๔ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๔
งบประมาณ	จำนวน.....๒๑,๐๐๐.....บาท
<b>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</b> โรคความดันโลหิตสูง (Hypertension) คือภาวะที่มีระดับความดันโลหิตสูงเรื้อรัง มีค่าตั้งแต่ ๑๔๐/๙๐ มิลลิเมตรปรอทขึ้นไป ผู้คนจำนวนมากมีภาวะความดันโลหิตสูงโดยไม่ทราบว่าตนเองมีภาวะนี้ เนื่องจากเป็นโรคที่ไม่ค่อยปรากฏอาการที่ชัดเจนในช่วงแรก แต่เมื่อปล่อยนานไปโดยไม่ได้รับการดูแลรักษา แรงดันในเลือดที่สูง จะทำลายผนังหลอดเลือดและอวัยวะที่สำคัญทั่วร่างกาย จึงเรียกโรคนี้อีกว่า “เพชฌฆาตเงียบ”	

๒. การฝึกปฏิบัติ การปลูกผักปลอดสารพิษ การออกกำลังกาย ๓. การคัดเลือกบุคคลต้นแบบ ๔. การติดตามประเมินผล	
<b>ผลที่คาดว่าจะได้รับ</b> ๑. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เรื่องความดันโลหิตสูงในระดับดี ๒. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เรื่องการบริโภคลดหวาน มัน เค็ม ในระดับดี ๓. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เรื่องการรับประทานอาหารปลอดสารพิษและสุขภาพดี ๔. กลุ่มเป้าหมายมีการปลูกผักปลอดสารพิษ รับประทานเองในครัวเรือน	
<b>เป้าหมาย/วัตถุประสงค์</b>	<b>ตัวชี้วัด</b>
วัตถุประสงค์ ข้อที่ ๑. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับความดันโลหิตสูงในระดับดี	ตัวชี้วัดความสำเร็จ กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับความดันโลหิตสูงในระดับดี
ข้อที่ ๒ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคลดหวานมันเค็มในระดับดี	กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคลดหวานมันเค็มในระดับดี
ข้อที่ ๓ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารปลอดสารพิษและมีสุขภาพดีในระดับดี	กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๑๐๐ มีความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารปลอดสารพิษและมีสุขภาพดีในระดับดี
ข้อที่ ๔ เพื่อสร้างบุคคลต้นแบบความดันดี	บุคคลต้นแบบความดันดี
ข้อที่ ๕ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๘๐ ปลูกผักปลอดสารพิษบริเวณบ้าน	กลุ่มเป้าหมายร้อยละ ๘๐ ปลูกผักปลอดสารพิษบริเวณบ้าน

กิจกรรม(ปรับเปลี่ยน หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)ออกแบบกิจกรรมให้ละเอียดจะทำอะไร กับใคร จำนวนเท่าไร เมื่อไร ใช้งบประมาณเท่าไร รายการอะไรบ้าง อธิบายอย่างละเอียด

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑. กิจกรรม อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันสูง และโรคเบาหวาน	๑.ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน ๑ คน X ๑ วัน x ๖ ชั่วโมง X ๓๐๐ บ. เป็นเงิน ๑๘๐๐ บ. ๒.ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คน x ๕๐ บาท Xจำนวน ๑ วัน X ๑ มื้อ เป็นเงิน ๒๕๐๐ บ. ๓.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คน x ๒๕ บาท Xจำนวน ๑ วัน X ๒ มื้อ เป็นเงิน ๒๕๐๐ บ. ๔.ค่าป้ายไวนิลโครงการ ๖ ตร.ม X ๒๕๐ บาท X ๑ แผ่น เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บ. รวมเป็นเงิน ๘,๓๐๐ บาท	
๒ กิจกรรม อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปลูกผักปลอดสารพิษ	๑.ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน ๑ คน X ๑ วัน x ๖ ชั่วโมง X ๓๐๐ บ. เป็นเงิน ๑๘๐๐ บ. ๒.ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๕๐ คน x ๕๐	

	บาท X จำนวน ๑ วัน X ๑ มื้อ เป็นเงิน ๒๕๐๐ บ. ๓. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๕๐ คน X ๒๕ บาท X จำนวน ๑ วัน X ๒ มื้อ เป็นเงิน ๒๕๐๐ บ. ๔. ค่าวัสดุอุปกรณ์ เป็นเงิน ๕๐๐๐ บ. รวมเป็นเงิน ๑๑๘๐๐ บาท	
	รวม ๒๐,๑๐๐ บาท	

**๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

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. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

- ๗.๒.๑ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษา มะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 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 ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 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



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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....  
ครั้งที่ ..... / 25..... เมื่อวันที่ .....

ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

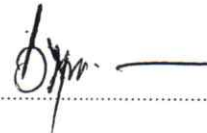
อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ..... บาท  
เพราะ .....

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

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ .....

ลงชื่อ .....



(.....)

ตำแหน่ง .....

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....



ใบลงทะเบียน

โครงการชุมชนรณรงค์วิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
 กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันสูง และโรคเบาหวาน  
 วันที่ ๑๒ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๖.๓๐ น.  
 ณ. อาคารตาดิการัฐสุตา หมู่ที่ ๑ ตำบลบุยุต อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นางสาวตรี น.สุภาพ	4 ม.1 ต.บุยุต อ.เมือง ปัตตานี	5/10/25	
๒	นางเกตุรี น.ทอง	43/4 ม.1 ต.บุยุต อ.เมือง ปัตตานี	เกตุรี	
๓	นายอับดุลลาห์ น.อับดุล	13 ม.1 ต.บุยุต อ.เมือง ปัตตานี	<del>อับดุลลาห์</del>	
๔	น.ส.สิริมา น.นงนุช	30/5 ม.1 ต.บุยุต อ.เมือง	สิริมา น.นงนุช	
๕	น.ส.สิริอรดา น.นงนุช	10 ม.1 ต.บุยุต อ.เมือง ปัตตานี	สิริอรดา	
๖	นายเดวิด น.นงนุช	22/3 ม.1 ต.บุยุต อ.เมือง ปัตตานี	เดวิด น.นงนุช	
๗	รอนนงนุช น.นงนุช	17 ม.1 ต.บุยุต	รอนนงนุช	
๘	กอนนงนุช น.นงนุช	1/5 ม.1 ต.บุยุต	กอนนงนุช	
๙	สิริมา น.นงนุช	22/4 ม.1 ต.บุยุต	สิริมา	
๑๐	น.ส.นงนุช น.นงนุช	116 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๑๑	น.ส.นงนุช น.นงนุช	13/3 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๑๒	น.ส.นงนุช น.นงนุช	11/1 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๑๓	น.ส.นงนุช น.นงนุช	11/2 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๑๔	น.ส.นงนุช น.นงนุช	43 ม.1 ต.บุยุต	<del>น.ส.นงนุช</del>	
๑๕	น.ส.นงนุช น.นงนุช	36/1 ม.1 ต.บุยุต	<del>น.ส.นงนุช</del>	
๑๖	น.ส.นงนุช น.นงนุช	30 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๑๗	น.ส.นงนุช น.นงนุช	30/1 ม.1	น.ส.นงนุช	
๑๘	น.ส.นงนุช น.นงนุช	30/2 ม.1	น.ส.นงนุช	
๑๙	น.ส.นงนุช น.นงนุช	36/1 ม.1	<del>น.ส.นงนุช</del>	
๒๐	น.ส.นงนุช น.นงนุช	2 ม.1	น.ส.นงนุช	
๒๑	น.ส.นงนุช น.นงนุช	9 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๒๒	น.ส.นงนุช น.นงนุช	6/8 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๒๓	น.ส.นงนุช น.นงนุช	8/3 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๒๔	น.ส.นงนุช น.นงนุช	1/2 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	
๒๕	น.ส.นงนุช น.นงนุช	22 ม.1 ต.บุยุต	น.ส.นงนุช	

ใบลงทะเบียน

โครงการชุมชนรณรงค์วิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
 กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันสูง และโรคเบาหวาน  
 วันที่ ๑๒ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๖.๓๐ น.  
 ณ อาคารตาดีกาดารุญชดา หมู่ที่ ๑ ตำบลบุยุต อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	เรเชอลิน ดอมา	๒๘ ม. ๑ ต.บุยุต	เรเชอลิน	
๒๗	ชวาโร น.อ.๑๑๖	๔/๑๖ ม. ๑	ชวาโร	
๒๘	น.ส. ศศิษา: น.อ.๑๖๖	๖/๘ ม. ๑ ต.บุยุต	ศศิษา:	
๒๙	ศิวามัง น.อ.๑๑๖	๔/๑๒ ม. ๑	ศิวามัง	
๓๐	ฟัตมา: น.อ.๑๑๖	๔/๑๖ ม. ๑ ต.บุยุต	ฟัตมา:	
๓๑	อิมร่า น.อ.๑๑๖	๑๐/๑ ม. ๑ ต.บุยุต	อิมร่า	
๓๒	อียูนา น.อ.๑๑๖	๔/๑๖ ม. ๑	อียูนา	
๓๓	สารี น.อ.๑๑๖	๑๐/๒ ม. ๑ ต.บุยุต	สารี	
๓๔	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๑ ม. ๑ ต.บุยุต	นารีนา	
๓๕	บอสิษา: น.อ.๑๑๖	๑๖ ม. ๑	บอสิษา:	
๓๖	นารีนา น.อ.๑๑๖	๖/๘ ม. ๑	นารีนา	
๓๗	นารีนา น.อ.๑๑๖	๔/๑๖ ม. ๑	นารีนา	
๓๘	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๒ ม. ๑ ต.บุยุต	นารีนา	
๓๙	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๑ ม. ๑	นารีนา	
๔๐	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๒ ม. ๑ ต.บุยุต	นารีนา	
๔๑	นารีนา น.อ.๑๑๖	๓/๖ ม. ๑	นารีนา	
๔๒	นารีนา น.อ.๑๑๖	๖/๘ ม. ๑	นารีนา	
๔๓	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๒ ม. ๑	นารีนา	
๔๔	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๑ ม. ๑	นารีนา	
๔๕	นารีนา น.อ.๑๑๖	๖/๑๔ ม. ๑	นารีนา	
๔๖	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑/๑ ม. ๑	นารีนา	
๔๗	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๒ ม. ๑ ต.บุยุต	นารีนา	
๔๘	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑๐/๑๓ ม. ๑	นารีนา	
๔๙	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑/๑๓ ม. ๑	นารีนา	
๕๐	นารีนา น.อ.๑๑๖	๑/๑๓ ม. ๑	นารีนา	

ใบลงทะเบียน

โครงการชุมชนรณรงค์วิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)

กิจกรรมที่ ๒ อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปลูกผักปลอดสารพิษ

วันที่ ๑๓ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๖.๓๐ น.

ณ. อาคารตาดีกาดารุสสุตา หมู่ที่ ๑ ตำบลบุยุต อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

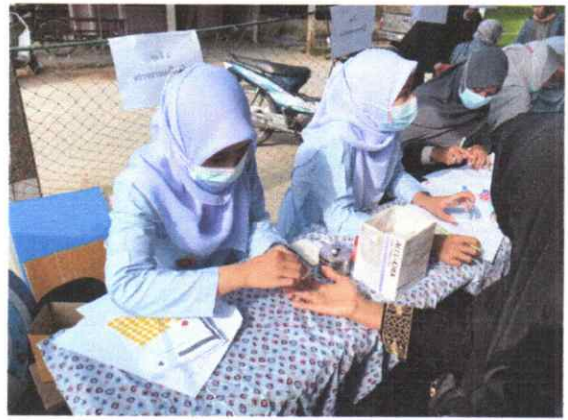
ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	วอว๊ะ ยีซ	๗ ม.๑ ต.บุยุต	วอว๊ะ	
๒	ซิมาร์ กะฎา	๓๐/๑ ม.๑ ต.บุยุต	ซิมาร์	
๓	อาแซ น: ๑๐๖	๓๐/๒ ม.๑	อาแซ	
๔	พัตชะมา: กอลี	๘/๓ ม.๑ ต.บุยุต	พัตชะมา:	
๕	มอฮัมมัด ราโมง	๑๑/๑ ม.๑ ต.บุยุต	มอฮัมมัด	
๖	อิม:เซง บานิม	๑๑/๒ ม.๑ ต.บุยุต	อิม:เซง	
๗	ซิมาร์ มอริม	๑๒ ม.๑ ต.บุยุต	ซิมาร์	
๘	น.ส. นูวาตา ก:๑๐๖	๓๐ ม.๑ ต.บุยุต	นูวาตา	
๙	น.ส. นาลิษา: ก:สุภาพ	๖/๘ ม.๑ ต.บุยุต	นาลิษา:	
๑๐	อิม:ลดาซ นอาน	๘/๑๓ ม.๑	อิม:ลดาซ	
๑๑	อิม:ลดาซ นอาน	๔/๑๕ ม.๑ ต.บุยุต	อิม:ลดาซ	
๑๒	อาแซ อิม:เซง	๑/๒ ม.๑ ต.บุยุต	อาแซ	
๑๓	มารียะน น:๑	๓๐/๑ ม.๑	มารียะน	
๑๔	พัตชะมา: ซาดอ	๔/๑๕ ม.๑ ต.บุยุต	พัตชะมา:	
๑๕	น.วาลิษา: ก:๑๐๖	๔๓ ม.๑		
๑๖	อิม:ลดาซ นอาน	๔/๑๒ ม.๑ ต.บุยุต	อิม:ลดาซ	
๑๗	น.อ. นอาน ๑๐๖	๒๘ ม.๑ ต.บุยุต	น.อ. นอาน	
๑๘	น.วาลิษา: ก:สุภาพ	๓๖/๑ ม.๑	น.วาลิษา:	
๑๙	อิม:ลดาซ นอาน	๖/๘ ม.๑ ต.บุยุต	อิม:ลดาซ	
๒๐	อิม:ลดาซ นอาน	๑/๖ ม.๑ ต.บุยุต	อิม:ลดาซ	
๒๑	น.วาลิษา: ก:๑๐๖	๒๒/๔ ม.๑	น.วาลิษา:	
๒๒	น.วาลิษา: ก:๑๐๖	๔/๑๔ ม.๑ ต.บุยุต	น.วาลิษา:	
๒๓	อิม:เซง น:๑๐๖	๑๓/๓ ม.๑	อิม:เซง	
๒๔	อิม:ลดาซ นอาน ก:สุภาพ	๒ ม.๑ ต.บุยุต	อิม:ลดาซ	
๒๕	น.วาลิษา: นอาน	๑/๖ ม.๑ ต.บุยุต	น.วาลิษา:	

ใบลงทะเบียน

โครงการชุมชนรามาวิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
 กิจกรรมที่ ๒ อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปลูกผักปลอดสารพิษ  
 วันที่ ๑๓ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๔ เวลา ๐๘.๓๐ น. - ๑๖.๓๐ น.  
 ณ อาคารตาดิการดารุสสุตา หมู่ที่ ๑ ตำบลปยุต อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	อิหรองทอณั ภาวณิ	๗๖/๒ ม. ๑ ต. ปยุต		
๒๗	นพชดาตรี ภาวณิ	๗ ม. ๑ ต. ปยุต		
๒๘	สิริวิภา ภาวณิ	๒๗/๒ ม. ๑ ต. ปยุต		
๒๙	แก้วสเปา: ภาวณิ	๗ ม. ๑ ต. ปยุต	แก้วสเปา:	
๓๐	ศิริวิภา: ภาวณิ	๘๐/๑ ม. ๑ ต. ปยุต	ศิริวิภา:	
๓๑	ภาวณิ: ภาวณิ	๖/๘ ม. ๑ ต. ปยุต	ภาวณิ:	
๓๒	บบม: บบย ภาวณิ	๒๙/๓ ม. ๑	บบม: บบย	
๓๓	ชอชวลี ภาวณิ	๒/๒ ม. ๑ ต. ปยุต	ชอชวลี	
๓๔	นพชดาตรี ภาวณิ	๘๓/๑ ม. ๑ ต. ปยุต	นพช	
๓๕	นพชดาตรี ภาวณิ	๘๓ ม. ๑ ต. ปยุต		
๓๖	นพชดาตรี ภาวณิ	๘๖/๒ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา	
๓๗	นพชดาตรี ภาวณิ	๖/๘ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๓๘	นพชดาตรี ภาวณิ	๘/๑๓ ม. ๑ ต. ปยุต		
๓๙	นพชดาตรี ภาวณิ	๑/๑ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๐	นพชดาตรี ภาวณิ	๘๐/๖ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๑	นพชดาตรี ภาวณิ	๒/๓๓ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๒	นพชดาตรี ภาวณิ	๒๖/๑ ม. ๑ ต. ปยุต		
๔๓	นพชดาตรี ภาวณิ	๖/๑๔ ม. ๑	นพชดา:	
๔๔	นพชดาตรี ภาวณิ	๔๐ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๕	นพชดาตรี ภาวณิ	๔/๔ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๖	นพชดาตรี ภาวณิ	๑๖ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๗	นพชดาตรี ภาวณิ	๑๖/๕ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๘	นพชดาตรี ภาวณิ	๒๖/๓ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๔๙	นพชดาตรี ภาวณิ	๒๖ ม. ๑ ต. ปยุต	นพชดา:	
๕๐	นพชดาตรี ภาวณิ	๓/๖ ม. ๑	นพช	

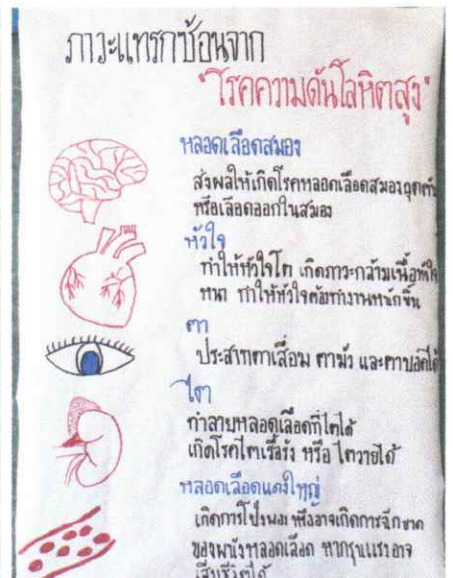
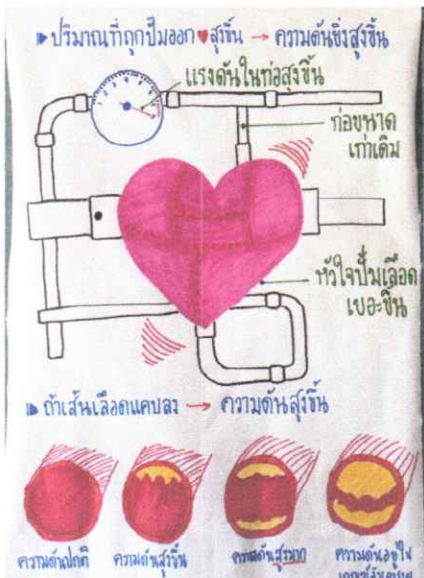
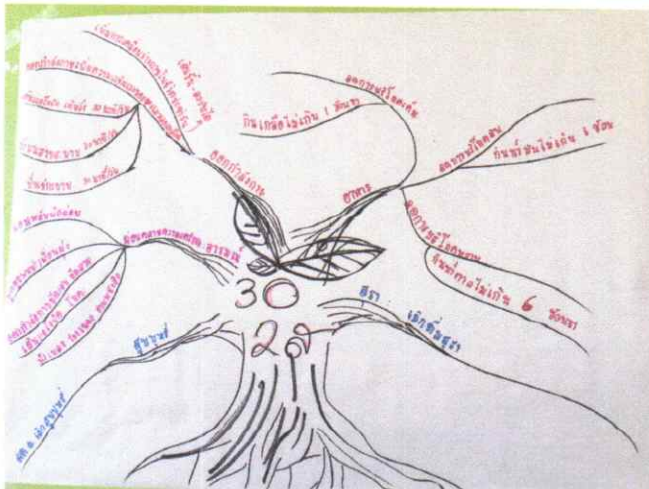
โครงการชุมชนรามาภิวัตน์ ท่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
กิจกรรม อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง  
และโรคเรื้อรัง



โครงการชุมชนรามาวิถีใหม่ ท่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
กิจกรรม อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง  
และโรคเรื้อรัง



# โครงการชุมชนรามาวิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง) กิจกรรม อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง และโรคเรื้อรัง







# โครงการชุมชนรามาวิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง) กิจกรรม อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปลูกผัก



# โครงการชุมชนรามาวิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง) กิจกรรม อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปลูกผัก



โครงการชุมชนรามาภิวัตน์ใหม่ ท่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
กิจกรรม อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับการปลูกผัก



โครงการชุมชนรามาวิถีใหม่ ห่างไกลโรค NCDs (โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง)  
กิจกรรม อบรมให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโรคความดันโลหิตสูง  
และโรคเรื้อรัง

ระดับสารเคมีจากค่าง  
ในร่างกาย

ระดับ	จำนวน
ปลอดภัย	4
เสียง	20
ไม่ปลอดภัย	16

ความดัน 3 สี

ระดับ	กลุ่ม	จำนวน
ปกติ	เขียว	9 คน
เสียง	เหลือง	9 คน
สูง	แดง	6 คน

วันนี้ความดันคุณอยู่กลุ่มไหน?  
▶▶ คุณอยู่กลุ่มไหน? ← เขียว  
← เหลือง  
← แดง

ปัจจัยเสี่ยงในตัวเรา

ปัจจัยเสี่ยง : แนวทางการแก้ไข

อาหาร

กินหวานมันเค็ม - ไม่กินอาหารรสจัด เน้นจืด  
- เน้นกินผัก ผลไม้ที่มีสารเคมี  
- ลดการกินอาหารที่มีไขมันเยื่อ

กินเยื่อ - เลือกกินอาหารให้เหมาะสม  
- ลดการกิน เน้นการออกกำลังกาย

ความเครียด - งดขามไม้ตีตากมาก บ่อยองศา  
- ทำกิจกรรมสังสรรค์ที่บ้าน

สูบบุหรี่ - งดสูบบุหรี่

ไม่ออกกำลังกาย - งดออกกำลังกาย

