

รายงานผลปฏิบัติงาน ภาพเทศบาลเมืองคองหงส์  
เลขที่: 031  
วันที่: 10 ต.ค. 2564  
เวลา: 10.00 น.  
ชุมชนบ้านคองหงส์ 1

ที่ ขบคท 1/2

ตำบลคองหงส์ อำเภอหาดใหญ่  
จังหวัดสงขลา 90110

วันที่ 10 สิงหาคม 2564

เรื่อง ขอส่งโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคองหงส์

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคองหงส์

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชนบ้านคองหงส์ 1

(ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

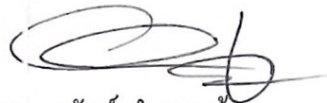
จำนวน 1 ชุด

ด้วย ชมรมแอโรบิกชุมชนบ้านคองหงส์ 1 ได้จัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชนบ้านคองหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา) โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้สมาชิกในชุมชน ได้มีสุขภาพที่ดีและแข็งแรงด้วยการออกกำลังกายและเดินแอโรบิก และ เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกในชุมชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์หลังเวลาเลิกงานและมีกิจกรรมรวมกัน โดยการเดินแอโรบิก นอกจากนี้ยังเป็นการเพิ่มปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในชุมชนให้มากขึ้น รายละเอียดปรากฏตามโครงการฯ ที่จัดส่งมาด้วยพร้อมนี้

ในการนี้ ทางชมรมแอโรบิกชุมชนบ้านคองหงส์ 1 จึงมีความประสงค์ขอรับการสนับสนุนงบประมาณ จำนวน 32,050.- บาท (สามหมื่นสองพันห้าสิบบาทถ้วน) จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคองหงส์ เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่ายต่างๆ ในการจัดกิจกรรมตามโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชนบ้านคองหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา) ประจำปีงบประมาณ 2564 ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ



(นายอนุวัฒน์ กำแพงแก้ว)

สมาชิกกลุ่มแอโรบิกชุมชนบ้านคองหงส์ 1

# โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชนบ้านคองหงส์ 1 (ศูนย์วิจัย

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น  
เขต 12 ส.ขล.

รหัสโครงการ .....

ชื่อโครงการ/กิจกรรม โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชนบ้านคองหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

ชื่อกองทุน กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคองหงส์

ประเภทการสนับสนุน

- สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10(1)]
- สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร ประชาชน/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
- หน่วยงานสาธารณสุขของรัฐ เช่น สสอ.
- หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ
- กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
- สำนักงานเลขาธิการกองทุน

ชื่อองค์กร ชมรมแอโรบิกชุมชนบ้านคองหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

กลุ่มคน

1. นาย อนุวัฒน์กำแพงแก้ว
2. นาย ปฐมคงแก้ว
3. นางสาว กัญดาตั้งเพ็ง
4. นางสาว นนทยานฤพงษ์
5. นางศยามล แก้วบรรจง
6. นายทรงเมท สังข์น้อย
7. นางสาวบุญณิศา ช่างคณี

24 ก.พ. 2564

วันอนุมัติ .....

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ 1 เมษายน 2564 ถึง 30 กันยายน 2564

งบประมาณ จำนวน 32,050.00 บาท



## 1. หลักการและเหตุผล

สังคมไทยได้เปลี่ยนแปลงไปตามกระแสโลกาภิวัตน์จากสังคมเกษตรกรรมเป็นสังคมอุตสาหกรรม เกิดการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และสภาพแวดล้อม ส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิตที่เปลี่ยนไปจากเดิม ทำให้หลายคนมองข้ามการออกกำลังกาย ด้วยเหตุผลต่างๆ มากมาย เช่น งานเยอะ ไม่มีเวลา เหนื่อยและเมื่อยล้า เป็นต้น จึงเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้สุขภาพอ่อนแอลงและพบกับปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น ความเครียด ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคกระดูกพรุน ฯลฯ ทำให้ระบบสุขภาพของคนไทยต้องเน้นการ "สร้าง" มากกว่าการ "ซ่อม" สุขภาพ ซึ่งเป็นการเน้นระบบสุขภาพเชิงรุกและการสร้างเสริมสุขภาพ เนื่องจากคนส่วนใหญ่ป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ด้วยตนเอง ทำให้รัฐและผู้ป่วยต้องสูญเสียและสิ้นเปลืองงบประมาณค่าใช้จ่ายในการเยียวยารักษา จึงได้มีการรณรงค์ให้คนได้มาใส่ใจในการออกกำลังกาย เพื่อป้องกันโรคภัยไข้เจ็บตามที่รัฐบาลได้กำหนดนโยบาย "5 อ." เป็นหลักในการสร้างสุขภาพแก่ประชาชนประกอบด้วย (อ. 1) ออกกำลังกาย (อ. 2) อาหารปลอดภัย (อ. 3) อารมณ์และสุขภาพจิต (อ. 4) อนามัยชุมชน และ (อ. 5) อโรควา กระทรวงสาธารณสุข ขับเคลื่อนการปฏิรูปที่สำคัญได้แก่ (1) การปฏิรูประบบบริการสุขภาพให้มีคุณภาพโดยเฉพาะการปฏิรูประบบบริการปฐมภูมิ (Primary Care System Reform) (2) การปฏิรูปการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค และควบคุมโรคและภัยสุขภาพ เพื่อสนับสนุนให้เกิดการลดเจ็บป่วยของประชาชนอย่างบูรณาการ ให้บรรลุจุดมุ่งหมาย "ประชาชนสุขภาพดี เจ้าหน้าที่มีความสุข ระบบสุขภาพยั่งยืน" ซึ่งให้เริ่มจากการจัดกิจกรรมออกกำลังกายเป็นเรื่องแรกและบูรณาการกับกิจกรรมอื่นๆ ที่จำเป็นในการสร้างสุขภาพของตนเอง บุคคลในครอบครัว และคนในชุมชน ให้ภาครัฐสนับสนุนองค์ความรู้และทักษะที่จำเป็นในการสร้างและพัฒนาความเข้มแข็งของประชาชนที่จะร่วมใจแก้ปัญหาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และชุมชน โดยมีเป้าหมายสร้างเสริมสุขภาพให้คนไทยอายุ 6 ปีขึ้นไปออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ นำไปสู่สุขภาพกายที่แข็งแรง สุขภาพที่จิตดี ส่งผลให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นปลอดจากโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ดังกล่าวข้างต้น ด้วยการออกกำลังกายแบบต่างๆ เช่น การเดินวิ่ง การปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ เดินแอโรบิก เป็นต้น "การเดินแอโรบิก" เป็นรูปแบบการออกกำลังกายที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายเป็นอย่างมากในปัจจุบัน ตั้งแต่ระดับชุมชนชนบทและชุมชนเมือง ซึ่งเป็นการออกกำลังกายที่ดีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต สร้างความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และให้ผลที่คุ้มค่าต่อสุขภาพอย่างมาก "ชุมชนบ้านคองหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา) เทศบาลตำบลคองหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา มีวิสัยทัศน์ที่จะทำให้คนในชุมชนอยู่เย็นเป็นสุขทั้งกายและจิตใจ อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตที่ดี เป็นชุมชนสังคมแห่งการเรียนรู้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีสุขภาพแข็งแรง อายุยืนยาว และหนึ่งในเป้าหมายที่สำคัญของมิติทางกายคือให้คนในชุมชนได้ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รวมกลุ่มกันดูแลสุขภาพของตนเอง สมาชิกในครอบครัว และสมาชิกในชุมชน เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิกอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน จึงได้เสนอ "โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก" โดยมีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อเป็นการส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคให้กับตนเอง ครอบครัว และสมาชิกทุกคนในชุมชนได้ตระหนักในการดูแลสุขภาพและออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง (2) เป็นการดูแลรักษาสุขภาพเบื้องต้นในการป้องกันโรคต่างๆ เป็นการส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง สุขภาพจิตใจที่ดี ห่างไกลปลอดภัยจากโรคร้าย ห่างไกลจากยาเสพติด (3) เป็นการใช้เวลาช่วงเย็นหลังเลิกงานให้เป็นประโยชน์ด้วยการออกกำลังกายเดินแอโรบิกร่วมกัน และเพิ่มความเข้มแข็ง ความสามัคคี การมีปฏิสัมพันธ์ให้คนในชุมชนอีกทางหนึ่ง

## 2. สถานการณ์ปัญหา

### สถานการณ์ปัญหา ขนาด

- ร้อยละของคนที่ออกกำลังกายในชุมชน 0.00

## 3. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย
1. เพื่อให้สมาชิกในชุมชนได้มีสุขภาพที่ดีและแข็งแรงด้วยการออกกำลังกายและเดินแอโรบิก	ผู้เข้าร่วมมีสุขภาพที่ดีขึ้น แข็งแรง น้ำหนักตัวลดลง หรือเหมาะสมตามสัดส่วนร่างกาย หรือน้ำหนักไม่เพิ่มไปกว่าเดิม และมีค่า BMI ลดลงจากเดิมเมื่อเปรียบเทียบกับก่อนเข้าร่วมโครงการ ซึ่งทั้งหมดไม่น้อยกว่าร้อยละ 40 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม	0.00
2. เพื่อส่งเสริมให้สมาชิกในชุมชนใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์หลังเวลาเลิกงานและมีกิจกรรมร่วมกันโดยการเดินแอโรบิก นอกจากนี้ยังเป็นการเพิ่มการปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในชุมชนให้มากขึ้น	สมาชิกในชุมชนใช้เวลาว่างหลังเวลาเลิกงานมาเดินแอโรบิกร่วมกัน และมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกในชุมชนกันมากขึ้น ทั้งหมดไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรม	0.00

## 4. วิธีดำเนินการ/กิจกรรม

## 1. อบรมเชิงปฏิบัติการและให้ความรู้เกี่ยวกับสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค

### รายละเอียด

การอบรมเชิงปฏิบัติการและให้ความรู้เกี่ยวกับสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค (ตรวจสุขภาพ, ทำแบบทดสอบ/ประเมินก่อนเข้าร่วมโครงการ, รวบรวม ประเมินผล สรุป และทำรายงาน)

- ค่าตอบแทนวิทยากร (ให้ความรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค)  
จำนวน 600 บาท x 1 คน x 3 ชม. = 1,800 บาท ✓
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 25 บาท x 1 มื้อ x 50 คน = 1,250 บาท ✓
- ค่าเครื่องวัดความดันโลหิต จำนวน 1 เครื่องๆ ละ 2,500 บาท = 2,500 บาท ✓
- ค่าจ้างเหมาเช่าชุดโต๊ะ จำนวน 10 ชุด x 100 บาท = 1,000 บาท ✓
- ค่าจ้างเหมาบริการห้องประชุม สิ่งอำนวยความสะดวก และสื่อทัศนูปกรณ์  
จำนวน 1 ชุด x 1,000 บาท = 1,000 บาท ✓
- ค่าป้ายไวนิล จำนวน 1 ผืน ขนาด 2 เมตร x 150 บาท = 300 บาท ✓

งบประมาณ 7,850.00 บาท ✓

## 2. อบรมต้นแอโรบิคตามหลักวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ

### รายละเอียด

- ค่าตอบแทนผู้นำต้นแอโรบิค  
วันละ 300 บาท x 3 วัน/สัปดาห์ x 4 สัปดาห์/เดือน x 4 เดือน (เดือนละไม่เกิน 3,600 บาท)  
= 14,400 บาท ✓
- ค่าเครื่องเสียงพร้อมลำโพง จำนวน 1 ชุด x 5,000 บาท = 5,000 บาท ✓
- ค่าป้ายไวนิล จำนวน 1 ผืน ขนาด 2 เมตร x 150 บาท = 300 บาท ✓

งบประมาณ 19,700.00 บาท ✓

## 3. สรุปโครงการและการประเมินความพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการหลังเข้าร่วมโครงการ

### รายละเอียด

(ตรวจสุขภาพ, ทำแบบทดสอบ/ประเมินหลังเข้าร่วมโครงการ, รวบรวม ประเมินผล สรุป และทำรายงาน)

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 25 บาท x 1 มื้อ x 50 คน = 1,250 บาท ✓
- ค่าจ้างเหมาเช่าชุดโต๊ะ จำนวน 10 ชุด x 100 บาท = 1,000 บาท ✓
- ค่าจ้างเหมาบริการห้องประชุม สิ่งอำนวยความสะดวก และสื่อทัศนูปกรณ์  
จำนวน 1 ชุด x 1,000 บาท = 1,000 บาท ✓
- ค่าจัดพิมพ์เอกสารการประเมินความพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการหลังเข้าร่วมโครงการ  
จำนวน 50 ชุด x 5 บาท = 250 บาท ✓
- ค่าจัดเล่มสรุปรายงานผลการดำเนินงานโครงการ = 1,000 บาท ✓

งบประมาณ 4,500.00 บาท ✓

## 5. งบประมาณ

งบประมาณโครงการ 32,050.00 บาท ✓

## 6. ระยะเวลาดำเนินการ

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ 1 เมษายน 2564 ถึง 30 กันยายน 2564



## 7. สถานที่ดำเนินการ

ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา ตำบลคอหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัด สงขลา

## 8. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคอหงส์ [1] จำนวน 32,050.00 บาท รายละเอียดดังในวิธีดำเนินการ/กิจกรรม ด้านบน

## 9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมโครงการฯ
2. ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพดีและแข็งแรงมากขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม
3. ผู้เข้าร่วมโครงการเห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ของการออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิค
4. ผู้เข้าร่วมโครงการได้ทำกิจกรรมร่วมกัน มีปฏิสัมพันธ์กัน เสริมสร้างกาว เมีมนุชยสัมพันธ์ ทำให้เกิดความรักใคร่ ความกลมเกลียว สามัคคี และปองตองกันในกลุ่มอย่างมั่นคงและยั่งยืน

## 10. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร ชมรมแอโรบิคชุมชนบ้านคอหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

#### ชื่อกลุ่มคน

1. นาย อนุวัฒน์กำแพงแก้ว
2. นาย ปฐมคงแก้ว
3. นางสาว กัญดาตั้งเพ็ง
4. นางสาว นนทยานฤพงษ์
5. นางศยามล แก้วบรรจง
6. นายทรงเมท สังข์น้อย
7. นางสาวบุญณิศา ชังคมณี

#### 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 สำนักงานเลขาธิการกองทุน

### 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/ เชนพิการ
- 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/การตั้งครกไม่พร้อม
- 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/การตั้งครกไม่พร้อม
- 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 และการค้นหาผู้มีความเสี่ยง
- 10.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 10.4.7.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 10.4.7.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีความพิการ
- 10.4.7.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีความพิการที่เข้าเสื่อม
- 10.4.7.8 อื่นๆ

ระบุ

#### 10.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีความเสี่ยง

- 10.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีความเสี่ยง
- 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 ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นาย อรุณ งามวิจิตร)

ตำแหน่ง : สมาชิกกลุ่ม 10 (ในนามของชมรมผู้สูงอายุ)

10 มี.ค. 2564

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....



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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคอหงส์ ครั้งที่ 3/2563 เมื่อวันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2564  
ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 32,050.- บาท  
เพราะ โครงการออกกวดังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก ชุมชน บ้านคอหงส์ 1 (ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา) เป็น  
โครงการที่เป็นประโยชน์ต่อประชาชน และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ขอ กองทุนฯ.....

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

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตาม แบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ 30 กันยายน 2564.

ลงชื่อ.....

(นายชวน บริรักษ์)

ปลัดเทศบาล ปฏิบัติหน้าที่

นายกเทศมนตรีเมืองคอหงส์

ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคอหงส์

## ภาพกิจกรรม การลงทะเบียน กิจกรรมเดินแอโรบิค

โครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิค ชุมชนบ้านคองส์ 1  
(ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)



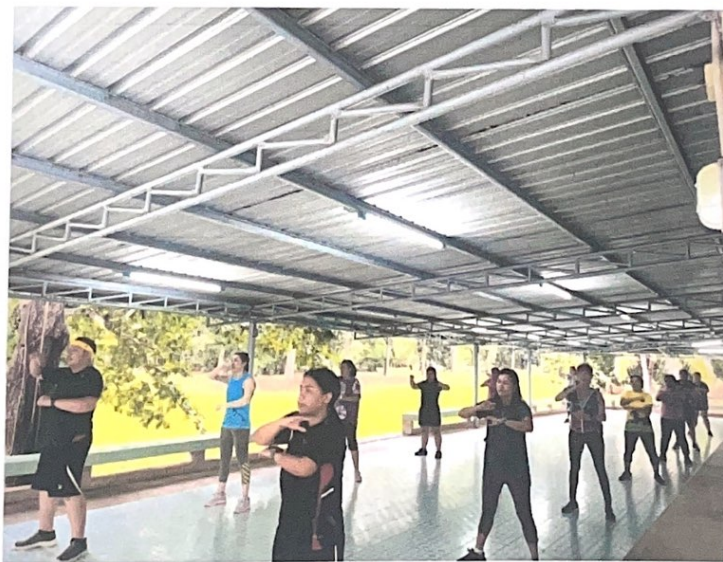


## ภาพกิจกรรม การเต้นแอโรบิค

โครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเต้นแอโรบิค ชุมชนบ้านคองหงส์ 1  
(ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

วันที่ 1 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2564 เวลา 17.00 น

สถานที่ หอประชุมสุวรรณวาจกกสิกิจ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา





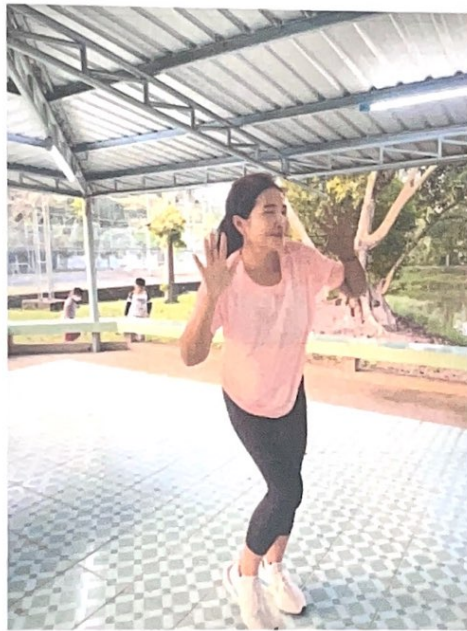


## ภาพกิจกรรม การเต้นแอโรบิค

โครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเต้นแอโรบิค ชุมชนบ้านคองส์ ๑  
(ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

วันที่ 5 เดือน มกราคม พ.ศ. 2565 เวลา 17.00 น

สถานที่ หอประชุมสุวรรณวาจกกสิกิจ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา



## ภาพกิจกรรม การเต้นแอโรบิค

โครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเต้นแอโรบิค ชุมชนบ้านคองหงส์ ๑  
(ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

วันที่ 3 เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2565 เวลา 17.00 น

สถานที่ หอประชุมสุวรรณวาทกสิกิจ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา





## ภาพกิจกรรม การเต้นแอโรบิค

โครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเต้นแอโรบิค ชุมชนบ้านคองหงส์ ๑  
(ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา)

วันที่ 8 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2565 เวลา 17.00 น

สถานที่ หอประชุมสุวรรณวาจกกสิกิจ ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเกษตรสงขลา

