

รหัสโครงการ	
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายบ้านทอนตรน ประจำปี 2564
ชื่อกองทุน	
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	<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 checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อกลุ่มแอโรบิกเพื่อสุขภาพ หมู่ที่ 5 บ้านทอนตรน 1. นางสาวอุไรรัตน์ อินทร์ทอง 2. นางโรหนับ สังแทน 3. นางสาวสุมัย ดินทอง 4. นางสาวอุไร เอียดขาว 5. นางเพ็ญศรี หนูหนุด
วันอนุมัติ	18 มีนาคม 2564
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ 1 เดือน เมษายน พ.ศ. 2564 ถึงวันที่ 30 เดือน กันยายน พ.ศ. 2564
งบประมาณ	จำนวน 6,400.-บาท
หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)	

คนเป็นทรัพยากรที่มีความสำคัญที่สุดของการพัฒนา และการพัฒนาคนให้มีประสิทธิภาพสามารถประกอบการกิจตามบทบาทหน้าที่ของแต่ละบุคคลให้มีประสิทธิภาพได้นั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความสุขทางด้านร่างกายที่แข็งแรง จิตใจที่เข้มแข็ง อารมณ์ที่มั่นคง สติปัญญาที่ดี และอยู่ร่วมในสังคมได้อย่างมีความสุข การพัฒนาคนให้มีลักษณะดังกล่าวได้นั้น สิ่งแรกที่ต้องพัฒนาคือ “สุขภาพทางด้านร่างกาย” หากสุขภาพทางด้านร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์แล้ว ก็จะทำให้เกิดการพัฒนาในส่วนอื่นๆตามมา เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา รู้จักคิด รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ไม่ว่างอยู่กบยาเสพติด ยิ่งปัจจุบันปัญหาหายาเสพติดและปัญหาอื่นๆ เช่น ลักขโมย มีอยู่มากมาย ทุกพื้นที่ เด็ก เยาวชน ประชาชนทุกหมู่บ้านทุกพื้นที่มีปัญหาเกี่ยวกับยาเสพติดและลักขโมยทั้งสิ้น ทำให้เกิดปัญหาแก่ชุมชนหมู่บ้าน ตำบล อำเภอ จังหวัด และทำให้ประเทศชาติเสียหายได้ กลุ่มแอโรบิคเพื่อสุขภาพ หมู่ที่ 5 บ้านทอนตรน ตำบลคลองทรายขาว อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำ “โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย ประจำปี ๒๕๖๓” ขึ้น

ซึ่งการจัดโครงการนั้นเป็นการออกกำลังกายด้วยการเต้นแอโรบิค การเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ และมีการพบปะพูดคุยถึงปัญหาและแนวทางการแก้ปัญหาต่างๆในหมู่บ้าน ให้ความรู้เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพและแนวทางการป้องกันภัยต่างๆ จากเจ้าหน้าที่หรือวิทยากรผู้มีความรู้จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (บ้านท่าเหนือ) หรือจากโรงพยาบาลกงหรา และหน่วยงานอื่นๆ โดยจัดทำกำหนดการของแต่ละวัน เด็ก เยาวชน ประชาชน จะรวมตัวกันออกกำลังกาย เพื่อเป็นการพบปะ สร้างความรัก สามานสามัคคี ร่วมกันในหมู่บ้าน

- วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)**
1. เขียนโครงการเพื่อขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลคลองทรายขาว
  2. ประสานการจัดโครงการ / จัดหากุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ
  3. ดำเนินการตามโครงการฯ
  4. ติดตามและประเมินผล

- ผลที่คาดว่าจะได้รับ**
๑. เด็ก เยาวชน และประชาชน มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตัวเอง
  2. เด็ก เยาวชน และประชาชน รู้จักรับประทานอาหารที่มีประโยชน์
  3. เด็ก เยาวชน และประชาชน ปลอดภัยจากโรคร้ายต่างๆ
  4. เด็ก เยาวชน และประชาชน รักการออกกำลังกาย
  5. ปัญหาหายาเสพติดและปัญหาลักขโมยลดลงหรือหายไปจากหมู่บ้าน
  6. เกิดความรัก ความสามัคคี

เป้าหมาย / วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1 เพื่อให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ได้มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตัวเอง	<b>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</b> เด็กเยาวชน/ประชาชน ได้ออกกำลังกาย สุขภาพร่างกายแข็งแรง
ข้อที่ 2 เพื่อให้เด็ก เยาวชน และประชาชน ได้รู้จักและรับประทานอาหารที่มีประโยชน์	เด็กเยาวชน/ประชาชน ได้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์
ข้อที่ 3 เพื่อเพื่อให้เด็ก เยาวชนและประชาชน รักการออกกำลังกาย	เด็กเยาวชน/ประชาชน ได้รักการออกกำลังกาย
ข้อที่ 4. เป็นการสนับสนุนให้เกิดความรักสามัคคีและการทำกิจกรรมร่วมกัน	เกิดความรักสามัคคีและได้ทำกิจกรรมร่วมกัน

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย**

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. กิจกรรม การเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ	6,400.บาท	
1.1 กิจกรรมย่อย - การเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ	ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ 400.- บาท ค่าน้ำดื่ม/น้ำแข็ง 5,000.- บาท ค่าเครื่องชั่งน้ำหนัก 1,000.- บาท	1 เม.ย..64 ถึง 30 ก.ย. 64 ทุก วัน จันทร์ – ศุกร์ เวลา 16.30 น. – 18.00 น.
<b>หมายเหตุ</b> ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้	<b>รวมเป็นเงิน 6,400.-บาท</b>	

## 7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557  
ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....กลุ่มแอโรบิคเพื่อสุขภาพ หมู่ที่ 5 บ้านทอนตรน.....

- 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข  
[ข้อ 7(1)]

7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น  
[ข้อ 7(2)]

- 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
- 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ  
พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....

- ✓ 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....40....คน.....
- 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

#### 7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
  - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ  
 อารมณ์
  - 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
  - 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

อารมณั

- 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ
- 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม

ในการทำงาน

- 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

- 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

- 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเมะเร็ง
- 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
  - 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
  - 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางสาวอุไรรัตน์ อินทร์ทอง)

ตำแหน่ง ประธานกลุ่มแอโรบิคเพื่อสุขภาพ หมู่ที่ 5 บ้านทอนตรน

วันที่-เดือน-พ.ศ. ....

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองทรายขาว  
ครั้งที่ ...1 / 2564..... เมื่อวันที่.....18 มีนาคม 2564..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/  
กิจกรรม ดังนี้

**อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน.....6,400.....บาท  
เพราะ.....

**ไม่อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

.....  
.....  
.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

.....  
.....  
.....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3)ภายในวันที่

.....

ลงชื่อ.....

(นายบุญส่ง เมืองสง)

กรรมการ/เลขานุการ ปฏิบัติหน้าที่

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองทรายขาว

วันที่.....เดือน.....-พ.ศ. ....