**โครงการมหกรรมรวมพลคนสุขภาพดี TO BE NUMBER ONE ตำบลนาแสง**

**อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ปีงบประมาณ 2564**

**.........................................................**

**ประเด็นยุทธศาสตร์สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบึงกาฬ**

**ประเด็นที่ 1 :** ส่งเสริมสุขภาพป้องกันโรคและคุ้มครองผู้บริโภค

**ประเด็นยุทธศาสตร์หน่วยคู่สัญญาบริการปฐมภูมิ(CUP)ศรีวิไล**

**ประเด็นที่ 1 :** ส่งเสริมสุขภาพป้องกันโรคและคุ้มครองผู้บริโภค

**หน่วยงานผู้รับผิดชอบ** : โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาแสง

: โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาคำแคน

**เป้าประสงค์ (CUP) :** ประชาชนอำเภอศรีวิไลมีสุขภาพดี ลดภาวะเสี่ยงจากโรคและภัยสุขภาพ

**ตัวชี้วัด (CUP) :** ระดับความสำเร็จของการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ เฝ้าระวังโรคและภัยสุขภาพ

**กิจกรรมระดับโครงการ :** 1. จัดมหกรรมการออกกำลังกายการเต้นแอโรบิคแด๊น เล่นกีฬาฟุตบอล ของชมรม

ออกกำลังกายทั้ง 9 หมู่บ้าน

2. จัดบูธนิทรรศการให้ความรู้การดูแลสุขภาพแก่ประชาชน

**ผลผลิตระดับโครงการ :** ๑. ประชาชนตำบลนาแสงได้มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และมีสุขภาพอนามัยที่ดีขึ้น

๒. แกนนำด้านการออกกำลังกายได้นำไปใช้ในการเป็นผู้นำด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในชุมชนได้อย่างถูกต้อง

**1.หลักการและเหตุผล**

ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในด้านต่างๆที่มีความทันสมัยสะดวกสบายมากขึ้นทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไปประชาชนมีการออกกำลังกายน้อยลงทำให้ร่างกายอ่อนแอและปัจจุบันนี้ปัญหาโรคไม่ติดต่อได้เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ จากรายงานของกระทรวงสาธารณสุขพบว่าโรคที่เป็นปัญหาในชุมชน ๕ อันดับแรกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โดยระบบกล้ามเนื้อและโครงร่างและไขมันอุดตันในเส้นเลือด ผู้ป่วยที่พบส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงานและกลุ่มผู้สูงอายุ จากการสอบถามพบว่าผู้ป่วยขาดการออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพของคนในชุมชนซึ่งถ้าประชาชนได้บริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอก็จะสามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้

ดังนั้น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาแสงและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาคำแคน ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย จึงได้จัดโครงการมหกรรมรวมพลคนสุขภาพดี TO BE NUMBER ONE ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ปีงบประมาณ 2564 ขึ้น โดยใช้การออกกำลังกายโดยวิธีการเต้นแอโรบิคแด๊น เล่นกีฬาฟุตบอล เห็นว่าการออกกำลังกายเป็นวิธีหนึ่ง เพื่อเป็นทางเลือกให้แก่ผู้ที่สนใจการกระตุ้นให้เกิดความตระหนักและตื่นตัวเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ เสริมสร้างความสามัคคี และที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคดังกล่าวด้วย

**2.วัตถุประสงค์**

1. เพื่อให้ภาคีเครือข่ายตำบลนาแสงร่วมขับเคลื่อนยุทธศาสตร์สุขภาพดี โดยการมีส่วนร่วมและสร้างความเข้มแข็งให้เกิดขึ้นภายในตำบล

2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการและภาคีเครือข่ายแกนนำสร้างสุขภาพ นำนโยบายสู่การปฏิบัติการสร้างสุขภาพที่ยั่งยืน

3. ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการและประชาชนในพื้นที่ตระหนักและตื่นตัวในการดูแลสุขภาพของตนเอง

4. เพื่อให้ประชาชนตำบลนาแสงใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

**3.วิธีดำเนินการ**

1. จัดทำโครงการขออนุมัติ

2. แต่งตั้งคณะทำงาน

3. จัดประชุมเจ้าหน้าที่เพื่อเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรม

4. ประสานพื้นที่เครือข่ายสร้างสุขภาพทุกชมรมทุกหมู่บ้านในเขตตำบลนาแสง

5. ดำเนินการจัดมหกรรมรวมพลคนสุขภาพดี TO BE NUMBER ONE ตำบลนาแสง โดยมีกิจกรรม ดังนี้

5.1 จัดบูธนิทรรศการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายแก่ประชาชน

5.2 จัดกิจกรรมการออกกำลังกายการเต้นแอโรบิคแด๊น เล่นกีฬาฟุตบอล ของชมรมออกกำลังกายทั้ง 9 หมู่บ้าน

6. สรุปผลการดำเนินการ

**4. กลุ่มเป้าหมาย**

ประชาชนตำบลนาแสง จำนวน 300 คน

**5. สถานที่ดำเนินการ**

โรงเรียนบ้านนาคำแคน ตำบลนาแสง อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ

**6. ระยะเวลาดำเนินงาน**

20 ตุลาคม ๒๕63 – ธันวาคม ๒๕63

**7. งบประมาณ**

งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาคำแคน โดยได้รับการโอนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาแสง ปีงบประมาณ 2564 จำนวนเงิน 35,800 บาท

**1. มหกรรมรวมพลคนสุขภาพดี TO BE NUMBER ONE ตำบลนาแสง**

1. ค่าจัดบู๊ทนิทรรศการให้ความรู้ด้วยการออกกำลังกายแก่ประชาชน จำนวน 2 บู๊ท x 3,000 บาท เป็นเงิน 6,000 บาท

2. **ค่าสนับสนุนชมรมออกกำลังกาย** จำนวน 3,000 บาท x 9 ชมรม เป็นเงิน 27,000 บาท

3. ค่าจ้างเหมาจัดเตรียมสถานที่ เป็นเงิน 2,800 บาท

**รวมเป็นเงิน 35,800 บาท**

**(สามหมื่นห้าพันแปดร้อยบาทถ้วน)**

หมายเหตุ : ขออนุมัติถัวเฉลี่ยจ่ายทุกรายการ

**8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ทำให้เกิดภาคีเครือข่ายร่วมขับเคลื่อนยุทธศาสตร์สุขภาพดี โดยมีส่วนร่วมและสร้างความเข้มแข็งให้เกิดขึ้นภายในตำบล

2. ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการและภาคีเครือข่ายแกนนำสร้างสุขภาพ นำนโยบายสู่การปฏิบัติการสร้างสุขภาพที่ยั่งยืน

3. ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการและประชาชนในพื้นที่ตระหนักและตื่นตัวในการดูแลสุขภาพของตนเอง

4. ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการเกิดความรู้ และเข้าใจวิธีการที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพและประโยชน์ของการออกกำลังกายและสามารถนำความรู้ไปอธิบายให้ประชาชนในตำบลเข้าใจวิธีการดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธี

5. ทำให้ผู้เข้าร่วมโครงการเกิดทักษะ และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพตนเองและครอบครัว

**9. การติดตามและประเมินผล**

1.รายงานความก้าวหน้าการดำเนินงานทุก 3 เดือน ให้คณะเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

**โครงการมหกรรมรวมพลคนสุขภาพดี TO BE NUMBER ONE ตำบลนาแสง**

**อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ ปีงบประมาณ 2564 งบกองทุนฯตำบลนาแสง จำนวนเงิน 35,800 บาท**

ลงชื่อ...........................................ผู้เขียน/ผู้เสนอโครงการ

(นายภาดล ธรรมสุนา)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาคำแคน

ลงชื่อ...........................................ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายบุญล้อม ภารไสว)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาแสง

กรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาแสง

ลงชื่อ..........................................ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางสาวบัวเรียง ไพศาล)

รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาแสง

เลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาแสง

ลงชื่อ..........................................ผู้อนุมัติโครงการ

(ขันชัย ธานีวรรณ)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลนาแสง

ปฏิบัติหน้าที่ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลนาแสง

ลงชื่อ.........................................ผู้เสนอโครงการ

(นายภาดล ธรรมสุนา)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาคำแคน

ลงชื่อ...........................................ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายบุญล้อม ภารไสว)

ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลนาแสง

ลงชื่อ............................................ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสมชัย คำหงษา)

สาธารณสุขอำเภอศรีวิไล