

โครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย Happy AND Healthy ตำบลหนองเหล่า ปีงบประมาณ 2565

เรื่อง ขอสื่อโครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย Happy AND Healthy ตำบลหนองเหล่า ปีงบประมาณ 2565
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลหนองเหล่า

ด้วย โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองเหล่า ตำบลหนองเหล่า อำเภอเขื่องใน จังหวัดอุบลราชธานี มีความประสงค์จะจัดทำ โครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย Happy AND Healthy ตำบลหนองเหล่า ปีงบประมาณ 2565 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลหนองเหล่า เป็นเงิน 30,025.- บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด)

หลักการเหตุผล

เนื่องจากสภาพปัจจุบัน ประชาชนในตำบลหนองเหล่า ไม่ค่อยเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายเท่าที่ควร ขาดการเอาใจใส่ดูแล ร่างกาย ตลอดจนปัญหาเรื่องของปัญหาพฤติกรรมการกิน และรูปแบบการใช้ชีวิตที่เร่งรีบอันนำมาสู่โรคอ้วนและโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ จึงทำให้ร่างกายไม่แข็งแรง และมีน้ำหนักตัวมากเกินไป ก่อให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ตลอดเวลา มีภาวะเสี่ยงต่อโรคอ้วน ตลอดจนโรคไข้หวัดเรื้อรังซึ่งมีผลต่อสุขภาพร่างกาย

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองเหล่า ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญและความจำเป็นของการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในทุกๆ วัย จึงได้ดำเนินการโครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย Happy And Healthy ตำบลหนองเหล่า เพื่อกระตุ้นและส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการให้ความรู้เกี่ยวกับภาวะโภชนาการ ซึ่งจะพัฒนาศักยภาพให้มีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมกับวัยเพื่อให้นักเรียนมีร่างกายที่แข็งแรง และลดภาวะน้ำหนักเกินเกณฑ์ ตลอดจนมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้นและถ่ายทอดให้กับผู้อื่นได้

1. วัตถุประสงค์

1. เพิ่มการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ
2. ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายให้ประชาชนทุกกลุ่มวัย

2. วิธีดำเนินการ

1. ขั้นตอนวางแผนงาน
 - 1.1 ร่วมกันประชุมวางแผน กำหนดเป้าหมาย จำนวนกลุ่มเป้าหมาย เนื้อหาและรูปแบบวิธีการดำเนินงานโครงการ
 - 1.2 ประสานดำเนินงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
 - 1.3 จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติต่อคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลหนองเหล่า
2. ขั้นตอนการดำเนินงาน
 - 2.1 อบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การจัดกิจกรรมทางกาย ตามโครงการ Happy and healthy ให้ประชาชนแกนนำ
 - 2.2 กิจกรรมทางกายตามโครงการ Happy and healthy
3. ประเมินผลการดำเนินงาน
4. สรุปผลการดำเนินงานตามแผนงานโครงการ ส่งให้กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลหนองเหล่า

ตารางรายละเอียดการจัดกิจกรรม

กิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	วัตถุประสงค์	วัน เวลาดำเนินการ
กิจกรรมที่ 1 ประชุมชี้แจงขั้นตอนการดำเนินงาน	- ผู้นำหมู่บ้าน 11 หมู่ หมู่ๆละ 3 คน จำนวน 33 คน	ประชุมคณะทำงานเพื่อชี้แจง โครงการฯ และมอบหมาย ภาระงาน	1 มีนาคม 2565 - 30 ธันวาคม 2565
กิจกรรมที่ 2 อบรมเชิงปฏิบัติการบรรยายเนื้อหา โดยวิทยากร	- ประชาชนทั่วไป 11 หมู่ๆละ 15 คน จำนวน ทั้งหมด 165 คน	ประชาชนแกนนำมีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับหลักการ ออกกำลังกายและการบริโภค อาหารเพื่อสุขภาพ	1 มีนาคม 2565 - 30 ธันวาคม 2565
กิจกรรมที่ 3 การจัดกิจกรรมทางกายประกวดการ ออกกำลังกายเชิงสร้างสรรค์	- ประชาชนทั่วไป 11 หมู่ๆละ 15 คน จำนวน ทั้งหมด 165 คน	มีนิสัยรักการออกกำลังกาย มีร่างกายแข็งแรง สมรรถภาพทางกายสมบูรณ์	1 มีนาคม 2565 - 30 ธันวาคม 2565
กิจกรรมที่ 4 จัดทำรายงานสรุปผลการดำเนินงาน ตามโครงการ พร้อมจัดส่งรายงานผล การดำเนินงานให้คณะกรรมการ กองทุนทราบเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ	- ผู้รับผิดชอบโครงการ	- สรุปรายงานและจัดส่ง กองทุน	1 มีนาคม 2565 - 30 ธันวาคม 2565

3. กลุ่มเป้าหมายประชาชนทั่วไป 11 หมู่ๆละ 15 คน จำนวน165..... คน

4. ระยะเวลาดำเนินการ

1 มีนาคม 2565 - 30 ธันวาคม 2565

5. สถานที่ดำเนินการ

ศาลาประชาคม หมู่ที่ 1 ตำบลหนองเหล่า อำเภอเขื่องใน จังหวัดอุบลราชธานี

6. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลหนองเหล่า จำนวน 30,025.- บาท
รายละเอียดตามกิจกรรมดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ 1 อบรมเชิงปฏิบัติการบรรยายเนื้อหาโดยวิทยากร

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 165 คนๆละ 50 บาท x 1 มื้อ เป็นเงิน 8,250 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 165 คนๆละ 25 บาท x 2 มื้อ เป็นเงิน 8,250 บาท
- ค่าวิทยากร 2 คนๆละ 600 บาท เป็นเงิน 1,200 บาท
- ค่าป้ายโครงการ เป็นเงิน 500 บาท

กิจกรรมที่ 2 กิจกรรมทางกาย

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 165 คนๆละ 25 บาท x 1 มื้อ เป็นเงิน 4,125 บาท
- ค่าวิทยากร 2 คนๆละ 600 บาท เป็นเงิน 1,200 บาท

- ค่าตอบแทนประกวดเต้นเชิงสร้างสรรค์

รางวัลที่ 1 จำนวน 1 รางวัล	เป็นเงิน 1,000 บาท
รางวัลที่ 2 จำนวน 1 รางวัล	เป็นเงิน 800 บาท
รางวัลที่ 3 จำนวน 1 รางวัล	เป็นเงิน 700 บาท
รางวัลชดเชย จำนวน 8 รางวัลๆ 500 บาท	เป็นเงิน 4,000 บาท
	รวม 6,500 บาท

รวมเป็นเงิน จำนวน 30,025.- บาท (สามหมื่นยี่สิบห้าบาทถ้วน)

*** สามารถถัวเฉลี่ยได้ทุกรายการ***

7. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ประชาชนในตำบลหนองเหล่า มีสุขนิสัยในการดูแลสุขภาพ และออกกำลังกายสม่ำเสมอ ความรู้ ความเข้าใจภาวะโภชนาการและการบริโภคอาหาร 5 หมู่ อย่างถูกต้อง มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น

8. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว โดยสามารถลงรายการได้มากกว่า 1 รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น)

8.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ที่รับผิดชอบโครงการ/กิจกรรม (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อ(หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน).....โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองเหล่า.....

- 1. หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. [ข้อ 10 (1)]
- 2. หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท. [ข้อ 10 (1)]
- 3. หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. [ข้อ 10 (1)]
- 4. หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน [ข้อ 10 (2)]
- 5. องค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ 10 (2)]
- 6. ศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ [ข้อ 10 (3)]
- 7. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) [ข้อ 10 (4)]

8.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 1. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ สถานบริการ หรือหน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)]
- 2. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ 10 (2)]
- 3. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ) [ข้อ 10 (3)]
- 4. สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 5. สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]

8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

- 1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน
- 2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน
- 3. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน
- 4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....คน
- 5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....คน
- 6. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน
- 7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน
- 8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....165.....คน
- 9. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 10. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ)จำนวน.....คน

8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด**
 - 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 6. การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 8. อื่น ๆ (ระบุ)
- 8.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน**
 - 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 8. อื่น ๆ (ระบุ)
- 8.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน**
 - 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 9. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 9. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 9. อื่น ๆ (ระบุ)

8.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8. อื่น ๆ (ระบุ)

- 8.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 6. อื่น ๆ (ระบุ)
- 8.4.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
 - 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
 - 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
 - 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
 - 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)
- 8.4.10 กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....
- 1. อื่น ๆ (ระบุ)

ลงชื่อ.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางวันเพ็ญ สืบสิงห์)

ตำแหน่ง ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลหนองเหล่า

วันที่-เดือน-พ.ศ. กุมภาพันธ์ 2565

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

.....
ครั้งที่...../ 25..... เมื่อวันที่.....ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
ดังนี้

- งบประมาณที่เสนอ จำนวน..... บาท
- อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวนบาท
เพราะ

-
- ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

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

.....

ลงชื่อ

(.....)

ตำแหน่ง

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพ (ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

1. ผลการดำเนินงาน

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

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์
- ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

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

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรมคน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติบาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริงบาท คิดเป็นร้อยละ

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

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯบาท คิดเป็นร้อยละ

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี
- มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

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

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

.....

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

ลงชื่อ ผู้รายงาน
(.....)
ตำแหน่ง
วันที่-เดือน-พ.ศ.