

โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยวิธีการเดินบาสโลบ ชุมชนบ้านคลองหวะ 3 ปี 3

แบบเสนอโครงการ กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น
เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ 65-L7257-2-02

ชื่อโครงการ/กิจกรรม โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยวิธีการเดินบาสโลบ ชุมชนบ้านคลองหวะ 3 ปี 3

ชื่อกองทุน กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองหวั

ประเภทการสนับสนุน

- สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงาน สาธารณสุข (ข้อ 10(1))
- สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/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
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา
- กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
- สำนักงานสาขากองทุน

ชื่อองค์กร กรรมการชุมชนบ้านคลองหวะ 3

กลุ่มคน

1. นางสาวภา คมมงคล โทร. 081 969 8223
2. นางจำเริญ บุญเลิศ โทร. 087 967 8931
3. นางศุภีย์ พันโน โทร. 089 653 1894
4. นางสาวอารีย์ บุญวรรณโม โทร. 086 964 5009
5. นางพรทิพย์ สัตยาธิกุล โทร. 081 599 4969

วันอนุมัติ 24 กุมภาพันธ์ 2565

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2565 ถึง 30 กันยายน 2565

งบประมาณ จำนวน 28,270.00 บาท

1. หลักการและเหตุผล

การเดินบาสโลบเป็นรูปแบบการออกกำลังกายแบบใหม่ที่ส่งเสริมให้ประชาชนรักกา ออกกำลังกาย ส่งเสริมสุขภาพ ช่วยชะลอการเสื่อมของเซลล์สมอง เนื่องจากมีการจดจำที่เด่น ทำให้มีความสวยงามทำให้เกิดเพลิดเพลิน นอกจากนี้ยังช่วยส่งเสริมคนในชุมชน มีความสมัครสม มานสามัคคี ในการทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อสาธารณะและเป็นการดำเนินการตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ที่ได้กำหนดให้ทุกชุมชนมีกิจกรรมส่งเสริม 3อ. (อาหาร อารมณ์ ออกกำลังกาย) พิीलลโรโคโมติดคือเรื่องรัก ภาวะอ้วนลงพุง อีกด้วย

จากการสำรวจของชุมชนคลองหระ 3 พบว่า ประชาชนที่มีอายุ 25 ปีขึ้นไป มีปัญหา ด้านสุขภาพ ได้แก่ ภาวะโภชนาการเกิน หรือภาวะอ้วนลงพุง สาเหตุเกิดจากการขาดความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องการออกกำลังกาย และขาดการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ประกอบกับสังคมปัจจุ ันเต็มไปด้วยสื่อโซเชียลมีเดียเข้ามาในชุมชน ได้แก่ เฟซบุ๊ก ไลน์ ส่งผลให้คนในชุมชนมีกิจกรรมทางกายน้อยลง ดังนั้น ชุมชนบ้านคลองหระ 3 จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายการเดิน บาสโลบขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ชุมชนบ้านคลองหระได้หันมาออกกำลังกายด้วยการเดินบาสโลบเพิ่มมากขึ้น และมีความต่อเนื่อง

2. สถานการณ์ปัญหา

ลำดับ	สถานการณ์ปัญหา	ขนาด
1.	ร้อยละของคนในชุมชนออกกำลังกายด้วยบาสโลบ	30.00
2.	ร้อยละของการใช้ประโยชน์ของพื้นที่สาธารณะในการมีกิจกรรมทางกายของ คนในชุมชน	10.00
3.	ร้อยละของสมาชิกในกลุ่มที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์	20.00

3. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

ลำดับ	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย 1 ปี
1.	เพื่อส่งเสริมให้ชุมชนบ้านคลองหระมีการออกกำลังกายด้วยบาสโลบและ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง	ร้อยละของคนในชุมชนบ้านคลองหระมีการออกกำลังกายด้วยบาสโลบเพิ่มขึ้น	90.00
2.	เพิ่มพื้นที่สาธารณะที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายของคนในชุมชน	ร้อยละของการใช้ประโยชน์ของพื้นที่สาธารณะที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายของคนในชุมชน	80.00
3.	เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มบาสโลบที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ มีน้ำหนักลดลง	ร้อยละของสมาชิกในกลุ่ม ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ มีน้ำหนักลดลง หรือไม่เพิ่มขึ้น	80.00

4. วิธีดำเนินการ/กิจกรรม

1. กิจกรรมประชุมคณะทำงาน

รายละเอียด

- กิจกรรมประชุมคณะทำงาน เพื่อกำหนดรูปแบบการดำเนินกิจกรรม

ค่าใช้จ่าย

1. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 15 คน x 25 บาท x 1 มื้อ
เป็นเงิน 375 บาท ✓

งบประมาณ 375.00 บาท

2. อบรมให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

รายละเอียด

- อบรมให้ความรู้ เรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้กับสมาชิกกลุ่มบาสโลบ

ค่าใช้จ่าย

1. ค่าวิทยากร จำนวน 1 คน x 600 บาท x 2 ชั่วโมง
เป็นเงิน 1,200 บาท ✓
2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 50 คน x 25 บาท x 1 มื้อ
เป็นเงิน 1,250 บาท ✓
3. ค่าป้ายไฉฉือ จำนวน 1 พื้น ขนาด 2.0 x 2.4 เมตร x 150 บาท
เป็นเงิน 300 บาท ✓
4. ค่าพนักงานขนย้าย จำนวน 10 ก่อ่ง (50 ชิ้น) x 125 บาท
เป็นเงิน 1,250 บาท ✓
5. ค่ารถบรรทุก (500 กก) จำนวน 10 ขวด x 50 บาท
เป็นเงิน 500 บาท ✓

งบประมาณ 4,920.00 บาท

3. กิจกรรมออกกำลังกายการเดินบาสโลบ

รายละเอียด

- บันทึกข้อมูลสุขภาพของผู้เข้าร่วมโครงการก่อนดำเนินการ ได้แก่ น้ำหนัก ส่วนสูง เส้นรอบเอว
- จัดกิจกรรมออกกำลังกายด้วยการเดินบาสโลบ โดยจัดกิจกรรม จำนวน 3 ครั้ง/สัปดาห์ (อาทิตย์,จันทร์,อังคาร) เวลา 17.00 – 18.00 น.

ค่าใช้จ่าย

1. ค่าตอบแทนผู้นำออกกำลังกาย จำนวน 1 คน x 300 บาท x 3 ครั้ง/สัปดาห์ x 4 สัปดาห์/เดือน x 6 เดือน
เป็นเงิน 21,600 บาท ✓

งบประมาณ 21,600.00 บาท

4. ประชุมคณะกรรมการสรุปผลการดำเนินงานโครงการ

รายละเอียด

- ประชุมคณะกรรมการสรุปผลการดำเนินงานโครงการ

ค่าใช้จ่าย

1. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 15 คน x 25 บาท x 1 มื้อ
เป็นเงิน 375 บาท
2. ค่าจัดที่เอกสารสรุปโครงการ เป็นเงิน 1,000 บาท

งบประมาณ 1,375.00 บาท

5. งบประมาณ

งบประมาณโครงการ 28,270.00 บาท

6. ระยะเวลาดำเนินการ

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2565 ถึง 30 กันยายน 2565

7. สถานที่ดำเนินการ

อาคารอเนกประสงค์บ้านคลองหระ (อนุสรณ์กำนันวร ทวีรัตน์) ตำบลคลองหระ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

8. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองหระ จำนวน 28,270.00 บาท รายละเอียดตั้งในวิธีดำเนินการ/กิจกรรม ด้านบน

9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มอาสาสมัครมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
2. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มอาสาสมัครที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มีน้ำหนักลดลง

10. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

10.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร กรมการชุมชนบ้านคลองหะ 3

ชื่อกลุ่มคน

1. นางสาวภา คมมงคล โทร. 081 969 8223
2. นางจำเริญ บุญเลิศ โทร. 087 967 8931
3. นางสุนีย์ พิณโน โทร. 089 653 1894
4. นางสาวอารีย์ บุญวรรณโน โทร. 086 964 5009
4. นางพรทิพย์ สัตยารักษ์ โทร. 081 599 4969

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 ที่มีใช้หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 10.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน
- 10.1.6 สำนักงานเลขาธิการกองทุน

10.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการ หลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 10.2.1 ประเภท 1 สนับสนุนการจัดการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถาน บริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
- 10.2.2 ประเภท 2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่ม หรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น
- 10.2.3 ประเภท 3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ
- 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 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีความเสี่ยง
- 10.3.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ 10(4))

จำนวนกลุ่มเป้าหมายที่คาดว่าจะได้รับผลประโยชน์ 50 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/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 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/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 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/ฝึกอบรมให้ความรู้
- 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/ฝึกอบรมให้ความรู้
- 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 และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรมให้ความรู้
- 10.4.7.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 10.4.7.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 10.4.7.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 10.4.7.8 อื่นๆ

ระบุ

10.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- 10.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 10.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 10.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 10.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรมให้ความรู้
- 10.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 10.4.8.6 อื่นๆ

ระบุ

10.4.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 1(4)]

10.4.9.1 อื่นๆ

ระบุ

ลงชื่อ เสาวภา ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(..... นางเสาวภา คงมงคล)

ตำแหน่ง: ประธานชุมชนบ้านคลองห้วย 3

วันที่ เดือน-พ.ศ. 4 ก.พ. 2565

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....เทศบาลเมืองคอหงส์.....

ครั้งที่.....2/2565.....เมื่อวันที่.....24 กุมภาพันธ์ 2565.....ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน.....28,270.....บาท

เพราะ โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยวิธีการเดินบนสไลด์ชุมชนบ้านคลองหวะ 3 ปี 3 เป็นโครงการที่เป็นประโยชน์ต่อประชาชน และเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนฯ.....

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่.....30 กันยายน 2565.....

ลงชื่อ.....

(นายทวีศักดิ์ ทวีรัตน์)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เทศบาลเมืองคอหงส์

วันที่-เดือน-พ.ศ.24 กุมภาพันธ์ 2565.....