

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา
(แบบฟอร์มนี้เป็นตัวอย่าง กองทุน สามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมรายละเอียดได้ตามความเหมาะสม)

รหัสโครงการ	61 - Lxxxx -X-99 ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	พัฒนาทักษะการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัยแก่พ่อแม่ ผู้ปกครอง และครูผู้ดูแลเด็ก เพื่อพัฒนาการสมวัย ใส่ใจลูกรัก ห่างไกลโรค
ชื่อกองทุน	หลักประกันสุขภาพตำบลมะรือโบออก
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input 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 กองการศึกษา <input type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร..... กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1..... 2..... 3..... 4..... 5.....
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่ 1 เดือนเมษายน พ.ศ. 2561 ถึง วันที่ 30 เดือนมิถุนายน พ.ศ.2561
งบประมาณ	จำนวน 13,250.-บาท
หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)	<p>เด็กปฐมวัยหรือเด็กวัยตั้งแต่แรกเกิดถึง 5 ปี เป็นช่วงอายุที่มีอัตราของการพัฒนาการสูง ถ้าเด็กได้รับการเลี้ยงดูที่ดีและถูกต้องตามหลักจิตวิทยา และหลักวิชาการอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เด็กก็จะพัฒนาได้เต็มตามศักยภาพ ซึ่งงานวิจัยต่างๆ และทฤษฎีต่างๆ ที่เกี่ยวกับเด็กปฐมวัย ได้ระบุว่าช่วงเวลาที่สำคัญและจำเป็นที่สุดในการพัฒนาสมองคือช่วง 5 ปีแรกของชีวิต เด็กที่ไม่ได้รับการเลี้ยงดูและพัฒนาอย่างถูกต้องในช่วงเวลานี้เมื่อพ้นวัยนี้แล้ว โอกาสทองเช่นนี้จะไม่หวนกลับมาอีก ดังนั้น ครอบครัว พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู ผู้เลี้ยงดูเด็กต้องมีความเข้าใจ ตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาเด็กในช่วงวัย 0 - 5 ปี ต้องสามารถเลี้ยงดู จัดประสบการณ์พัฒนาเด็กให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาได้เต็มศักยภาพ</p> <p>การพัฒนามนุษย์อย่างมีประสิทธิภาพ จำเป็นต้องเริ่มตั้งแต่วัยทารก ช่วงปฐมวัยและต่อเนื่องตลอดชีวิต หลักวิชาและการวิจัยได้แสดงว่าปัจจัยแวดล้อมและการเลี้ยงดูที่เหมาะสม สามารถเปลี่ยนโครงสร้างและประสิทธิภาพการทำงานของสมองมนุษย์ได้ เวลาที่</p>

สำคัญและจำเป็นที่สุดในการพัฒนาสมองคือในช่วง 5 ปี แรกของชีวิต การพัฒนาคุณภาพมนุษย์ที่ยั่งยืน และป้องกันปัญหาสังคมในระยะยาว จำเป็นต้องเริ่มพัฒนาตั้งแต่ปฐมวัย โดยเน้นให้ครอบครัวเป็นแกนหลักและชุมชนเป็นฐานที่มีส่วนร่วมอย่างแท้จริงในการพัฒนาเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

1. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ และขอสนับสนุนงบประมาณ
2. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้ดูแลเด็ก
3. ทำหนังสือเชิญวิทยากร
4. ทำหนังสือเชิญพ่อแม่ ผู้ปกครอง
5. ดำเนินการตามโครงการ
 - 5.1 อบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับพัฒนาทักษะการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย
 - 5.2 อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมโรคทั่วไป
 - 5.3 ให้ความรู้เสริมสร้างสุขนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของการฉีดยุคขึ้น และการดูแลหลังจากการได้รับวัคซีน
6. ประเมิน/สรุปผลโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ปกครอง เห็นความสำคัญ มีความรู้ความเข้าใจ และนำทักษะกระบวนการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาศักยภาพของเด็กปฐมวัย
2. ระดับพัฒนาการของสมอง และศักยภาพของเด็กปฐมวัยสูงขึ้น และเพิ่มขีดความสามารถด้านการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ อย่างชัดเจน
3. เด็กปฐมวัยได้รับการคุ้มครอง และส่งเสริมให้มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี และอยู่ในสังคมได้อย่างปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่างๆ ทางสังคมและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ โดยมีความพร้อมที่จะดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<p>เป้าหมายเชิงปริมาณ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จำนวนพ่อแม่ ผู้ปกครอง ทั้งหมด 31 คน - คณะกรรมการ จำนวน 5 คน - เจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้อง 2 คน - ครูผู้ดูแลเด็ก 2 คน <p>เป้าหมายเชิงคุณภาพ</p> <ul style="list-style-type: none"> - พ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้ดูแลเด็ก พัฒนาทักษะความรู้ในการเตรียมความพร้อมอย่างมีมาตรฐานแก่เด็กปฐมวัยให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี <p>วัตถุประสงค์</p> <p>ข้อที่ 1 เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตเด็กปฐมวัยด้วยกระบวนการมีส่วนร่วมระหว่างครอบครัวและศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก</p>	<p>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาทักษะ การเลี้ยงดูเด็ก ร้อยละ 80
<p>ข้อที่ 2 เพื่อส่งเสริม สนับสนุนการเตรียมความพร้อมอย่างมีมาตรฐานแก่เด็กปฐมวัยให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และผู้ดูแลเด็ก</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้ปกครองได้รับความรู้ เกี่ยวกับการป้องกัน และการควบคุมโรค ร้อยละ 80
<p>ข้อที่ 3 ผู้ปกครอง และครูผู้ดูแลเด็กมีความรู้และสามารถดูแลเด็กได้อย่างถูกต้องวิธี</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ผู้ปกครอง และครูผู้ดูแลเด็ก ได้รับความรู้ในการเสริมสร้างสุขนิสัยที่ดี และการดูแลสุขภาพของการฉีดยุคขึ้น ร้อยละ 80

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย(ปรับเปลี่ยน หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1. อบรมให้ความรู้ผู้ปกครองเกี่ยวกับพัฒนาทักษะการเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย	1. ค่าอาหารสำหรับผู้เข้าอบรม วิทยากร และเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องจำนวน 40 คนๆ ละ 60 บาท เป็นเงิน 2,400 บาท	
2. อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมโรคทั่วไป	2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้ารับการอบรม วิทยากรและเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องจำนวน 40 คน มีอยู่ละ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ เป็นเงิน 2,000 บาท	
3. ให้ความรู้เสริมสร้างสุขนิสัยที่ดีเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของการฉีควัคซีน และการดูแลหลังจากการได้รับวัคซีน	3. ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 6 ชั่วโมงๆละ 600 บาท เป็นเงิน 3,600 บาท 4. ค่าป้ายไวนิล ขนาด 1.2 X 2.5 ตรม. เป็นเงิน 750 บาท 5. เอกสารประกอบการอบรม 36 คนๆ ละ 25 บาท/ชุด เป็นเงิน 900 บาท 6. ค่ากระดาษพร้อมสกรีน จำนวน ๓๖ ใบๆละ 100 บาท เป็นเงิน 3,600 บาท	
	รวม 13,250 บาท	

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

- 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.....
- 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 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 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/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 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
 - 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 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 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 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 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - 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

(นายอับดุลนาเซ ปาเนาะ)

ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมุฮัมมาดียะห์ ปาเรรูโบ๊ะ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 20 ตุลาคม 2560

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ..... ค.น.ท. นริศ อินทผลา
ครั้งที่ 1 / 2561 เมื่อวันที่ 11 มกราคม 2561 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 13,250 บาท
เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่

ลงชื่อ.....

(นายวันชุลฉัตรน้อย หะยิมะปิไชยะ)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการบริหารส่วนตำบลมะรุือโบซอก

วันที่-เดือน-พ.ศ.