



แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

เรื่อง ขอเสนอโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

ด้วยกลุ่มแกนนำสุขภาพชุมชนโรงพยาบาลกันตัง มีความประสงค์จะจัดทำโครงการ ชุมชน
โรงพยาบาลกันตัง ร่วมใจส่งเสริมสุขภาพออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า ปี ๒๕๖๖ ในปีงบประมาณ ๒๕๖๖
โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง เป็นเงิน ๒๕,๔๙๕
บาท โดยมีรายละเอียดโครงการ ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียด (สำหรับผู้เสนอโครงการลงรายละเอียด)

๑. หลักการและเหตุผล

สังคมในยุคปัจจุบัน ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ทำให้มนุษย์มี
เครื่องทุ่นแรงมากมาย เป็นผลให้การใช้แรงงานในชีวิตประจำวันลดน้อยลง ประกอบกับการต่อสู้แข่งขันใน
เรื่องการศึกษา การทำมาหากิน ทำให้การออกกำลังกายเปรียบเสมือนสิ่งฟุ่มเฟือยแทนที่จะเป็นสิ่งจำเป็น จึง
มีคนจำนวนมากที่ออกกำลังกายไม่พอ หรือขาดการออกกำลังกาย จนถึงขั้นเกิดโทษแก่ร่างกาย วิถีชีวิตการ
ดำรงชีวิตของประชาชนเปลี่ยนแปลงไป และทุกกลุ่มวัยก็มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป มีพฤติกรรมด้านสุขภาพที่ไม่
เหมาะสม เสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้มากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เช่น
โรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง ประชาชนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน และความดันโลหิตสูง ผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
สามารถออกกำลังกายเพื่อป้องกันการเกิดโรคหรือลดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้ และยังทำให้มีสุขภาพร่างกาย
ที่แข็งแรง สุขภาพจิตดีตามไปด้วย การออกกำลังกายแต่ละอย่างก็จะเหมาะสมกับแต่ละช่วงอายุแตกต่างกัน
ไปแต่มีการออกกำลังกายรูปแบบหนึ่งที่เหมาะสมกับทุกเพศทุกวัยหรือแม้กระทั่งผู้สูงอายุ ซึ่งอาจจะมีการ
เคลื่อนที่หรือเคลื่อนไหวที่ล่าช้าหรือไม่คล่องแคล่วเหมือนวัยอื่นๆ นั่นคือการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าเพราะ
นอกจากใช้เป็นท่าในการออกกำลังกายแล้ว ยังทำให้ร่างกายตื่นตัว แข็งแรงและเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
ด้วย

ดังนั้นทางกลุ่มแกนนำสุขภาพชุมชนโรงพยาบาลกันตัง จึงได้จัดทำโครงการชุมชน
โรงพยาบาลกันตัง ร่วมใจส่งเสริมสุขภาพออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า ปี ๒๕๖๖ ขึ้น ได้รับความรู้ในการดูแล/
ส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าอีกทั้งเป็นการลดการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้ในระดับหนึ่ง
และส่งเสริมการออกกำลังกายในชุมชนลดการเกิดโรคหรือลดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้ในระดับหนึ่ง

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับความรู้ในการดูแล/ส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายด้วย
ผ้าขาวม้าอีกทั้งเป็นการลดการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้ในระดับหนึ่ง

๒. เพื่อให้เกิดการรวมกลุ่มการออกกำลังกายในชุมชน ส่งเสริมให้กลุ่มเป้าหมายมีสุขภาพดี ทั้งกาย
และใจ

๓. ตัวชี้วัดโครงการ

ร้อยละ ๘๐ ประชาชนที่เข้ารับการอบรม มีความพึงพอใจต่อการดำเนินโครงการอยู่ในระดับมาก

๔. กลุ่มเป้าหมาย

๑. กิจกรรมคัดกรอง/ประเมินภาวะสุขภาพประชาชนในชุมชน จำนวน ๑๕๐ คน

๒. กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการแก่ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรัง จำนวน ๕๐ คน

๕. กิจกรรมและวิธีดำเนินการ

๑. จัดประชุม/ประชาคมในชุมชน

๒. เสนอโครงการเพื่อให้อนุกรรมการกลั่นกรอง/คณะกรรมการกองทุนฯ เพื่อขออนุมัติงบประมาณ
๓. ประชุมชี้แจงแก่นำสุขภาพในชุมชน วางแผนการดำเนินงาน มอบหมายหน้าที่รับผิดชอบ
๔. ประชาสัมพันธ์โครงการ และประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
๕. จัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการคัดกรอง/ประเมินสุขภาพเบื้องต้น และอุปกรณ์ที่จำเป็น
๖. จัดกิจกรรมคัดกรอง/ประเมินสุขภาพเบื้องต้น (ซึ่งนำหนัก/วัดรอบเอว/วัดความดันโลหิต/ประเมินดัชนีมวลกาย) แก่ประชาชนในชุมชน
๗. จัดกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้การดูแลส่งเสริมสุขภาพตามหลัก ๓๐ ๒๕ พร้อมฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าแก่ประชาชนกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรัง จำนวน ๑ วัน
๘. ประเมินความพึงพอใจผู้เข้ารับการอบรม
๙. จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายแก่ประชาชนในชุมชน อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ ครั้ง
๑๐. สรุปและรายงานผลการดำเนินงานแก่คณะกรรมการบริหารกองทุนฯ

๖. งบประมาณโครงการ

ขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตังจำนวน ๒๕,๔๙๕ บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. กิจกรรมคัดกรอง/ประเมินสุขภาพเบื้องต้น

- | | | |
|---|----------|-----------|
| - ค่าจัดซื้อเครื่องชั่งน้ำหนัก ๑ เครื่อง x ๘๐๐ บ. | เป็นเงิน | ๘๐๐ บาท |
| - ค่าจัดซื้อเครื่องวัดความดันโลหิต ๒ เครื่อง x ๒,๕๐๐ บ. | เป็นเงิน | ๕,๐๐๐ บาท |
| - ค่าจัดซื้อเครื่องเจาะน้ำตาลปลายนิ้ว ๑ เครื่อง x ๑,๐๐๐ บ. | เป็นเงิน | ๑,๐๐๐ บาท |
| - ค่าแถบตรวจน้ำตาล (๒๕ ชิ้น/กล่อง) ๖ กล่อง x ๓๒๐ บ. | เป็นเงิน | ๑,๙๒๐ บาท |
| - ค่าเข็มเจาะเลือดปลายนิ้ว ๑ กล่อง x ๘๐๐ บ. | เป็นเงิน | ๘๐๐ บาท |
| - ค่าวัสดุอุปกรณ์/อื่นๆที่เกี่ยวข้อง (สำลี, แอลกอฮอล์, ถ่านอัลคาไลน์) | เป็นเงิน | ๕๐๐ บาท |

๒. กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ

- | | | |
|--|----------|-----------|
| - ค่าสมนาคุณวิทยากร ๖ ชม. x ๖๐๐ บ. | เป็นเงิน | ๓,๖๐๐ บาท |
| - ค่าป้ายไวนิลโครงการ ๑ ผืน x ๓๗๕ บ. (ขนาด ๑.๐๐*๒.๕๐ เมตร) | เป็นเงิน | ๓๗๕ บาท |
| - ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ ๒ ผืน x ๓๗๕ บ. (ขนาด ๑*๒.๕ ม.) | เป็นเงิน | ๗๕๐ บาท |
| - ค่าอาหารกลางวัน ๕๐ คน x ๗๐ บ. x ๑ มื้อ | เป็นเงิน | ๓,๕๐๐ บาท |
| - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๕๐ คน x ๓๐ บ. x ๒ มื้อ | เป็นเงิน | ๓,๐๐๐ บาท |
| - ค่าเอกสารประกอบการอบรม/แบบประเมินความพึงพอใจ | เป็นเงิน | ๕๐๐ บาท |
| - ค่าจัดซื้อผ้าขาวม้าเพื่อใช้สาธิต ๕๐ ผืน x ๕๕ บ. | เป็นเงิน | ๒,๗๕๐ บาท |
| - ค่าวัสดุ/อุปกรณ์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง | เป็นเงิน | ๑,๐๐๐ บาท |

๓. กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย (ไม่มีค่าใช้จ่าย)

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๕,๔๙๕ บาท

(หมายเหตุ : ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้)

๗. ระยะเวลาดำเนินการ

ตั้งแต่วันที่ ๑ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๕ ถึงวันที่ ๓๑ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

๘. สถานที่ดำเนินการ

ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง/ ที่ทำการชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

๙. วิธีการประเมินผล

แบบประเมินความพึงพอใจผู้เข้ารับการอบรม

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เข้ารับการอบรมได้รับความรู้ในการดูแล/ส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า
๒. ผู้เข้ารับการอบรมมีสุขภาพอนามัยที่พึงประสงค์ สามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้

๑๑. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอโครงการลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการดำเนินงานประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๑๑.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพฯ พ.ศ.๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

กลุ่มหรือองค์กรประชาชน [ข้อ ๑๐ (๒)]

๑๑.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)]

๑๑.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

๑๑.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

อื่นๆ การส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย

๑๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ

แกนนำสุขภาพ ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

๑. น.ส. สาลี ชื่นสมบัติ ตำแหน่ง ประธานแกนนำสุขภาพ ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

๒. นางวิยะดา นาคพน ตำแหน่ง แกนนำสุขภาพ ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

๓. นางพูนสุข คงขัน ตำแหน่ง แกนนำสุขภาพ ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

ลงชื่อ ผู้เสนอโครงการ/กิจกรรม

(นางสาวสาลี ชื่นสมบัติ)

ตำแหน่ง ประธานแกนนำสุขภาพชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

วันที่-เดือน-พ.ศ. 12 ม.ค. 2566

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง ครั้งที่ ๑/๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๖ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

เห็นควรอนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ๒๕,๔๙๕ บาท (สองหมื่นห้าพันสี่ร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)

เพราะเป็นการสนับสนุนให้กลุ่มหรือองค์กรประชาชน ได้ดำเนินกิจกรรมในการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคในชุมชน โดยการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพ และส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายโดยใช้ผ้าขาวม้า

- ไม่ควรอนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ
- หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....
- ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)
ภายในวันที่ ๓๑ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

ลงชื่อ  ผู้พิจารณาโครงการ

(นายคาถา นิตย์จำรูญ)

กรรมการและเลขานุการ

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

วันที่-เดือน-พ.ศ. 13 ม.ค. 2566

อนุมัติ

ไม่อนุมัติ

ลงชื่อ  ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสรนนท์ จิโรจน์มนตรี)

ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

วันที่-เดือน-พ.ศ. 16 ม.ค. 2566