

**แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น
ของ กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนธานี**

รหัสโครงการ	๖๖ - L๑๕๖๔ -๒-๐๓ ปี-รหัสกองทุน ๕ ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการสร้างเสริมสุขภาพกายสุขภาพจิตด้วยการเดินลีลาศ และเล่นกลองยาวเพื่อสุขภาพในผู้สูงอายุตำบลควนธานี
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนธานี
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/ สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการ ป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบ โครงการ	<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 กอ งการศึกษฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร ชมรมผู้สูงอายุสูงอายุตำบลควนธานี..... กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑.นายประพล ชัยศรี..... ๒.นายประนอม รักจริง..... ๓.นายจำนง อุปลา..... ๔.นางไพลิน วรตันติ..... ๕.นางโสภา นุ่นตา.....
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๒๐ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ ถึง วันที่ ๑๕ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖
งบประมาณ	จำนวน ๒๘,๗๕๐ บาท (สองหมื่นแปดพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

<p>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</p> <p>สุขภาพที่ดีเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา การมีสุขภาพที่ดีมิได้หมายถึง การมีหลักประกันในการเข้าถึงบริการสุขภาพเท่านั้น ต้องขึ้นอยู่กับประชาชนรู้จักการดูแลสุขภาพของตนเอง เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงอยู่เสมอ เพราะโรคบางโรค เช่น โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดโรคอ้วน มักมีสาเหตุจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ถูกต้อง เช่น ขาดการออกกำลังกาย การบริโภคอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ ซึ่งสาเหตุเหล่านี้สามารถที่จะป้องกันได้ด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ถูกต้อง เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดี การออกกำลังกายเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะช่วยในการพัฒนาเสริมสร้างความแข็งแรง และเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ผ่อนคลายอารมณ์ เสริมสร้างความสามัคคี และที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงและลดภาวะแทรกซ้อนต่อการเกิดโรคต่างๆด้วย ดังนั้นผู้สูงอายุตำบลควนธานีควรให้ความสำคัญกับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงห่างไกลโรค แต่เนื่องจากกิจกรรมออกกำลังกายบางครั้งบางประเภทไม่สามารถสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมได้ และเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุในชุมชนหันมาสนใจในการออกกำลังกายมากขึ้น ส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกาย ตามความสมัครใจและสนใจของแต่ละคน ชมรมผู้สูงอายุตำบลควนธานี จึงได้ทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพกายสุขภาพจิตด้วยการเดินลีลาและเล่นกลองยาวเพื่อสุขภาพในผู้สูงอายุเทศบาลตำบลควนธานี เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการเคลื่อนไหวร่างกาย การเข้าสังคมลดภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุขึ้น</p>	
<p>วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ประชุมรับทราบรายละเอียดและเตรียมความพร้อมในการจัดโครงการ 2. นำเสนอโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ 3. ประสานผู้เกี่ยวข้อง เช่นวิทยากร สถานที่ ฯลฯ จัดอบรมให้ความรู้ ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ 4. ประเมินผลการจัดโครงการ 5. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผลให้กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนธานีทราบ 	
<p>ผลที่คาดว่าจะได้รับ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผู้สูงอายุมีสุขภาพพลานามัย ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจแข็งแรงอันจะทำให้มีชีวิตยืนยาวและมีความสุขสามารถพัฒนาตนเองให้มีรูปร่างสง่างาม สมส่วน มีบุคลิกภาพในการเคลื่อนไหว เพิ่มความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อ 2. ผู้สูงอายุสามารถจัดกิจกรรมนันทนาการและเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 3. ผู้สูงอายุห่างไกลซึมเศร้า สร้างสัมพันธ์อันดีในสังคมและรู้จักการอยู่ร่วมกันในสังคมได้เป็นอย่างดี 	
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<p>วัตถุประสงค์</p> <p>ข้อที่ 1 ผู้สูงอายุในตำบลควนธานี ได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและถูกวิธีเหมาะสมกับวัย อย่างน้อยวันละ ๓๐ นาที</p>	<p>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</p> <p>ผู้สูงอายุต้นแบบสามารถออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องร้อยละ ๗๐</p>
<p>ข้อที่ 2 เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุตระหนักเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ทำให้เห็นคุณค่าของตนเอง ตลอดจนเป็นการสร้างความสนใจให้เกิดสุขภาพที่ดีระหว่างผู้สูงอายุ</p>	<p>ผู้สูงอายุในตำบลให้ความสนใจกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการเดินลีลาและกิจกรรมการตีกลองยาว</p>

กิจกรรม(ปรับเปลี่ยน หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)ออกแบบกิจกรรมให้ละเอียดจะทำอะไร กับใคร จำนวนเท่าไร เมื่อไร
ใช้งบประมาณเท่าไร รายการอะไรบ้าง อธิบายอย่างละเอียด

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
<p>๑. กิจกรรมภาคทฤษฎี</p> <p>อบรมให้ความรู้กลุ่มเป้าหมายจำนวน ๕๐ คน เกี่ยวกับการสร้างสุขภาพอนามัยที่ดี ด้วยการรับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ ควบคู่กับการให้ความรู้ ประโยชน์ของการออกกำลังกายตามวัย ด้วยออกกำลังกายด้วยการเดินลีลาศ,เสริมสร้างสุขภาพด้วยการเล่นกลองยาว (เวลา ๑๓.๓๐-๑๖.๓๐น.)</p>	<p>- ค่าวิทยากร จำนวน ๓ ชม.ๆละ ๖๐๐ บ. × ๑ คน = ๑,๘๐๐ บ.</p> <p>- ค่าอาหารว่าง จำนวน ๑ มื้อๆละ ๒๕บ. × ๕๐ คน = ๑,๒๕๐บ.</p> <p>- ค่าป้ายไว้นิลโครงการ ขนาด๑x๒ ตรม. = ๓๐๐ บ.</p> <p>รวม ๓,๓๕๐ บาท</p>	<p>๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๖</p>
<p>๒ กิจกรรมภาคปฏิบัติ ดังนี้</p> <p><u>การเดินลีลาศ</u></p> <p>-การฝึกเดินจังหวะวอลซ์ (Waltz) -การฝึกเดินจังหวะควิควอลซ์ -การฝึกเดินจังหวะควิบันรัมบ้า -การฝึกเดินแซมบ้า -การฝึกเดินจังหวะใจว์ฟ (เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐น.)</p> <p>**สัปดาห์ละ ๓ วัน จำนวน ๑๕ สัปดาห์</p> <p><u>การตรวจประเมินร่างกายกลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๔ ครั้ง</u></p> <p>ครั้งที่ ๑ ก่อนออกกำลังกาย (๑๘ พ.ค.๖๖) ครั้งที่ ๒ ภายใน ๑ มิ.ย. ๒๕๖๖ ครั้งที่ ๓ ภายใน ๑ ก.ค. ๒๕๖๖ ครั้งที่ ๔ ภายใน ๑ ส.ค. ๒๕๖๖</p>	<p>- ค่าวิทยากร จำนวน ๒๔ วันๆละ ๑ ชม.ละ ๓๐๐ บ. × ๑ คน เป็นเงิน ๗,๒๐๐ บาท</p> <p>- ค่าเครื่องตีม จำนวน ๑๒ วันๆละ ๑๐ บ. × ๓๐ คน เป็นเงิน ๓,๖๐๐ คน</p> <p>รวม ๑๐,๘๐๐ บาท</p>	<p>พฤษภาคม - สิงหาคม ๒๕๖๖</p>
<p>๓. กิจกรรมภาคปฏิบัติ ดังนี้</p> <p><u>การเล่นกลองยาว</u></p> <p>- การฝึกตีกลองยาว จังหวะต่างๆ (จำนวน ๑๐ วัน)</p>	<p>-ค่าซื้ออุปกรณ์ กลองยาว ขนาด ๑๐ นิ้ว จำนวน ๘ ชุดๆละ ๑,๒๐๐ บาท เป็นเงิน ๙,๖๐๐ บาท</p> <p>-ค่าตอบแทนวิทยากร วันละ ๑ ชม.ๆละ ๓๐๐ บ. × ๑๐ วัน = ๓,๐๐๐ บ.</p> <p>- ค่าเครื่องตีม จำนวน ๒๐ คนๆ ละ ๑๐ บาท = ๒,๐๐๐ บ.</p> <p>รวม ๑๔,๖๐๐ บาท</p>	<p>พฤษภาคม - สิงหาคม ๒๕๖๖</p>
	<p>รวมทั้งสิ้น ๒๘,๗๕๐ บาท</p> <p>สองหมื่นแปดพันเจ็ดร้อยห้าสิบบาทถ้วน</p> <p>ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้</p>	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนชมรมผู้สูงอายุตำบลควนธานี.....

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

- ๗.๒.๑ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน /หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....๕๐ คน.....
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- ๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 - ๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนธานี ครั้งที่ 1 / 2566
เมื่อวันที่ 11 พฤษภาคม 2566 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน...28,750..... บาท
เพราะ ถูกต้องตามวัตถุประสงค์ของกองทุนและเกิดประโยชน์กับกลุ่มเป้าหมาย

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายใน
30 วัน นับแต่วันที่ได้รับการดำเนินการเสร็จสิ้น โดยแนบสำเนาหลักฐานการจ่ายเงินทุกฉบับและ
ภาพถ่ายการดำเนินกิจกรรม ไม่น้อยกว่า 3 ภาพ

ลงชื่อ

(นายเสกสรรค์ ศรีมณี)

ประธานกรรมการบริหาร

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนธานี

วันที่-เดือน-พ.ศ. 15 พฤษภาคม 2566