

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครตรัง

รหัสโครงการ	๒๕๖๗-L๖๘๙๖-๐๒-๐๓
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี ชุมชนนาตาล่วง
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครตรัง
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถาน บริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกัน โรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/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)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขตามมติคณะกรรมการ หลักประกันสุขภาพแห่งชาติ [ข้อ ๑๐(๖)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่ รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร กลุ่มออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรีชุมชนนาตาล่วง ๑. นางสมใจ แก้ววิจิตร ๒. นางสาวจรรุวรรณ พงศ์กิตติทัต ๓. นางสาวศิริภรณ์ มูลิกะ ๔. นางสาวจิรภัทร์ พานิชย์กุล ๕. นางสุภาพร หัตถ์ถิ
วันอนุมัติ	๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๖ ถึง วันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๖๖
งบประมาณ	จำนวน ๒๔,๙๒๕ บาท (สองหมื่นสี่พันเก้าร้อยยี่สิบห้าบาทถ้วน)
กลุ่มเป้าหมาย	ประชาชนในชุมชนนาตาล่วง จำนวน ๓๐ คน
<p>ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในด้านต่างๆ ที่มีความทันสมัย สะดวกสบายมากขึ้น ทำให้วิถีชีวิตของคนใน ปัจจุบันเปลี่ยนไปประชาชนมีการออกกำลังกายน้อยลง ทำให้ร่างกายอ่อนแอ และปัจจุบันปัญหาโรคไม่ติดต่อได้เป็น ปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ จากรายงานของกระทรวงสาธารณสุขพบว่า โรคที่เป็นปัญหาในชุมชน ๕ อันดับ แรก ในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคระบบกล้ามเนื้อและโครงร่าง โรคไขมันอุดตัน ในเส้นเลือด และโรคหัวใจ ผู้ป่วยส่วนใหญ่พบในกลุ่มวัยแรงงานและกลุ่มผู้สูงอายุ จากการสอบถามพบว่าผู้ป่วยขาดการ ออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน ซึ่งถ้าประชาชนได้บริโภคอาหารอย่าง</p>	

ถูกสุขลักษณะ และมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ก็สามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้ ทางกลุ่มออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรีชุมชนนาตาล่วง จึงจัดทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรีชุมชนนาตาล่วงขึ้น โดยการจัดอบรมให้ความรู้หลักการออกกำลังกาย และวิธีการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้ประชาชนมีความตระหนักและตื่นตัว เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย และมีความสุขสาน ผ่อนคลาย ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ แล้วยังเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง และที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคดังกล่าวด้วย

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ
๒. ประสานหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดเป้าหมายและกิจกรรมตามโครงการ
๓. ประสานงานบุคคลที่สนใจเพื่อเข้าร่วมกิจกรรม
๔. แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน
๕. จัดเตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ใช้ในการจัดกิจกรรม
๖. จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี
๗. รายงานและประเมินผลตามโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถควบคุมโรคและลดอัตราการเจ็บป่วยลงได้
๒. ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมการเดินประกอบจังหวะดนตรี
๓. เกิดกลุ่มออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะด้วยดนตรีขึ้นในชุมชน

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์โดยตรง	
วัตถุประสงค์ ข้อที่ ๑. เพื่อให้ประชาชนที่สนใจได้รับการส่งเสริมสุขภาพด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ๑. ร้อยละ ๖๐ ของประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถควบคุมโรคและลดอัตราการเจ็บป่วยลงได้

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
๑. บรรยายให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี - แผ่นพับให้ความรู้ - สาธิตและฝึกปฏิบัติโดยแบ่งกลุ่มจำนวน ๒ กลุ่ม	๑. แผ่นพับให้ความรู้ ชนิด ๔ สี ๒ หน้า จำนวน ๓๐ แผ่นๆ ละ ๑๕ บาท เป็นเงิน = ๔๕๐ ๒. ค่าสมนาคุณวิทยากรบรรยาย จำนวน ๑ คน ๒ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน = ๑,๒๐๐ บาท ๓. ค่าสมนาคุณวิทยากรสาธิตและฝึกปฏิบัติ จำนวน ๒ คน ๆ ละ ๑ ชั่วโมง ๆ ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน = ๖๐๐ บาท	

	๕. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๓๐ คน ๆ ละ ๓๐ บาท เป็นเงิน = ๙๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๓,๑๕๐ บาท (สามพันหนึ่งร้อยห้าสิบบาทถ้วน)	
๒. กิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการเดิน ประกอบจังหวะดนตรี (สัปดาห์ละ ๓ วัน)	- ค่าวิทยากร (ผู้นำการออกกำลังกาย) จำนวน ๑ คน สัปดาห์ละ ๓ วัน (๓ เดือน รวม ๓๖ วัน x ๑ ชม. X ๓๐๐ บาท) เป็นเงิน ๑๐,๘๐๐ บาท - ค่าเครื่องเสียงชนิดพกพาพร้อมช่องเสียบ USB เป็นเงิน = ๑๐,๐๐๐ บาท - ค่าป้ายไว้นิเทศประชาสัมพันธ์โครงการ ขนาด ๑.๕ x ๓ เมตร รวม ๔.๕ ตารางเมตร ๑ ละ ๑๕๐ เป็นเงิน = ๖๗๕ บาท - ค่าจัดทำรูปแบบเล่มสรุปโครงการฯ พร้อม แผ่น CD จำนวน ๑ ชุด เป็นเงิน = ๓๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๒๑,๗๗๕ บาท (สองหมื่นหนึ่งพันเจ็ดร้อยเจ็ดสิบบาทถ้วน)	
รวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด	รวมเป็นเงิน ๒๔,๙๒๕ บาท (สองหมื่นสี่พันเก้าร้อยยี่สิบบาทถ้วน)	

สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน : กลุ่มออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรีชุมชนนาดาล่าง

- ๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

๒.๑ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงาน
สาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)]

๒.๒ สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือ
องค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)]

- ๒.๓ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)]
- ๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

- ๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]
 ๒.๖ สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขตามมติคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ [ข้อ ๑๐ (๖)]

๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 ๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 ๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 ๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 ๓.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
 ๓.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 ๓.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 ๓.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 ๓.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]
 ๓.๑๐ กลุ่มอื่นๆ

๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 ๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 ๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 ๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 ๔.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
 ๔.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 ๔.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 ๔.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 ๔.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

ลงชื่อ สมใจ แก้วจิตร ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางสมใจ แก้วจิตร)

ตำแหน่ง ประธานชุมชนนาตาล่วง

กำหนดการอบรมโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี ชุมชนนาตาล่วง
สถานที่ ที่ทำการชุมชนนาตาล่วง

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน	วันอบรมให้ความรู้
๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.	กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี โดยการบรรยายให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี วิทยากรเป็นเจ้าหน้าที่พลศึกษา ประจำสำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬา	
๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารว่าง	แบ่งกลุ่มออกเป็น ๒ กลุ่ม ใช้วิทยากรกลุ่มละ ๑ คน
๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรีโดยการสาธิตและฝึกปฏิบัติ แบ่งกลุ่มจำนวน ๒ กลุ่ม วิทยากรเป็นนักวิทยาศาสตร์การกีฬา ประจำสำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬา	
๑๓.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.	กิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี (สัปดาห์ละ ๓ วัน) วิทยากร นายเทียนสถิตย์ แก่นอิน	สัปดาห์ละ ๓ ครั้ง ๆ ละ ๑ ชั่วโมง เป็นระยะเวลา ๓ เดือน รวมทั้งสิ้น ๓๖ ครั้ง

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครตรัง ครั้งที่ ๕/๒๕๖๖
เมื่อวันที่ ๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย
ด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี ชุมชนนาตาล่วง จำนวน ๒๔,๙๒๕ บาท

เพราะ โครงการเป็นประโยชน์ต่อประชาชนในเขตชุมชนนาตาล่วง และชุมชนใกล้เคียงในเขต
เทศบาลนครตรัง ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพด้วยการเดินประกอบจังหวะดนตรี อีกทั้งวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย
งบประมาณเป็นไปตามวัตถุประสงค์ และระเบียบการเบิกจ่ายของกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ เทศบาลนครตรัง

ไม่อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน
วันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๗

ลงชื่อ

(นายสัญญา ศรีวิเชียร)

ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๖