



แบบเสนอโครงการ  
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ข้อมูลองค์กร/ผู้เสนอโครงการ

ผู้รับผิดชอบโครงการ... นายประจวบ คงบัว  
ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้... 205 ม. 5 ต. แดงแดง อ. รัตนบุรี จ. สุรินทร์

โทรศัพท์... โทรสาร...  
โทรศัพท์เคลื่อนที่... 099-2971788 E-mail...  
Line ID...

1. ชื่อโครงการ... ชมรมออกกำลังกายบ้านแม่ใหญ่

2. หลักการและเหตุผล

การออกกำลังกายที่ปราศจากความเครียด เช่น ว่ายน้ำร่างกายแข็งแรง  
เพื่อส่งเสริมสุขภาพที่ดีขึ้น ช่วยผ่อนคลายความเครียด ทำให้ร่างกายกระปรี้กระเปร่า  
ส่งเสริมการออกกำลังกายเป็นอีกทางหนึ่งซึ่งช่วยในการพัฒนาเสริมสร้าง  
ความแข็งแรงของร่างกาย และจิตใจของตนเองไว้ให้เข้มแข็ง มีอารมณ์ดี  
กล้าหาญอย่างแท้จริง และมีนิสัยเสียของโรคต่างๆ และที่สำคัญประชาชนสามารถ  
ออกกำลังกายได้อย่างเหมาะสมได้ทุกเพศทุกวัย

3. วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในหมู่บ้านแม่ใหญ่ ส่งเสริมในการดูแลสุขภาพ
2. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในหมู่บ้านแม่ใหญ่ และตามเชิงเขาใกล้เคียง การออกกำลังกาย
3. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในหมู่บ้านแม่ใหญ่ ได้ออกกำลังกายที่ถูกต้อง

4. กลุ่มเป้าหมาย/พื้นที่ดำเนินงาน

ทั่วกลุ่มวัยในหมู่บ้านแม่ใจ หมู่ที่ 5  
 ครอบคลุม 30 คน

5. ระยะเวลาดำเนินงานตามโครงการ

1 มีนาคม 2567 ถึง 31 ธันวาคม 2567

6. วิธีการดำเนินงาน

1. ค่าจ่ายโอนคิด ขนาด 1.50 x 1.20 เมตร เป็นเงิน 500 บาท
  2. ค่าน้ำดื่มจำนวน 90 ครั้ง ราคา 12 บาท เป็นเงิน 1080 บาท รวมเป็นเงิน 4600 บาท
  3. ค่าเครื่องครัวแม่ครัวจำนวน 1 เครื่อง เป็นเงิน 8000 บาท
- รวมเป็นเงิน 13,000 บาท

7. งบประมาณ (แสดงยอดงบประมาณทั้งหมดที่ใช้ในการดำเนินโครงการ, หากโครงการมีการใช้/ของงบประมาณหลายแห่ง ต้องระบุที่มาและจำนวนงบประมาณให้ชัดเจน, แยกรายละเอียดค่าใช้จ่ายที่ชัดเจนว่าเป็นค่าใช้จ่ายใดบ้าง)

ใช้งบประมาณที่โครงการ คำนึงรุ่นเจ้าแม่ 13,000 บาท

8. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

ศาลาศูนย์เทคโนโลยีรวมใจ  
ม. 5 ต. 11 นครปฐม อ. รังสิต จ. ฟังไหว

9. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนได้การส่งเสริมสุขภาพที่แท้จริง และสุขภาพจิตที่ดี
2. ประชาชนได้เน้นตามลำดับของโครงการออกกำลังกาย
3. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ
4. ประชาชนใช้เงินค่าวิชาชีพเป็นประโยชน์

10. การประเมินผลโครงการ

ประชาชนมีกิจกรรมในการออกกำลังกาย และเน้นตามลำดับของ  
การออกกำลังกาย

11. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

1. เพื่อเป็นการสร้างเสริมความมีสุขภาพที่แข็งแรง
2. เพื่อรองรับค่าใช้จ่ายประชาชนได้เน้นตามลำดับของโครงการออกกำลังกาย
3. เพื่อสนับสนุนสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ

12. ผู้เสนอโครงการ

นายพราน อดิศักดิ์ (๐๘๙-๒๙๗๗๘๘)  
๒๐๕ ม. ๕ ต. ๗๗๗๗ อ. ๘๘๘๘ จ. ๙๙๙๙

13. ผู้เห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

14. ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ.....

(.....)

ตำแหน่ง.....