

แบบเสนอโครงการ

สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ผู้รับผิดชอบโครงการ..คณะกรรมการหมู่บ้าน (บ้านช่อนฉา)

1.ชื่อโครงการ...โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2.หลักการและเหตุผล

ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในด้านต่างๆ ที่มีความทันสมัยและสะดวกสบายมากขึ้น ทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไป ประชาชนมีการออกกำลังกายน้อยลง ทำให้ร่างกายอ่อนแอและปัจจุบันพบปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ จากการรายงานของกระทรวงสาธารณสุขพบว่า โรคที่เป็นปัญหาในชุมชน 5 อันดับแรกคือ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคระบบกล้ามเนื้อ โรคหัวใจ โรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะพบได้ในกลุ่มวัยแรงงานและกลุ่มผู้สูงอายุ จากการสอบถามพบว่าผู้ป่วยขาดการออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน ซึ่งถ้าประชาชนได้มีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ก็สามารถลดปัญหาดังกล่าวได้ ทางคณะกรรมการหมู่บ้านฯมาบเตย จึงจัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพขึ้นมา โดยการจัดซื้อเครื่องเสียง เพื่อใช้เป็นอุปกรณ์ในการออกกำลังกายให้กับประชาชนในหมู่บ้าน

3.วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้ออกกำลังกาย
2. เพื่อให้ประชาชนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด
3. เพื่อให้ประชาชนเกิดความรักความสามัคคี ในกิจกรรมดังกล่าว

4.กลุ่มเป้าหมาย/พื้นที่ดำเนินการ

- ประชาชนทุกเพศทุกวัย ในพื้นที่หมู่ที่ 2 บ้านช่อนฉา

5.ระยะเวลาดำเนินงานตามโครงการ

- ตั้งแต่วันที่ 1 มีนาคม 2567 - 30 พฤษภาคม พ.ศ. 2567

6.วิธีการดำเนินงาน

1. จัดทำโครงการเสนอของบประมาณจากองค์การบริหารส่วนท้องถิ่น
2. ประชุมชี้แจงโครงการ
3. เตรียมวัสดุอุปกรณ์ ผู้นำออกกำลังกาย
4. ดำเนินการตามโครงการการออกกำลังกายที่ถูกต้องและนำออกกำลังกาย

7.งบประมาณ

1. จัดซื้อเครื่องเสียง จำนวน 10,000 บาท
2. จัดซื้อน้ำดื่ม จำนวน 1,500 บาท
3. ค่าป้ายโครงการ จำนวน 500 บาท

8.หน่วยงานที่รับผิดชอบ

- คณะกรรมการหมู่บ้านฯ ช่อนฉา หมู่ที่ 2

9.ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะมีสุขภาพที่แข็งแรง
2. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นจากการออกกำลังกาย
3. คนในชุมชนเกิดความรัก ความสามัคคี จากการทำกิจกรรมกลุ่มออกกำลังกาย
4. จากการทำออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมห่างไกลยาเสพติด

10.การประเมินผลโครงการ

1. จากการสอบถามประชาชนมีความพึงพอใจในตัวโครงการ
2. จากจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ/การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

11.ดัชนีชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

- ประชาชนในหมู่บ้านมีสุขภาพที่แข็งแรง
- เกิดความรักความสามัคคีในชุมชนมากขึ้น

12.ผู้เสนอโครงการ

- คณะกรรมการหมู่บ้านฯ ช่อนฉา หมู่ที่ 2