

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต ๑๒ สงขลา

รหัสโครงการ	๖๑ - L๘๓๖๘ - ๒ - ๕ (ปี-รหัสกองทุน ๕ ตัว-ประเภทลำดับโครงการในหมวด)
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	การให้ความรู้และส่งเสริมการออกกำลังกายในกลุ่มวัยทำงาน
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลศรีสาคร
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข (ข้อ ๗(๑)) <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น (ข้อ ๗(๒)) <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ (ข้อ ๗(๓)) <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ ๗(๔)) <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ (ข้อ ๗(๕))
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่ม คน ที่รับผิดชอบโครงการ	<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 กองการศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร.....กลุ่มมักปั้นแดนปลาถือเสาะ..... กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑..นายนิแอ นินแอ..... ๒..นายชากาเรีย ยาต..... ๓..นายมุกตา อาบูตวย..... ๔..นายมูฮัมมัด ชาเร็ง..... ๕..นายชาติ กาชอ.....
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่...๘...เดือน...กุมภาพันธ์.....พ.ศ.๒๕๖๑..... ถึง วันที่...๘...เดือน...กุมภาพันธ์.....พ.ศ.๒๕๖๑.....
งบประมาณ	จำนวน.....๑๕,๐๐๐.....บาท
หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ) การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันที่มีผลมาจากการพัฒนาและกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยในช่วงที่ผ่านมา ทำให้วิถีชีวิตการดำรงชีวิตของประชาชนเปลี่ยนแปลงไปและกลุ่มประชากรวัยทำงานก็มีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป มีพฤติกรรมด้านสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เสี่ยงต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้มากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด ซึ่งสาเหตุสำคัญของการเกิดโรคประการหนึ่ง คือ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายขาดความรู้และขาดความ	

เข้าใจเกี่ยวกับโรค ขาดการตรวจสุขภาพเพื่อเป็นการคัดกรองการเฝ้าระวังการเกิดโรคในเบื้องต้นและยังพบว่าอัตราการป่วยด้วยโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง มีแนวโน้มสูงขึ้นทุกปี

กลุ่มนักปั่นแดนปลาก๊อเลาะได้ตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันการเกิดโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูงตลอดทั้งการดูแลรักษาเมื่อป่วยด้วยโรคดังกล่าวของประชาชน กลุ่มเป้าหมาย จึงได้จัดทำโครงการการให้ความรู้และส่งเสริมการออกกำลังกายในกลุ่มวัยทำงาน เพื่อให้ประชาชนเกิดความรู้ ความเข้าใจเรื่องการออกกำลังกายที่สมวัยและเพื่อให้ประชาชนมีทักษะในการออกกำลังกายสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้ จึงได้จัดทำโครงการการให้ความรู้และส่งเสริมการออกกำลังกายในกลุ่มวัยทำงานดังกล่าว

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. ร่างโครงการ
๒. ขออนุมัติโครงการ
๓. ประชาสัมพันธ์โครงการ
๔. ประสานงานต่าง ๆ
 - ติดต่อวิทยากร
 - ติดต่อสถานที่
 - อื่น ๆ
๕. กิจกรรมในโครงการ (อบรมให้ความรู้และสาธิตวิธีการออกกำลังกายสำหรับวัยทำงาน)
๖. ประเมินผลโครงการ โดยใช้แบบสอบถาม
๗. สรุปผลการดำเนินงาน และจัดทำเป็นเอกสาร

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนที่เข้ารับการอบรมได้รับความรู้เรื่องการออกกำลังกายที่สมวัย
๒. ประชาชนที่เข้ารับการอบรมมีทักษะในการออกกำลังกายสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์ ข้อที่ ๑ เพื่อให้ประชาชนเกิดความรู้ ความเข้าใจเรื่องการออกกำลังกายที่สมวัย	ตัวชี้วัดความสำเร็จ - ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้ารับการอบรมสามารถตอบคำถามหลังได้รับความรู้
ข้อที่ ๒ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะในการออกกำลังกายสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้	- ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้ารับการอบรมสามารถสาธิตวิธีการออกกำลังกาย

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑ อบรมให้ความรู้และสาธิตวิธีการออกกำลังกายสำหรับวัยทำงาน		
๑.๑ กิจกรรมย่อย - อบรมให้ความรู้และสาธิตวิธีการออกกำลังกายสำหรับวัยทำงาน	- ค่าอาหารกลางวัน ๖๐ คน x ๗๐ บาท เป็นเงิน ๔,๒๐๐ บาท - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๖๐ คน x ๒ มีอ x ๒๕ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท - ค่าสมนาคุณวิทยากร ๑ คน X ๒ ชั่วโมง X ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท	๘ ก.พ. ๒๕๖๑

	- ค่าป้ายไวเนลโครงการ ขนาด ๓ x ๓ เมตร จำนวน ๑ ผืน เป็นเงิน ๙๐๐ บาท	
	- ค่าวัสดุ เครื่องเขียน และอุปกรณ์ จำนวน ๖๐ ชุด x ๕๕ บาท เป็นเงิน ๓,๓๐๐ บาท	
	รวม.....๑๔,๐๐๐.....บาท	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นๆของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นๆของรัฐ เช่น สสจ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....๖๐..คน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(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 การคัดกรองและดูแลรักษาขี้ตาแดง ปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 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

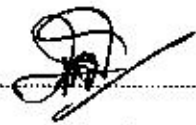
- ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- 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
- ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนาองุ่นฯ [ข้อ ๗(๔)]

- ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(.....นายนิแอ.นิแอ.....)

ตำแหน่งประธานกลุ่มนักปั่นแดนปลาถือเสาะ.....

วันที่-เดือน-พ.ศ. ...๕...ก.พ.๖๑.....

กำหนดการ

โครงการให้ความรู้และส่งเสริมการออกกำลังกายในกลุ่มวัยทำงาน ปีงบประมาณ ๒๕๖๑

วันที่ ๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

ณ ห้องประชุมพลวงชมพู สำนักงานเทศบาลตำบลศรีสาคร อำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส

วันที่ ๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน
เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	เปิดโครงการ โดย...นายอนันต์ หะยิมะยี นายกเทศมนตรีตำบลศรีสาคร กล่าวรายงาน โดย...นางสาวนายอับดุลราชี ลอแม ปลัดเทศบาลตำบลศรีสาคร
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยายเรื่อง "การเคลื่อนไหวร่างกายและการออกกำลังกาย" โดย...นายชากาเรีย ยาคแ พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลศรีสาคร
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	บรรยายเรื่อง "ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายในวัยทำงาน" โดย...นายชากาเรีย ยาคแ พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลศรีสาคร
เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.	ตอบข้อซักถาม พิธีปิดการฝึกอบรม

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๔.๓๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.