

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ กิจกรรมเคลื่อนไหว ลดปัญหาทุพโภชนาการ

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลแหลมรั้ง

ด้วยโรงเรียนบ้านแหลมรั้ง “ราษฎร์บำรุง” มีความประสงค์จะจัดทำโครงการ “กิจกรรมเคลื่อนไหว ลดปัญหาทุพโภชนาการ” เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันปัญหาทุพโภชนาการในโรงเรียน ในปีงบประมาณ 2561 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลแหลมรั้ง เป็นเงิน 20,000 บาท โดยมีรายละเอียดโครงการดังนี้

ส่วนที่ 1: รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

1. หลักการและเหตุผล : สภาพปัญหา ความเป็นมา ที่จะทำโครงการนี้

วัยเด็กต้องการอาหารโปรตีน (Protein) และกำลังงานสารอาหาร (พลังงานสารอาหาร หรือ Energy) มากกว่าวัยอื่น เพราะต้องใช้โปรตีนและกำลังงานสารอาหารในการเจริญเติบโตและการพัฒนาการในอดีต การขาดอาหารในเด็ก หรือที่เรียกว่าการขาดโปรตีนและกำลังงานสารอาหาร (Protein energy malnutrition) เป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในประเทศไทย หลังจากนั้นเมื่อการแพทย์และการสาธารณสุขดีขึ้น ปัญหาดังกล่าวลดน้อยลง กลับเป็นว่าพบปัญหาโรคอ้วนตามแบบสังคมตะวันตกมากขึ้น

ปัญหาทุพโภชนาการเด็กต้องการอาหาร โปรตีน และกำลังงานสารอาหาร อาจทำให้การเลี้ยงดูเด็กไม่ถูกต้อง อาจทำให้เกิดภาวะขาดโปรตีนและกำลังงานสารอาหารมากขึ้นอีก (Malnutrition) หมายถึง ภาวะที่ทารกและเด็กบริโภคอาหารและได้รับกำลังงานสารอาหารไม่ถูกต้องทั้ง ปริมาณ ชนิด และคุณภาพ ซึ่งอาจจะได้รับมากเกินไป ความต้องการ จนกลายเป็นโรคอ้วนหรือมีภาวะน้ำหนักตัวเกิน หรืออาจได้รับน้อยเกินไปจนเกิดภาวะขาดโภชนาการ (Under nutrition) ซึ่งอาจรุนแรงจนเกิดภาวะขาดโปรตีนและกำลังงานสารอาหาร (Protein energy malnutrition) หรือบางคนได้อาหารเพียงพอ แต่สัดส่วนของอาหารไม่ถูกต้อง (Imbalance nutrition) การบริโภคอาหารที่ต้องอาศัยความเร็วเพื่อความสะดวกต่อการดำรงชีวิต ทำให้เกิดค่านิยมใหม่ในเรื่องการบริโภคอาหารประเภทอาหารจานด่วน อาหารสำเร็จรูป อาหารกึ่งสำเร็จรูป เข้ามามีบทบาทอย่างยิ่ง โดยเฉพาะกับเด็กวัยเรียน ซึ่งอาหารประเภทนี้จะมีแป้ง น้ำตาล และไขมันสูง รวมทั้งความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทันสมัย ทำให้เด็กวัยเรียนมีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อยลง เป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคอ้วน จากปัญหาดังกล่าวทางโรงเรียนจึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้นเพื่อให้นักเรียนได้ออกกำลังกายกิจกรรมเคลื่อนไหวแอโรบิค และมีความรู้เรื่องการรับประทานอาหาร การดูแลตัวเองให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์

2. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจ เรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน) เตี้ย ผอม

ตัวชี้วัดความสำเร็จ คือ นักเรียน คณะครูมีความรู้ ความเข้าใจ เรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนัก

เกินเกณฑ์ เตี้ย ผอม

- 2.2 เพื่อให้นักเรียนมีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และปริมาณเหมาะสมกับร่างกาย
ตัวชี้วัดความสำเร็จ นักเรียนมีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และปริมาณเหมาะสมกับร่างกาย
- 2.3 เพื่อให้คณะครู และนักเรียนมีส่วนร่วมในการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์และป้องกันโรคอ้วนในวัยเด็ก
ตัวชี้วัดความสำเร็จ คือ คณะครู และนักเรียนมีส่วนร่วมในการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์และป้องกันโรคอ้วนในวัยเด็ก
- 2.4 เพื่อลดจำนวนนักเรียนที่มีปัญหาทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ เตี้ย ผอม
ตัวชี้วัดความสำเร็จ คือ นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้น ลดภาระการดูแลรักษานักเรียนในห้องพยาบาลโรงเรียน

3. วิธีดำเนินการ

- 3.1 ประชุมปรึกษาหารือเกี่ยวกับการจัดทำโครงการ
- 3.2 นำเสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ
- 3.3 ประชุมแต่งตั้งข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษามอบหมายการปฏิบัติงาน
- 3.4 ขั้นตอนการดำเนินงาน/กิจกรรม
- 3.4.1 จัดอบรมให้ความรู้กับนักเรียนเรื่องปัญหาทุพโภชนาการ
 - 3.4.2 เชิญวิทยากรจากหน่วยงานสาธารณสุขอำเภอบึงนาราง , โรงพยาบาลอำเภอบึงนาราง หรือเจ้าหน้าที่จากรพ.สต.บ้านใหม่สามัคคี มาอบรมให้ความรู้กับนักเรียน คณะครู และผู้ปกครอง ในเรื่องแนวทางการป้องกันและแก้ไขภาวะทุพโภชนาการ
 - 3.4.3 คัดกรองกลุ่มเด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน) เตี้ย ผอม
 - 3.4.4 จัดกิจกรรมเพิ่มทักษะการดูแลและลดภาวะทุพโภชนาการเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน) เตี้ย ผอม ให้กับกลุ่มเด็กที่มีปัญหา โดยให้ผู้ปกครองและครูมีส่วนร่วมในการออกแบบเมนูอาหารที่เหมาะสมและให้มีการติดตามประเมินทุกระยะทั้งที่บ้านและโรงเรียน
 - 3.4.5 จัดตารางเวลาและกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายให้กับนักเรียน
- 3.5 ประเมินผลโครงการ
- 3.6 สรุปและจัดทำรายงานโครงการ รับข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เกี่ยวข้องเป็นแนวทางในการดำเนินงาน/พัฒนางานต่อไป

4. ระยะเวลาดำเนินการ

(1 ตุลาคม 2560 ถึง 30 กันยายน 2561)

5. สถานที่ดำเนินการ

โรงเรียนโรงเรียนบ้านแหลมรัง “ราษฎร์บำรุง” หมู่ 1 ตำบลแหลมรัง อำเภอบึงนาราง จังหวัดพิจิตร โดยมีคณะครู จำนวน 23 คน และนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 152 คน รวมจำนวน 175 คน

6. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลแหลมรัง จำนวน 20,000 บาท รายละเอียดดังนี้

1. ค่าจัดทำป้ายไวนิลโครงการ (กว้าง 1.2 เมตร ยาว 2.4 เมตร)	จำนวนเงิน	500 บาท
2. จัดซื้อวัสดุและอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม	จำนวนเงิน	10,750 บาท
3. ค่าอาหารว่าง จำนวน 175 คน (มีโต๊ะ 25 บาท จำนวน 2 มื้อ)	จำนวนเงิน	8,750 บาท
รวมเป็นจำนวนเงิน		20,000 บาท

ตารางกิจกรรมและค่าใช้จ่ายการใช้งาน

ที่	กิจกรรมและ ค่าใช้จ่ายการใช้งาน	ราคาต่อหน่วย (บาท)	จำนวน	รวมเงิน (บาท)
กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลแหลมรัง จำนวน 20,000 บาท				
1.	ค่าจัดทำป้ายไวนิล (กว้าง 1.2 เมตร ยาว 2.4 เมตร)	500	1 ผืน	500
2.	ค่าอาหารว่าง จำนวนเงิน 50 บาท จำนวน 175 คน (175)	175	50 บาท	8,750
3.	ลำโพงสำหรับกิจกรรมเคลื่อนไหวจำนวน 2 เครื่อง	4,900	2 เครื่อง	9,800
4.	กระดานไวท์บอร์ด ขนาด 60x80 ซม.	250	2 แผ่น	500
5.	กระดาษสร้างแบบ (ปรู๊ฟแผ่นใหญ่)	5	40 แผ่น	200
6.	กระดาษA4	125	2 รีม	250
รวมงบประมาณในการอบรมทั้งสิ้น				20,000

7. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. นักเรียน คณะครู มีความรู้ ความเข้าใจ เรื่องภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์ (โรคอ้วน) เตี้ย ผอม
2. นักเรียนมีทักษะในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และปริมาณเหมาะสมกับร่างกาย
3. นักเรียน คณะครู มีส่วนร่วมในการเฝ้าระวังภาวะทุพโภชนาการน้ำหนักเกินเกณฑ์และป้องกันโรคอ้วนในวัยเด็ก
4. นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้น ลดภาระการดูแลรักษานักเรียนในโรงพยาบาลโรงเรียน

8. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

8.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

- 8.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 8.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 8.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 8.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 8.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

8.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

- 8.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
- 8.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
- 8.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
- 8.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 8.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 8.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 8.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 8.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 8.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 8.3.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 8.3.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 8.3.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 8.3.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 8.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 8.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- 8.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 8.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 8.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 8.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 8.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 8.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 8.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - 8.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 8.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 8.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 8.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 8.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 8.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 8.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 8.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

- 8.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 8.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 8.4.5.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.5.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.5.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.5.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.5.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 8.4.5.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 8.4.5.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 8.4.5.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 8.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.6.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - 8.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - 8.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - 8.4.6.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - 8.4.6.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 8.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.7.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 8.4.7.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 8.4.7.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 8.4.7.8 อื่นๆ (ระบุ)

- 8.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 8.4.8.6 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.9 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.9.1 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางวิยะดา แวงโสธรณ์)

ตำแหน่ง ครู โรงเรียนบ้านแหลมรัง “ราษฎร์บำรุง”

วันที่-เดือน-พ.ศ.

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ/กิจกรรม

(นายประจักษ์ โคชะถา)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านแหลมรัง “ราษฎร์บำรุง”

วันที่-เดือน-พ.ศ.