

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ อบต.ท่าไผ่

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม “โครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแบบบูรณาการ หมู่ที่ 2 บ้านท่าไผ่”

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ อบต.ท่าไผ่

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน บ้านท่าไผ่ หมู่ที่ 2 มีความประสงค์จัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม “โครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ แบบบูรณาการ ใน ปีงบประมาณ 2561 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ อบต.ท่าไผ่ เป็นเงิน...7,200.00 ..บาท (เจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมดังนี้

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

หลักการและเหตุผล

สุขภาพที่ดีเป็นสิ่งที่ทุกคนพึงปรารถนา การมีสุขภาพที่ดีมิได้หมายถึงเพียงการมีหลักประกันในการเข้าถึงบริการสุขภาพเท่านั้น ต้องขึ้นอยู่กับประชาชนรู้จักดูแลสุขภาพของตนเอง เพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรงอยู่เสมอ เพราะโรคบางโรคสามารถป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกายดีกว่าการรอให้เกิดการเจ็บป่วยแล้วรักษา จะทำให้สิ้นเปลืองทรัพยากรและงบประมาณในการดูแลรักษาจำนวนมาก การที่คนเรามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันโรคที่ดี ดังนั้นประชาชนจึงควรมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้ตนเองมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และลดปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคมะเร็ง ความเครียด ฯลฯ

ดังนั้น กลุ่มอาสาสมัครหมู่บ้าน และผู้นำชุมชน บ้านท่าไผ่ หมู่ที่ 2 ตำบลท่าไผ่ได้ตระหนักถึงความสำคัญ และความจำเป็นของการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคด้วยการออกกำลังกายแบบบูรณาการ เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนเห็นความสำคัญในการออกกำลังกายและเป็นการปลูกฝังค่านิยมที่ดีให้แก่ประชาชนในเรื่องพฤติกรรม การออกกำลังกาย ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกาย แข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ เสริมสร้างความสามัคคีและที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการ เกิดโรครังกล่าว จึงได้จัด โครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแบบบูรณาการ ต่อไป

1. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

1. เพื่อเพิ่มการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอในผู้ใหญ่ อายุ 18-64 ปี ร้อยละ 60
2. เพื่อเพิ่มการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอในผู้สูงอายุ ร้อยละ 60
3. เพื่อให้ประชาชนออกกำลังกายในชุมชนเพิ่มมากขึ้น ร้อยละ 60
4. เพื่อให้ประชาชนสนใจดูแลสุขภาพตนเองให้มากขึ้น ร้อยละ 60

2. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมที่ 1 สร้างแกนนำ

- 1.1 ประชุมชี้แจงโครงการฯ แก่คณะทำงานและผู้เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดเนื้อหา กำหนดการประชุมเชิงปฏิบัติการฯ การพิจารณากลุ่มเป้าหมาย และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการดำเนินงาน
- 1.2 ประสานกลุ่มเป้าหมายที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ได้แก่ ประชาชนกลุ่มวัยทำงาน ผู้นำชุมชน อสม.
- 1.3 ประสานวิทยากร
- 1.3 จัดตั้งชมรม ตันรักษ์สุขภาพ ประจำหมู่บ้าน
- 1.4 ติดต่อผู้นำออกกำลังกาย (ผู้นำเดินในชุมชน)
- 1.5 ดำเนินการประชุมกลุ่ม เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และกำหนดกิจกรรม

กิจกรรมที่ 2 การดำเนินการ โครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแบบบูรณาการหมู่ที่ 2 บ้านท่าไผ่

- 2.1 ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมอบรม
- 2.2 อบรมประชาชนกลุ่มเป้าหมาย โดยให้ความรู้/ อภิปราย/ สาธิต/ ฝึกปฏิบัติ
- 2.3 ติดตามและประเมินผลการดำเนินการตามโครงการตามระยะเวลาที่กำหนด

กิจกรรมที่ 3 การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

- 3.1 ส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เช่น การปลูกผักสวนครัวรั้วกินได้ การจัดการสวนในชุมชน การสัญจรโดยการเดิน ปั่นจักรยาน
- 3.2 ส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายทุกวันจันทร์ พุธ และศุกร์
 - วันจันทร์ กิจกรรมออกกำลังกาย เดินแอโรบิก
 - วันพุธ กิจกรรมออกกำลังกาย เดินบาสโลบ
 - วันศุกร์ กิจกรรมออกกำลังกาย ฤาษีดัดตน/รำไม้พลอง/ยางยืดกิจกรรมสามารถปรับตามความเหมาะสม

3. ระยะเวลาดำเนินการ

1 เมษายน 2561 – กันยายน 2561 (6 เดือน)

4. สถานที่ดำเนินการ

ศาลาประชุมชมรมหมู่ที่ 2 บ้านท่าไห ตำบลท่าไห อำเภอเขื่องใน จังหวัดอุบลราชธานี

5. กลุ่มเป้าหมาย

แก่นนำประชาชนบ้านท่าไห หมู่ที่ 2 อายุ 18-64 ปี จำนวน 20 คน ผู้สูงอายุ 30 คน รวม 50 คน

6. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลท่าไห

จำนวน 7,200 รายละเอียด ดังนี้

- | | |
|--|-----------------|
| 1. ค่าอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม ผู้เข้าอบรม 50 คนๆละ 50 บาท *1 มื้อ | จำนวน 2,500 บาท |
| 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ผู้เข้าอบรม 50 คนๆละ 25 บาท *2 มื้อ | จำนวน 2,500 บาท |
| 3. ค่าวิทยากร 6 ชม.ๆละ 300 บาท | จำนวน 1,800 บาท |
| 3. ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการฯ | จำนวน 400 บาท |

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น จำนวน 7,200 บาท

(เจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน)

(หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้)

7. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอในผู้ใหญ่เพิ่มมากขึ้น
2. ประชาชนมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอในผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น
3. ประชาชนออกกำลังกายในชุมชนเพิ่มมากขึ้น
4. ประชาชนสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้

8. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อขอให้เลือกเพียง 1 รายการหลักสำหรับการใช้ในการ

จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท.บันทึกข้อมูลโปรแกรมกองทุนฯเมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน

- 8.1.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 8.1.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 8.1.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 8.1.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 8.1.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

- 8.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข (ข้อ7(1))
- 8.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์การประชาชน/หน่วยงานอื่น
- 8.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ(ข้อ7(3))
- 8.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ7(4))
- 8.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ (ข้อ7(5))

8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 8.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 8.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 8.3.3 กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
- 8.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 8.3.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 8.3.5 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 8.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 8.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 8.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ7(4))

8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- 8.4.1.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์ข้อมูลสุขภาพ 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 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 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 การส่งเสริมได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 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 การส่งเสริมได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 8.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 8.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาเสพติด/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 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมใน

การทำงาน

- 8.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 8.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 8.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 8.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)..... ส่งเสริมกิจกรรม(พละ).....

8.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

- 8.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดระเบียบและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและทางใจ
- 8.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 8.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8.4.5.1.8 อื่นๆ

(ระบุ).....สงเสริมกิจกรรมชุมชน.....

8.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 8.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำระเบียบและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.5.2.5 การดูแลและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 8.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 8.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 8.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 8.4.5.2.9 อื่นๆ

(ระบุ).....

8.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 8.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำระเบียบและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายทางใจ
- 8.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 8.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ).....

8.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

8.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำระเบียบและฐานข้อมูลสุขภาพ

8.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

8.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

8.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

8.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

8.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ).....

8.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ7(4))

8.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ).....

ลงชื่อ..... *กิตติมา วัฒนศิริ* ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางกิตติมา วัฒนศิริ พงษ์สำราญ)

ตำแหน่ง ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 2

ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)
ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....พื้นที่ตำบลกันทรวิชัย อ.บร. ช.ใน
ครั้งที่ 2./2561..... เมื่อวันที่ 21 มกราคม 2561..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
ดังนี้

- อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 7200.- บาท
เพราะ.....
.....
 ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ.....
.....
 หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม(ส่วนที่ 3) ภายในวันที่

ลงชื่อ.....
(นาง ภาณุมาศ บุตรธวัช.....)
ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการกองทุน
วันที่-เดือน-พ.ศ.