

**โครงการขอรับเงินจัดสรรจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด**

**ประจำปีงบประมาณ 2562**

**เรื่อง** ขอเสนอโครงการชุมชนเกาะนกรวมใจเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย

**เรียน** ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด

ด้วยคณะกรรมการชุมชนเกาะนกรวมใจ มีความประสงค์จะจัดทำโครงการชุมชนเกาะนกรวมใจเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ในปีงบประมาณ 2562 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด เป็นเงิน 5,000 บาท (ห้าพันบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดโครงการ ดังนี้

**ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมลงรายละเอียด)**

**1. หลักการและเหตุผล**

ร่างกายมนุษย์นั้นไม่ยั่งยืนเพราะร่างกายมนุษย์เสื่อมลงตามกาลเวลา ประกอบกับมลภาวะทางสิ่งแวดล้อมที่เพิ่มขึ้น แต่เวลาในการดูแลสุขภาพของตนเองกลับน้อยลง เกิดปัญหาด้านสุขภาพเพิ่มขึ้น การออกกำลังกายเป็นสิ่งสำคัญและควรทำสม่ำเสมอ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อมในปัจจุบัน ทำให้หลายคนมองข้ามการออกกำลังกาย จึงเป็นเหตุให้สุขภาพอ่อนแอลง และอาจประสบกับปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน ความเครียด เป็นต้น การออกกำลังกายเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งต่อการมีสุขภาพที่สมบูรณ์และแข็งแรงทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ รวมทั้งมีภูมิต้านทานโรค ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ สามารถลดภาระค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาพยาบาลของประชาชน และเป็นการส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมการออกกำลังกายได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

การเล่นเปตองเป็นการออกกำลังกายที่มีประโยชน์ทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ การเล่นเปตองถือเป็นการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับประชาชนทุกช่วงวัย เนื่องจากเป็นการออกกำลังกายที่ไม่ต้องใช้กำลังมาก ส่วนการเล่นวอลเลย์บอลช่วยทำให้ระบบต่างๆภายในร่างกายทำงานอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เช่น ระบบกล้ามเนื้อ ระบบการหายใจ ระบบขับถ่าย ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น ซึ่งการออกกำลังกายโดยการเล่นเปตองและวอลเลย์บอลเป็นการฝึกการเล่นร่วมกันเป็นทีม ก่อให้เกิดความรักสามัคคีในหมู่คณะแล้วยังสามารถลดความเครียดจากภารกิจ หน้าที่การงานได้เป็นอย่างดี ชุมชนเกาะนกรวมใจได้ตระหนักถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย และการทำกิจกรรมร่วมกันเป็นทีม จึงได้จัดทำโครงการชุมชนเกาะนกรวมใจเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกายขึ้น เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ ให้กับประชาชนและเยาวชนให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงปราศจากโรคภัยที่สามารถป้องกันได้และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

**2. วัตถุประสงค์**

|  |  |
| --- | --- |
| **วัตถุประสงค์** | **ตัวชี้วัดความสำเร็จ** |
| 1.เพื่อส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง | มีประชาชนมาร่วมกิจกรรมออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องสัปดาห์ละไม่น้อยกว่า 3 วัน อย่างน้อยร้อยละ 50 |
| 2.เพื่อให้ประชาชนที่เข้าร่วมออกกำลังกายมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงลดภาวการณ์เจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกาย | ประชาชนที่เข้าร่วมออกกำลังกายมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงลดภาวการณ์เจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ด้วยการออกกำลังกาย อย่างน้อยร้อยละ 50 |

**3. กลุ่มเป้าหมาย**

ประชาชนในชุมชนเกาะนกรวมใจ ตำบลคลองขุด อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

**4. วิธีดำเนินงาน**

|  |  |
| --- | --- |
| **กิจกรรม** | **ระบุวัน/ช่วงเวลา** |
| 1.จัดให้มีการออกกำลังกายต่อเนื่องทุกวัน  จัดให้มีการออกกำลังกายทุกวัน จันทร์ - อาทิตย์ | ก.พ.- เม.ย.62 |
| 2.ประเมินผล โดยการนับจำนวนสถิติการมาเข้าร่วมออกกำลังกายของประชาชนในแต่ละวัน ซึ่งผู้ที่เข้าร่วมออกกำลังกายมีการออกกำลังกายทุกวันหรืออย่างน้อย 3 วัน / สัปดาห์ | ก.พ.- เม.ย.62 |
| 3.สรุปและประเมินผลโครงการ พร้อมรายงานผลต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด | พ.ค. 62 |

**5. ระยะเวลาดำเนินการ**

กุมภาพันธ์ – เมษายน 2562

**6. สถานที่ดำเนินการ**

ลานอเนกประสงค์ชุมชนเกาะนกรวมใจ

**7. งบประมาณ**

งบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด ประเภทที่ 2 สนับสนุนให้กลุ่มหรือองค์กรประชาชน หรือหน่วยงานอื่นในพื้นที่ เป็นเงิน 5,000 บาท (ห้าพันบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ลูกเปตอง (ชุดละ 6 ลูก) จำนวน 2 ชุด ๆ ละ 2,200 บาท เป็นเงิน 4,400 บาท

2. ลูกวอลเลย์บอลสามสี ลูกละ 300 บาท เป็นเงิน 300 บาท

3. ค่าวัสดุอุปกรณ์อื่น ๆ ที่ใช้ในโครงการ (ค่าเข้าเล่มและจัดทำรูปเล่มหลักฐานเอกสาร,ค่าถ่ายเอกสาร,ค่าพริ้นรูป) เป็นเงิน 300 บาท

**รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 5,000 บาท**

**\* หมายเหตุ** ทุกรายการสามารถถัวจ่ายกันได้

**8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

**ผลผลิต**

ประชาชนมีกิจกรรมออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน อย่างน้อยร้อยละ 50

**ผลลัพธ์**

ประชาชนและผู้ป่วยโรคเรื้อรัง (ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน) มีความตระหนักถึงการออกกำลังกาย มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง

**9. ชื่อองค์กร “คณะกรรมการชุมชนเกาะนกรวมใจ”** กลุ่มคน (ระบุ 5 คน)

1. นางจิดาภา นวลแก้ว ประธานกรรมการชุมชน

2. นางสรรเสริญ จาโร รองประธานกรรมการชุมชน

3. นางละออง แซ่เล็ก กรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์

1. นางนันตพร เศษวิชัย กรรมการฝ่ายสาธารณสุข
2. นางทอฝัน ชุลี กรรมการฝ่ายสวัสดิการสังคม

**ผู้รับผิดชอบโครงการ**

ชื่อ นางจิดาภา นวลแก้ว

ตำแหน่ง ประธานกรรมการชุมชน

เบอร์โทรศัพท์ 09-4542-3932

ที่อยู่ บ้านเลขที่ 738 หมู่ที่ 3 ตำบลคลองขุด อำเภอเมืองสตูล จังหวัดสตูล

**10. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

**(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)**

***10*.1 *หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ* (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)**

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน คณะกรรมการชุมชนเกาะนกรวมใจ

10.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

10.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

10.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

10.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

10.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

**10.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)**

10.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]

10.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]

10.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]

10.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

10.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

**10.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะอนุกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)**

10.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

10.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

10.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

10.3.4 กลุ่มวัยทำงาน

10.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

10.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

10.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

10.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

**10.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก**

10.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

10.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

10.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

10.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

10.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

10.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) ...........................................................................................................

10.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

10.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

10.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

10.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

10.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) ...........................................................................................................

10.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

10.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

10.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

10.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

10.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

10.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) ...........................................................................................................

10.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

10.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

10.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

10.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

10.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

10.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) ส่งเสริมสนับสนุนการออกกำลังกายในกลุ่มวัยทำงาน

10.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

10.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

10.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

10.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

10.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .......................................................................................................

10.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

10.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

10.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

10.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

10.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

10.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) ....ส่งเสริมให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีการออกกำลังกาย....

10.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

10.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

10.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

10.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

10.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) ...........................................................................................................

10.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

10.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

10.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

10.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

10.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

10.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) ...........................................................................................................

ลงชื่อ ............................................................... ผู้เสนอโครงการ

(นางจิดาภา นวลแก้ว)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการชุมชนเกาะนกรวมใจ

วันที่-เดือน-พ.ศ. .........16...มกราคม...2562....

**ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)**

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด ครั้งที่ 2/2562 เมื่อวันที่ 30 มกราคม 2562 ผลการพิจารณาโครงการ ดังนี้

**อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนโครงการชุมชนเกาะนกรวมใจเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย จำนวน 5,000 บาท

เพราะ เป็นการส่งเสริมสุขภาพ ที่สามารถทำให้ประชาชนมีความตระหนักถึงการออกกำลังกาย มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องป้องกันโรคที่สามารถป้องกันได้

**ไม่อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนโครงการ

เพราะ .............................................................................................................................................

..............................................................................................................................................

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .........................................................................................................................  
..............................................................................................................................................................................  
..............................................................................................................................................................................

ให้รายงานผลความสำเร็จของโครงการ ตามแบบฟอร์ม **(ส่วนที่ 3)** ภายใน 30 วัน หลังจากเสร็จสิ้นโครงการ ในปีงบประมาณ 2562

ลงชื่อ ....................................................................

(นายโชติ ชินอรรถพร)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เทศบาลตำบลคลองขุด

วันที่-เดือน-พ.ศ......................................................