

มะกรุตให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจดีให้มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขทั้งด้านร่างกายจิตใจสังคมอารมณ์และสติปัญญาโดยต้องการให้ประชาชนสามารถดูแลสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพตนเองได้ด้วยการออกกำลังกายสร้างสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพพลานามัยดีซึ่งจะเป็นภูมิคุ้มกันโรคได้เป็นอย่างดีอีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้านที่ ๕ ตำบลมะกรุตร่วมกับเทศบาลตำบลมะกรุตจัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพขยับกายสบายชีวิตด้วยวิธีเดินบาสโลบ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๒ เป็นวิธีการออกกำลังกายวิธีหนึ่งเพื่อเป็นทางเลือกให้แก่ผู้ที่สนใจการกระตุ้นให้เกิดความตระหนักแลตื่นตัว เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ เริ่มสร้างความสามัคคี และที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรครดดังกล่าวด้วย

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. เขียนโครงการเพื่ออนุมัติงบประมาณ
๒. ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนและผู้สนใจในพื้นที่ทราบ
๓. ประสานวิทยากรกำหนดสอนเดินบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง วันละ ๒ ชั่วโมง สัปดาห์ละ ๓ วัน จำนวน ๘ สัปดาห์
๔. ดำเนินการตามโครงการทุกวันเวลา ๑๗.๐๐ น. - ๑๙.๐๐ น.
๕. ออกกำลังกายต่อเนื่องเป็นประจำทุกวัน
๖. ติดตามประเมินผลการดำเนินการตามโครงการตามระยะเวลาที่กำหนดทุก ๓ เดือน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายด้วยการเดินบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง
๒. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและจิตใจที่ดีลดภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
๒. ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์ ข้อที่ ๑. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพด้วยการออกกำลังกายด้วยการเดินบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง จำนวน ๔๐ คน	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ๑. ประชาชนมีสนใจเข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ ๘๐ ของเป้าหมาย
ข้อที่ ๒. เพื่อลดภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ	๑. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงมีสุขภาพจิตที่ดี
ข้อที่ ๓. เพื่อเป็นกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ในพื้นที่	๒. ประชาชนมีความสามัคคีปรองดอง

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑. กิจกรรมบาสโลบ เพื่อสุขภาพ	๙,๖๐๐	

๑.๑ กิจกรรมย่อย - การฝึกการออกกำลังกายด้วยการเดินบาสโลป เป็นเวลา ๒ เดือน - การเดินบาสโลปและกิจกรรมประกอบเพลงต่อเนื่องทุกวัน	ค่าวิทยากรสัปดาห์ละ ๓ วันๆละ ๒ ชั่วโมงๆละ ๒๐๐ บาท ๘ สัปดาห์ รวมเป็นเงิน ๙,๖๐๐ บาท	๑ มี.ค. ๒๕๖๒ - ๑. ก.ย.๒๕๖๒
๒. การจัดซื้อ	๙,๗๐๐	
๒.๑ กิจกรรมย่อย - การจัดหาเครื่องเสียงใช้ในกิจกรรม จำนวน ๑ ชุด	เครื่องเสียง ๑ ชุด เป็นเงิน ๙,๗๐๐ บาท	
	รวม ๑๙,๓๐๐บาท	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน นางสาวล เกื้อก้อยอด ประธานโครงการบาสโลปเพื่อสุขภาพของชุมชน หมู่ที่ ๕

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 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)

- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน จำนวน ๔๐ คน

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 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม
ในการทำงาน
- ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)

.....

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(๗๖ สิงหาคม ๒๕๖๒)
วันที่-เดือน-พ.ศ. ๒๕๖๒ ก.พ. ๒๕๖๒

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลง
รายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลมะกรูด
ครั้งที่ ๒/๒๕๖๒ เมื่อวันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการบาสโลบเพื่อสุขภาพ
(ขยับกายสบายชีวี) ของชุมชนหมู่ที่ ๕ จำนวน ๑๙,๓๐๐ บาท

เพราะ เป็นโครงการส่งเสริมสุขภาพประชาชนในตำบลมะกรูดและเป็นโครงการที่ตรงตามวัตถุประสงค์ตามกองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)

ภายในวันที่

ลงชื่อ

(นายมนตรี ดอเลาะ)

นายกเทศมนตรีตำบลมะกรูด

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบล
มะกรูด

๒๗ ก.พ. ๒๕๖๒
วันที่-เดือน-พ.ศ.