

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนเนียง

เรื่อง ขอเสนอโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ “ขยับกายสบายชีวิตด้วยวิธีเดินแอโรบิก”
โครงการต่อเนื่อง

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนเนียง

ด้วยชมรมแอโรบิกเทศบาลตำบลควนเนียง มีความประสงค์จะทำโครงการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โครงการขยับกายสบายชีวิตด้วยการเดินแอโรบิกในปีงบประมาณ 2562 โดยขอการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนเนียง เป็นเงิน 28,000 บาท โดยมีรายละเอียดโครงการกิจกรรมดังนี้

ส่วนที่ 1 รายละเอียดแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอ แผนงาน / โครงการ / กิจกรรม ลงรายละเอียด)

1.หลักการและเหตุผล

ชมรมแอโรบิกควนเนียง ได้เล็งเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลควนเนียง เนื่องจากสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปตามกระแสโลกาภิวัตน์จากสภาพสังคมเกษตรกรรมเป็นสังคมอุตสาหกรรมเกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสภาพแวดล้อมทำให้หลายคนมองข้ามการออกกำลังกายหลายคนอ้างไม่มีเวลาบางคนเข้าใจว่าการเปลี่ยนแปลงอิริยาบถในชีวิตประจำวันเป็นการออกกำลังกายจึงเป็นเหตุให้สุขภาพอ่อนแอลงและอาจประสบกับปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆตามมาเช่นความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคกระเพาะ ความเครียด ฯลฯหลายหน่วยงานได้หันมาให้ความสนใจโดยให้มีการรณรงค์การออกกำลังกายขึ้นภายใต้ โครงการขยับกายสบายชีวิตด้วยวิธีเดินแอโรบิก

ดังนั้นทางชมรมแอโรบิกเทศบาลตำบลควนเนียง ได้จัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเห็นว่า การออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิก เป็นวิธีที่เหมาะสม โดยการกระตุ้นให้เกิดความตระหนักและตื่นตัวเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรงผ่อนคลายอารมณ์เสริมสร้างความสามัคคีและที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคดังกล่าวด้วย

ด้วยความตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าวจึงได้จัดทำ โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ “ขยับกายสบายชีวิต ด้วยวิธีเดินแอโรบิก” เพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพร่างกายประชาชนในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลควนเนียง

และส่งเสริมให้ประชาชนเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย เพื่อให้มีสุขภาพดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บอันไม่พึงปรารถนา เกิดเป็นภาคเครือข่ายสร้างสุขภาพและส่งผลให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีสืบไป

2. วัตถุประสงค์ / ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้บริหาร และพนักงานเทศบาล ประชาชนทั่วไปมีสุขภาพแข็งแรง โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ	1. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพดีขึ้นและแข็งแรงขึ้น 80% ข้อมูลได้จากการตรวจสอบสุขภาพประจำปี
2. เพื่อลดภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ	2. ประชาชนที่เข้าร่วมหายจากการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ 70 %
3. เพื่อให้ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	3. มีจำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย เพิ่มขึ้นปีละ 40 %
4. เพื่อส่งเสริมความสามัคคีแก่หมู่คณะ และเป็นแบบอย่างการส่งเสริมสุขภาพ แก่ชุมชนต่อไป	3. ผู้เข้าร่วม โครงการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่อง 100 %

3.เป้าหมาย

3.1 กลุ่มเยาวชน / ประชาชนในเขตเทศบาลตำบลควนเนียงเข้าร่วมโครงการ ประมาณ 50 คน / วัน

3.2 ประชาชนทั่วไปนอกเขตเทศบาลตำบลควนเนียงมาเข้าร่วม ร้อยละ 20 คน

4. วิธีดำเนินการ

1. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ
2. ประชาสัมพันธ์โครงการ
3. จัดอบรมครูผู้นำเดินพร้อมศึกษาดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะกระบวนการให้ดีและน่าสนใจมากขึ้น
4. เตรียมวัสดุอุปกรณ์และผู้นำการออกกำลังกาย
5. ดำเนินการตามโครงการ โดยจัดให้มีการออกกำลังกายประกอบเพลงในรูปแบบแอโรบิคเป็นประจำ สัปดาห์ละ 6 วัน วันละ 1 ชั่วโมงจนเสร็จสิ้นโครงการ

5.ระยะเวลาดำเนินการ

5.1 ดำเนินการจัดกิจกรรมตั้งแต่เดือน ตุลาคม 2561-กันยายน 2562

5.1 กำหนดสัปดาห์ละ 6 วัน คือ วันจันทร์-วันเสาร์ เวลา 18.00 น - 19.00 น

6. สถานที่ดำเนินการ

ลานอเนกประสงค์หน้าสำนักงานเทศบาลตำบลควนเนียง

7. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลควนเนียง ปีงบประมาณ 2562 จำนวนเงิน 28,000 บาท มีรายละเอียดดังนี้

- | | |
|--|-----------|
| 7.1. ค่าอบรมและศึกษาดูงานครูหรือผู้นำต้น 4 ท่าน เป็นเงิน 3,000 บาท | |
| 7.2. ค่าตอบแทนผู้นำออกกำลังกายวันละ 200 / ชั่วโมง จำนวน 80 วัน เป็นเงิน 16,000 บาท | |
| 7.4. ค่าเครื่องเล่นแผ่นเพลง (ซีดี) | 3,000 บาท |
| 7.5. ค่าเครื่องขยายเสียง ลำโพง | 3,000 บาท |
| 7.6. ค่าบริการน้ำดื่มประจำวัน | 3,000 บาท |

หมายเหตุทุกรายการสามารถถัวจ่ายกันได้

รวมเป็นเงิน 28,000 บาท

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

8.1 เยาวชน ประชาชน ที่เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพกาย สุขภาพจิต สมบูรณ์แข็งแรง จิตใจร่าเริงแจ่มใสไม่น้อยกว่า 100 %

8.2 สมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอมีภูมิคุ้มกันที่ดีสามารถต่อต้าน โรคภัยไข้เจ็บต่างๆอย่างน่าพึงพอใจ

8.3 ลดค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพของครอบครัวจากการไปรับบริการตามคลินิกและสถานพยาบาลทั่วไป

8.4 เป็นการเพิ่มรายรับในครอบครัวจากการมีสุขภาพที่แข็งแรงสามารถประกอบอาชีพต่างๆ ได้มากขึ้น

9. สรุปแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม

แนบด้วยเอกสารข้อ ๘

สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๘.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

- ๘.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๘.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๘.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๘.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๘.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

- ๘.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๘.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]
- ๘.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๘.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๘.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๘.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๘.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๘.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๘.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๘.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๘.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๘.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๘.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๘.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๘.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๘.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๘.๔.๑ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - ๘.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ๘.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- ๘.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๘.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษา มะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๘.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๘.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

- ๘.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - ๘.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๘.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๘.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๘.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ).....

- ๘.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - ๘.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ๘.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๘.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๘.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๘.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ).....

- ๘.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 - ๘.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - ๘.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - ๘.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๘.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๘.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)

- ๘.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๘.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๘.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๘.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๘.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ๘.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - ๘.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - ๘.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - ๘.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - ๘.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - ๘.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๘.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - ๘.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๘.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๘.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๘.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๘.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ๘.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๘.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๘.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๘.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๘.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

๘.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

๘.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ ผู้เสนอโครงการ

นายทริ นันทะวิทย์
กรมการส่งเสริมการเกษตร
วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2562

ใบเสนอโครงการ/แผนงาน เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
WTR

หมายเลขเพิ่มเติม (ถ้ามี)

วัตถุประสงค์ความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๗) สรุปลง

ลงชื่อ
(นายสุกัญญา พงษ์อักษร)

ตำแหน่ง นายคณกร กตัญญู

ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนพัฒนาสุขภาพเทศบาลนครขอนแก่น

วันที่

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ครั้งที่ 2 / ๒๕๕๒ เมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๒ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/
กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ๒๘,๐๐๐ บาท
เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน
วันที่

ลงชื่อ 

(นายศุภกิจ พงศ์อักษร)

ตำแหน่ง นายกเทศมนตรีตำบลควนเนียง

ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลควนเนียง

วันที่.....