



แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่น เทศบาลเมืองกันตัง

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองกันตัง

ด้วยชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพ เทศบาลเมืองกันตัง มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายแบบลีลาศ ปี 2562 ในปีงบประมาณ 2562 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่น เทศบาลเมืองกันตัง เป็นเงิน 32,300 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ ดังนี้

ส่วนที่ 1 : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ

1. หลักการและเหตุผล

สังคมได้เปลี่ยนแปลงไปตามกระแสโลกาภิวัตน์ จากสภาพสังคมเกษตรกรรมเป็นสังคมอุตสาหกรรมเกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสภาพแวดล้อม ทำให้หลายคนมองข้ามการออกกำลังกาย หลายคนอ้างไม่มีเวลา บางคนเข้าใจว่าการเปลี่ยนแปลงอิริยาบถในชีวิตประจำวันเป็นการออกกำลังกายอย่างหนึ่ง จึงเป็นเหตุให้สุขภาพอ่อนแอลงและอาจประสบปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ ตามมา เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคมะเร็ง ความเครียด ฯลฯ การออกกำลังกายเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะช่วยในการพัฒนาเสริมสร้างความแข็งแรง และจิตใจของคนเราแข็งแรง ความอดทนของกล้ามเนื้อได้มากมาย หลากหลายรูปแบบ ช่วยในการบำบัดรักษาฟื้นฟูเสริมสร้างสุขภาพ และสมรรถภาพทางกายรวมทั้งช่วยลดไขมันในร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อตึง ช่วยให้เกิดการพัฒนาการรับรู้ของระบบประสาทส่วนต่างๆ ของร่างกาย ส่งผลให้ผู้ออกกำลังกายเกิดความมั่นใจในรูปร่างและความสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหวที่สำคัญ ประชาชนสามารถทำได้ทุกเวลา ทุกสถานที่ และยังทำได้ทุกเพศทุกวัย เป็นการส่งเสริมสุขภาพง่ายๆ ได้ด้วยตนเอง ดังนั้นการกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความตระหนักและตื่นตัวเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งเพราะการออกกำลังกายนอกจากจะเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ เสริมสร้างความสามัคคี และที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคดังกล่าวด้วย

ชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลส่งเสริมสุขภาพ จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายแบบลีลาศ ปี 2562 ขึ้น เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดี สุขภาพจิตสดใส ร่างกายแข็งแรง

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพและฝึกทักษะการออกกำลังกายด้วยลีลาศ

2. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพแก่ประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีสุขภาพที่ดี สุขภาพจิตสดใส ร่างกายแข็งแรงลดโรคติดต่อไม่เรื้อรังหรือลดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้ในระดับหนึ่ง

3. ตัวชี้วัด

1. ประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรม ได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพและออกกำลังกายด้วยลีลาศทำพื้นฐานจำนวน 3 ท่า ได้ทุกคน

2. ร้อยละ 60 ของผู้เข้ารับการอบรมมีความพึงพอใจในระดับดีมาก

4. เป้าหมาย

ประชาชนทั่วไปที่สนใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 70 คน

5. วิธีดำเนินการ

1. จัดประชุมประชาคมสมาชิกชมรมลีลาศ
2. จัดทำแผนงานเสนอเพื่อพิจารณาถ้อยแถลง และเสนอต่อคณะกรรมการ เพื่อขออนุมัติ
3. ประชุมคณะกรรมการชมรมลีลาศ เพื่อวางแผนการดำเนินงาน
4. ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
5. จัดกิจกรรมคัดกรองสุขภาพเบื้องต้นแก่กลุ่มเป้าหมายก่อนและหลังการอบรม
6. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้การดูแล/ส่งเสริมสุขภาพ พร้อมฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายด้วยการเต้นลีลาศพื้นฐาน อย่างน้อย จำนวน 3 ท่า
7. จัดกิจกรรมออกกำลังกายแบบลีลาศอย่างต่อเนื่อง อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง โดยมีวิทยากรนำออกกำลังกาย เป็นระยะเวลา 2 เดือน
8. สรุป/รายงานผลหลังเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการต่อกองทุนสุขภาพฯ

6. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือนพฤษภาคม - สิงหาคม 2562

7. สถานที่ดำเนินการ

อาคารคอคอบบี้ เทศบาลเมืองกันตัง/ศาลาสวนสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

8. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองกันตัง จำนวน 32,300 บาท รายละเอียดดังนี้

1. กิจกรรมคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น

- ค่าจัดซื้อเครื่องวัดความดันโลหิต เป็นเงิน 2,500 บาท
- ค่าจัดซื้อเครื่องชั่งน้ำหนัก เป็นเงิน 800 บาท

2. กิจกรรมอบรมให้ความรู้/ฝึกปฏิบัติ

- ค่าสมนาคุณวิทยากร 6 ชม. x 600 บ. เป็นเงิน 3,600 บาท
- ค่าอาหารว่าง/เครื่องดื่ม 70 คน x 30 บ. x 2 มื้อ เป็นเงิน 4,200 บาท
- ค่าอาหารกลางวัน 70 คน x 70 บ. x 1 มื้อ เป็นเงิน 4,900 บาท
- ค่าป้ายโครงการ 1 ผืน x 300 บ. (ขนาด 1*2.5ม.) เป็นเงิน 300 บาท
- ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ 1 ผืน x 300 บ. (ขนาด 1*2.5ม.) เป็นเงิน 300 บาท
- ค่าเอกสาร เป็นเงิน 300 บาท
- ค่าจัดซื้อเครื่องเสียง จำนวน 1 ชุด เป็นเงิน 6,700 บาท
- ค่าใช้จ่าย อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เป็นเงิน 1,500 บาท

3. กิจกรรมออกกำลังกายแบบลีลาศ

- ค่าตอบแทนวิทยากรนำออกกำลังกาย 2 เดือน x 3,600 บ. (3 ครั้ง/สัปดาห์ = 3600)

เป็นเงิน 7,200 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 32,300 บาท (หมายเหตุ : ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้)

9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคน ได้รับความรู้ในการดูแลสุขภาพและมีทักษะการออกกำลังกายด้วยลีลาศท่าพื้นฐานได้อย่างน้อย 3 ท่า

2. ประชาชนผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีสุขภาพที่ดี สุขภาพจิตสดใส ร่างกายแข็งแรงลดการป่วยด้วยโรคติดต่อไม่เรื้อรังและ/หรือลดภาวะแทรกซ้อนของโรคได้

10. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

10.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561

ข้อ 10) ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพ เทศบาลเมืองกันตัง

10.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

10.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

10.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]

10.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

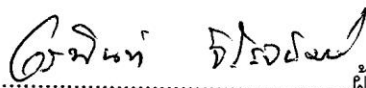
10.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

10.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

10.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

10.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

10.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) การส่งเสริมสุขภาพการออกกำลังกายแบบลีลาศ

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางอรพินท์ จิโรจน์มนตรี)

ประธานชมรมลีลาศเพื่อสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่น เทศบาลเมืองกันตัง ครั้งที่ 1/2562 เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2561 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ จำนวน 32,300 บาท

เพราะ เป็นการสนับสนุนให้กลุ่ม/องค์กรประชาชนในพื้นที่ ได้ดำเนินงานตามแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมในการสร้างเสริมสุขภาพ ให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ/การออกกำลังกายแบบลีลาศอย่างถูกต้องและเหมาะสม ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคได้ในระดับหนึ่ง

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่
30 สิงหาคม 2562

ลงชื่อ.....



(นายคาลา นิตย์จารุณ)

ปลัดเทศบาล

เลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 31 พ.ค. 2562

ลงชื่อ.....



(นายสรนนต์ จิโรจน์มนตรี)

นายกเทศมนตรีเมืองกันตัง

ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 31 พ.ค. 2562