**แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขื่อนบางลาง**

เรื่อง ขอเสนอโครงการออกกำลังกายเต้นแอโรบิค (ลดพุง ลดโรค)

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขื่อนบางลาง

 ด้วย ชมรมแอโรบิคบ้านฉลองชัย มีความประสงค์จะจัดทำแผนงาน/โครงการออกกำลังกายเต้นแอโรบิค (ลดพุง ลดโรค) ประจำปีงบประมาณ 2562 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขื่อนบางลาง เป็นเงิน 14,500 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

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

**1. หลักการและเหตุผล**

 ร่างกายของมนุษย์ถูกสร้างขึ้นมาให้มีการเคลื่อนไหว เพื่อให้เกิดความสมดุล  และป้องกันความเสื่อมของร่างกายเพราะการออกกำลังกายที่เพียงพอนั้นจะช่วยทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง การทรงตัวดี  ระบบขับถ่ายสามารถทำงานได้ดี ลดภาวะซึมเศร้าและความเครียดทำให้สุขภาพจิตดี  ทำให้นอนหลับดีขึ้น นอกจากนี้ยังสามารถลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูงและโรคที่เกี่ยวกับระบบไหลเวียนเลือดของหัวใจได้อีกด้วย ชมรมแอโรบิคบ้านฉลองชัย มีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมและดำเนินการในด้านสุขภาพ ให้กับประชาชนในหมู่บ้านให้มีสุขภาพทางด้านสุขภาพกายและสุขภาพใจ ให้มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สังคม อารมณ์ สติปัญญา โดยต้องการให้ประชาชนสามารถดูแลและสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพตนเองได้ด้วยการออกกำลังกาย สร้างสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพพลานามัยดี ซึ่งจะเป็นภูมิคุ้มกันโรคได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และยังเป็นการป้องกันยาเสพติดไม่ให้เข้ามาในเขตพื้นที่ชุมชนได้อีกทางหนึ่งด้วย

 ชมรมแอโรบิคบ้านฉลองชัย ได้ดำเนินการไปแล้วปี 2560 ที่ผ่านมา จึงได้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกายมากขึ้นซึ่งส่งผลดีต่อสุขภาพของประชาชนที่เข้าร่วม จึงได้จัดทำโครงการออกกำลังกายเต้นแอโรบิค (ลดพุง ลดโรค) ต่อยอดต่อไป และประชาชนมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี เพื่อเป็นการสนับสนุน เชิญชวนและรณรงค์ในการออกกำลังกาย และเพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในการออกกำลังกายแบบแอโรบิคในชุมชน สามารถออกกำลังกายได้ โดยชุมชนนำชุมชนเอง ชุมชนเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย และมีการออกกำลังกายในชุมชนมากขึ้นและต่อเนื่องต่อไป

**2. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

1. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีการออกกำลังกายให้มากขึ้นและต่อเนื่อง

2. เพื่อให้ประชาชนสร้างสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี

 3. เพื่อให้ประชาชนเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและป้องกันโรคก่อนที่จะไปบำบัดรักษาโรค

 4. เพื่อให้ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

**3. วิธีดำเนินการ**

1. เขียนโครงการเพื่อเสนอขออนุมัติ
2. ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนในพื้นที่ทราบ
3. ดำเนินการตามโครงการซึ่งเป็นโครงการต่อยอดจากปีที่ผ่านมา โดยกำหนดให้มีการเต้นแอโรบิกสัปดาห์ละ 3 วัน
4. ติดตามและประเมินผลการดำเนินการตามโครงการตามระยะเวลาที่กำหนด

**4. ระยะเวลาดำเนินการ**

 เดือน มิถุนายน – กันยายน พ.ศ. 2562

 (กำหนดให้มีการเต้นแอโรบิกสัปดาห์ละ 3 วัน)

**5. สถานที่ดำเนินการ**

หมู่ที่ 4 บ้านฉลองชัย ตำบลเขื่อนบางลาง อำเภอบันนังสตา จังหวัดยะลา

**6. งบประมาณ**

 จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขื่อนบางลาง

ประจำปีงบประมาณ 2562 จำนวน 14,500 บาท รายละเอียด ดังนี้

1. ค่าตอบแทนผู้นำในการออกกำลังกาย เป็นเงิน 3,600 บาท

 ( วันละ 1 ชั่วโมงๆละ 600 บาท จำนวน 6 วัน)

 2. ค่าอุปกรณ์ออกกำลังกาย (ฮูล่าฮูป) จำนวน 25 อันๆละ 400 บาท เป็นเงิน 10,000 บาท

 3. ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ ขนาด 1 x 3 ม. เป็นเงิน 900 บาท

**หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้**

**7. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ประชาชนได้มีการออกกำลังกายให้มากขึ้นและต่อเนื่อง
2. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและมีสุขภาพจิตที่ดี
3. ประชาชนจะห่างไกลโรคภัยไข้เจ็บและลดจำนวนการไปรักษาสุขภาพที่สถานพยาบาล
4. ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

**7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

**7.1 *หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ* (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)**

ชื่อหน่วยงาน ชมรมแอโรบิคบ้านฉลองชัย

 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

 ☑ 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

**7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)**

 7.2.1 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข

 [ข้อ 10(1)]

 ☑ 7.2.2 สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร

 ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)]

 7.2.3 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]

 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]

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

 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.............................

 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.............................

 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.............................

 ☑ 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน 25 คน

 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.............................

 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.............................

 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.............................

 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.............................

 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

**7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก**

 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

 7.4.1.7 การส่งสริมสุขภาพช่องปาก

 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.3.5 การส่งสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอร์

 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 ☑ 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 ☑ 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

 ☑ 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอร์

 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ) .................................................................................................................

ลงชื่อ ............................................................... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

 (นางสาวหนึ่งฤทัย ชัยชนะ)

ตำแหน่ง ประธานชมรมแอโรบิคบ้านฉลองชัย

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล ตำบลเขื่อนบางลาง .
ครั้งที่ 2 / 2562 เมื่อวันที่ 9 เมษายน 2562 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

 ☑ **อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 14,500 บาท

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

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

 **ไม่อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

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

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

 ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม **(ส่วนที่ 3)** ภายในวันที่ ………………………………………………….........

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

 (นายมะยูโซ๊ะ อาลีมามะ)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการบริหารกองทุนฯ

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ออกกำลังกายเต้นแอโรบิคเพื่อสุขภาพ (ลดพุง ลดโรค)

**1. ผลการดำเนินงาน**

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

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

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

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

**2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

 🞎 บรรลุตามวัตถุประสงค์

 🞎 ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ ...............................................................................................................

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

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม .............................................................. คน

**3. การเบิกจ่ายงบประมาณ**

 งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ................................................. บาท

 งบประมาณเบิกจ่ายจริง ................................................. บาท คิดเป็นร้อยละ ..............................

 งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ ................................................. บาท คิดเป็นร้อยละ ..............................

**4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน**

 🞎 ไม่มี

 🞎 มี

 ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ) ........................................................................................................................

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

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

 แนวทางการแก้ไข (ระบุ) ......................................................................................................................

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

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

ลงชื่อ.........................................................................ผู้รายงาน

  (.........................................................................)

ตำแหน่ง .....................................................................

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