

10011

| |
|--------------------------|
| ชื่อ-นามสกุลผู้รับสมัคร: |
| รหัสโครงการ : |
| วันที่ : ____/____/25__ |

แบบเสนอโครงการกองทุนตำบล

04

04-50109-62

๑. ชื่อโครงการ

โครงการลดพุง ลดโรคเปลี่ยนชีวิตใหม่ ตำบลเขาเจ็ยก ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๒

๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ

นางเยาวลักษณ์ ตุ่นคำ

๓. ชื่อ-นามสกุลผู้รับผิดชอบโครงการ

คำนำหน้าชื่อ.....นาง.....ชื่อ เยาวลักษณ์นามสกุล ...ตุ่นคำ....

ตำแหน่งในชุมชนพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ.....

เลขที่ประจำตัวประชาชน ๑๓ หลัก ๓ ๙๓๙๙ ๐๐๑๕๒ ๐๙๐

ที่อยู่ปัจจุบันที่ตามบัตรประชาชน

บ้านเลขที่.....๔๒/๑..... หมู่ที่๒..... ตรอก/ซอย.....

ถนน.....ตำบล/แขวง...เขาเจ็ยก..... อำเภอ/เขตเมือง.....

จังหวัด.....พัทลุง..... รหัสไปรษณีย์๙๓๐๐๐.....

เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อได้สะดวก เบอร์มือถือ.....๐๖๓-๔๑๙๑๙๕๔.....

โทรสาร..... อีเมลytoondum@ gmail.com.....

๔. รายชื่อผู้ร่วมทำโครงการ/คณะทำงาน (อย่างน้อย ๓-๕ คน)

รายชื่อผู้ร่วมรับผิดชอบโครงการ คนที่ ๑

คำนำหน้าชื่อ.....นาง.....ชื่อ..สุนธ์.....นามสกุลชูเอียด.....

ตำแหน่งในชุมชนพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ.....

เลขที่ประจำตัวประชาชน ๑๓ หลัก ๓ ๙๓๐๑ ๐๐๒๖ ๕๕๓ ๓

ที่อยู่ปัจจุบันที่ตามบัตรประชาชน

บ้านเลขที่.....๑๐๙..... หมู่ที่๕..... ตรอก/ซอย.....

ถนน.....ตำบล/แขวง.....ท่ามิหรำ..... อำเภอ/เขตเมือง.....

จังหวัด.....พัทลุง..... รหัสไปรษณีย์๙๓๐๐๐.....

เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อได้สะดวก เบอร์มือถือ.....๐๘๗ ๒๙๓๗ ๖๐๘.....

โทรสาร..... อีเมลpinmakon@ gmail.com.....บทบาทหน้าที่/ความ

รับผิดชอบในโครงการนี้.....ช่วยประสานงานกิจกรรมตามโครงการ เพื่อให้กิจกรรมสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

๕. ระยะเวลาดำเนินงาน

วัน เริ่มต้น มกราคม ๒๕๖๒ กำหนดเสร็จ กันยายน ๒๕๖๒

๖. รายละเอียดของโครงการ

ขั้นตอนในการพัฒนา

๑.ประชุมคณะทำงานกำหนดแผนงาน/โครงการและกิจกรรม

๒.ประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น

๓.จัดกิจกรรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ โดยแบ่งเป็น ๒ ฐาน คือ ฐานอาหาร และฐานออกกำลังกาย

๔.เฝ้าติดตามทุก ๑ เดือน

๕.ประเมินสุขภาพหลังดำเนินโครงการ

๖.สรุปผลการดำเนินกิจกรรม

๗. วัตถุประสงค์และตัวชี้วัด การดำเนินงาน

| วัตถุประสงค์/เป้าหมาย | ตัวชี้วัดความสำเร็จ |
|--|---|
| <p>วัตถุประสงค์</p> <ol style="list-style-type: none">๑. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม๒. เพื่อลดภาวะอ้วนลงพุงในกลุ่มเป้าหมาย เพื่อลดอัตราการเกิดโรครายใหม่ในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน | <ol style="list-style-type: none">๑. เพื่อส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มประชาชนที่มีสุขภาพะปกติจากการคัดกรอง๒. เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงจากการคัดกรอง ไม่ให้เป็นผู้ป่วยรายใหม่เพิ่มขึ้น ร้อยละ ๘๐๓. เพื่อป้องกันกลุ่มผู้ป่วยไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจากภาวะอ้วนลงพุง ร้อยละ ๘๐ |

๔. แผนการดำเนินงาน

| วัตถุประสงค์ | ตัวชี้วัด | กลุ่มเป้าหมาย | กิจกรรม | ระยะเวลาดำเนินงาน | ผลลัพธ์ / ผลผลิต | งบประมาณ | ภาคีร่วมสนับสนุน |
|---|--|--|--|--|--|---------------|--|
| <p>๑. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสม</p> <p>๒. เพื่อลดภาวะอ้วนลงพุงในกลุ่มเป้าหมาย</p> <p>๓. เพื่อลดอัตราการเกิดโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวาน</p> | <p>๑. เพื่อส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มประชาชนที่มีสุขภาพภาวะปกติจากการคัดกรอง</p> <p>๒. เพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยงจากการคัดกรองไม่ให้เป็นผู้ป่วยรายใหม่</p> <p>เพิ่มขึ้น ร้อยละ ๘๐</p> <p>๓. เพื่อป้องกันกลุ่มผู้ป่วยไม่ให้เกิดภาวะแทรกซ้อนจากภาวะอ้วนลงพุง ร้อยละ ๘๐</p> | <p>๑. เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหัวถนน เจ้าหน้าที่และพนักงานเทศบาลตำบลเขาเจ็ยก อ.สาส์นคร</p> <p>สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน และผู้สนใจเข้าร่วม</p> <p>โครงการ จำนวน ๕๐ คน</p> <p>๒. ผู้ป่วยความดันโลหิตสูง ผู้ป่วยเบาหวาน ผู้ป่วยไขมันในเลือดสูง</p> <p>กลุ่มเสี่ยงความดันโลหิตสูง เบาหวาน ที่มีดัชนีมวลกายเกินกว่าที่กำหนด จำนวน ๕๐ คน</p> | <p>๑. ประชุมคณะทำงานกำหนดแผนงาน/โครงการและกิจกรรม</p> <p>๒. ประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น</p> <p>๓. จัดกิจกรรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ โดยแบ่งเป็น ๒ รุ่น คือ ฐานอาหาร และฐานออกกำลังกาย</p> <p>๔. ฝึกรัดตามทุก ๑ เดือน</p> <p>๕. ประเมินสุขภาพหลังดำเนินโครงการ</p> <p>๖. สรุปผลการดำเนินกิจกรรม</p> | <p>มีนาคม - ๒๕๖๒</p> <p>กันยายน ๒๕๖๒</p> | <p>๑. จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการมีค่าดัชนีมวลกายลดลง คิดเป็นร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด</p> <p>๒. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ ๘๐</p> | <p>๒๓,๒๐๐</p> | <p>๑. อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลเขาเจ็ยก อำเภอเมืองพัทลุง ให้ความรู้</p> <p>๒. เทศบาลตำบลเขาเจ็ยก โดยกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขาเจ็ยก สนับสนุนงบประมาณ</p> |

๑๐.งบประมาณโครงการ

งบประมาณที่ต้องการสนับสนุนจาก กองทุนตำบล จำนวน๒๓,๒๐๐.....บาท

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง กินเป็น ลดได้ด้วยการออกกำลังกาย จำนวน ๑๐๐ คนๆละ ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
๒. ค่าอาหารกลางวัน สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง กินเป็น ลดได้ด้วยการออกกำลังกาย จำนวน ๑๐๐ คนๆละ ๑ มื้อ ๆละ ๕๐ บาท เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
๓. ค่าตรวจประเมินภาวะไขมันในเลือดในกลุ่มเสี่ยงที่มีค่าดัชนีมวลกายเกิน จำนวน ๓๐ คน ๆ ๒ ครั้ง ๆ ละ ๒๒๐ บาท เป็นเงิน ๑๓,๒๐๐ บาท

งบประมาณสมทบจาก.....-..... จำนวน บาท

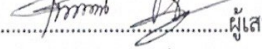
งบประมาณรวม จำนวน๒๓,๒๐๐.....บาท (สองหมื่นสามพันสองร้อยบาทถ้วน)

๑๑. การติดตาม/การประเมินผล

๑. ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สามารถควบคุมน้ำหนักและรอบเอว ให้ลดลงได้
๒. ผู้เข้าร่วมโครงการมีพฤติกรรมสุขภาพ ด้านการบริโภคอาหาร และด้านออกกำลังกายที่ดีขึ้น
๓. กลุ่มผู้ป่วยสามารถลดภาวะแทรกซ้อนจากภาวะอ้วน ลงพุงได้

๑๒. แนวทางการพัฒนาเพื่อให้เกิดความต่อเนื่องยั่งยืน และการขยายผล

๑. สนับสนุนให้มีบุคคลต้นแบบในแต่ละกลุ่ม เพื่อความต่อเนื่องและเป็นแบบอย่าง
๒. ส่งเสริมกิจกรรมการดูแลสุขภาพในทุกรูปแบบ

ลงชื่อ..........ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(นางนภาพรธรณ ศรีลมูล)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหัวถนน

ลงชื่อ

ผู้ลงนาม

(นายไกรวัฒน์ ธรรมเพชร)

นายกเทศมนตรี ประธานกรรมการ

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลเขาเจ็мок

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านหัวถนน

- 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)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....

- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
 - ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ).....

๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอาร
- ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ).....

๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอาร
- ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ).....

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