

องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งขี้เหล็ก

เลขที่รับ 13

วันที่รับ ๑๒ สิงหาคม ๒๕๖๒ 10.05 น.

รับ

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต ๑๒

| | |
|---|--|
| รหัสโครงการ | L๕๒๐๖ - - ๒๕๖๒ |
| ชื่อโครงการ/กิจกรรม | โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยแอโรบิกและบาสโลบ หมู่ที่ ๑ |
| ชื่อกองทุน | กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลทุ่งขี้เหล็ก |
| | <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๙(๑)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชนหน่วยงานอื่น [ข้อ ๙(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๙(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๙(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๙(๕)] |
| หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ | <input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา ฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่กลุ่มคน ๕ คน |
| ชื่อองค์กร/กลุ่มคน(๕คน) | ชื่อองค์กร/กลุ่มคน(ระบุ ๕ คน) ๑. นางลำดวน ประสมพงศ์ ๒. นางปราณี ชังค์สโร ๓. นางพิมพ์ ประสมพงศ์ ๔. นางกลิ่น ช่วยชูชาติ ๕. นางปิยมาศ ศรีแก้วทอง |
| วันอนุมัติ | |
| ระยะเวลาดำเนินการ | ตั้งแต่ วันที่ ๑ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๒ ถึง วันที่ ๒๕ เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๓ |
| งบประมาณ | ๔๐,๒๖๐.- บาท (สี่หมื่นสองร้อยหกสิบบาทถ้วน) |

หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของโครงการ)

ปัจจุบันสังคมไทยเริ่มเปลี่ยนแปลงไปจากอดีต ดังจะเห็นได้จากบริบทการทำงาน เศรษฐกิจ และวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไป มีการแข่งขันสูงในทุกๆด้าน ทำให้วิถีชีวิตของคนในสังคมต้องเร่งรีบและแข่งขันตามกลไกของสังคม โดยสิ่งต่างๆเหล่านี้ ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมาไม่ว่าจะเป็นปัญหาด้านอาชญากรรม สุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจ การเปลี่ยนแปลงและการแข่งขันในทุกๆด้านเหล่านี้ ส่งผลให้ประชาชนในสังคมต่างมุ่งเน้นที่จะทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด โดยลืมคำนึงถึง สภาวะสุขภาพ สภาวะจิตใจและความสัมพันธ์กับคนรอบข้างแม้กระทั่งความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกันเอง

กลุ่มรักสุขภาพ หมู่ที่ ๑ บ้านทุ่งขมิ้น ตำบลทุ่งขมิ้น เล็งเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชน โดยเฉพาะในหมู่ที่ ๑ และบ้านใกล้เคียง จึงได้ปรึกษาหารือถึงแนวทางในการแก้ไขปัญหา โดยมุ่งเน้นให้ประชาชนในชุมชนได้มีเวลาในการออกกำลังกายเพื่อดูแลสุขภาพของตนเอง จึงเห็นควรให้มีการจัดกิจกรรมในการเดินแอโรบิคและการเดินบาสโลบ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่คิดว่าประชาชนทุกวัยสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ และสามารถใช้เวลาว่างหลังเลิกงานในการจัดทำกิจกรรม โดยคิดว่าผลจากการออกกำลังกายจะทำให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี อีกทั้งยังสามารถสร้างความสามัคคีและความผูกพันของคนในชุมชนได้

วิธีการดำเนินการ

๑. ประชุมปรึกษาหารือถึงรูปแบบและวิธีการในการจัดกิจกรรม
๒. ประชาสัมพันธ์และรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนในตำบลนาหม่อมทุกกลุ่มทุกเพศทุกวัย
๓. ประสานวิทยากรและเจ้าหน้าที่ในการอบรมให้ความรู้
๔. จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์และสถานที่ในการจัดกิจกรรม
๕. การดำเนินกิจกรรมโดยจัดให้มีการประเมินสุขภาพก่อนและหลังการดำเนินการ รูปแบบการจัดกิจกรรมจัดให้มีการอบรมให้ความรู้ การฝึกปฏิบัติ ตลอดจนการออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิคและบาสโลบทุกวันอย่างต่อเนื่อง

ผลที่คาดว่าจะได้รับและการรายงานผลของโครงการ

๑. ประชาชนในชุมชนได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและมีการใส่ใจในการดูแลสุขภาพตัวเองมากขึ้น
๒. ประชาชนในชุมชนเกิดความผูกพันและมีความรักสามัคคี
๓. ประชาชนในชุมชนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี

| เป้าหมาย/วัตถุประสงค์ | ตัวชี้วัด |
|---|---|
| ๑. สร้างแกนนำในการออกกำลังกายอย่างเป็นรูปแบบ | ๑. มีแกนนำในการออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิคและ |
| ๒. เพื่อให้ประชาชนในชุมชนได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและเหมาะสม | เดินบาสโลบ อย่างน้อย ๓ คน |
| ๓. ประชาชนในชุมชนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี | ๒. ประชาชนในชุมชนได้ออกกำลังกายอย่างน้อยอาทิตย์ละ ๓ วัน |
| | ๓. มีการประเมินสภาวะทางด้านร่างกายก่อนและหลังการจัดกิจกรรม โดยผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพกายดีขึ้น โดยรวมอย่างน้อย ร้อยละ ๗๐ |

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

| ระบุชนิดกิจกรรม เช่น ประชุม อบรม จัดบริการ การจัดซื้อ | งบประมาณ | ระยะเวลา |
|--|----------|-------------------|
| กิจกรรมที่ ๑ อบรมให้ความรู้ | | ก.ย. 62 – ก.พ. 6๓ |
| ๑. ค่าวิทยากร ๑ คน ๆ ละ ๓๐๐ บาท (จำนวน ๖ ชั่วโมง) | ๑,๘๐๐ | |
| ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท X ๕๐ คน | ๒,๕๐๐ | |
| ๓. ค่าอาหารกลางวัน วิทยากร + ผู้เข้าร่วมประชุม ๕๐ บาท X ๕๐ คน | ๒,๕๐๐ | |
| ๔. ค่าวัสดุ | ๑,๕๐๐ | |
| - สมุด จำนวน ๕๐ เล่ม x ๒๐ บาท | ๑,๐๐๐ | |
| - ปากกา จำนวน ๕๐ ค้าม x ๑๐ บาท | ๕๐๐ | |
| ๕. ค่าไว้นิต ขนาด ๒.๕ เมตร x ๓ เมตร จำนวน ๓ แผ่น | ๓๖๐ | |
| กิจกรรมที่ ๒ การออกกำลังกาย | | |
| ๑. ค่าเครื่องเสียง ๑ ชุด | ๑๐,๐๐๐ | |
| ๒. ค่าผู้นำ ครั้งละ ๑ ชั่วโมง X ๓๐๐ บาท (๓ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน ๖เดือน รวม ๑๘ ครั้ง) | ๒๑,๖๐๐ | |
| รวม | ๔๐,๒๖๐ | |

ทุกรายการถ้วนเฉลี่ยกันได้

๗. สรุปแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการ ที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ ๐ปต.บันทึกข้อมูลลงในโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯพ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

- 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
- ๗.๓.๕.๑ 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 ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาภาวะเรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 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 ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 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 ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

- ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 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 ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 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 ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๗.๓ การเฝ้าติดตามดูแลสุขภาพ
- 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)

ลงชื่อ นางลำดวน ประสมพงศ์ ประธานชมรมผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
 (นางลำดวน ประสมพงศ์)
 ประธานอาสาสมัครสาธารณสุข หมู่ที่ ๑ ตำบลทุ่งขมิ้น
 วันที่ - เดือน - พ.ศ.

ตอนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกัน...สุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งขมิ้น.....

ครั้งที่ / ๒๕..... เมื่อวันที่ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน บาท
เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้อายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายในวันที่

ลงชื่อ



(.....นายรัชพล หวังชูแก้ว.....)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งขมิ้น

ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ

องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งขมิ้น

ตารางอบรม

การเดินแอร์โรบิคและบาสโลป

ณ. ศาลาประชาคมหมู่ที่ ๑ ตำบลทุ่งขมิ้น

วันที่ ๒ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๒

| เวลา | เรื่องที่อบรม | วิทยากร |
|------------------|-----------------------------------|--------------------|
| ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. | ลงทะเบียน | นางกลิ่น ช่างเรือด |
| ๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. | ความรู้เรื่องการออกกำลังกาย | |
| ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. | พักรับประทานอาหารว่าง | |
| ๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น. | ความรู้เรื่อง แอร์โรบิคและบาสโลป | |
| ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน | |
| ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. | ฝึกออกกำลังกาย แอร์โรบิคและบาสโลป | |
| ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. | พักรับประทานอาหารว่าง | |
| ๑๔.๔๕ - ๑๖.๐๐ น. | ฝึกออกกำลังกาย แอร์โรบิคและบาสโลป | |

ที่ทำการ ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลทุ่งขมิ้น

ที่ ๒๕๖๐ / พิเศษ

วันที่ ๕ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

เรื่อง เชิญเป็นวิทยากร

เรียน คุณกณิศา หงษ์พิศุทธิ์

ด้วย กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารสุขภาพตำบลทุ่งขมิ้น อำเภอนาหม่อม จังหวัด โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยแอร์โรบิกและบาสโลบ หมู่ที่ ๑ หากทางกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารสุขภาพตำบลทุ่งขมิ้น เห็นชอบและอนุมัติโครงการดังกล่าว ทางชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลทุ่งขมิ้น ขอเชิญ คุณกณิศา หงษ์พิศุทธิ์ ให้เกียรติเป็นวิทยากรในโครงการดังกล่าว ดังตารางที่แนบท้ายนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

นางลัดดาพร ประสมพงศ์
(นางลัดดาพร ประสมพงศ์)

ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ที่ ๑ ตำบลทุ่งขมิ้น

ใบตอบรับเรื่องเชิญเป็นวิทยากร

เรียน ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ที่ ๑ ตำบลทุ่งขมิ้น

ข้าพเจ้า คุณกณิศา หงษ์พิศุทธิ์

๖ ได้มาเป็นวิทยากร

6 ไม่ได้มา เพราะ.....

..... คุณกณิศา หงษ์พิศุทธิ์
(นางกณิศา หงษ์พิศุทธิ์)