

กรมชลประทาน
เลขที่รับ 39.62
วันที่ ๑๖ ส.ค. ๒๕๖๒
ประเภท ๑.2

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา

เรื่อง ขอเสนอโครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปี 2562.....

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา

ด้วย ชมรมแอโรบิค รพ.สต.บ้านฝั่ง 50 มีความประสงค์จะทำโครงการ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปี 2562 ในปีงบประมาณ 2562..... โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา เป็นเงิน 36,898 บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ชื่อโครงการ

โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปี 2562

2. หลักการและเหตุผล

ด้วยวิถีการดำเนินชีวิตของชาวชนบทมีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมตามยุคสมัย ซึ่งเทคโนโลยีอำนวยความสะดวก เครื่องทุ่นแรงที่สะดวกสบายทันสมัย มีพฤติกรรมการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนไปนั้นทำให้ประชาชนออกแรงในชีวิตประจำวันน้อยลง และออกกำลังกายเต็มรูปแบบน้อยลงมาก ซึ่งส่งผลให้มีผู้ป่วยโรคเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น อาทิ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคกระดูกต่างๆ โรคซึมเศร้า ภาวะเครียด หรือแม้แต่สภาวะอ้วนในทุกช่วงวัย

จากการเก็บข้อมูลจากระบบบริการสุขภาพระดับปฐมภูมิ ปี 2562 พบว่า ประชาชนวัยทำงาน และสูงอายุในหมู่ที่ 4,5 และ 6 ตำบลนิคมพัฒนา อำเภอชะงาย จังหวัดสตูล จำนวน 2,514 คน ป่วยเป็นโรคความดันโลหิตสูง 223 คน คิดเป็นร้อยละ 8.87 และป่วยเป็นโรคเบาหวาน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 3.81 สอดคล้องกับการป่วยเพิ่มขึ้นของชาวจังหวัดสตูลในปี 2562 นี้ พบว่า ป่วยด้วยโรคความดันโลหิตสูงเพิ่มขึ้น 1,153.54 คนต่อแสนประชากร ป่วยด้วยโรคเบาหวานเพิ่มขึ้น 437.55 คนต่อแสนประชากร

ด้วยเหตุนี้จึงมีการรวมตัวของกลุ่มประชาชนทั่วไปและผู้ป่วยโรคเรื้อรังที่สนใจดูแลสุขภาพในนามชมรมออกกำลังกายแอโรบิค รพ.สต.บ้านผัง50 แต่เนื่องด้วยชมรมเพิ่งเริ่มก่อตั้งจึงยังมีการออกกำลังกายที่ไม่เต็มรูปแบบ ไม่หลากหลายพอ ทางคณะกรรมการและสมาชิกจึงลงความเห็นให้มีการอบรมเพิ่มเติมเรื่องการออกกำลังกายที่เหมาะสมมีการออกกำลังกายที่ไม่เป็นอันตรายต่อความหลากหลายของแต่ละบุคคล และเพิ่มเติมเรื่องความรู้ ประโยชน์ของการออกกำลังกายเต็มรูปแบบ สร้างบุคคลต้นแบบทางสุขภาพเพื่อรณรงค์ให้ประชาชนเข้าร่วมเพิ่มขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนป่วยน้อยลง และป้องกันไม่เกิดโรคแทรกซ้อนในกลุ่มที่เป็นผู้ป่วย

3. วัตถุประสงค์

- 3.1 เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกาย ทำให้ประชาชนมีสุขภาพแข็งแรง จิตใจแจ่มใส
- 3.2 เพื่อให้ประชาชนตระหนักถึงการออกกำลังกายใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์
- 3.3 เพื่อให้ประชาชนที่รวมกลุ่มออกกำลังกายมีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับบุคคล
- 3.4 เพื่อสร้างบุคคลต้นแบบด้านสุขภาพและสร้างภาคีเครือข่ายสุขภาพ

4. การดำเนินการ / กิจกรรม

- 4.1 จัดอบรมให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกายเหมาะกับวัยและภาวะสุขภาพ
- 4.2 จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการ การเต้นแอโรบิคและการเต้นรำ "บาสโลป"
- 4.3 ตรวจสอบสุขภาพก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการ
- 4.4 จัดอบรมให้ความรู้เรื่องสุขภาพจิตนำพาสุขภาพกาย
- 4.5 จัดซื้อวัสดุดำเนินงานของชมรม อาทิ เครื่องเสียง และอุปกรณ์บันทึกเสียง
- 4.6 คัดเลือกบุคคลต้นแบบด้านสุขภาพ

5. เป้าหมาย

สมาชิกชมรมออกกำลังกาย 40 คน

6. ระยะเวลาดำเนินงาน

1 มิถุนายน 2562 – 30 กันยายน 2562

7. สถานที่ดำเนินการ (กรณีจัดประชุมหรือจัดกิจกรรม)

ลานออกกำลังกาย รพ.สต.บ้านฝั่ง50 ม.5 ต.นิคมพัฒนา อ.มะนัง จ.สตูล

8. วิทยากร (กรณีมีการเชิญวิทยากร)

นายปรัชญา เสียมไหม ตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุข โรงพยาบาลมะนัง
นางสาวดารารัตน์ วัดเย็น ตำแหน่งครู โรงเรียนบ้านวังพระเคียน

9. งบประมาณ

งบประมาณที่สนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา
จำนวน 36,898 บาท (สามหมื่นหกพันแปดร้อยเก้าสิบบแปดบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

1. กิจกรรมอบรมเรื่องการออกกำลังกายเหมาะกับวัยและภาวะสุขภาพ

- 1.1 ค่าอาหารกลางวันผู้เข้าร่วมอบรมจำนวน 40คนๆละ 1 มื้อๆละ 70 บาท เป็นเงิน 2,800 บาท
- 1.2 ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมอบรมจำนวน 40คนๆละ 2 มื้อๆละ 25 บาทเป็นเงิน 2,000 บาท
- 1.3 ค่าวิทยากรบรรยาย 1 คน 6 ชั่วโมงๆละ 600 บาท เป็นเงิน 3,600 บาท

2. กิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องสุขภาพจิตนำพาสุขภาพกาย

- 2.1 ค่าอาหารกลางวันผู้เข้าร่วมอบรมจำนวน 40คนๆละ 1 มื้อๆละ 70 บาท เป็นเงิน 2,800 บาท
- 2.2 ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมอบรมจำนวน 40คนๆละ 2 มื้อๆละ 25 บาทเป็นเงิน 2,000 บาท
- 2.3 ค่าวิทยากรบรรยาย 1 คน 6 ชั่วโมงๆละ 600 บาท เป็นเงิน 3,600 บาท

3. กิจกรรมฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการการเต้นแอโรบิคและบาสโลป

- 3.1 ค่าวิทยากรฝึกอบรม 1 คน จำนวน 5 วันๆละ 3 ชั่วโมงๆละ 600 บาท เป็นเงิน 9,000 บาท

4. กิจกรรมคัดเลือกบุคคลต้นแบบด้านสุขภาพ

- 4.1 เกียรติบัตรพร้อมกรอบรูปแกนนำออกกำลังกาย 4 ชุดๆ 200 บาท เป็นเงิน 800

บาท

5. จัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ดำเนินกิจกรรมของชมรม

- 5.1 เครื่องขยายเสียงเคลื่อนที่แบบลากจูง 1 เครื่องๆละ 9,900 บาท เป็นเงิน 9,900 บาท
- 5.2 ยูเอสบี แฟลชไดร์ฟ ความจุ 16 KB จำนวน 2 ชิ้นๆละ 199 บาท เป็นเงิน 398 บาท

หมายเหตุ รายการต่างๆสามารถถัวเฉลี่ยกันได้ตามความเหมาะสม

10. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ชมรมออกกำลังกายแอโรบิค รพ.สต.บ้านฝั่ง50

11. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่ดี อัตราเสี่ยงต่อการป่วยเป็นโรคเรื้อรังลดลง
2. สร้างความตระหนักให้ประชาชนเห็นความสำคัญการออกกำลังกาย
3. มีบุคคลต้นแบบด้านสุขภาพในชุมชนที่ทำให้มีกิจกรรมอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

12. การประเมินผล/ตัวชี้วัด

1. ผู้เข้าร่วมออกกำลังกายมีค่าดัชนีมวลกายหรือรอบเอวที่ลดลงลดความเสี่ยงต่อโรค
2. กลุ่มผู้ป่วยที่ร่วมออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับความดันโลหิต หรือน้ำตาลในเลือดได้
3. ระดับความสุขและความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับดีหรือดีมาก
4. สามารถสร้างบุคคลต้นแบบและแกนนำออกกำลังกายได้ร้อยละ 10 ของผู้เข้าร่วมโครงการ

ลงชื่อ..... พรทิพย์ ช่วยเจริญ.....ผู้เสนอโครงการ

(นางพรทิพย์ ช่วยเจริญ)

ตำแหน่ง เลขฯชมรมออกกำลังกายแอโรบิค รพ.สต.บ้านผึ่ง50

ลงชื่อ..... อรทัย ทองคำ.....ผู้เสนอโครงการ

(นางอรทัย ทองคำ)

ตำแหน่ง ประธานชมรมออกกำลังกายแอโรบิค รพ.สต.บ้านผึ่ง50

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ

(.....)

ตำแหน่ง.....

การจัดหน้าเอกสารโครงการ

1. รูปแบบอักษรที่ใช้ควรเป็น TH Sarabun PSK ขนาด 16 pt. (ตามที่กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและความร่วมมือ)
2. ระยะขอบตั้งขนาดปกติ (ห่างจากขอบด้านละ 2.5 นิ้ว)
3. จัดข้อความชิดระยะขอบทั้งซ้ายและขวาเต็มแนว (Justify หรือ Thai Distributed)

การส่งโครงการ

1. การส่งโครงการให้ส่งได้ทั้งงานแผนและสารสนเทศ ทั้งนี้เพื่อ
 - ตรวจสอบความสอดคล้องของโครงการตามแผนยุทธศาสตร์ของคปสอ.วัดเพลงประจำปี
 - รายงานผลการใช้จ่ายเงินตามวงเงินงบประมาณที่ได้รับจัดสรร ต่าง ๆ
2. ระยะเวลาในการส่งโครงการ ต้องส่งเพื่อดำเนินการขออนุมัติให้แล้วเสร็จ ก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ในการดำเนินงานโครงการ โดยมีกรอบระยะเวลาในการเตรียมการขออนุมัติ จนถึงส่งคืนโครงการแก่ผู้จัดทำโครงการดังนี้
 - ระยะเวลาที่โครงการอยู่กับงานแผนยุทธศาสตร์ไม่เกิน 1 วันทำการ
 - เสนอผู้อำนวยการอนุมัติไม่เกิน 7 วันทำการ
 - โครงการที่อนุมัติแล้วจะส่งคืนแก่เจ้าของโครงการไม่เกิน 1 วันทำการพร้อมกับสำเนา 2 ชุด

การประเมินผลโครงการ

ให้ผู้จัดทำแผนปฏิบัติการ/โครงการ ประเมินผลโครงการตามแบบการประเมินผลของคปสอ.วัดเพลง เป็นช่วงเวลา 6, 9 และ 12 เดือน กรณีที่เป็นโครงการที่มีกิจกรรมเดียว เช่นโครงการฝึกอบรม ให้ประเมินผลภายหลังการดำเนินโครงการภายใน 30 วัน

หมายเหตุ กรณีเป็นโครงการที่ขอรับการจัดสรรงบประมาณจากหน่วยงานภายนอกให้ปฏิบัติตามระเบียบของหน่วยงานที่สนับสนุนงบประมาณนั้น

กำหนดการอบรม เรื่องการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัยและภาวะสุขภาพ

โครงการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปี 2562

ชมรมแอโรบิค รพ.สต.บ้านฝั่ง 50 ตำบลนิคมพัฒนา อำเภอมะนัง จังหวัดสตูล

เวลา	หัวข้อการอบรม	วิทยากร
08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียน	
09.00 - 10.00 น.	ประโยชน์ของการออกกำลังกาย	ปรัชญา เสียมไหม
10.00 - 11.00 น.	วิธีเลือกการออกกำลังกายที่เหมาะสม	ปรัชญา เสียมไหม
11.00 - 12.00 น.	การเตรียมตัวก่อนออกกำลังกาย	ปรัชญา เสียมไหม
12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 - 14.00 น.	การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	ปรัชญา เสียมไหม
14.00 - 16.00 น.	การออกกำลังกายสำหรับผู้ป่วยโรคเรื้อรัง	ปรัชญา เสียมไหม

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มช่วงเช้า เวลา 10.30-10.45น.

พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มช่วงบ่าย เวลา 14.15-14.30น.

กำหนดการอบรม เรื่องสุขภาพจิตนำพาสุขภาพกาย

โครงการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปี 2562

ชมรมแอโรบิก รพ.สต.บ้านฝั่ง 50 ตำบลนิคมพัฒนา อำเภอมะนัง จังหวัดสตูล

เวลา	หัวข้อการอบรม	วิทยากร	
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน		
09.00 – 10.00 น.	ทำกลุ่มละลายพฤติกรรม “ยิ้ม ยิ้ม ยิ้ม” สถานการณ์การป่วยด้วยโรคทางจิต	ปรัชญา	เสียมไหม
10.00 – 11.00 น.	เรียนรู้อารมณ์ตนเอง	ปรัชญา	เสียมไหม
11.00 – 12.00 น.	หลัก 3อ. 2ส. สร้างภูมิคุ้มกันโรค	ปรัชญา	เสียมไหม
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน		
13.00 – 14.00 น.	โรคซึมเศร้าและภาวะวิตกกังวล	ปรัชญา	เสียมไหม
14.00 – 15.00 น.	เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบง่าย เกมส์การเรียนรู้ “เล่าสู่กันฟัง”	ปรัชญา	เสียมไหม
15.00 – 16.00 น.	การผ่อนคลายความเครียด	ปรัชญา	เสียมไหม

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มช่วงเช้า เวลา 10.30-10.45น.

พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มช่วงบ่าย เวลา 14.15-14.30น.

ฝึกอบรม (ภาคปฏิบัติ) วันที่ 3

13.45 – 14.00 น.	ลงทะเบียน		
14.00 – 16.00 น.	การคลายอุ่นหลังการเดินแอโรบิค(cool down)	ดารารัตน์	วัดเย็น
	การป้องกันการบาดเจ็บจากแอโรบิค	ดารารัตน์	วัดเย็น
16.00 – 17.00 น.	ฝึกปฏิบัติเดินแอโรบิคเต็มรูปแบบ	ดารารัตน์	วัดเย็น

ฝึกอบรม (ภาคปฏิบัติ) วันที่ 4

เวลา	หัวข้อการอบรม	วิทยากร	
13.45 – 14.00 น.	ลงทะเบียน		
14.00 – 15.00 น.	“บาสโลป” การเดินร่ำระดับอาเซียน	ดารารัตน์	วัดเย็น
15.00 – 16.00 น.	ความเป็นมาและข้อดีของบาสโลป	ดารารัตน์	วัดเย็น
16.00 – 17.00 น.	หลักการการเคลื่อนไหวพื้นฐานของบาสโลป	ดารารัตน์	วัดเย็น

ฝึกอบรม (ภาคปฏิบัติ) วันที่ 5

13.45 – 14.00 น.	ลงทะเบียน		
14.00 – 16.0 น.	ท่าเดินบาสโลปขั้นพื้นฐาน	ดารารัตน์	วัดเย็น
	ท่าเดินบาสโลประดับสูง		
16.00 – 17.00 น.	ฝึกปฏิบัติเดินบาสโลปต่อเนื่อง 45 นาที	ดารารัตน์	วัดเย็น

กำหนดการอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่องการออกกำลังกายแบบแอโรบิกและการเต้นบาสโลป

โครงการการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปี 2562

ชมรมแอโรบิก รพ.สต.บ้านฝั่ง 50 ตำบลนิคมพัฒนา อำเภอมะนัง จังหวัดสตูล

ฝึกอบรม (ภาคปฏิบัติ) วันที่ 1

เวลา	หัวข้อการอบรม	วิทยากร	
13.45 – 14.00 น.	ลงทะเบียน		
14.00 – 15.00 น.	ความเป็นมาและประโยชน์ของ”แอโรบิก”	ดารารัตน์	วัดเย็น
15.00 – 16.00 น.	การเตรียมความพร้อมก่อนเต้นแอโรบิก	ดารารัตน์	วัดเย็น
16.00 – 17.00 น.	การอบอุ่นร่างกายก่อนแอโรบิก(worm up)	ดารารัตน์	วัดเย็น

ฝึกอบรม (ภาคปฏิบัติ) วันที่ 2

13.45 – 14.00 น.	ลงทะเบียน		
14.00 – 14.30 น.	การแอโรบิกแบบแรงกระแทกต่ำ	ดารารัตน์	วัดเย็น
14.30 – 16.30 น.	การแอโรบิกแบบแรงกระแทกสูง	ดารารัตน์	วัดเย็น
16.30 – 17.00 น.	ฝึกปฏิบัติเต้นแอโรบิกต่อเนื่อง 30 นาที	ดารารัตน์	วัดเย็น

สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

1. หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ... ชมรมแม่บ้าน อบต. พ.ศ. ๒๕๖๐

- 1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

2. ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]

2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงาน

อื่น [ข้อ 7(2)]

2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]

2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

3. กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

3.4 กลุ่มวัยทำงาน

3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

4. กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

- 4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)

- 4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - 4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)

- 4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)
- 4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - 4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - 4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - 4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - 4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)

- 4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 4.7.6 อื่นๆ (ระบุ)
- 4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
 - 4.8.1 อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ *cut*ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(...นางอรทัย...ทองคำ.....)

ตำแหน่ง..ประธานชมรมแอโรบิค รพ.สต.บ้านฝาง50.....

วันที่/เดือน/พ.ศ. *๑๖* *ส.ค.* *๒๕๖๒*

