

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เลขรับที่ 499
วันที่ 13 / พ.ค. / 62
เวลา 11.15น.

กองทุนระบบหลักประกันสุขภาพ
ระดับท้องถิ่น เทศบาลเมืองคลองแห
เลขรับ A3
วันที่ 13 / พ.ค. / 62
เวลา 10.20 น.

ที่ทำการกลุ่มรักสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก
หมู่ที่ 6 ตำบลคลองแห อำเภอหาดใหญ่
จังหวัด สงขลา ๙๐๑๑๐

๑๓ พฤษภาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ส่งโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินโครงการ
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบเสนอโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก จำนวน ๑ ชุด

ด้วยกลุ่มรักสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก หมู่ที่ 6 ตำบลคลองแห อำเภอหาดใหญ่ จังหวัด
สงขลา ได้จัดทำ “โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๒”
ขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยในชุมชนและชุมชนใกล้เคียงมีการเพิ่มกิจกรรมทางกาย
โดยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเดินแอโรบิก บาสโลบ ตีกลอง อันจะนำไปสู่การมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง
เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนทุกกลุ่มวัยในชุมชนหนองนายช้อยออกและชุมชนใกล้เคียงใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และ
ห่างไกลยาเสพติด ลดการเกิดโรคความดันโลหิตสูง เบาหวานและหลอดเลือดหัวใจ โดยขอรับงบประมาณ
สนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห จำนวนเงิน 28,590.- บาท (เงินสองหมื่นแปดพัน
ห้าร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา ผลเป็นประการใดกรุณาแจ้งให้ทราบด้วย จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

นางอลิศา ศิริบุรณ์
(นางอลิศา ศิริบุรณ์)

ประธานกลุ่มรักสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก

๑๘๔๗ ๒๖:๒๖๓๐๓๖๖

นางอลิศา ศิริบุรณ์ ประธานกลุ่มรักสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก
ส่งโครงการเพื่อขอรับงบประมาณสนับสนุนโครงการออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพชุมชนหนองนายช้อยออก เป็นเงิน 28,590 บาท

- นพ.ลลวราห์ ทรัพย์งาม

อ.ประจักษ์ งาม

(Signature)

(Signature)

แบบเสนอโครงการขอรับสนับสนุนงบประมาณ
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห อำเภอลำปาง จังหวัดสงขลา

รหัสโครงการ	62- L7255 – 2 -
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพชุมชนหนองนายขุ่ยออก
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองควนลัง
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร กลุ่มรักษ์สุขภาพชุมชนหนองนายขุ่ยออก กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1. นางอลิศา ศิริบุรณ ประธาน 2. นางสาวกัญญาภักดิ์ พิธนันท์ เลขานุการ 3. นางดาริน วุฒิจินดาศรี เหนี่ยวญิก 4. นางบุญถม โกมล กรรมการ 5. นางวันดี พรหมอินทร์ กรรมการ
วันอนุมัติ	วันที่..... ๑๕ กันยายน ๒๕๖๒
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ 1 เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. 2562 ถึง วันที่ 30 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2563
งบประมาณ	จำนวน 28,590.- บาท

หลักการและเหตุผล

การออกกำลังกายเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งต่อการมีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรงทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ รวมทั้งภูมิต้านทานโรค สามารถลดภาระค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาพยาบาลของประชาชน เป็นการส่งเสริมให้ผู้ที่เข้าร่วมการออกกำลังกายได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีสุขภาพทางจิตใจที่ดีและห่างไกลยาเสพติดพร้อมทั้งเป็นการเสริมสร้างความรักความสามัคคีและสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันของสมาชิกในชุมชนและครอบครัว ซึ่งที่ผ่านมาชุมชนหนองนายขุ่ยออกได้จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพให้แก่ประชาชนทุกกลุ่มวัยในชุมชนหนองนายขุ่ยออกและชุมชนใกล้เคียงมาอย่างต่อเนื่องเนื่อง

คณะกรรมการชุมชน เครือข่ายสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห และประชาชนชุมชนหนองนายขุ่ยออก ได้เล็งเห็นความสำคัญเรื่องการดูแลสุขภาพของประชาชนในชุมชน จึงได้มีการจัดประชุมปรึกษาหารือระดมความคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาทางด้านสุขภาพแบบยั่งยืนเน้นการสร้างสุขภาพและเล็งเห็นว่ากิจกรรมการส่งเสริมการเพิ่มกิจกรรมทางกาย ในรูปแบบบาสโลบ แอโรบิก การตีกลองยาว เพื่อสุขภาพ สามารถลดความเสี่ยงในการเกิดโรคความดันโลหิต โรคเบาหวาน และหลอดเลือดสมอง จึงได้จัดตั้งกลุ่มรักษ์สุขภาพชุมชนหนองนายขุ่ยออก เป็นผู้รับผิดชอบในการจัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพชุมชนหนองนายขุ่ยออก เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีความตระหนักถึงประโยชน์ของการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆ การมีสุขภาพที่แข็งแรง ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคความดันโลหิต โรคเบาหวาน และมีการเพิ่มกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องพร้อมทั้งสร้างแกนนำในการออกกำลังกายของชุมชน โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณ ในการดำเนินงานจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. ประชุมกรรมการชุมชน เครือข่ายสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห และประชาชนชุมชนหนองนายขุ่ยออก เพื่อชี้แจงโครงการ
๒. ประชาสัมพันธ์ในชุมชนถึงการดำเนินโครงการ “ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพชุมชนหนองนายขุ่ยออก” และดำเนินการรับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการ
๓. ประเมินสภาวะสุขภาพของผู้เข้าร่วมโครงการ ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ ชั่งน้ำหนัก วัดความดัน รอบเอว ก่อน- หลัง ดำเนินโครงการ
๔. อบรมให้ความรู้ในการออกกำลังกายที่ถูกวิธี และเหมาะสมกับวัย
๕. ดำเนินการออกกำลังกายทุกวันและต่อเนื่อง จัดให้มีผู้นำการออกกำลังกายมานำการออกกำลังกายที่ถูกวิธีในเวลา ๑๘.๐๐ น. - ๑๙.๓๐ น. อย่างน้อยสัปดาห์ละ ไม่น้อยกว่า ๓ วัน โดยมีผู้นำออกกำลังกายวันละ ๑ คน
๖. บันทึกจำนวนผู้มาเข้าร่วมกิจกรรมทุกวัน
๗. ประเมินผลก่อน - หลังดำเนินโครงการโดยการประเมินสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชนในชุมชนได้ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง มีการใส่ใจตัวเองในการดูแลสุขภาพมากขึ้น ส่งผลให้ผู้ที่เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคความดันโลหิตสูงและโรคเบาหวาน
๒. ประชาชนในชุมชนมีกิจกรรมทางกายโดยการออกกำลังกายในรูปแบบต่างๆเพิ่มขึ้น
๓. ประชาชนชุมชนหนองนายขุ่ยออกมีสุขภาพกายและจิตดี

เป้าหมาย

ประชาชนในชุมชนหนองนายขุ่ยออกและชุมชนใกล้เคียง จำนวน ๓๐ คน

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์โดยตรง

วัตถุประสงค์

ข้อที่ ๑. เพื่อให้ประชาชนในชุมชนออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและเหมาะสมกับวัย

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๑. ประชาชนมาออกกำลังกายสัปดาห์ละ ไม่น้อยกว่า ๓ วัน ร้อยละ ๗๐

ข้อที่ ๒. ประชาชนมีสุขภาพกายและจิตดีขึ้น

๑. ประเมินสุขภาพจิตผู้เข้าร่วมโครงการ มีสุขภาพจิตดีขึ้นร้อยละ ๕๐
๒. ประเมินสภาวะทางด้านร่างกาย เปรียบเทียบก่อน - หลัง ดำเนินโครงการ สุขภาพโดยรวมดีขึ้น ร้อยละ ๘๐

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก	งบประมาณ	ระยะเวลา
๑. ประชาสัมพันธ์โครงการ และรับสมัครเข้าร่วมกิจกรรม		
1.1 กิจกรรมประชาสัมพันธ์โครงการตามจุดสำคัญในชุมชน	- ค่าแผ่นป้ายไวนิล ขนาด 2 x 3 เมตร ตรม.ละ 120.- บาท จำนวน 1 ผืน เป็นเงิน 720.- บาท ติดตั้งบริเวณจุดสำคัญ ประชาสัมพันธ์ โดย อสม. เครือข่ายสาธารณสุขเทศบาลเมืองคลองแห	
1.2 กิจกรรมรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม.	- แบบฟอร์มในสมัคร.จำนวน 50 ชุด ชุดละ 1.- บาท เป็นเงิน 50.- บาท.	
1.3 กิจกรรมอบรมให้ความรู้และประเมินสภาวะสุขภาพ	- ค่าแผ่นป้ายไวนิล ขนาด ๒ x 3 เมตร ตารางเมตรละ 120.- บาท จำนวน 1 ผืน เป็นเงิน 720.- บาท - ค่าวิทยากร ชั่วโมงละ 600 บาท จำนวน 1 คน ๑ละ 2 ชม. เป็นเงิน 1,200.- บาท - ค่าอาหารว่าง จำนวน 40 คน คนละ 25 บาท / มื้อ เป็นเงิน 1,000.- บาท - เครื่องชั่งน้ำหนัก 1 เครื่องเป็นเงิน 500.- บาท - สายวัดรอบเอวประเมินBMI จำนวน 2 ชุด เป็นเงิน 400 บาท - แบบประเมินสุขภาพ จำนวน 100 ชุด เป็นเงิน 100.- บาท	
2. กิจกรรมการออกกำลังกายโดยการ (ต้นแอโรบิก บาสโลบ ตีกลองยาว)	- ค่าผู้นำออกกำลังกาย 1 ชั่วโมง ๑ ละ 300.- บาท สัปดาห์ละ 3 วัน /ไม่เกิน ๔ สัปดาห์/เดือน รวม 4 เดือน เป็นเงิน 14,400.- บาท - ค่าเครื่องเสียงในการออกกำลังกาย 1 ชุด เป็นเงิน 9,500 บาท - แผ่นซีดีเพลงประกอบการออกกำลังกาย เป็นเงิน 1000 บาท - ค่าน้ำดื่ม ชุมชนสนับสนุน	
2.2 กิจกรรมประชาชนในชุมชนสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประเมินสุขภาพ	ไม่ใช้งบประมาณ พุดคุยหลังออกกำลังกาย เจ้าหน้าที่สาธารณสุขให้ความรู้ด้านสุขภาพ เดือนละ 1 ครั้ง พร้อมประเมินภาวะสุขภาพ	
	รวมเป็นเงิน จำนวน 28,590.- บาท	

ผู้รับผิดชอบโครงการ

คณะกรรมการกลุ่มรักษ์สุขภาพชุมชนหนองนายชัยออก หมู่ที่ 3 ตำบลคลองแห อำเภอบางขัน
จังหวัดสงขลา ประกอบด้วย

๑. นางอลิศา	ศิริบุรณ์	ประธาน
๒. นางสาวกัญญาภัค	พัธนันท์	เลขานุการ
๓. นางดาริน	วุฒิจินดาศรี	เหรัญญิก
๔. นางบุญถม	โกมล	กรรมการ
๕. นางวันดี	พรหมอินทร์	กรรมการ

ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ นางอลิศา ศิริบุรณ์ผู้เสนอโครงการ

(นางอลิศา ศิริบุรณ์)

ตำแหน่ง ประธานกลุ่มรักษ์สุขภาพชุมชนหนองนายชัยออก.

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑๙. ๗. ๖๒

รายการ	รายละเอียด		ปรับปรุงงบประมาณ	
	เดิม	ใหม่	เพิ่ม (บาท)	ลด (บาท)
<p>งบประมาณ</p> <p>กิจกรรมที่ ๒</p> <p>๒.๑ กิจกรรมการออกกำลังกายโดยการ (เต้นแอโรบิก เต้นบาสโลบ)</p> <p>- ค่าผู้นำออกกำลังกาย ๑ ชั่วโมง ๆ ละ ๓๐๐.- บาท สัปดาห์ละ ๓ วัน ไม่เกิน ๔ สัปดาห์/เดือน รวม ๕ เดือน เป็นเงิน ๑๘,๐๐๐.- บาท</p> <p>- ค่าเครื่องเสียงในการออกกำลังกาย ๑ ชุด เป็น เงิน ๙,๕๐๐ บาท</p> <p>- ค่าน้ำดื่ม ชุมชนสนับสนุน</p> <p>๒.๒ กิจกรรมประชาชนในชุมชน สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และ ประเมินสุขภาพ</p> <p>ไม่ใช้งบประมาณ พุดคุยหลังออกกำลังกาย บุคลากรทางด้านสาธารณสุข ให้ความรู้ด้านสุขภาพเดือนละ ๑ ครั้ง พร้อมประเมินภาวะสุขภาพ</p> <p>รวมทุกกิจกรรม</p> <p>๓๑,๕๑๐.- บาท</p> <p>(สามหมื่นหนึ่งพันห้าร้อยสิบบาทถ้วน)</p> <p>ชื่อโครงการ</p> <p>โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ชุมชนหนองนายขุ่ยออก ประจำปี ๒๕๖๓</p> <p>ระยะเวลาดำเนินการ</p> <p>เดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๒ – มีนาคม ๒๕๖๓</p> <p>งบประมาณในการทำกิจกรรม</p> <p>รวมทุกกิจกรรม ๒๘,๕๙๐.- บาท (สองหมื่นแปดพันห้าร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)</p>	<p>งบประมาณ</p> <p>กิจกรรมที่ ๒</p> <p>๒.๑ กิจกรรมการออกกำลังกายโดยการ (เต้นแอโรบิก เต้นบาสโลบ)</p> <p>- ค่าผู้นำออกกำลังกาย ๑ ชั่วโมง ๆ ละ ๓๐๐.- บาท สัปดาห์ละ ๓ วัน ไม่เกิน ๔ สัปดาห์/เดือน รวม ๕ เดือน เป็นเงิน ๑๘,๐๐๐.- บาท</p> <p>- ค่าเครื่องเสียงในการออกกำลังกาย ๑ ชุด เป็น เงิน ๙,๕๐๐ บาท</p> <p>- ค่าน้ำดื่ม ชุมชนสนับสนุน</p> <p>๒.๒ กิจกรรมประชาชนในชุมชน สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประเมินสุขภาพ</p> <p>ไม่ใช้งบประมาณ พุดคุยหลังออกกำลังกาย บุคลากรทางด้านสาธารณสุข ให้ความรู้ด้านสุขภาพเดือนละ ๑ ครั้ง พร้อมประเมินภาวะสุขภาพ</p> <p>รวมทุกกิจกรรม</p> <p>๓๑,๕๑๐.- บาท</p> <p>(สามหมื่นหนึ่งพันห้าร้อยสิบบาทถ้วน)</p> <p>ชื่อโครงการ (แก้ไขใหม่)</p> <p>โครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย โดยการเต้นบาสโลบเพื่อสุขภาพ ชุมชนหนองนายขุ่ยออก ประจำปี ๒๕๖๓</p> <p>ระยะเวลาดำเนินการ (แก้ไขใหม่)</p> <p>เดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๒ –๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๓</p> <p>งบประมาณในการทำกิจกรรม (แก้ไขใหม่)</p> <p>รวมยอดงบประมาณผิด</p> <p>รวมทุกกิจกรรม ๒๘,๕๙๐.- บาท (สองหมื่นแปดพันห้าร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)</p>			
<p>๓. โครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกายโดยการเต้นบาสโลบเพื่อสุขภาพ ชุมชนหนองนายขุ่ยออก ประจำปี ๒๕๖๓</p> <p>งบประมาณขอสนับสนุน ๒๘,๕๙๐- บาท (สองหมื่นแปดพันห้าร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)</p> <p>งบประมาณอนุมัติ ๒๘,๕๙๐.- บาท (สองหมื่นแปดพันห้าร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)</p>				

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห ครั้งที่ 5 / 2562
เมื่อวันที่ 25 กันยายน 2562 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมดังนี้

งบประมาณที่เสนอ จำนวน 28,500 บาท

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 28,500 บาท

เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบฟอร์ม(ส่วนที่3)ภายใน

วันที่ 31 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2563

ลงชื่อ

(นายอนันต์ การันสันติ)

ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองคลองแห

วันที่ 26 เดือน กันยายน พ.ศ. 2562