

หลักการและเหตุผล

ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี มีความทันสมัยและความสะดวกสบายมากขึ้น ทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไป ประชาชนมีการออกกำลังกายน้อยลง มีผลทำให้ร่างกายอ่อนแอ ปัญหาโรคไม่ติดต่อได้กลายมาเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ โรคที่เป็นปัญหาในชุมชน ๕ อันดับแรกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคระบบกล้ามเนื้อและโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด ผู้ป่วยที่พบส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงานและกลุ่มผู้สูงอายุ จากการสอบถามพบว่าผู้ป่วยขาดการออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ซึ่งถ้าประชาชนได้บริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอก็จะสามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้ ปัจจุบันระบบสุขภาพของไทยที่เน้นการ "สร้าง" มากกว่าการ "ซ่อม" สุขภาพ ซึ่งเป็นการเน้นระบบสุขภาพเชิงรุกและการสร้างสุขภาพ การออกกำลังกายจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนเรามีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง การออกกำลังกายมีหลายวิธีตามแต่ความเหมาะสมและความต้องการของแต่ละบุคคล แต่ที่เหมาะสมที่ทุกคนสามารถปฏิบัติได้ คือการออกกำลังกายด้วยการเดินและวิ่ง ซึ่งจะทำให้เป็นผลดีต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ

ดังนั้น องค์การบริหารส่วนตำบลพร่อน มีอำนาจหน้าที่ในการป้องกันโรคและระงับโรคติดต่อ ตามที่กำหนดไว้ในมาตรา ๖๗ (๓) ตามพระราชบัญญัติสภาตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ. ๒๕๓๗ และที่แก้ไขเพิ่มเติม ถึงฉบับที่ ๖ พ.ศ. ๒๕๕๒ ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาดังกล่าว ได้ตระหนักและเห็นความสำคัญจึงจัดทำโครงการ อบต.ชวนเดิน ชวนวิ่งเพื่อสุขภาพ ประจำปี ๒๕๖๒ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้มีการออกกำลังกายและมีความตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเอง ส่งผลต่ออัตราป่วยต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือดในประชาชนลดลง

วิธีดำเนินการ

- ๑) จัดทำโครงการ เพื่อขออนุมัติ
- ๒) ประชุมชี้แจงและวางแผนการดำเนินโครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง
- ๓) ประชาสัมพันธ์โครงการให้ประชาชนทราบและเข้าร่วมโครงการ
- ๔) จัดกิจกรรมเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ ตามเส้นทางที่กำหนด
- ๕) บรรยายให้ความรู้แก่ประชาชนเรื่องการดูแลสุขภาพ
- ๖) สรุปผลการดำเนินงานโครงการ ตลอดจนปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑) ประชาชนได้ออกกำลังกายเกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเองและลดอัตราป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด ลดลง

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์โดยตรง

วัตถุประสงค์

- ข้อที่ ๑. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้มีการออกกำลังกาย
- ข้อที่ ๒. เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีความตระหนักในการดูแลสุขภาพของตนเอง
- ข้อที่ ๓. เพื่อลดอัตราป่วยต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

- ประชาชนตำบลพร่อน อำเภอตากใบ จังหวัดนราธิวาส เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๓๔๘ คน ร้อยละ ๑๐๐