

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	2563 - L7572 - 02 - 003
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการปลูกผักข้างบ้าน กินอาหารข้างรั้ว ออกกำลังกายเพียงพอ ชะลอโรคเรื้อรัง
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ, หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]
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"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร อสม./แกนนำชุมชนตลาดเก่าท่ามิหรำ กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 2...นางพรเพ็ญ เนียมสวัสดิ์...089-7877696..... 3...นายวร สุวรรณรัตน์ 095 -0396699..... 4...นางสาววรรณมา ดวงเอียด.....089-8761930..... 5 นางยุพิน สุตถนอม 086 - 2869614..... 6. นางสาวเชย ทองฤทธิ์นุ่น 089 -5920769
วันอนุมัติ	3 กุมภาพันธ์ 2563

ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ 1...เดือน...มีนาคม....พ.ศ..2563..... ถึง วันที่..30...เดือน...สิงหาคม.....พ.ศ...2563.....
งบประมาณ	จำนวน 33,175 บาท

**หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)**

องค์การอนามัยโลก(WHO) เล็งเห็นว่ากลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรังนั้น ถือเป็นปัญหาใหญ่ที่กำลังทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ สืบเนื่องจาก สถิติผู้เสียชีวิตจากกลุ่มโรค ไม่ติดต่อเรื้อรัง พบว่าสาเหตุการเสียชีวิตของประชากรโลกทั้งหมด มีถึง 63% ที่เกิดจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และที่สำคัญกว่านั้นคือ กว่า 80% เป็น ประชากรของประเทศที่กำลังพัฒนา สำหรับประเทศไทยเอง สถิติล่าสุดพบว่ามีถึง 14 ล้านคนที่เป็นโรค ในกลุ่มโรค NCDs และที่สำคัญยังถือเป็นสาเหตุหลักการเสียชีวิตของ ประชากรทั้งประเทศ โดยจากสถิติปี พบว่า มีประชากรเสียชีวิต จากกลุ่มโรค NCDs มากกว่า 300,000 คน หรือ คิดเป็น 73% ของการเสียชีวิต ของประชากรไทยทั้งหมดใน คิดเป็นมูลค่า ความเสียหายทางเศรษฐกิจถึง 200,000 ล้านบาทต่อปี ทั้งสถิติการ เสียชีวิตดังกล่าวยังแสดงว่าประเทศไทยมีผู้เสียชีวิตมากกว่าค่าเฉลี่ย ของทั้งโลกและมีแนวโน้มจะสูงขึ้นเรื่อยๆ ในอนาคต ซึ่งโรคในกลุ่ม โรค NCDs ที่มีอัตราผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตสูงสุด 6 โรค ได้แก่ 1.โรคเบาหวาน (Diabetes Mellitus) 2.โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ (Cardiovascular & Cerebrovascular Diseases ) 3.โรคถุงลมโป่งพอง (Emphysema) 4.โรคมะเร็ง (Cancer) 5.โรคความดันโลหิตสูง (Hypertension) และ6.โรคอ้วนลงพุง (Obesity)

แม้ค่าสถิติการป่วยและเสียชีวิตจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จะสูงมาก แต่แท้จริงแล้ว กลุ่มโรค ไม่ติดต่อเรื้อรังนั้นสามารถป้องกันได้ เพราะ สาเหตุหรือปัจจัยเสี่ยงหลักนั้น เกิดจากพฤติกรรมเสี่ยงของตัวเรานั้นเอง อาทิ การดื่มสุรา การสูบบุหรี่ ขาดการออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่ไม่ถูกลักษณะ ความเครียด .

ชุมชนตลาดเก่าท่ามิหรำพบว่า มีประชากรกลุ่มเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง จำนวน 30 คน กลุ่มโรคเรื้อรังจำนวน 80 คน และมีแนวโน้มสูงขึ้นในอนาคต ดังนั้น อสม.ชุมชนตลาดเก่าท่ามิหรำเล็งเห็นความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงจัดทำโครงการโครงการปลูกผักข้างบ้าน กินอาหารข้างรั้ว ออกกำลังกายเพียงพอ ชะลอโรคเรื้อรัง เพื่อส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชน ในการป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

**กลุ่มเป้าหมาย** ประชาชนกลุ่มเสี่ยงและกลุ่มป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน 55 คน

**วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)**

1. ประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนการดำเนินงาน
2. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และการป้องกันโรค
3. จัดกิจกรรมรณรงค์การปลูกผักปลอดสารพิษไว้รับประทานในครัวเรือน โดยการนำเศษวัสดุเหลือใช้
4. จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเมนูสุขภาพ โดยการหิ้วปิ่นโตไปวัด ซึ่งวัตถุดิบนำมาจากผักปลอดสารพิษที่ปลูกเอง
5. จัดกิจกรรมตรวจสารอาหารปนเปื้อนในครัวเรือนโดย อสม.นักวิทย์ 3 เดือน 1 ครั้ง

6. กิจกรรมรณรงค์ออกกำลังกายตามถนน อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน ได้แก่ โยคะ, เต้นบาสะโลบ, รำวงมาตรฐาน, เต้นออกกำลังกาย, วิ่งออกกำลังกาย 7. ตรวจติดตามสุขภาพเบื้องต้น โดย อสม. เดือนละ 1 ครั้ง 8. ประชุมติดตามและประเมินผล	
<b>ผลที่คาดว่าจะได้รับ</b> ประชาชนเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดีขึ้น สามารถควบคุมอาการของโรคเรื้อรังได้ และสามารถป้องกันการเกิดโรคในกลุ่มได้	
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<b>วัตถุประสงค์โดยตรง</b>	
วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
ข้อที่ 1. เพื่อป้องกันการเกิดโรคเรื้อรังในกลุ่มเสี่ยง	1.กลุ่มเสี่ยงกลายเป็นกลุ่มป่วยน้อยกว่าร้อยละ 10
ข้อที่ 2. เพื่อส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มป่วยโรคเรื้อรัง	2.กลุ่มป่วยโรคเรื้อรังควบคุมระดับความเจ็บป่วยได้ ไม่มีภาวะแทรกซ้อนหรืออาการรุนแรงขึ้นร้อยละ 80

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย**

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม รณรงค์ จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
1.ประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนการดำเนินงาน	1.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 15 คนๆละ 25 บาท x 1มื้อ = 375 บาท	มี.ค.2563
2.กิจกรรมอบรมให้ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและการสาธารณสุขเตรียมดินในการปลูกผัก	1.ค่าป้ายไวนิล = 600 บาท 2. ค่าวิทยากร 4 ชั่วโมงๆละ 600 บาท = 2,400 บาท 3.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมโครงการและผู้เกี่ยวข้อง จำนวน 60 คนๆละ 25 บาท x 1มื้อ = 1,500 บาท 4. ค่าอาหารกลางวันผู้เข้าร่วมโครงการและผู้เกี่ยวข้อง จำนวน 60 คนๆละ 60 บาท x 1มื้อ = 3,600 บาท 5.ค่าวัสดุอุปกรณ์ประกอบการอบรม = 500 บาท	มี.ค. 63

3. จัดกิจกรรมรณรงค์การปลูกผักปลอดสารพิษไว้ รับประทานในครัวเรือน	1. ค่าเมล็ดพันธุ์ผัก = 1,500 บาท 2. ค่าวัสดุอุปกรณ์ เช่น ดิน ปุ๋ย แกลบ เป็นต้น = 15,000 บาท	มี.ค. 63
4. จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเมนูสุขภาพ	ไม่ใช้งบประมาณ	มี.ค.63 - ส.ค. 63
5. จัดกิจกรรมตรวจสอบสารอาหารปนเปื้อน โดย อสม.นักวิทย์	ไม่ใช้งบประมาณ	มี.ค.63 - ส.ค. 63
6.กิจกรรมรณรงค์ออกกำลังกาย ได้แก่ โยคะ, บาสะโลบ, การร่ววงมาตรฐาน เป็นต้น	1.ค่าผู้นำออกกำลังกาย จำนวน 72 ชั่วโมงๆละ 100 บาท = 7,200 บาท	มี.ค.63 - ส.ค. 63
7.ตรวจติดตามสุขภาพเบื้องต้น โดย อสม.	- ไม่ใช้งบประมาณ	มี.ค.63 - ส.ค. 63
8. สรุปผลการดำเนินงาน	1. ค่าสรุปเล่ม = 500 บาท	ส.ค. 63
	รวม 33,175 บาท	

หมายเหตุ 1. ทุกรายการถัวเฉลี่ยรายจ่ายกันได้

2. งบประมาณไม่ซ้ำซ้อนกับงบประมาณอื่นๆ

#### 1. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

1.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ.  
2561 ข้อ 10)

ชื่อกลุ่ม อสม./แกนนำชุมชนตลาดเก่าท่ามิหรำ

- 1.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 1.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 1.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 1.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 1.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

#### 1.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

1.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ  
10(1)]

1.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น  
[ข้อ 10(2)]

1.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]

1.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

1.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

### 1.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

1.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

1.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

1.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

1.3.4 กลุ่มวัยทำงาน

1.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

1.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

1.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

1.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

1.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ

### 1.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

1.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

1.4.8.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

1.4.8.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

1.4.8.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

1.4.8.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

1.4.8.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

1.4.8.6 อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ ..... ผู้รับผิดชอบและผู้เสนอโครงการ  
(*มนูญรัตน์ วัฒนศิริ*)

วันที่-เดือน-พ.ศ. *๒๕๖๓*

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ตามที่มติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง ครั้งที่ ๑/๒๕๖๓ เมื่อวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ ผลการพิจารณาโครงการปลูกผักข้างบ้าน กินอาหารข้างรั้ว ออกกำลังกายเพียงพอ ชะลอโรคเรื้อรัง ดังนี้

อนุมัติงบประมาณเพื่อสนับสนุนโครงการปลูกผักข้างบ้าน กินอาหารข้างรั้ว ออกกำลังกายเพียงพอ ชะลอโรคเรื้อรัง จำนวน ๓๓,๑๗๕ บาท (สามหมื่นสามพันหนึ่งร้อยเจ็ดสิบบ้าบาทถ้วน)

เพราะ เป็นไปตามวัตถุประสงค์/หลักเกณฑ์ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติฯ พ.ศ. ๒๕๖๑

ไม่อนุมัติ เพราะ .....  
หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน ๓๐ วัน หลังเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการ

ผู้ตรวจสอบโครงการ

ลงชื่อ

(นางอุษณีย์ นมรัักษ์)

หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข รักษาการแทน

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ผู้พิจารณาโครงการ

ลงชื่อ

(นายพิทพล ขวัญสุวรรณ)

รองปลัดเทศบาล รักษาการแทน

ปลัดเทศบาลเมืองพัทลุง

กรรมการและเลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง

ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ

(นายสุเมธ บุญยง)

นายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง