

## ๑. หลักการและเหตุผล

สุขภาพที่ดีทุกคนพึงปรารถนาการมีสุขภาพที่ดีต้องเริ่มที่การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค การเจ็บป่วยหลายโรคสามารถป้องกันได้ การที่เรา มีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงย่อมทำให้ร่างกายมีภูมิต้านทานโรคสามารถป้องกันโรคต่างๆได้ ชมรมรักสุขภาพ หมู่ ๕ บ้านป่าแดงกลาง จึง ได้เห็นความสำคัญของการเลือกบริโภคอาหาร เพราะการเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงป้องกัน โรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้หลายโรค เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันสูง โรคไขมันในเส้นเลือด โรคหัวใจและหลอดเลือดสมอง โรคมะเร็ง เป็นต้น การเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์สามารถลดเอว ลดพุงและลดโรคต่างๆ อันเป็นการลดปัจจัยเสี่ยงการเกิดโรค เป็นการสร้างสุขภาพให้ ร่างกายแข็งแรงป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ชมรมรักสุขภาพ หมู่ ๕ บ้านป่าแดงกลาง จึงได้จัดทำโครงการตาดีกา ใส่ใจสุขภาพ เพื่อให้เด็กและ เยาวชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงด้วยการเลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

## ๒. สถานการณ์ปัญหา

### สถานการณ์ปัญหา ขนาด

๑. เด็กและเยาวชนขาดความรู้ในการเลือกกินอาหารที่ดีต่อร่างกาย ๘๐.๐๐

### ๓. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

#### วัตถุประสงค์

ตัวชี้วัดความสำเร็จ เป้า  
หมาย  
๑ ปี

๑. เพื่อให้เด็กและเยาวชนมีความรู้ในการเลือกบริโภคอาหารที่ดี ต่อร่างกาย

๐.๐๐

## ๔. วิธีดำเนินการ/กิจกรรม

### ๑. อบรมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อรักษาสุขภาพ

#### รายละเอียด

ค่าวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๖ ชั่วโมง = ๓,๖๐๐ บาท ค่าอาหารกลางวัน ๕๐ บาท x ๘๐ ชุด = ๔,๐๐๐ บาท ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๒๕ บาท x ๘๐ คน x ๒ มื้อ = ๔,๐๐๐ บาท ค่าป้ายไวนิลโครงการ ขนาด ๑.๒x๓ ม. X ๑ ป้าย = ๗๒๐ บาท ค่าป้ายไวนิลประชาสัมพันธ์ โครงการขนาด ๑.๒x๓ ม. X ๒ ป้าย x ป้ายละ ๗๒๐ บาท = ๑,๔๔๐ ค่าวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็น = ๒,๔๔๐ บาท

งบประมาณ ๑๖,๒๐๐.๐๐ บาท

### ๒. สานิตวิธีการเลือกซื้ออาหารและการปรุงอาหารเพื่อสุขภาพ

#### รายละเอียด

ค่าวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๓ ชั่วโมง = ๑,๘๐๐ บาท ค่าอาหารว่าง ๒๕ บาท x ๘๐ คน = ๒,๐๐๐ บาท

งบประมาณ ๓,๘๐๐.๐๐ บาท

## ๕. งบประมาณ

งบประมาณโครงการ ๒๐,๐๐๐.๐๐ บาท

## ๖. ระยะเวลาดำเนินการ

ระยะเวลาดำเนินโครงการ ตั้งแต่ วันที่ ๗ เมษายน ๒๕๖๔ ถึง ๓๐ กันยายน ๒๕๖๔

## ๗. สถานที่ดำเนินการ

บ้าน ปาตกลางา ตำบลบุโละบุโย อำเภอนองจิก จังหวัดปัตตานี

## ๘. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพกองทุนสุขภาพตำบล อบต.บุโละบุโย [REDACTED] จำนวน ๒๐,๐๐๐.๐๐ บาท รายละเอียดดังในวิธีดำเนินการ/กิจกรรม ด้านบน

## ๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้และความเข้าใจในการแต่งกายที่ถูกต้องมากขึ้น สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมและสอนผู้อื่นเรื่องการแต่งกายให้ถูกต้องได้

## ๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

### ๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร ชมรมรักสุขภาพ หมู่ ๕

#### ชื่อกลุ่มคน

๑. นายอับดุลการิม เจะแต
๒. นายบือราเฮง สามะ
๓. นายเจอะอาแซ อาบู
๔. นายนุรดิน บือราเฮง
๕. นายอับดุลฮาฟิต เจะแต

#### ประเภทหน่วยงาน

- ๑๐.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๑๐.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๑๐.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๑๐.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๑๐.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน
- ๑๐.๑.๖ สำนักงานเลขาธิการกองทุน

### ๑๐.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

- ๑๐.๒.๑ ประเภท ๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
- ๑๐.๒.๒ ประเภท ๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น
- ๑๐.๒.๓ ประเภท ๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ

๑๐.๒.๔ ประเภท ๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ

๑๐.๒.๕ ประเภท ๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ

### ๑๐.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก

๑๐.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

๑๐.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

๑๐.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

๑๐.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน

๑๐.๓.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ

๑๐.๓.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

๑๐.๓.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

๑๐.๓.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

๑๐.๓.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

จำนวนกลุ่มเป้าหมายที่คาดว่าจะได้รับผลประโยชน์ คน

### ๑๐.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

#### ๑๐.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

๑๐.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๑๐.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๑๐.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด

๑๐.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๑๐.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

๑๐.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

๑๐.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

๑๐.๔.๑.๘ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

๑๐.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๑๐.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๑๐.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๑๐.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๑๐.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

๑๐.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

๑๐.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

๑๐.๔.๒.๘ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

๑๐.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๑๐.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๑๐.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๑๐.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๑๐.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์

๑๐.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย

๑๐.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

๑๐.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๑๐.๔.๓.๙ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

๑๐.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๑๐.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๑๐.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๑๐.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๑๐.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

๑๐.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน

๑๐.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

๑๐.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๑๐.๔.๔.๙ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ

๑๐.๔.๕.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๑๐.๔.๕.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- ๑๐.๔.๕.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๕.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๕.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๑๐.๔.๕.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๑๐.๔.๕.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๑๐.๔.๕.๘ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- ๑๐.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๖.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ๑๐.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ๑๐.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๑๐.๔.๖.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๑๐.๔.๖.๙ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- ๑๐.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๗.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๑๐.๔.๗.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๑๐.๔.๗.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๑๐.๔.๗.๘ อื่นๆ

ระบุ

#### ๑๐.๔.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ๑๐.๔.๘.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- ๑๐.๔.๘.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๘.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๘.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๘.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๑๐.๔.๘.๖ อื่นๆ

ระบุ

๑๐.๔.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)]

๑๐.๔.๙.๑ อื่นๆ

ระบุ

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
( ลดาบดินทร์ 10/11/17 )  
ตำแหน่ง ประธานชมรมรักสุขภาพ พฟ 5  
วันที่-เดือน-พ.ศ. 29/3/14

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ ..... ตำบล ทุ่งมะเขือ  
ครั้งที่ ๒ ..... / ๒๕๖๔ ..... เมื่อวันที่ ๒๓ ก.พ. ๒๕๖๔ ..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

✓ อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ๓๐,๐๐๐ บาท

เพราะ .....  
- มีโครงการที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพประชาชนในพื้นที่

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายในวันที่ .....

ลงชื่อ .....  
( นายสมชาย น.ผู้สาม )

ตำแหน่ง .....  
นายก อบต. ทุ่งมะเขือ

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๒๓ - ก.พ. - ๒๕๖๔