

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	2564 - L7572 - 02- 004
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกายด้วยบาสะโลบ ในชุมชนสัมพันธ์ ออก
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ, หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรืออง 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 ที่รับผิดชอบ โครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของ เทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กอง การศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	กลุ่ม อสม.ชุมชนสัมพันธ์ออก 1 นางละออง เนียมสกุล 2. นางชนิดา คงปราบ 3. นางสุนันท์ แดงบัว 4. นางธิษตยา ทองแก้ว 5. นางกัญจณา มีจันทร์ 6. นางสาวสุดา ยิ่งพูล
วันอนุมัติ	5 พฤศจิกายน 2563
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่..10....เดือน....ธ.ค.....พ.ศ..2563..... ถึง วันที่.31....เดือน....ก.ค.....พ.ศ..2564.....

งบประมาณ	จำนวน 15,700 บาท
<p>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</p> <p>การป้องกันเสริมสร้างสุขภาพ เป็นวิธีการที่ดีที่สุดสำหรับการดูแลสุขภาพ เพราะได้ผล และประหยัดที่สุด สุขภาพที่ดี คือ ดีทั้งทางกาย และใจ ขณะนี้สาเหตุการตายของประชาชนในประเทศที่พัฒนาแล้ว ได้เปลี่ยนจากโรคติดเชื้อ เป็นโรคที่ไม่ติดเชื้อ และจากพฤติกรรมของมนุษย์ เช่น การสูบบุหรี่ ดื่มสุรา ยาเสพติด เพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม</p> <p>การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (Aerobic exercise) จัดว่าเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ซึ่งหมายถึง การออกกำลังกายที่ไม่รุนแรงมาก ต้องใช้ออกซิเจน ต้องใช้กล้ามเนื้อกลุ่มใหญ่ (เช่น ขา หรือแขน) อย่างต่อเนื่อง นานพอ หนักพอ บ่อยครั้งพอ การออกกำลังกายแบบแอโรบิก จะทำให้หัวใจ ปอดและระบบหมุนเวียนโลหิตแข็งแรง ซึ่งก็คือวิธีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เช่น เดิน วิ่ง ว่ายน้ำ ถีบจักรยาน กระโดดเชือก เต้นแอโรบิก ฯลฯ ทำให้หัวใจ หลอดเลือด และปอดแข็งแรง เพิ่ม HDL-C ในเลือดป้องกันโรคกระดูกพรุน ทำให้ร่างกายนำไขมันมาใช้ได้ดีกว่าผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย</p> <p>ดังนั้น อสม.ชุมชนสัมพันธ์ออก จึงได้ร่วมกันจัดกิจกรรมเพื่อสนับสนุนให้ประชาชนในชุมชนออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น และจากการสำรวจพบว่าประชาชนบางส่วนมีการออกกำลังกาย ด้วย การ เดิน วิ่ง ปั่นจักรยาน แต่บางส่วนต้องการออกกำลังกายด้วยบาสะโลบ จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยบาสะโลบ ขึ้น</p>	
<p>วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ประชุมวางแผนการดำเนินงาน 2. จัดทำทะเบียนข้อมูลสุขภาพผู้เข้าร่วมโครงการ 3. จัดอบรมให้ความรู้การดูแลสุขภาพและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 4. ออกกำลังกายด้วยการเดินบาสะโลบอาทิตย์ละ 5 วันๆละ 1 ชั่วโมง x 6 เดือน 5. ประเมินติดตามผล เดือนละ 1 ครั้ง โดย อสม. 6. ถอดบทเรียนผลการดำเนินโครงการ 7. สรุปผลการดำเนินงานแก่กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง 	
<p>ผลที่คาดว่าจะได้รับ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ประชาชนมีการตระหนักและให้ความสำคัญด้านสุขภาพ 2. ประชาชนมีการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น 	
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์โดยตรง	
<p>วัตถุประสงค์</p> <p>ข้อที่ 1 เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายด้วยบาสะโลบ</p>	<p>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</p> <p>1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง อย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์ๆละ 1 ชั่วโมง ร้อยละ 80</p>

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม รณรงค์ จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
1.ประชุม		
1.1 กิจกรรมประชุมคณะกรรมการ	- ไม่ใช้งบประมาณ	ธ.ค. 63
2.อบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม	- ค่าตอบแทนวิทยากร 3 ชั่วโมงๆ ละ 600 บาท = 1,800 บาท - ค่าอาหารว่าง 60 คนๆละ 25 บาท = 1,500 บาท - ค่าวัสดุประกอบการอบรม = 1,000 บาท - ค่าป้ายไวนิล = 600 บาท	ม.ค. 64
3. ออกกำลังกายด้วยการเต้นบาสะโลบ /แอโรบิก อาทิตย์ ละ 5 วันๆละ 1 ชั่วโมง x 6 เดือน	1. อุปกรณ์เครื่องเสียงสำหรับออก กำลังกาย = 10,000 บาท 2. วัสดุอุปกรณ์ จัดทำทะเบียน สุขภาพ = 300 บาท	ม.ค. - ก.ค 64
4. กิจกรรมประเมินติดตามผล เดือนละ 1 ครั้ง โดย อสม.	- ไม่ใช้งบประมาณ	ธ.ค.64 - ก.ค. 64
5. กิจกรรมถอดบทเรียนผลการดำเนินโครงการ และ สรุปผลการดำเนินโครงการแก่กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองพัทลุง	- ค่าถ่ายเอกสารประกอบสรุปผล การดำเนินงาน จำนวน 2 เล่ม = 500 บาท	ส.ค. 64
	รวม 15,700 บาท	

หมายเหตุ 1. ทุกรายการถัวเฉลี่ยรายจ่ายกันได้

2. งบประมาณไม่ซ้ำซ้อนกับงบประมาณอื่นๆ

1. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

ชื่อ กลุ่ม อสม.ชุมชนสัมพันธ์ออก

- 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

- 1.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 1.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 1.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 1.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 1.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 1.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 1.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 1.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 1.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 1.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) ส่งเสริมแม่เหล็กสุขภาพทางเพศ
- 1.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 1.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 1.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 1.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 1.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 1.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 1.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 1.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 1.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 1.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) ส่งเสริมแม่เหล็กสุขภาพทางเพศ
- 1.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 1.4.5.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 1.4.5.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 1.4.5.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 1.4.5.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 1.4.5.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

- 1.4.5.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 1.4.5.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 1.4.5.8 อื่นๆ (ระบุ) *สงเสริมเพิ่มกิจกรรม home*
- 1.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 1.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 1.4.5.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 1.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 1.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 1.4.6.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 1.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 1.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 1.4.6.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 1.4.6.9 อื่นๆ (ระบุ) *สงเสริมเพิ่มกิจกรรม home*
- 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) *สงเสริมเพิ่มกิจกรรม home*

ลงชื่อ *ลชลล* *เนียมสกุล* ผู้รับผิดชอบและผู้เสนอโครงการ/กิจกรรม

(*นางสาวออง* *เนียมสกุล*))

วันที่-เดือน-พ.ศ. *14* *ธันวาคม* *2563*

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ตามที่มติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง ครั้งที่ ๕/๒๕๖๓ เมื่อวันที่พฤหัสบดี ที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ผลการพิจารณาโครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกายด้วยบาสเกตบอลในชุมชนสัมพันธ์นี้ออกนี้

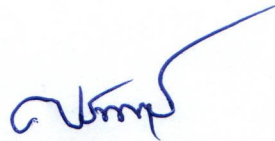
อนุมัติงบประมาณเพื่อสนับสนุนโครงการส่งเสริมกิจกรรมทางกายด้วยบาสเกตบอลในชุมชนสัมพันธ์นี้ออก จำนวน ๑๕,๗๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน)

เพราะ เป็นไปตามวัตถุประสงค์/หลักเกณฑ์ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติฯ พ.ศ. ๒๕๖๑

ไม่อนุมัติ เพราะ
หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ผู้ตรวจสอบโครงการ

ลงชื่อ

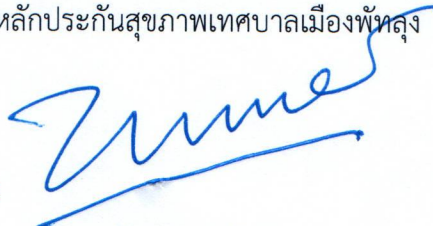


(นายศรารุท สายสิงห์)

กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง

ผู้พิจารณาโครงการ

ลงชื่อ



(นายพิทพล ขวัญสุวรรณ)

กรรมการและเลขานุการ
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง

ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ



(นายสุเมธ บุญยก)

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง