

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566



กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลลำภี

อำเภอท้ายเหมือง จังหวัดพังงา



แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
 กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลลำเกีรหัส กปท.
 อำเภอ...ท้ายเหมือง.....จังหวัดพังงา.....

1.ชื่อ แผนงาน โครงการ กิจกรรม

โครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566

2.ผลการดำเนินงาน

กลุ่ม	กลุ่มเป้าหมาย ที่กำหนด	กลุ่มเป้าหมายที่มา ร่วมกิจกรรม	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย
	จำนวน	จำนวน	
1.รวมกลุ่มสมาชิกชมรม ออกกำลังกาย	70 คน	70 คน	เพื่อส่งเสริมให้ชาวบ้านมีการออกกำลังกาย อย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง
2.จัดอบรมให้ความรู้แก่ สมาชิกปรับเปลี่ยนรูปแบบ การออกกำลังกาย	70 คน	70 คน	ให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการออก กำลังกายอย่างถูกวิธี

- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายมีสุขภาพจิตที่ดี มีร่างกายแข็งแรงได้พูดคุย/ทำกิจกรรมร่วมกัน
- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายได้รับความรู้ความเข้าใจในการออกกำลังกายที่ถูกวิธี และมีการปรับเปลี่ยน
การออกกำลังกายให้เหมาะสมแต่ละบุคคล
- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายมีความพึงพอใจในโครงการออกกำลังกายมากกว่า ร้อยละ 80
- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายมีเครื่องเล่นอุปกรณ์ในการออกกำลังกายต่อเนื่องแต่ละพื้นที่

จากการประเมินผลโครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566 ในภาพรวมการประเมินความพึงพอใจ
 โครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566 ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 89.6 %

3.ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์
- ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เหตุผล



4.การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ16,900..... บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง16,900..... บาท คิดเป็นร้อยละ100.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน.....บาท คิดเป็นร้อยละ-

5.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

 ไม่มี มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

- ความพร้อมเพียงในการเข้าอบรม เนื่องจากอบรมทั้งวัน บางคนติดภารกิจบางช่วง
- เวลาในการอบรมน้อย ขาดความต่อเนื่อง

แนวทางการแก้ไข (ระบุ) ควรจัดทำโครงการในช่วงบ่าย และต่อเนื่อง อย่างน้อย 3-5 วัน

6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม

 สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน (กรณีคณะกรรมการ กปท.ต้องการทราบรายละเอียด) ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง อื่น ๆ

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

1. ชื่อ.....นางสาวเสาวภา โสดารักษ์.....หมายเลขโทรศัพท์.....0937473168.....

2. ชื่อ.....นางสุกัญญา อักษร.....หมายเลขโทรศัพท์.....0807195411.....

3. ชื่อ.....นางลัดดา มาตย์แสง.....หมายเลขโทรศัพท์.....0936303578.....

ลงชื่อ ทวงสิทธิ์ อธิวิท หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(.....นางกรรมการ กปท.จังหวัด.....)

ตำแหน่ง ...ประธาน อสม.รพ.สต.ลำภี.....

วันที่-เดือน-พ.ศ.



สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566

1.วัตถุประสงค์ (เพื่อการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค พื้นฟูสมรรถภาพ และรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึงการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค)

- 1.เพื่อสร้างแกนนำในการออกกำลังกายอย่างเป็นรูปแบบ
- 2.เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง

2.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

- 1.จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกายในวัยทำงาน
- 2.จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 60 นาที

3.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....70.....คน

4.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

วันศุกร์ ที่ 30 มีนาคม พ.ศ.2566

5.สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำภี

6.งบประมาณ

จำนวน 16,900 บาท รายละเอียด ดังนี้

- | | |
|--|--------------------|
| 1.เอกสารประกอบการอบรมด้านสุขภาพ 70 คน x 50 บาท | เป็นเงิน 3,500 บาท |
| 2.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ในวันอบรม จำนวน70 คน x 2 มื้อ x 30 บาท จำนวน1 วันเป็นเงิน 4,200 บาท | |
| 3. ค่าอาหารกลางวันในวันอบรมจำนวน 70 คน x 70 บาท | เป็นเงิน 4,900 บาท |
| 4.ค่าตอบแทนวิทยากรในการอบรม จำนวน 6 ชม. x 600 บาท | เป็นเงิน 3,600 บาท |
| 5.ค่าป้ายไวนิลโครงการ จำนวน 1 ป้าย | เป็นเงิน 500 บาท |
| 6. ค่าจัดทำเอกสารสรุปโครงการ จำนวน 2 เล่ม x 100 บาท | เป็นเงิน 200 บาท |

(ถ้าเฉลี่ยทุกรายการ)

7. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. มีการออกกำลังกายในตำบลลำภี ทุกหมู่บ้าน
2. กลุ่มเป้าหมายมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง
3. ค่า BMI ของกลุ่มเป้าหมายอยู่ในเกณฑ์ปกติ

8. ผลการดำเนินงาน

- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายมีสุขภาพจิตที่ดี มีร่างกายแข็งแรงได้พูดคุย/ทำกิจกรรมร่วมกัน
- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายได้รับความรู้ความเข้าใจในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง และมีการปรับเปลี่ยนการออกกำลังกายให้เหมาะสมแต่ละบุคคล
- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายมีความพึงพอใจในโครงการออกกำลังกายมากกว่า ร้อยละ 80
- สมาชิกในกลุ่มออกกำลังกายมีเครื่องเสียงอุปกรณ์ในการออกกำลังกายต่อเนื่องแต่ละพื้นที่

9. การได้รับการสนับสนุน

หน่วยงานที่ร่วมให้การสนับสนุน	การสนับสนุนที่ได้รับ (งบประมาณหรือการสนับสนุนทรัพยากรอื่นๆ)	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการสนับสนุนที่ได้รับ (พอเพียง/เหมาะสม หรือไม่)
กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลลำภี	งบประมาณในการดำเนินงานโครงการ	เวลาในการจัดโครงการน้อย ทำให้สมาชิกขาดการออกกำลังกายต่อเนื่อง

10. ผลสัมฤทธิ์ของการเลือกกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่ม	กลุ่มเป้าหมายที่กำหนด	กลุ่มเป้าหมายที่มาร่วมกิจกรรม	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย
	จำนวน	จำนวน	
1. รวมกลุ่มสมาชิกชมรมออกกำลังกาย	70 คน	70 คน	เพื่อส่งเสริมให้ชาวบ้านมีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง
2. จัดอบรมให้ความรู้แก่สมาชิกปรับเปลี่ยนรูปแบบการออกกำลังกาย	70 คน	70 คน	ให้ความรู้เกี่ยวกับหลักการออกกำลังกาย ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง

11. ผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	ผลความพึงพอใจ		เหตุผลหลักฐานอ้างอิง
	พอใจ	ไม่พอใจ	
1. เพื่อส่งเสริมให้ชาวบ้านมีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง	✓		ประชาชนได้รับความรู้ความเข้าใจกับการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี
2. เพื่อให้ประชาชนตระหนักและใส่ใจการออกกำลังกายมากขึ้น	✓		ประชาชนได้ทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล โครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566

ผลการวิเคราะห์แบบสอบถามด้านความพึงพอใจโครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย

ประเด็นความคิดเห็น	ร้อยละ (%)	ระดับความคิดเห็น
1. ทำให้อารมณ์แจ่มใส สุขภาพจิตและสุขภาพกายดีขึ้น	91.2	มาก
2. ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์จากชีวิตประจำวัน	88.4	มาก
3. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและทำงานหนักได้มากขึ้น	86.6	มาก
4. ทำให้ร่างกายแข็งแรง มีภูมิคุ้มกันโรค มีการเจ็บป่วยน้อยลง	85.4	มาก
5. ทำให้นอนหลับพักผ่อนได้ดีขึ้น	84	มาก
6. ทำให้กล้ามเนื้อและระบบประสาทมีการประสานงานกันดีขึ้น	86.8	มาก
7. สามารถลดน้ำหนักและทำให้สัดส่วนของร่างกายดีขึ้น	85	มาก
รวม	89.6	มาก

จากตาราง จากการประเมินผลโครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566 ในภาพรวมการประเมินความพึงพอใจโครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปี 2566 ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 89.6 %

12. ปัญหา/อุปสรรค

- ความพร้อมเพียงในการเข้าอบรม เนื่องจากอบรมทั้งวัน บางคนติดภารกิจบางช่วง
- เวลาในการอบรมน้อย ขาดความต่อเนื่อง

หน้า 10 จาก 10

13. ข้อเสนอแนะ

ควรจัดทำโครงการในช่วงบ่าย และต่อเนื่อง อย่างน้อย 3-5 วัน

ภาพกิจกรรม



ภาพกิจกรรม



ภาพกิจกรรม



ภาพกิจกรรม





แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลลำภี.....รหัส กบปท.
อำเภอ...ท้ายเหมือง.....จังหวัด...พังงา.....

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 16 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตามข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ.2566..... โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.ชื่อ แผนงาน โครงการ กิจกรรม

โครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย

2.ชื่อ หน่วยงาน องค์กร กลุ่มประชาชน

ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข รพ.สต.ลำภี

3.หลักการเหตุผล

จากนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่ให้มีการรณรงค์สร้างสุขภาพอยู่ทุก ๆ ปี โดยมีวัตถุประสงค์ให้ประชาชนองค์กรหน่วยงานภาครัฐและเอกชนภาคประชาชนตระหนักในเรื่องการดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชน เพื่อการมีสุขภาพที่ดี ตามแผนพัฒนายุทธศาสตร์แห่งชาติโดยมีวิสัยทัศน์ที่จะทำให้คนไทยอยู่เย็นเป็นสุข ทั้งกายใจ สังคม ปัญญาและจิตวิญญาณ มีสัมมาอาชีพทำงานด้วยความสุข ดำรงชีวิตอยู่บนพื้นฐานความพอดี พอประมาณ มีเหตุผลมีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ภายใต้แนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตามพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวส่งผลให้ครอบครัวอบอุ่นมั่นคง อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี เป็นสังคมแห่งการเรียนรู้ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีสุขภาพแข็งแรง อายุยืนยาว และหนึ่งในเป้าหมายที่สำคัญของมิติทางกายคือให้คนไทยออกกำลังกายสม่ำเสมอซึ่งจากนโยบาย นำช่อมของกระทรวงสาธารณสุขที่มุ่งเน้นให้ประชาชนรวมกลุ่มกันดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัวและชุมชน เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 6อ.ได้แก่ ออกกำลังกาย อาหารปลอดภัย อารมณ์ อโรครยา อนามัยสิ่งแวดล้อมและอบายมุข โดยได้เริ่มดำเนินการตั้งแต่ปี 2546 เป็นต้นมา โดยมีเป้าหมายให้ประชาชน ได้การออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน ปัจจุบันการออกกำลังกายเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพได้รับความนิยมน้อยกว่าหลายครั้งจะเห็นได้จากการมีชมรม,กลุ่มออกกำลังกาย ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น แอโรบิค รำไม้พลอง โยคะ ฟุตบอล เซปักตะกร้อ เป็นต้น ทั้งนี้เนื่องจากการออกกำลังกายเป็นเครื่องมือในการสร้างเสริมสุขภาพที่มีค่าใช้จ่ายในการนำไปสู่สุขภาพแข็งแรง สุขภาพจิตดี ส่งผลให้คุณภาพชีวิตที่ดีปลอดจากโรคร้ายไข้เจ็บ ซึ่งการออกกำลังกายแบบแอโรบิคหรือที่ทุกคนมักคุ้นกับการเรียกว่าเดินแอโรบิค เป็นรูปแบบการออกกำลังกายที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายเป็นอย่างมากในปัจจุบัน ตั้งแต่ระดับชุมชนชนบท ชุมชนเมือง ซึ่งเป็นการออกกำลังกายที่สร้างความ



สนุกสนาน เพลิดเพลิน แต่ให้ผลที่คุ้มค่าต่อสุขภาพอย่างยิ่ง ชมรมอสม.ตำบลลำภี จึงได้ จัดทำโครงการชุมชนเข้มแข็ง
ร่วมแรงออกกำลังกาย ขึ้นเพื่อเป็นการสร้างเสริมสุขภาพร่างกายของประชาชนในพื้นที่เขต รพ.สต.ลำภี และส่งเสริม
ให้ประชาชนเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย เพื่อให้มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้
เจ็บอันไม่พึงปรารถนา เกิดเป็นภาคีเครือข่ายสร้างสุขภาพ และส่งผลให้ประชาชนคุณภาพชีวิตที่ดีสืบไป

4.วัตถุประสงค์ (เพื่อการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคฟื้นฟูสมรรถภาพ และรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึง
การจัดกระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค)

- 1. เพื่อสร้างแกนนำในการออกกำลังกายอย่างเป็นรูปแบบ
- 2. เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง

5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

- 1. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกายในวัยทำงาน
- 2. จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 60 นาที

6.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

6.1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 6. การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8. อื่น ๆ (ระบุ)

6.2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8. อื่น ๆ (ระบุ)



- 6.3. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 9. อื่น ๆ (ระบุ)

- 6.4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....70.....คน *ทั้งนี้กลุ่มวัยทำงาน ที่สนใจมีดังนี้*
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - 9. อื่น ๆ (ระบุ)

- 6.5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....คน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 8. อื่น ๆ (ระบุ)

- 6.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง



6.12. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....คน

1. อื่น ๆ (ระบุ)

7.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

วันศุกร์ ที่ 30 มีนาคม พ.ศ.2566

8.สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำภี

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 16,900 บาท รายละเอียด ดังนี้

- | | |
|--|----------------------|
| 1.เอกสารประกอบการอบรมด้านสุขภาพ 70 คน x 50 บาท | เป็นเงิน 3,500 บาท ✓ |
| 2.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ในวันอบรม จำนวน 70 คน x 2 มื้อ x 30 บาท จำนวน 1 วัน | เป็นเงิน 4,200 บาท ✓ |
| 3. ค่าอาหารกลางวันในวันอบรมจำนวน 70 คน x 70 บาท | เป็นเงิน 4,900 บาท ✓ |
| 4.ค่าตอบแทนวิทยากรในการอบรม จำนวน 6 ชม. x 600 บาท | เป็นเงิน 3,600 บาท ✓ |
| 5.ค่าป้ายไวนิลโครงการ จำนวน 1 ป้าย | เป็นเงิน 500 บาท ✓ |
| 6. ค่าจัดทำเอกสารสรุปโครงการ จำนวน 2 เล่ม x 100 บาท | เป็นเงิน 200 บาท ✓ |

(ถ้าเฉลี่ยทุกรายการ)

10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

- 1.มีการออกกำลังกายในตำบลลำภี ทุกหมู่บ้าน
- 2.กลุ่มเป้าหมายมีการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง
- 3.ค่า BMI ของกลุ่มเป้าหมายอยู่ในเกณฑ์ปกติ

11.คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นางอัญชลี แซ่เลี้ยว ตำแหน่ง..ประธาน อสม.ม.2 รพ.สต.ลำภี

หน่วยงาน.....โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำภี.....หมายเลขโทรศัพท์.....087-8826845.....

ในฐานะของผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

ไม่ได้ซ้ำซ้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น

สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท.

รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว



ลงชื่อ ฉิมมาลี แซ่เลี้ยว ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
 (นางอัญชลี แซ่เลี้ยว)
 ตำแหน่งประธาน อสม.ม.2 รพ.สต.ลำภี.....
 วันที่-เดือน-พ.ศ.

- เห็นชอบ/อนุมัติ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ ทวนเกศ วัฒน หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
 (นางกรรณิการ์ ดงศรีรัตน์)
 ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.ม.ลำภี
 วันที่-เดือน-พ.ศ.



กำหนดการโครงการชุมชนเข้มแข็ง ร่วมแรงออกกำลังกาย ปีงบประมาณ2566
 กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำภี
 วันศุกร์ ที่ 30 มีนาคม พ.ศ.2566
 ณ ห้องประชุมโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลลำภี

วัน เดือน ปี	เวลา	เนื้อหา	วิทยากร
30 มีนาคม 2566	08.00 - 08.30 น.	ลงทะเบียน	
	08.30 - 09.00 น.	พิธีเปิดโครงการ	
	09.00 - 10.30 น.	อบรมเรื่อง คุณประโยชน์ของการดูแลตนเองกับการออกกำลังกาย	คุณมาลี ทศกาญจน์
	10.30 - 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง	
	10.45 - 12.00 น.	อบรมเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับช่วงวัย	คุณมาลี ทศกาญจน์
	12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
	13.00 - 14.30 น.	การเต้น บาสโลบ	คุณศุภชัย จันเอียด
	14.30 - 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง	
	14.45 - 16.00 น.	การเต้น แอโรบิค	คุณศจี เรืองศรี
	16.00 - 16.30 น.	สรุป ข้อดีของการออกกำลังกาย	คุณศจี เรืองศรี

