



แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

กองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น อบต.เหลล รหัส กปท. L3266

อำเภอ กะปง 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.....2567..... โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.ชื่อ แผนงาน โครงการ กิจกรรม

.....โครงการบาสโลบเพื่อสุขภาพ (ขยับกายสบายชีวี) ปี 2567.....

2.ชื่อ หน่วยงาน องค์กร กลุ่มประชาชน

.....ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขรพ.สต.ทะเล.....

3.หลักการเหตุผล

ด้วยความก้าวหน้าในด้านต่างที่มีความทันสมัย สะดวกสบายมากขึ้นทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไป ประชาชนมีการออกกำลังกายน้อยลงทำให้ร่างกายอ่อนแอและปัจจุบันนี้ปัญหาโรคไม่ติดต่อได้เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญ ในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ผู้ป่วยที่พบส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มวันแรงงานและกลุ่มผู้สูงอายุ จากการสอบถามพบว่าผู้ป่วยขาดการออกกำลังกายและบริโภคอาหารไม่ถูกต้องก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน ซึ่งถ้าประชาชนได้บริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและมีการออกกำลังกายและบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะและมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะสามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้ ประกอบกับชาวชุมชน หมู่ที่ 2,3 และหมู่ที่ 5 ตำบลเหลล ซึ่งเป็นเขตรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเหลล มีความมุ่งมั่นที่จะส่งเสริมสนับสนุนและดำเนินการในด้านสุขภาพให้กับประชาชนให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจดี ให้มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุขทั้งด้านร่างกายจิตใจสังคมอารมณ์และและสติปัญญาโดยการให้ประชาชนสามารถดูแลสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสุขภาพตนเองได้ด้วยการออกกำลังกายสร้างสุขภาพเพื่อให้มีสุขภาพพลานามัยดีซึ่งจะเป็นภูมิคุ้มกันโรคได้เป็นอย่างดีอีกทั้งยังสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่ที่ 2,3 และหมู่ที่ 5 ตำบลเหลล ร่วมกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเหลลได้จัดทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพขยับกายสบายชีวีด้วยวิธีเดินบาสโลบ ประจำปีงบประมาณ 2567 เป็นวิธีการออกกำลังกายวิธีหนึ่งเพื่อเป็นทางเลือกให้แก่ผู้ที่สนใจการกระตุ้นให้เกิดความตระหนักและตื่นตัว เห็นความสำคัญของ



การออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ เริ่มสร้างความสามัคคี และที่สำคัญการออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคดังกล่าวด้วย

4.วัตถุประสงค์

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อผลการดำเนินงานที่สำคัญ ได้แก่

- (1) กิจกรรมบาสโลบเพื่อสุขภาพ
- (2) การจัดหาเครื่องเสียงใช้ในกิจกรรม

1. เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรักษาสุขภาพด้วยการออกกำลังกายด้วยการเต้นบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง จำนวน 30 คน

2. เพื่อลดภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
3. เพื่อเป็นกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ในพื้นที่

5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. กิจกรรมบาสโลบเพื่อสุขภาพ

- 1.1 เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณ
- 1.2 ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนและผู้สนใจในพื้นที่ทราบ
- 1.3 ประสานวิทยากรกำหนดสอนเต้นบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง วันละ 2 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 3 วัน จำนวน 3 สัปดาห์
- 1.4 ดำเนินตามโครงการทุกวันเวลา 16.30 น. – 18.30 น.
- 1.5 ออกกำลังกายต่อเนื่องเป็นประจำทุกวัน
- 1.6 ติดตามประเมินผลการดำเนินการตามโครงการตามระยะเวลาที่กำหนดทุก 3 เดือน

2 .การจัดหาเครื่องเสียงใช้ในกิจกรรม

- 2.1 จัดซื้อวัสดุเครื่องเสียง เพื่อจัดกิจกรรม ความพร้อมเพรียงและตามจังหวะในการเต้น

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. การคัดกรองและดูแลรักษาเมะเร็งปากมดลูกและเมะเร็งเต้านม
- 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.....25.....คน

- 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) ..การส่งเสริมการออกกำลังกายในชุมชน.....



6.5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....5.....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) ..การส่งเสริมการออกกำลังกายในชุมชน.....

6.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง (เบาหวานที่ควบคุมไม่ได้)
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 9. อื่น ๆ (ระบุ) ..

6.7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ 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) ..



- 6.8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....คน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 6. อื่น ๆ (ระบุ)
- 6.9. กลุ่มพระสงฆ์ หรือนักบวช ในศาสนาต่าง ๆ จำนวน.....คน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 6. อื่น ๆ (ระบุ)
- 6.10. กลุ่มผู้ต้องขัง จำนวน.....คน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 6. อื่น ๆ (ระบุ)
- 6.11. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
 - 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
 - 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
 - 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
 - 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)
- 6.12. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....คน
- 1. อื่น ๆ (ระบุ)

7.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

.....มีนาคม 2567 – มิถุนายน 2567.....



“สุขภาพดีมีหลักประกัน ต้องตื่นสร้างสรรค กปท.สนับสนุน”

8.สถานที่ดำเนินการ

.....ลานกีฬาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล.....

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 21,300 บาท (สองหมื่นหนึ่งพันสามร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

- | | | |
|---|----------|------------|
| 1. ค่าตอบแทนวิทยากรสอนเต้นบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง วันละ 2 ชั่วโมงๆละ 600 บาท
(สัปดาห์ละ 3 วัน จำนวน 3 สัปดาห์) | เป็นเงิน | 10,800 บาท |
| 2. ค่าจัดซื้อวัสดุเครื่องเสียง | เป็นเงิน | 9,900 บาท |
| 3. ค่าป้ายไว้นิลโครงการ 1 ป้าย ขนาด 1.5x3 เมตร | เป็นเงิน | 600 บาท |

10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายด้วยการเต้นบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง
2. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและจิตใจที่ดี ลดภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
3. ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

11.คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นายชวิทย์ จิตจริง ตำแหน่ง ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลเขต หน่วยงานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลเขต หมายเลขโทรศัพท์ 091 8174923 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.....พัชรินทร์ จงสุข.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางพัชรินทร์ จงสุข)

ตำแหน่ง ประธานชมรมออกกำลังกายรพ.สต.เขต

วันที่ 26 มกราคม 2567



8.สถานที่ดำเนินการ

.....ลานกีฬาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล.....

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 21,300 บาท (สองหมื่นหนึ่งพันสามร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

1. ค่าตอบแทนวิทยากรสอนเต้นบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง วันละ 2 ชั่วโมงๆละ 600 บาท (สัปดาห์ละ 3 วัน จำนวน 3 สัปดาห์)	เป็นเงิน	10,800 บาท
2. ค่าจัดซื้อวัสดุเครื่องเสียง	เป็นเงิน	9,900 บาท
3. ค่าป้ายไวนิลโครงการ 1 ป้าย ขนาด 1.5x3 เมตร	เป็นเงิน	600 บาท

10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายด้วยการเต้นบาสโลบและกิจกรรมประกอบเพลง
2. ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและจิตใจที่ดี ลดภาวะการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
3. ประชาชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

11.คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นายชวิทย์ จิตจริง ตำแหน่ง ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลเขต หน่วยงาน ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลเขต หมายเลขโทรศัพท์ 091 8174923 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..... นางพัชรินทร์ จงสุขผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางพัชรินทร์ จงสุข)

ตำแหน่ง ประธานชมรมออกกำลังกายรพ.สต.เขต

วันที่ 26 มกราคม 2567

- เห็นชอบ/อนุมัติ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ..... นายชวิทย์ จิตจริงหัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(นายชวิทย์ จิตจริง)

ตำแหน่ง ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขรพ.สต.เขต

วันที่ 26 มกราคม 2567

