



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลหนองบัว อำเภอภูเรือ จ.เลย

ที่

วันที่ ๑๙ ธันวาคม ๒๕๖๑

เรื่อง ขออนุมัติโครงการ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลภูเรือ

ด้วย ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลหนองบัว ร่วมกับ โรงพยาบาลภูเรือ ได้จัดทำ โครงการ
หมอกภูเขาวิ่ง (๑๐๐,๐๐๐ กิโลกรัม เพื่อ ๑๐,๐๐๐ กิโลกรัม วัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดี
ระหว่างบุคลากรด้านสาธารณสุขกับประชาชน ,สร้างเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย,ให้ความสำคัญการดูแล
สุขภาพของตนเองด้วยการออกกำลังกายโดยการวิ่งหรือเดินที่ถูกต้อง นั้น

ในการนี้ ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลหนองบัว ขอส่งโครงการดังกล่าว มาเพื่อโปรดลงนาม

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาลงนาม

(นายสมคิด สุธงษา)

ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลหนองบัว

โครงการหมอกูเรือชวนวิ่ง
(๑๐๐,๐๐๐ กิโลเมตร เพื่อ ๑๐,๐๐๐ กิโลกรัม)

ความเป็นมา

ด้วยปัจจุบันการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของประชาชน มีอุบัติการณ์เพิ่มขึ้นเป็นอย่างมาก ทำให้เกิดความไม่สมดุลระหว่างจำนวนคนไข้และศักยภาพการรักษาของทุกโรงพยาบาล ในวาระครบรอบ ๑๐๐ ปี ระบบสาธารณสุขไทย ในวาระครบรอบ ๕๐ ปี แพทยสภา กอปรกับนโยบาย THAILOEI ๔.๐ ซึ่งผู้ว่าราชการจังหวัดเลย ได้ให้ความสำคัญและห่วงใยสุขภาพของคนจังหวัดเลย ที่มีเป้าหมายร่วมกันเห็นควรลดน้ำหนักของประชาชนในจังหวัดเลยลงจำนวน ๑ แสนกิโลกรัม ภายใน เดือนมีนาคม ๒๕๖๒ นั้น อำเภอกูเรือจึงได้ จัดโครงการหมอกูเรือชวนวิ่ง(๑๐๐,๐๐๐ กิโลเมตร เพื่อ ๑๐,๐๐๐ กิโลกรัม) โดยมีแนวคิดดังนี้

๑. การดูแลส่งเสริมสุขภาพของตนเองเป็นหน้าที่พื้นฐานของประชาชนทุกคน และมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะทำให้อนาคตของระบบสาธารณสุขมีความก้าวหน้าอย่างยั่งยืน
๒. บุคลากรทางด้านสาธารณสุขควรเป็นแบบอย่างที่ดี รวมถึงสามารถให้คำปรึกษาในการดูแลส่งเสริมสุขภาพ
๓. การออกกำลังกาย เป็นการดูแลส่งเสริมสุขภาพที่ดีและเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง
๔. ประชากรอำเภอกูเรือทั้งหมดมีประมาณ ๒๐,๐๐๐ คน วิ่งคนละ ๕ กิโลเมตร ลดน้ำหนักคนละ ๐.๕ กิโลกรัม

วัตถุประสงค์

๑. เสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคลากรทางด้านสาธารณสุขกับประชาชน
๒. ส่งเสริมให้บุคลากรด้านสาธารณสุขเป็นต้นแบบในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย
๓. ส่งเสริมให้ประชาชนตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองด้วยการออกกำลังกาย โดย การวิ่งหรือเดินที่ถูกรวิธี
๔. สร้างความร่วมมือระหว่างหน่วยงานสาธารณสุขกับภาครัฐและเอกชนในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ

กลุ่มประชากรเป้าหมาย

ประกอบด้วย

๑. หน่วยงานด้านสาธารณสุขในพื้นที่ (โรงพยาบาลกูเรือ/สาธารณสุขอำเภอกูเรือ/รพ.สต.ทุกแห่ง)
๒. หน่วยงาน/ส่วนราชการในพื้นที่ระดับอำเภอ
๓. ท้องถิ่น/ท้องที่ ทุกแห่ง
๔. สถานศึกษาทุกแห่ง
๕. ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขอำเภอกูเรือ
๖. ประชาชนในพื้นที่อายุ ๑๕ - ๕๙ ปี ทุกคน

กลวิธีดำเนินงาน

๑. ประสานสาธารณสุขอำเภอกูเรือ ในการให้หน่วยบริการทุกแห่ง เป็นผู้ดำเนินการประสานบุคลากรในหน่วยงาน และประชาชนในพื้นที่เข้าร่วมกิจกรรม
๒. ประสานอำเภอกูเรือ ในการให้หน่วยงานภาครัฐ เอกชน ท้องถิ่น ท้องที่ทุกแห่งให้การสนับสนุนกิจกรรม

๓. การจัดการวิ่ง โดยมีรายละเอียดกิจกรรมดังนี้
 - พิธีเปิดกิจกรรมการวิ่งระดับอำเภอ ๑ วัน ในวันที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๒ ระยะทาง ๓ , ๕ และ ๑๐ กิโลเมตร
 - เชิญชวนบุคลากรด้านสาธารณสุข ส่วนราชการต่างๆ และประชาชนวิ่งแบบกลุ่มทุกวันพุธ เป็นอย่างน้อย
๔. การประเมินผล
 - จากระยะทางรวมทั้งหมด
 - จากน้ำหนักกรมเปรียบเทียบก่อนและหลังการเดิน-วิ่ง ออกกำลังกาย

ขั้นตอนการดำเนินงาน

๑. เสนอโครงการเสนอสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเพื่อพิจารณาอนุมัติ
๒. แต่งตั้งคณะทำงานระดับอำเภอ
๓. ประชุมคณะทำงาน
๔. จัดประชุมชี้แจงโครงการฯ จำนวน ๗ แห่ง แห่งละ ๑๐ คน รวม ๗๐ คน
๕. ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องโดยการวิ่งอย่างน้อยวันพุธของทุกสัปดาห์โดยการหมุนเวียนสนามวิ่ง เวียนไปทั้ง ๗ ท้องถิ่น โดยพื้นที่ท้องถิ่นเป็นเจ้าภาพในการจัดงานรวมถึงการระดมคนในการเดิน-วิ่ง ออกกำลังกาย
๖. จัดกิจกรรมพิธีเปิดโครงการหมอกุเรือชนวนวิ่ง ประมาณเดือนมีนาคม ๒๕๖๒ โดยการส่งเสริมให้ประชาชนในพื้นที่อำเภอภูเรือมีการร่วมกันออกกำลังกาย ในระยะทาง ๓ , ๕ และ ๑๐ กิโลเมตร
๗. ประชุมเพื่อกำกับติดตามผลการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องและหาแนวทางพัฒนา
๘. ติดตามประเมินผลการดำเนินงาน
๙. การรวบรวม/ตรวจสอบ/วิเคราะห์ข้อมูล/สรุปผลการดำเนินงาน

งบประมาณดำเนินการ

จากเงินกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลภูเรือ รายละเอียดใช้จ่ายดังนี้

ประชุมคณะทำงาน(๓.๗)

- ค่าอาหารว่างสำหรับการประชุมคณะทำงานจำนวน ๓๐ คน คนละ ๒๕ บาท จำนวน ๓ ครั้ง เป็นเงิน ๒,๒๕๐ บาท

ประชุมชี้แจงโครงการ(๔)

- ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมประชุมชี้แจงโครงการฯ ร่วมผู้จัด และวิทยากร จำนวน ๘๐ คน คนละ ๑๒๐ บาท เป็นเงิน ๙,๖๐๐ บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน ๔ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท

ออกกำลังกายต่อเนื่อง(๕)

- ค่าอาหารว่างสำหรับผู้เข้าร่วมเดิน-วิ่ง ออกกำลังกายทุกวันพุธ จำนวน ครั้งละ ๕๐ คน คนละ ๒๕ บาท จำนวน ๗ ครั้ง เป็นเงิน ๘,๗๕๐ บาท

จัดกิจกรรมพิธีเปิดโครงการหมอกุเรือชนวนวิ่ง(๖)

- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมในวันเปิดโครงการฯ ในวันเสาร์ที่ ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๒ จำนวน ๔๐๐ คน คนละ ๒๕ บาท จำนวน ๑ ครั้ง เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท
- ค่าเครื่องเสียง/เวที ในพิธีเปิดโครงการฯ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
- ค่าป้ายประชาสัมพันธ์ ป้ายเวที เอกสารวัสดุสำนักงาน เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท

- ค่าถ้วยรางวัลสำหรับผู้ที่ใช้เส้นชัยอันดับ ๑ - ๓ ในแต่ละรุ่น(แยกชาย-หญิง) จำนวน ๗๒ ถ้วย ถ้วยละ ๔๐๐ บาท เป็นเงิน ๒๘,๘๐๐ บาท
- ค่าโล่รางวัลสำหรับท้องถิ่น/ชุมชน ที่ลดน้ำหนักได้ตามเกณฑ์(THE BEST) ๑ - ๓ รวมทั้งหมด ๓ โล่ๆ ละ ๑,๕๐๐ บาท เป็นเงิน ๔,๕๐๐ บาท
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๓๓,๓๐๐ บาท(เจ็ดหมื่นสี่พันแปดร้อยบาทถ้วน)

ระยะเวลาดำเนินการ

ธันวาคม ๒๕๖๑ ถึง มีนาคม ๒๕๖๒

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. บุคลากรทางด้านสาธารณสุข ได้ออกกำลังกายและเป็นตัวอย่างแก่ประชาชนทั่วไปในการออกกำลังกาย
๒. ประชาชนออกกำลังกายมากขึ้น ลดการป่วย และลดค่าใช้จ่ายของภาครัฐและครอบครัว ในการดูแลสุขภาพของประชาชน
๓. ประชาชนเข้าถึงการวิ่งอย่างถูกวิธี ประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี ปราศจากโรคภัย

หน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

๑. ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขอำเภอภูเรือ
๒. โรงพยาบาลอำเภอภูเรือ
๓. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอภูเรือ

ผู้เสนอโครงการ

(นายสมคิด สุธงษา)

ประธานชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขตำบลหนองบัว

ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายสุนทร ทารลำยอง)

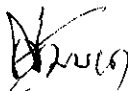
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้เห็นชอบโครงการ


(นายพิมล โกษาจันทร์)

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ผู้เห็นชอบโครงการ


(นายนิคม กอนนิก)
ปลัดเทศบาลตำบลภูเรือ

ผู้อนุมัติโครงการ


(นายภูวไนย วิจิตรปัญญา)
นายกเทศมนตรีตำบลภูเรือ

กำหนดการ
ประชุมชี้แจงโครงการ “หมอกฏเรือชนวิ่ง ๑๐๐,๐๐๐ กิโลเมตร
เพื่อ ๑๐,๐๐๐ กิโลกรัม”

| | |
|------------------|---|
| ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. | ลงทะเบียน |
| ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น. | ประธานกล่าวเปิดงานการประชุม โดย นายอำเภอภูเรือ |
| ๐๙.๓๐ - ๑๒.๐๐ น. | การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก ๓อ. ๒ส. โดยวิทยากรจากสำนักงานสาธารณสุขอำเภอภูเรือ |
| ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน |
| ๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. | วิธีการออกกำลังกายด้วยการเดิน - วิ่ง อย่างถูกวิธี โดย ครูโรงเรียนภูเรือวิทยา (เอกพลศึกษา) |
| ๑๔.๓๐ - ๑๖.๐๐ น. | ชี้แจงการดำเนินงานตามโครงการฯ การเก็บระยะทาง/การวิเคราะห์น้ำหนัก โดยนายสุนทร ทารล้ายอง |
| ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. | อภิปรายผล/ซักถามข้อสงสัย |

| | | | |
|-----------------|-------------------------------------|----------|-----------------------|
| หมายเหตุ | พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม | ช่วงเช้า | เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. |
| | | ช่วงบ่าย | เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น. |