



แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครระยอง

เรื่อง ขอเสนอโครงการนครระยอง Strong Heart (ออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง)

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครระยอง

ด้วยงานป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ ฝ่ายป้องกันและควบคุมโรค ส่วนส่งเสริมสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม สำนักการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม มีความประสงค์จะจัดทำโครงการนครระยอง Strong Heart (ออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง) ในปีงบประมาณ ๒๕๖๑ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครระยอง เป็นเงิน ๒๐๐,๐๐๐ บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

๑. หลักการและเหตุผล

สมาพันธ์หัวใจโลก (World Heart Federation) กำหนดให้วันที่ ๒๙ กันยายนของทุกปี เป็นวันหัวใจโลก เพื่อรณรงค์กระตุ้นเตือนให้ประชากรโลกตระหนักถึงความสำคัญในการป้องกันโรคหัวใจและหลอดเลือดที่เป็นปัญหาสำคัญด้านสาธารณสุข จากข้อมูลพบว่าประชากรทั่วโลกเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจและโรคหลอดเลือดสมองถึง ๑๗.๑ ล้านคนต่อปี สำหรับในประเทศไทย ข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุข ในปี พ.ศ. ๒๕๕๘ พบว่า มีผู้เสียชีวิตด้วยโรคหัวใจขาดเลือด ๑๘,๙๒๒ คน หรือเฉลี่ย ชั่วโมงละ ๒ และจากสถิติการเสียชีวิตด้วยโรคนี้ในเขตเทศบาลนครระยอง ปี ๒๕๕๙-๒๕๖๐ พบอัตราการเสียชีวิตเป็นหนึ่งใน ๕ อันดับของโรคที่พบผู้เสียชีวิตทั้งหมด โดยสาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากการออกกำลังกายที่ไม่ถูกวิธี ส่งผลให้หัวใจไม่แข็งแรง

สำนักการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นหน่วยงานที่มีบทบาทหน้าที่ ตามพระราชบัญญัติเทศบาล พ.ศ. ๒๔๙๖ มาตรา ๕๖ (๓) (กิจการอย่างอื่นซึ่งจำเป็นเพื่อการสาธารณสุข) พระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๔๒ มาตรา ๑๖ ให้เทศบาล เมืองพัทยา และองค์การบริหารส่วนตำบลมีอำนาจและหน้าที่ในการจัดระบบสาธารณะเพื่อประโยชน์ของประชาชนในท้องถิ่นของตนเอง (๑๙) การสาธารณสุข การอนามัยครอบครัว และการรักษาพยาบาล ดังนั้น งานป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ สำนักการสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครระยอง จึงได้จัดทำโครงการนครระยอง Strong Heart (ออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง) เพื่อป้องกันปัญหาที่เกิดจากโรคหัวใจและหลอดเลือด และสนับสนุนให้ประชาชนคนได้ออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรงโดยการเดิน-วิ่ง

๒.๒ เพื่อเผยแพร่ความรู้กับประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง

๓. ตัวชี้วัด

๓.๑ ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรงโดยการเดิน-วิ่ง

๓.๒ ให้ความรู้ประชาชน เรื่องการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง จำนวน ๕ ช่องทาง

๔. วิธีดำเนินการ

กิจกรรมหลักในโครงการฯ แบ่งออกเป็น ๒ กิจกรรม ดังนี้

๑. กิจกรรมหลักที่ ๑ เดิน-วิ่ง เพื่อหัวใจแข็งแรง โดยแบ่งกิจกรรมย่อย ออกเป็น ๓ กิจกรรม ดังนี้

๑.๑ จัดกิจกรรมเดิน-วิ่ง ระยะทาง ๕ กิโลเมตร

๑.๒ จัดนิทรรศการ เรื่อง “Strong Heart เพื่อหัวใจที่แข็งแรง”

๑.๓ ตรวจ/ประเมิน Heart Rate

๒. กิจกรรมหลักที่ ๒ เผยแพร่ความรู้กับประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง ผ่านสื่อต่างๆ จำนวน ๕ ช่องทาง ดังนี้

๒.๑ รถยนต์วิ่งเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง จำนวน ๒๙ ชุมชน

๒.๒ หอกระจายข่าว และวิทยุชุมชน จำนวน ๕ แห่ง

๒.๓ สื่อออนไลน์ ได้แก่ Facebook และ Line@เรารักนครระยอง

๒.๔ แผ่นพับความรู้ จำนวน ๒,๐๐๐ แผ่น

๒.๕ ป้ายไว้นิเทศความรู้ ติดในชุมชน จำนวน ๒๙ ชุมชน

๕. เป้าหมาย

กิจกรรมหลักที่ ๑ เดิน-วิ่ง เพื่อหัวใจแข็งแรง ประชาชนทั่วไป จำนวน ๕๐๐ คน

กิจกรรมหลักที่ ๒ เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง จำนวน ๕ ช่องทาง ๒๙ ชุมชน

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

กิจกรรมหลักที่ ๑ เดิน-วิ่ง เพื่อหัวใจแข็งแรง วันที่ ๑ กันยายน ๒๕๖๑

กิจกรรมหลักที่ ๒ เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง ระหว่างเดือนกรกฎาคม ถึงเดือนกันยายน ๒๕๖๑

๗. สถานที่ดำเนินการ

กิจกรรมหลักที่ ๑ เดิน-วิ่ง เพื่อหัวใจแข็งแรง ณ หาดแหลมเจริญ ตำบลปากน้ำ จังหวัดระยอง

กิจกรรมหลักที่ ๒ เผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง ในชุมชนเขตเทศบาลนครระยอง ๒๙ ชุมชน

๘. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครระยอง จำนวน ๒๐๐,๐๐๐ บาท รายละเอียด ดังนี้ ค่าเช่าหรือค่าบริการวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นในการจัดงาน เช่นเวที เต็นท์ เครื่องเสียง เครื่องโปรเจคเตอร์ เป็นต้น, ค่าใช้จ่ายในการตกแต่ง จัดสถานที่, ค่าสาธารณูปโภคต่างๆ เช่น กระแสไฟฟ้า น้ำประปา เป็นต้น, ค่าเช่าหรือค่าบริการรถสุขา, ค่าจ้างเหมาพิธีการ, ค่าใช้จ่ายในการโฆษณาประชาสัมพันธ์โครงการฯ, ค่าใช้จ่ายในการจัดพิธีเปิด, ค่าจ้างทำสื่อความรู้, ค่าถ่ายเอกสาร, ค่าวัสดุอุปกรณ์ และค่าใช้จ่ายอื่นๆที่เกี่ยวข้อง

๙. ผลผลิต

- ๙.๑ มีกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรงโดยการเดิน-วิ่ง ไม่น้อยกว่า ๔๐๐ คน
๙.๒ มีการดำเนินงานเผยแพร่ความรู้ เรื่องการออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง ไม่น้อยกว่า ๕ ช่องทาง

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ประชาชนได้รับความรู้และทักษะการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ทำให้ประชาชนมีการออกกำลังกายของหัวใจอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอ ส่งผลให้สามารถป้องกันปัญหาโรคหัวใจและหลอดเลือด นำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

๑๑. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการ
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อบท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๑๑.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ

พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗) ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน..... สำนักงานส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดง

- ☐ ๑๑.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ☒ ๑๑.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ☐ ๑๑.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ☐ ๑๑.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ☐ ๑๑.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๑๑.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ☒ ๑๑.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
[ข้อ ๗(๑)]
- ☐ ๑๑.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น
[ข้อ ๗(๒)]
- ☐ ๑๑.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ☐ ๑๑.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ☐ ๑๑.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๑๑.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ☐ ๑๑.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ☐ ๑๑.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ☐ ๑๑.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ☐ ๑๑.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ ๑๑.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ☐ ๑๑.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ☐ ๑๑.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ☐ ๑๑.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๑๑.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ☐ ๑๑.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ☐ ๑๑.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ ๑๑.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ☐ ๑๑.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ☐ ๑๑.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ☐ ๑๑.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - ☐ ๑๑.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม

- ☐ ๑๑.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ ๑๑.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๑.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ☐ ๑๑.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ ๑๑.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ ๑๑.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ ๑๑.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๑.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
- ☐ ๑๑.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ ๑๑.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ ๑๑.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ ๑๑.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ ๑๑.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ☒ ๑๑.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ ๑๑.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☒ ๑๑.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ☐ ๑๑.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ ๑๑.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ ๑๑.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ ๑๑.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

- ☐ ๑๑.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ(ระบุ).....
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ☐ ๑๑.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๑.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ ๑๑.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ ๑๑.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ ๑๑.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)
- ☒ ๑๑.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๑.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☒ ๑๑.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๑.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ ๑๑.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๑.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ☐ ๑๑.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ ผู้เขียนโครงการ
(..... น.ส.เสาวลักษณ์)

ตำแหน่ง
นางอริรักษ์

ลงชื่อ
(นางปาริชาติ)

ตำแหน่ง หัวหน้าฝ่ายป้องกันควบคุมโรค..... (หัวหน้าฝ่าย/ผอ.ส่วนฯ)
ผอ.ส่วนส่งเสริมสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ลงชื่อ ผู้เสนอโครงการ
(นางวัฒนา)

ตำแหน่ง (ผอ.กอง/ผอ.สำนักฯ)

เส้นทาง เดิน-วิ่ง โครงการนครของ Strong Heart (ออกกำลังกายให้หัวใจแข็งแรง)

