



แบบเสนอแผนงานหรือโครงการหรือกิจกรรม

(แบบ ค. ๑)

กองทุนหลักประกันสุขภาพกรุงเทพมหานคร

(สำหรับผู้เสนอแผนงานหรือโครงการหรือกิจกรรม)

รหัสแผนงานหรือโครงการหรือกิจกรรม..... L-๔๓๔.๔๓๒๕๖๖๐๐๕

เรื่อง ขอเสนอโครงการ “พัฒนาสุขภาพกาย – ใจของบุคลากร เพื่อองค์กรที่สดใส”

เรียน ☐ ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพกรุงเทพมหานคร

☒ ประธานอนุกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเขตคันนายาว

ด้วย ฝ่ายปกครอง สำนักงานเขตคันนายาว มีความประสงค์จะทำโครงการ “พัฒนาสุขภาพกาย – ใจของบุคลากร เพื่อองค์กรที่สดใส” ให้แก่เจ้าหน้าที่ของสำนักงานเขตคันนายาว ในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพกรุงเทพมหานคร เป็นเงิน ๑๓๖,๓๔๐.- บาท (หนึ่งแสนสามหมื่น-หกพันสามร้อยสี่สิบบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๑. หลักการและเหตุผล

ด้วยภารกิจของสำนักงานเขตที่มีมากมาย ทั้งงานประจำ งานตามแผนปฏิบัติราชการประจำปี งานนโยบาย งานแก้ไขปัญหาให้แก่ประชาชนในพื้นที่ ฯลฯ จากงานที่เข้ามามากมายเป็นการสร้างความกดดันให้กับผู้ปฏิบัติงานต้องทำงานให้เสร็จลุล่วงภายในกำหนดเวลา ทำให้เกิดความเครียดสะสม เกิดอารมณ์แปรปรวน ประกอบกับมีเวลาออกกำลังกายน้อยลง ทำให้เกิดความเมื่อยล้าจากการทำงานต่อเนื่อง เนื่องจากต้องทำงานให้ทันเวลา ก่อให้เกิดโรคอ้วนและโรคออฟฟิศซินโดรมตามมา ซึ่งโรคอ้วนจะก่อให้เกิดโรคต่าง ๆ ตามมาได้ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ โรคเบาหวาน เป็นต้น ซึ่งโรคต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นนั้น อยู่ในกลุ่มของโรค NCDs ซึ่งเป็นโรคไม่ติดต่อ เกิดจากพฤติกรรมมารับประทานอาหาร การทำงาน การออกกำลังกาย การนอนหลับ เป็นต้น จากปัญหาดังกล่าว สำนักงานเขตคันนายาว ได้ตระหนักถึงความสำคัญของบุคลากร ในปี พ.ศ. ๒๕๖๕ จึงได้ดำเนินการคัดกรองความเสี่ยงโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ของบุคลากรในสำนักงานเขต จำนวน ๕๖๔ คน โดยวิธีการวัดค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index : BMI) พบว่ามีบุคลากรที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินมาตรฐานร้อยละ ๗๑ โดยแบ่งเป็นกลุ่มท้วม ร้อยละ ๑๖ กลุ่มอ้วนระดับ ๑ ร้อยละ ๓๕ และกลุ่มอ้วนระดับ ๒ ร้อยละ ๒๐ ในการนี้ สำนักงานเขตได้จัดกิจกรรมออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพประจำ และให้คำแนะนำเบื้องต้นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม แต่ยังคงขาดการติดตามผลอย่างต่อเนื่องเป็นเหตุทำให้บุคลากรเกิดการเจ็บป่วยด้วยภาวะไขมัน และน้ำตาลในเลือดสูง ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดโรคเบาหวานและโรคหัวใจและหลอดเลือดตามมา ในคนที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานก็จะก่อให้เกิดโรคกระดูกและข้อได้อีกด้วย ในเมื่อบุคลากรเจ็บป่วยก็จะทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงเกิดความเครียดสะสม ก่อให้เกิดโรคเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจตามมาอีก

สำนักงานเขตคันนายาว ได้เล็งเห็นถึงสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจึงดำเนินโครงการ “พัฒนาสุขภาพกาย – ใจของบุคลากร เพื่อองค์กรที่สดใส” เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมภาวะเสี่ยงด้านสุขภาพในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ซึ่งเป็นโปรแกรมการเรียนรู้และมีส่วนร่วมโดยมุ่งเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหาร การออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพ เพื่อส่งเสริมข้าราชการและบุคลากรกรุงเทพมหานครของสำนักงานเขตคันนายาวให้เกิดความตระหนักและมีเจตคติที่ดีต่อการบริโภคอาหารที่ถูกสัดส่วน และรู้จักวิธีผ่อนคลายด้านอารมณ์และจิตใจ โดยใช้วิธีการสมาธิบำบัดแบบธรรมชาติ ซึ่งมีแพทย์ เกสัชกร พยาบาล นักกายภาพบำบัด นักกิจกรรมบำบัด นักโภชนาการ นักจิตวิทยาและบุคลากรงานส่งเสริมสุขภาพ เป็นผู้ดูแลและสนับสนุนพฤติกรรมการเรียนรู้โดยใช้หลักการของ ๓ Self และ Promise Model ของสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ โดยเชื่อมั่นว่าข้าราชการและบุคลากรกรุงเทพมหานครของสำนักงานเขตคันนายาว ที่เข้าร่วมโครงการจะมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดีขึ้น

เสนอขอ

(นายณพ ชูสอน)
ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

/๒. วัตถุประสงค์...

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อเป็นการเสริมสร้างสุขภาพทางร่างกายและทางจิตใจให้แก่บุคลากรของสำนักงานเขตที่มีความเสี่ยงต่อโรคที่เกิดจากพฤติกรรม

๒.๒ ผู้เข้ารับการฝึกอบรม สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การพักผ่อนและการบริหารจัดการด้านอารมณ์ด้วยตนเองได้

๒.๓ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่แข็งแรง สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๓. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๓.๑ ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการที่มีค่าดัชนีมวลกาย(BMI) เกิน มีค่าดัชนีมวลกาย(BMI) ลดลง เป้าหมายร้อยละ ๘๐

๓.๒ ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการที่มีระดับน้ำตาลในเลือด HbA๑C ที่สูงเกินเกณฑ์ มีระดับน้ำตาลในเลือดลดลง เป้าหมายร้อยละ ๘๐

๓.๓ ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพทางจิตที่ดีขึ้น เป้าหมายร้อยละ ๘๐

๔. ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวนทั้งสิ้น ๖๔ คน

๔.๑ กลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๕๔ คน ได้แก่

ข้าราชการกรุงเทพมหานครสามัญและบุคลากรกรุงเทพมหานคร

สังกัดสำนักงานเขตคันนายาว

จำนวน ๕๔ คน

๔.๒ ผู้ดำเนินงาน จำนวน ๑๐ คน ได้แก่

เจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครอง

จำนวน ๑๐ คน

๕. วิธีดำเนินการ

๕.๑ จัดทำโครงการเพื่อเสนอขออนุมัติงบประมาณจากสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ สาขาพื้นที่กรุงเทพมหานคร และขออนุมัติโครงการจากผู้อำนวยการเขตคันนายาว

๕.๒ จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานตามโครงการ และจัดประชุมคณะกรรมการเพื่อจัดแผนการจัดอบรมและมอบหมายงาน

๕.๓ ประสานงานหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและทีมงานวิทยากร

๕.๔ ดำเนินการจัดอบรมตามแผนของโครงการ

๕.๕ ประเมินผลโครงการ และสรุปผลการดำเนินงานเสนอผู้อำนวยการเขตคันนายาว และผู้อำนวยการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ สาขาพื้นที่กรุงเทพมหานคร

๕.๖ นัดติดตามผู้เข้ารับการอบรมทุก ๆ ๓ เดือน หลังสิ้นสุดโครงการ ***

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

ดำเนินการจัดอบรมตามโครงการระหว่างเดือนธันวาคม ๒๕๖๕ - เดือนเมษายน ๒๕๖๖ จำนวน ๕ ครั้ง ลักษณะการอบรมเป็นแบบไป-กลับ ณ ห้องประชุมเสนิงค์ ๑ ชั้น ๕ สำนักงานเขตคันนายาว ตามรายละเอียด ดังนี้

ครั้งที่ ๑ วันพุธที่ ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๕

เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ครั้งที่ ๒ วันพุธที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๖๖

เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ครั้งที่ ๓ วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ครั้งที่ ๔ วันพุธที่ ๑๕ มีนาคม ๒๕๖๖

เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ครั้งที่ ๕ วันพุธที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๖

เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

สำเนาถูกต้อง

๕

(นายณพ ขุสอน)

ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

/๗.สถานที่...

๗. สถานที่ดำเนินการ

- ฌ ห้องประชุมเสี้ยววงศ ๑ ชั้น ๕ สำนักงานเขตคันนายาว -

๘. งบประมาณ

ค่าใช้จ่ายในการจัดอบรมเบิกจ่ายจากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพกรุงเทพมหานคร เป็นเงินทั้งสิ้น ๑๓๖,๓๔๐.- บาท (หนึ่งแสนสามหมื่นหกพันสามร้อยสี่สิบบาทถ้วน) ตามรายละเอียด ดังนี้

๘.๑ ค่าอาหาร อาหารว่างและเครื่องดื่ม ๖๔,๐๐๐.- บาท

๘.๑.๑ ค่าอาหาร

(๖๔ คน x ๑๕๐ บาท x ๕ มื้อ = ๔๘,๐๐๐.- บาท)

๘.๑.๒ ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม

(๖๔ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ x ๕ วัน = ๑๖,๐๐๐.- บาท)

๘.๒ ค่าสมนาคุณวิทยากร ๖๖,๖๐๐.- บาท

๘.๓ ค่าวัสดุ เครื่องเขียนและอุปกรณ์ ๕,๗๔๐.- บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๓๖,๓๔๐.- บาท
(หนึ่งแสนสามหมื่นหกพันสามร้อยสี่สิบบาทถ้วน)

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๙.๑ เชิงคุณภาพ

๙.๑.๑ ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในแนวทางที่ดีขึ้น มีพฤติกรรมเสี่ยง ต่อโรคอ้วนและโรคเบาหวาน ลดลง

๙.๑.๒ ผู้เข้าร่วมโครงการที่มีค่าดัชนีมวลกาย(BMI) เกิน มีค่าดัชนีมวลกาย(BMI) ลดลง และผู้ที่มีระดับน้ำตาลในเลือด HbA๑C ที่สูงเกินเกณฑ์ มีระดับน้ำตาลในเลือดลดลง/อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

๙.๑.๓ ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี มีความพร้อมสำหรับการปฏิบัติหน้าที่ตามได้รับมอบหมาย

๙.๒ เชิงปริมาณ

มีผู้เข้ารับการอบรมตามโครงการฯ ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ทำเครื่องหมาย ✓ ใน ☐ เพียงหัวข้อเดียวในข้อ ๑๐.๑ และ ๑๐.๒ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๖)

ชื่อหน่วยงาน ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตคันนายาว

☐ ๑๐.๑.๑ สถานบริการ ได้แก่ สถานบริการสาธารณสุขของรัฐ ของเอกชน และของสภาวิชาชีพ
หน่วยบริการการประกอบโรคศิลปะสาขาต่าง ๆ และสถานบริการสาธารณสุขอื่น
ที่คณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติกำหนดเพิ่มเติม

☐ ๑๐.๑.๒ หน่วยบริการ ได้แก่ สถานบริการที่ได้ขึ้นทะเบียนไว้ตามกฎหมายว่าด้วยหลักประกันสุขภาพ
แห่งชาติ

ถ้าหากผู้

☐ ๑๐.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุข ได้แก่ หน่วยงานของกรุงเทพมหานคร หรือหน่วยงานของรัฐที่มีภารกิจ
ด้านสาธารณสุขโดยตรงในเขตพื้นที่กรุงเทพมหานคร แต่ไม่ได้เป็นสถานบริการหรือหน่วยบริการ

เช่น สำนักอนามัย สำนักงานการแพทย์ เป็นต้น

(นายณพ ชุสนน)
ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

/๑๐.๑.๓ หน่วยงาน...

☒ ๑๐.๑.๔ หน่วยงานอื่นของรัฐ ได้แก่ หน่วยงานที่ได้มีการปฏิบัติงานด้านการสาธารณสุขโดยตรง แต่อาจดำเนินกิจกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพหรือการป้องกันโรคได้ในขอบเขตหนึ่ง เช่น สำนักงานเขต โรงเรียน สถาบันการศึกษา วัด เป็นต้น

☐ ๑๐.๑.๕ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ได้แก่ ศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และคนพิการ หรือศูนย์ที่มีชื่ออย่างอื่น ซึ่งจัดตั้งโดยกรุงเทพมหานคร หรือที่คณะกรรมการสนับสนุนการจัดบริการดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงกรุงเทพมหานคร เห็นชอบ

☐ ๑๐.๑.๖ องค์กรหรือกลุ่มประชาชน ได้แก่ องค์กรชุมชน องค์กรเอกชน หรือภาคเอกชน หรือบุคคลที่มีการรวมตัวกันเป็นกลุ่ม ชมรม สมาคม มูลนิธิ หรือองค์กรที่เรียกชื่ออื่นตั้งแต่ ๕ คนขึ้นไป ที่ไม่มีวัตถุประสงค์เพื่อแสวงหาผลกำไร ทั้งนี้ จะเป็นนิติบุคคลหรือไม่ก็ได้

ชื่อองค์กร สำนักงานเขตคันทนาเยาว กรุงเทพมหานคร

กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ชื่อ - นามสกุล ดังนี้

๑.....	เลขบัตรประจำตัวประชาชน
๒.....	เลขบัตรประจำตัวประชาชน
๓.....	เลขบัตรประจำตัวประชาชน
๔.....	เลขบัตรประจำตัวประชาชน
๕.....	เลขบัตรประจำตัวประชาชน

๑๐.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๖)

- ☐ ๑๐.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๖(๑)]
- ☒ ๑๐.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๖(๒)]
- ☐ ๑๐.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๖(๓)]
- ☐ ๑๐.๒.๔ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๖(๕)]

๑๐.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ☐ ๑๐.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ☐ ๑๐.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ☐ ๑๐.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
- ☒ ๑๐.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ ๑๐.๓.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ☐ ๑๐.๓.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ☐ ๑๐.๓.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ☐ ๑๐.๓.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

๑๐.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ☐ ๑๐.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ☐ ๑๐.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๐.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ☐ ๑๐.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

สำเนาถูกต้อง



(นายณพ ชุสนอน)
ผู้อำนวยการเขตคันทนาเยาว

- ☐ ๑๐.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ ๑๐.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ☐ ๑๐.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ ๑๐.๔.๑.๘ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ☐ ๑๐.๔.๒.๘ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ☐ ๑๐.๔.๓.๙ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ☒ ๑๐.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ☒ ๑๐.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ☐ ๑๐.๔.๔.๙ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ☐ ๑๐.๔.๕.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ ๑๐.๔.๕.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

สำเนาถูกต้อง



(นายณพ ขุสอน)
ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

/๑๐.๔.๕.๓ การเยี่ยม...

- ☐ ๑๐.๔.๕.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๕.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๐.๔.๕.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ ๑๐.๔.๕.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ ๑๐.๔.๕.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ ๑๐.๔.๕.๘ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ☐ ๑๐.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๐.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๐.๔.๖.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ☐ ๑๐.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ☐ ๑๐.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ☐ ๑๐.๔.๖.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ☐ ๑๐.๔.๖.๙ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๐.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๐.๔.๗.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ ๑๐.๔.๗.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ ๑๐.๔.๗.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ ๑๐.๔.๗.๘ อื่น ๆ (ระบุ)
- ☐ ๑๐.๔.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๐.๔.๘.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๘.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๑๐.๔.๘.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๘.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ ๑๐.๔.๘.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ ๑๐.๔.๘.๖ อื่น ๆ (ระบุ)

(ลงชื่อ)

(นายณพ ชูสอน)

ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

วัน ๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

สำเนาถูกต้อง

ผู้เสนอแผนงานหรือโครงการหรือกิจกรรม

(นายณพ ชูสอน)
ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

ปฏิทินการดำเนินงาน
โครงการ “พัฒนาสุขภาพกาย – ใจของบุคลากร เพื่อองค์กรที่สดใส”

กิจกรรม	วัน/เดือน/ปี	รายละเอียดกิจกรรม	ผลผลิต (out put)	ผลลัพธ์ (out come)	สถานที่/เวลา	ผู้รับผิดชอบ
จัดอบรมให้ความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เพื่อพัฒนาสุขภาพกาย-ใจ บุคลากรของสำนักงาน เขตคั่นนายาว โดยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญจากภาครัฐ จำนวน ๕ ครั้ง	ครั้งที่ ๑ วันพุธที่ ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๕ ครั้งที่ ๒ วันพุธที่ ๑๘ มกราคม ๒๕๖๖ ครั้งที่ ๓ วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ครั้งที่ ๔ วันพุธที่ ๑๕ มีนาคม ๒๕๖๖ ครั้งที่ ๕ วันพุธที่ ๕ เมษายน ๒๕๖๖	จัดอบรมให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ข้าราชการและบุคลากร กรุงเทพมหานคร ในสังกัดสำนักงาน เขตคั่นนายาว จำนวน ๕๔ คน รวมทั้งสิ้น ๕ ครั้ง ลักษณะการอบรมเป็นแบบไป-กลับ	๑. เพื่อให้ข้าราชการและบุคลากรกรุงเทพมหานครในสังกัดสำนักงานเขตคั่นนายาว มีความรู้ความเข้าใจเรื่องของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ตลอดจนสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตและการบริโภคอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม ลดความเสี่ยงด้านสุขภาพของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง สามารถดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดีขึ้น ๒. เพื่อพัฒนาสุขภาพกายและสุขภาพใจของเจ้าหน้าที่เขตคั่นนายาว ให้พร้อมสำหรับการปฏิบัติหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อองค์กร	เชิงคุณภาพ ๑ ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เกิน มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) ลดลง เป้าหมายร้อยละ ๘๐ ๒ ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการที่มีระดับน้ำตาลในเลือด HbA๑C ที่สูงเกินเกณฑ์ มีระดับน้ำตาลในเลือดลดลง เป้าหมายร้อยละ ๘๐ ๓. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพทางจิตที่ดีขึ้น เป้าหมายร้อยละ ๘๐ เชิงปริมาณ มีผู้เข้ารับการอบรมตามโครงการฯ ไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๘๐	ณ ห้องประชุมเสนาณรงค์ ๑ ชั้น ๕ สำนักงานเขตคั่นนายาว ระหว่างเวลา ๐๘.๐๐ – ๑๖.๐๐ น.	ฝ่ายปกครอง เชษฐา งาม (นายแพทย์) ผู้อำนวยการเขตคั่นนายาว

ทั้งนี้ กำหนดการและวิทยากรที่ระบุในโครงการฯ สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

รหัสแผนงานหรือโครงการหรือกิจกรรม L๙๔๓๔.๔๓๒๕๖๖๒๐๐๕

ตามมติที่ประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพกรุงเทพมหานคร/คณะอนุกรรมการ
กองทุนหลักประกันสุขภาพเขตคันนายาว ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๕ เมื่อวันที่ ๒๑ ตุลาคม ๒๕๖๕ ผลการพิจารณาแผนงาน/
โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

☒ อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ๑๓๖,๓๔๐ บาท

☐ ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เนื่องจาก (ระบุ) _____

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) โครงการ "พัฒนาสุขภาพกาย - ใจของบุคลากร เพื่อองค์กรที่สดใส"

เสนอโดย สำนักงานเขตคันนายาว



(นาย นพ ชูสอน)

ผู้อำนวยการเขตคันนายาว

ประธานคณะอนุกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเขตคันนายาว

วัน ๒๖ เดือน ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๖๕

สำเนาถูกต้อง



(นาย นพ ชูสอน)

ผู้อำนวยการเขตคันนายาว