

รายงานผลการดำเนินงาน
 โครงการปั่นจักรยาน จัดการสิ่งแวดล้อม สร้างสุขในชุมชน
 ปีงบประมาณ ๒๕๖๖
 ชมรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพรพ.สต.บ้านท่ามะเดื่อ อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง



สนับสนุนงบประมาณโดยกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางแก้ว
 อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางแก้ว

เรื่อง ขอเสนอโครงการปั่นจักรยาน จัดการสิ่งแวดล้อม สร้างสุขในชุมชน เขตเทศบาลตำบลบางแก้ว
อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางแก้ว

ด้วย ชมรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพรพ.สต.บ้านท่ามะเดื่อ มีความประสงค์ จะจัดทำโครงการปั่นจักรยาน จัดการสิ่งแวดล้อม สร้างสุขในชุมชน เขตเทศบาลตำบลบางแก้ว อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง ปีงบประมาณ ๒๕๖๖ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางแก้ว เป็นเงิน จำนวน ๓,๙๐๐ บาท (สามพันเก้าร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดโครงการดังนี้

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

๑.หลักการและเหตุผล

การปฏิรูประบบสุขภาพของไทยในปัจจุบัน เน้นการสร้างสุขภาพมากกว่าการซ่อมสุขภาพ ซึ่งเป็นการเน้นการดูแลระบบสุขภาพเชิงรุกและการสร้างเสริมสุขภาพ ได้มีการรณรงค์ให้ประชาชนใส่ใจการออกกำลังกาย รวมถึงการส่งเสริมสิ่งแวดล้อมที่ดีในชุมชนเพื่อป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งเป็นหลักสำคัญในการสร้างสุขภาพให้แก่ประชาชน ชมรมปั่นจักรยานโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่ามะเดื่อ เห็นว่าการปั่นจักรยานถือเป็นการออกกำลังกายวิธีหนึ่งที่ดีต่อสุขภาพทำให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ช่วยผ่อนคลายความเครียด ทำให้ร่างกายกระปรี้กระเปร่า นอนหลับสบาย มีสุขภาพดีขึ้น อีกทั้งการปั่นจักรยานยังเป็นการประหยัดพลังงานและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม จึงมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยการรวมกลุ่มปั่นจักรยานในชุมชนอย่างต่อเนื่องนับเป็นการสร้างกระแสและเป็นตัวอย่างที่ดีให้ประชาชนหรือผู้ที่พบเห็นทั่วไปได้ตระหนักถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย แต่เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และมาตรการควบคุมป้องกันโรคในปีที่ผ่านมา ทำให้ชมรมปั่นจักรยานไม่สามารถดำเนินกิจกรรมได้ ส่งผลให้สมาชิกมีการออกกำลังกายลดลงและขาดโอกาสในการทำกิจกรรมร่วมกัน ปัจจุบันสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 มีแนวโน้มดีขึ้นมีการยกเลิกประกาศมาตรการควบคุมโรคโควิด-19 การจัดกิจกรรมปั่นจักรยานจัดการสิ่งแวดล้อมของชมรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ จึงเป็นทางเลือกวิธีหนึ่งที่จะส่งเสริมให้ประชาชนมีการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น และส่งเสริมให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาสุขภาพในพื้นที่ ร่วมสร้างจิตสำนึกที่ดีในการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีลดโรค โดยร่วมกันเก็บขยะตามสถานที่สาธารณะในชุมชนตามเส้นทางที่ปั่นจักรยาน ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดีอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีอย่างยั่งยืน

ชมรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพรพ.สต.บ้านท่ามะเดื่อ จึงได้จัดทำโครงการปั่นจักรยาน จัดการสิ่งแวดล้อม สร้างสุขในชุมชน เขตเทศบาลตำบลบางแก้ว อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง ปีงบประมาณ ๒๕๖๖ โดยส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจและมีการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานอย่างต่อเนื่อง เพื่อส่งเสริมสุขภาพตนเอง ลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ และร่วมกันสร้างจิตสำนึกที่ดีในชุมชนโดยจัดกิจกรรม พัฒนาศาสนสถานและสถานที่สำคัญในชุมชนตามเส้นทางที่ปั่นจักรยาน โดยร่วมกันจัดเก็บขยะ ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย จัดการสิ่งแวดล้อมลดโรค ซึ่งเป็นการส่งเสริมการทำกิจกรรมของชมรมปั่นจักรยานอย่างต่อเนื่องและส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่สมาชิกในชุมชน

๒.วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายในชุมชนโดยการปั่นจักรยาน

๒.๒ เพื่อให้สมาชิกชมรมมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานที่ถูกต้องปลอดภัย

๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง

๒.๒ เพื่อส่งเสริมสิ่งแวดล้อมที่ดีในชุมชน

๒.๔ เพื่อส่งเสริมการทำกิจกรรมของชมรมอย่างต่อเนื่องสร้างกระบวนการออกกำลังกายอย่างยั่งยืน

๓. เป้าหมาย

ประชาชนทุกกลุ่มอายุในพื้นที่ หมู่ที่ ๓ หมู่ที่ ๔ ตำบลท่ามะเตือ อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง

๔. วิธีดำเนินการ

๑. จัดทำโครงการ เสนอขออนุมัติโครงการ

๒. ประชุมชี้แจงโครงการแก่คณะทำงาน/ประชาสัมพันธ์โครงการประชาชนที่สนใจ

๓. พบกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่อง การปั่นจักรยานที่ปลอดภัยและการออกกำลังกายลดโรค พร้อมตรวจสุขภาพสมาชิกก่อน/หลังเข้าร่วมโครงการ

๔. จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานในชุมชน

- รวมกลุ่มปั่นจักรยานโดยกำหนดเส้นทางประจำวันและกำหนดสีเสื้อตามวันเพื่อให้เกิดความพร้อมเพรียง

- ส่งเสริมให้ประชาชนรับรู้ เข้าใจและมีการใช้จักรยานเดินทางในชีวิตประจำวันในชุมชนเพิ่มขึ้น

๕. กิจกรรมรณรงค์ปั่นจักรยานและพัฒนาศาสนสถานและสถานที่สำคัญในชุมชนทุกวันที่ ๑๕ ของเดือนโดยร่วมกันจัดเก็บขยะทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายจัดการสิ่งแวดล้อมลดโรค

๖. สรุปผลการดำเนินงานตามโครงการ

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

พฤษภาคม ๒๕๖๖ – กันยายน ๒๕๖๖

๖. สถานที่ดำเนินการ

กิจกรรมปั่นจักรยาน ในพื้นที่ตำบลท่ามะเตือ อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง

๗. งบประมาณ

ขอรับการสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบางแก้ว จำนวน ๓,๙๐๐ บาท (สามพันเก้าร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ พบกลุ่มแลกเปลี่ยนเรียนรู้และตรวจสุขภาพสมาชิกชมรมก่อน/หลังเข้าร่วมโครงการ

- ค่าสมนาคุณวิทยากร ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท จำนวน ๒ ชั่วโมง เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒ รณรงค์ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพและพัฒนาศาสนสถานและสถานที่สำคัญในชุมชน

- ค่าน้ำดื่มแบบขวดขนาดบรรจุ ๖๐๐ ซีซี สำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน ๕ ครั้ง ครั้งละ ๔ โหล โหลละ ๖๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท

- ค่าวัสดุในการซ่อมจักรยานของสมาชิกที่เกิดเหตุในช่วงรณรงค์ เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๓,๙๐๐ บาท (สามพันเก้าร้อยบาทถ้วน)

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๘.๑ ประชาชนในชุมชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกายที่เหมาะสมมีการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานเพิ่มขึ้นและเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมปั่นจักรยานอย่างต่อเนื่อง
- ๘.๒ ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานที่ถูกต้องปลอดภัย
- ๘.๓ ประชาชนมีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ มีสุขภาพดีห่างไกลโรคเบาหวานโรคความดันโลหิตสูง
- ๘.๔ ประชาชนมีจิตสำนึกที่เข้าร่วมสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีในชุมชน
- ๘.๕ เกิดการรวมกลุ่มในการปั่นจักรยานเพื่อออกกำลังกายมากขึ้น ชมรมปั่นจักรยานมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่องสร้างกระบวนการออกกำลังกายอย่างยั่งยืน

๙. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๙.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯพ.ศ.๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ชมรมปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านท่ามะเดื่อ

- ☐ ๙.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ☐ ๙.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบต. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ☐ ๙.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ☐ ๙.๑.๔ หน่วยงานอื่นที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ☒ ๙.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๙.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯพ.ศ.๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ☐ ๙.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข
- ☒ ๙.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น
- ☐ ๙.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ
- ☐ ๙.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ
- ☐ ๙.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ

๙.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯพ.ศ.๒๕๕๗)

- ☐ ๙.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ☐ ๙.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ☐ ๙.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ☐ ๙.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ ๙.๓.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ☐ ๙.๓.๖ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ☐ ๙.๓.๗ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ☒ ๙.๓.๘ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ☐ ๙.๓.๙ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ

๙.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ☐ ๙.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ☐ ๙.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ☐ ๙.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ☐ ๙.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ☐ ๙.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้