

โครงการแกนนำสร้างสุขภาพ

๑. ชื่อโครงการ โครงการแกนนำสร้างสุขภาพ

๒. ลักษณะโครงการ โครงการต่อเนื่อง

๓. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การส่งเสริมสุขภาพเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สำคัญและจำเป็นมาก เพราะการมีสุขภาพดีสมบูรณ์ แข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์ ที่ผู้อื่นไม่สามารถหยิบยื่นให้ได้ จึงเป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องแสวงหาและสร้างเสริมให้เกิดกับตนเอง พร้อมทั้งสามารถช่วยเหลือเกื้อกูลต่อผู้อื่นที่อยู่ใกล้เคียงได้ ด้วยการปฏิบัติเป็นประจำจนเป็นสุขนิสัย การปลูกฝังให้ผู้นำชุมชนอาสาสมัครสาธารณสุข เห็นความสำคัญของการมีสุขภาพดีจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่ง สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีทางด้านสุขภาพ แก่ประชาชน เป็นผู้ให้บริการด้านสุขภาพที่เหมาะสม เอาใจใส่ตนเอง มีพลานามัยสมบูรณ์ รักสะอาด ปราศจากโรค ปลอดภัย มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข อันจะนำไปสู่สภาวะที่ดีของคนในชุมชน

ปัญหาสุขภาพของประชาชนในตำบลสุวรรณคาม พบว่า มีปัญหาเกี่ยวกับการเป็นโรคเรื้อรังเป็นจำนวนมากเพิ่มขึ้นทุกปี ได้แก่โรคเบาหวาน โรคความดัน โรคอ้วน และยังมีโรคที่เกิดจากการใช้สารเคมีในการประกอบอาชีพเกษตรกรรม ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหารยังขาดความรู้ ความเข้าใจในด้านหลักสุขาภิบาลอาหาร เป็นต้น

องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม ได้เห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพของคนในตำบลสุวรรณคาม จึงจัดทำโครงการนี้ขึ้นมา

๔.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้นำชุมชน อสม. แกนนำสร้างสุขภาพ มีความรู้เบื้องต้นในการดูแลสุขภาพของตนเองได้
๒. เพื่อสร้างเครือข่ายแกนนำสุขภาพ สามารถถ่ายทอดความรู้การดูแลสุขภาพแก่คนในชุมชนได้
๓. เพื่อให้ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหารมีความรู้ด้านหลักสุขาภิบาลอาหารมากขึ้น
๔. เพื่อให้ผู้อบรมมีความรู้เรื่องการปลูกผักปลอดสารพิษ การรับประทานอาหารปลอดสารพิษมากยิ่งขึ้น

๕.กลุ่มเป้าหมาย

ผู้นำชุมชน /อาสาสมัครสาธารณสุข / กลุ่มแกนนำสร้างสุขภาพ /เจ้าหน้าที่ อบต. /
ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหาร จำนวน ๕๕ คน

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๖

๗. สถานที่ดำเนินงาน

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลสุวรรณคาม

๘. กิจกรรมดำเนินการ

๑. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ
๒. ดำเนินการประสานงานวิทยากรจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโนนสุวรรณ
๓. ดำเนินการจัดซื้อจัดจ้างในส่วนที่เกี่ยวข้อง
๔. ดำเนินการตามโครงการ
 - กิจกรรมสันทนาการ /การบริหารร่างกาย
 - กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่องการอาหารปลอดภัย ผู้บริโภคปลอดภัย /การใช้ยาที่ถูกต้อง
 - การให้ความรู้เรื่องการป้องกันโรคติดต่ออุบัติใหม่
 - การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ
 - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการสร้างสุขภาพ
 - การทดสอบสารพิษในอาหาร
 - การปลูกผักปลอดสารพิษ ไฮโดรโปนิคส์
๕. ติดตามและประเมินผล

๙. งบประมาณและรายละเอียดในการใช้จ่ายงบประมาณ

งบประมาณทั้งสิ้น	๑๐,๐๐๐.- บาท	รายละเอียด ดังนี้	
๑. ค่าจ้างเหมาประกอบอาหาร	๕๕ คนๆละ ๕๐ บาท	เป็นเงิน	๒,๗๕๐ บาท
๒. ค่าจ้างเหมาอาหารว่างและเครื่องดื่ม	๑๑๐ ชุดๆละ ๒๕ บาท	เป็นเงิน	๒,๗๕๐ บาท
๓. ค่าสมนาคุณวิทยากร	๔ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท	เป็นเงิน	๒,๔๐๐ บาท
๔. ค่าจ้างเหมาจัดทำป้ายโครงการ	๑ ป้ายๆละ ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๓๐๐ บาท
๕. ค่าวัสดุอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง		เป็นเงิน	๑,๘๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๐,๐๐๐.- บาท

หมายเหตุ สามารถถัวเฉลี่ยจ่ายทุกรายการ

๑๐. หน่วยงานรับผิดชอบ

กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม ร่วมกับ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโนนสุวรรณ

๑๑. การติดตามและประเมินผล

- โดยการสัมภาษณ์และสังเกต

๑๑. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เข้าอบรม มีความรู้เบื้องต้นในการดูแลสุขภาพของตนเองได้
๒. มีเครือข่ายแกนนำสุขภาพ สามารถถ่ายทอดความรู้ ให้คำปรึกษา ด้านการดูแลสุขภาพแก่ประชาชนในเขตตำบลสุวรรณคามได้
๓. ผู้เข้าอบรมมีความรู้ในการการปลูกผักปลอดสารพิษ ไฮโดรโปนิคส์
๔. ผู้เข้าอบรมมีสุขภาพแข็งแรง รับประทานอาหารปลอดสารพิษมากขึ้น

ลงชื่อ.....(ผู้เขียนโครงการ)
(นางสาวอรษา มณีบุ)
นักพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ

ลงชื่อ.....(ผู้เสนอโครงการ)
(นางพริมชนก โพธิ์ศรี)
ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

ลงชื่อ.....(ผู้เห็นชอบโครงการ)
(นางสาวดวงฤดี ราชคำ)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

ลงชื่อ.....(ผู้อนุมัติโครงการ)
(นายนิพล รังวาริ)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม อำเภอนิคมน้ำอูน จังหวัดสกลนคร

ที่ สน ๘๓๒๑๑/.....

วันที่ ๒๘ สิงหาคม ๒๕๖๖

เรื่อง สรุปผลการดำเนินงาน โครงการแกนนำสร้างสุขภาพ

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม

ตามที่กองสวัสดิการสังคม ได้ขออนุมัติในการจัดทำโครงการ ตามข้อบัญญัติ
งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ นั้น

กองสวัสดิการสังคม ได้ดำเนินการจัดทำโครงการแล้ว ในวันที่ ๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖
มีกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้นำชุมชน /อาสาสมัครสาธารณสุข กลุ่มแกนนำสร้างสุขภาพ เจ้าหน้าที่ อบต.เข้าร่วม
โครงการจำนวน ๕๕ คน

กิจกรรมที่ดำเนินการ คือ

- กิจกรรมสันทนาการ /การบริหารร่างกาย
- กิจกรรมบรรยายให้ความรู้เรื่องการอาหารปลอดภัย ผู้บริโภคปลอดภัย /
การใช้ยาที่ถูกต้อง
- การให้ความรู้เรื่องการป้องกันโรคติดต่ออุบัติใหม่
- การสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ
- การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการสร้างสุขภาพ
- เทคนิคการตรวจทางด้านชีวภาพและทางเคมี
- กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ แอโรบิค
- การสาธิตปลูกผักไฮโดรโปนิกส์เพื่อสุขภาพ

ผลการดำเนินงานโครงการ คือ ผู้นำชุมชน /อาสาสมัครสาธารณสุข กลุ่มแกนนำสร้าง
สุขภาพ เจ้าหน้าที่ อบต.สุวรรณคาม มีความรู้ในการรักษาสุขภาพเบื้องต้น ,การป้องกันโรคต่างๆการใช้ยา
ที่ถูกต้อง การป้องกันโรคติดต่ออุบัติใหม่ อาหารปลอดภัย มีความรู้ในการปฏิบัติ เช่น วิธีการล้างผัก และผลไม้
ที่ถูกวิธี วิธีล้างมือ การหยิบจับอาหาร การเลือกล้างภาชนะ อุปกรณ์ การเลือกใช้เครื่องปรุงอาหาร และรู้จัก
เทคนิคการตรวจทางด้านชีวภาพและทางเคมี สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ มีกิจกรรม
ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เดินแอโรบิค โดยผู้เข้าอบรมและเจ้าหน้าที่โครงการ ทำให้ทุกคนมีทักษะ
ในการออกกำลังกาย สามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นผู้ในการออกกำลังกายในชุมชนได้ และมีการ
สาธิตการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ ผู้อบรมได้เรียนรู้การปลูกผักปลอดสารพิษ สามารถเลือกรับประทานอาหารปลอด
สารพิษและทำเองได้ที่บ้าน





การให้ความรู้และสาธิตการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์