



บันทึกข้อความ

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่ทะ
 เลขที่รับ..... ๘๑๑
 วันที่..... ๒๒ มิ.ย. ๒๕๖๖
 เวลา..... น.

ส่วนราชการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง กลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์ฯ โทร ๐๕๔๒๒๗๕๒๗

ที่ ลป ๐๐๓๓.๐๐๖/๒๕๖๕๑ วันที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๖

เรื่อง อนุมัติโครงการ

เรียน สาธารณสุขอำเภอแม่ทะ

ตามบันทึกข้อความที่ ลป ๐๖๓๗/๔๓๔ ลงวันที่ ๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๖ ด้วย สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่ทะ ขออนุมัติโครงการพัฒนาการขับเคลื่อนองค์กรไร้พุง อ.แม่ทะ จ.ลำปาง ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ จำนวน ๔๒,๐๐๐ บาท (สี่หมื่นสองพันบาทถ้วน)

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง ได้พิจารณาเห็นชอบอนุมัติโครงการดังกล่าว ทั้งนี้ขอให้ปฏิบัติให้ถูกต้องตามระเบียบของทางราชการที่เกี่ยวข้องอย่างเคร่งครัด และให้สรุปรายงานผลการดำเนินงานตามโปรแกรมบริหารแผนฯ ผ่านทางเว็บไซต์ <http://61.7.235.119/project23> เพื่อควบคุมกำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงาน

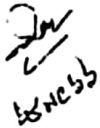
จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

เรียน สาธารณสุขอำเภอแม่ทะ
- เพื่อไปทราบ



(นายจจร วิฑฒานิช)
 นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง

รศ.ลำปาง ได้อนุมัติโครงการขับเคลื่อน
 องค์กรไร้พุง อ.แม่ทะ จ.ลำปาง ปีงบประมาณ ๒๕๖๗
 อีกรายละเอียดตามต้นฉบับแนบ
 - เห็นควรให้หัวหน้าสำนักงานไป
 สืบหา
 ๒๕ พ.ย. ๖๖



๒๕ พ.ย. ๖๖

- ททพ
 - ผอ.ททพ จพ. ๒๕๖๖
 พงศิดา เกษ ๐๖ ๑
 ๒๒ มิ.ย. ๖๖
 ๒๒ มิ.ย. ๖๖

๑. ชื่อโครงการ : โครงการพัฒนาการขับเคลื่อนองค์กรไร้พุง อ.แม่ทะ จ.ลำปาง ปีงบประมาณ ๒๕๖๗
 ๒. ประเภทโครงการ ภายใต้ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ ๑ งานแก้ปัญหา งานบริการ

๓. ตัวชี้วัดหลักและเป้าหมายความสำเร็จของโครงการ	หน่วยนับ
๑. หน่วยงาน/องค์กร เข้าร่วมโครงการองค์กรไร้พุง	> ร้อยละ ๗๐
๒. ผลลัพธ์สุขภาพขององค์กรไร้พุง ผลรวมของน้ำหนักหน่วยงาน ลดลง	≥ ร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม
๓. มีบุคคลต้นแบบระดับจังหวัด ระดับอำเภอ ระดับตำบล และระดับชมรม น้ำหนักบุคคล (เหลือ แดง) ลดลง	≥ ร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม
๔. องค์กรมีสัดส่วนค่า BMI ของบุคลากรอยู่ระดับปกติเพิ่มขึ้น	> ร้อยละ ๑๐

๔. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันโรคอ้วนมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ จากผลการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรี (MICS) ในปี ๒๕๖๒ โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ (สสช.) และองค์การยูนิเซฟ (UNICEF) ประเทศไทย พบว่า เด็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี มีภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนเพิ่มขึ้นจาก ร้อยละ ๘.๘ ในปี ๒๕๖๑ เพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ ๙.๒ ในปี ๒๕๖๒ ส่วนเด็กอายุ ๖-๑๔ ปี จากฐานข้อมูลกระทรวงสาธารณสุข พบเด็กมีภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วน เพิ่มขึ้นจาก ร้อยละ ๑๑.๗ ในปี ๒๕๖๑ เพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ ๑๒.๔ ในปี ๒๕๖๔ ส่วนวัยผู้ใหญ่ อายุ ๑๕ ปีขึ้นไป มีแนวโน้มอ้วนมากขึ้น จากคลังข้อมูลสุขภาพของกระทรวงสาธารณสุข (HDC) พบว่าเป็นโรคอ้วนหรือดัชนีมวลกายตั้งแต่ ๒๕ กิโลกรัม/เมตร^๒ มากถึง ร้อยละ ๔๕.๖ ในปี ๒๕๖๓ และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ ๔๖.๒ ในปี ๒๕๖๔ และร้อยละ ๔๖.๖ ในปี ๒๕๖๕ ซึ่งเป้าหมายของประเทศไทย มุ่งลดภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วน ในเด็กไม่ควรเกินร้อยละ ๑๐ และควบคุมผู้ใหญ่ อ้วนไม่ให้เกิน ๑ ใน ๓ โดยสาเหตุหลักของการเกิดโรคอ้วน คือ ความไม่สมดุลของพลังงานจากอาหารที่รับประทานเข้าไปกับการใช้งานพลังงานจากร่างกาย ส่งผลกระทบต่อการเพิ่มความเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคเกี่ยวกับกระดูกและกล้ามเนื้อ และโรคเมเร็งบางชนิด รวมไปถึงการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี ดังนั้น ประชาชนสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อป้องกันและจัดการโรคอ้วนด้วยการจำกัดปริมาณอาหารที่มีไขมัน โซเดียมและน้ำตาลสูง เพิ่มการบริโภคผักผลไม้ และธัญพืช และเพิ่มกิจกรรมทางกาย

ดังนั้น คณะกรรมการประสานงานสาธารณสุขระดับอำเภอแม่ทะ จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาการขับเคลื่อนองค์กรไร้พุง อ.แม่ทะ จ.ลำปาง ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ เพื่อดำเนินการส่งเสริมให้หน่วยงาน/องค์กร และประชาชนในพื้นที่อำเภอแม่ทะ มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องและเหมาะสม ทั้งทางด้านการบริโภคอาหาร และการเพิ่มกิจกรรมทางกาย โดยการออกกำลังกายที่เหมาะสม รวมไปถึงการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืนต่อไป

๕. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพวัยทำงาน ให้มีค่าดัชนีมวลกายปกติ
๒. เพื่อส่งเสริมให้มีการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี

๖. กลุ่มเป้าหมาย

๖. กลุ่มเป้าหมาย

๑. เจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน/องค์กร ในระดับอำเภอ ตำบล จำนวน ๑๕ คน
๒. ชมรมอสม. อำเภอแม่ทะ ทุกตำบล จำนวน ๕๐ คน
๓. ประชาชนอำเภอแม่ทะ จำนวน ๑๐ คน

๗. กลยุทธ์/วิธีการ

๑. ประชุมชี้แจงการดำเนินงานองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง
 - ๑.๑. ประชุมชี้แจงการดำเนินงานองค์กรไร้พุง โดยบูรณาการกับเวทีประชุม พชอ.
 - ๑.๒. จัดตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ
๒. ดำเนินกิจกรรมองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ
 - ๒.๑. การประเมินน้ำหนัก ส่วนสูง และดัชนีมวลกาย (BMI) และ Mental health checkin (งานสุขภาพจิต) ทุก ๓ เดือน
 - ๒.๒. จัดเวทีออกกำลังภายในองค์กร ทุกวันพุธ ณ หอประชุมที่ว่าอำเภอแม่ทะ (เข้าร่วมตามความสมัครใจ)
 - ๒.๓. สนับสนุนสื่อสุขภาพ เช่น VDO สื่อสารความรู้สุขภาพ
๓. ติดตามควบคุมกำกับ การสำรวจน้ำหนัก ส่วนสูง และค่าดัชนีมวลกาย ทุก ๓ เดือน
๔. การประเมินผล องค์กรไร้พุง ทั้งในระดับองค์กร และระดับบุคคล
 - ๔.๑. ประเมินองค์กรไร้พุงดีเด่น : ผลรวมของน้ำหนักบุคลากรแต่ละองค์กร ลดลงมากกว่าร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม
 - ๔.๒. ประเมินองค์กรไร้พุงต้นแบบ : องค์กรมีสัดส่วนค่า BMI ของบุคลากรอยู่ระดับปกติ เพิ่มขึ้นอย่างน้อยร้อยละ ๑๐
 - ๔.๓. ประเมินบุคลากรไร้พุงดีเด่น : บุคคล (ระดับบุคคลที่มีน้ำหนักเหลือง/แดง) น้ำหนัก บุคคล ลดลงมากกว่าร้อยละหรือเท่ากับ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม

/๘. วิธีการ/กิจกรรม

๘. วิธีภายใน/กิจกรรม : เป็นการให้รายละเอียดในการปฏิบัติ โดยปกติจะแยกเป็นกิจกรรมย่อยๆหลายกิจกรรม (ระบุรายละเอียดขั้นตอนการดำเนินงานที่จะทำ)

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
๑. ประชุมชี้แจงการดำเนินงานองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง ๑.๑ ประชุมชี้แจงการดำเนินงานองค์กรไร้พุง โดยบูรณาการกับเวทีประชุม พขอ. ๑.๒ จัดตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนองค์กรไร้พุงอำเภอแม่ทะ		↔										
๒. ดำเนินกิจกรรมองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ ๒.๑. การประเมินน้ำหนัก ส่วนสูง และดัชนีมวลกาย (BMI) และ Mental health checkin (งานสุขภาพจิต) ทุก ๓ เดือน ๒.๒. จัดเวทีก่อกำลังกายในองค์กร ทุกวันพุธ ณ หอประชุมที่ว่าการอำเภอแม่ทะ (เข้าร่วมตามความสมัครใจ) ๒.๓. สนับสนุนสื่อสุขภาพ เช่น VDO สื่อสารความรู้สุขภาพ	↔			↔			↔			↔		

ชื่อกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
๓. ติดตามควบคุมกำกับ การสำรวจน้ำหนัก ส่วนสูง และค่าดัชนีมวลกาย ทุก ๓ เดือน	↔			↔			↔			↔		
๔. การประเมินผล องค์กรไร้พุง ทั้งในระดับองค์กร และระดับบุคคล											↔	
๔.๑. ประเมินองค์กรไร้พุงดีเด่น : ผลรวมของ น้ำหนักบุคลากรแต่ละองค์กร ลดลงมากกว่าร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม				↓								
๔.๒. ประเมินองค์กรไร้พุงต้นแบบ : องค์กรมี สัดส่วนค่า BMI ของบุคลากรอยู่ระดับปกติเพิ่มขึ้น อย่างน้อยร้อยละ ๑๐												
๔.๓. ประเมินบุคลากรไร้พุงดีเด่น : บุคคล (ระดับ บุคคลที่มีน้ำหนักเหลือ/แดง) น้ำหนักบุคคล ลดลง มากกว่าร้อยละหรือเท่ากับ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม												

๙. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือนตุลาคม ๒๕๖๖ – เดือนสิงหาคม ๒๕๖๗

๑๐. ผู้รับผิดชอบ

หน่วยงานงานรับผิดชอบหลัก : สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่ทะ

หน่วยงานสนับสนุน : โรงพยาบาลแม่ทะ

๑๑. การติดตามกำกับและประเมินผล

๑. การติดตาม ผลสำรวจน้ำหนัก รอบเอว และดัชนีมวลกาย ทุก ๓ เดือน
๒. การประเมินผลองค์กรไร้พุง ในระดับองค์กร และระดับบุคคล
๓. สรุปผลการดำเนินงาน

๑๒. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

เชิงปริมาณ

๑. องค์กร/หน่วยงาน ในอำเภอแม่ทะ เข้าร่วมกิจกรรมองค์กรไร้พุง ร้อยละ ๗๐
๒. ผลลัพธ์สุขภาพขององค์กรไร้พุง ผลรวมของน้ำหนักหน่วยงาน ลดลง มากกว่าร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม
๓. มีบุคคลต้นแบบระดับจังหวัด ระดับอำเภอ ระดับตำบล และระดับชมรม น้ำหนักบุคคล (เหลือ แดง) ลดลง มากกว่าร้อยละ ๑๐ ของน้ำหนักเดิม
๔. องค์กรมีสัดส่วนค่า BMI ของบุคลากรอยู่ระดับปกติเพิ่มขึ้น มากกว่าร้อยละ ๑๐

เชิงคุณภาพ

๑. บุคลากรในองค์กร/หน่วยงาน มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่ถูกต้องและเหมาะสม
๒. บุคลากรในองค์กร/หน่วยงาน มีการออกกำลังกายที่ต่อเนื่อง อย่างยั่งยืน

๑๓. งบประมาณ : เงินบำรุงโรงพยาบาลแม่ทะ รายละเอียดดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ ประชุมชี้แจงการดำเนินงานองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง

- ค่าอาหารกลางวัน ๒๕ คน x ๑ มื้อๆละ ๖๐ บาท x ๑ ครั้ง เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท
 - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๒๕ คน x ๑ มื้อๆละ ๓๐ บาท x ๒ ครั้ง เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท
- รวมเป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท (สามพันบาทถ้วน)

/กิจกรรมที่ ๒...

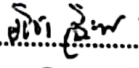
กิจกรรมที่ ๒ จัดกิจกรรมองค์กรไร้พุง อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง


- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๗๕ คน x ๑ มื้อๆละ ๓๐ บาท x ๑๒ ครั้ง เป็นเงิน ๒๗,๐๐๐ บาท
 - ค่าจ้างเหมาทำป้าย ขนาด ๒.๔*๔ เมตร จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท
 - ค่าวิทยากรนำออกกำลังกาย ๑๒ ครั้งๆละ ๓ ชั่วโมงๆละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๑๐,๘๐๐ บาท
- รวมเป็นเงิน ๓๙,๐๐๐ บาท (สามหมื่นเก้าพันบาทถ้วน)

รวมงบประมาณทั้งสิ้น จำนวน ๔๒,๐๐๐ บาท (สี่หมื่นสองพันบาทถ้วน)

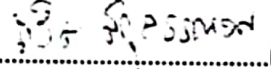
หมายเหตุ : งบประมาณสามารถถัวเฉลี่ยได้ตามความเหมาะสม


๑๔. ผู้เสนอโครงการ

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวอริษา จรียา)
นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ


ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวสุทธิดา ศิวาดำรงค์)
นักวิชาการสาธารณสุข


๑๕. ผู้เห็นชอบโครงการ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายถวิล สุกขวรรณวงศ์)
สาธารณสุขอำเภอแม่ทะ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายแพทย์กระสิน เขียวปิง)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลแม่ทะ


๑๖. ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นายชจร วิทยพานิช)
(.....นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดลำปาง)

ใบของเทศบาลตำบลแม่ทะ
วันที่ ๑๕/๑๑/๒๕๖๓


(นางรุ่งลาวัลย์ โทลา)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผ่านการตรวจสอบจากผู้รับผิดชอบบริหารแผนอำเภอแล้ว

ลงชื่อ..........
(.....นางนงนุช นนเน่น ลูวาลี.....)
ตำแหน่ง.....นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ.....