

1. ชื่อโครงการ : โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569
2. ยุทธศาสตร์ : พัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต และแผนงานยุทธศาสตร์เสริมสร้างให้คนมีสุขภาพะที่ดี
3. ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์ :
 - 3.1 ประชากรวัยทำงานอายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ร้อยละ 52
 - 3.2 ประชากรวัยทำงานอายุ 19-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ไม่น้อยกว่า 38.53
 - 3.3 พัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 63 คน (สะสม)
 - 3.4 จัดตั้งมุม Health station ภายในสถานประกอบกิจการ หน่วยงานราชการ เอกชน และสถานพยาบาล จำนวน 28 แห่ง
 - 3.5 ร้านเมนูสุขภาพ/เมนูทางเลือก จำนวน 980 ร้าน (สะสม)
 - 3.6 โรงอาหารผ่านเกณฑ์ Healthy Canteen จำนวน 48 ร้าน
 - 3.7 พื้นที่ต้นแบบมาตรฐานสถานประกอบกิจการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ จำนวน 1 แห่ง
4. Cluster : กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ศูนย์อนามัยที่ 11
5. ภายใต้งิจกรรมสำคัญ/โครงการ :
 - 5.1 โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี
 - 5.2 โครงการราชทัณฑ์ปันสุข ทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์
 - 5.3 โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้า ด้านกษัตริย์แม่เจ้า
 - 5.4 โครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ
 - 5.5 โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง
6. แผนการจัดสรรงบประมาณ : (ตามเอกสารงบประมาณ)
 - 6.1 แผนงาน : แผนงานที่ 1 แผนงานยุทธศาสตร์เสริมสร้างให้คนมีสุขภาพะที่ดี
แผนงานที่ 2 แผนงานยุทธศาสตร์พัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต
 - 6.2 ผลผลิต :
 - 6.2.1 การบูรณาการ ขับเคลื่อนการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน
 - 6.2.2 การพัฒนาสื่อ การประชาสัมพันธ์ และระบบเทคโนโลยีสารสนเทศการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน
 - 6.2.3 การพัฒนามาตรฐานวิชาการและการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน
 - 6.2.4 การติดตามและประเมินผลประเด็นการดำเนินงานสำคัญ
 - 6.2.5 การพัฒนาศักยภาพ ทักษะด้านส่งเสริมสุขภาพ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ และเฝ้าระวังภาวะสุขภาพ
 - 6.2.6 ส่งเสริมการดูแลและเฝ้าระวังตนเองจากโรคเมี่ยงเต้านม
 - 6.2.7 ควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนและภาวะโลหิตจาง
 - 6.2.8 ส่งเสริมสุขภาพและการจัดการอนามัยสิ่งแวดล้อมสุขอนามัยในเรือนจำ
7. หลักการและเหตุผล :

ประชากรวัยแรงงาน (ผู้มีอายุ 15 ปีขึ้นไป) ของประเทศไทยมีประมาณ 59.12 ล้านคน เป็นผู้อยู่ในกำลังแรงงาน 40.5 ล้านคน (คิดเป็นร้อยละ 68.4) ประกอบกับข้อมูลสถิติของกองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค พบว่าปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรังมีความรุนแรงขึ้น โดยอัตราผู้ป่วยเบาหวานและความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยรายใหม่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น สำหรับผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่จาก 481.4, 541.0 และ 579.8 (ต่อแสนประชากร) และอัตราผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูงที่ได้รับการวินิจฉัยรายใหม่ 1,102.4, 1,113.9 และ

1,189.34 (ต่อแสนประชากร) จากปี พ.ศ. 2564 ถึง 2566 ตามลำดับ และพฤติกรรมสุขภาพวัยทำงาน จากการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ กรมอนามัย พบว่า ในปี พ.ศ. 2564 ถึง 2566 ประชากรอายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพโดยการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ มีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ ร้อยละ 45.04 ร้อยละ 43.39 และร้อยละ 40.45 ตามลำดับ สาเหตุสามารถเกิดได้จากตัวบุคคลเองหรือสภาพสิ่งแวดล้อม ซึ่งพบว่าวัยทำงานตอนต้นและตอนกลางมีโอกาสเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์มากกว่าวัยทำงานตอนปลาย 1.2 เท่า ลักษณะของการทำงานหรืออาชีพยังส่งผลต่อการเคลื่อนไหวออกแรง เช่น เกษตรกรจะออกแรงมากกว่าการนั่งทำงานนานๆ หรือแม้กระทั่งความเร่งรีบในชีวิตประจำวันก็ยังส่งผลต่อพฤติกรรม เช่น การบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ด การไม่ออกกำลังกาย หรือความเครียด

การส่งเสริมสุขภาพจำเป็นต้องแก้ไขทั้งในระดับบุคคลและการปรับสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี โดยในระดับบุคคลควรมีแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ครอบคลุมตามความเสี่ยง ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การนอน การดูแลสุขภาพช่องปาก และความเสี่ยงอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง จึงจำเป็นต้องพัฒนาศักยภาพบุคลากรหรือแกนนำสุขภาพให้เกิดขึ้นภายในองค์กรหรือหน่วยงาน เพื่อเป็นผู้นำ แนะนำ หรือกระตุ้นให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในระดับบุคคล และการปรับสิ่งแวดล้อมในองค์กรหรือหน่วยงาน เช่น การส่งเสริมการบริโภคผักในช่วงเวลาอาหารกลางวัน การจัดสถานที่การออกกำลังกาย มุมผ่อนคลายความเครียด หรือการจัดห้องพยาบาล มุมสุขภาพ เพื่อให้ส่งเสริม/กระตุ้นให้บุคลากรในองค์กร หน่วยงาน เข้าถึงข้อมูลด้านสุขภาพ รวมถึงการเพิ่มความสามารถในการคัดกรองภาวะสุขภาพได้ด้วยตนเอง ทั้งนี้ควรมีการจัดเก็บข้อมูลเพื่อให้สามารถวิเคราะห์ข้อมูลด้านสุขภาพของบุคลากรในองค์กร หน่วยงาน และมีการเฝ้าระวังภาวะสุขภาพอย่างเป็นระบบ และสามารถนำข้อมูลมาออกแบบรูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เหมาะสมสำหรับองค์กร/หน่วยงานได้

จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้น ศูนย์อนามัยที่ 11 กรมอนามัย จึงเห็นความสำคัญในการร่วมมือกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐทุกกระทรวงที่เกี่ยวข้อง ภาคเอกชน และภาคประชาชน เพื่อเตรียมความพร้อมประชากรวัยทำงานโดยเฉพาะอย่างยิ่งวัยทำงาน (19 - 59 ปี) ให้มีสุขภาพแข็งแรง ฉลาดรอบรู้ มีสุขภาพที่ดีด้วยเวชศาสตร์วิถีชีวิตและเตรียมความพร้อมเข้าสู่ผู้สูงอายุ โดยการลดปัจจัยเสี่ยง เพิ่มปัจจัยป้องกัน ก่อนเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังในผู้สูงอายุ เน้นการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพื่อป้องกันการเกิดโรค โดยการเตรียมความพร้อมดังกล่าวต้องบูรณาการให้บรรลุผลทั้งในมิติสุขภาพ และคุณภาพชีวิต ตามปัจจัยกำหนดสุขภาพ เช่น สังคม เศรษฐกิจ สภาพแวดล้อม ทั้งในระดับนโยบาย ระดับบุคคล ระดับครอบครัว ระดับชุมชน ท้องถิ่น ระดับองค์กรและสถานประกอบการต่อไป

8. วัตถุประสงค์ :

8.1 กลุ่มวัยทำงานมีสุขภาพดี สามารถทำงานจนเพิ่มผลิตภาพที่สูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง (be healthy more productivity) ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

8.2 กลุ่มวัยทำงานมีหลักประกันในชีวิตทางสุขภาพ เข้าถึงสิทธิประโยชน์ขั้นพื้นฐานในการส่งเสริมสุขภาพอย่างทั่วถึงและเท่าเทียม ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

8.3 กลุ่มวัยทำงานมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์สามารถลดวิกฤตสุขภาพในวัยทำงานให้ลดลงในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

8.4 กลุ่มวัยทำงานอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและเอื้อต่อการทำงานและการมีสุขภาพดี ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 

9. เป้าหมาย ผลผลิต และตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ :

9.1 เป้าหมาย/ผลผลิตของโครงการ	จำนวน	หน่วยนับ
1. ขับเคลื่อนการดำเนินงานการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11	7	จังหวัด
9.2 ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ	จำนวน	หน่วยนับ
เชิงปริมาณ : เป้าหมายโครงการได้รับการดำเนินงานตามแผน	5	กิจกรรม
เชิงคุณภาพ : บุคลากรที่เข้าร่วมกิจกรรมในโครงการมีความพึงพอใจระดับดีขึ้น	80	ร้อยละ
เชิงเวลา : เป้าหมายของโครงการได้รับการดำเนินการทันเวลาตามแผน	80	ร้อยละ

10. วิธีการดำเนินงาน :

- 10.1 จัดทำโครงการ
- 10.2 เสนอโครงการเพื่อผู้บริหารลงนามอนุมัติ
- 10.3 ดำเนินการตามกิจกรรมของโครงการ
- 10.4 ประเมินผล/สรุปผลรายกิจกรรม/รายงานผลผู้บังคับบัญชาทราบ
- 10.5 จัดทำรายงานผลการดำเนินงานประจำปี

11. กิจกรรม/เป้าหมาย และประมาณการงบประมาณ

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
1.	บูรณาการ ขับเคลื่อนการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน 1.1 ประชุมเชิงปฏิบัติการเสริมสร้างพลังภาคีเครือข่ายขับเคลื่อนองค์กรสุขภาพในสถานประกอบกิจการ	<u>กลุ่มเป้าหมาย</u> 1. ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 1 คน 2. วิทยากร จำนวน 2 คน 3. ผู้รับผิดชอบงานวัยทำงานระดับจังหวัด อำเภอ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 52 คน	<u>ระยะเวลา</u> ต.ค.68 - ม.ค.69 <u>สถานที่ :</u> โรงแรม	<u>วัตถุประสงค์</u> 1. เพื่อให้ผู้เข้าประชุมมีความรู้ในเรื่องสุขภาพที่ดี และสามารถดูแลตนเองรวมทั้งชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ 2. พัฒนาบุคลากรให้	<u>วิธีการ</u> - บรรยาย - อภิปราย	<u>งบประมาณการ</u> 1. ค่าอาหารกลางวัน 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 3. ค่าสมนาคุณวิทยากร (หน่วยงานภาครัฐ) 4. ค่าสมนาคุณวิทยากร (หน่วยงานภาคเอกชน) 5. ค่าเช่าที่พักผู้เข้าประชุม <i>๘๗</i>	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
		4. ผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบกิจการ เขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 28 คน 5. จนท. ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 8 คน - วิทยากร 6 คน - ผู้ดำเนินการ 2 คน รวมทั้งหมด 91 คน		มีสุขภาพที่ดีขึ้น ทั้งด้านกาย ใจ สังคม จิตวิญญาณ 3. เพื่อนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนากลยุทธ์และแผนปฏิบัติการสร้างเครือข่ายภาคีให้เข้มแข็งอย่างยั่งยืน		6. ค่าพาหนะผู้เข้าร่วมประชุม ฯ 6. ค่าพาหนะวิทยากร รวม 72,200.- บาท	72,200.-
	1.2 ประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำนักส่งเสริมสุขภาพ	<u>กลุ่มเป้าหมาย</u> - พื้นที่จังหวัดนครศรีธรรมราช 1. เจ้าหน้าที่ รพ.สต. บางจาก รพ.สต.บางใหญ่ รพ.สต.วัดลาว รพ.สต.บางมูลนาก รพ.สต. บางบุชา รพ.สต.แสงวิมาน และรพ.สต.เปี้ยะเนิน แห่ง ละ 2 คน 2. แกนนำภาคประชาชน ในพื้นที่ รพ.สต.บางจาก รพ.สต.บางใหญ่ รพ.สต.วัดลาว รพ.สต.บางมูลนาก รพ.สต.บางบุชา รพ.สต.แสงวิมาน และรพ.สต.เปี้ยะเนิน แห่ง ละ 40 คน	<u>ระยะเวลา</u> ม.ค. - เม.ย. 69 สถานที่ : รพ.สต. 7 แห่ง ในพื้นที่เครือข่ายบริการ โรงพยาบาล ศูนย์อนามัยที่ 11	<u>วัตถุประสงค์</u> 1. เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำนักส่งเสริมสุขภาพในพื้นที่เครือข่ายบริการ โรงพยาบาล ศูนย์อนามัยที่ 11 2. สร้างความรอบรู้การส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในพื้นที่เครือข่ายบริการ โรงพยาบาล ศูนย์อนามัยที่ 11	<u>วิธีการ</u> - บรรยาย - อภิปราย - ฝึกปฏิบัติ	<u>งบประมาณ</u> 1. ค่าอาหารกลางวัน 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม รวม 58,310.- บาท	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
		3. จนท. ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 7 คน - วิทยากร 6 คน - ผู้ดำเนินการ 1 คน รวมทั้งหมด 343 คน ต่างๆ ละ 49 คน					58,310.-
2.	การจัดการสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เอื้อต่อการมีสุขภาพดี และส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569	กลุ่มเป้าหมาย 1. โรงอาหารในสถานประกอบการภาครัฐ เช่น โรงพยาบาล โรงเรียน มหาวิทยาลัย เรือนจำและ/หรือเอกชน เช่น ศูนย์การค้า สถานประกอบการ ที่ผ่านการรับรองมาตรฐานHealthy Canteen จำนวน 48 แห่ง 2. ร้านอาหาร/แผงลอย/อาหารริมบาทวิถี (Street Food) ที่ผ่านการรับรองเมนูสุขภาพ	ระยะเวลา พ.ย. 68 - มี.ค. 69 สถานที่ : เขตสุขภาพที่ 11	วัตถุประสงค์ 1. เพื่อรณรงค์ประชาสัมพันธ์ ด้านโภชนาการ เขตสุขภาพที่ 11 2. เพื่อให้ประชาชนวัยทำงานเข้าถึงเทคโนโลยีและดิจิทัลแพลตฟอร์มในการส่งเสริมสุขภาพ	วิธีการ - รณรงค์ประชาสัมพันธ์	งบประมาณการ สื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ 1. โปสเตอร์ ลดหวาน มัน เค็ม 300 แผ่น 2. โปสเตอร์รณรงค์วันไอโอดีน 300 แผ่น 3. โปสเตอร์ โภชนาการ 300 แผ่น 4. โปสเตอร์รณรงค์สาวไทยแก้มแดง 300 แผ่น รวม 36,000.- บาท	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
		จำนวน 980 แห่ง 3. ร้านขายเครื่องดื่มหวานน้อยสั่งได้ จำนวน 48 แห่ง 4. สถานประกอบการจำนวน 28 แห่ง 5. เรือนจำ ทัณฑสถานสถานพินิจ จำนวน 15 แห่ง					36,000.-
	2.2 รับรองมาตรฐาน	<u>กลุ่มเป้าหมาย</u> 1. โรงอาหารในสถานประกอบการภาครัฐ เช่น โรงพยาบาล โรงเรียน มหาวิทยาลัย เรือนจำและ/หรือ เอกชน เช่น ศูนย์การค้า สถานประกอบการ ที่ผ่านการรับรองมาตรฐาน Healthy Canteen จำนวน 35 แห่ง 2. ร้านอาหาร/แผงลอย/อาหารริมบาทวิถี (Street Food) ที่ผ่านการรับรองเมนูสุขภาพ จำนวน 980 แห่ง	<u>ระยะเวลา</u> ก.ค. - ก.ย. 69 สถานที่ : เขตสุขภาพที่ 11	<u>วัตถุประสงค์</u> 1. เพื่อเกิดต้นแบบด้านโภชนาการที่ดี	<u>วิธีการ</u> - คัดเลือกตามเกณฑ์การรับรองมาตรฐาน Healthy Canteen และเมนูสุขภาพ - มอบป้ายรับรองมาตรฐาน	<u>งบประมาณการ</u> 1. ป้ายรับรองมาตรฐาน Healthy Canteen 2. ป้ายณรงค์เมนูสุขภาพ 3. ป้ายประชาสัมพันธ์หวานน้อยสั่งได้ รวม 34,000.- บาท	34,000.-
	2.3 นิเทศติดตามเยี่ยมเสริมพลัง	<u>ผู้นิเทศ</u> 1. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 6 คน	<u>ระยะเวลา</u> ม.ค. - มิ.ย. 69 สถานที่ : เขตสุขภาพที่ 11	<u>วัตถุประสงค์</u> 1. เพื่อติดตามการดำเนินงานการจัดการสภาพแวดล้อม	<u>วิธีการ</u> ลงพื้นที่นิเทศติดตาม เยี่ยมเสริมพลัง	<u>งบประมาณการ</u> 1. ค่าเช่าที่พักเหมาจ่าย 2. ค่าเบี้ยเลี้ยง จนท. ศูนย์อนามัยที่ 11	

		<p>2. ผู้รับผิดชอบงานระดับจังหวัดและสถานประกอบการประกอบกิจการเครือข่ายในเขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 12 คน รวมทั้งหมด 17 คน</p> <p><u>พื้นที่นิเทศ</u></p> <p>ทั้ง 7 จังหวัด ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ประกอบด้วย จังหวัด นครศรีธรรมราช กระบี่ พังงา ภูเก็ต สุราษฎร์ธานี ชุมพร และระนอง</p>		<p>ยกระดับสถานประกอบการครอบครัวชุมชนรอบรู้สุขภาพและส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานตามเวชศาสตร์วิถีชีวิต</p> <p>2. เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติงานด้านการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง</p>		<p>3. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง</p> <p>รวม 10,470 บาท</p>	10,470.-
3.	<p>สืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้านม เขตสุขภาพที่ 11</p> <p>งบประมาณ 2569</p> <p>3.1 ประชุมอบรมการสร้างความรู้ด้านสุขภาพให้กับนักศึกษาหญิงในสถาบันการศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย</p>	<p><u>กลุ่มเป้าหมาย</u></p> <p>1. นักศึกษาหญิง อายุ 20 ปี ขึ้นไป และคณะครู หรืออาจารย์ ในสถาบันการศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย จำนวน 2 แห่งๆ ละ 60 คน</p> <p>2. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 6 คน</p> <p>3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ จำนวน 2 คน รวมทั้งหมด 2 แห่งๆ ละ 68 คน</p>	<p><u>ระยะเวลา</u></p> <p>พ.ย. 68 - ก.พ. 69</p> <p>สถานที่ : มหาวิทยาลัยในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11</p> <p>จำนวน 2 แห่ง</p>	<p><u>วัตถุประสงค์</u></p> <p>1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม และสามารถตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้</p> <p>ถูกต้อง มีประสิทธิภาพ</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการใช้แอปพลิเคชัน BSE ในการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม</p>	<p><u>วิธีการ</u></p> <p>- บรรยาย</p> <p>- ฝึกปฏิบัติ</p>	<p><u>งบประมาณ</u></p> <p>1. ค่าอาหารกลางวัน</p> <p>2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม</p> <p>3. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง</p> <p>4. ค่าเกียรติบัตรผู้เข้าร่วมอบรม</p> <p>5. ค่าเกียรติบัตรพร้อมกรอบป้ายเชิดชูเกียรติสำหรับมหาวิทยาลัย</p> <p>6. ค่าเช่าที่พักเจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11</p> <p>7. ค่าเบี้ยเลี้ยงเจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11</p> <p>รวม 41,020.- บาท</p>	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
				นมด้วยตนเอง อย่างมี ประสิทธิภาพ			41,020.-
	3.2 ประชุมอบรมการสร้างความรู้ด้านสุขภาพให้กับพนักงานหญิงในสถานประกอบกิจการ	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>1. พนักงานหญิงในสถานประกอบกิจการเขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 3 แห่งๆ ละ 50 คน</p> <p>2. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 5 คน</p> <p>3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ จำนวน 2 คน</p> <p>รวมทั้งหมด 3 แห่งๆ ละ 57 คน</p>	<p>ระยะเวลา</p> <p>พ.ย.68 - เม.ย. 69</p> <p>สถานที่ : สถานประกอบกิจการในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 3 แห่ง</p>	<p>วัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านม และสามารถตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้</p> <p>ถูกต้อง มีประสิทธิภาพ</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการใช้แอปพลิเคชัน BSE ในการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ</p>	<p>วิธีการ</p> <p>- บรรยาย</p> <p>- ฝึกปฏิบัติ</p>	<p>งบประมาณการ</p> <p>1. ค่าอาหารกลางวัน</p> <p>2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม</p> <p>3. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง</p> <p>4. ค่าเกียรติบัตรพร้อมกรอบป้ายเชิดชูเกียรติสำหรับสถานประกอบการ</p> <p>5. ค่าเช่าที่พักเจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11</p> <p>6. ค่าเบี้ยเลี้ยงเจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11</p> <p>-ค่าเกียรติบัตรผู้เข้าร่วมอบรม</p> <p>รวม 56,700.- บาท</p>	56,700.-
4.	ควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>1. ชุมชน/หมู่บ้าน ที่เป็นชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน จำนวน 3,380 ชุมชน</p>	<p>ระยะเวลา</p> <p>ต.ค.68 - ก.ค. 69</p> <p>สถานที่ :</p>	<p>วัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนใน</p>	<p>วิธีการ</p> <p>1. ประเมินชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน</p>	<p>งบประมาณการ</p> <p>1. สารเคมีและวัสดุอุปกรณ์วิทยาศาสตร์สำหรับวิเคราะห์ไอโอดีนในปัสสาวะ</p>	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
		<p>2. ร้านค้า ร้านอาหาร ในเขตสุขภาพที่ 11</p> <p>3. คริวเรือที่มีการใช้เกลือบริโภคเสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพ 20-40 ppm ร้อยละ 90</p> <p>4. คำนัชยฐาน ไอโอดีนในปัสสาวะหญิงตั้งครรภ์ก่อนได้รับยาเสริมไอโอดีน (มากกว่าหรือเท่ากับ 150 ไมโครกรัมต่อลิตร)</p>	เขตสุขภาพที่ 11	<p>ประชาชนกลุ่มวัยทำงาน เขตสุขภาพที่ 11</p> <p>2. เพื่อเฝ้าระวังคุณภาพการบริโภคเกลือและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน</p>	<p>2. ประเมินร้านค้า ร้านอาหารที่ใช้เกลือหรือผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน</p> <p>3. สุ่มตรวจเกลือบริโภคในคริวเรือเพื่อหาปริมาณไอโอดีนด้วยชุดทดสอบ ไอโอดีนในเกลือเสริมไอโอดีน (I-Kit)</p> <p>4. ตรวจสอบปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะของหญิงตั้งครรภ์ที่มาฝากครรภ์ครั้งแรก</p> <p>5. วิเคราะห์แปรผลปริมาณไอโอดีนในปัสสาวะหญิงตั้งครรภ์ และส่งคืนพื้นที่เพื่อควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนต่อไป</p>	<p>2. ชุดทดสอบไอโอดีนในเกลือเสริมไอโอดีน (I-Kit)</p> <p>รวม 54,400.- บาท</p>	54,400.-
	4.2 ประกวด มอบเกียรติบัตรชุมชนไอโอดีนเนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>1. ชุมชน/หมู่บ้าน ที่เป็นชุมชนหมู่บ้าน</p>	<p>ระยะเวลา พ.ค.-ก.ค. 69</p> <p>สถานที่ :</p>	<p>1. เพื่อรณรงค์และประชาสัมพันธ์การบริโภค</p>	<p>1. ประกวดคัดเลือกชุมชนไอโอดีนเนื่อง</p>	<p>งบประมาณการ</p> <p>1. เกียรติบัตรพร้อมกรอบป้ายรางวัล ประกวดชุมชนวัน</p>	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
		ไอโอดีน จำนวน 3,324 ชุมชน 2. ร้านค้า ร้านอาหาร ในเขตสุขภาพที่ 11 3. คริวเรือมีการใช้เกลือบริโภคเสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพ 20-40 ppm ร้อยละ 90	เขตสุขภาพที่ 11	เกลือและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนลดภาวะคนไทยขาดสารไอโอดีนเชื่อมโยงผลกระทบต่อร่างกายสมอง	ในวันไอโอดีนแห่งชาติ 2. มอบเกียรติบัตร	ไอโอดีนแห่งชาติ 7 จังหวัดๆ ละ 1 ป้าย จำนวน 7 ป้าย รวม 2,100.- บาท	2,100.-
5.	คัดเลือกต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในพื้นที่ เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 5.1 คัดเลือกองค์กรต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11	<u>กลุ่มเป้าหมาย</u> หน่วยงานสาธารณสุขในเขตสุขภาพที่ 11 ประกอบด้วย 1. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด 7 แห่ง 2. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ จำนวน 74 แห่ง 3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จำนวน 526 แห่ง	<u>ระยะเวลา</u> ก.ค. - ก.ย. 69 <u>สถานที่ :</u> เขตสุขภาพที่ 11	<u>วัตถุประสงค์</u> 1. เพื่อยกย่องเชิดชูเกียรติองค์กรต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 2. เพื่อสร้างแรงจูงใจในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เขตสุขภาพที่ 11	<u>วิธีการ</u> 1. ประกวด/คัดเลือก 2. มอบโล่รางวัล	<u>ประเภทรางวัล</u> องค์กรต้นแบบในเขตสุขภาพที่ 11 1. รางวัลจังหวัดส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 4 รางวัล 2. รางวัลอำเภอต้นแบบจัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 10 รางวัล 3. รางวัลตำบลต้นแบบจัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 20 รางวัล <u>งบประมาณการ</u> 1. ค่าโล่ประกาศเกียรติคุณจังหวัดส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 4 โล่	

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
						2. ค่าโล่ประกาศเกียรติคุณอำเภอต้นแบบจัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 10 โล่ 3. ค่าโล่ประกาศเกียรติคุณตำบลต้นแบบจัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 20 โล่ รวม 34,800.- บาท	34,800.-
						รวม 400,000.- บาท	

หมายเหตุ 1. ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ โดยรายการที่ถัวเฉลี่ยต้องผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากหัวหน้าหน่วยงาน
2. แผนแผนการดำเนินงานและการเบิกจ่ายเงินท้ายโครงการ
3. แผนแผนบริหารความเสี่ยง (โครงการที่มีงบประมาณตั้งแต่ 500,000 บาทขึ้นไป) หรือโครงการที่หน่วยงานพิจารณาว่าส่งผลกระทบต่อความปลอดภัยต่อการบรรลุเป้าประสงค์/ตัวชี้วัด/เป้าหมายตามแผนยุทธศาสตร์ฯ

กรณี : กิจกรรมประชุมเชิงปฏิบัติการ/อบรม/สัมมนา ให้เพิ่มเติมข้อมูลในระบบ DOC คือ 1) ประธานการประชุม 2) วัตถุประสงค์ และ 3) กลุ่มเป้าหมาย

12. งบประมาณของโครงการ

12.1 เงินงบประมาณ : งบดำเนินงานศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 400,000.-บาท (สี่แสนบาทถ้วน)

12.2 เงินนอกงบประมาณ.....-.....บาท

13. ระยะเวลาดำเนินการของโครงการ : 1 ตุลาคม 2568 - 30 กันยายน 2569

14. พื้นที่เป้าหมาย / สถานที่ดำเนินโครงการ : พื้นที่ 7 จังหวัด ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

15. กลุ่มเป้าหมาย/ผู้ร่วมดำเนินการ : กลุ่มประชาชนวัยทำงานอายุ 19-59 ปี และเจ้าหน้าที่สาธารณสุขผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

16. กลุ่มผู้ใช้ประโยชน์ / ผู้รับบริการ (ถ้ามี) : กลุ่มประชาชนวัยทำงานอายุ 19-59 ปี ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

17. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ :

17.1 นโยบายการส่งเสริมสุขภาพและองค์ความรู้ แนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม เพื่อใช้เป็นแนวทาง ในการจัดบริการด้านสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมที่มีประสิทธิภาพ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของวัยทำงาน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 และตอบสนองต่อความต้องการของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง

- 17.2 ฐานข้อมูลสำหรับการติดตาม เฝ้าระวังและคาดการณ์สถานการณ์แนวโน้ม ของพฤติกรรมสุขภาพต่าง ๆ ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 เช่น พฤติกรรมการดูแลสุขภาพช่องปาก การมีกิจกรรมทางกาย การบริโภคอาหาร การนอนหลับ เป็นต้น
- 17.3 ชุมชน สถานบริการสาธารณสุข สถานประกอบการ มีความรอบรู้ด้านสุขภาพ เกิดสังคมแห่งสุขภาพะ ส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพื่อเตรียมความพร้อมการเป็นพลเมืองที่มีคุณค่าของสังคมที่มีสุขภาพดีอย่างต่อเนื่อง ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11
- 17.4 สถานประกอบการ สามารถประเมินปัญหาสุขภาพของหน่วยงาน ระบุความต้องการ อุปสรรค และความเสี่ยงด้านสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นระบบ ส่งผลให้บุคลากรมีสุขภาพดี ลดความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วย การลาเนื่องจากปัญหาสุขภาพ และลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลของหน่วยงานนั้น ๆ นำไปสู่การเพิ่มขึ้นของผลิตภาพ (Productivity) ของสถานประกอบการหรือหน่วยงาน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11
- 17.5 ประชาชนวัยทำงานมีความรอบรู้สุขภาพ มีความเข้าใจ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง และสามารถเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุในอนาคต ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 เช่น (1) วัยทำงานมีความตระหนักรู้และได้ใช้ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพช่องปากที่มีคุณภาพ เกิดการพัฒนาพฤติกรรมดูแลสุขภาพช่องปากของตนเอง ส่งผลให้มีสภาวะช่องปากดี มีฟันใช้งานเหมาะสม (2) ประชาชนวัยทำงานและผู้สูงอายุเข้าถึงแหล่งอาหารที่ดีต่อสุขภาพ เอื้อต่อการมีพฤติกรรมกินที่พึงประสงค์ส่งผลให้มีภาวะโภชนาการที่ดี มีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดี (3) ประชาชนสามารถลดความเสี่ยงในการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และลดสาเหตุการเสียชีวิตจากด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ด้วยการมีกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมทุกกลุ่มวัย เพื่อเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพได้

18. ผู้รับผิดชอบโครงการ



(นายภากร ช่วยสกุล)

นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ



(นางจิรนนท์ ทองสัมฤทธิ์)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ



(นางสาวภักจตุทานันท์ สมมั่ง)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ



(นายธีรชัย ยิ่งยวด)

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

19. ผู้เห็นชอบโครงการ



(นางนันทนา ช่วยสกุล)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

20. ผู้ตรวจสอบงบประมาณ



(นางจิตติมา นาคะนนท์)

นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการพิเศษ

21. ผู้อนุมัติโครงการ



(นายสิทธิพงษ์ ยิ้มสวัสดิ์)

ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช

หน่วยงาน กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่โครงการ.....จำนวนเงิน 400,000.- บาท

สรุปกิจกรรมโครงการ ค่าเป้าหมาย และระยะเวลาแผนการใช้งบประมาณ ปีงบประมาณ 2569

5. โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 งบประมาณ 400,000 บาท

กิจกรรมโครงการ	กลุ่มเป้าหมาย	ค่าเป้าหมาย/ งบประมาณ	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.	
กิจกรรมที่ 1 บูรณาการ ขับเคลื่อนการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน (1.1 ประชุมเชิงปฏิบัติการเสริมสร้างพลังภาคีเครือข่ายขับเคลื่อนองค์กรสุขภาพในสถานประกอบการ)	1. ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 1 คน 2. วิทยากร จำนวน 2 คน 3. ผู้รับผิดชอบงานระดับจังหวัด จำนวน 1 คน และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 52 คน 4. ผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการเขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 28 คน 5. จนท. ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 8 คน - วิทยากร 6 คน - ผู้ดำเนินการ 2 คน รวมทั้งหมด 91 คน	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)			1										
		งบประมาณ (บาท)			72,200										
กิจกรรมที่ 1 บูรณาการ ขับเคลื่อนการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน (1.2 ประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำนักส่งเสริมสุขภาพ)	กลุ่มเป้าหมาย - พื้นที่จังหวัดนครศรีธรรมราช 1. เจ้าหน้าที่ รพ.สต.บางจาก รพ.สต.บางใหญ่ รพ.สต.วัดลาว รพ.สต.บางมูลนาก รพ.สต.บางปูชา รพ.สต.แสงวิมาน และรพ.สต.เบ็ญเงิน แห่ง ละ 2 คน 2. แกนนำภาค ประชาชน ในพื้นที่ รพ.สต.บางจาก รพ.สต.บางใหญ่ รพ.สต.วัดลาว รพ.สต.บางมูลนาก รพ.สต.บางปูชา รพ.สต.แสงวิมาน และรพ.สต.เบ็ญเงิน แห่ง ละ 40 คน 3. จนท. ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 7 คน - วิทยากร 6 คน - ผู้ดำเนินการ 1 คน รวมทั้งหมด 343 คน แห่งๆ ละ 49 คน	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)					1								
		งบประมาณ (บาท)					58,310								
กิจกรรมที่ 2 การจัดการสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เพื่อการมีสุขภาพดี และส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 (2.1 รณรงค์ประชาสัมพันธ์)	กลุ่มเป้าหมาย 1. โรงอาหารในสถานประกอบการภาครัฐ เช่น โรงพยาบาล โรงเรียน มหาวิทยาลัย เรือนจำและวชิรเวศกชน เช่น ศูนย์การค้า สถานประกอบการ ที่ผ่านการรับรองมาตรฐานHealthy Canteen จำนวน 48 แห่ง 2. ร้านอาหาร/แผงลอย/อาหารริมบาทวิถี (Street Food) ที่ผ่านการรับรองมาตรฐาน จำนวน 980 แห่ง 3. ร้านขายเครื่องดื่มหวานน้อยสั่งได้ จำนวน 48 แห่ง 4. สถานประกอบการจำนวน 28 แห่ง 5. เรือนจำ ที่ณฑสถานสถานศึกษา จำนวน 15 แห่ง	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)			1										
		งบประมาณ (บาท)			36,000										
กิจกรรมที่ 2 การจัดการสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เพื่อการมีสุขภาพดี และส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 (2.2 รับรองมาตรฐาน)	1. โรงอาหารในสถานประกอบการภาครัฐ เช่น โรงพยาบาล โรงเรียน มหาวิทยาลัย เรือนจำและวชิรเวศกชน เช่น ศูนย์การค้า สถานประกอบการ ที่ผ่านการรับรองมาตรฐานHealthy Canteen จำนวน 35 แห่ง 2. ร้านอาหาร/แผงลอย/อาหารริมบาทวิถี (Street Food) ที่ผ่านการรับรองมาตรฐาน จำนวน 980 แห่ง	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)										1			
		งบประมาณ (บาท)										34,000			
กิจกรรมที่ 2 การจัดการสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย เพื่อการมีสุขภาพดี และส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 (2.3 นิเทศติดตามประเมินผล)	1. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 6 คน 2. ผู้รับผิดชอบงานระดับจังหวัดและสถานประกอบการเครือข่ายในเขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 12 คน รวมทั้งหมด 17 คน พื้นที่มีเขต ทั้ง 7 จังหวัด ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ประกอบด้วย จังหวัดนครศรีธรรมราช กระบี่ พังงา ภูเก็ต สุราษฎร์ธานี ชุมพร และระนอง	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)										1			
		งบประมาณ (บาท)										10,470			

สรุปกิจกรรมโครงการ ค่าเป้าหมาย และระยะเวลาแผนการใช้งบประมาณ ปีงบประมาณ 2569

5. โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุสุขภาพดี เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 งบประมาณ 400,000 บาท

กิจกรรมโครงการ	กลุ่มเป้าหมาย	ค่าเป้าหมาย/ งบประมาณ	ระยะเวลาดำเนินการ													
			ค.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.		
กิจกรรมที่ 3 สืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช เขตสุขภาพที่ 11 งบประมาณ 2569 (3.1) ประชุมอบรมการสร้างความรู้ด้านสุขภาพให้กับนักศึกษาหญิงในสถาบันการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย)	1. นักศึกษาหญิง อายุ 20 ปี ขึ้นไป และคณะครู หรืออาจารย์ ในสถาบันการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย จำนวน 2 แห่งๆ ละ 60 คน 2. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 6 คน 3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ จำนวน 2 คน รวมทั้งหมด 2 แห่งๆ ละ 68 คน	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)					1									
		งบประมาณ (บาท)					41,020									
กิจกรรมที่ 3 สืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช เขตสุขภาพที่ 11 งบประมาณ 2569 (3.2) อบรมเชิงปฏิบัติการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับพนักงานหญิงในสถานประกอบการ)	1. พนักงานหญิงในสถานประกอบการเขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 3 แห่งๆ ละ 50 คน 2. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 5 คน 3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ จำนวน 2 คน รวมทั้งหมด 3 แห่งๆ ละ 57 คน	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)						1								
		งบประมาณ (บาท)						56,700								
กิจกรรมที่ 4 ควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 (4.1) ควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11)	1. ชุมชน/หมู่บ้าน ที่เป็นชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน จำนวน 3,380 ชุมชน 2. ร้านค้า ร้านอาหาร ในเขตสุขภาพที่ 11 3. สตรีวัยเจริญมีการใช้เกลือบริโภคเสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพ 20-40 ppm ร้อยละ 90 4. ค่าเฉลี่ยฐานไอโอดีนในปัสสาวะหญิงตั้งครรภ์ก่อนได้รับยาเสริมไอโอดีน (มากกว่าหรือเท่ากับ 150 ไมโครกรัมต่อลิตร)	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)			1											
		งบประมาณ (บาท)			54,400											
กิจกรรมที่ 4 ควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 (4.2) ประการ 4 มวยเกียรติบัตรชุมชนไอโอดีนเนื่องในวันไอโอดีนแห่งชาติ)	. ชุมชน/หมู่บ้าน ที่เป็นชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน จำนวน 3,324 ชุมชน 2. ร้านค้า ร้านอาหาร ในเขตสุขภาพที่ 11 3. สตรีวัยเจริญมีการใช้เกลือบริโภคเสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพ 20-40 ppm ร้อยละ 90	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)										1				
		งบประมาณ (บาท)											2,100			
กิจกรรมที่ 5 คัดเลือกต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในพื้นที่ เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2569 5.1 คัดเลือกองค์กรต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11	หน่วยงานสาธารณสุขในเขตสุขภาพที่ 11 ประกอบด้วย 1. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด 7 แห่ง 2. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ จำนวน 74 แห่ง 3. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จำนวน 526 แห่ง	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)										1				
		งบประมาณ (บาท)											34,800			
รวมงบประมาณ 400,000 บาท			0	0	162,600	0	99,330	56,700	0	0	10,470	70,900	0	0		

หัวหน้ากลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน



(นางนันทนาถ ชาญสกุล)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

ผู้ตรวจสอบแผนงานโครงการ



(นายชัยณรงค์ แก้วจันทน์)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

ผู้อนุมัติโครงการ



(นายสิทธิพงษ์ ยิ้มสวัสดิ์)

ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช