

แผนปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานศูนย์อนามัยที่ 11 ปีงบประมาณ 2568

1.โครงการสำคัญ ปีงบประมาณ 2568

โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

- 1.โครงการวัยทำงานมีสุขภาพและสภาวะที่ดีด้วยเวชศาสตร์วิถีชีวิต

โครงการในพระราชดำริส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน

1. โครงการราชทัณฑ์ปันสุข ทำความดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์
2. โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจาฯ ด้านภัยมะเร็งเต้านม
3. โครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ
4. โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง

2.วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน และบูรณาการร่วมกับภาคีเครือข่าย
2. เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพสำหรับประชากรวัยทำงาน
3. พัฒนาศักยภาพบุคลากรและแกนนำสุขภาพเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพที่ดี
4. วัยทำงานได้รับการส่งเสริมและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และตระหนักถึงการมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

3.เป้าหมาย/ตัวชี้วัดโครงการ

เป้าหมาย/ตัวชี้วัด	หน่วยนับ	ค่าเป้าหมาย ปี 2568
1. ร้อยละประชากรวัยทำงานอายุ 25-59 ปีมีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ	ร้อยละ	50
2. เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข/เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและเวชศาสตร์วิถีชีวิต	คน	233
3. จำนวนสถานประกอบกิจการที่สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี	แห่ง	722
4. จำนวนวัยทำงานเข้าถึงเทคโนโลยีและดิจิทัลแพลตฟอร์มในการส่งเสริมสุขภาพ	คน	391,740 คน

4.กลุ่มเป้าหมาย/พื้นที่ดำเนินการ

1. ประชาชนวัยทำงาน พนักงานในสถานประกอบกิจการ
2. ร้านอาหาร โรงอาหาร
3. บุคลากรที่รับผิดชอบด้านการส่งเสริมสุขภาพ
4. หน่วยงานภาคีเครือข่าย

5.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. วัยทำงานได้รับการส่งเสริมสุขภาพเพื่อลดปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรมของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์
2. สถานประกอบกิจการเป็นหน่วยงานด้านการส่งเสริมสุขภาพและการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ
3. มีพื้นที่ต้นแบบการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ และสามารถนำไปขยายผลได้

6. แผนดำเนินงาน (Action plan)

ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์	กลุ่มเป้าหมาย	ระยะเวลาการดำเนินงาน	เครื่องมือ	ค่าเป้าหมาย							
				นครศรีธรรมราช	กระบี่	พังงา	ภูเก็ต	สุราษฎร์ธานี	ระนอง	ชุมพร	เขตสุขภาพที่ 11
โครงการวิจัยทำงานมีสุขภาพและสุขภาวะที่ดีด้วยเวชศาสตร์วิถีชีวิต											
1.ร้อยละของประชากรอายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ				50	50	50	50	50	50	50	ร้อยละ 50
รายละเอียดค่าเป้าหมายย่อย จากข้อที่ 1											
1.1 จำนวนประชากรอายุ 15-59 ปี ได้รับการประเมินพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยทำงาน ** รายละเอียดค่าเป้าหมาย ตามเอกสารแนบ	ประชากร อายุ 15-59 ปี (นอกสถานประกอบการ)	1 ม.ค.-31 มี.ค. 68	Anamai Poll	82	80	80	80	82	80	80	อย่างน้อย 564 คน
	ประชากร อายุ 15-59 ปี (ในสถานประกอบการ)	1 ม.ค.-31 มี.ค. 68	Anamai Poll	82	80	80	80	82	80	80	อย่างน้อย 564 คน
1.2 วัยทำงานอายุ 15-59 ปี แปร่งพันก่อนนอนด้วยยาสีฟันผสมฟลูออไรด์ นานอย่างน้อย 2 นาที (ร้อยละ)	วัยทำงานอายุ 15-59 ปี	ส่วนกลางชี้แจงรายละเอียดเดือนธันวาคม 2568	รอเครื่องมือจากส่วนกลางอาจจะเก็บข้อมูลผ่าน Anamai Poll	75	75	75	75	75	75	75	ร้อยละ 75
2. เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข/เจ้าหน้าที่รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและเวชศาสตร์วิถีชีวิต				63	24	16	21	68	14	27	233 คน
รายละเอียดค่าเป้าหมายย่อย จากข้อที่ 2											
2.1 เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข/เจ้าหน้าที่รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและเวชศาสตร์วิถีชีวิต	1. เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข/เจ้าหน้าที่รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพ ทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น สังกัดกรมอนามัย, สสจ,สสอ.,อปท. ,	ส่วนกลางจัดอบรมช่วงเดือนกุมภาพันธ์ 2568 รอบที่ 2	หลักสูตร Health Coach นักส่งเสริมสุขภาพในสถานประกอบการ	3	3	3	3	3	3	3	21 คน
		ยังไม่กำหนดวันอบรม	หลักสูตรแกนนำสร้างเสริมสุขภาพช่องปากในสถานประกอบการ	18	6	4	5	19	3	7	62 คน

ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์	กลุ่มเป้าหมาย	ระยะเวลาการดำเนินงาน	เครื่องมือ	ค่าเป้าหมาย							
				นครศรีธรรมราช	กระบี่	พังงา	ภูเก็ต	สุราษฎร์ธานี	ระนอง	ชุมพร	เขตสุขภาพที่ 11
	2. เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพ ในสถานประกอบกิจการ เช่น HR, จป.	ยังไม่กำหนดวันอบรม	หลักสูตรผู้จัดการอาหารและวิถีชีวิต	42	15	9	13	46	8	17	150 คน
3. จำนวนการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี				215	80	80	35	179	53	80	722 แห่ง
รายละเอียดค่าเป้าหมายย่อย จากข้อที่ 3											
3.1 ร้านอาหารที่มีเมนูสุขภาพผ่านการรับรอง	สถานประกอบการ / ร้านอาหาร	ต.ค.67-ก.ค.68	-Food4Health	207	72	72	27	171	45	72	666 ร้าน
3.2 โรงอาหารที่ผ่านการรับรองโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ (Healthy Canteen)	สถานประกอบการ / โรงอาหาร	ต.ค.67-ก.ค.68	-โปรแกรมรับรอง Healthy Canteen ออนไลน์	7	7	7	7	7	7	7	49 แห่ง
3.2.1 ร้านเครื่องดื่มเข้าร่วมโครงการหวานน้อยสั่งได้ ** ไม่นับเป็นกลุ่มเป้าหมาย ข้อที่ 3 แต่เป็นเป้าหมาย (Healthy Canteen)	สถานประกอบการ / ร้านเครื่องดื่ม	ต.ค.67-ก.ค.68	- App. หวานน้อยสั่งได้	7	7	7	7	7	7	7	49 ร้าน
3.3 สถานประกอบกิจการที่เข้าร่วมโครงการส่งเสริมสุขภาพระดับเครือข่าย	สถานประกอบกิจการ	ต.ค.67-ก.ค.68	จำนวนสถานประกอบการเข้าร่วมโครงการ	1	1	1	1	1	1	1	7 แห่ง
4. จำนวนวัยทำงานเข้าถึงเทคโนโลยีและดิจิทัลแพลตฟอร์มในการส่งเสริมสุขภาพ				126,057	40,257	22,404	27,253	86,898	13,288	41,721	357,878 คน
รายละเอียดค่าเป้าหมายย่อย จากข้อที่ 4											
4.1 วัยทำงานเข้าถึงข้อมูล ความรู้ และประเมินสภาวะช่องปากตนเองผ่านเทคโนโลยีนวัตกรรมดูแลช่องปาก	ประชาชนวัยทำงาน / พนักงานในสถานประกอบการ	ต.ค.67-ก.ค.68	App รักยิ้ม (ส่วนกลางชี้แจงเดือนพฤศจิกายน 2567)	2,717	905	481	633	2,051	287	926	8,000 คน
4.2 จำนวนผู้ลงทะเบียนใช้งานโปรแกรมโภชนาการอัจฉริยะ Food4Health	ประชาชนทุกกลุ่มวัย	ต.ค.67-ก.ค.68	Food4Health	1,521	507	270	354	1,148	161	519	4,480 คน
4.3 จำนวนประชาชนเข้าถึงดิจิทัลแพลตฟอร์มในการส่งเสริมสุขภาพ	ประชาชนทุกกลุ่มวัย	ต.ค.67-ก.ค.68	ก้าวทำใจ	121,819	38,845	21,653	26,266	83,699	12,840	40,276	345,398 คน

ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์	กลุ่มเป้าหมาย	ระยะเวลาการดำเนินงาน	เครื่องมือ	ค่าเป้าหมาย							
				นครศรีธรรมราช	กระบี่	พังงา	ภูเก็ต	สุราษฎร์ธานี	ระนอง	ชุมพร	เขตสุขภาพที่ 11
ค่าเป้าหมายอื่น ๆ											
1. วิทยากรในสถานประกอบการได้รับการตรวจคัดกรองสุขภาพช่องปาก	ประชาชนวัยทำงาน / พนักงานในสถานประกอบการ	ต.ค.67-ก.ค.68	App รักยิ้ม (ส่วนกลางชี้แจงเดือนพฤศจิกายน 2567)	30	30	30	30	30	30	30	ร้อยละ 30
2. ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ	ประชาชนทุกกลุ่มวัย	ต.ค.67-ก.ค.68	ก้าวทำใจ	14,907	7,464	5,100	2,454	8,942	2,540	6,001	47,408 คน
3. ประชาชนได้รับการ พัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริม กิจกรรมทางกาย/ ออกกำลังกาย และ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC)	ประชาชนทุกกลุ่มวัย	ต.ค.67-ก.ค.68	ก้าวทำใจ	133	67	45	22	80	23	54	424 คน
โครงการในพระราชดำริส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน											
1. โครงการราชทัณฑ์ ปันสุข ทำความดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์ (ด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม)											
1.1 ร้อยละของเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำผ่านการอบรมด้านส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม	1. เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ 2. ผู้ต้องขังในเรือนจำเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และศูนย์ฝึกฯ	ต.ค.67-ก.ค.68	-ส่วนกลางจัดอบรมประมาณช่วงเดือนธันวาคม 2567 หรือ มกราคม 2568								ร้อยละ 80
1.2 เรือนจำ ท้องถิ่น และสถานกักขัง พัฒนาระดับด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม สุขาภิบาล อาหาร น้ำ และสุขภาพ ตามมาตรฐานสงจำเป็นในการดำรงชีวิตสำหรับผู้ต้องขัง ระดับดีขึ้น	1. เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ 2. ผู้ต้องขังในเรือนจำเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และศูนย์ฝึกฯ	ต.ค.67-ก.ค.68	ทีมสิ่งแวดล้อมดำเนินการ								ร้อยละ 80
1.3 ร้อยละของผู้ต้องขังในเรือนจำ เด็ก และเยาวชน ในสถานพินิจฯ และศูนย์ฝึกฯ เข้าถึงบริการส่งเสริม ป้องกัน หรือบริการด้านทันตกรรมตามความจำเป็นอย่างเหมาะสม	1. เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ 2. ผู้ต้องขังในเรือนจำเด็กและเยาวชนในสถานพินิจฯ และศูนย์ฝึกฯ	ต.ค.67-ก.ค.68	ทีมทันตกรรมดำเนินการ								ร้อยละ 60
1.4 มีเรือนจำต้นแบบการจัดการระบบการพัฒนาคูณภาพชีวิต และการดูแล	1. เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานในเรือนจำ	ต.ค.67-ก.ค.68	-ทีมผู้สูงอายุดำเนินการ								4 แห่ง (ตัวแทนเรือนจำ 4 แห่ง

ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์	กลุ่มเป้าหมาย	ระยะเวลาการดำเนินงาน	เครื่องมือ	ค่าเป้าหมาย							
				นครศรีธรรมราช	กระบี่	พังงา	ภูเก็ต	สุราษฎร์ธานี	ระนอง	ชุมพร	เขตสุขภาพที่ 11
3.4.1 ครั้วเรือนได้รับการสำรวจคุณภาพเกลือบริโภคในครัวเรือนด้วยชุดทดสอบ I-Kit	ครัวเรือน	ต.ค.67-ก.ค.68	Me Working Age/ แพลตฟอร์มไอโอดีเอ็น	7,118	2,135	1,251	2,037	6,053	979	2,627	22,200 ครัวเรือน
4. โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง											
4.1 จำนวนสถานประกอบการสาวไทย แก้มแดงต้นแบบ (แห่ง)	สถานประกอบการ	1 ม.ค.-31 ก.ค.68	Google form	3	4	3	3	3	3	3	22 แห่ง
4.2 ร้อยละของหญิงวัยเจริญพันธุ์ อายุ 15-49 ปี ได้รับการคัดกรองภาวะโลหิตจาง ในขณะที่ไม่ได้ตั้งครรภ์ พบภาวะโลหิตจาง	หญิงวัยเจริญพันธุ์ อายุ 15-49 ปี	ต.ค.67-ก.ค.68	*ข้อมูลจากระบบ e-claim สปสช อายุ (13 - 24 ปี) เฉพาะผู้หญิง	<20	<20	<20	<20	<20	<20	<20	< ร้อยละ 20
4.3 จำนวนหญิงวัยเจริญพันธุ์ได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กและโฟลิก	หญิงวัยเจริญพันธุ์	ต.ค.67-ก.ค.68	*ข้อมูลจากระบบ e-claim สปสช อายุ (13 - 45 ปี) เฉพาะผู้หญิง.	30,360	10,400	5,364	7,450	21,437	3,136	9,853	88,000 คน

เอกสารแนบ รายละเอียดค่าเป้าหมาย

ค่าเป้าหมาย. จำนวนประชากรอายุ 15-59 ปี ได้รับการประเมินพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยทำงาน (นอกสถานประกอบการ)

ช่วงอายุ (ปี)	นครศรีธรรมราช		กระบี่		พังงา		ภูเก็ต		สุราษฎร์ธานี		ระนอง		ชุมพร		เขตสุขภาพที่ 11	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
15- 19	5	5	5	4	4	5	5	4	5	6	5	4	4	5	33	33
20-24	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	30	30

25-29	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	31	31
30-34	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	3	28	28
35-39	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	27	27
40-44	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	30	30
45-49	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	32	32
50-54	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	35	35
55-59	6	5	5	6	4	5	5	5	5	5	5	5	6	5	36	36
รวม	41	41	42	38	37	43	42	38	39	43	42	38	39	41	282	282
	82 คน		80 คน		80 คน		80 คน		82 คน		80 คน		80 คน		564 คน	

ค่าเป้าหมาย
 จำนวนประชากรอายุ 15-59 ปี ได้รับการประเมินพฤติกรรมที่พึงประสงค์ของวัยทำงาน (ในสถานประกอบการ)

ช่วงอายุ (ปี)	นครศรีธรรมราช		กระบี่		พังงา		ภูเก็ต		สุราษฎร์ธานี		ระนอง		ชุมพร		เขตสุขภาพที่ 11	
	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
15- 19	5	5	5	4	4	5	5	4	5	6	5	4	4	5	33	33
20-24	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	30	30
25-29	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	31	31
30-34	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	3	28	28
35-39	3	3	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	27	27
40-44	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	30	30
45-49	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	5	32	32
50-54	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	35	35
55-59	6	5	5	6	4	5	5	5	5	5	5	5	6	5	36	36
รวม	41	41	42	38	37	43	42	38	39	43	42	38	39	41	282	282
	82 คน		80 คน		80 คน		80 คน		82 คน		80 คน		80 คน		564 คน	