

1. ชื่อโครงการ : โครงการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ สุขภาพที่ดีและมีวิถีชีวิตที่ยั่งยืนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568

2. ยุทธศาสตร์ : พัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต และแผนงานยุทธศาสตร์สร้างเสริมให้คนมีสุขภาพที่ดี

3. ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์ :

1. ร้อยละของประชากร อายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ ร้อยละ 62.48
2. เจ้าหน้าที่ด้านสาธารณสุข/ เจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบด้านส่งเสริมสุขภาพได้รับการพัฒนาศักยภาพด้านการส่งเสริมสุขภาพและเวชศาสตร์วิถีชีวิต จำนวน 21 คน
3. จำนวนการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี จำนวน 715 แห่ง
4. จำนวนวัยทำงานเข้าถึงเทคโนโลยีและดิจิทัลแพลตฟอร์มในการส่งเสริมสุขภาพ 405,284 คน

4. Cluster : กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ศูนย์อนามัยที่ 11

5. ภายใต้กิจกรรมสำคัญ/โครงการ :

- 5.1 โครงการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานตามเวชศาสตร์วิถีชีวิต
- 5.2 โครงการราช ทันทีปันสุข ทำความ ดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์
- 5.3 โครงการสืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าน้องนางเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี เสด็จฯ ด้านกัญมะเร็งเต้านม
- 5.4 โครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ
- 5.5 โครงการควบคุมและป้องกันภาวะโลหิตจาง

6. หลักการและเหตุผล :

วัยทำงาน คือกลุ่มประชากรที่มีความสามารถในการทำงานด้านต่างๆ ทั้งภาคอุตสาหกรรม ภาคการเกษตร หรือสายงานอื่นๆ ซึ่งถือว่าเป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนประเทศ พัฒนาระบบเศรษฐกิจและสังคม ประชากรวัยแรงงาน (ผู้มีอายุ 15 ปีขึ้นไป) ของประเทศไทยมีประมาณ 59.12 ล้านคน เป็นผู้อยู่ในกำลังแรงงาน 40.5 ล้านคน (คิดเป็นร้อยละ 68.4) 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 และพฤติกรรมสุขภาพวัยทำงานจากการเฝ้าระวังพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ มีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ ร้อยละ 45.04 ร้อยละ 43.39 และร้อยละ 40.45 ตามลำดับ

ปัญหาด้านสุขภาพของประชาชนคนไทยตลอดช่วงทศวรรษที่ผ่านมาพบว่า กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เป็นสาเหตุของการเสียชีวิตอันดับหนึ่ง โดยพบมากกว่าร้อยละ 70 ของการเสียชีวิตทั้งหมด โดยมีคนไทยป่วยด้วยโรค NCDs ถึง 14 ล้านคน เสียชีวิตกว่า 300,000 คนต่อปี และคาดว่าจะมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในทุก ๆ ปี ซึ่งส่วนใหญ่เสียชีวิตก่อนอายุ 60 ปี พบในเพศชายมากกว่าเพศหญิง ประเทศต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลและค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ที่เกิดขึ้นจากการเจ็บป่วยมูลค่า 198,152 ล้านบาท แม้แต่ประชากรวัยทำงานซึ่งเป็นช่วงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรงและมีความพร้อมที่จะทำงานในสายงานต่าง ๆ แต่ปัจจุบันพบว่าปัญหาที่ส่งผลต่อสุขภาพในระดับบุคคลและมีผลต่อประสิทธิภาพของการทำงานนั้นคือ โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง หรือ Non-communicable disease (NCDs) ปัญหาของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ในวัยทำงาน สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ได้แก่ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร พฤติกรรมการออกกำลังกาย พฤติกรรมการนอน ความเครียด หรือแม้กระทั่งสุขภาพช่องปาก โดยสาเหตุเหล่านี้สามารถป้องกันได้ด้วย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ จึงจำเป็นต้องแก้ไขทั้งในระดับบุคคลและการปรับสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี โดยระดับบุคคลควรมีแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ครอบคลุมความเสี่ยง ได้แก่ การบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย การนอน การดูแลสุขภาพช่องปาก และความเสี่ยงอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง จึงจำเป็นต้องพัฒนาศักยภาพบุคลากรหรือแกนนำสุขภาพให้เกิดขึ้นภายในองค์กรหรือหน่วยงานโดยการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพให้เกิดขึ้นกับประชาชนในทุกช่วงวัย

จากการสำรวจข้อมูลของประชาชนในปี 2562 โดยสำนักงานโครงการขับเคลื่อนกรมอนามัย 4.0 เพื่อความรู้ด้านสุขภาพของประชาชน กรมอนามัย ในกลุ่มประชากรอายุ 15 ปี ขึ้นไปจำนวน 17,530 คน พบว่าประชาชนไทยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพระดับเพียงพอ

หลักฐานขอเปิดเชิงรับ วันที่ 19 พ.ย. 2567
 เลขรับหลักฐานที่ 000 427 / 2568
 ลงชื่อ

ร้อยละ 80.91 และในปี 2562-2563 พบว่า ประชาชนเข้าใช้บริการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 80.05 เป็น 81.19 ซึ่งข้อเสนอแนะจากผลการสำรวจ คือหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับภาคการศึกษา สังคมและสุขภาพ ควรสร้างความตระหนักและความเข้าใจเรื่องผลกระทบของความรอบรู้ด้านสุขภาพต่อการเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากบริการต่าง ๆ ของกลุ่มผู้ใช้บริการที่มีความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่เพียงพอแก่บุคลากรในหน่วยงานผู้กำหนดนโยบาย และผู้ทำงานด้านความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพ การสำรวจนี้แสดงให้เห็นว่า คนไทยร้อยละ 19.09 มีความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่เพียงพอที่จะมีส่วนร่วมหรือใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพและบริการสุขภาพ ดังนั้นหากสามารถส่งเสริมให้คนไทยวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพได้ในระดับดีก็จะส่งผลให้ประชาชนในวัยทำงานสามารถเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพหรือการเปลี่ยน Lifestyle เพื่อนำมาสู่การมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ การปรับเปลี่ยน Lifestyle คือการส่งเสริมสุขภาพและเป็นการรักษาที่สำคัญที่สุดสำหรับโรคเรื้อรังที่เกี่ยวข้องกับวิถีการดำเนินชีวิต คำแนะนำและการให้บริการสุขภาพจากบุคลากรทางการแพทย์ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของผู้รับบริการ ศาสตร์หนึ่งที่มีความสำคัญต่อการปรับพฤติกรรมสุขภาพอย่างเป็นระบบคือ “เวชศาสตร์วิถีชีวิต” หรือ Lifestyle Medicine โดยจะต้องมีการพัฒนาการทำงานร่วมกันระหว่างผู้ประกอบวิชาชีพด้านสุขภาพในลักษณะสหสาขาวิชาชีพเพื่อสร้างรูปแบบการรักษาอย่างครบวงจร เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้ป่วยและผู้ใกล้ชิดในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและวิถีชีวิตความเป็นอยู่ให้สามารถบริหารจัดการปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อ และโรคติดต่อ รวมถึงสุขภาพทางเพศ (Sexual Health) ทั้งนี้ ผลวิจัยในต่างประเทศหลายฉบับแสดงให้เห็นว่าการประยุกต์ศาสตร์ดังกล่าวเข้ากับระบบบริการสุขภาพนอกจากจะช่วยสนับสนุนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพแล้ว ยังสามารถลดความรุนแรงของโรคไม่ติดต่อเรื้อรังได้อย่างมีนัยสำคัญ ช่วยให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น รวมทั้งการจัดการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญที่เอื้อให้ประชาชนมีสุขภาวะที่ดีควบคู่ไปกับการส่งเสริมสุขภาพ

กรมอนามัย มีบทบาทหน้าที่เป็นผู้อภิบาลระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ในการดูแลประชาชนทุกกลุ่มวัย ทั้งในครอบครัว ชุมชน กลยุทธ์ในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพเชิงรุก มีการบริหารจัดการโดยวิธีการให้ความรู้ เทคนิค วิธีการ คำแนะนำและสื่อสารสาธารณะ เพื่อสร้างสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดี โดยบูรณาการความร่วมมือในรูปแบบภาครัฐและเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการคิดและเลือกตัดสินใจในการดำเนินงาน เพื่อให้สอดคล้องตามเจตจำนง บริษัท และสภาพปัญหาของครอบครัว ชุมชน เพื่อให้บรรลุวิสัยทัศน์ของประเทศไทยคือ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้วด้วยการพัฒนา ตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” นำไปสู่การพัฒนาให้คนไทยมีความสุข และตอบสนองต่อการบรรลุซึ่งผลประโยชน์ของชาติในการที่จะพัฒนาคุณภาพชีวิต การสร้างรายได้ระดับสูง เป็นประเทศที่พัฒนาแล้ว และสร้างความสุขให้กับคนไทย เกิดสังคมที่มีความมั่นคง เสมอภาคและเป็นธรรม ประเทศสามารถแข่งขันได้ในระบบเศรษฐกิจ จะเห็นได้ว่าเป้าหมายของยุทธศาสตร์ดังกล่าวมีจุดเน้นมาที่ “การพัฒนาให้คนไทยมีความสุข” รวมถึงการสร้าง Platform ของข้อมูลสารสนเทศและการพัฒนาระบบ Capacity Building ของระบบงานส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของคนในครอบครัว ชุมชน แบบบูรณาการภาครัฐและเอกชน เพื่อความต่อเนื่องและยั่งยืนต่อไป

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

7. วัตถุประสงค์ :

- 7.1 เพื่อเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11
- 7.2 เพื่อเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีสุขภาวะที่ดีและมีวิถีชีวิตที่ยั่งยืน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

8. เป้าหมาย ผลผลิต และตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ :

8.1 เป้าหมาย/ผลผลิตของโครงการ	จำนวน	หน่วยนับ
1. ขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11	7	จังหวัด

8.2 ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ	จำนวน	หน่วยนับ
เชิงปริมาณ : เป้าหมายโครงการได้รับการดำเนินงานตามแผน	5	แผน
เชิงคุณภาพ : บุคลากรที่เข้าร่วมกิจกรรมในโครงการมีความพึงพอใจระดับดีขึ้นไป	80	ร้อยละ
เชิงเวลา : เป้าหมายของโครงการได้รับการดำเนินการทันเวลาตามแผน	80	ร้อยละ

9. วิธีการดำเนินงาน :

- 9.1 จัดทำโครงการ
- 9.2 เสนอโครงการเพื่อผู้บริหารลงนามอนุมัติ
- 9.3 ดำเนินการตามกิจกรรมของโครงการ
- 9.4 ประเมินผล/สรุปผลรายการกิจกรรม/รายงานผลผู้บังคับบัญชาทราบ
- 9.5 จัดทำรายงานผลการดำเนินงานประจำปี


10. กิจกรรม/เป้าหมาย และประมาณการงบประมาณ


ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมายของกิจกรรม	ระยะเวลา ดำเนินการ/พื้นที่ ดำเนินการ	วัตถุประสงค์ของ กิจกรรม	วิธีการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
1.	ประชุมชี้แจงแผนการดำเนินงานการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพสู่สุขภาพที่ดีและมีวิถีชีวิตที่ยั่งยืนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568 (ออนไลน์)	1. ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 1 คน 2. วิทยากร จำนวน 2 คน 3. ผู้รับผิดชอบงานวัยทำงานระดับจังหวัด อำเภอ และอปท. จำนวน 70 คน 4. ผู้รับผิดชอบโรงพยาบาลปอดภัย จำนวน 8 คน 5. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 3 คน รวมทั้งหมด 84 คน	ธ.ค.67 - ก.พ.68 สถานที่ : พื้นที่เขตสุขภาพที่ 11	1. เพื่อให้ผู้รับผิดชอบงานวัยทำงาน เขตสุขภาพที่ 11 รับทราบนโยบายการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ปี 2568 2. เพื่อชี้แจงแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เป้าหมาย และตัวชี้วัด ปี 2568	ประชุม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ online โดย - บรรยาย - อภิปราย	- ไม่ใช้งบประมาณ	0.00-
2.	การจัดการสภาพแวดล้อม เพื่อยกระดับสถานประกอบการ ครอบคลุมชุมชน ที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี และส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานตามเวชศาสตร์วิถีชีวิต ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568						



<p>2.1 รมรงค์ ประชาสัมพันธ์</p>	<p><u>กลุ่มเป้าหมาย</u> 1. โรงอาหารในสถาน ประกอบการภาครัฐและ เอกชนที่ผ่านการรับรอง Healthy Canteen จำนวน 42 แห่ง 2. ร้านอาหาร/แผงลอย/ อาหารริมบาทวิถี (Street Food) ที่ผ่าน การรับรองเมนูสุขภาพ จำนวน 666 แห่ง 3. ร้านขายเครื่องดื่ม หวานน้อยสั่งได้ จำนวน 42 แห่ง 4. สถานประกอบการ จำนวน 14 แห่ง 5. เรือนจำ ทัณฑสถาน สถานพินิจฯ จำนวน 15 แห่ง</p>	<p><u>ระยะเวลา</u> พ.ย.67-ก.พ.68 สถานที่ : เขตสุขภาพที่ 11</p>	<p><u>วัตถุประสงค์</u> 1. เพื่อรมรงค์ ประชาสัมพันธ์ ด้านโภชนาการ และกิจกรรมทาง กายที่ดีของ ประชาชนกลุ่มวัย ทำงานพื้นที่ เขต สุขภาพที่ 11 2. เพื่อให้ ประชาชนวัย ทำงานเข้าถึง เทคโนโลยีและ ดิจิทัล แพลตฟอร์มใน การส่งเสริม สุขภาพ</p>	<p><u>วิธีการ</u> - รมรงค์ ประชาสัมพันธ์</p>	<p><u>งบประมาณการ</u> สื่อความรู้ด้านอาหาร และโภชนาการมาตรฐาน Healthy Canteen 1. ป้ายประชาสัมพันธ์ หวานน้อยสั่งได้ จำนวน 100 ป้าย 2. โปสเตอร์ ลดหวาน มัน เค็ม จำนวน 300 แผ่น 3. โปสเตอร์ผลไม้ 1 ส่วน จำนวน 300 แผ่น 4. โปสเตอร์ธง โภชนาการ จำนวน 300 แผ่น 5. โปสเตอร์ฉลาก โภชนาการ จำนวน 300 แผ่น 6. โปสเตอร์อาหาร แลกเปลี่ยน จำนวน 300 แผ่น 7. ป้ายรมรงค์เมนูสุขภาพ สุขภาพ จำนวน 200 ป้าย 8. โปสเตอร์รมรงค์สาว ไทยแก้มแดง จำนวน 300 แผ่น 9. โมเดลอาหารหวาน มัน เค็ม จำนวน 1 ชุด 10. ป้ายไว้นิถิลการเข้าถึง เทคโนโลยีและดิจิทัล แพลตฟอร์มในการ ส่งเสริมสุขภาพ ขนาด 180 x 80 ซม. จำนวน 4 ป้าย 11. คู่มือการส่งเสริม สุขภาพและอนามัย สิ่งแวดล้อม จำนวน 15 เล่ม 12. ชุดกล่องความรู้ด้าน การส่งเสริมสุขภาพกลุ่ม วัยทำงาน 1 ชุด รวม 132,800.- บาท</p>	<p>132,800.-</p>
-------------------------------------	--	--	--	--	--	------------------

	2.2 รับรองมาตรฐาน	กลุ่มเป้าหมาย โรงอาหารในสถาน ประกอบการภาครัฐและ เอกชนที่ผ่านการรับรอง Healthy Canteen จำนวน 42 แห่ง	ระยะเวลา ก.ค.-ก.ย.68 สถานที่ : เขตสุขภาพที่ 11	วัตถุประสงค์ เพื่อเกิดต้นแบบ ด้านโภชนาการที่ ดี	วิธีการ - คัดเลือกตาม เกณฑ์การรับรอง มาตรฐาน Healthy Canteen - มอบป้าย รับรองมาตรฐาน	งบประมาณการ ป้ายรับรองมาตรฐาน Healthy Canteen 30 ป้าย รวม 30,000.- บาท	30,000.-
	2.3 นิเทศติดตามเยี่ยม เสริมพลัง	พื้นที่เป้าหมาย สถานประกอบการ จำนวน 14 แห่ง และ หน่วยงานสาธารณสุข จำนวน 7 แห่ง ในเขต สุขภาพที่ 11 <u>คณะนิเทศ</u> 1. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัย ที่ 11 จำนวน 4 คน 2. ผู้รับผิดชอบงานระดับ จังหวัดและเครือข่ายใน เขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 14 คน รวมทั้งหมด 18 คน	ระยะเวลา ม.ค.-มิ.ย.68 สถานที่ : เขตสุขภาพที่ 11	วัตถุประสงค์ 1. เพื่อติดตาม การดำเนินงาน การจัดการ สภาพแวดล้อม ยกระดับสถาน ประกอบการ ครอบครัว ชุมชน รอบรู้สุขภาพและ ส่งเสริมสุขภาพะ วัยทำงานตามเวช ศาสตร์วิถีชีวิต 2. เพื่อสนับสนุน การปฏิบัติงาน ด้านการส่งเสริม สุขภาพวัยทำงาน จากหน่วยงานที่ เกี่ยวข้อง	วิธีการ ลงพื้นที่นิเทศ ติดตาม เยี่ยม เสริมพลัง	งบประมาณการ 1. ค่าเช่าที่พักเหมาจ่าย 2. ค่าเบี้ยเลี้ยง จนท. ศูนย์อนามัยที่ 11 3. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิงรถ ราชการ รวม 44,060 บาท	44,060.-
3.	สืบสานพระราชปณิธาน สมเด็จพระย่าท่านภีมะเรง เด้านม เขตสุขภาพที่ 11 งบประมาณ 2568 3.1 อบรมเชิงปฏิบัติการ สร้างความรอบรู้ด้าน สุขภาพให้กับนักศึกษา หญิงในสถาบันการศึกษา ระดับมหาวิทยาลัย	ครั้งที่ 1 กลุ่มเป้าหมาย 1. นักศึกษาหญิง อายุ 20 ปี ขึ้นไป และ อาจารย์ ใน สถาบันการศึกษาระดับ มหาวิทยาลัย จำนวน 60 คน 2. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัย ที่ 11 จำนวน 5 คน 3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในพื้นที่ จำนวน 2 คน รวมทั้งหมด 67 คน	ระยะเวลา พ.ย. 67-ก.พ.68 สถานที่ : มหาวิทยาลัยราช ภัฏภูเก็ต จังหวัด ภูเก็ต	วัตถุประสงค์ 1. เพื่อให้ผู้เข้ารับ การอบรมมี ความรู้ในการ ตรวจคัดกรอง มะเร็งเต้านมและ สามารถตรวจคัด กรองมะเร็งเต้าน มด้วยตนเองได้ ถูกต้อง มี ประสิทธิภาพ 2. เพื่อให้ผู้เข้ารับ การอบรมมี ความรู้ในการใช้	วิธีการ - บรรยาย - ฝึกปฏิบัติ	งบประมาณการ 1. ค่าอาหารกลางวัน 2. ค่าอาหารว่างและ เครื่องดื่ม 3. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิงรถ ราชการ 4. ค่าเกียรติบัตร ผู้เข้าร่วมอบรม 5. ค่าเกียรติบัตรพร้อม กรอบป้ายเชิดชูเกียรติ สำหรับมหาวิทยาลัย 6. ค่าเช่าที่พัก เจ้าหน้าที่ ศูนย์อนามัยที่ 11	8/8

		<p>ครั้งที่ 2</p> <p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>1. นักศึกษาหญิง อายุ 20 ปี ขึ้นไป และ อาจารย์ ใน สถาบันการศึกษาระดับ มหาวิทยาลัย จำนวน 60 คน</p> <p>2. เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 5 คน</p> <p>3. เจ้าหน้าที่สาธารณสุขในพื้นที่ จำนวน 2 คน</p> <p>รวมทั้งหมด 67 คน</p>	<p>ระยะเวลา</p> <p>พ.ย. 67-ก.พ.68</p> <p>สถานที่ :</p> <p>มหาวิทยาลัย เฉลิมกาญจนา นครศรีธรรมราช จังหวัด นครศรีธรรมราช</p>	<p>แอลพีเคชั่น 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. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิงรถราชการ</p> <p>4. ค่าเกียรติบัตรผู้เข้าร่วมอบรม</p> <p>5. ค่าเกียรติบัตรพร้อมกรอบป้ายเชิดชูเกียรติสำหรับมหาวิทยาลัย</p> <p>รวม 15,790.- บาท</p>	<p>25,790.-</p> <p>15,790.-</p>
	3.2 อบรมเชิงปฏิบัติการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับพนักงานหญิงในสถานประกอบการ	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>1. พนักงานหญิงในสถานประกอบการ 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. 67-เม.ย.68</p> <p>สถานที่ :</p> <p>สถานประกอบการในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 จำนวน 3 แห่ง (เอกชน)</p>	<p>วัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมและสามารถตรวจคัดกรองมะเร็งเต้านมด้วยตนเองได้ถูกต้อง มีประสิทธิภาพ</p> <p>2. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการใช้แอลพีเคชั่น 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. ค่าน้ำมันเชื้อเพลิงรถราชการ</p> <p>4. ค่าเกียรติบัตรพร้อมกรอบป้ายเชิดชูเกียรติสำหรับสถานประกอบการ</p> <p>5. ค่าเช่าที่พักผู้เจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11</p> <p>6. ค่าเบี้ยเลี้ยงเจ้าหน้าที่ศูนย์อนามัยที่ 11</p> <p>รวม 60,900.- บาท</p>	60,900.-
4.	ควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>1. ชุมชน/หมู่บ้าน ที่เป็นชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน จำนวน 3,380 ชุมชน</p>	<p>ระยะเวลา</p> <p>ต.ค.67 - ส.ค. 68</p> <p>สถานที่ :</p> <p>เขตสุขภาพที่ 11</p>	<p>วัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในประชาชนกลุ่ม</p>	<p>วิธีการ</p> <p>1. ประเมินชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน</p>	<p>งบประมาณ</p> <p>1. วัสดุอุปกรณ์ตรวจ Lab</p>	

		<p>2. ร้านค้า ร้านอาหาร ในเขตสุขภาพที่ 11</p> <p>3. คริวเรือนมีการใช้ เกลือบริโภคเสริม ไอโอดีนที่มีคุณภาพ 20-40 ppm ร้อยละ 90</p> <p>4. หญิงตั้งครรภ์ที่มี ค่ามัธยฐานไอโอดีนใน ปัสสาวะก่อนได้รับยา เสริมไอโอดีน มากกว่า หรือเท่ากับ 150 ไมโครกรัมต่อลิตร</p>		<p>รียทำงานเขต สุขภาพที่ 11</p> <p>2. เพื่อเฝ้าระวัง คุณภาพการ บริโภคเกลือและ ผลิตภัณฑ์เสริม ไอโอดีน</p> <p>3. รณรงค์และ ประชาสัมพันธ์ การบริโภคเกลือ และผลิตภัณฑ์ เสริมไอโอดีน</p>	<p>2. ประเมิน ร้านค้า ร้านอาหารที่ใช้ เกลือหรือ ผลิตภัณฑ์เสริม ไอโอดีน</p> <p>3. สุ่มตรวจเกลือ บริโภคใน คริวเรือนเพื่อหา ปริมาณไอโอดีน ด้วยชุดทดสอบ ไอคิท (I-Kit)</p> <p>4. ตรวจปริมาณ ไอโอดีนใน ปัสสาวะของหญิง ตั้งครรภ์ที่มาฝาก ครรภ์ครั้งแรก</p> <p>5. วิเคราะห์ แปร ผลปริมาณ ไอโอดีนใน ปัสสาวะหญิง ตั้งครรภ์ และ ส่งคืนพื้นที่เพื่อ ควบคุมป้องกัน โรคขาดสาร ไอโอดีนต่อไป</p> <p>6. ประกวด คัดเลือกชุมชน ไอโอดีนเนื่องใน วันไอโอดีน แห่งชาติ</p> <p>7. มอบเกียรติ บัตร</p>	<p>2. แผ่นตรวจ I-Kit จำนวน 74 อำเภอๆ ละ 8 ชุด</p> <p>3. เกียรติบัตรพร้อม กรอบป้ายรางวัล ประกวดชุมชนวัน ไอโอดีนแห่งชาติ จำนวน 7 รางวัล</p> <p>รวม 72,200.- บาท</p>	72,200.-
5.	<p>คัดเลือกต้นแบบการ ส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน ในพื้นที่ เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568</p>	<p>กลุ่มเป้าหมาย</p> <p>องค์กรต้นแบบในเขต สุขภาพที่ 11</p> <p>1. รางวัลจังหวัดส่งเสริม สุขภาพวัยทำงาน จำนวน 4 รางวัล</p> <p>2. รางวัลอำเภอต้นแบบ จัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 10 รางวัล</p> <p>3. รางวัลตำบลต้นแบบ จัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 20 รางวัล</p>	<p>ระยะเวลา</p> <p>ก.ค.-ก.ย. 68</p> <p>สถานที่ :</p> <p>เขตสุขภาพที่ 11</p>	<p>วัตถุประสงค์</p> <p>1. เพื่อยกย่อง เชิดชูเกียรติ องค์กรต้นแบบ การส่งเสริม สุขภาพวัยทำงาน ในพื้นที่เขต สุขภาพที่ 11</p> <p>2. เพื่อสร้าง แรงจูงใจในการ ดำเนินงาน ส่งเสริมสุขภาพ</p>	<p>วิธีการ</p> <p>1. ประกวด/ คัดเลือก</p> <p>2. มอบโล่รางวัล</p>	<p>งบประมาณ</p> <p>1. ค่าโล่ประกาศเกียรติ คุณจังหวัดส่งเสริม สุขภาพวัยทำงาน จำนวน 4 รางวัล</p> <p>2. ค่าโล่ประกาศเกียรติ คุณอำเภอต้นแบบ จัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 10 รางวัล</p> <p>3. ค่าโล่ประกาศเกียรติ คุณตำบลต้นแบบจัดการ</p>	

				วัยทำงาน เขต สุขภาพที่ 11		สุขภาพวัยทำงาน จำนวน 20 รางวัล รวม 34,800.- บาท	34,800.-
รวม							416,340.- บาท

หมายเหตุ 1. ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ โดยรายการที่ถัวเฉลี่ยต้องผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากหัวหน้าหน่วยงาน

2. แนบแผนการดำเนินงานและการเบิกจ่ายเงินท้ายโครงการ

3. แนบแผนบริหารความเสี่ยง (โครงการที่มีงบประมาณตั้งแต่ 500,000 บาทขึ้นไป) หรือโครงการที่หน่วยงานพิจารณาว่าส่งผลกระทบต่อการบรรลุเป้าประสงค์/ตัวชี้วัด/เป้าหมายตามแผนยุทธศาสตร์ฯ

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

11. งบประมาณของโครงการ

11.1 เงินงบประมาณ : งบดำเนินงานศูนย์อนามัยที่ 11 จำนวน 416,340.- บาท (สี่แสนหนึ่งหมื่นหกพันสามร้อยสี่สิบบาทถ้วน)

11.2 เงินนอกงบประมาณ.....-.....บาท

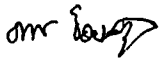
12. ระยะเวลาดำเนินการของโครงการ : 1 ตุลาคม 2567 - 30 กันยายน 2568

13. พื้นที่เป้าหมาย / สถานที่ดำเนินโครงการ : พื้นที่ 7 จังหวัด ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

14. กลุ่มผู้ใช้ประโยชน์ / ผู้รับบริการ (ถ้ามี) : กลุ่มประชาชนที่มีอายุ 19-59 ปี ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11

15. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ : เกิดการอภิบาลระบบส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานให้บรรลุเป้าประสงค์ ในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 และกรมอนามัย

16. ผู้รับผิดชอบโครงการ



(นายภากร ช่วยสกุล)



(นางจิรนนท์ ทองสัมฤทธิ์)



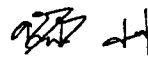
(นางสาวภักจุฑาพันธ์ สมมิ่ง)



(นายธีรชัย ยิ่งยวด)

นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

17. ผู้เห็นชอบโครงการ (หน.กลุ่มงาน)



(นางนันทนาถ ช่วยสกุล)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

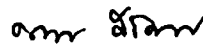
18. ผู้ตรวจสอบงบประมาณ (หน.อำนวยการ)



(นางจิตติมา นาคะนนท์)

นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

19. ผู้อนุมัติโครงการ (ผู้อำนวยการศูนย์หรือรักษาราชการแทนฯ)



(นางสาวรลักษ์ณ์ ศิริรินทร์นทร์)

นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านสาธารณสุข)

รักษาราชการแทนผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช

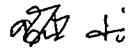
หน่วยงาน กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน เลขที่โครงการ.....**8**.....จำนวนเงิน 416,340.- บาท

สรุปกิจกรรมโครงการ ค่าเป้าหมาย และระยะเวลาแผนการใช้งบประมาณ ปีงบประมาณ 2568

8. โครงการเสริมสร้างคนไทยวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ สุขภาพที่ดีและมีวิถีชีวิตที่ยั่งยืนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568 งบประมาณ 416,340 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 3 สืบสานพระราชปณิธานสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชในเขตสุขภาพที่ 11 งบประมาณ 2568 (กิจกรรมย่อย 3.2 อบรมเชิงปฏิบัติการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับพนักงานหญิงในสถานประกอบการ)	1. พนักงานหญิงในสถานประกอบการ 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)									60,900					
กิจกรรมที่ 4 ควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568	1. ชุมชน/หมู่บ้าน ที่เป็นชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน จำนวน 3,380 ชุมชน 2. ร้านอาหาร ในเขตสุขภาพที่ 11 3. คริวเรือมีการใช้เกลือบริโภคเสริมไอโอดีนที่มีคุณภาพ 20-40 ppm ร้อยละ 90 4. หญิงตั้งครรภ์ที่มีค่ามียูธานไอโอดีนในปัสสาวะก่อนได้รับยาเสริมไอโอดีน มากกว่าหรือเท่ากับ 150 ไมโครกรัมต่อลิตร	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)			1							1				
		งบประมาณ (บาท)			69,400								2,800			
กิจกรรมที่ 5 คัดเลือกต้นแบบการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงานในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 11 ปีงบประมาณ 2568	องค์กรต้นแบบในเขตสุขภาพที่ 11 1. รางวัลจังหวัดส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 4 รางวัล 2. รางวัลอำเภอต้นแบบจัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 10 รางวัล 3. รางวัลตำบลต้นแบบจัดการสุขภาพวัยทำงาน จำนวน 20 รางวัล	ค่าเป้าหมาย (ครั้ง/คน)											1			
		งบประมาณ (บาท)												34,800		
รวมงบประมาณ 416,340 บาท			0	132,800	95,190	15,790	0	0	60,900	44,060	2,800	64,800	0	0		

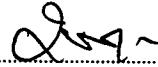
หัวหน้ากลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยทำงาน



(นางนันทนา ช่วยสกุล)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

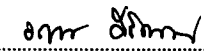
ผู้ตรวจสอบแผนงานโครงการ



(นายชัยณรงค์ แก้วจันงค์)

ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ

ผู้อนุมัติโครงการ



(นางสาววรลักษณ์ คีรินทร์นธ์)

ตำแหน่ง นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านสาธารณสุข)

รักษาราชการแทน ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 11