



โครงการ ๑๐ ล้านครอบครัวไทย ออกกำลังกาย
เพื่อสุขภาพ เฉลิมพระเกียรติ เนื่องในโอกาสมหามงคลพระราชพิธีบรมราชาภิเษก

รายงานผลการลงทะเบียนครอบครัวอบอุ่นออกกำลังกาย จ.สระแก้ว

โครงการ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เฉลิมพระเกียรติเนื่องในโอกาสมหามงคลพระราชพิธีบรมราชาภิเษก

KPI	เป้าหมาย (ปี 2563)	ผลงาน ต.ค.2562	ผลงาน พ.ย.2562	ร้อยละ
จำนวนครอบครัว อบอุ่นออกกำลังกาย	10,000	88	1,146	11.46
จำนวนชมรมออก กำลังกาย	18	3	33	บรรลุ เป้าหมาย จังหวัด
จำนวน สวนสาธารณะเพื่อ การออกกำลังกาย	9	1	10	บรรลุ เป้าหมาย จังหวัด

****เพื่อบรรลุเป้าหมาย ขอความร่วมมือท่าน ปชส.เชิงชุมชน บุคลากรในสังกัด อสม.
และประชาชนทั่วไป ร่วมลงทะเบียนครอบครัวอบอุ่นออกกำลังกาย**

ทั้งนี้ กรมอนามัย อยู่ระหว่างปรับปรุงการประมวลผลภาพรวมอำเภอ และตำบล

รายงานผลการลงทะเบียนนครรอบครัวอบอุ่นออกกำลังกาย จ.สระแก้ว

โครงการ 10 ล้านครอบครัวไทยออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เฉลิมพระเกียรติเนื่องในโอกาสมหามงคลพระราชพิธีบรมราชาภิเษก



จำนวนผู้ลงทะเบียนโครงการ 10 ล้านครอบครัวไทย ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

เขตสุขภาพที่ 6

ข้อมูล ณ 25 พ.ย. 2562

จังหวัด	จำนวนครอบครัว	เป้าหมายจำนวนครอบครัวสะสม			ลงทะเบียนครอบครัวปี 2563		ลงทะเบียนชมรมออกกำลังกายปี 2563	องค์การปกครองท้องถิ่นปี 2563	สวนสาธารณะปี 2563
		ปี 2563	ปี 2564	ปี 2565	จำนวนผู้ลงทะเบียน	ร้อยละ			
ชลบุรี	702,174	35,711	178,556	357,111	171	0.48	20	2	4
ระยอง	255,536	12,996	64,980	129,960	155	1.19	72	1	2
จันทบุรี	173,964	8,847	44,237	88,475	410	4.63	55	23	53
ตราด	80,256	4,082	20,408	40,817	212	5.19	16	6	6
สมุทรปราการ	448,463	22,808	114,040	228,079	651	2.9	42	6	9
ฉะเชิงเทรา	197,578	10,048	50,242	100,484	1912	19.0	85	7	15
ปราจีนบุรี	146,431	7,447	37,236	74,472	194	2.6	4	1	1
สระแก้ว	177,916	9,048	45,242	90,484	940	10	33	7	10
เขตสุขภาพที่ 6	2,182,318	110,987	554,941	1,109,883	4645	4.19	327	53	100

ผลการลงทะเบียนนครรอบครัวอบอุ่นออกกำลังกาย ณ 28 พ.ย. 2562

พื้นที่	จำนวนครอบครัวทั้งหมด	เป้าหมายปี 2563	จำนวนลงทะเบียนครอบครัวออกกำลังกาย	ร้อยละ
จ.สระแก้ว	177,916	10,000	1,146	11.46
เขต 6	2,182,318	110,987	4,645	4.19
ประเทศ	19,662,603	1 ล้าน	84,601	8.46

Challenge : RUN 2020 “วิ่งวัดใจ”

ไม่ต้องชนะใคร แค่ชนะใจตัวเอง



เป้าหมายรวม สะสมระยะทาง 10,000 km x 10 เท่า = 100,000 km
(เป้าหมาย Challenge อ่างๆ ละ 10,000 km)

****ขอเชิญชวนบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข จังหวัดสระแก้ว ทุกระดับ (สสจ.+รพ.+สสอ.+รพ.สต.)**

ประเภทวิ่ง

แบ่งกลุ่มเป้าหมายของผู้เข้าร่วมโครงการ ออกเป็น 4 ประเภท คือ

1. Challenge 100 km สำหรับคนที่ไม่เคยวิ่งมาก่อน ต้องการชนะใจตนเอง
2. Challenge 200 km สำหรับคนที่วิ่งบ้าง แต่ก็มีเหตุขัดข้องบางประการอยู่บ่อยครั้ง
3. Challenge 300 km สำหรับคนที่วิ่งประจำ และเชื่อว่าร่างกายสามารถฝึกฝนพัฒนาได้
4. Challenge 500 km สำหรับคนที่วิ่งประจำ และต้องการสัมผัสอีกขั้น FINISHER

ระยะเวลา

ระหว่างวันที่ 6 พฤศจิกายน 2562 ถึง 12 กุมภาพันธ์ 2563 รวม 14 สัปดาห์
“ ของขวัญวันแห่งความรัก (สุขภาพตัวเองและครอบครัว) 14 กุมภาพันธ์ ”

สถานที่

เดิน/วิ่ง ทุกที่ ทุกเวลา ตามที่ใจสะดวก + รายงานผลผ่าน app วิ่ง Endomondo (Admin สสจ.ว + CUP)

ขอเชิญชวนบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข จังหวัดสระแก้ว ทุกระดับ (สสจ.+รพ.+สสอ.+รพ.สต.)

ค่าใช้จ่าย

ค่าสมัครเข้าร่วมโครงการ คนละ 250 บาท
(เป็นค่าเสื้อวิ่ง+จัดทำใบประกาศ+ เสื้อ FINISHER +การจัดการอื่นๆ)

รางวัลนักวิ่งวัดใจ

1. วิ่งครบระยะบรรลุเป้าหมาย Challenge จะได้รับใบประกาศเกียรติคุณ พร้อมเสื้อวิ่งวัดใจ สาขาสระแก้ว
2. นักวิ่ง Challenge ทุกระยะ สามารถเดินวิ่ง 500 km ขึ้นไป จะได้รับเสื้อ HEALTHY FINISHER เพิ่มอีก 1 ตัว
3. รางวัลพิเศษ จาก นพ.สสจ.สก. สำหรับท่านใดที่สามารถลดน้ำหนักได้เยอะที่สุด (วัดจากเปอร์เซ็นต์ น้ำหนักตัวที่ลดลง)

การประเมินผล

(Admin ติดตาม กระตุ้นทุกเย็นวันพุธ Sport day และทุกสิ้นเดือน)

1. บรรลุเป้าหมาย Challenge (ร้อยละ 60)
2. วัด BMI (Body Mass Index) ก่อน-หลัง น้ำหนักตัวรวมที่ลดลง
3. วัดรอบเอว ก่อน-หลัง รอบเอวรวมที่ลดลง

เปิดรับสมัคร แล้วตั้งแต่บัดนี้
จนถึงวันที่ 16 ธ.ค. 2562

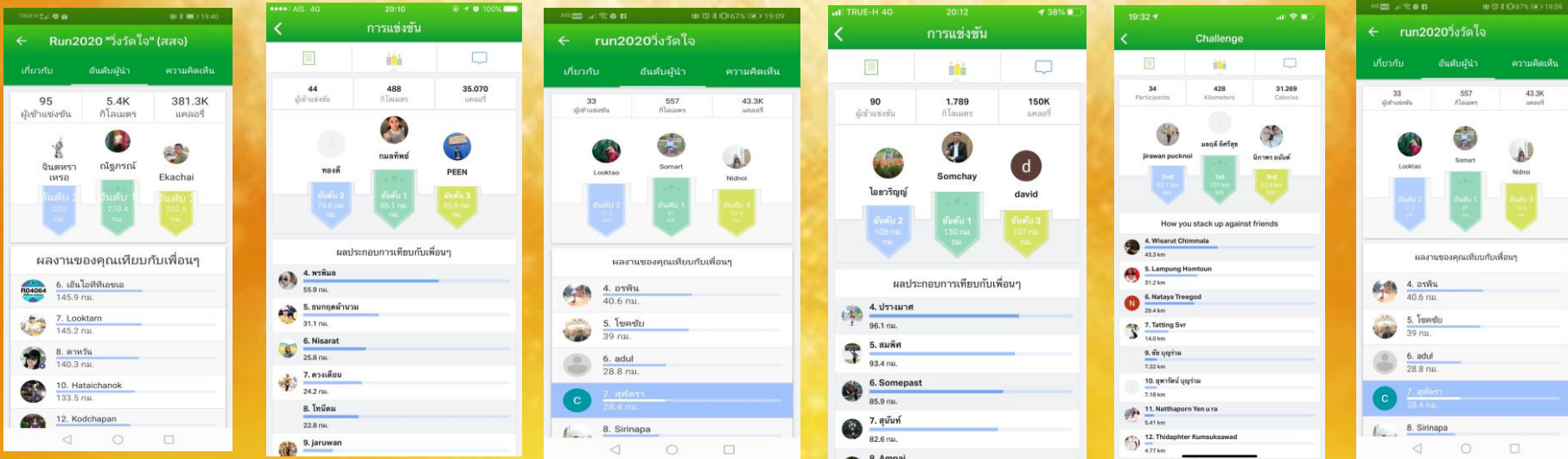


สำหรับลงทะเบียน Challenge + ฐานข้อมูลสุขภาพ
<https://forms.gle/ZSne1LN3psBHeJHs9>

สรุปกิจกรรมสร้างสุขภาพ & องค์กรแห่งความสุข สา'สุขสระแก้ว ปี 2563

1.สมัครลงทะเบียน "ครอบครัวอบอุ่นออกกำลังกาย" โครงการ 10 ล้านครอบครัวไทย ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เฉลิมพระเกียรติ ฯ ของกระทรวงสาธารณสุข ผ่านเว็บไซต์ ครอบครัวอบอุ่นออกกำลังกาย ..เป้าหมายจังหวัดสระแก้ว 10,000 ครอบครัว ออกกำลังกาย ด้วยคีตะมวยไทย และออกกำลังกายทุกประเภทรวมทั้งเล่นกีฬาตามความถนัด

2.สมัครลงทะเบียน "วิ่งวัดใจ2020 ไม่ต้องชนะใคร แค่ชนะใจตัวเอง" ตั้งเป้าหมาย Challenge ผ่านทาง <https://forms.gle/ZSne1LN3psBHeJHs9> และออกกำลังกายเดินวิ่ง รายงานผลผ่าน app วิ่ง Endomondo ผ่านทางมือถือหรือคอมพิวเตอร์



****รายงานผลวิ่งวัดใจสา'สุขสระแก้ว ณ 28 พ.ย.2562 ผู้ลงทะเบียน 459 คน
รวมระยะทางวิ่งสะสม 8,923.6 km**

การตรวจเยี่ยมเชิงประเด็น พัฒนาการเด็ก รพ.สต.ไทรทอง อ.เขาฉกรรจ์



ข้อค้นพบ

1. จัด WCC เดือนละ 1 ครั้ง

- จำนวนเด็กรับบริการ 50-60 คน
- คัดกรอง 92.15% , สงสัยล่าช้า 22.22%, ติดตามได้ 86.67% และ สมวัย 97.04%
- ตรวจคัดกรองพัฒนาการไม่ครอบคลุม
- บันทึกข้อมูลไม่ทันเวลา

2. เครื่องชั่งน้ำหนักและที่วัดความยาว/ส่วนสูงเด็กได้มาตรฐาน

3. ผู้รับผิดชอบงานยังไม่ได้รับการอบรมการใช้คู่มือ DSPM

ข้อเสนอแนะ

1. ให้เพิ่มวันบริการโดยแยกกลุ่มอายุหรือตรวจคัดกรองพัฒนาคนละวัน กับวัน EPI

2. ให้สอบเทียบเครื่องชั่ง (Calibration) ทุกเดือน เพื่อความเที่ยงตรงในการแปลผล

3. ให้ CUP จัดอบรมให้เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบงานใหม่ อบรมฟื้นฟู และให้เรียนรู้เพิ่มเติมผ่านทาง Internet หรือ YouTube