



320

บันทึกข้อความ

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร
 รับที่..... 704
 วัน/เดือน/ปี... ๑๕ มี.ค. ๒๕๖๔
 เวลา..... 10.19 น. รับ

ส่วนราชการ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอชาลนบุรี อำเภอชาลนบุรี จังหวัดกำแพงเพชร

ที่ กพ ๐๔๓๒.๑/๓๒ วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขออนุมัติโครงการ และขออนุมัติดำเนินการตามโครงการ วันที่ 18 มี.ค. 2564

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

ด้วยเครือข่ายบริการสุขภาพชาลนบุรี ได้ขับเคลื่อนการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี (ด้านสาธารณสุข) ภายใต้การพัฒนาความเป็นเลิศ ๔ ด้าน เพื่อบรรลุเป้าหมาย ประชาชนสุขภาพดี เจ้าหน้าที่มีความสุข และระบบสุขภาพยั่งยืน เครือข่ายบริการสุขภาพชาลนบุรี จึงขอเพิ่มแผนปฏิบัติการและขอจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการในกลุ่มเด็กปฐมวัยอำเภอชาลนบุรี ประจำปี ๒๕๖๔ เพื่อให้เด็กปฐมวัยได้รับการประเมินการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการและได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม รวมทั้งผู้ปกครองเด็กปฐมวัยมีความรู้และสามารถดูแลสุขภาพเด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการได้ ซึ่งบรรจุในแผนปฏิบัติการด้านสาธารณสุข เครือข่ายบริการสุขภาพชาลนบุรี ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔ (แผนงาน/โครงการดำเนินการปกติ) ยุทธศาสตร์ที่ ๑ ส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค และคุ้มครองผู้บริโภคเป็นเลิศ (PP&P Excellence) แผนงานที่ ๑. แผนงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนไทยทุกกลุ่มวัย (ด้านสุขภาพ) โครงการที่ ๑.๑. โครงการการพัฒนาและสร้างเสริมศักยภาพคนไทยทุกกลุ่มวัย โดยใช้งบประมาณเงินบำรุงโรงพยาบาลชาลนบุรี จำนวนเงิน ๓๐,๐๐๐ บาท (สามหมื่นบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดลงนามอนุมัติโครงการ

กลุ่ม งานส่งเสริมสุขภาพ
 เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

เรื่อง ขออนุมัติโครงการสุขภาพชาลนบุรี ขออนุมัติโครงการ และขออนุมัติดำเนินการตามโครงการ ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการในกลุ่มเด็กปฐมวัย อ.ชาลนบุรี ประจำปี ๒๕๖๔ งบประมาณเงินบำรุง รพ.ชาลนบุรี 30,000 บาท

(นายสุรัตน์ อยู่ยอด)
 สาธารณสุขอำเภอชาลนบุรี

วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๖๔
 นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

ขอเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางวิมานรดี คงอรุณ)

(นางวิมานรดี คงอรุณ)
 หัวหน้ากลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

(นางพรพรรณ ระฆัง)
 นักวิชาการเงินและบัญชีชำนาญการพิเศษ
 หัวหน้างานการเงินและบัญชี
 20 มี.ค. 2564

กลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์สาธารณสุข

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

- โทรศัทพ์ใน ๒๒๓๓๖๔ วันที่ ๒๒.๓.๖๔

- เพื่อไปคัดลอก

(นางสาวศรีรัตน์ สุขทรัพย์)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

21.๓.๖๔

Chanya

นางสาวนงนวล พูลเกษร

หัวหน้ากลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์สาธารณสุข

21.๓.๖๔

อนุมัติ

ลงนามแล้ว



(นายปริญญา นากปุ่นบุตร)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสิงห์บุรี รักษาราชการแทน

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

๒๗ มี.ค. ๒๕๖๔

ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการในกลุ่มเด็กปฐมวัย

อำเภอขามเฒ่าบุรี ประจำปี ๒๕๖๔

ชื่อหน่วยงานที่รับผิดชอบ เครือข่ายบริการสุขภาพขามเฒ่าบุรี

ชื่อผู้รับผิดชอบ นายสุรนต์ อยู่ยอด สาธารณสุขอำเภอขามเฒ่าบุรี โทรศัพท์ ๐ ๕๕๗๗ ๙๐๑๒

ชื่อผู้ประสานงานหลัก ๑. นางสาวเกศนีย์ แพร่น้อย นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ โทรศัพท์ ๐๘ ๖๒๐๖ ๙๒๖๕

๒. นางสาวดวงสุรีย์ ปานศิลา พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โทรศัพท์ ๐๙ ๒๒๕๖ ๕๐๙๗

๑. หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย (๐-๕ ปี) เป็นการพัฒนาศรีภรณ์มนุษย์ที่ให้ผลตอบแทนในระยะยาวที่คุ้มค่า เนื่องจากการดำเนินงานที่ส่งผลให้เด็กมีการเจริญเติบโตมีร่างกายแข็งแรง สติปัญญาดี มีความสามารถในการเรียนรู้ สร้างระบบภูมิคุ้มกันต้านโรคและลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง

จากสถานการณ์ด้านภาวะการเจริญเติบโตของเด็กปฐมวัย (๐-๕ ปี) อำเภอขามเฒ่าบุรี ในช่วงปี ๒๕๖๑ - ๒๕๖๓ ข้อมูลจากระบบ HDC พบว่า เด็กปฐมวัยที่ได้รับการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงมีภาวะสูงตีสส่วนมากที่สุดในปี ๒๕๖๒ ร้อยละ ๖๔.๗๐ รองลงมาคือปี ๒๕๖๓ ร้อยละ ๖๐.๔๗ และปี ๒๕๖๑ ร้อยละ ๕๒.๑๓ ตามลำดับ ภาวะอ้วนมีแนวโน้มสูงขึ้นตั้งแต่ช่วงปี ๒๕๖๑ - ๒๕๖๓ ร้อยละ ๕.๓๘, ๗.๔๓, และ ๙.๓๐ ภาวะผอมมีแนวโน้มสูงขึ้น ร้อยละ ๓.๙๕, ๕.๔๖, และ ๖.๔๐ ตามลำดับ รวมทั้งมีแนวโน้มภาวะเตี้ยเพิ่มสูงขึ้น ร้อยละ ๓.๖๕, ๑๑.๖๐ และ ๑๔.๔๐ ตามลำดับ ซึ่งจากผลการดำเนินงานปีงบประมาณ ๒๕๖๓ พบว่าแผนในการส่งเสริมและแก้ไขปัญหามาตรฐานโภชนาการยังไม่ครอบคลุมระบบส่งต่อ ติดตามเฝ้าระวัง รวมทั้งสถานบริการหลายแห่งยังพบปัญหาเรื่องเครื่องมือชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ที่ไม่ได้มาตรฐาน ทำให้การแปลผลภาวะโภชนาการผิดพลาดเคลื่อน บุคลากรสาธารณสุขที่ปฏิบัติงาน ครูผู้ดูแลเด็กในสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย ผู้ปกครอง รวมถึงภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความสำคัญอย่างยิ่งที่ต้องร่วมมือกันในการดูแลเด็กปฐมวัย ให้มีสุขภาพดีเติบโตได้เต็มศักยภาพ เป็นอนาคตที่ดีของชาติต่อไป

ดังนั้น เครือข่ายสุขภาพขามเฒ่าบุรี จึงจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการในกลุ่มเด็กปฐมวัย อำเภอขามเฒ่าบุรี ประจำปี ๒๕๖๔ ขึ้น เพื่อให้เด็กปฐมวัยได้รับการประเมินภาวะโภชนาการและได้รับคำแนะนำให้สามารถควบคุมภาวะทุพโภชนาการ และความเสี่ยงด้านสุขภาพ พร้อมทั้งส่งต่อสู่ระบบการรักษาในกลุ่มเด็กที่มีภาวะอ้วนระดับรุนแรง อันจะส่งผลให้ลดปัจจัยเสี่ยงต่อสุขภาพและเพิ่มคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อให้เด็กปฐมวัยได้รับการประเมินการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการ

๒.๒ เพื่อให้ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยมีความรู้และสามารถดูแลสุขภาพเด็กปฐมวัยที่มีภาวะทุพโภชนาการได้อย่างเหมาะสม

๒.๓ เพื่อให้เด็กปฐมวัยที่มีภาวะเสี่ยงอ้วนและอ้วน ได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

๓. สถานที่....



๓. สถานที่ / พื้นที่ / ประชากรเป้าหมาย

๓.๑ สถานที่ : ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุขอำเภอชาณุวรลักษบุรี

๓.๒ พื้นที่ : อำเภอชาณุวรลักษบุรี

๓.๓ ประชากรเป้าหมาย :

๓.๓.๑ เด็กปฐมวัยที่มีอายุ ๓ - ๕ ปี อำเภอชาณุวรลักษบุรี เป้าหมายประเมินการเจริญเติบโต จำนวน ๑,๐๐๐ คน

๓.๓.๒ ผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดูเด็กที่มีอายุ ๓ - ๕ ปี ที่มีภาวะทุพโภชนาการ จำนวน ๔๐ คน

๔. กลวิธีดำเนินการ

๔.๑ จัดทำโครงการเสนอเพื่อขออนุมัติ

๔.๒ ประชุมคณะทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมและชี้แจงแนวทางการดำเนินงาน

๔.๓ จัดทำฐานข้อมูลเด็ก ๓ - ๕ ปี พร้อมคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายในการประเมินการเจริญเติบโตพร้อมสรุปเพื่อหากกลุ่มเสี่ยง

๔.๔ ดำเนินการจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพตามกลุ่มเสี่ยง

๔.๕ สรุปและประเมินผลการดำเนินงาน

๕. กิจกรรมการดำเนินงาน

๕.๑ การจัดทำฐานข้อมูลเด็ก ๓ - ๕ ปี

๕.๒ การจัดทำเครื่องมือที่ใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการ

๕.๒.๑ แบบประเมินภาวะทุพโภชนาการเด็กอายุ ๓ - ๕ ปี

๕.๒.๒ แบบรายงานข้อมูลโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการเด็กอายุ ๓ - ๕ ปี

๕.๓ การจัดทำชุดกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็กอายุ ๓ - ๕ ปี

๕.๔ ประชุมคณะทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมและชี้แจงแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

๕.๔.๑ แบบคัดกรองพฤติกรรมบริโภคอาหาร จำนวน ๑๔ ข้อ พฤติกรรมการนอน จำนวน ๑ ข้อ, พฤติกรรมการออกกำลังกาย จำนวน ๑ ข้อ และการดูแลสุขภาพช่องปาก จำนวน ๒ ข้อ

๕.๔.๒ แผนการสอน ชุดกิจกรรมการให้ความรู้ผู้ปกครองเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลเด็กอายุ ๓ - ๕ ปี

๕.๔.๓ แบบรายงานข้อมูลโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการเด็กอายุ ๓ - ๕ ปี

๕.๕ การคัดกรองประเมินการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการ โดยการชั่งน้ำหนัก, วัดส่วนสูง, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร, พฤติกรรมการออกกำลังกาย, พฤติกรรมการนอน, และการดูแลสุขภาพช่องปาก โดยการสอบถามข้อมูลจากผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดูเด็กและลงบันทึกในแบบคัดกรอง กรณีที่พบพฤติกรรมบริโภคอาหารบางข้อที่เด็กไม่สามารถปฏิบัติได้ แต่เด็กยังมีแนวโน้มการเจริญเติบโตดี ไม่จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหาร อาจเป็นการเฝ้าระวังและดูแลแนวโน้มต่อไป

๕.๖ การปรับเปลี่ยน...

๕.๖ กิจกรรมอบรม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางด้านสุขภาพของผู้ปกครอง/ ผู้เลี้ยงดู ในกลุ่มเด็กที่มีภาวะทุพโภชนาการ (อ้วน เตี้ย ผอม) ที่ผ่านการแปลผลจากโปรแกรมคำนวณภาวะโภชนาการของนายแพทย์ชลทิศ อุไรฤกษ์กุล จำนวน ๔๐ คน โดยกำหนดกิจกรรมดำเนินการ จำนวน ๒ วัน ดังนี้

๕.๖.๑ กิจกรรมวันที่ ๑ ดำเนินการกับผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดู ดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ : กิจกรรมสัมพันธ์

กิจกรรมที่ ๒ : ความรู้เกี่ยวกับภาวะอ้วน เตี้ย ผอม และภาวะแทรกซ้อน

กิจกรรมที่ ๓ : ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การนอน การดูแลสุขภาพช่องปาก

กิจกรรมที่ ๔ : ฐานความรู้ด้านโภชนาการ (อาหารหลัก ๕ หมู่, ธงโภชนาการ, อาหารทดแทน และฉลากโภชนาการ)

๕.๖.๒ กิจกรรมวันที่ ๒ ดำเนินการกับผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดู ดังนี้

กิจกรรมที่ ๑ : การเลือกซื้อ การเก็บและกิจกรรม “ทัวร์ซูเปอร์มาร์เก็ต”

(การเลือกซื้ออาหาร ของว่าง เครื่องดื่ม และปริมาณที่รับประทานได้)

กิจกรรมที่ ๒ : ให้ผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดูแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการทำอาหารเพื่อสุขภาพให้ลูก

กิจกรรมที่ ๓ : สรุปกิจกรรมพร้อมชี้แนะกล่าวชื่นชมในความสำเร็จ

กิจกรรมที่ ๔ : ควบคุมกำกับติดตามหลังดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

๒ เดือน โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ประเมินภาวะโภชนาการ การออกกำลังกาย การนอน โดยวิธีการสอบถามข้อมูลผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดูเด็ก และลงบันทึกในแบบประเมินภาวะทุพโภชนาการ

๖. ระยะเวลาดำเนินงาน

เดือน มกราคม ๒๕๖๔ - กรกฎาคม ๒๕๖๔

๗. งบประมาณ

จาก เงินบำรุงโรงพยาบาลชาวนรลักษณ์บุรี (PPA) จำนวนเงิน ๓๐,๐๐๐ บาท (-สามหมื่นบาทถ้วน-) รายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

๗.๑ กิจกรรมประเมินการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการ จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท

(-หนึ่งหมื่นบาทถ้วน-) รายละเอียดดังนี้

- ค่าจ้างเหมาคัดกรองและบันทึกข้อมูล ๑,๐๐๐ คน คนละ ๑๐ บาท เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท

๗.๒ กิจกรรมอบรม การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางด้านสุขภาพ จำนวน ๒๐,๐๐๐ บาท
(สองหมื่นบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๔๐ คน X ๙๐ บาท X ๒ วัน X ๑ มื้อ เป็นเงิน ๗,๒๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๔๐ คน X ๓๐ บาท X ๒ วัน X ๒ มื้อ เป็นเงิน ๔,๘๐๐ บาท
- ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน ๑ คน X ๖๐๐ บาท X ๖ ชั่วโมง X ๒ วัน เป็นเงิน ๗,๒๐๐ บาท
- ค่าเอกสารประกอบการอบรม จำนวน ๔๐ ชุด ชุดละ ๒๐ บาท เป็นเงิน ๘๐๐ บาท

หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

๘. การประเมิน

๘.๑ ทดสอบความรู้ก่อนและหลังการอบรมกับผู้ปกครอง/ผู้เลี้ยงดูเด็ก ๓-๕ ปี

๘.๒ ประเมินความพึงพอใจการจัดอบรม

๙. KPI และ Timeline กำกับ

๙.๑ ร้อยละเด็กปฐมวัยมีภาวะเตี้ยไม่เกินร้อยละ ๑๔

๙.๒ ร้อยละเด็กปฐมวัยมีภาวะผอมไม่เกินร้อยละ ๖

๙.๓ ร้อยละเด็กปฐมวัยมีภาวะอ้วนไม่เกินร้อยละ ๑๐

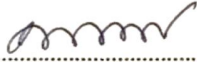
กิจกรรม	มค.	กพ.	มีค.	เมย.	พค.	มิย.	กค.
๑. ประชุมคณะทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมและชี้แจงแนวทางการดำเนินงาน	↔						
๒. จัดทำฐานข้อมูลเด็ก ๓-๕ ปี พร้อมดำเนินการคัดกรองประเมินการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการ	↔	↔					
๓. ดำเนินการจัดกิจกรรมอบรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพฯ		↔	↔	↔			
๔. วิเคราะห์ผลการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ					↔		
๕. สรุปและประเมินผลการดำเนินงาน					↔	↔	↔


๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ...

Conwy
Choi Bay

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ผลกระทบ)

- ๑๐.๑ เด็กปฐมวัยได้รับการประเมินการเจริญเติบโตและภาวะโภชนาการ
- ๑๐.๒ ผู้ปกครองเด็กปฐมวัยมีความรู้และสามารถดูแลสุขภาพเด็กปฐมวัยที่มีภาวะทุพโภชนาการได้อย่างเหมาะสม
- ๑๐.๓ เด็กปฐมวัยที่มีภาวะทุพโภชนาการได้รับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อลดภาวะเสี่ยง

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นายวิทิตศักดิ์ คณุตม์วงศ์)
นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรม)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลชาวนรลักษ์บุรี

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นายปริญญา นากปทุมบุตร)
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสิงห์บุรี รักษาราชการแทน
นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร

ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะ
ทุพโภชนาการในกลุ่มเด็กปฐมวัยอำเภอชาวนรลักษ์บุรี
ประจำปี ๒๕๖๔.....

จำนวนเงิน ๓๐,๐๐๐...บาท

แหล่งงบ เงินบำรุงโรงพยาบาล.....

รหัสโครงการ ๖๔๒๐๖๕๐๑๒ 320



กำหนดการโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการ
ในกลุ่มเด็กปฐมวัยอำเภอขามเฒ่าบุรี ประจำปี ๒๕๖๔
วันที่ เดือน พ.ศ.๒๕๖๔
ณ ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุขอำเภอขามเฒ่าบุรี

วันที่ ๑

เวลา	กิจกรรม
๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน กล่าวต้อนรับและเปิดการประชุม โดย สาธารณสุขอำเภอขามเฒ่าบุรี
๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.	กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมสัมพันธ์ วิทยากร โดย.....
๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง
๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.	กิจกรรมที่ ๒ ความรู้เกี่ยวกับภาวะอ้วน เตี้ย ผอม และภาวะแทรกซ้อน วิทยากร โดย.....
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.	กิจกรรมที่ ๓ ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การนอน การดูแลสุขภาพช่องปาก วิทยากร โดย.....
๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง
๑๔.๔๕ - ๑๖.๓๐ น.	กิจกรรมที่ ๔ ความรู้ด้านโภชนาการ (อาหารหลัก ๕ หมู่, ธงโภชนาการ, อาหารทดแทน และฉลากโภชนาการ) วิทยากร โดย.....
๑๖.๓๐ - ๑๖.๔๕ น.	อภิปราย ชักถาม สรุป

กำหนดการโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะทุพโภชนาการ
ในกลุ่มเด็กปฐมวัยอำเภอขามเฒ่าบุรี ประจำปี ๒๕๖๔
วันที่ เดือน พ.ศ.๒๕๖๔
ณ ห้องประชุมสำนักงานสาธารณสุขอำเภอขามเฒ่าบุรี

วันที่ ๒

เวลา

กิจกรรม

๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.

ลงทะเบียน

๐๘.๓๐ - ๑๐.๓๐ น.

กิจกรรมที่ ๑ การเลือกซื้อ การเก็บและกิจกรรม “ทัวร์ซูเปอร์มาเก็ต”
วิทยากร โดย.....

๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.

พักรับประทานอาหารว่าง

๑๐.๔๕ - ๑๒.๐๐ น.

กิจกรรมที่ ๒ ผู้ปกครองแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์เกี่ยวกับการ
การทำอาหารเพื่อสุขภาพให้ลูก
วิทยากร โดย.....

๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

พักรับประทานอาหารกลางวัน

๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.

กิจกรรมที่ ๓ สรุปกิจกรรมพร้อมชี้แนะแนวทางกล่าวชื่นชมในความสำเร็จ
วิทยากร โดย.....

๑๔.๔๕ - ๑๖.๓๐ น.

กิจกรรมที่ ๔ ชี้แจงการติดตามหลังดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
๒ เดือน โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ประเมินภาวะโภชนาการ
การออกกำลังกาย การนอน
วิทยากร โดย.....

๑๖.๓๐ - ๑๖.๔๕ น.

อภิปราย ชักถาม สรุป