

ชื่อโครงการ : โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘  
หน่วยงานที่รับผิดชอบ : กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู โรงพยาบาลสมุทรสาคร  
ผู้รับผิดชอบโครงการ : นางสาวสุดาวิมล เพียรพิทักษ์ นักกายภาพบำบัดชำนาญการพิเศษ  
โทรศัพท์ ๐๘ ๙๔๑๒ ๙๐๗๙ E-mail : sun\_flowersg@yahoo.com

---

## ๑. หลักการและเหตุผล

สภากายภาพบำบัดได้กำหนดให้ วันที่ ๒๐ มกราคม ของทุกปี เป็นวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ ซึ่งกายภาพบำบัดเป็นวิชาชีพหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญในระบบสาธารณสุขของประเทศ ประกอบกับประเทศไทย ได้เข้าสู่สังคมสูงวัยคือประชากรมีอายุสูงขึ้น จำนวนประชากรวัยผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น และงานกายภาพบำบัด ยังมีที่บทบาทสำคัญในการรักษา ฟื้นฟู ป้องกันและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ที่จะส่งผลให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรง อีกทั้งยังเน้นให้ประชาชนสามารถดูแลรักษาสุขภาพด้วยตนเอง แทนการพึ่งพาระบบสาธารณสุขเมื่อเจ็บป่วยแต่เพียงอย่างเดียว งานกายภาพบำบัด โรงพยาบาลสมุทรสาคร มีแนวคิดในการพัฒนาระบบบริการสุขภาพที่เน้นความสำคัญด้านการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค โดยมุ่งเน้นให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค และสามารถดูแลตนเอง ในเบื้องต้นเมื่อมีปัญหาสุขภาพได้อย่างเหมาะสม

ด้วยเหตุผลดังกล่าว งานกายภาพบำบัด กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู ได้เล็งเห็นความสำคัญ จึงได้จัดทำโครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ ภายใต้หัวข้อ “สูงวัยสุขภาพดี เติบโต ไม่ล้ม ไม่ล้ม อารมณ์แจ่มใส” เพื่อเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้าถึงความรู้ ทางกายภาพบำบัดให้มากขึ้น เป็นแนวทางนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป

## ๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อกระตุ้นการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนให้มีสุขภาพแข็งแรง และสามารถดูแลตนเองเบื้องต้น เมื่อมีปัญหาสุขภาพด้วยกิจกรรมต่างๆ ของการจัดงานวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ

๒.๒ เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้มารับบริการ ประชาชนทั่วไป และเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสมุทรสาคร

## ๓. กลุ่มเป้าหมาย

๓.๑ เจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสมุทรสาคร จำนวน ๕๐ คน

๓.๒ ผู้มารับบริการ และประชาชนทั่วไป จำนวน ๑๐๐ คน

รวมกลุ่มเป้าหมายทั้งสิ้น ๑๕๐ คน

## ๔. วิธีการดำเนินงาน

๔.๑ ประชุมคณะกรรมการดำเนินงานเพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปในแนวทางเดียวกัน

๔.๒ จัดทำโครงการเสนอเพื่ออนุมัติ

๔.๓ ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

๔.๔ ประชาสัมพันธ์โครงการฯ ในสื่อต่าง ๆ เช่น แผ่นป้ายผ้า แผ่นพับ โปสเตอร์

๔.๕ ดำเนินการจัดงานตามโครงการ ดังนี้

๑) เสวนาในหัวข้อเรื่อง สูงวัยสุขภาพดี เติบโต ไม่ล้ม ไม่ล้ม อารมณ์แจ่มใส

๒) บูรณิทรศาสตร์ให้ความรู้ทางกายภาพบำบัด

- ตรวจประเมินการทรงตัวที่มีความเสี่ยงต่อการล้ม

- การเลือกอุปกรณ์ช่วยเดินที่เหมาะสม

- เทคนิคการล้มอย่างปลอดภัย
- การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุเสี่ยงล้ม

๓) บุคคลู้งานจิตเวชและยาเสพติด หัวข้อ ไมลึม อารมณ์แจ่มใส

๔) บุคคลู้งานโภชนาศาสตร์ หัวข้อ กินอย่างไรให้สุขภาพดี

๔.๖ ติดตามประเมินผลการจัดกิจกรรมโครงการ

#### ๕. ระยะเวลาดำเนินงาน

จำนวน ๑ วัน ในเดือนมกราคม พ.ศ. ๒๕๖๗

#### ๖. สถานที่ดำเนินงาน

ลานอเนกประสงค์ โรงพยาบาลสมุทรสาคร อำเภอเมืองสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร

#### ๗. งบประมาณ

งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลสมุทรสาคร งบประมาณทั้งสิ้น ๕๒,๕๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน) และขอรับรองว่าอัตราค่าใช้จ่ายตามโครงการฯ มีอัตราเป็นไปตามระเบียบทางราชการ และมีราคาไม่สูงกว่าราคามาตรฐาน ราคากลางและราคาท้องตลาด รายละเอียดการใช้จ่ายแนบท้ายโครงการฯ

#### ๘. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

๘.๑ ผู้มารับบริการ ประชาชนทั่วไป และเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสมุทรสาครเข้าร่วมโครงการมากกว่า ร้อยละ ๘๐

๘.๒ ผู้มารับบริการ ประชาชนทั่วไป และเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสมุทรสาครมีความพึงพอใจ ร้อยละ ๘๐

#### ๙. การประเมินผลโครงการ

๙.๑ ประเมินผลระหว่างการจัดทำโครงการ โดยสังเกตจากพฤติกรรมการมีส่วนร่วมของกลุ่มเป้าหมาย

๙.๒ ประเมินผลหลังการจัดทำโครงการ โดยการประชุม สรุปผลการดำเนินงาน วิเคราะห์ความสำเร็จ เพื่อนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาการจัดทำโครงการครั้งต่อไป

#### ๑๐. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑๐.๑ ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลและส่งเสริมสุขภาพของตนเอง

๑๐.๒ ประชาชนรู้จักบทบาทของวิชาชีพกายภาพบำบัดมากยิ่งขึ้น และสามารถเข้าถึงระบบบริการของงานกายภาพบำบัด กลุ่มงานเวชกรรมฟื้นฟู ได้อย่างถูกต้อง

๑๐.๓ ประชาชนได้รับการตรวจคัดกรองสุขภาพและได้รับคำแนะนำในการดูแลสุขภาพตนเอง

๑๐.๔ ส่งเสริมการมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างประชาชนและเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลสมุทรสาคร

#### ๑๑. ผู้ประสานงานโครงการ

นางสาวสุทวิมล เพียรพิทักษ์ ตำแหน่ง นักกายภาพบำบัดชำนาญการพิเศษ

๑๒. ผู้เสนอโครงการ

โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘  
งบประมาณทั้งสิ้น ๕๒,๕๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน)

(นางอุบลรัตน์ ไชยมหาพฤกษ์)

นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรม สาขาเวชกรรมฟื้นฟู)

๑๓. ผู้เห็นชอบโครงการ

โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘  
งบประมาณทั้งสิ้น ๕๒,๕๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน)

(นายชัยวิเชียร กิจพ่อคำ)

นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรม สาขาศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์)  
ปฏิบัติราชการแทน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมุทรสาคร

๑๔. ผู้อนุมัติโครงการ

โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘  
งบประมาณทั้งสิ้น ๕๒,๕๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน)

(นายประกิจ สารเทพ)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสมุทรสาคร

เอกสารแนบท้ายโครงการ

โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

\*\*\*\*\*

งบประมาณจากเงินบำรุงโรงพยาบาลสมุทรสาคร งบประมาณทั้งสิ้น ๕๒,๕๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน) เป็นค่าใช้จ่ายดังนี้

- |                                                                        |          |            |
|------------------------------------------------------------------------|----------|------------|
| ๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๕๐ คนๆ ละ ๑๒๐ บาท<br>จำนวน ๑ ครั้ง           | เป็นเงิน | ๑๘,๐๐๐ บาท |
| ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๕๐ คนๆ ละ<br>๓๕ บาท จำนวน ๒ ครั้ง | เป็นเงิน | ๑๐,๕๐๐ บาท |
| ๓. ค่าวัสดุ อุปกรณ์ ในการจัดกิจกรรม                                    | เป็นเงิน | ๑๕,๐๐๐ บาท |
| ๔. ค่าจ้างเหมาตกแต่งสถานที่ และเวที                                    | เป็นเงิน | ๖,๐๐๐ บาท  |
| ๕. ค่าจ้างจัดทำสื่อประชาสัมพันธ์ (ป้ายไวเนล/แผ่นพับ/<br>โปสเตอร์)      | เป็นเงิน | ๓,๐๐๐ บาท  |

งบประมาณทั้งสิ้น ๕๒,๕๐๐ บาท (ห้าหมื่นสองพันห้าร้อยบาทถ้วน)  
หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวจ่ายได้

(นางศุภวรรณ บุญสุข)  
เจ้าพนักงานพัสดุชำนาญงาน

ผังกำกับการดำเนินงาน (Gantt Chart)

โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

ที่	กิจกรรมดำเนินการ	ระยะเวลาดำเนินการ											งบประมาณ	หมายเหตุ		
		ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.			ก.ย.	
๑	จัดประชุมคณะกรรมการดำเนินงาน ชี้แจงวัตถุประสงค์เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปในทิศทางเดียวกัน			↔											๐	
๒	จัดทำโครงการเสนอเพื่อขออนุมัติ			↔											๐	
๓	ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง			↔											๐	
๔	ประชาสัมพันธ์โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘ ในสื่อต่างๆ เช่น ป้ายไว้นิล แผ่นพับ และโปสเตอร์ ฯลฯ			↔											๐	
๕	ดำเนินการจัดงานตามโครงการ ดังนี้ ๑) เสวนาในหัวข้อเรื่อง สุขวัยสุขภาพดี เดินดี ไม่ลืม ไม่ล้ม อารมณ์แจ่มใส ๒) บูรณาการให้ความรู้ทางกายภาพบำบัด - ตรวจประเมินการทรงตัวที่มีความเสี่ยงต่อการล้ม - การเลือกอุปกรณ์ช่วยเดินที่เหมาะสม - เทคนิคการล้มอย่างปลอดภัย - การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุเสี่ยงล้ม ๓) บูรณากลุ่มงานจิตเวชและยาเสพติด หัวข้อ ไม่ลืม อารมณ์แจ่มใส ๔) บูรณากลุ่มงานโภชนาศาสตร์ หัวข้อ กินอย่างไรให้สุขภาพดี				↔										๕๒,๕๐๐	
๖	ติดตามประเมินผลการจัดกิจกรรมโครงการ				↔										๐	
	รวมเงิน														๕๒,๕๐๐	

กำหนดการ  
โครงการวันกายภาพบำบัดแห่งชาติ โรงพยาบาลสมุทรสาคร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

วันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๖๘

เวลา	หัวข้อ	วิทยากร
๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐		ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๑๕	<b>พิธีเปิด</b>	
๐๙.๑๕ - ๐๙.๓๐	การแสดง	ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมุทรสาคร
๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐	เยี่ยมชมนิทรรศการ	กภ. สุนิสา สมบูรณ์ กภ. เวทิต อ่อนไก่อ๊ก
๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕		
๑๐.๑๕ - ๑๒.๐๐	<b>บรรยาย : </b> สูงวัยสุขภาพดี เดินดี ไม่ล้ม ไม่ล้ม อารมณ์แจ่มใส	กภ. สุรียา ซอสี
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐		
๑๓.๐๐ - ๑๔.๓๐	กิจกรรมตรวจประเมินการทรงตัวที่มีความเสี่ยง ต่อการล้ม	กภ. นิธิรัตน์ แสงมีศรี กภ. สหรัฐ เนาว์แสง กภ. พัชราภรณ์ ปถวี
๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕		
๑๔.๔๕ - ๑๕.๔๕	กิจกรรมการเลือกอุปกรณ์ช่วยเดินที่เหมาะสม และ การออกกำลังกายในผู้สูงอายุที่เสี่ยงต่อ การล้ม	กภ. ดวงธิดา ขอบเหลือง กภ. รัชภรณ์ ไบยา กภ. ธนภูมิ ตั้งประดิษฐ์
๑๕.๔๕ - ๑๖.๐๐	<b>พิธีปิด</b>	