



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ประชุมคณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ครั้งที่ 1/2566

วันอังคารที่ 22 สิงหาคม 2566 เวลา 09.00 – 12.00 น.

ณ ห้องประชุม 2 อาคาร 1 ชั้น 2 ตึกสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข และผ่านระบบออนไลน์



ระเบียบวาระการประชุม

ระเบียบวาระที่ 1 เรื่องประธานแจ้งที่ประชุมทราบ

ระเบียบวาระที่ 2 เรื่องรับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ 1/2565

ระเบียบวาระที่ 3 เรื่องเพื่อทราบ

ระเบียบวาระที่ 4 เรื่องสืบเนื่อง

ผลการขับเคลื่อนระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย 5 ระบบ

4.1 ระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย

4.2 ระบบสนับสนุนพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

4.3 ระบบสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพบุคลากร

4.4 ระบบสนับสนุนการสื่อสารรณรงค์กิจกรรมทางกาย

4.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

ระเบียบวาระที่ 5 เรื่องที่เสนอให้ที่ประชุมพิจารณา

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566)

5.2 ทบทวนคำสั่งคณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ที่ 1/2565

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

ระเบียบวาระที่ 6 เรื่องอื่น ๆ (ถ้ามี)

ระเบียบวาระที่ 1 เรื่องประธานแจ้งที่ประชุมทราบ



วิสัยทัศน์ : ประชาชนมีวิถีชีวิตที่กระฉับกระเฉงด้วยกิจกรรมทางกาย ภายใต้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

5x5x5
Model



ระเบียบวาระที่ 2

เรื่องรับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ 1/2565



ระเบียบวาระที่ 2 เรื่องรับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ 1/2565

คณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกายได้มีการประชุม ครั้งที่ 1/2565 เมื่อวันพุธที่ 20 เมษายน 2565 เวลา 13.30 – 16.30 น. ณ ห้องประชุม 2 อาคาร 1 ชั้น 2 สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข และผ่านระบบออนไลน์ โดยมีประเด็นสำคัญ ได้แก่

1. การติดตามผลดำเนินงานตามมติที่ประชุมคณะกรรมการบริหารฯ ครั้งที่ 2/2564

- 1.1 ขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมสุขภาพผ่านเทคโนโลยี (โครงการก้าวทำใจและการสร้างแรงจูงใจผ่าน Health Point)
- 1.2 ผลักดันเรื่องกิจกรรมทางกายเป็นประเด็นยุทธศาสตร์ในการขอรับทุนของนักวิจัย
- 1.3 ผลักดันการส่งเสริมกิจกรรมทางกายร่วมกับหน่วยงานภาคีเครือข่าย

2. การขับเคลื่อนการดำเนินงาน 5 ระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

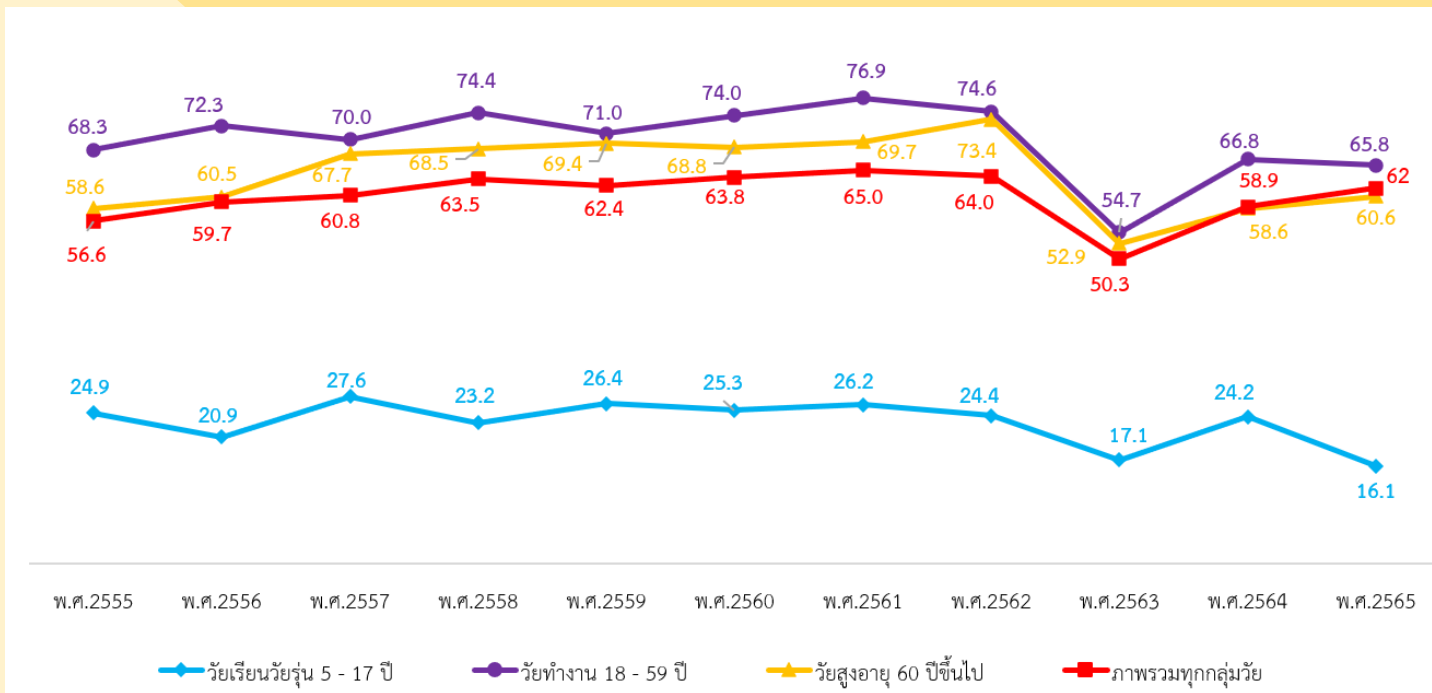
ทั้งนี้ ฝ่ายเลขานุการได้ส่งรายงานการประชุมให้คณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกายพิจารณา ตามหนังสือที่ 0937.02/ว1136 ลงวันที่ 6 ตุลาคม 2564 เรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดรับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ 1/2565

ระเบียบวาระที่ 3 เรื่องเพื่อทราบ



สถานการณ์การมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอของประชากรไทย ปี 2555-2565



เป้าหมายสิ้นสุดแผนปี 2573
ประชาชน (ภาพรวมทุกกลุ่มวัย)
มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ
ร้อยละ 75

เป้าหมาย ร้อยละ 80



คนไทยอายุ 18 ปีขึ้นไป

เป้าหมาย ร้อยละ 40



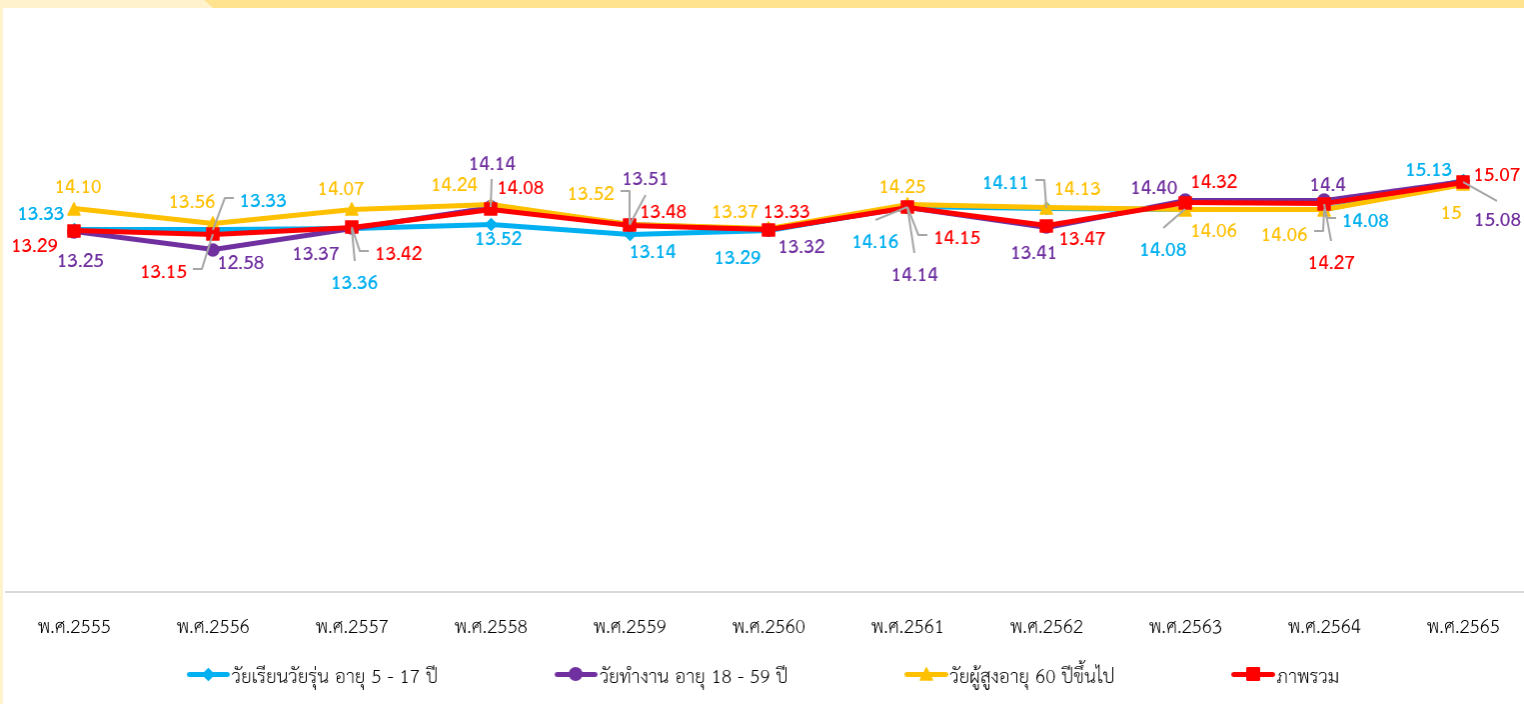
คนไทยอายุ 5 - 17 ปี

หมายเหตุ : ข้อมูลในปี 2565 เป็นข้อมูลจากการสำรวจในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ระหว่างเดือนมีนาคม - พฤษภาคม พ.ศ. 2565

ที่มา : โครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี 2555 - 2565 ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK)

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

สถานการณ์พฤติกรรมเนือยนิ่งของประชากรไทย ปี 2555-2565



เป้าหมาย
ไม่เกิน 13 ชั่วโมงต่อวัน



หมายเหตุ : ข้อมูลในปี 2565 เป็นข้อมูลจากการสำรวจในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ระหว่างเดือนมีนาคม - พฤษภาคม พ.ศ. 2565

: จำนวนชั่วโมงการมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง ปี 2564 ไม่มีผลการสำรวจที่ชัดเจนเนื่องจากการสำรวจทางออนไลน์

ที่มา : โครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี 2555 - 2565 ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

ผลการขับเคลื่อนระบบสนับสนุน
การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย 5 ระบบ



4.1 ระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย (R&D)

ผลการดำเนินงาน

1. ทบทวนวรรณกรรมงานวิจัย

- การส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กปฐมวัย
- การพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายทั้งในระดับชุมชน ระดับผังเมือง
- การส่งเสริมกิจกรรมทางกายภายใต้สถานการณ์โควิด 19 เพื่อสร้างและสังเคราะห์องค์ความรู้ และนำไปใช้
- การชี้ประเด็นจากเครือข่าย เพื่อผลักดันกิจกรรมทางกายเข้าไปในแหล่งทุนวิจัย มีการสังเคราะห์ประเด็นกิจกรรมทางกาย และเกิดเครือข่ายนักวิจัยร่วมกัน

2. สังเคราะห์ระบบสนับสนุนแหล่งทุนวิจัย เพื่อผลักดันเรื่องกิจกรรมทางกายให้เป็นประเด็นสำคัญในการขอรับทุนวิจัย

โดยทบทวนวรรณกรรมของแผนการวิจัยระดับประเทศและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และ รวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสนทนากลุ่มและสัมภาษณ์จากผู้บริหารที่เป็นหน่วยงานแหล่งทุนต่างๆ

ผลการสังเคราะห์พบประเด็นหลักๆ 3 เรื่อง ดังนี้

- (1) การผลักดันให้กิจกรรมทางกายเข้าเป็นวาระสำคัญของแหล่งทุนวิจัยมีความเป็นไปได้ และมีหลายช่องทางที่จะทำให้เกิดบทบาทและขอบเขตที่ชัดเจน
- (2) มีความต้องการองค์ความรู้เกี่ยวกับกิจกรรมทางกายจากหน่วยงานที่เป็นแหล่งทุน แต่ขึ้นอยู่กับ การเชื่อมโยงประเด็นกิจกรรมทางกายเข้ากับมิติต่างๆ
- (3) มีนักวิจัยจำนวนไม่น้อยที่สนใจประเด็นเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายเป็นหัวข้อทำวิจัย

4.1 ระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย (R&D) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

3. จัดประชุมวิชาการเครือข่ายนักวิชาการและนักวิจัยด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทยด้วยระบบออนไลน์

ผลลัพธ์ที่ได้

- แนวคิดการพัฒนาข้อเสนอแนะโครงการของเครือข่าย PA network เป็นการทําวิจัยร่วมกัน เน้นส่งเสริมกิจกรรมทางกายโดยชุมชน ภายใต้กรอบ “การส่งเสริมกิจกรรมทางกายโดยชุมชนริเริ่ม”
- คลังความรู้ด้านกิจกรรมทางกาย โดยศูนย์ TPAK เพื่อให้ นักวิชาการ/นักวิจัย ศึกษาข้อมูลและต่อยอดเป็นองค์ความรู้ใหม่ๆ
- กลไกการพัฒนางานด้วย “ PA network “



4. โครงการวิจัยนวัตกรรมรูปแบบการส่งเสริมการเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและทักษะเด็กไทยในศตวรรษที่ 21

พบว่า รูปแบบการเล่นสามารถส่งเสริมพัฒนาการและทักษะการคิดเชิงบริหาร (EF) ของเด็กปฐมวัย ทั้งในครอบครัวและสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย

- สื่อที่เป็นผลผลิตจากงานวิจัย ได้แก่

- (1) โปสเตอร์ “รูปแบบส่งเสริมการเล่นของเด็กปฐมวัย” สำหรับครอบครัวและสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย
- (2) วิดีโอ “รูปแบบการเล่น 9 กิจกรรมทางกาย และ 9 มุมเล่นอิสระ”
- (3) ภาพพลิก “รูปแบบการเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและฝึกทักษะสำหรับเด็กปฐมวัย”
- (4) คู่มือส่งเสริมการเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและทักษะเด็กปฐมวัย ในสถานพัฒนาเด็กปฐมวัย
- (5) คู่มือส่งเสริมการเล่นเพื่อส่งเสริมพัฒนาการและทักษะเด็กปฐมวัย สำหรับพ่อแม่ ผู้ดูแลเด็ก
- (6) คู่มือรูปแบบส่งเสริมการเล่นของเด็กปฐมวัยแบบ new normal



4.2 ระบบสนับสนุนพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (Policy)

ผลการดำเนินงาน

1. ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายด้วยนโยบาย “ก้าวทำใจ”

กิจกรรม **ก้าวทำใจ 10K Championships** : เมื่อวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2566 สมาคมก้าวทำใจ ร่วมกับ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย และ สมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ จัดกิจกรรมการแข่งขันเดิน-วิ่ง “**ก้าวทำใจ 10K Thailand Championship 2023**” ณ สนามศุภชลาศัย สนามกีฬาแห่งชาติ ผ่านเส้นทางวิ่งจุดแลนด์มาร์คสำคัญต่างๆ โดยมี **นักวิ่งเข้าร่วมกิจกรรมกว่า 5,000 คน**

มีการยกระดับมาตรฐานการจัดการแข่งขันสู่ระดับสากล โดยสมาคมกีฬากรีฑาแห่งประเทศไทยฯ สนับสนุนการจัดการแข่งขันในเรื่องการวัดเส้นทางที่มีความปลอดภัยแก่นักวิ่ง โดยมีการรับรองมาตรฐานระยะทาง และสถิติเวลาการแข่งขันสำหรับนักวิ่งทุกคนที่เข้าร่วมการแข่งขัน และจะจัดการแข่งขันฯ ทุกปี

ใน ปี พ.ศ. 2567 จะจัดการแข่งขันเดิน-วิ่ง “**ก้าวทำใจ 10K Thailand Championship 2024**” ณ ลานคนเมือง โดยวิ่งผ่านแลนด์มาร์คที่สำคัญต่างๆ เช่น วัดราชนันทดา วัดราชบพิธฯ ภูเขาทอง พระบรมมหาราชวัง อนุสาวรีย์ประชาธิปไตย เสาชิงช้า เป็นต้น โดยมีเป้าหมายผู้เข้าร่วมกิจกรรมจำนวน **7,500 ถึง 10,000 คน**



4.2 ระบบสนับสนุนพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (Policy) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

- กิจกรรม ก้าวทำใจ SEASON 5



- ประชาชนลงทะเบียนในระบบแล้ว **5,209,567** บัญชี
 - ประสาน กท.ศธ. ส่งเสริมกิจกรรมทางกายในกลุ่มเด็กวัยเรียน มีนักเรียนเข้าร่วม **660,491** คน
- (ข้อมูล ณ 27 กรกฎาคม 2566)



BRANDS SUNTORY
Health Enrichment Company

ระเบียบวาระที่ 4 ผลการขับเคลื่อนระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย 5 ระบบ (ต่อ)

4.2 ระบบสนับสนุนพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (Policy) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

- 10 กิจกรรม Application ก้าวทำใจ SEASON 5



1. ลงทะเบียน

LINE & Web Site

2. ประเมิน BMI

BMI
สิ้นปีเวลา (BMI)
20.07 = ปกติ

3. รอบรู้สุขภาพ

รอบรู้สุขภาพ

4. ส่งผลออกกำลังกาย

ส่งผลออกกำลังกาย

5. สะสม LEVEL ค่าประสบการณ์

LEVEL 32

LEVEL 33

ค่าประสบการณ์สะสม
560 / 590
EXP

6. การกิจความสำเร็จ

การกิจความสำเร็จ

7. จัดอันดับ RANK

ก้าว ทำใจ
Ebib: 1234567

LEVEL 3 100 อันดับ

อันดับของคุณ

5180 ประเภท

117 ชีวิตดี

8. สะสมแต้มสุขภาพแลกของรางวัล

AIA Vitality x ...

ส่วนลด 50% ...

แลกรางวัล

9. หลักสูตรรอบรู้ DPAC

ในรูปแบบ E-Learning

สอบประเมิน

รับ E-Certificate

10. การเชื่อมโยงข้อมูลกับแอปพลิเคชัน

การเชื่อมโยงข้อมูลกับแอปพลิเคชัน

4.2 ระบบสนับสนุนพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (Policy) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)



สะสมแต้มสุขภาพ



4.3 ระบบสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพบุคลากร (CB)

ผลการดำเนินงาน

1. ทบทวนหลักสูตรการพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านกิจกรรมทางกาย
2. ต้นแบบหลักสูตรพัฒนาศักยภาพบุคลากรในรูปแบบออนไลน์
“หลักสูตรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC Online)”
3. พัฒนาศักยภาพภาคีเครือข่าย ให้มีทักษะ และความเข้มแข็งในการขับเคลื่อน
การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกายและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (DPAC)
โดยมีเป้าหมาย คือ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นร้อยละ 20
(1,451 แห่ง จาก 7,255 แห่ง)



4.3 ระบบสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพบุคลากร (CB) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)




หลักสูตรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC Online)



DPAC

หลักสูตร DPAC

ผ่าน 3 ขั้นตอนง่าย ๆ

-  **เข้าสู่บทเรียน**
Progress: 1 / 4
-  **สอบประเมินหลักสูตร**
กรุณาเข้าสู่บทเรียน
-  **ดาวน์โหลดใบประกาศนียบัตร**

บทเรียน

บทนำ
บทนำ
เริ่มเรียน
✓ เวลาของบทเรียน 1:00 นาที | เรียนอย่างน้อย 0:30 นาที

บทที่ 1
การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
เริ่มเรียน **แบบทดสอบ**
✓ เวลาของบทเรียน 12:00 นาที | เรียนอย่างน้อย 6:00 นาที
✓ ผ่านแบบทดสอบบทที่ 1

บทที่ 2
กินดีไม่มีโรค
เริ่มเรียน **แบบทดสอบ**
✓ เวลาของบทเรียน 28:00 นาที | เรียนอย่างน้อย 14:00 นาที
✓ ผ่านแบบทดสอบบทที่ 2

บทที่ 3
กิจกรรมทางกายกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพและการนอนหลับ
เริ่มเรียน **แบบทดสอบ**
✓ เวลาของบทเรียน 52:00 นาที | เรียนอย่างน้อย 26:00 นาที
✓ ผ่านแบบทดสอบบทที่ 3

บทที่ 1

บทที่ 1
ทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นทฤษฎีที่ใช้ในการส่งเสริม พฤติกรรมสุขภาพได้หลากหลาย เช่น การหยุดสูบบุหรี่ การควบคุมอาหาร หรือการดูแลสุขภาพ แม้การเปลี่ยนพฤติกรรมผู้รับคำปรึกษา ต้องคำนึงถึงความพร้อมที่จะรับการเปลี่ยนแปลงของแต่ละบุคคลซึ่งไม่เท่ากัน แต่ถ้าหากเข้าใจขั้นตอนการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมแล้ว ก็จะช่วยเพิ่มความสามารถในการทำบางพฤติกรรมที่จะเกิดขึ้นได้ทั้งพฤติกรรม ความคิด หรือความตั้งใจค่ะ

ระยะเวลาการเรียน 7 นาที 0 วินาที ✓

รายการเอกสารดาวน์โหลด

ลำดับ	ชื่อไฟล์	ดาวน์โหลด
1	บทที่ 1.pdf	

กลับ **แบบทดสอบ**

5.4 ระบบสนับสนุนการสื่อสารรณรงค์กิจกรรมทางกาย (C&C)

ผลการดำเนินงาน

1. สื่อสารประชาสัมพันธ์ “ข้อเสนอกิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่ง ปี 2020”

- ผลสำรวจการเล่นของเด็กไทย ชี้พ่อแม่ควรเล่นกับลูกให้มากขึ้นลดการใช้จอเลี้ยงลูก
- สื่อสารประชาสัมพันธ์การส่งเสริมกิจกรรมทางกายหลากหลายประเด็น ผ่านภาคีเครือข่ายกรมประชาสัมพันธ์

2. สื่อสารรณรงค์ กระตุ้นการมีกิจกรรมทางกายในกลุ่มเด็กวัยเรียนวัยรุ่น ด้วยแพลตฟอร์ม “ก้าวทำใจ”

3. สื่อสารรณรงค์ “ก้าวเดินในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ”

- แลกข่าว “ผู้สูงวัย เคลื่อนไหวดี ไม่มีล้ม”
- คลิปวีดีทัศน์การประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุ
- ขับเคลื่อนการประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มของผู้สูงอายุ (คู่มือ/สื่อ พัฒนาศักยภาพบุคลากรศอ. เผยแพร่บนช่องทางออนไลน์)
- สื่อสารรณรงค์ให้เห็นถึงประโยชน์ของการเดิน 5,000 ก้าว 7,000 ก้าว และ 10,000 ก้าว



5.4 ระบบสนับสนุนการสื่อสารรณรงค์กิจกรรมทางกาย (C&C) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

4. สื่อสารรณรงค์ “วันนอนหลับโลก”

- แลกง่าว “การสร้างความรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย”
- ผลิตและเผยแพร่คลิปวิดีโอทัศน “หลัก 10 ประการเพื่อสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัย 3 คลิป ได้แก่ เด็กและวัยรุ่น 1-17 ปี วัยผู้ใหญ่ 18-59 ปี และวัยผู้สูงอายุ 60 ปี ขึ้นไป



5.4 ระบบสนับสนุนการสื่อสารรณรงค์กิจกรรมทางกาย (C&C) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

5. พัฒนาเครื่องมือเพื่อสื่อสารรณรงค์เรื่องการนอนหลับที่ดีของประชาชนไทย

1. จัดทำแบบคัดกรอง ANAMAI STOP - BANG ในรูปแบบ info graphic
2. ผลักดันการดำเนินงานผ่านเครือข่ายศูนย์อนามัย และเครือข่ายคณะ C&C ในการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนได้เข้าถึงการคัดกรอง และทราบถึงความเสี่ยงในการเป็นโรคจากการหลับ
3. จัดทำ ANAMAI STOP-BANG ในรูปแบบ Application ใน Digital Health Book เพื่อการคัดกรองโรคจากการหลับ และให้ความรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยการนอนหลับที่ดี

แบบประเมินคัดกรองโรคจากการหลับ

“ANAMAI STOP-BANG”

คำชี้แจง โปรดเลือกตอบข้อที่ตรงกับอาการของท่านมากที่สุด

ข้อมูลส่วนบุคคล

อาชีพ _____ BMI _____ กก./ม.2
 ส่วนสูง _____ ซม. เส้นรอบวงคอ _____ ซม.
 น้ำหนัก _____ กก. โรคประจำตัว _____

S T O P	คำถามข้อที่ 1 Snoring - กรน ขณะนอนหลับ หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่	B A N G	คำถามข้อที่ 5 BMI - ดัชนีมวลกาย คุณใช้เวลานอนกลางคืนมากกว่า 35 หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่
	คำถามข้อที่ 2 Tired - เหนื่อยในตอนเช้า คุณรู้สึกอ่อนเพลีย ล้า หรือ อ่อนแอในตอนเช้าทุกวันหรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่		คำถามข้อที่ 6 Age - อายุ คุณมีอายุมากกว่า 50 ปี หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่
	คำถามข้อที่ 3 Observed - มีคนบอกคุณว่าคุณหยุดหายใจขณะนอนหลับ หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่		คำถามข้อที่ 7 Neck circumference - หารอบคอ เส้นรอบคอมากกว่า 40 ซม. หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่
	คำถามข้อที่ 4 Blood pressure - ความดันโลหิตสูง คุณมีความดันโลหิตสูง หรือกำลังรักษาโรคความดันโลหิตสูงอยู่ หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่		คำถามข้อที่ 8 Gender - เพศ คุณเป็นเพศชาย หรือไม่ <input type="radio"/> ใช่ <input type="radio"/> ไม่ใช่

สูตรคำนวณ BMI

ดัชนีมวลกาย (BMI) = $\frac{\text{น้ำหนัก (กก.)}}{\text{ส่วนสูง (ม.)}^2}$

การประเมินคะแนน

ความเสี่ยงสูง คือ 0-3 หรือ 4 ข้อ ใช่
 ความเสี่ยงต่ำ คือ 0-3 หรือ 4 ข้อ ไม่ใช่
 หากค่าดัชนีความเสี่ยงส่วนต่อส่วนเกินคือ > 1.478
 โปรดปรึกษาแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้อง

หน้า 10 ประการมือสุขภาพนิทรนอนหลับที่ดีทุกศูนย์

QR Code: [ศูนย์อนามัยที่ 1](#), [ศูนย์อนามัยที่ 2](#), [ศูนย์อนามัยที่ 3](#), [ศูนย์อนามัยที่ 4](#), [ศูนย์อนามัยที่ 5](#), [ศูนย์อนามัยที่ 6](#), [ศูนย์อนามัยที่ 7](#), [ศูนย์อนามัยที่ 8](#)

ติดต่อ: โทร. 02-254-1111 | โทร. 02-254-1112 | โทร. 02-254-1113 | โทร. 02-254-1114

AnamaiMedia

5.4 ระบบสนับสนุนการสื่อสารรณรงค์กิจกรรมทางกาย (C&C) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

6. จัดทำแผนการสื่อสารให้เป็นระบบ ทั้งเนื้อหา รูปแบบ ช่องทางการสื่อสาร และระยะเวลา

แผนระบบการสื่อสาร : โครงการ กลุ่มเป้าหมาย กลยุทธ์ เนื้อหา ช่องทางการสื่อสาร ระยะเวลา ผลที่ได้รับ

ไตรมาส 1		ไตรมาส 2-4		
จัดทำแผน	เสนอแผนเพื่อเห็นชอบ	ดำเนินการ	ทบทวน/ปรับปรุง รายงานผล	สรุปผล
Key Campaign สื่อสารรณรงค์	Key Message	Key Targets	Key Output & Outcomes	Key Communication & Media
“กิจกรรมทางกาย”	Key Message รวม: ขยับกาย ยืดเหยียด กลับคุณภาพ	Key Target รวม: วัยรุ่น สูงวัย วัยทำงาน และทั่วไป	Key Outcome รวม: ลดพฤติกรรมเนือยนิ่งคนไทยทุกกลุ่ม	Key Communication 1. Partners & Networks 2. Participatory & Engagement
1. “ก้าวทำใจ”	1. เชิญสมัครก้าวทำใจ 2. สละมด้าม 3. กระโดดเพิ่มสูง 4. Wellbeing Active School	1. วัยรุ่น วัยเรียน 2. ผู้อยู่ในแพลตฟอร์ม 3. ประชาชนทั่วไป	1. ยอดผู้สมัครก้าวทำใจ 2. ยอดสละมด้าม 3. กระโดดเพิ่มสูง 4. Wellbeing Active School	Key Media & Networks 1.สื่อองค์กร : กองกิจกรรม กองส่งเสริมฯ สสส. 2.สื่อมวลชน: กรม PR, Thai PBS 3.สื่อดิจิทัล: App, Web, Social media 4.สื่อหลอมรวม: สื่อกิจกรรม: event ต่างๆ สื่อบุคคล: Influencer สื่อสิ่งพิมพ์: แผ่นพับ สื่อเครือข่าย ภาคิ: เครือข่ายก้าวทำใจ
2. การก้าวเดินในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ	1. ผู้สูงวัย เคลื่อนไหวดี ไม่มีล้ม 2. การก้าวเดิน5,000/7,000/10,000	1. ผู้สูงวัย 2. ประชาชนทั่วไป	1. ผู้สูงวัยและประชาชนทั่วไป เคลื่อนไหวดี/เดิน 2. ผู้สูงวัยลดความเสี่ยงในการล้มตกล้ม	
3. การนอนหลับที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย	1. Quality sleep นอนดี 2. Sound mind จิตใจแข็งแรง 3..Happy World โลกสดใส	ประชาชนทุกกลุ่มวัย	1. Quality sleep นอนดีเพิ่มขึ้นในทุกกลุ่มวัย	

5.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (M&E)



ผลการดำเนินงาน

1. ติดตามและประเมินผลแผนปฏิบัติการ การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2564 – 2565

จำนวนโครงการที่ดำเนินการและบรรลุผล พบว่า ปี 2564 มีโครงการที่บรรลุผลอยู่ในเกณฑ์ ดี คือ ร้อยละ 71.43 และ ปี 2565 มีโครงการที่บรรลุผลอยู่ในเกณฑ์ ปานกลาง คือ ร้อยละ 45.45

ยุทธศาสตร์ที่	โครงการปีงบประมาณ พ.ศ. 2564						โครงการปีงบประมาณ พ.ศ. 2565					
	บรรลุ	บรรลุบางส่วน	ไม่บรรลุ	ไม่ได้ดำเนินการ	อยู่ระหว่างดำเนินการ	รวม	บรรลุ	บรรลุบางส่วน	ไม่บรรลุ	ไม่ได้ดำเนินการ	อยู่ระหว่างดำเนินการ	รวม
1. การส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ประชาชนทุกกลุ่มวัย	17 (ร้อยละ 70.83)	1 (ร้อยละ 4.17)	3 (ร้อยละ 12.50)	3 (ร้อยละ 12.50)	0	24 (ร้อยละ 100)	5 (ร้อยละ 27.78)		1 (ร้อยละ 5.56)	11 (ร้อยละ 61.11)	1 (ร้อยละ 5.56)	18 (ร้อยละ 100)
2. การส่งเสริมสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย	8 (ร้อยละ 61.54)	0	0	2 (ร้อยละ 15.38)	3 (ร้อยละ 23.08)	13 (ร้อยละ 100)	2 (ร้อยละ 22.22)	0	0	3 (ร้อยละ 33.33)	4 (ร้อยละ 44.44)	9 (ร้อยละ 100)
3. การพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	20 (ร้อยละ 76.92)	3 (ร้อยละ 11.54)	1 (ร้อยละ 3.85)	0	2 (ร้อยละ 7.69)	26 (ร้อยละ 100)	13 (ร้อยละ 76.47)	2 (ร้อยละ 11.76)	0	0	2 (ร้อยละ 11.76)	17 (ร้อยละ 100)
รวม	45 (ร้อยละ 71.43)	4 (ร้อยละ 7.94)	4 (ร้อยละ 4.76)	5 (ร้อยละ 7.94)	5 (ร้อยละ 7.94)	63 (ร้อยละ 100)	20 (ร้อยละ 45.45)	2 (ร้อยละ 4.55)	1 (ร้อยละ 2.27)	14 (ร้อยละ 31.82)	7 (ร้อยละ 15.91)	44 (ร้อยละ 100)

โดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. โครงการต่างๆ ภายใต้แผนปฏิบัติฯ การฉบับนี้ เป็นโครงการตามภารกิจประจำของหน่วยงาน ใช้งบประมาณของแต่ละหน่วยงาน ภาควิเคราะห์จำเป็นต้องร่วมกันวิเคราะห์ส่วนขาดส่วนที่ต้องเร่งดำเนินการเพื่อวางแผนโครงการปีถัดไปเพิ่มเติมในส่วนดังกล่าว รวมถึงการสนับสนุนงบประมาณ
2. หน่วยงานภาควิเคราะห์ร่วมประชุมเชิงปฏิบัติเพื่อทบทวนแผนปฏิบัติการฯ ร่วมกัน ทุกๆ ปี เพื่อวางแผนโครงการ มุ่งเป้าหมายชัดเจนร่วมกัน และร่วมขับเคลื่อนงานแบบบูรณาการ
3. จัดให้มีระบบการติดตาม (Monitoring) และการประเมินผล (Evaluation) โครงการต่างๆ พร้อมสนับสนุนและให้คำปรึกษา เพื่อให้มั่นใจว่าโครงการจะบรรลุผลตามเป้าหมายที่กำหนด

5.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (M&E) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

2. ติดตามและประเมินผลแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 ในรอบ 5 ปีแรก

ผลการศึกษา พบว่า

- แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเป็นแผนระดับชาติ ตอบยุทธศาสตร์ชาติ ขับเคลื่อนไปพร้อมกับ WHO มีการวางยุทธศาสตร์การทำงานที่ชัดเจน
- ทุกพื้นที่ที่มีกิจกรรม /โครงการ ที่ดำเนินงานด้านการออกกำลังกายอยู่แล้ว สามารถนำมาเป็นตัวกระตุ้นได้
- มีหน่วยงานในกำกับที่พร้อมรับและถ่ายทอดการดำเนินงานตามแผนฯ
- เจ้าหน้าที่แม่ทำงานหลายหน้าที่ แต่มีความเข้มแข็งในการทำงาน
- มีกระบวนการในการดำเนินงานรองรับแผนฯ (ระดับชาติ , ระดับขับเคลื่อน)

- ผู้นำ / การเมือง / งบประมาณ
- โรคระบาด
- ภัยพิบัติ
- พลังการขับเคลื่อน (คณะอนุกรรมการ , ภาศึเครือข่าย)



- ตอบยุทธศาสตร์ชาติ ผู้บริหารระดับสูงสุดของประเทศให้ความสำคัญ
- ทุกพื้นที่ที่มีกิจกรรมและโครงการ ที่ดำเนินงานในการออกกำลังกายทุกกลุ่มวัยเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว
- มีเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบในการดำเนินงานในแต่ละกลุ่มวัย ในทุกระดับ
- กิจกรรมทางกาย นำมาเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการมีกิจกรรมทางกายได้ในทุกพื้นที่ ทุกเวลา
- ปัจจุบันประชากรทุกกลุ่มวัยให้ความสำคัญในการออกกำลังกายและมีกิจกรรมทางกายมากขึ้น
- ภาศึเครือข่ายภาคเอกชนพร้อมที่จะสนับสนุนการจัดกิจกรรมทางกาย

- ระดับนโยบาย คณะกรรมการเป็นการแต่งตั้งตามตำแหน่ง การประชุมเป็นการส่งตัวแทน การถ่ายทอดเป็นไปอย่างไม่มีประสิทธิภาพ
- การดำเนินงานระหว่างกระทรวง ขาดการสื่อสารและการถ่ายทอด
- ระดับขับเคลื่อน 5 คณะอนุกรรมการ
 - ขาดความต่อเนื่องในการเป็นกรรมการ
 - ขาดงบประมาณ
 - ขาดการส่งเสริมองค์ความรู้ และสื่อสารรณรงค์
 - ขาดการส่งเสริมศักยภาพบุคลากร
 - ขาดการสร้างความร่วมมือที่มากพอ
 - ขาดการประสานติดตามอย่างต่อเนื่อง

5.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (M&E) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

2. ติดตามและประเมินผลแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 ในรอบ 5 ปีแรก (ต่อ)

ข้อเสนอต่อการพัฒนาในระดับนโยบาย กระบวนการดำเนินงานระดับต้น กลาง และปลาย

ระดับนโยบาย	<ul style="list-style-type: none">- ควรรยกระดับการขับเคลื่อนการดำเนินงานให้อยู่ในระดับคณะรัฐมนตรี (ครม.) โดยมีนายกรัฐมนตรี หรือรองนายกรัฐมนตรี เป็นผู้ดำเนินการขับเคลื่อน
กระบวนการดำเนินงานระดับต้น	<ul style="list-style-type: none">- คณะอนุกรรมการแต่ละคณะ ควรผลักดันให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติงานมากขึ้น ควรมีการประชุมคณะอนุฯ ทุก 3 เดือน เพื่อติดตามกำกับงานตามที่กำหนดไว้ในแต่ละยุทธศาสตร์ของแผน- คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยฯ ควรมีการประมวลผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางกายทั้งหมดในประเทศ และควรมีการรวบรวมทุกปี- คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพบุคลากร ควรมีการพัฒนาหลักสูตร ทั้งหลักสูตรระยะสั้น หลักสูตรระยะยาว และคู่มือปฏิบัติการด้านกิจกรรมทางกาย- คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ควรมีการปรับเปลี่ยนวิธีการประสานความร่วมมือให้กระชับและเป็นไปอย่างรวดเร็ว- ควรมีการจัดสรรงบประมาณให้มากพอแก่คณะอนุฯ เพื่อขับเคลื่อนงานสะดวกและคล่องตัวมากขึ้น- ควรเพิ่มบทบาทของภาคีเครือข่ายให้มากขึ้น ไม่ทำให้เห็นว่าเป็นงานฝัก- ควรมีการศึกษาถึงประสิทธิภาพ (Cost effectiveness) และประสิทธิผล (Cost efficiency) ของกิจกรรม- การที่ผู้นำระดับสูงและระดับล่างเห็นความสำคัญ ควรมีการสานต่อทันทีเพราะเป็นโอกาสในการนำไปสู่ความสำเร็จของแผนฯ- โครงการก้าวทำใจอาจประสบความสำเร็จในเชิงปริมาณ แต่ต้องคำนึงความสำเร็จในเชิงคุณภาพด้วย- แผนฯ ในระยะต่อไป ควรเน้นและให้ความสำคัญกับกลุ่มเด็กและกลุ่มวัยเรียนให้มากขึ้น- การมีสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการมีกิจกรรมทางกาย ไม่จำเป็นต้องสร้างใหม่ แต่สามารถปรับสิ่งที่มีอยู่ให้เหมาะสม- มาตรการทางภาษียังเป็นนโยบายที่น่าสนใจและสามารถดึงดูดประชาชนให้เข้าร่วมกิจกรรมทางกายได้ แต่ยังไม่เห็นเป็นรูปธรรม ควรทำให้ประชาชนรับรู้ว่าจะได้รับการลดหย่อนภาษีในเรื่องใดบ้าง

5.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (M&E) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน ปี 2565

2. ติดตามและประเมินผลแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 ในรอบ 5 ปีแรก (ต่อ)

ข้อเสนอต่อการพัฒนาในระดับนโยบาย กระบวนการดำเนินงานระดับต้น กลาง และปลาย (ต่อ)

<p><u>กระบวนการดำเนินงานระดับกลาง</u></p>	<ul style="list-style-type: none">- การถ่ายทอดนโยบายและแผนฯ ระดับกลางลงสู่ระดับล่างมีปัญหาทุกขั้นตอน เนื่องจากเจ้าหน้าที่ไม่ได้รับรู้เกี่ยวแผนฯ และกิจกรรมต่าง ๆ อย่างทั่วถึง เมื่อมีนโยบายและแผนสำคัญระดับชาติที่ต้องการความร่วมมือในทุกพื้นที่ ทุกภาคส่วน ควรมีการประชุมชี้แจงหรือสื่อสารโดยตรงต่อผู้รับผิดชอบ/ผู้ปฏิบัติงาน ไม่ควรสื่อสารผ่านระบบออนไลน์
<p><u>กระบวนการดำเนินงานระดับปลาย</u></p>	<ul style="list-style-type: none">- การถ่ายทอดนโยบายและแผนฯ ไปสู่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด (สสจ.) มีปัญหา เพราะอยู่ภายใต้การกำกับคนละครึ่ง ดังนั้น ควรมีการบูรณาการโครงสร้างการดำเนินงานโดยให้ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นผู้นำการดำเนินการ- คำจำกัดความของกิจกรรมทางกายยังจำเพาะอยู่แค่คำว่าทำออกกำลังกาย ยังขาดข้อมูลผลการศึกษาดังกล่าวลงสู่ประชาชน ซึ่งคณะกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการสื่อสารรณรงค์กิจกรรมทางกายควรเร่งดำเนินการในเรื่องดังกล่าว- การเข้าถึงสถานประกอบการยังได้รับความร่วมมือน้อย ควรหาวิธีการหรือแนวทางใหม่ ๆ ในการเข้าถึงให้ได้- ควรมีการประเมินผล อีก 2 ครั้ง จากทีมประเมินภายนอก เมื่อแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายดำเนินไปได้ 4 ปี และเมื่อสิ้นสุดแผนในปี 2573

5.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (M&E) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน ปี 2565

2. ติดตามและประเมินผลแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573 ในรอบ 5 ปีแรก (ต่อ)

ข้อเสนอต่อตัวชี้วัด/เป้าหมาย ของแผนฯ

ตัวชี้วัด/เป้าหมาย

- เพิ่มตัวชี้วัด/เป้าหมาย ให้สอดคล้องกับข้อเสนอเรื่องการวัดกิจกรรมทางกายเพียงพอตามกลุ่มวัย ขององค์การอนามัยโลก คือ กลุ่มอายุ 5-17 ปี, 15-64 ปี และ 65 ปี ขึ้นไป
- เพิ่มตัวชี้วัด/เป้าหมายในระดับพื้นที่ เช่น เมือง/ชนบท ศูนย์อนามัยเขต และจังหวัด เพื่อเร่งการลดความเหลื่อมล้ำการมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ
- เพิ่มการพัฒนาวิธีการเก็บข้อมูลออนไลน์ ซึ่งจะเป็นวิธีที่สำคัญในยุคหลังโควิด-19 ให้มีความแม่นยำและมีประสิทธิภาพในการวัดกิจกรรมทางกายเพียงพอและพฤติกรรมเนือยนิ่งต่อไป
- บูรณาการการวัดกิจกรรมทางกายเพียงพอและพฤติกรรมเนือยนิ่ง ในการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย
- สนับสนุนการดำเนินการพัฒนาเครื่องมือการวัดกิจกรรมทางกายเพียงพอสำหรับเด็กปฐมวัยให้ได้มาตรฐานสากลและเหมาะสมกับบริบทของประเทศไทย
- สนับสนุน TPAK มหาวิทยาลัยมหิดล ให้ดำเนินการสร้างเครือข่ายนักวิจัยกิจกรรมทางกายในลักษณะ Program Management Unit (PMU) เพื่อบริหารทุนวิจัยด้านกิจกรรมทางกาย

5.5 ระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (M&E) (ต่อ)

ผลการดำเนินงาน (ต่อ)

การจัดทำแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง)



Next Step :

ข้อสรุปจากการประชุมคณะกรรมการฯ เมื่อวันที่ 11 สิงหาคม 2566

1. จัดทำแผนปฏิบัติการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2567 - 2570
2. จัดประชุมชี้แจงแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง) แก่ผู้เกี่ยวข้อง
3. การติดตามผลการดำเนินงานโครงการตามแผนปฏิบัติการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2567 – 2570
4. รีวิวดูชี้วัดร่วมเพื่อสร้างความเป็นเจ้าของในการขับเคลื่อนและส่งเสริมกิจกรรมทางกายของหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง

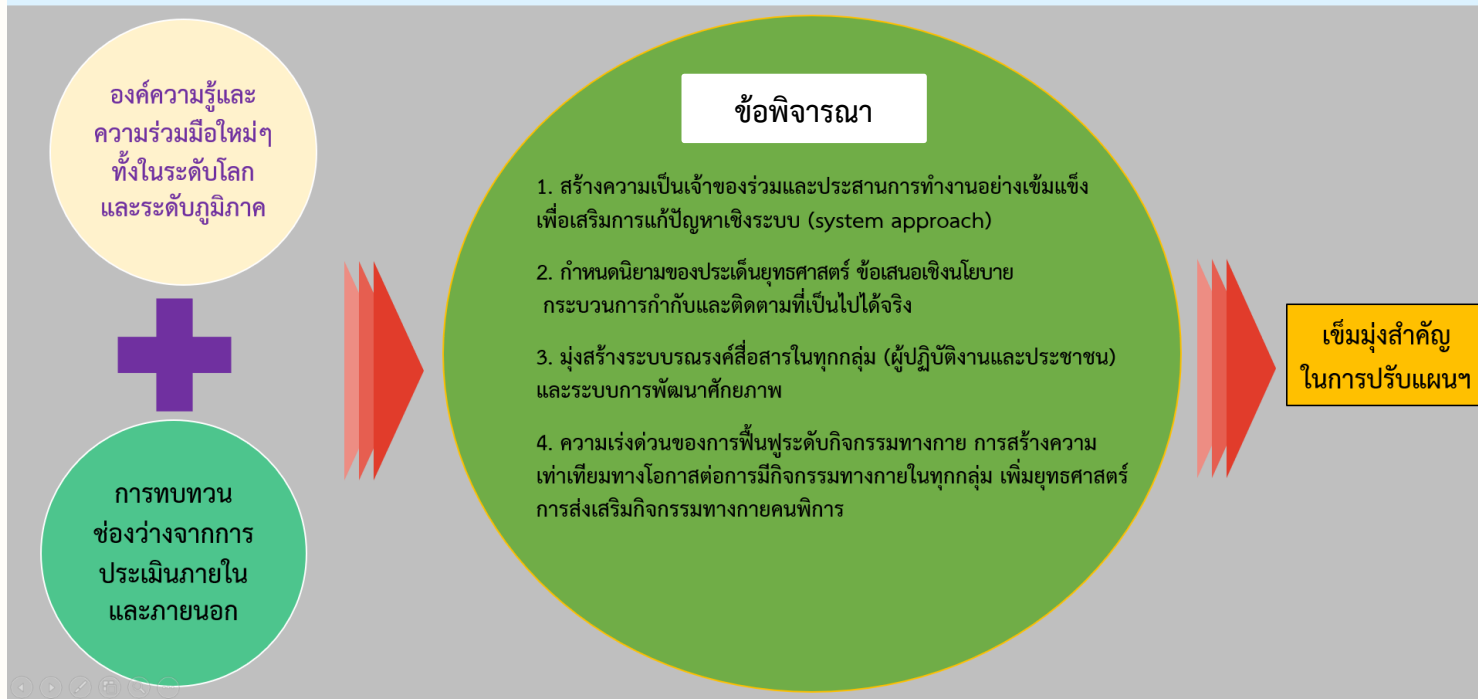
จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ระเบียบวาระที่ 5 เรื่องที่เสนอให้ที่ประชุมพิจารณา



5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566)

ข้อพิจารณาในการจัดทำแผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง)

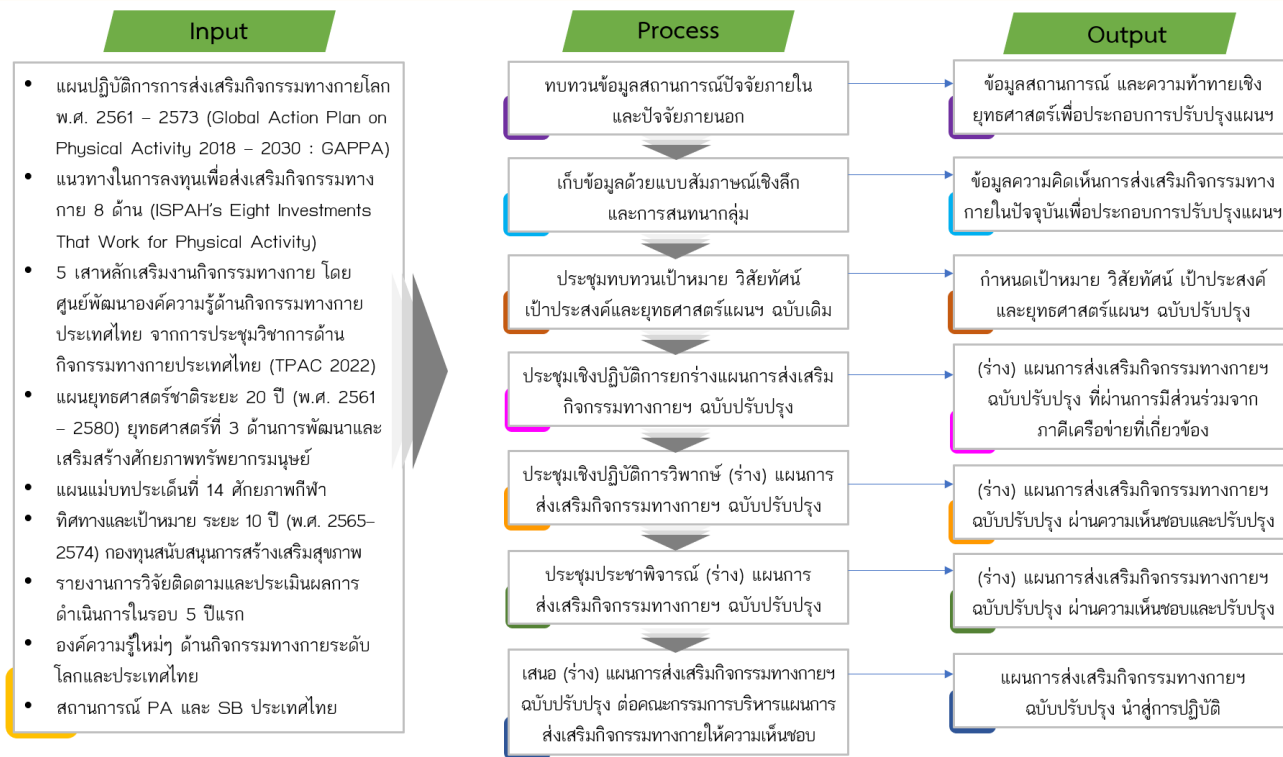


5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

เข็มมุ่งสำคัญในการปรับปรุงแผนฯ

1. มุ่งเน้นการสร้างบรรทัดฐานสังคมที่กระฉับกระเฉง และการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อกิจกรรมทางกาย
2. มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน ทุกระดับ และกลไกรูปธรรมในการร่วมคิด ร่วมกำหนดเป้าหมาย ร่วมขับเคลื่อนการดำเนินงาน และรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมกัน
3. มุ่งเน้นการลดความเหลื่อมล้ำการเข้าถึงการมีกิจกรรมทางกาย ทั้งด้านโอกาสและพื้นที่
4. มุ่งเน้นการเปิดโอกาสให้ภาคเอกชน ภาคประชาชน มีบทบาทในการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
5. มุ่งเน้นการสื่อสารสร้างความรู้ ความเข้าใจ เกิดความตระหนัก และมีกิจกรรมทางกาย
6. มุ่งเน้นการพัฒนาศักยภาพภาคีเครือข่ายที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ให้มีศักยภาพในการถ่ายทอดการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายสู่ประชาชน

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)



5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

ประชุมเชิงปฏิบัติการ**ทบทวน**
และขับเคลื่อนแผนการส่งเสริม
กิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573
เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2566



ประชุมเชิงปฏิบัติการ**ยกร่าง**
แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
พ.ศ. 2561 – 2573
(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566)
เมื่อวันที่ 10 กุมภาพันธ์ 2566



ประชุมเชิงปฏิบัติการ**วิพากษ์**
แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
พ.ศ. 2561 – 2573
(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566)
เมื่อวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2566



ประชุม**ประชาพิจารณ์**
แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
พ.ศ. 2561 – 2573
(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566)
เมื่อวันที่ 2 มีนาคม 2566



5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

สรุปสาระสำคัญของแผน

วิสัยทัศน์

ประชาชนมีวิถีชีวิตที่กระฉับกระเฉงด้วยกิจกรรมทางกาย ภายใต้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

เป้าประสงค์

1. ประชาชนมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ
2. ประเทศไทยมีการจัดสภาพแวดล้อมทางสังคมและสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย

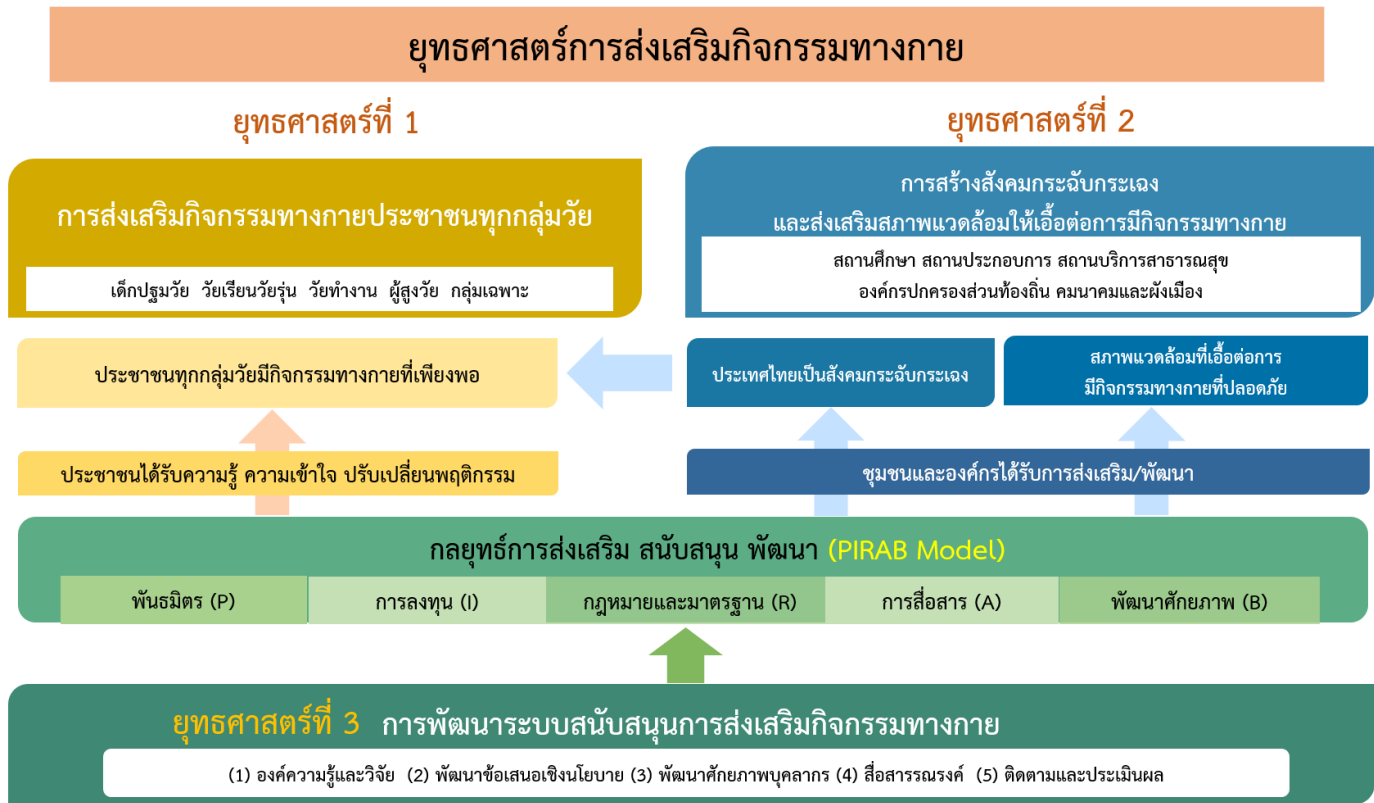
ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

1. ประชาชนมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ 75
2. เขตพื้นที่ตามองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในประเทศไทย มีการส่งเสริมสภาพแวดล้อมทางสังคมและสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย ร้อยละ 60

ยุทธศาสตร์

1. การส่งเสริมกิจกรรมทางกายประชาชนทุกกลุ่มวัย
2. การสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและส่งเสริมสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย
3. การพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)



5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายประชาชนทุกกลุ่มวัย

เป้าประสงค์ ประชาชนทุกกลุ่มวัย ได้แก่ เด็กปฐมวัย วัยเรียน วัยรุ่น วัยทำงาน วัยสูงอายุ และกลุ่มเฉพาะ มีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ

ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

1. ประชาชน อายุ 5 ปี – 17 ปี มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ 40
2. ประชาชน อายุ 18 ปี – 59 ปี มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ 80
3. ประชาชน อายุ 60 ปีขึ้นไป มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ ร้อยละ 80
4. ระยะเวลาเฉลี่ยพฤติกรรมเนือยนิ่งของประชาชน อายุ 5 ปีขึ้นไป ไม่เกิน 13 ชั่วโมงต่อวัน

กลยุทธ์

1. ส่งเสริม สนับสนุน พันธมิตรทุกภาคส่วน ทุกระดับให้เข้ามามีส่วนร่วมในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างยั่งยืน
2. ส่งเสริมให้เกิดการลงทุนอย่างเพียงพอเพื่อการมีกิจกรรมทางกาย
3. พัฒนากฎหมายและมาตรฐานที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย
4. พัฒนาการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรอบรู้ด้านกิจกรรมทางกาย
5. พัฒนาศักยภาพบุคลากรทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกาย

*กลุ่มเฉพาะ เช่น กลุ่มคนที่มีภาวะทุพพลภาพ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหลังคลอด เด็กพิเศษ สมณเพศ

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมกิจกรรมทางกายประชาชนทุกกลุ่มวัย (ต่อ)

กลยุทธ์

<p>1. ส่งเสริม สนับสนุน พันธมิตรทุกภาคส่วน ทุกระดับให้เข้ามามีส่วนร่วมในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายอย่างยั่งยืน</p> <p><u>แนวทาง</u></p> <p>1.1 ส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในทุกกลุ่มวัย และกลุ่มเฉพาะ* ในสถานที่ต่างๆ โดยมีรูปแบบกิจกรรมที่ชัดเจนจากพันธมิตรทุกภาคส่วนในชุมชน</p> <p>1.2 ส่งเสริมให้ชุมชน แกนนำและประชาชนที่มีความสนใจการมีกิจกรรมทางกายในชุมชนได้ใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เพื่อจัดกิจกรรมทางกายโดยอาศัยภูมิปัญญา วัฒนธรรม ประเพณีตามบริบทท้องถิ่น</p>	<p>2. ส่งเสริมให้เกิดการลงทุนอย่างเพียงพอเพื่อการมีกิจกรรมทางกาย</p> <p><u>แนวทาง</u></p> <p>2.1 ลงทุนเพื่อพัฒนางานวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมทางกายในแต่ละกลุ่มวัย ในด้านรูปแบบการมีกิจกรรมทางกาย ปัจจัยที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายในทุกกลุ่มวัย กลุ่มพิเศษ และกลุ่มอาชีพ</p> <p>2.2 ลงทุนเพื่อสนับสนุนให้แกนนำและประชาชนได้มีการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกาย</p> <p>2.3 ลงทุนเพื่อพัฒนาเทคโนโลยีและนวัตกรรมระดับบุคคลในทุกกลุ่มวัย และกลุ่มเฉพาะ เพื่อเพิ่มโอกาสในการมีกิจกรรมทางกาย</p>	<p>3. พัฒนากฎหมายและมาตรฐาน</p> <p><u>แนวทาง</u></p> <p>3.1 พัฒนาเกณฑ์มาตรฐานการมีกิจกรรมทางกาย เช่น ปริมาณการใช้พลังงานของกลุ่มวัยและกลุ่มอาชีพ</p> <p>3.2 พัฒนากฎหมายที่เอื้อต่อการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายและควบคุมมาตรฐานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกายได้อย่างปลอดภัยและส่งผลดีต่อสุขภาพ</p> <p>3.3 พัฒนามาตรการทางภาษีเพื่อจูงใจให้ประชาชนทุกมีกิจกรรมทางกาย</p> <p>3.4 พัฒนามาตรการจูงใจให้ประชาชนมีกิจกรรมทางกาย</p> <p>3.5 สนับสนุนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการคุณภาพสิ่งแวดล้อมด้านการจัดการมลพิษให้มีมาตรการในการควบคุมป้องกันและแก้ไขปัญหาอันเนื่องมาจากภาวะมลพิษ เพื่อให้ประชาชนมีโอกาสในการมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น</p>	<p>4. พัฒนาการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรอบรู้ด้านกิจกรรมทางกาย</p> <p><u>แนวทาง</u></p> <p>4.1 สื่อสารความรู้ความเข้าใจถึงความหมายและประโยชน์ของการมีกิจกรรมทางกาย เพื่อสร้างความตระหนักที่จะนำไปสู่การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกาย</p> <p>4.2 พัฒนารูปแบบสื่อการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายทุกกลุ่มวัย ด้วยเนื้อหาที่น่าสนใจทันสมัย สนุกสนาน เข้าใจง่าย เหมาะกับประชาชนทุกกลุ่มวัยและกลุ่มเฉพาะ*</p> <p>4.3 การส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายสู่ประชาชนที่มีประสิทธิภาพ ด้วยช่องทางที่หลากหลาย ทันสมัย เหมาะสมกับประชาชนแต่ละกลุ่มวัย และแต่ละบริบททางสังคม</p> <p>4.4 สร้างภาพจำเกี่ยวกับการยอมรับ นับถือ ยกย่อง ผู้คนที่มีกิจกรรมทางกายที่เหมาะสม</p> <p>4.5 สื่อสารให้เห็นถึงประโยชน์ของการมีกิจกรรมทางกาย ที่ส่งผลต่อสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม</p>	<p>5. พัฒนาศักยภาพบุคลากรทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกาย</p> <p><u>แนวทาง</u></p> <p>5.1 พัฒนาหลักสูตรการศึกษา/การฝึกอบรมคู่มือแนวทางปฏิบัติหรือคำแนะนำการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอและเหมาะสม การลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง การใช้พลังงานในชีวิตประจำวันและการนอนหลับในแต่ละกลุ่มวัย กลุ่มเฉพาะ* และอาชีพหลักของประชาชน</p> <p>5.2 พัฒนาคณาจารย์/บุคลากรสถานศึกษา สถานบริการสาธารณสุข สถานประกอบกิจการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อให้มีศักยภาพในการถ่ายทอดการส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกายสู่ชุมชนและประชาชนในรูปแบบต่างๆ</p> <p>5.3 พัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุข ให้มีความสามารถในการกระตุ้น โน้มน้าว ส่งเสริม และผลักดัน ประชาชนในชุมชนเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการมีกิจกรรมทางกาย</p>
---	--	--	--	---

*กลุ่มเฉพาะ เช่น กลุ่มคนที่มีภาวะทุพพลภาพ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหลังคลอด เด็กพิเศษ สมณเพศ

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย

เป้าประสงค์

1. ประเทศไทยเป็นสังคมกระฉับกระเฉง
2. มีสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัย

ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

1. ประชาชนมีค่าเฉลี่ยค่านิยมต่อการเป็นสังคมกระฉับกระเฉง มีคะแนนไม่น้อยกว่าร้อยละ 75
2. สถานศึกษา มีการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
3. สถานประกอบการกิจการ มีการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
4. สถานบริการสาธารณสุข มีการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
5. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น มีการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60
6. หน่วยงานด้านคมนาคมและผังเมือง มีการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60

กลยุทธ์

1. ส่งเสริมสนับสนุนพันธมิตรทุกภาคส่วนให้เข้ามาร่วมสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัย
2. ส่งเสริมให้เกิดการลงทุนอย่างเพียงพอเพื่อสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัย
3. พัฒนากฎหมายและมาตรฐานที่สนับสนุนหรือรองรับการสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย
4. พัฒนาการสื่อสารเพื่อให้เกิดความตระหนักและเห็นความสำคัญของสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัย
5. พัฒนาศักยภาพบุคลากรทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย

ระเบียบวาระที่ 5 เรื่องที่เสนอให้ที่ประชุมพิจารณา

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย (ต่อ)

กลยุทธ์

1. ส่งเสริมสนับสนุนพันธมิตรทุกภาคส่วนให้เข้ามามีส่วนร่วมสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัย
แนวทาง
 1.1 ส่งเสริมให้ทุกหน่วยงานในเขตพื้นที่ตามองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในประเทศไทยเห็นความสำคัญและตระหนักว่าการสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัยเป็นประโยชน์ต่อเป้าหมายหลักของหน่วยงาน
 1.2 สร้างและพัฒนาความร่วมมือในการส่งเสริมสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัยในองค์กรและชุมชน
 1.3 ส่งเสริมให้ทุกหน่วยงานเข้ามามีส่วนร่วมในการสร้างกิจกรรมรณรงค์สังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมเอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัยทั้งในระดับชุมชน และระดับชาติ
 1.4 ส่งเสริมให้เกิดการยกย่องหน่วยงานในเขตพื้นที่ตามองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ประสบความสำเร็จในการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
 1.5 ส่งเสริมให้ทุกหน่วยงานในเขตพื้นที่ตามองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เปิดโอกาสให้ประชาชนได้เข้ามาใช้สภาพแวดล้อมทางกายภาพและสิ่งปลูกสร้างในการมีกิจกรรมทางกาย

2. ส่งเสริมให้เกิดการลงทุนอย่างเพียงพอเพื่อการมีกิจกรรมทางกาย
แนวทาง
 2.1 พัฒนานโยบายความรู้และวิจัยการมีกิจกรรมทางกายในสถานศึกษา สถานประกอบการ สถานบริการ สาธารณสุข องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และเขตพื้นที่ตามองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในประเทศไทย ทั้งรูปแบบของกิจกรรมทางกายที่หลากหลาย เลือกตามความเหมาะสมของบริษัทและแต่ละสภาพแวดล้อม
 2.2 ส่งเสริมให้เกิดการลงทุนเพื่อสร้างและปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัย ทั้งในระดับชุมชนและระดับประเทศ
 2.3 ส่งเสริมให้เกิดการลงทุนเพื่อสร้างกิจกรรมการรณรงค์การเป็นสังคมกระฉับกระเฉงทั้งในระดับชุมชนและระดับประเทศ

3. พัฒนากฎหมายและมาตรฐาน
แนวทาง
 3.1 พัฒนามาตรฐานองค์กรและชุมชนส่งเสริมกิจกรรมทางกาย
 3.2 พัฒนากฎหมายการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในองค์กรและชุมชน
 3.3 พัฒนากฎหมายการสร้างสิ่งปลูกสร้าง/สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายและมีความปลอดภัย
 3.4 มีมาตรการสนับสนุนให้บูรณาการระหว่างโครงสร้างพื้นฐานของการเดิน การขี่จักรยาน และการเคลื่อนที่รูปแบบอื่นที่เป็นกิจกรรมทางกาย (เก้าอี้ล้อเลื่อน สกุตเตอร์) กับการวางผังเมือง กับระบบขนส่งสาธารณะ ให้มีคุณภาพและปลอดภัย
 3.5 มีมาตรการกำกับ ดูแล การออกแบบสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะ (เช่น โรงเรียน สถานพยาบาล สถานกีฬาและสันทนาการ) ให้มีความหลากหลายในการเคลื่อนไหว
 3.6 พัฒนามาตรการทางภาษี เพื่อจูงใจให้ผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องอุปกรณ์การมีกิจกรรมทางกายให้เกิดการพัฒนานวัตกรรม สินค้าที่มีคุณภาพและราคาถูกลง เพื่อให้ประชาชนเข้าถึงอุปกรณ์การมีกิจกรรมทางกายที่มีคุณภาพในราคาที่ถูกลง
 3.7 พัฒนามาตรการทางภาษี เพื่อจูงใจให้ผู้ผลิตสื่อโฆษณาประชาสัมพันธ์ด้านภาพลักษณ์ของการมีกิจกรรมทางกายไปใช้
 3.8 พัฒนามาตรการทางภาษี เพื่อจูงใจให้ภาคเอกชนได้มีส่วนร่วมในการลงทุนเพื่อสร้างพื้นที่สาธารณะในชุมชน และจัดกิจกรรมทางกาย

4. พัฒนาการสื่อสารเพื่อให้เกิดความรอบรู้ด้านกิจกรรมทางกาย
แนวทาง
 4.1 สร้างความตระหนักให้ประชาชนได้เห็นความสำคัญทางแทน รู้ลึกถึงความเป็นเจ้าของสิ่งปลูกสร้าง/สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย และมีความปลอดภัย
 4.2 สื่อสารถึงภาพลักษณ์ที่ดีงามของความมีประโยชน์ ความสำคัญของการมีกิจกรรมทางกายสู่ประชาชนด้วยการจัดกิจกรรมการรณรงค์ทั้งในระดับชุมชนและระดับชาติ
 4.3 สื่อสารรูปแบบ/แนวทาง ในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย สำหรับ
 ๕ กลุ่ม ได้แก่ สถานศึกษา สถานบริการสาธารณสุข สถานประกอบการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านคมนาคมและผังเมือง

5. พัฒนาศักยภาพบุคลากรทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกาย
แนวทาง
 5.1 สนับสนุนให้บุคลากรขององค์กร (สถานศึกษาด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในศูนย์เด็กเล็ก โรงเรียน และสถาบันอุดมศึกษา, สถานประกอบการกิจการ, สถานบริการสาธารณสุข, องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น) มีองค์ความรู้ในการสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย
 5.2 สนับสนุนให้คนในชุมชนมีศักยภาพในการสร้างสังคมกระฉับกระเฉงและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย (ด้านการจัดหาพื้นที่สาธารณะ ทางสัญจร และกิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมทางกาย)
 5.3 จัดทำสื่อการเรียนรู้ประเภทต่างๆ เพื่อถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับก่อสร้างสิ่งปลูกสร้าง/การพัฒนาสภาพแวดล้อมต่างๆ ให้เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายและมีความปลอดภัย

ระเบียบวาระที่ 5 เรื่องที่เสนอให้ที่ประชุมพิจารณา

5.1 (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566) (ต่อ)

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

ระบบสนับสนุน	3.1 การพัฒนาระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย	3.2 การพัฒนาระบบสนับสนุนการเฝ้าระวังการมีกิจกรรมทางกาย	3.3 การพัฒนาระบบสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพบุคลากร	3.4 พัฒนาระบบสนับสนุนการสื่อสารณรงค์กิจกรรมทางกาย	3.5 พัฒนาระบบสนับสนุนนโยบาย
เป้าประสงค์	มีระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย	มีระบบเฝ้าระวังการมีกิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่งที่ครอบคลุมทุกกลุ่มวัยและสถานที่	มีระบบการพัฒนาศักยภาพด้านส่งเสริมกิจกรรมทางกาย	มีระบบการสื่อสารณรงค์ด้านกิจกรรมทางกาย	มีนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานจากหน่วยงานทุกภาคส่วนลงสู่ท้องถิ่น
ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย	มีระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัย กิจกรรมทางกาย ที่มีความชัดเจนและครอบคลุมมิติต่างๆ ของการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย 1 ระบบ	มีระบบเฝ้าระวังการมีกิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่ง ที่ครอบคลุมทุกกลุ่มวัยและสถานที่ การจัดเก็บวิเคราะห์ และแปลผลข้อมูลกิจกรรมทางกายเพื่อที่จะใช้ในกาวางแผนดำเนินการ และประเมินผลโครงการ และนำผลที่ได้ไปเผยแพร่ให้แก่ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องได้ใช้ประโยชน์ 1 ระบบ	มีระบบพัฒนาศักยภาพบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ทั้งการพัฒนางานองค์ความรู้รูปแบบ และวิธีการถ่ายทอดการส่งเสริมกิจกรรมทางกายส่วนกลาง ส่วนภูมิภาค สถาบันการศึกษาไปจนถึงท้องถิ่น 1 ระบบ	มีระบบการสื่อสารณรงค์กิจกรรมทางกายให้กับประชาชน ตั้งแต่การพัฒนาประเด็น เนื้อหา ช่องทางและการวางแผนการสื่อสาร 1 ระบบ	มีกลไกคณะกรรมการบริหารส่งเสริมกิจกรรมทางกายแห่งชาติ ได้รับการจัดตั้งเพื่อกำหนดนโยบาย และนโยบายได้รับการนำไปสู่การปฏิบัติ
กลยุทธ์	<ol style="list-style-type: none"> พัฒนาหน่วยงานสนับสนุนการผลิตองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย พัฒนากระบวนการกำหนดมาตรฐานการวิจัย พัฒนาการนำงานวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์ พัฒนาเครือข่ายการทำงานวิจัย (การมีส่วนร่วมของคน) 	<ol style="list-style-type: none"> พัฒนาระบบเฝ้าระวังสถานการณ์กิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่ง พัฒนามาตรฐาน/เครื่องมือ การเฝ้าระวังกิจกรรมทางกาย/พฤติกรรมเนือยนิ่ง การนำข้อมูลไปใช้ (Utilization) 	<ol style="list-style-type: none"> พัฒนาหลักสูตรกิจกรรมทางกายสำหรับบุคลากร พัฒนาศักยภาพบุคลากรและนักศึกษา 	<ol style="list-style-type: none"> พัฒนาเนื้อหาและรูปแบบสำหรับการสื่อสารณรงค์กิจกรรมทางกาย สื่อสารกิจกรรมทางกาย 	พัฒนานโยบายการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

ข้อเสนอเพื่อพิจารณา

1. เห็นชอบ (ร่าง) แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 – 2573 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2566)
2. มอบกรมอนามัยดำเนินการตามกระบวนการเสนอแผนระดับ 3 ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

5.2 ทบทวนคำสั่งคณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ที่ 1/2565 เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

เนื่องจาก อนุกรรมการ ผู้ช่วยเลขานุการคณะอนุกรรมการ มีการปรับเปลี่ยนหน่วยงาน ฝ่ายเลขานุการจึงขอปรับเปลี่ยนและเพิ่มรายชื่ออนุกรรมการ ดังนี้

1. คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการสร้างองค์ความรู้และวิจัยกิจกรรมทางกาย

1.1 นายวัชรินทร์ แสงสัมฤทธิ์ผล ผู้ช่วยเลขานุการ เปลี่ยนเป็น นางสาวอารีรัตน์ บุตรษาแก้ว กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

1.2 ขอเพิ่ม นางสาวรุ่งรัตน์ พลະไกร สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุบลราชธานี เป็นอนุกรรมการ

2. คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการสื่อสารณรงค์กิจกรรมทางกาย

2.1 นางมัทนา ถนอมพันธ์ หอมล่อ ประธานอนุกรรมการ เปลี่ยนเป็น รศ.ดร.กมลรัฐ อินทรทัศน์ คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

2.2 นางสาวนิตา พัดศรี อนุกรรมการ เปลี่ยนเป็น นางวันวิศาห์ ภาคสุวรรณ สำนักพัฒนานโยบายและแผนฯ กรมประชาสัมพันธ์

2.3 นางสาวนัชชา เขียวมณี อนุกรรมการ เปลี่ยนเป็น นางสาวสุนันทา โพธิพล กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

2.4 นายคัมภีร์ งานดี ผู้ช่วยเลขานุการ เปลี่ยนเป็น นางสาวประวีณ์นุช กาญจนขจรศักดิ์ กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสาร

2.5 ขอเพิ่ม รศ.ดร.ปิยฉัตร ล้อมขวการ คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เป็น ผู้ช่วยเลขานุการ

2.6 ขอเพิ่ม นายรัชชชัย สุขสีดา คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เป็น อนุกรรมการ

2.7 ขอเพิ่ม นางสาวนิตราไพ ภัทรนนท์ ศูนย์วิจัยเฉพาะทาง CCDKM มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช เป็น อนุกรรมการ

2.8 ขอเพิ่ม นางสาวเมธวดี ทรัพย์ะประภา กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ เป็น อนุกรรมการ

5.2 ทบทวนคำสั่งคณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ที่ 1/2565 เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย (ต่อ)

3. คณะอนุกรรมการพัฒนาข้อเสนอเชิงนโยบายส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

- 3.1 นายชลพันธ์ ปิยะถาวรอนันต์ เลขานุการ เปลี่ยนเป็น นางสาวรัตนาวดี ทองสุทธิ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ
3.2 นางสาวสมฤทัย พลยุทธ์ ผู้ช่วยเลขานุการ เปลี่ยนเป็น นางศิริพร แก้วเจริญ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

4. คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการติดตามการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย

- 4.1 ผู้แทนสำนักส่งเสริมกิจการการศึกษา สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ เปลี่ยนเป็น ผู้แทนกองส่งเสริมและพัฒนากิจการศึกษาระดับภูมิภาค สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ
4.2 นางสาวอรณา จันทศิริ สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ เปลี่ยนเป็น นางสาวอรณา จันทศิริ นักวิจัยอิสระ
4.3 นายธีรพงษ์ คำพุฒ กองแผนงาน กรมอนามัย เปลี่ยนเป็น นายธีรพงษ์ คำพุฒ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
4.4 ขอเพิ่ม ผู้อำนวยการสำนักสร้างเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ เป็น อนุกรรมการ
4.5 ขอเพิ่ม นางสาววิภาดา ศิริวรงค์ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ เป็น อนุกรรมการ
4.6 ขอเพิ่ม ผู้แทนสำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ เป็น อนุกรรมการ
-


ข้อเสนอเพื่อพิจารณา

1. เห็นชอบ การเปลี่ยนแปลงรายชื่อคณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกายดังกล่าว
2. มอบ ทีมเลขานุการแก้ไขคำสั่งคณะอนุกรรมการพัฒนาระบบสนับสนุนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เสนอประธานคณะกรรมการบริหารการส่งเสริมกิจกรรมทางกายลงนาม

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ระเบียบวาระที่ 6 เรื่องอื่นๆ



A photograph of a park with a paved path. Two people are jogging on the path, moving from left to right. The path is lined with large, mature trees with dense green foliage. In the background, there is a grassy area with more trees and a fence. The lighting is bright, suggesting a sunny day.

“ประชาชนมีวิถีชีวิตที่กระฉับกระเฉง
ด้วยกิจกรรมทางกาย ภายใต้สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

วิสัยทัศน์แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561 - 2573

ขอขอบคุณทุกท่าน