

รายงานการประชุมกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ครั้งที่ 6/2564

วันพุธที่ 3 มีนาคม พ.ศ. 2564

ณ ห้องประชุมกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ผู้มาประชุม

1. นายอุดม	อศุตมางกูร	ผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ (ประธาน)
2. นางนงพะงา	ศิวานุวัฒน์	นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ
3. นางสาวพรรณิ	พันธ์เสื่อ	เจ้าพนักงานพัสดุชำนาญงาน
4. นางณัฐธรา	กิจสมมารถ	นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการ
5. นางสาวณัฐนันท์	นวลมีศรี	เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน
6. นางสาวพัทธ์ธีรา	พระราช	เจ้าพนักงานการเงินและบัญชีชำนาญงาน
7. นายชัยรัชต์	จันทร์ตรี	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
8. นางสาวชนิษฐา	ระโหลฐาน	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
9. นางสาวสุธาภรณ์	ถาวรบูรณทรัพย์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
10. นางสาวสมฤทัย	พลยุท	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
11. นางสาวปิยะนุช	ฤทธิชารี	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
12. นางสาวณิชา	คงทวีศักดิ์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
13. นางสาวพรรณิ	ทับธานี	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
14. นายอภิรติ	ชัยวิจิตร	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
15. นางสาวขวัญจิรา	นัดประสิทธิ์	นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ
16. นางรุ่งนภา	บุญปุ	พนักงานธุรการ ส3
17. นายฤทธิรงค์	โพธิ์กลางดอน	พนักงานธุรการ ส3
18. นางสาวจิรัฐชญา	พารอด	พนักงานธุรการ ส3
19. นางสาวชญาภา	แดงจั่น	เจ้าพนักงานการเงินและบัญชี
20. นางสาวกรรณิกา	แก่นสาร	เจ้าพนักงานธุรการ
21. นางสาวราธา	เชื้อทองดี	นักวิเคราะห์นโยบายและแผน
22. นายธวัชชัย	ทองบ่อ	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
23. นางสาวรุ่งนภา	ดุงสูงเนิน	นักจัดการงานทั่วไป
24. นางสาวอัญชลี	จุฑานนท์	ธุรการ
25. นายณัฐพงษ์	อินตะปัญญา	ผู้รับจ้างขับรถยนต์และด้านทะเบียนรถยนต์
26. นางสาวกนกวรรณ	ดอกไม้	นักวิชาการสาธารณสุข
27. นายกิตติพงษ์	ภัสสร	ผู้ประสานงานโครงการ

ผู้ไม่มาประชุม (เนื่องจากติดราชการอื่น/ลาพักผ่อน/ ลาป่วย/ลาศึกษาต่อ/ลาคลอดบุตร)

1. นายชลพันธ์	ปิยถาวรอนันต์	รองผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ
2. นางนภัสภงกช	ศุภะพิชน	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
3. นางสาวสุพิชชา	วงศ์จันทร์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
4. นางทับทิม	ศรีวิไล	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
		ร.ก.นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการพิเศษ
5. นายวัชรินทร์	แสงสัมฤทธิ์ผล	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
6. นางสาวธวัลรัตน์	ใหม่รัตนไชยชาญ	นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการ

7. นายวสันต์	อุณานันท์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
9. นางสาวภิมณณ์ภู่	พงษ์เกษตรการ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
8. นางสาวปทุมรัตน์	สามารถ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
9. นางสาวศิริินญา	วัลภา	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
10. นายสันสนะ	ณรงค์อินทร์	นักวิชาการคอมพิวเตอร์ปฏิบัติการ
11. นางสาวบุษยา	ภูมิ่ง	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
12. นายธวัชชัย	แคใหญ่	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
13. นายชวพล	หัชสิทธิ์	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
14. นายเศวต	เซียงลี	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
15. นายรังสิต	ศรีพรหม	นักจัดการงานทั่วไป
16. นางสาวนุอรารีณี	บุงอ	นักจัดการงานทั่วไป
17. นายพิเชษฐ์	นกบิน	ผู้รับจ้างขับรถและด้านคลังพัสดุ
18. นายพงษ์พันธ์	สมบูรณ์ทรัพย์	ผู้รับจ้างขับรถยนต์
19. นางสาวนฤมล	กิ่งแล	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
20. นายสมภพ	จันทะดวง	นักวิทยาศาสตร์การกีฬา
21. นางสาววัชรารมณ์	เถาว์แล	นักวิชาการสาธารณสุข
22. นางสาวศิริประภา	กิจนิเทศ	ผู้ช่วยนักวิจัย

เริ่มประชุม เวลา 13.30 น.

ระเบียบวาระที่ 1 เรื่องประธานแจ้งให้ที่ประชุมทราบ

นายอุดม อัครุตมางกูร ผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประธานการประชุมฯ กล่าวถึงโครงการก้าวทำใจ งานก้าวทำใจ ss3 ซึ่งแคมเปญใน ss3 คือ พิชิต 100 วัน 100 กิโลเมตร ซึ่งในระบบจะมีรูปแบบการออกกำลังกายที่หลากหลาย สามารถเลือกรูปแบบการออกกำลังกายได้ นอกจากการออกกำลังกายยังมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างอื่นอีก เช่น การทดลองมะเร็งเต้านม และมะเร็งเต้านมยังเป็นสาเหตุการเสียชีวิตระดับต้นๆ ของหญิงไทย คู่กันกับมะเร็งปากมดลูก สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือมะเร็งเต้านม หากตรวจเจอระยะแรกโอกาสหายสูงถึง 95% ซึ่งส่วนใหญ่คนเข้าไม่ถึงความรู้และเครื่องมือ เพราะฉะนั้นโครงการก้าวทำใจจัดทำเพื่อให้คนเข้าถึงเครื่องมือและตรวจเช็คมะเร็งเต้านมด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง และมีการจัดตั้งกลุ่มภายในกองฯ เพื่อตั้งเป้าหมายว่า 100 วัน บุคลากรภายในกองฯ ให้ความร่วมมือในการตั้งเป้าหมาย 100 วัน จะต้องทำได้กี่กิโลเมตร

เรื่องจากการประชุมกับท่านอธิบดีที่ผ่านมา ได้ให้ความสำคัญ แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ. 2561-2573 เป็นแผนระดับ 3 ตามมติกรม. และเป็น 1 ใน 7 แผนของกรมอนามัย ซึ่งเป็นตัวบ่งบอกว่าทำไมต้องมีกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ เพราะกองฯ เป็นตัวขับเคลื่อนระดับประเทศด้านกิจกรรมทางกาย การขับเคลื่อนด้วยระบบสนับสนุน 5 ระบบ มีการขับเคลื่อนร่วมกับภาคีเครือข่าย และ GAPPA มีแผนปฏิบัติการระดับโลก ส่งเสริมเรื่องออกกำลังกายแต่ยังไม่เพียงพอทำให้ต้องเพิ่มการมีกิจกรรมทางกาย และมีแผนดำเนินการระดับโลก พ.ศ. 2561-2573 GAPPA จะวาง load map ในการขับเคลื่อนร่วมกันในภูมิภาค และประเทศไทยจะขับเคลื่อน GAPPA ควรมีอะไรบ้าง ยกตัวอย่างเช่น กฎหมาย ความร่วมมือ องค์กรภาครัฐและเอกชน งบประมาณ ซึ่งมี 2 ประเทศให้เป็นต้นแบบในการทำ calories report คือ ประเทศไทยและประเทศอินเดีย ประเทศไทยได้รับเกียรติในการขับเคลื่อนกิจกรรมทางกายและเป็นต้นแบบของ SEARO

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพเป็น Focal point ระดับประเทศ เพราะฉะนั้นในด้านวิชาการคำแนะนำของกิจกรรมทางกายเพียงพอ ผู้ใหญ่ควรมีกิจกรรมทางกายเพียงพอ 150 นาที/สัปดาห์ ทำน้อยก็ยิ่งดีกว่าไม่ทำ ยิ่งทำมากยิ่งขึ้น เพื่อป้องกันการเกิดโรค NCD ซึ่ง UN บอกว่า NCD เป็นภัยของโลกร ต้องสร้างหนทาง ออกกำลังกายเป็นสำคัญและกิจกรรมทางกายเพียงพอที่จะไม่ทำให้ป่วยเป็นวิธีการป้องกัน และการส่งเสริมให้ดีกว่าเดิมต้องมากกว่า 150 นาที/สัปดาห์ ซึ่งทำให้คำแนะนำของการออกกำลังกายเป็น 150-300 นาที/สัปดาห์ เพราะฉะนั้นการออกกำลังกายควรมากขึ้นอย่างเหมาะสม คำแนะนำพูดถึงบุคคลทั่ว ๆ ไป แต่ 3 กลุ่มที่ให้ความสนใจน้อย คือ

1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหลังคลอด เพราะฉะนั้นต้องให้ความรู้ในการจัดกิจกรรมและโอกาสกับกลุ่มนี้มากขึ้น
 2. กลุ่มผู้ป่วยเรื้อรัง ต้องออกแบบการจัดกิจกรรม โอกาสให้กับผู้ป่วยเรื้อรัง เพราะกลุ่มนี้จะได้ benefit อย่างมาก ทำให้ลดภาวะแทรกซ้อน ลดค่าใช้จ่าย
 3. กลุ่มคนพิการ ต้องออกแบบการจัดกิจกรรมให้เหมาะสม
- ซึ่งทั้ง 3 กลุ่มนี้ ถ้าเกี่ยวข้องกับกลุ่มงานใดให้นำไปขับเคลื่อนเพิ่มเป็นพิเศษ และโครงการก้าวทำใจได้ประชาสัมพันธ์เพิ่ม 3 กลุ่ม และจะมีคิปลีในการให้ความรู้ใน 3 กลุ่ม และอีกอันหนึ่งที่สำคัญ ท่านอธิบดีได้มอบหมายกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ให้ทำเรื่อง MOU กับ 3 องค์กรหลักๆ คือ กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา กรมพลศึกษา กรมอนามัย เพื่อลดการทับซ้อนงานกัน และวางแนวทางในการขับเคลื่อนงานให้ชัดเจนยิ่งขึ้น

มติที่ประชุม ที่ประชุมรับทราบและถือปฏิบัติ

1. ให้บุคลากรกองฯ ทุกท่านใส่เสื้อมทกรมการวิ่งก้าวทำใจ ss3 ทุกวัน พุธสัปดาห์ เพื่อเป็นการโปรโมทโครงการก้าวทำใจ ss3
2. ให้บุคลากรกองฯ ทุกท่านลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการก้าวทำใจ ss3 ภายในวันที่ 3 มีนาคม 2564 เวลา 17.00 น.

ระเบียบวาระที่ 2 เรื่องรับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ 5/2564 ในวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2564
รับรองรายงานการประชุมกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ครั้งที่ 5/2564
ในวันพุธที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

มติที่ประชุม รับรองรายงานการประชุม

ระเบียบวาระที่ 3 เรื่องสืบเนื่อง

3.1 งบประมาณกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2564

นางสาวพรรณิ พันธุ์เสือ เจ้าพนักงานพัสดุชำนาญงาน รายงานผลการเบิกจ่ายงบประมาณ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ณ วันที่ 2 มีนาคม 2564 โดยภาพรวมกองฯ ได้รับงบประมาณทั้งสิ้น 18,574,774 บาท เบิกจ่ายแล้ว 5,464,603.64 บาท คิดเป็นร้อยละเบิกจ่าย 29.42 สำหรับรายโครงการ ผู้อำนวยการเร่งรัดติดตามงบประมาณซึ่งได้รายงานและแจ้งวาระการติดตามในที่ประชุมคณะกรรมการบริหารกองฯ

มติที่ประชุม ประธานการประชุม มอบหมายให้คณะกรรมการบริหารกองฯ รับผิดชอบการเขียนโครงการเพื่อเตรียมขออนุมัติโครงการในรอบ 2 เมื่อได้รับงบประมาณมาที่กองฯ

ระเบียบวาระที่ 4 เรื่องเพื่อทราบ

1. นางสาวณัฐนันท์ นวลมีศรี เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงานเรื่องขั้นตอนการลงข้อมูลในระบบประเมินตนเอง ในการลงข้อมูลในระบบให้แล้วเสร็จภายในวันที่ 3 มีนาคม 2564
2. นางนงพะงา ศิวานัฐวัฒน์ นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ แจ้งให้ทราบเรื่อง การประชุมคณะกรรมการ กพว. กองฯ ได้มีการกำหนดการประชุมทุกวันพุธสัปดาห์ที่ 3 ของเดือน ซึ่งเมื่อเดือนที่แล้วเนื่องจากไม่ได้มีการลั่นกริ่งในแบบฟอร์มการแจ้งจุดประสงค์ที่จะนำเข้าที่ประชุม จึงไม่ได้มีการประชุมและจะประชาสัมพันธ์หากกลุ่มใดที่จะนำเรื่องเข้าไปในการประชุมคณะกรรมการ กพว. กองฯ สามารถประสานทางฝ่ายเลขานุการ เพื่อที่จะนำวาระการประชุม เพราะว่าครั้งที่แล้วที่เราเชิญประชุมไม่ได้มีการประชุมเนื่องจากวาระที่ถูกพิจารณาได้นำเสนอเข้า EC ไปเรียบร้อยแล้ว มี 2 เรื่องที่นำเข้า EC คือ เรื่องของกลุ่มแม่และเด็ก และแบบสอบถาม 5 setting ที่เสนอไปยังสำนักผู้ทรงคุณวุฒิ

มติที่ประชุม ที่ประชุมรับทราบ

ระเบียบวาระที่ 5 เรื่องอื่น ๆ (ถ้ามี)

1. นางสาวพรรณิ พันธุ์เสื่อ เจ้าพนักงานพัสดุชำนาญงาน แจ้งประกาศรางวัลการแข่งขันป้องกัน ซึ่งกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่สร้างความผูกพันและส่งเสริมการออกกำลังกายให้บุคลากรภายในกองฯ กิจกรรมนี้เป็นส่วนหนึ่งของ HWP เราได้ดำเนินการมาด้วยดี ส่วนในเรื่องของกิจกรรมเราก็มีของรางวัลสำหรับผู้ชนะเลิศและผู้เข้าร่วมการแข่งขัน ขอเชิญผู้อำนวยการมอบเงินรางวัลให้กับบุคลากรที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้ และขอขอบคุณผู้อำนวยการที่สนับสนุนเงินรางวัลในการแข่งขันป้องกันในครั้งนี้

สรุปผลการแข่งขันป้องกัน dopah เกมส์ 2020

เริ่มการแข่งขัน 30 พฤศจิกายน 2563 ถึง 5 กุมภาพันธ์ 2564 ผู้เข้าร่วมแข่งขัน จำนวน 22 คน ชาย 13 คน หญิง 9 คน กลุ่มผู้อำนวยการ 7 คน กลุ่มแม่และเด็ก 4 คน กลุ่มวัยเรียนวัยรุ่น 2 คน กลุ่มสูงอายุ 2 คน กลุ่มวัยทำงาน 7 คน รวมเงินรางวัลป้องกันทั้งหมด 7,000 บาท

ประเภทหญิงเดี่ยวมือใหม่

- อันดับ 1 หนุ่ยนครปฐม 500 บาท
- อันดับ 2 แจ็คสะพานโค้ง 300 บาท
- อันดับ 3 ก้อยกรุงโซล 200 บาท

รางวัลชมเชย 3 รางวัล รางวัลละ 100 บาท ได้แก่ ลูกเกดนครปฐม, อุ่มอำนาจเจริญ, เจียบศิษย์

วัดสะพานสูง

ประเภทหญิงเดี่ยวมือเก่า

- อันดับ 1 ก๊อตจิ 500 บาท
- อันดับ 2 ภาษาบู 300 บาท
- อันดับ 3 ฝ่ายคลองเขื่อน 200 บาท

ประเภทชายเดี่ยวมือใหม่

- อันดับ 1 อันโตนี่ ไฮ์วว... 500 บาท
- อันดับ 2 แจ็คเวสเกต 300 บาท
- อันดับ 3 ปิ่นเมืองตราด 200 บาท

รางวัลชมเชย 5 รางวัล รางวัลละ 100 บาท ได้แก่ ป๊อปปี๋ศรีธัญญา, เวทลายเบิร์น, เปี้ยกปัตตา
เลียน, เปอชอย 3, นท์เมืองกำแพง

ประเภทชายเดี่ยวมือเก่า

อันดับ 1 มอสเฉยๆ	500 บาท
อันดับ 2 ไก่ข้อเดียว	300 บาท
อันดับ 3 ตู้นแคใหญ่	200 บาท

รางวัลชมเชย 2 รางวัล รางวัลละ 100 บาท ได้แก่ โตอากัสซี่, เก่ง 9 นิ้ว

ประเภทคู่ผสม

อันดับ 1 ตู้นแคใหญ่+ภาษาบู	500 บาท
อันดับ 2 นท์เมืองกำแพง+ ฝ่ายคลองเขื่อน	400 บาท
อันดับ 3 เปี้ยกปัตตาเลียน+ก้อตจิ	300 บาท

รางวัลชมเชย 4 รางวัล รางวัลละ 200 บาท ได้แก่ โตอากัสซี่+ก้อยกรุงโซล, ฮันโตนี่ ไอ้วว...+
ลูกเกดนครปฐม, ป๊อปปี๋ศรีธัญญา+หญ่ยนนครปฐม, มอสเฉยๆ+อ้อมอำนาจเจริญ

2. นางสาวสุธาภรณ์ อวารบูรณทรัพย์ นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ ได้ให้ความรู้
เรื่องการ ให้ความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ อนามัยสิ่งแวดล้อม และความสุขในชีวิตการทำงาน การส่งเสริม
กิจกรรมทางกาย : โครงการก้าวทำใจ Season 3 โครงการก้าวทำใจ Season 3 มีแนวคิดเพื่อส่งเสริมกิจกรรม
ทางกาย ด้วยการใช้เทคโนโลยีรูปแบบใหม่ผ่านเทคโนโลยี แคมเปญใน Season 3 คือ พิซิต 100 วัน 100 กิโลเมตร
เริ่มสมัครตั้งแต่วันที่ - 8 มิถุนายน 2564 เริ่มส่งผลการออกกำลังกายและสะสม Health Point ตั้งแต่วันที่ 1 มีนาคม
- 8 มิถุนายน 2564 (100 วัน) ประเภทกีฬาใน Season นี้ ประกอบด้วย กิจกรรมเดิน-วิ่ง ปั่นจักรยาน เวทเทรนนิ่ง
โยคะ วายน้ำ ฟุตบอล ฟุตซอล เทนนิส แบดมินตัน บาสเกตบอล บาสโลบ ลีลาส เปตอง ตะกร้อ ปิงปอง ไทเก๊ก
สำหรับท่านที่ทำได้ตามเป้าหมาย 100 วัน 100 กิโลเมตร จะได้ E-Certificated และร่วมลุ้นรับรางวัลก้าวทำใจ
Season 3

1. ผู้พิซิต 100 km 10,000 คนแรก (เร็ว ๆ นี้)
2. Lucky draw สำหรับผู้พิซิต 100 วัน 100 km (ประกาศรางวัลหลังจบ Season)
3. แต้มสุขภาพ (Health Points) แลกรางวัลต่าง ๆ มากมาย (เร็ว ๆ นี้)

โดยใน Season นี้สามารถสร้างกลุ่มได้ แบ่งเป็น ชุมชน / โรงเรียน / องค์กร / สาธารณสุข 1 คนสามารถ
อยู่ได้ 5 กลุ่ม และยังแข่งขันการออกกำลังกายในกลุ่มได้ด้วย

สมัครได้ทาง Line : @THNVR ติดตามข่าวสารได้ทาง Facebook : ก้าวทำใจ



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ภาพข่าวกิจกรรม

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ 

จัดทำโดย : กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย

ภาพกิจกรรมการมอบรางวัล

ผลการแข่งขันป้องกัน dopah เกมส์ 2020

เมื่อวันที่ 3 มีนาคม 2564 ณ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ โดยนายอุดม ทัศนุตตมางกูร ผู้อำนวยการกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ สนิมสนุนเงินรางวัลและมอบรางวัลให้กับบุคลากรที่เข้าร่วมการแข่งขันในครั้งนี้



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

     www.anamai.moph.go.th

มติที่ประชุม ที่ประชุมรับทราบ

ปิดประชุม

เวลา 14.40 น.

นางสาวรดาธร เชื้อทองดี
นักวิเคราะห์นโยบายและแผน
ผู้บันทึกรายงานการประชุม

นางนงพะงา ศิวานวัฒน์
นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ
ผู้ตรวจรายงานการประชุม