

## สรุปผลการดำเนินงานกิจกรรมก้าวทำใจ

<b>1. โครงการ</b>	<b>โครงการก้าวทำใจ</b>
<b>2. เป้าหมาย/ กิจกรรม</b>	<p><b>เป้าหมาย</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. จำนวนครอบครัวไทยมีความรอบรู้สุขภาพ 5 ล้านบัญชี</li> <li>2. มีการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย 77 จังหวัด</li> </ol> <p><b>กิจกรรม</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การพัฒนาระบบฐานข้อมูลส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ             <ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดจ้างเข้าระบบฐานข้อมูลส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และแพลตฟอร์มก้าวทำใจ “Season 3”</li> </ul> </li> <li>2. การขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย             <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 ประชุมคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย</li> <li>2.2 ประชุมคณะอนุกรรมขับเคลื่อนภาคีเครือข่ายและประชาสัมพันธ์</li> <li>2.3 ประชุมคณะอนุกรรมการบริหารจัดการแต้มสุขภาพ (Health point)</li> <li>2.4 ประชุมติดตามการดำเนินงานโครงการก้าวทำใจ "Season 3"</li> </ol> </li> <li>3. การขับเคลื่อนมหกรรม “ก้าวทำใจ Season 3”             <p>กิจกรรมก้าวทำใจ Season 3 ภายใต้ Campaign “พิชิต 100 วัน 100 กิโลเมตร” เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อกระตุ้นให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างถูกต้อง เหมาะสม และต่อเนื่อง เพื่อสุขภาพที่ดีขึ้น โดยมีการนำเทคโนโลยีรูปแบบใหม่เข้ามาช่วยในการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย ประชาชนมีส่วนร่วมได้ทุกเพศ ทุกวัย ทุกอาชีพ โดยทุกคนสามารถออกกำลังกายได้ทุกสถานที่ ทุกเวลา ที่มีความสะดวก เพียงบันทึกระยะทางหรือระยะเวลาการออกกำลังกายในแอปพลิเคชัน Line ก้าวทำใจ โดยระบบจะทำการบันทึกและประมวลผล พร้อมประเมินดัชนีมวลกาย (BMI) และให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตในวิถีใหม่ (New Normal) มีรายละเอียดดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● รูปแบบกิจกรรม                 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Virtual Run: สะสมระยะทางเดิน-วิ่ง (กิโลเมตร) /สะสมระยะเวลา (นาที)</li> <li>- ปั่นจักรยาน สะสมระยะทาง (กิโลเมตร) /สะสมระยะเวลา (นาที)</li> <li>- แอโรบิค โยคะ มวยไทย เวทเทรนนิ่ง ว่ายน้ำ ฟุตบอล/ฟุตซอล เทนนิส แบดมินตัน บาสเกตบอล บาสโลบ สีสาส เปตอง ตระกร้อ ปิงปอง และไทเก๊ก สะสมระยะเวลา (นาที)</li> <li>- การประมวลผลกิจกรรมของระยะทาง และเวลาออกมาในรูปแบบ “กิโลแคลอรี” โดยส่งข้อมูลทาง Line ส่วนตัวของผู้เข้าร่วมไปยัง Line Account ที่กำหนดไว้</li> </ul> </li> <li>● ระยะเวลาการดำเนินงาน                 <ul style="list-style-type: none"> <li>- รับลงทะเบียน และเปิดตัวกิจกรรม 15 กุมภาพันธ์ 2564</li> <li>- เริ่มนับระยะทาง และเวลาสะสมจริง 15 กุมภาพันธ์ ถึง 8 มิถุนายน 2564 (100 วัน)</li> </ul> </li> </ul> </li> </ol>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ประกาศผลรางวัล “พิชิต 100 วัน 100 กิโลเมตร” สำหรับผู้ที่สามารถสะสมระยะวิ่งได้ 100 กิโลเมตร วันที่ 11 มิถุนายน 2564</li> <li>- ขยายระยะเวลากิจกรรม 8 มิถุนายน ถึง 7 สิงหาคม 2564 (60 วัน)</li> <li>- ประกาศผลรางวัล Lucky Draw สำหรับผู้ที่สามารถพิชิต 100 วัน 100 กิโลเมตร เดือนกันยายน</li> <li>- ประกาศผลโล่รางวัลเชิดชูเกียรติ สำหรับเขตสุขภาพที่มีจำนวนประชากรลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมสูงสุด 3 จังหวัดแรกของแต่ละเขตฯ จำนวน 36 รางวัล เดือนกันยายน</li> </ul> <p>โดยทุกคนที่สะสมระยะทางได้ 100 กิโลเมตรขึ้นไป ในระยะเวลา 100 วัน จะได้รับใบประกาศนียบัตรอิเล็กทรอนิกส์ และมีรางวัลพิเศษสำหรับผู้สะสมระยะทาง ได้ตามที่กำหนด ดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.ชุดรางวัล “พิชิต 100 วัน 100 กิโลเมตร” จำนวน 10,000 รางวัล</li> <li>2.รางวัล Lucky Draw สำหรับผู้ที่สามารถพิชิต 100 วัน 100 กิโลเมตร</li> <li>3.รางวัลจากการแลกด้วยแต้มสุขภาพ (Health point) คุ้มครองส่วนลด หรือคุ้มครองแทนเงินสดจากผู้สนับสนุนโครงการ</li> <li>4. โล่รางวัลเชิดชูเกียรติ สำหรับเขตสุขภาพที่มีจำนวนประชากรลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมสูงสุด 3 จังหวัดแรกของแต่ละเขตฯ จำนวน 36 รางวัล เดือนกันยายน</li> <li>5. โล่รางวัลเชิดชูเกียรติ สำหรับกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิก และแคลอรีรวมมากที่สุด จำนวน 10 รางวัล</li> <li>6. โล่รางวัลเชิดชูเกียรติ สำหรับกลุ่มที่มีจำนวนสมาชิกมากที่สุด จำนวน 10 รางวัล</li> <li>7. โล่รางวัลเชิดชูเกียรติ สำหรับกลุ่มโรงเรียนที่มีจำนวนสมาชิกมากที่สุด จำนวน 10 รางวัล</li> <li>8. โล่รางวัลเชิดชูเกียรติ สำหรับเขตสุขภาพทั้ง 13 เขตที่ร่วมขับเคลื่อนก้าวท้าใจ</li> </ol> <p><b>4. การพัฒนาองค์ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดทำองค์ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC Online ผ่านระบบ E-learning)</li> </ul>
<p><b>3. ผลการดำเนินงาน</b></p>	<p><b>1. การพัฒนาระบบฐานข้อมูลส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีระบบฐานข้อมูลส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และแพลตฟอร์มก้าวท้าใจ “Season 3” 1 ระบบ ซึ่งมีประชาชนลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการภายใต้แพลตฟอร์มก้าวท้าใจ “Season 3” จำนวน 3,222,434 และลงทะเบียนในระบบดิจิทัลแพลตฟอร์มวัยทำงาน 5,676,156 (ข้อมูล ณ วันที่ 31 กรกฎาคม 2564)</li> </ul> <p><b>2. การขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีการจัดประชุมราชการเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย ดังนี้</li> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 ประชุมคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย จำนวน 2 ครั้ง</li> <li>2.2 ประชุมคณะอนุกรรมการขับเคลื่อนภาคีเครือข่ายและประชาสัมพันธ์ จำนวน 1 ครั้ง</li> <li>2.3 ประชุมคณะอนุกรรมการบริหารจัดการแต้มสุขภาพ (Health point) จำนวน 1 ครั้ง</li> <li>2.4 ประชุมติดตามการดำเนินงานโครงการก้าวท้าใจ "Season 3" จำนวน 16 ครั้ง</li> </ol> </ul>

### 3. การขับเคลื่อนมหกรรม “ก้าวทำใจ Season 3”

1. การจัดงาน Kick Off เปิดตัวโครงการก้าวทำใจ Season 3 วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2564 ณ กระทรวงสาธารณสุข โดยมี ดร.สาธิต ปิตุเตชะ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข เป็นประธานในพิธีเปิด พร้อมด้วยที่ปรึกษารัฐมนตรี ผู้บริหารระดับสูงกระทรวงสาธารณสุข และหน่วยงานภาคีเครือข่าย เข้าร่วมงาน พร้อมทั้งประชาชนที่เข้ารับชมการเปิดตัวกิจกรรมผ่านทาง ระบบ Live Streaming Facebook ก้าวทำใจ

2. การจัดงาน Kick Off เปิดตัวโครงการก้าวทำใจ Season 3 ทั่วประเทศ

3. มีผู้ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมก้าวทำใจ Season 3 จากทั่วประเทศ

ได้แก่ - อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน(อสม.)

- บุคลากรภาครัฐ

- ประชาชนทั่วไป

- นักเรียน/นักศึกษา

- บุคลากรภาคเอกชน

4. ผลงานสะสมตลอด Season 3 รวมทั้งสิ้น 2,961,211,890 กิโลแคลอรี

(ข้อมูล ณ วันที่ 31 กรกฎาคม 2564)

5. มีภาคีเครือข่ายในการขับเคลื่อนการดำเนินงาน จำนวน 13 หน่วยงาน

ได้แก่ - สมาคมกีฬาจักรยานแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

- กระทรวงแรงงาน

- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

- กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

- กระทรวงศึกษาธิการ

- กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม

- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

- บริษัท กลุ่มเซ็นทรัล จำกัด

- บริษัท ห้างเซ็นทรัลดีพาร์ทเมนท์สโตร์ จำกัด

- บริษัท ห้างสรรพสินค้าโรบินสัน จำกัด (มหาชน)

- บริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด (มหาชน)

- บริษัท วอริกซ์ สปอร์ต จำกัด

- บริษัท เนสท์เล่ (ไทย) จำกัด.

- บริษัท ดัชมิลล์ จำกัด

- บริษัท บีคี่ ซูเปอร์เซ็นเตอร์ จำกัด (มหาชน)

- บริษัท เอเชียบู้คส์ จำกัด

- บริษัท แบรินด์ ชันโตรี (ประเทศไทย) จำกัด

- บริษัท เอไอเอ ประเทศไทย

- บริษัท เมืองไทยประกันชีวิต จำกัด (มหาชน)

	<p align="center">- บริษัท ปตท. น้ำมันและการค้าปลีก จำกัด (มหาชน)</p> <p><b>4. การพัฒนาองค์ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC)</b></p> <p align="center">องค์ความรู้การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ (DPAC Online ผ่านระบบ E-learning)</p>	
4. สรุปผลการดำเนินงาน	Output	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. มีระบบฐานข้อมูลส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และแพลตฟอร์มก้าวทำใจ “Season 3” 1 ระบบ</li> <li>2. จำนวนครอบครัวไทยมีความรอบรู้สุขภาพ 5,676,156 บัญชี</li> <li>3. มีการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมการออกกำลังกาย 77 จังหวัด</li> </ol>
	Outcome	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ประชาชนมีความรอบรู้สุขภาพ 5,676,156 คน</li> <li>- ประชาชนมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอเพียงเพิ่มขึ้น</li> </ul>
	Impact	ประชาชนมีความรอบรู้สุขภาพ และมีการออกกำลังกายเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง