

ผลการวิเคราะห์ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเพื่อขับเคลื่อนตัวชี้วัด

ในการดำเนินงานโครงการก้าวทำใจได้มีเป้าหมายโครงการที่ผ่านมา คือประชาชนทุกกลุ่มวัย และอนาคตจะขยายผลไปยังกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ มากยิ่งขึ้น เพื่อให้ครอบคลุมประชาชนทั่วประเทศ ดังนั้นในปีงบประมาณ 2565 โครงการก้าวทำใจจึงได้ขยายผลกลุ่มเป้าหมายลงสู่สถานประกอบการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และสถานศึกษาทั่วประเทศ โดยมีการพัฒนารูปแบบกิจกรรม และได้เพิ่มรูปแบบการออกกำลังกายมากขึ้น เพื่อสร้างความดึงดูดในการร่วมกิจกรรมมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ และความต้องการหรือคาดหวัง

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่าประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการ และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียมีข้อเสนอแนะ และความต้องการหรือคาดหวัง ดังนี้

1. กลุ่มประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการ

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่าประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการมีข้อเสนอแนะ และความต้องการหรือคาดหวัง 2 ประเด็นหลัก คือ

- 1) ด้านระบบแพลตฟอร์มก้าวทำใจ ผู้รับบริการส่วนใหญ่ต้องการให้ปรับปรุงประสิทธิภาพของระบบ ให้มีความเสถียร ประมวลผลข้อมูลได้รวดเร็ว ใช้งานได้สะดวกมากยิ่งขึ้น ในส่วนของการแลกของรางวัลอยากให้มีขั้นตอนการอธิบายวิธีการแลกของรางวัล และการใช้โค้ดส่วนลดที่ชัดเจน ออกแบบระบบให้มีการเข้าถึงง่าย ใช้งานง่ายเพิ่มขึ้น
- 2) ด้านกิจกรรม ผู้รับบริการต้องการให้มีการประชาสัมพันธ์โครงการให้มากขึ้น โดยอยากให้มีการประชาสัมพันธ์ผ่านทุกช่องทางทั้งช่องทางออนไลน์ออฟไลน์ผสมผสานกัน ซึ่งครอบคลุมและเป็นที่รู้จักของประชาชนทุกกลุ่มวัยมากยิ่งขึ้น อยากให้มีการเพิ่มกิจกรรมย่อยระหว่างการเดินทางโครงการ เพื่อเป็นการสร้างแรงจูงใจในการร่วมกิจกรรม และอยากให้มีของรางวัลที่หลากหลาย ให้กับผู้ที่มีการออกกำลังกาย หรือมีกลยุทธ์อื่นๆ ในการสร้างเป้าหมายให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรม และให้มีการแนะนำรายละเอียดกิจกรรมที่ชัดเจนเข้าใจง่ายมากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งมีช่องทางให้ผู้รับบริการติดต่อสอบถามรายละเอียดกิจกรรมได้โดยง่าย

ตัวอย่างข้อเสนอแนะ และความต้องการหรือคาดหวังจากประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการ



Jearranai Makhum
ระบบใช้ได้แล้วนะคะ



Ordy Phu

ปัญหาการสมัครก้าวทำใจตอนนี้คือ อสม ส่วนมากเปลี่ยนเบอร์โทรศัพท์ พอสมัครเบอร์ใหม่ ระบบจะบอกว่าไม่พบข้อมูล แต่พอลงทะเบียนใหม่ ระบบบอกว่าเลขบัตรประชาชนนี้สมัครแล้ว....ซึ่งเป็นปัญหา น่าจะแค้มป์ update โดยยึดเลขบัตร ปชช



สมภารก เพียรปรุ · 41:51

สั้นๆ ด้วยคนนำกับกิจกรรมดีๆแบบนี้ และจะอยู่ทุก SSเลยคะ



Malai Kheeddee

ปรับปรุงระบบด้วยคะเป็นบอยมาก ส่งผลไม่ได้



แพนด้วยง

วราภรณ์ อินทร์แก้ว

มาเลยคร้ามาร่วมก้าวไปด้วยกัน จะก้าว จะเดิน หรือวิ่ง มาคะ มาก้าวทำใจไปด้วยกัน คร้าา 😊😊 มีออกกำลังกายหลายรูปแบบคร้าา 😊😊



แพนด้วยง

นพวรรณ โดใจ

เย่ ดีใจจังได้กระบอกน้ำไปใช้เวลารุ่งแล้ว ขอบคุณกิจกรรมดีๆทำมีสิทธิได้ลุ้นรางวัลด้วยจะ



Phontida Veangsong

6 มีนาคม เวลา 15:54 น. · 📍

ชัยชนะที่ยิ่งใหญ่คือ "ชนะใจตนเอง" ร่วมเดินวิ่งเพื่อน้องโรงเรียนวัดถนนแคกับเครือข่ายหลากหลายวัยหลากหลายบทบาทขอขอบคุณบรรยาคาที่ดีที่ให้ออกาสพวกเราร่วมสร้างสุขภาพดีกับ... ก้าวทำใจไปกับสาสุข.. ป้องกันหนักตึมน้ำใหม่กับเครือข่ายองค์กรงดเหล้าและสนับสนุนอปกรณการศึกษาแก่น้องๆโรงเรียนวัดถนนแคที่สำคัญขอขอบคุณชมรมเดินวิ่งจังหวัดลพบุรีที่จัดกิจกรรมที่ดีให้พื้นที่/โอกาสสร้างสุขภาพเพราะสุขภาพดีไม่มีขาย อยากได้ต้องทำเองจ้าา

#ก้าวทำใจ

#การมีส่วนร่วมของเครือข่าย

#ฉันรักคนไม่ไห้เหล้า

#โรงเรียนวัดถนนแค



Nid Netnapha

สุขภาพดีเริ่มที่ตัวเรา รู้ตัวว่าเครียดจากเหตุการณ์รอบๆตัว ข่าวสารต่างๆ โรคโควิด นิ่งเครียดเฉยๆ ก็ไม่มีอะไรดีขึ้น ออกไปวิ่ง ไปปั่นจักรยาน พอเหงื่อออก ร่างกายหลังสารแห่งความสุข เราก็รู้สึกสดชื่น ทำให้ร่างกายแข็งแรง ถ้าเราออกกำลังกายสม่ำเสมอ สามารถเพิ่มมวลกล้ามเนื้อ หุ่นดี ทำให้น้ำตาดีขึ้น สวยขึ้น 😊



ถูกใจ · ตอบกลับ · ส่งข้อความ · 2 วัน



สมพล ใจบุญ

มาร่วมกันออกกำลังกาย ฟิตไปด้วย สุขภาพร่างกายแข็งแรงและสุขภาพจิตที่แจ่มใส สมองปลอดภัย พร้อมรับมือกับวันต่อไปๆครั้น

ถูกใจ · ตอบกลับ · ส่งข้อความ · 3 วัน · แก้ไขแล้ว



Toh Somchai

การออกกำลังกายช่วยคลายไขมันสะสมในร่างกาย เสริมสร้างกล้ามเนื้อ เสริมมวลกระดูก เลือดไหลเวียนดี

ถูกใจ · ตอบกลับ · 1 สัปดาห์

2. กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย โดยในการดำเนินงานก้าวทำใจที่ผ่านมาได้มีหน่วยงานภาครัฐ และภาคเอกชนเข้ามามีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนการดำเนินงาน และอนาคตจะขยายผลไปยังกลุ่มหน่วยงานภาครัฐ และภาคเอกชน ทุกจังหวัดเพื่อให้การขับเคลื่อนการดำเนินงานเป็นไปอย่างครอบคลุม จากการดำเนินงานที่ผ่านมา ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียมีข้อเสนอแนะ และความต้องการในการส่งเสริมการออกกำลังกายของประชาชน โดยมีความต้องการในการมุ่งเน้นการใช้แต้มสุขภาพที่สามารถดูแลสุขภาพได้อย่างยั่งยืน และต้องการเห็นความร่วมมือระหว่างภาครัฐและภาคเอกชน ในการผลักดันกิจกรรมก้าวทำใจ ให้เป็นที่รู้จักและครอบคลุมประชาชนทั่วประเทศ นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากการประชุมคณะกรรมการในการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย และคณะกรรมการขับเคลื่อนภาคีและประชาสัมพันธ์ และคณะกรรมการบริหารจัดการแต้มสุขภาพ (Health point) เพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานการส่งเสริมการออกกำลังกาย ในกิจกรรมก้าวทำใจ ดังนี้

- เสนอให้มีการตั้งเป้าหมายการลงทะเบียนกิจกรรมก้าวทำใจในประชาชนแต่ละกลุ่ม เพื่อให้เกิดความท้าทาย และการมีส่วนร่วมมากยิ่งขึ้น และอยากให้มีการขยายผลไปยังหน่วยงานอื่นๆของภาครัฐเพื่อให้ครอบคลุมประชาชนทั่วประเทศ
- เสนอให้มีกิจกรรมที่สามารถทำได้ที่บ้าน และมีแนวทางให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้ลูกมีกิจกรรมทางกาย
- เสนอให้มีการเชื่อมต่อระหว่างแอปพลิเคชันออกกำลังกายอื่นๆ กับแพลตฟอร์มก้าวทำใจ
- เสนอให้โครงการก้าวทำใจ มีการจัดกิจกรรมที่ทำหาย และหลากหลาย เช่น การเชิญชวนประชาชนที่ไม่ยังรู้จักกิจกรรมฯ มาร่วมสมัครพร้อมส่งผลการออกกำลังกาย (Before/After) และมี Extra Bonus ให้ หรือการสร้างทีมแข่งขันกันภายในองค์กรเพื่อให้ได้แต้มสุขภาพที่มากที่สุด เป็นต้น
- ให้จัดทำคู่มือแนะนำการส่งผลการออกกำลังกายและการใช้แพลตฟอร์มก้าวทำใจ
- ให้มีการประกาศรายการ จำนวนรางวัลให้ชัดเจน เพื่อแสดงให้ผู้เข้าร่วมมีความเข้าใจ และสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม
- เสนอจัดทำคลิปสั้นเกี่ยวกับวิธีการสะสมแต้ม Health Point ค่าประสบการณ์ จำนวนของรางวัล และวิธีการแลกของรางวัล เพื่อสร้างความเข้าใจให้กับผู้ร่วมกิจกรรม เนื่องจาก การรับรู้ด้วยภาพและเสียง จะเข้าใจได้ง่ายกว่าการอ่านเพียงอย่างเดียว

จากข้อเสนอแนะดังกล่าวข้างต้น ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียได้มีความคาดหวังให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพร่างกายที่ดี มีความเข้าใจ และรับรู้ถึงข้อมูลความรู้สุขภาพที่ส่งผลให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งจากการดำเนินงานที่ผ่านมาอย่างต่อเนื่องของกิจกรรมก้าวทำใจ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสียได้มีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง และมีแนวโน้มที่จะสนับสนุนและร่วมขับเคลื่อนต่อไปและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรมให้เป็นที่รู้จักในวงกว้างมากขึ้น นอกจากนี้ยังได้มีการศึกษา วิเคราะห์ความคิดเห็นที่มีต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของโครงการก้าวทำใจ ของกลุ่มบุคลากรของกระทรวงสาธารณสุขผู้มีส่วนได้ส่วนเสียที่ปฏิบัติงานในโครงการก้าวทำใจดังนี้

ตาราง 1 ผลการศึกษา ความคิดเห็นที่มีต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของโครงการก้าวทำใจ ของกลุ่มบุคลากรของกระทรวงสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในโครงการก้าวทำใจ (n = 436)

ความคิดเห็นที่มีต่อปัจจัยที่ส่งผลต่อ ความสำเร็จของโครงการก้าวทำใจ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1.การประชาสัมพันธ์โครงการ	226	51.83
2.การทุ่มเทของหน่วยงานระดับตำบล เช่น รพสต.	201	46.10
3.การใช้รางวัลจูงใจให้คนออกกกำลังกาย	193	44.27
4.ความง่ายในการใช้งานของ Application Line ของโครงการก้าวทำใจ	140	32.11
5.การใช้บุคคลที่มีชื่อเสียง เช่น ดารา นักแสดง มาจูงใจ	57	13.07

จากข้อมูลดังกล่าว พบว่าจำนวนกลุ่มบุคลากรของกระทรวงสาธารณสุขผู้มีส่วนได้ส่วนเสียที่ปฏิบัติงานในโครงการก้าวทำใจ มีความคิดเห็นว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของโครงการก้าวทำใจ โดยเรียงจากคะแนนมากที่สุดไปหาน้อย ได้แก่

- 1) การประชาสัมพันธ์โครงการ จำนวน 226 คน คิดเป็นร้อยละ 51.83
- 2) การทุ่มเทของหน่วยงานระดับตำบล เช่น รพสต. จำนวน 201 คน คิดเป็นร้อยละ 46.10
- 3) การใช้รางวัลจูงใจให้คนออกกกำลังกาย จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 44.27
- 4) ความง่ายในการใช้งานของ Application Line ของโครงการก้าวทำใจ จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 32.11
- 5) การใช้บุคคลที่มีชื่อเสียง เช่น ดารา นักแสดง มาจูงใจ จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 13.07



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ภาพข่าวกิจกรรม

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ



จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยทำงาน
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย



การประชุมคณะกรรมการขับเคลื่อนภาคีเครือข่ายและประชาสัมพันธ์ ครั้งที่ 1 / 2565 ผ่านระบบประชุมทางไกล (Video Conference)

วันพฤหัสบดีที่ 11 พฤศจิกายน 2564 เวลา 10.00 - 14.00 น.

ณ ห้องประชุมถาวร สุวรรณกิจ อาคาร 1 ชั้น 1 กรมอนามัย

ประชุมคณะกรรมการขับเคลื่อนภาคีเครือข่ายและประชาสัมพันธ์ ครั้งที่ 1 / 2565 ผ่านระบบประชุมทางไกล (Video Conference) โดยมี นพ.สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย อธิบดีกรมอนามัย ให้เกียรติเป็นประธานการประชุมฯ ในครั้งนี้



นพ.สุวรรณชัย วัฒนายิ่งเจริญชัย
อธิบดีกรมอนามัย

กรมอนามัยได้ดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมก้าวทำใจเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดยบูรณาการนำเทคโนโลยีที่ใช้ในชีวิตประจำวันมาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้ประชาชน ผ่านดิจิทัลแพลตฟอร์มก้าวทำใจ ซึ่งปัจจุบันมีสมาชิกมากกว่า 3.2 ล้านคน ด้วยความร่วมมือจากหน่วยงานภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน

สาระสำคัญในการประชุมในวันนี้เป็นการพิจารณาารูปแบบ กำหนดรูปแบบส่งเสริมการออกกำลังกาย และสื่อสารประชาสัมพันธ์ สำหรับกิจกรรมก้าวทำใจ Season 4 ที่จะเริ่มกิจกรรมในวันที่ 14 มกราคม 2565 ได้เสนอ key message เป็น “ประสบการณ์การออกกำลังกายแบบวิถีใหม่” ผ่าน Campaign “ก้าวทำใจ Season 4 วิถีใหม่ พิชิต 90 วัน 9,000 กิโลแคลอรี” และ Concept Event สำหรับกิจกรรมในครั้งนี้คือ “Fit For Fun สนุกกับการออกกำลังกายแบบวิถีใหม่”

Key Visual Season 4



สำหรับไฮไลท์พิธีเปิดกิจกรรมก้าวทำใจ Season 4 เป็นรูปแบบที่แสดงให้เห็นถึง 1.KICK OFF โครงการก้าวทำใจ Season 4 พร้อมกันทั่วประเทศ 2.FIT FOR FUN EVENT เปิดประสบการณ์ การออกกำลังกายวิถีใหม่อย่างสนุกสนานและอิสระ และต่อยอดความสำเร็จ 3.FIT FOR TALK คนรักสุขภาพร่วมพูดคุยการออกกำลังกายที่เต็มไปด้วยแรงบันดาลใจ และจุดรวมคอนเทนต์นำรู้จากผู้เชี่ยวชาญเรื่องสุขภาพ 4.FIT FOR KNOW ร่วมชมนิทรรศการให้ความรู้ด้านสุขภาพและเกร็ดการออกกำลังกาย และ 5.FIT FOR HEALTH ร่วมสนุกกับบูทกิจกรรมการออกกำลังกายที่อัปเดตการออกกำลังกายแนวใหม่ที่สามารถเล่นได้ทุกที่ทุกเวลา โดยในที่ประชุมได้ให้ความเห็นเพิ่มช่วงท้าย เรื่องการจัดกิจกรรมพิธีเปิด โดยให้มีการจัดพิธีเปิดในรูปแบบที่มีความตื่นเต้น โดยนำเทคโนโลยี



มาใช้ และให้ปรับรวมทั้งการมีส่วนร่วมของทุกฝ่าย และให้ปรับคำใน Campaign “ก้าวทำใจ Season 4 วิถีใหม่ พิชิต 90 วัน 9,000 กิโลแคลอรี” ให้เป็นคำที่สื่อเข้าถึงทุกกลุ่มวัยและเหมาะสม โดยมอบหมายให้ฝ่ายเลขานุการนำเสนอต่อ กกท. ขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย พิจารณาในประเด็นดังกล่าว...

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



www.anamai.moph.go.th



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ภาพข่าวกิจกรรม

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ



จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยทำงาน
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย



การประชุมคณะกรรมการบริหารจัดการแอดัมสุขภาพ (Health Point) ครั้งที่ 1/2565

วันพฤหัสบดีที่ 11 พฤศจิกายน 2564 เวลา 14.00 - 16.30 น.
ณ ห้องประชุมถาวร สุวรรณกิจ อาคาร 1 ชั้น 1 กรมอนามัย

การประชุมคณะกรรมการบริหารจัดการแอดัมสุขภาพ (Health Point) ครั้งที่ 1/2565 (Video Conference) โดยมีนายสมศักดิ์ พะเนียงทอง คณะที่ปรึกษารัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุขให้เกียรติเป็นประธานการประชุมฯ ในครั้งนี้

โดยกรมอนามัยได้ดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมก้าวทำใจเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดยบูรณาการนำเทคโนโลยีที่ใช้ในชีวิตประจำวันมาประยุกต์ใช้กับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้ประชาชน ผ่านดิจิทัลแพลตฟอร์มก้าวทำใจ ซึ่งปัจจุบันมีสมาชิกมากกว่า 3.2 ล้านคน ด้วยความร่วมมือจากหน่วยงานภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน โดยกิจกรรมก้าวทำใจ Season 4 มีกำหนดเริ่มกิจกรรม ในวันที่ 14 มกราคม 2565

สาระสำคัญในการประชุมในวันนี้เป็นหารือในเรื่องการบริหารจัดการแอดัมสุขภาพ (Health Point) โดยรางวัลสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมโครงการฯ แบ่งเป็น 1. รางวัลสำหรับผู้พิชิตแคมเปญ ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ที่สะสมครบ 9,000 กิโลแคลอรี 5,000 คนแรก และผู้เข้าร่วมโครงการฯ ที่สะสมครบ 9,000 กิโลแคลอรีตามระยะเวลาที่กำหนด 2. รางวัลจากการแลกแอดัมสุขภาพตามเงื่อนไข เช่น บัตรเงินสดอิเล็กทรอนิกส์ เป็นต้น



นายสมศักดิ์ พะเนียงทอง
คณะที่ปรึกษา
รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข

เงื่อนไข Health Point	ได้รับ Point
1. ผู้ที่สมัครเข้าร่วมกิจกรรม	5
2. การเชิญและตอบรับลงทะเบียน	
- ผู้เชิญ	3 / ครั้ง
- ผู้เข้าร่วมจากการเชิญ	3
3. การเข้าร่วมกลุ่ม (ไม่เกินคนละ 5 กลุ่ม)	5 / กลุ่ม
4. ผู้ที่บันทึกค่า BMI (ระบบสามารถบันทึกได้ ทุก ๆ 30 วัน)	5 / ครั้ง
5. พิชิตภารกิจสำเร็จ	5 / ครั้ง
6. เมื่อมีการส่งผลออกกำลังกาย	1 / 100 Kcal
7. เมื่อเข้าความรอบรู้สุขภาพ	5 / เรื่อง
8. เข้าระบบหลักฐาน DPAC	20



ใน Season 4 นี้ ได้มีการเพิ่มกิจกรรมที่น่าสนใจใน App. เพื่อช่วยกระตุ้นให้ออกกำลังกาย เช่น มี Level จากค่าประสบการณ์ (EXP) รวมทั้ง Badges จากภารกิจ รวมทั้งมีการจัดลำดับในระดับจังหวัด / ประเทศ อีกทั้งยังเพิ่มการเข้าถึงหลักฐาน DPAC เพื่อการส่งเสริมสุขภาพอีกด้วย และในส่วนของการสนับสนุน และสิทธิประโยชน์สำหรับภาคีเครือข่ายที่สนใจนั้นได้แบ่งระดับออกเป็น 4 ระดับ คือ 1. Diamond 2. Platinum 3. Gold และ 4. Silver

โดยที่ประชุมได้เสนอให้ปรับ Campaign “ก้าวทำใจ Season 4” 5 ปี ใหม่ พิชิต 90 วัน 9,000 กิโลแคลอรี” เป็น “ก้าวทำใจ Season 4” 5 ปี ใหม่ พิชิต 100 วัน 100 Health Point” รวมทั้งให้นำกิจกรรมก้าวทำใจเข้าสู่แผนกิจกรรมทางกายฯ เพื่อให้ภาคีเครือข่ายช่วยประชาสัมพันธ์โครงการ และในส่วน of บ.เนสเล่ ไทย จำกัด และสภาอุตสาหกรรมฯ ต้องการมีส่วนร่วมเป็นพาร์ทเนอร์ในการขับเคลื่อนฯ จากเดิมที่เป็นสปอนเซอร์ และที่ประชุมต้องการให้มีแคมเปญการออกกำลังกาย/การวิ่งเพื่อบริจาคการกุศลช่วยกระตุ้นให้คนมาออกกำลังกายมากยิ่งขึ้น...

ภาคีเครือข่ายภาครัฐและเอกชนที่ให้การสนับสนุน



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

f t y v www.anamai.moph.go.th



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ภาพข่าวกิจกรรม

กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ



จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาเทคโนโลยีกิจกรรมทางกายวัยทำงาน
กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย



การประชุมคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย ครั้งที่ 1/2565

วันพุธที่ 17 พฤศจิกายน 2564 เวลา 09.30 - 15.00 น.
ณ ห้องประชุมทำเนียบ สุวรรณกิจ อาคาร 1 ชั้น 1 กรมอนามัย

การประชุมคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมการออกกำลังกาย ครั้งที่ 1 / 2565 ผ่านระบบประชุมทางไกล (Video Conference) โดยมี ดร.สาธิต ปิตุเตชะ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข ให้เกียรติเป็นประธานการประชุมฯ

กรมอนามัยได้ดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมก้าวทำใจเพื่อเป็นการส่งเสริมให้ประชาชนออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง โดยบูรณาการนำเทคโนโลยีที่ใช้ในชีวิตประจำวัน มาประยุกต์ใช้กับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้ประชาชนผ่านดิจิทัลแพลตฟอร์มก้าวทำใจ ซึ่งปัจจุบันมีสมาชิกมากกว่า 3.29 ล้านคน และเผาผลาญพลังงานจากไขมันรวมกันถึง 370 ตัน ได้ระยะทางรวมกันได้ถึง 19.1 ล้าน กม. หรือเกือบครึ่งโลก ซึ่งก้าวทำใจได้รับความร่วมมือร่วมใจจากหน่วยงานภาคีเครือข่ายภาครัฐและเอกชนเป็นอย่างดี



ดร.สาธิต ปิตุเตชะ

รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข

โดยจะเริ่มกิจกรรม ในวันที่ 14 มกราคม 2565 ผ่าน Campaign “ก้าวทำใจ Season 4 วิถีใหม่ พิชิต 100 วัน 100 แด้มสุขภาพ” และ Concept Event สำหรับกิจกรรมในครั้งนี้คือ “Fit For Fun สนุกกับการออกกำลังกายแบบวิถีใหม่” และจะมีการประชุมทางไกลชี้แจงไปยังสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ในวันที่ 22 ธันวาคม 2564 เพื่อซักซ้อมและทำความเข้าใจร่วมกัน ซึ่งประชาชนสามารถลงทะเบียนเพื่อร่วมกิจกรรมใน Season 4 ได้ในวันที่ 1 ก.พ. ถึง 11 พ.ค. 2564

สำหรับรางวัลใน Season 4 นี้ แบ่งเป็น 2 รูปแบบได้แก่ ประเภทบุคคล และประเภทกลุ่ม โดยประเภทบุคคล ได้แก่ 1. รางวัลสำหรับผู้พิชิตแคมเปญ และ 2. รางวัลจากการแลกแอดัมสุขภาพ และประเภทกลุ่ม 4 รางวัล ได้แก่ 1) กลุ่ม over all 10 อันดับ ที่มี EXP* สูงสุด 2) กลุ่ม over all 10 อันดับที่มีสมาชิกมากที่สุด 3) กลุ่มโรงเรียน 10 อันดับ ที่มี EXP* สูงสุด และ 4) กลุ่มโรงเรียน 10 อันดับ ที่มีสมาชิกมากที่สุด และรางวัลเขตสุขภาพที่มีจำนวนผู้สมัครสูงสุด 3 อันดับ รวมทั้งรางวัลจังหวัดที่มีจำนวนผู้ร่วมกิจกรรมก้าวทำใจมากที่สุด 3 อันดับ ของแต่ละเขตสุขภาพ รวม 36 รางวัล



*EXP (Experience) = ค่าความสามารถและประสบการณ์จากการสังเกตการออกกำลังกาย และการเข้าดูองค์ความรู้ในแพลตฟอร์มก้าวทำใจ

ใน Season 4 นี้ ได้มีการเพิ่มกิจกรรมที่น่าสนใจเพื่อช่วยกระตุ้นให้ออกกำลังกาย เช่น Level จากค่าประสบการณ์ (EXP) รวมทั้ง Badges จากภารกิจ รวมทั้งมีการจัดลำดับระดับจังหวัด / ประเทศ อีกทั้งยังเพิ่มการเข้าถึงหลักสูตร DPAC เพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

โดยที่ประชุมต้องการให้การขับเคลื่อน Season 4 มุ่งเน้นเพิ่มเติมไปยังกลุ่มนักเรียน นักศึกษา ผ่าน ยูว อสม. ที่กรมสนับสนุนบริการสุขภาพได้ดูแลอยู่ รวมทั้งอยากให้มีการประชาสัมพันธ์เรื่องแอดัมสุขภาพ (Health Point) ให้มากขึ้นก่อนการเปิดกิจกรรม และในส่วนของการขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์กิจกรรมก้าวทำใจควรจะมีการจัดตั้งทีมงานที่ทำหน้าที่ดูแล จัดการ ในการประชาสัมพันธ์ไปยังหน่วยงานเอกชน และรัฐวิสาหกิจ ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องสุขภาพ/การออกกำลังกาย และเพิ่มเติม criteria ในการสรรหาให้ถี่ถ้วนเหมาะสมกับการส่งเสริมด้านสุขภาพ...



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี



www.anamai.moph.go.th

ผลการวัดความพึงพอใจ และ/หรือ ประเมินประสบการณ์ของผู้รับบริการ

จากการดำเนินงานที่ผ่านมาได้มีวัดความพึงพอใจ และ/หรือ ประเมินประสบการณ์ของประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการ และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียดังนี้

1. กลุ่มประชาชนผู้เข้าร่วมโครงการหรือผู้รับบริการ

กลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการก้าวทำใจ ที่อยู่ใน Platform Line Application โครงการก้าวทำใจ พบว่า ผลการประเมินในภาพรวม และรายด้านการประเมินทุกด้าน ได้แก่ ด้านผลผลิต ด้านผลกระทบ ด้านมูลค่าของประโยชน์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากการดำเนินโครงการ ด้านปัจจัยนำเข้า/ทรัพยากร ด้านสภาพแวดล้อม/บริบท ด้านผลลัพธ์ ด้านกระบวนการดำเนินโครงการ และความต้องการให้ดำเนินโครงการต่อไป อยู่ในระดับมากทั้งหมด และมีคะแนนผลการประเมินมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ที่ร้อยละ 75 ($M = 3.75$) หรือกล่าวได้ว่า ผ่านเกณฑ์ตามที่กำหนดไว้ ซึ่งแสดงถึงความพึงพอใจในโครงการเป็นอย่างมาก สำหรับกลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการก้าวทำใจ ที่อยู่ใน Platform Line Application โครงการก้าวทำใจ ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของโครงการก้าวทำใจว่าปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จมากที่สุด คือ การใช้รางวัลจูงใจให้คนออกกำลังกายเป็นอันดับที่ 1 รองลงมาคือ การประชาสัมพันธ์โครงการ ความง่ายในการใช้งานของ Application Line ของโครงการก้าวทำใจ การทุ่มเทของหน่วยงานระดับตำบล เช่น รพสต. และการใช้บุคคลที่มีชื่อเสียง เช่น ดารา นักแสดง มาจูงใจ

ตาราง 2 ผลการวัดความพึงพอใจ และ/หรือ ประเมินประสบการณ์ของผู้รับบริการในภาพรวม ของกลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการก้าวทำใจ ที่อยู่ใน Platform Line Application โครงการก้าวทำใจ ($n = 745$)

การประเมินโครงการก้าวทำใจ	M	SD	%	แปลผล	เกณฑ์การประเมิน		
					ร้อยละ 75 ($M=3.75$)		
					t	df	p
1.ด้านสภาพแวดล้อม/บริบท (Context Evaluation)	4.43	.58	88.60	มาก	32.115**	744	.000
2.ด้านปัจจัยนำเข้า/ทรัพยากร (Input Evaluation)	4.46	.61	89.20	มาก	31.982**	744	.000
3.ด้านกระบวนการดำเนินโครงการ (Process Evaluation)	4.33	.68	86.60	มาก	23.388**	744	.000
4.ด้านผลผลิต (Product Evaluation)	4.50	.65	90.00	มาก	31.431**	744	.000
5.ด้านผลลัพธ์ (Outcomes Evaluation)	4.36	.80	87.20	มาก	20.990**	744	.000
6.ด้านผลกระทบ (Impacts Evaluation)	4.50	.67	90.00	มาก	30.623**	744	.000
7. ด้านมูลค่าของประโยชน์ทั้งหมดที่ เกิดขึ้นจากการดำเนินโครงการ (Value Evaluation)	4.50	.66	90.00	มาก	31.040**	744	.000
รวมเฉลี่ยทุกด้าน	4.44	.57	88.80	มาก	33.036**	744	.000

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากข้อมูลข้างต้นพบว่า กลุ่มผู้เข้าร่วมโครงการก้าวทำใจ ที่อยู่ใน Platform Line Application โครงการก้าวทำใจ ให้คะแนนผลการประเมิน และความพึงพอใจโครงการก้าวทำใจในภาพรวม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.44 ซึ่งมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ร้อยละ 75 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

กลุ่มผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย หรือกลุ่มบุคลากรของกระทรวงสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในโครงการก้าวทำใจ พบว่าผลการประเมินในภาพรวมโครงการ ด้านสภาพแวดล้อม/บริบท ด้านผลผลิต ด้านผลกระทบ ด้านผลลัพธ์ ด้านปัจจัยนำเข้า/ ด้านมูลค่าของประโยชน์ทั้งหมดที่เกิดขึ้นจากการดำเนินโครงการ และความต้องการให้ดำเนินโครงการต่อไป อยู่ในระดับมากทั้งหมด และมีคะแนนผลการประเมิน มากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ที่ร้อยละ 75 ($M = 3.75$) หรือกล่าวได้ว่าผ่านเกณฑ์ตามที่กำหนดไว้ซึ่งแสดงถึงความพึงพอใจ ของโครงการเป็นอย่างมาก โดยได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของโครงการก้าวทำใจว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จมากที่สุด คือ การประชาสัมพันธ์โครงการ เป็นอันดับที่ 1 รองลงมาคือ การทุ่มเทของหน่วยงานระดับตำบล เช่น รพสต. การใช้รางวัลจูงใจให้คนออกกำลังกาย ความง่ายในการใช้งานของ Application Line ของโครงการก้าวทำใจ และการใช้บุคคลที่มีชื่อเสียง เช่น ดารา นักแสดง มาจูงใจ

ตาราง 2 ตาราง 2 ผลการประเมินโครงการก้าวทำใจในภาพรวม ของกลุ่มบุคลากรของกระทรวงสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในโครงการก้าวทำใจ ($n = 436$)

การประเมินโครงการก้าวทำใจ	M	SD	%	แปลผล	เกณฑ์การประเมิน ร้อยละ 75 ($M=3.75$)		
					t	df	p
1.ด้านสภาพแวดล้อม/บริบท (Context Evaluation)	4.00	.85	80.00	มาก	6.328**	435	.000
2.ด้านปัจจัยนำเข้า/ทรัพยากร (Input Evaluation)	3.95	.86	79.00	มาก	4.920**	435	.000
3.ด้านกระบวนการดำเนินโครงการ (Process Evaluation)	3.82	.92	76.40	มาก	1.689	435	.092
4.ด้านผลผลิต (Product Evaluation)	4.00	.94	80.00	มาก	5.530**	435	.000
5.ด้านผลลัพธ์ (Outcomes Evaluation)	3.96	.96	79.20	มาก	4.738**	435	.000
6.ด้านผลกระทบ (Impacts Evaluation)	3.97	.91	79.40	มาก	5.178**	435	.000
7. ด้านมูลค่าของประโยชน์ทั้งหมดที่ เกิดขึ้นจากการดำเนินโครงการ (Value Evaluation)	3.93	.96	78.60	มาก	4.018**	435	.000
รวมเฉลี่ยทุกด้าน	3.95	.83	79.00	มาก	5.042**	435	.000

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากข้อมูลข้างต้นพบว่า ของกลุ่มบุคลากรของกระทรวงสาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในโครงการ
ก้าวทำใจให้คะแนนผลการประเมินโครงการก้าวทำใจในภาพรวม อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ 3.95 ซึ่งมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ร้อยละ 75 ($M = 3.75$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังกล่าว กองกิจกรรมทางกาย กรมอนามัย จึงได้มีการปรับเปลี่ยนกระบวนการ
ทำงาน และกิจกรรมตามข้อเสนอแนะ และความต้องการของประชาชน และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในการพัฒนา
ระบบดิจิทัลแพลตฟอร์ม และกิจกรรมก้าวทำใจ อีกทั้งยังปลุกกระแสการสร้างสุขภาพภายใต้การดำเนินชีวิต
วิถีใหม่ (New Normal) ที่นำมาประยุกต์ใช้ในการดำรงชีวิต เพื่อก้าวไปสู่ชีวิตวิถีถัดไป (Next Normal) ในช่วง
หลังสถานการณ์โควิด 19 ที่มุ่งเน้นเรื่องความปลอดภัยและสุขอนามัยเป็นสำคัญ โดยประชาชนสามารถทำ
กิจกรรมต่างๆอย่างปลอดภัย ไร้ความวิตกกังวล ซึ่งตอบโจทยนโยบายมุ่งเน้นกระทรวงสาธารณสุข ประจำปี
งบประมาณ 2565 ด้านสุขภาพวิถีใหม่ และตอบโจทยของประเทศในการสร้างสุขภาพของคนไทยให้แข็งแรง
และสร้างความเข้มแข็งในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในทุกมิติของประเทศ เน้นการขับเคลื่อนงานโดยใช้
ชุมชน องค์กร เป็นฐานในการสร้างสุขภาวะที่ดี เพื่อให้การดำเนินงานมีความต่อเนื่องและยั่งยืนบรรลุ
ยุทธศาสตร์ชาติในการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ที่ให้คนไทยเป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพ
พร้อมสำหรับวิถีชีวิตในศตวรรษที่ 21 และสร้างให้สังคมไทยมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อและสนับสนุนต่อการพัฒนา
คนตลอดช่วงชีวิตอย่างยั่งยืน