3.1 แผนการขับเคลื่อนโครงการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลางที่เพียงพอ สะสมอย่างน้อย 150 นาทีต่อ สัปดาห์

หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับ (1)	โครงการ/กิจกรรม (2)	เป้าหมายโครงการตามแผนปฏิบัติการ (3)	หน่วยนับ (4)	ช่วงเวลาดำเนินการ (5)	แผนงาน/แผนเงิน (6)												แผนงาน/งบประมาณรวม (7)
					ไตรมาส 1			ไตรมาส 2			ไตรมาส 3			ไตรมาส 4			
					ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	
1	**โครงการพัฒนาการขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ ปี 2565**	**รวมงบประมาณโครงการ**			0	0	400,000	0	0	0	150,000	0	0	0	0	0	**550,000 บาท**
	กิจกรรมที่ 1 จัดประชุมคณะทำงานเพื่อจัดเตรียมเนื้อหาข้อมูลการประกาศนโยบาย“ผู้สูงวัยเคลื่อนไหวดี ไม่มีล้ม”	1. จัดประชุมคณะทำงานฯ 2 ครั้ง	2 ครั้ง	ม.ค.-มี.ค 65	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	กิจกรรมที่ 2 จัดงานแถลงข่าว การประกาศนโยบาย “ผู้สูงวัยเคลื่อนไหวดี ไม่มีล้ม”	2. จัดงานแถลงข่าว การประกาศนโยบาย “ผู้สูงวัย เคลื่อนไหวดี ไม่มีล้ม” 1 ครั้ง	1 ครั้ง	เม.ย.-65	0	0	0	0	0	0	150,000	0	0	0	0	0	150,000
	กิจกรรมที่ 3 ผลิตและเผยแพร่คลิปวิดีทัศน์การประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุ	3. คลิปวิดีทัศน์การประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุ 1 เรื่อง	1 เรื่อง	ธ.ค. 64 -มี.ค.65	0	0	200,000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200,000
	กิจกรรมที่ 4 ผลิตและเผยแพร่คู่มือ Online การประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ	4. คู่มือ Online การประเมินสมรรถภาพทางกายและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุ 1 เล่ม	1 เล่ม	ธ.ค. 64 -มี.ค.65	0	0	100,000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100,000
	กิจกรรมที่ 5 ทบทวนวรรณกรรมเรื่องสวนออกกำลังกายและฐานออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน	5. ทบทวนวรรณกรรมเรื่องสวนออกกำลังกายและฐานออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน 1 เรื่อง	1 เรื่อง	ธ.ค.-มี.ค 65	0	0	100,000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100,000
	กิจกรรมที่ 6 ติดตามผลการใช้เครื่องมือการประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุรูปแบบออนไลน์	6. มีการติดตามผลการใช้เครื่องมือการประเมินสมรรถภาพทางกายผู้สูงอายุและความเสี่ยงการหกล้มผู้สูงอายุรูปแบบออนไลน์ 1 ครั้ง	1 ครั้ง	เม.ย-มิ.ย 65	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	**โครงการส่งเสริมความรอบรู้และสุขอนามัยในการนอนหลับที่ดีและมีคุณภาพ ปี 2565**	**รวมงบประมาณโครงการ**					**150,000**			**150,000**							**300,000 บาท**

3.1 แผนการขับเคลื่อนโครงการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลางที่เพียงพอ สะสมอย่างน้อย 150 นาทีต่อ สัปดาห์

หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับ (1)	โครงการ/กิจกรรม (2)	เป้าหมายโครงการตามแผนปฏิบัติการ (3)	หน่วยนับ (4)	ช่วงเวลาดำเนินการ (5)	แผนงาน/แผนเงิน (6)												แผนงาน/งบประมาณรวม (7)
					ไตรมาส 1			ไตรมาส 2			ไตรมาส 3			ไตรมาส 4			
	กิจกรรมที่ 1 ประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนและกำหนดหัวข้อการประกาศนโยบาย ประเด็นการสร้างความรอบรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก”	1. มีการจัดประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผนและกำหนดหัวข้อการประกาศนโยบาย 2 ครั้ง	2 ครั้ง	ม.ค.-มี.ค 65	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	กิจกรรมที่ 2 จัดงานแถลงข่าว การประกาศนโยบายการสร้างความรอบรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก”	2. จัดงานแถลงข่าว การประกาศนโยบายการสร้างความรอบรู้และการมีสุขอนามัยการนอนที่ดีและมีคุณภาพทุกกลุ่มวัย “วันนอนหลับโลก” 1 ครั้ง	1 ครั้ง	มี.ค.-65	0	0	0	0	0	150,000	0	0	0	0	0	0	150,000
	กิจกรรมที่ 3 ผลิตและเผยแพร่คลิปวิดีทัศน์หลัก 10 ประการการมีสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัย	2. คลิปวิดีทัศน์หลัก 10 ประการการมีสุขอนามัยการนอนหลับที่ดีทุกกลุ่มวัย 1 คลิป	1 คลิป	ธ.ค.64-มี.ค. 65	0	0	150,000	0	0	0	0	0	0	0	0	0	150,000

3.1 แผนการขับเคลื่อนโครงการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลางที่เพียงพอ สะสมอย่างน้อย 150 นาทีต่อ สัปดาห์

หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับ (1)	โครงการ/กิจกรรม (2)	เป้าหมายโครงการตามแผนปฏิบัติการ (3)	หน่วยนับ (4)	ช่วงเวลาดำเนินการ (5)	แผนงาน/แผนเงิน (6)				แผนงาน/งบประมาณรวม (7)
					ไตรมาส 1	ไตรมาส 2	ไตรมาส 3	ไตรมาส 4	

3.1 แผนการขับเคลื่อนโครงการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านการมีกิจกรรมทางกายระดับปานกลางที่เพียงพอ สะสมอย่างน้อย 150 นาทีต่อ สัปดาห์

หน่วยงาน กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

ลำดับ (1)	โครงการ/กิจกรรม (2)	เป้าหมายโครงการตามแผนปฏิบัติการ (3)	หน่วยนับ (4)	ช่วงเวลาดำเนินการ (5)	แผนงาน/แผนเงิน (6)				แผนงาน/งบประมาณรวม (7)
					ไตรมาส 1	ไตรมาส 2	ไตรมาส 3	ไตรมาส 4	