

## แบบสรุปผลงานเด่น รพ.สต.ต้นแบบ ๓อ.๓ส.

ชื่อเรื่อง.....หนองอ้ายตุ้มเดล

ผู้รับผิดชอบ.....นายบุญส่ง คงวิชา , นายพิชิต คงวิชา และคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบ้านหนองอ้ายตุ้ม

### ๑. ความเป็นมา

การที่จะทำให้ทุกหมู่บ้านมีสุขภาพที่ดี ควรมีหมู่บ้านต้นแบบที่สามารถเป็นสถานที่ศึกษาดูงานได้ เป็นต้นแบบที่ดี มีปัจจัยเอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตำบลทับคล้อจึงได้คิดแนวทาง ซึ่งอยากให้อีกหลายหมู่บ้านมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมแบบหมู่บ้านต้นแบบ จึงได้คิดหนองอ้ายตุ้มเดลขึ้น

### ๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพ
๒. เพื่อเป็นต้นแบบให้กับหมู่บ้านอื่นๆ กระตุ้นให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
๓. เพื่อเพิ่มสมาชิกชมรมออกกำลังกาย

### ๓. เป้าหมาย/พื้นที่ดำเนินงาน

ประชาชนกลุ่มดี กลุ่มเสี่ยงโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง ในหมู่ที่ ๘ บ้านหน้าอ้ายตุ้ม ตำบลทับคล้อ อำเภอทับคล้อ จังหวัดพิจิตร

### ๔. ขั้นตอนดำเนินการ

- ๔.๑ ศึกษาบริบทและข้อมูลทั่วไปของหมู่บ้าน
- ๔.๒ แต่งตั้งคณะกรรมการหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดโรคฯขึ้น และแบ่งหน้าที่กันทำงาน
- ๔.๓ จัดกิจกรรมส่งเสริมและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของประชาชน ครอบคลุม ๓อ.๒ส.
- ๔.๔ มีการกำหนดข้อตกลงร่วมกันในชุมชน
- ๔.๕ มีการคัดเลือกบุคคลต้นแบบด้านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อเป็นแบบอย่างในชุมชน

### ๕. สรุปผลที่เกิดขึ้น

เกิดชมรมออกกำลังกายในหมู่บ้าน คือ ชมรมรำวงย้อนยุค , ชมรมรำไม้พลอง , ชมรมฮูลาฮูป , ชมรมเดินวิ่ง



จากการดำเนินงานมา ๒ ปี มีหมู่บ้านที่มาศึกษาดูงานจำนวน ๖ หมู่บ้าน และมีหมู่บ้านที่นำเอาแนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของ หมู่ ๘ บ้านหนองอ้ายตุ้ ไปประยุกต์ใช้จำนวน ๕ หมู่บ้าน ดังนี้

- ปี ๒๕๕๘ หมู่ที่ ๖ บ้านสายดงยาง ตำบลทับคล้อ อำเภอทับคล้อ จังหวัดพิจิตร นำแนวทางไปประยุกต์ใช้ และผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๖ ได้เสนอแผนงานโครงการกับกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลทับคล้อ ในปีงบประมาณ ๒๕๕๘ เพื่อของบประมาณในการจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้กับชุมชนของตนเอง



- ปี ๒๕๕๘ หมู่ที่ ๑๐ บ้านใหม่สายดงยาง ตำบลทับคล้อ อำเภอทับคล้อ จังหวัดพิจิตร ได้นำแนวทางการออกกำลังกาย และการลดละเลิก บุหรี่ แอลกอฮอล์ ไปประยุกต์ใช้ และเนื่องจากคนในหมู่บ้านชอบการร้องรำทำเพลง จึงเกิดชมรมรำวงย้อนยุคขึ้นในหมู่บ้าน



- ปี ๒๕๕๘ หมู่ที่ ๑ และ หมู่ที่ ๒ ตำบลท้ายทุ่ง อำเภอทับคล้อ จังหวัดพิจิตร มาศึกษาดูงานโดยการพาแกนนำชุมชน ๒๐ คน ลงมาดูพื้นที่หมู่ที่ ๘ บ้านหนองอ้ายตุ้ โดยศึกษาเรื่องการทำปุ๋ยอินทรีย์น้ำและสารไล่แมลงเพื่อนำไปใช้ในการปลูกผักปลอดสารพิษในหมู่บ้านของตนเอง และศึกษาในเรื่องการรำวงย้อนยุค จนเกิดชมรมรำวงย้อนยุคขึ้นในหมู่บ้านที่เข้มแข็ง สามารถนำไปแสดงโชว์ในงานต่างๆได้



- ปี ๒๕๕๙ หมู่ที่ ๕ บ้านสายคลองแห้ง ตำบลทับคล้อ อำเภอทับคล้อ จังหวัดพิจิตร นำแนวทางไปประยุกต์ใช้ และ อบต. หมู่ที่ ๕ ได้เสนอแผนงานโครงการกับกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลทับคล้อ ในปีงบประมาณ ๒๕๕๙ เพื่อของบประมาณในการจัดกิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้กับชุมชนของตนเอง



## ๖. บทเรียนที่ได้รับ

- ๗.๑ ได้รางวัลที่ ๒ ระดับเขต ในการประกวดหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และได้รับโล่พระราชทานจากสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ปี ๒๕๕๘
- ๗.๒ ได้เป็นตัวแทน สสจ.พิจิตร จัดบูทในเรื่อง หนองน้ำดีโมเดลในระดับเขต ปี ๒๕๕๗
- ๗.๓ ได้เป็นตัวแทนของเขต ๓ นำเสนอเรื่องเล่าการดำเนินงานหมู่บ้านปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และได้รับโล่เกียรตินิยมจากอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ปี ๒๕๕๗