

โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย
องค์การบริหารส่วนตำบลปอน อำเภอทุ่งช้าง จังหวัดน่าน

๑. ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย

๒. หลักการและเหตุผล

การส่งเสริมสุขภาพเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต และเป็นการสนองนโยบายของรัฐบาล องค์การบริหารส่วนตำบลน่านน้อยได้เล็งเห็นความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ จึงมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของข้าราชการและเจ้าหน้าที่ให้มีสุขภาพดี สมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจนั้น ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ลดความเครียด และเพิ่มพลังในการทำงาน เพื่อเป็นประโยชน์และสามารถพัฒนาประสิทธิภาพการทำงานในองค์กร ประกอบกับ “กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นการตอบสนองนโยบายของท่านนายกรัฐมนตรีที่ต้องการให้ข้าราชการ หันมาใส่ใจสุขภาพมากขึ้น เพราะสุขภาพร่างกายของผู้ปฏิบัติงานเป็นเรื่องที่สำคัญมีผลทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น สามารถเสริมสร้างความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ความตื่นตัวในการทำงาน โดยองค์การบริหารส่วนตำบลปอน จึงมีการกระตุ้นเตือนและสร้างจิตสำนึกให้บุคลากรหันมาใส่ใจในเรื่องสุขภาพมากขึ้น อาจเริ่มจากสิ่งเล็ก ๆ หากร่างกายแข็งแรงย่อมส่งผลให้การทำงานบริการประชาชนมีประสิทธิภาพ ซึ่งกิจกรรมการออกกำลังกายนี้มีทุกวันพุธ เวลา ๑๖.๓๐ – ๑๗.๐๐ น. สำหรับประชาชนพื้นที่ใกล้เคียงที่สนใจ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกับข้าราชการได้

๓. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมสุขภาพให้แก่บุคลากรในหน่วยงาน
๒. เพื่อให้ความรู้ เรื่องการดูแลสุขภาพ การป้องกันโรค
๓. เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม/หมู่/คณะ
๔. เพื่อสนองนโยบายของรัฐบาลเรื่องการออกกำลังกายทุกวันพุธ

๔. เป้าหมาย

เพื่อส่งเสริมสุขภาพ คณะผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล พนักงานจ้าง ลูกจ้าง สังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลปอน รวมถึง ประชาชน เยาวชน ส่วนราชการในพื้นที่ตำบลปอน

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

๑ ตุลาคม ๒๕๖๓ – ๓๐ กันยายน ๒๕๖๔

๖. สถานที่ดำเนินการ

สนามหน้าที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลปอน อำเภอทุ่งช้าง จังหวัดน่าน

๗. งบประมาณ

- ไม่ใช้งบประมาณ

๘. ผู้รับผิดชอบโครงการ

สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล องค์การบริหารส่วนตำบลปอน อำเภอทุ่งช้าง จังหวัดน่าน

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. คณะผู้บริหาร พนักงานส่วนตำบล พนักงานจ้าง ลูกจ้าง องค์การบริหารส่วนตำบลมีสุขภาพแข็งแรง
๒. การออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ อันจะนำไปสู่การมีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง สมบูรณ์ สุขภาพดี ห่างไกลจากโรคเรื้อรัง
๓. ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย และพัฒนาคุณภาพชีวิตด้าน สุขภาพจิตที่ดีขึ้น
๔. เกิดความรักความสามัคคีในองค์กร และใช้ว่างให้เกิดประโยชน์

๑๐. ผู้เขียนโครงการ

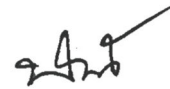
(ลงชื่อ)

(นางสาวธัญชนก มีสา)

นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ

๑๑. ผู้เสนอโครงการ

(ลงชื่อ)



(นางสาวพิมพ์กานต์ ปริงการ)

หัวหน้าสำนักปลัด

๑๒. ผู้เห็นชอบโครงการ

(ลงชื่อ)



(นางสาวสุปาณี ศรีใหญ่)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลปอน

๑๓. ผู้อนุมัติโครงการ

อนุมัติ

ไม่อนุมัติ

(ลงชื่อ)



(นายอติศพัฒน์ เรศมณเฑียร)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลปอน