

ทิศทาง เป้าหมาย และยุทธศาสตร์ ระยะ 10 ปี (2565-2574) สสส.

สุขภาพดี 4 มิติ (๓๒ ปี๒๓ ปี๒๓)

ผลลัพธ์ที่ต้องการ

ยาสูบ

สุรา
และสิ่งเสพติด

ความปลอดภัย
ทางถนน

อาหาร

กิจกรรม
ทางกาย

สุขภาพจิต

มลพิษ
ทางอากาศ

เทคโนโลยี
ใหม่และ
ปัจจัยเสี่ยง
อื่น

ความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพ

วิสัยทัศน์และยุทธศาสตร์

วิสัยทัศน์ ทุกคนบนแผ่นดินไทยมีวิถีชีวิต สังคมและสิ่งแวดล้อม ที่เอื้อต่อสุขภาพ

ยุทธศาสตร์เพื่อสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (ยุทธศาสตร์ไตรพลังและยุทธศาสตร์เฉพาะ 5 ด้าน)

การจัดโครงสร้าง
แผนและกลไก
สนับสนุน

โครงสร้างแผน



เชิงประเด็น



เชิงองค์กร
กลุ่มประชากร



เชิงพื้นที่



เชิงระบบ

กลไกสนับสนุน

การพัฒนาศักยภาพบุคลากร

การกำกับ ติดตาม และประเมินผล

ระบบข้อมูลและการ
จัดการความรู้

ระบบงานดิจิทัล-ไอที



กิจกรรม ทางกาย

- **กิจกรรมทางกาย (Physical Activity)** คือ การเคลื่อนไหวของร่างกายโดยกล้ามเนื้อโครงร่างที่ทำให้เกิดการเผาผลาญพลังงานที่ส่งผลต่อสุขภาพ แบ่งออกได้ 3 ระดับตามการใช้ร่างกาย ได้แก่ ระดับต่ำ ระดับกลาง และระดับหนัก โดย WHO แนะนำว่าประชากรอายุ 18 ปีขึ้นไป ควรมีกิจกรรมทางกายอย่างน้อย 150-300 นาที/สัปดาห์ ซึ่งจะส่งผลดีต่อการป้องกันโรคและการสร้างเสริมสุขภาพ
- **กิจกรรมทางกายของประชากรไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น** จากข้อมูลปี 2555 ที่ 66.3% เพิ่มขึ้นเป็น 74.6 ในปี 2562 โดยมีการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกในทุกช่วงอายุ ยกเว้นกลุ่มวัยทำงานที่มีระดับลดลง ซึ่งส่งผลต่อการยกระดับกิจกรรมทางกายโดยรวม เนื่องจากสัดส่วนประชากรวัยทำงานเป็นกลุ่มใหญ่ของโครงสร้างประชากร
- **ระดับการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ** จากข้อมูลปี 2562 ของประชากรทุกกลุ่มวัยมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอสูงเกินกว่า 70% ซึ่งส่งเสริมการมีสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน
- **ปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อกิจกรรมทางกาย** เช่น ฝุ่นละอองขนาดเล็ก (PM 2.5) การแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 เป็นต้น

ความเหลื่อมล้ำทางสุขภาพ

2126.
 วัตถุประสงค์
 ของแผนปฏิบัติการ
 5 ปี: 2565-2570

กลไก
 ของแผน
 ปฏิบัติการ

- กลไกขับเคลื่อน
- ① PA literacy
 - ② ศึกษาระบบนิเวศและโครงสร้าง

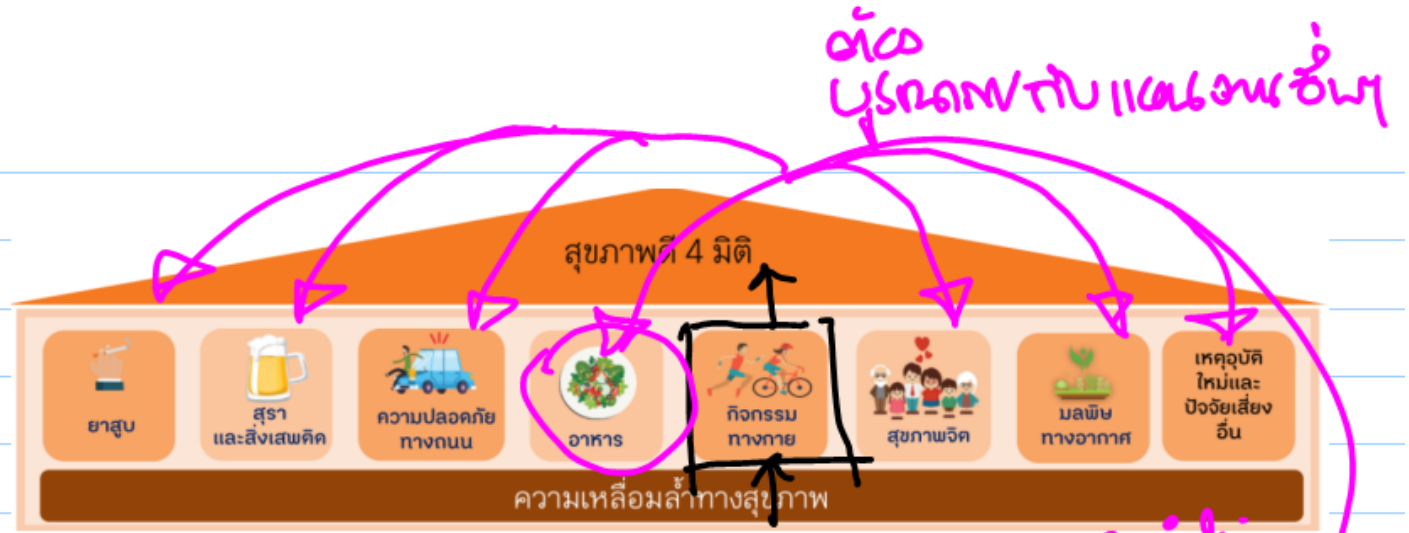
- ① กก.สุขภาพ
- ② ศูนย์ข้อมูลสุขภาพ
- ③ ฟ้าใสใจดี

- 1) ภาวะ PA
- 2) วัฒนธรรม PA ↑
 ของหน่วยงาน

↓
 ภาว. ไร้อันตราย
 ไร้อันตราย PA ↑

→ ภาวะ PA literacy สูง + วัฒนธรรมไร้อันตราย + กลไกขับเคลื่อนที่มีประสิทธิภาพ

- 3) ศึกษาระบบนิเวศและโครงสร้าง
- ③ มุ่งเน้นการบูรณาการ/เชื่อมโยง
 2560. ทำให้องค์กร ภาวะ PA 5:60 ต่อปี



ทำให้องค์กรมี PA เพิ่มขึ้น

จะทำให้ NCD ↓
 ไร้อันตราย ↓

กลไกขับเคลื่อน
 ไร้อันตราย
 ไร้อันตราย

သူ ↑
အသက်ကြီးဝေး ↑
ကုန် ↑

PA Literacy
PA ကျန်းမာရေး
PA ကျန်းမာရေး
PA ကျန်းမာရေး

• အသက်ကြီး
အသက်ကြီး
NCD
PA အသက်ကြီး
- ကိုယ်
- အသက်ကြီး
- အသက်ကြီး
- အသက်ကြီး
S. အသက်ကြီး - ကိုယ်

အသက်ကြီး
အသက်ကြီး
- ကိုယ်
- အသက်ကြီး
- အသက်ကြီး
- အသက်ကြီး

PA Direzione

~~PA~~

B

l'idea PA
è realizzata
inter
nazionale

A

Struttura
lavorativa
nazionale

PA realizzata
anche
con mezzi
nazionali

កិច្ចការ

① កិច្ចការ PA ក្នុង $\left\{ \begin{array}{l} \text{កិច្ចការកិច្ចការ} \\ \text{ផ្សេងៗកិច្ចការ} \\ \text{កិច្ចការ/គណនី/ស្រុក ក៏ដូចជា/កិច្ចការកិច្ចការ} \end{array} \right.$

② ឧទាហរណ៍កិច្ចការ-កិច្ចការ PA 65-66 (កិច្ចការ/កិច្ចការ)

- ឧទាហរណ៍កិច្ចការ PA \rightarrow ប្រ:សិក្សាសិក្សាសិក្សា PA 2015
- សិក្សាសិក្សាប្រ:សិក្សា

③ កិច្ចការ:កិច្ចការកិច្ចការ \rightarrow កិច្ចការកិច្ចការកិច្ចការ កិច្ចការ/កិច្ចការកិច្ចការ.

④ កិច្ចការកិច្ចការកិច្ចការ:កិច្ចការកិច្ចការ

* កិច្ចការ: កិច្ចការ កិច្ចការកិច្ចការ \rightarrow កិច្ចការកិច្ចការ

\rightarrow Workshop កិច្ចការ/កិច្ចការកិច្ចការ/កិច្ចការកិច្ចការ

ทฤษฎีแนวคิด : แนวคิดที่ดี: ศึกษาลงลึกทำซ้ำ เราอยู่ที่ไหน จ: ปีนุช จ: ปอชิงร กั๋วร็อง

เราอยู่ที่ไหน = ศึกษารูปแบบ PA ที่ชัดเจนเป็นตัวอย่าง เช่น PA 200 ชั่วโมงในเด็กปีแรก = 60%

จ: ปีนุช = เป็นแม่ที่พาไป PA ทั่วไปเป็นเท่าไร เช่น ศึกษารูปแบบ PA 200 ชั่วโมงในเด็ก = 70%

จ: ปอชิงร = จ: ทำอะไรอย่าง (การเคลื่อนไหว) เช่น Active play ในโรงเล่น
ใช้แบบ PA 200 ชั่วโมงในเด็กปีแรก

ไปทักว็อง = วิธีการวัดแบบประเมิน
เช่น จ: ประเมิน PA 200 ชั่วโมงในเด็กปีแรก

- ข้อสังเกต :
- ① วิจัยลักษณะ PA การกระทำที่ใกล้ชิดของพ่อแม่ โดยที่พ่อแม่ที่สอนหรือประเมินจากตนเอง หรือ ประเมินจากกลุ่มตัวอย่างอื่น
 - ② ศึกษาในแง่ การเป็นกิจกรรมที่จ: ศึกษาลงลึกกับ เป็นแม่ที่พาไป เช่น เป็นแม่ที่พาไป PA ในเด็ก ก็ควรจ: ศึกษากิจกรรมที่พาไป PA ในเด็ก

บทนำ : ให้เด็กมาเดินกับบทนำ
บทนำที่ 1: ง่ายสุดทำบทนำเราอยู่ที่ไหน จ: ปีนะ จ: ปีนะ ถึงเร็ว

เราอยู่ที่ไหน = 2 คนทำ PA ใน ชั้นที่
เวลา: ประเด็นที่ 1: ทำเป็น 10 นาที เช่น PA 200 ชั่วโมงในเด็ก 1 ปี = 60%

จ: ปีนะ = เป็นบทนำ PA ทั่วทั้งปี เช่น 100 ชั่วโมง PA 200 ชั่วโมงในเด็ก = 70%

จ: ปีนะ = จ: ทำอะไรอย่างนี้ (การสังเกต/ ม. 1) เช่น Active play ในโรงเรียน การมี
กิจกรรม และ วิจัยเกี่ยวกับ 100 ชั่วโมง

ไปเร็ว = 30 นาทีต่อสัปดาห์ เช่น จ: ประเด็นที่ 1: ทำเป็น 10 นาที

- ข้อสังเกต :
- ① ความสำเร็จของการทำ PA 200 ชั่วโมง 5: บ. 1 ชั่วโมง
โดยทาง: 1. เช่น PA 200 ชั่วโมง เด็ก / วิจัย / ผู้สอน
- เช่น PA ในโรงเรียน / บทนำ / บทนำ
 - ② ความสำเร็จของการทำ PA (เพื่อ วิจัย / ทำวิจัย)
- บทนำ PA literacy ที่คนมีบทนำ เช่น: ความสำเร็จในการปรับแก้พฤติกรรม
- การวิจัยที่ 100 ชั่วโมง เช่น บทนำที่ 1: ประเด็นที่ 1: ทำเป็น 10 นาที
- การวิจัยที่ 100 ชั่วโมง เช่น การศึกษาเกี่ยวกับ 100 ชั่วโมง

การสื่อสารแบบโปรแกรม

การสื่อสาร : ① สื่อสารว่าทำอะไรจนจบเป็นไปอย่างไร : มีหน้าที่กิจกรรม
Input : วัสดุ วัสดุอุปกรณ์ วัสดุประเภท วัสดุอื่น

process : วิธีจัดการที่แท้จริง ทำอะไร

output : ผลผลิตได้มาจนจบ

② วัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการ วัตถุประสงค์อื่น

การโปรแกรม ① เมื่อเริ่มจัดการ - PA 200 ชั่วโมง/ปี
- PA 100 ชั่วโมง/ปี / PA 50 ชั่วโมง/ปี ?

② มีจุดจัดการ - ควบคุม/จัดการ
เกิดอะไรบ้าง - ขาดทุน/กำไร
อย่างไร - ผลผลิต/ผลกำไร
- กระบวนการ/ขั้นตอน
- กระบวนการ/ขั้นตอน
- ขาดทุน/กำไร/กำไรสุทธิ