

รายงานการประชุม

เรื่อง การประชุมชี้แจงการดำเนินงานและเป็นการเตรียมความพร้อมโครงการ ChoPA & ChiPA Game ลดเรียนเพิ่มรู้

สู่เด็กไทยสูงตี สมส่วน เครือข่ายโรงพยาบาล ปี 2565

ครั้งที่ 1/2565

วันศุกร์ ที่ 27 พฤษภาคม 2565 เวลา 08.00 – 12.00 น.

ณ ห้องประชุมถนอมเหล่ารักษ์พงษ์ โรงพยาบาลกำแพงเพชร

รายชื่อผู้เข้าร่วมประชุม

1.นายพาทิศ คูหาทัศน์คนะดีกุล	นายแพทย์ชำนาญการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
2.นางกาญจนา รามสูต	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
3.นางจรรจिता โมราสุข	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร
4.นางอัญชลี ภาณานันท์	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
5.น.ส.รุจิธาวิทย์ แก้ววิเศษรัฐกุล	พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
6.น.ส.พลอยกนก ไชยยศ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
7.น.ส.นัชชา คะใจ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
8.น.ส.กัญญาวิริ ย่านวล	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	สาธารณสุขอำเภอเมืองกำแพงเพชร
9.น.ส.สอยดาว เปลา	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพธิ์สวรรค์
10.นายอริชัยกุล ขุนสุริยะ	นักวิชาการสาธารณสุข	ศูนย์บริการสาธารณสุขฯ นครชุม
11.น.ส.สมณศรี กล่อมยั้ง	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	โรงพยาบาลชุมชนเทศบาลเมือง
12.นายณัฐวัฒน์ คำมั่ง	นักวิชาการสาธารณสุข	โรงพยาบาลชุมชนเทศบาลเมือง
13.น.ส.อินทิรา เครื่องเนียม	จพ.สาธารณสุขชำนาญการ	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพธิ์พัฒนา
14.น.ส.ภัทราพร กุลธนาสิริ	นักวิชาการสาธารณสุข	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมอสมบูรณ
15.น.ส.สุนิสา สหุณาฟู	นักวิชาการสาธารณสุข	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใหม่
16.น.ส.เพชรไพลิน จันทร์พรหม	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	ศูนย์สุขภาพชุมชนเมืองขาจักราว
17.นายสุพจน์ บุญประสงค์	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะกอกหวาน
18.น.ส.ศิรินทิพย์ สุกุลดี	พนักงานธุรการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
19.น.ส.จันทร์จิรา พินศรี	พนักงานธุรการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
20.น.ส.วันทนา ตั้งขุนทด	จพง.ทันตสาธารณสุขชำนาญการ	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสหกรณ์
21.น.ส.สุภาพร นิลบดี	ผู้ช่วยทันตกรรม	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสหกรณ์
22.น.ส.ชัยฎกกาล ทหารเสือ	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	โรงพยาบาลชุมชนเมืองกำแพงเพชร
23.น.ส.วรรณภา ปัญญาไว	จพง.สาธารณสุข	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหนองกรด
24.นายพงษ์ศักดิ์ พุ่มสลิด	นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ	โรงพยาบาลกำแพงเพชร
25.น.ส.นกน้อย แจ่มศรี	อาจารย์	โรงเรียนอนุบาลเมืองกำแพงเพชร(บ้านนครชุม)
26.ด.ญ.ปกสร ฤกษ์อุดม	นักเรียน	โรงเรียนอนุบาลเมืองกำแพงเพชร(บ้านนครชุม)
27.นายฉวี แก้วกล้า	ผู้อำนวยการ	โรงเรียนบ้านทรงธรรม
28.ด.ช.วัลลภ รุกขชาติ	นักเรียน	โรงเรียนบ้านทรงธรรม
29.น.ส.ปภาณิศา มีชันหมาก	อาจารย์	โรงเรียนบ้านสุวรรณภูมิ
30.ด.ญ.ปริญา คล้ายสุวรรณ	นักเรียน	โรงเรียนบ้านสุวรรณภูมิ
31.น.ส.มนัสนันท์ จันทร์กระจ่าง	อาจารย์	โรงเรียนอนุบาลสมนึก
32.ด.ญ.ปรายเดือน สุวรรณภูมิ	นักเรียน	โรงเรียนอนุบาลสมนึก
33.นางอโนชา มาประสพ	อาจารย์	โรงเรียนบ้านโขมงหัก

34.ค.ช.ธิตกร เนื่องละออ	นักเรียน	โรงเรียนบ้านโขมงหัก
35.นางรัมภาภัก เงินเสี่ยง	อาจารย์	โรงเรียนคลองใหญ่วิทยา
36.ค.ญ.เบญจวรรณ โตม่วง	นักเรียน	โรงเรียนคลองใหญ่วิทยา
37.น.ส.น้ำเพชร นพคุณ	อาจารย์	โรงเรียนบ้านเกาะน้ำโจน
38.ค.ญ.จุฑารัตน์ อ่องเลื่อน	นักเรียน	โรงเรียนบ้านเกาะน้ำโจน

เริ่มประชุมเวลา 09.00 น.

ประธาน : นายแพทย์พาทิศ คูหาทัศนะติกุล

ระเบียบวาระที่ 1 เรื่องที่ประธานแจ้งในที่ประชุม

เนื่องจากกระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดแผนยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี (พ.ศ.2559-2579) โดยมีเป้าหมายเพื่อขับเคลื่อนการดำเนินงานตามยุทธศาสตร์ภายใต้การพัฒนาความเป็นเลิศ 4 ด้านคือ เพื่อบรรลุเป้าหมายประชาชนสุขภาพดี เจ้าหน้าที่มีความสุข และระบบสุขภาพยั่งยืน โดยกลุ่มภารกิจด้านบริการปฐมภูมิ ได้จัดโครงการ ChoPA & ChiPA Game ลดเรียนเพิ่มรู้ สู้เด็กไทยสูงดี สมส่วน เครือข่ายโรงพยาบาลกำแพงเพชร ปี 2565 ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมในการส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนมีสุขภาพที่ดี สูงดีสมส่วน แข็งแรง รวมทั้งมีภาวะโภชนาการที่เหมาะสมตามวัยและยังเป็นการสนับสนุนให้โรงเรียนนำไปใช้ในกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ได้

นางจรรจิวา โมราสุข พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สาธารณสุขจังหวัดกำแพงเพชร ได้ชี้แจงถึงสถานะการณ์โรคอ้วนในวัยเรียนในปัจจุบัน พร้อมสถิติในปี พ.ศ.2561-2565 เด็กวัยเรียนในจังหวัดกำแพงเพชร ปี 2564 มีประชากรเท่ากับ 64,272 คน (ร้อยละ 12.37) เด็กวัยเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 13.40 (\leq ร้อยละ10) เด็กวัยเรียนชายมีส่วนสูงเฉลี่ย 149.22 เซนติเมตร (\geq 154 เซนติเมตร) เด็กวัยเรียนหญิงมีส่วนสูงเฉลี่ย 150.14 เซนติเมตร (\geq 155 เซนติเมตร) และในเขตอำเภอเมืองเด็กวัยเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 11.64 (\leq ร้อยละ10) เด็กวัยเรียนชาย มีส่วนสูงเฉลี่ย 148.90 เซนติเมตร (\geq 154 เซนติเมตร) เด็กวัยเรียนหญิงมีส่วนสูงเฉลี่ย 151.03 เซนติเมตร (\geq 155 เซนติเมตร) และแจ้งนโยบายการทำงานของวัยเรียน และตัวชี้วัดหลักในปีงบประมาณ 2565 การตรวจตาประจำปี การแจกแว่น การรับยาและการจ่ายยา ชาติหลักให้กับโรงเรียนที่รับผิดชอบ รวมถึงการคีย์น้ำหนักส่วนสูง สมรรถภาพทางกายของนักเรียน ภาวะโภชนาการ และการมีกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องในสถานศึกษา

นางกาญจนา รามสุต พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ ได้ชี้แจงการดำเนินงานโครงการ ในกลุ่มเด็กวัยเรียนในเขตอำเภอเมืองกำแพงเพชร จากข้อมูลดังกล่าวพบว่า เด็กวัยเรียนช่วงอายุ 6-12 ปี มีน้ำหนักเกินและส่วนสูง ไม่เป็นไปตามเกณฑ์ จากการสำรวจได้พบสาเหตุของปัญหาสุขภาพในเด็กวัยเรียน เช่นสุขภาพภาวะโภชนาการเกินเนื่องจากการมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง ดิดเกมส์ สื่อออนไลน์ รับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสม ไม่ออกกำลังกาย เป็นเหตุให้เกิดปัญหาโรคอ้วนโรค NCD ในผู้ใหญ่ตามมา เพื่อเป็นการส่งเสริมและป้องกัน จึงได้มีการจัดโครงการ ChoPA & ChiPA Game ลดเรียนเพิ่มรู้ สู้เด็กไทยสูงดี สมส่วน เครือข่ายโรงพยาบาลกำแพงเพชร ปี 2565 ขึ้น และยังเป็นการประชุมความร่วมมือจากภาครัฐสู่ประชาชน ให้เด็กวัยเรียนตระหนักถึงความสำคัญการมีกิจกรรมทางกาย มีภาวะโภชนาการอย่างเหมาะสมและเป็นการผลักดันให้เกิดโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพขึ้นในพื้นที่รับผิดชอบ และเป็นการเชื่อมโยงการดูแลสุขภาพจาก

โรงพยาบาลสุววิทยารักษ์ โรงเรียน และชุมชนต่อไป โดยการดำเนินการในเด็กวัยเรียน ที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีจนถึง 14 ปี ในเขตอำเภอเมืองกำแพงเพชร เป้าหมายในสถานศึกษา 8 แห่งๆละ 65 คน รวมทั้งสิ้น 520 คน

กลวิธีการดำเนินงาน

1. การประชุมคณะกรรมการเตรียมความพร้อม ชี้แจงโครงการ ถ่ายทอดนโยบายการพัฒนาและการสร้างเสริมศักยภาพกลุ่มวัยเรียนแนวทางการดำเนินงานการทำแผนส่งเสริมป้องกันและแก้ไขปัญหา
2. จัดทำฐานข้อมูลเด็กวัยเรียนในเขตอำเภอเมืองกำแพงเพชร และคัดเลือกกลุ่มเป้าหมาย
3. การอบรมให้ความรู้ในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติโดยเน้นการเรียนรู้เรื่องโภชนาการอาหารที่เหมาะสมกับวัยและการออกกำลังกายให้ถูกต้อง
4. การวิเคราะห์ผลการประเมินสุขภาพ และความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียน
5. มีการติดตามผล หลังให้อบรม และการลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้ รวมทั้งการขยายบอกต่อให้กับเพื่อนนักเรียน
6. สรุปผลและจัดทำรายงานการจัดกิจกรรม ChoPA & ChiPA Game ลดเรียนเพิ่มรู้ โดยใช้การแจ้งผลการดำเนินงานให้ผู้บริหารกลุ่มภารกิจด้านบริการปฐมภูมิในการประชุมประจำเดือน

ระเบียบวาระที่ 2 เรื่องเพื่อทราบ

น.ส.รุจิราธิ์ แก้ววิเศษรัฐกุล พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ ชี้แจงความเป็นมาของกิจกรรมทางกาย และการดำเนินงานโครงการ ChOPA & ChiPA Game ลดเรียนเพิ่มรู้ สู้เด็กไทยแข็งแรง สมส่วน เป็นนวัตกรรมกิจกรรมทางกาย (Physical Activity: PA) สำหรับแก้ไข

ปัญหา เด็กอ้วน เด็กเตี้ย เด็กผอม และเด็กไม่แข็งแรง ที่นอกจากจะคำนึงถึงประโยชน์ในเชิงสุขภาพแล้ว ยังคำนึงถึงความสนุกสนาน ความสะดวกของครู สามารถนำไปปฏิบัติได้ง่าย หลากหลายสถานที่ รวมทั้งไม่แบ่งแยกเด็กอ้วนออกจากเด็กสมส่วน อันเป็นสิ่งสำคัญที่จะจูงใจให้เด็กทำ PA อย่างต่อเนื่อง และเพียงพอจนบรรลุผลลัพธ์อย่างชัดเจน มีจุดเด่นที่สามารถเลือกปฏิบัติแบบแยกหรือทำพร้อม ๆ กัน ก็ได้ เช่น ทำจิงโจ้ Fun for FIT คู่กับ จิงโจ้ยืดตัว ชุดที่ 1 จะส่งเสริมการหลังของฮอริโมนแห่งการเจริญเติบโต และลดความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บ หรือปวดเมื่อย และเพิ่มความสมดุลงของร่างกาย ยังช่วยในการลดไขมันในร่างกาย หรือทำจิงโจ้ยืดตัว ชุดที่ 2 เพียงอย่างเดียว ช่วยผ่อนคลายความตึงตัว สงบ มีสมาธิ เพิ่มความสามารถในการเคลื่อนไหว และลดไขมัน เป็นต้น

โดยมีกิจกรรมดังนี้

1. กิจกรรมการประเมินสุขภาพร่างกายด้วยตนเอง โดยเด็กนักเรียนจะมีสมุดประจำตัวประกอบด้วย
 - การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง
 - สมรรถภาพของร่างกาย ความยืดหยุ่นของร่างกาย
2. กิจกรรมการคัดกรองกลุ่มเป้าหมายเพื่อเป็นตัวแทนเข้าร่วมกิจกรรม
 - ครูประจำชั้นประเมินความสมส่วนตามเกณฑ์ของนักเรียนแต่ละช่วงอายุวัยเรียน และเลือกตัวแทน
3. กิจกรรมการอบรมให้ความรู้
 - การให้ความรู้เกี่ยวกับภาวะโภชนาการที่เหมาะสมในวัยเรียนเรื่อง “โรคอ้วนกับภาวะโภชนาการในเด็ก” เพื่อให้เด็กเข้าใจสารอาหารที่ควรจะได้รับต่อวัน และอาหารที่ควรเลี่ยง
4. กิจกรรมทางกาย
 - การออกกำลังกายประกอบเพลง ประกอบด้วยการกระโดดจิงโจ้ยืดตัว ชุดที่1และ2 กระโดดโลดเต้น จิงโจ้ fun for fit และกิจกรรมเก้าอี้ขี้ผึ้ง
5. ส่งเสริมให้โรงเรียนเพิ่มกิจกรรมทางกายในแต่ละวันก่อนเริ่มเรียน และมีชั่วโมงการออกกำลังกายใน


ช่วงเคารพธงชาติ เพื่อให้เด็กมีความสุขภาพร่างกายแข็งแรง สูงดีสมส่วนตามวัย

ระเบียบวาระที่ 3 เรื่องเสนอให้ที่ประชุมพิจารณา


- เจ้าหน้าที่รับผิดชอบการดำเนินงาน เสนอปัญหาเด็กวัยเรียนที่พบในสถานศึกษาในพื้นที่
- สถานศึกษาบางแห่งขาดความพร้อมในการจัดกิจกรรม
- เนื่องด้วยสถานการณ์โควิด-19 ทำให้เจ้าหน้าที่มีหลายงานให้ดูแลเพิ่มขึ้น
- ขอสิ่งสนับสนุน เช่น สื่อการสอน ต่างๆ

ระเบียบวาระที่ 4 เรื่องอื่นๆ

- ปิดประชุม เวลา 16.00 น

() ผู้บันทึกรายงานการประชุม

น.ส.รุจิตรีย์ แก้ววิเศษรัฐกุล
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

() ผู้ตรวจสอบรายงานการประชุม

นางกาญจนา รามสูต
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

