

ด่วน

ที่ สธ ๐๒๔๑/ว๖



สำนักงานเขตสุขภาพที่ ๕

อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี ๗๐๐๐๐

๕ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมโครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและภาคีเครือข่ายการสร้างเสริมสุขภาพ  
เขตสุขภาพที่ ๕ ประจำปี ๒๕๕๙

เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัด/ผู้อำนวยการโรงพยาบาลศูนย์/โรงพยาบาลทั่วไปทุกแห่ง  
ในเขตสุขภาพที่ ๕

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กำหนดการประชุมเชิงปฏิบัติการ จำนวน ๑ ฉบับ  
๒. แบบตอบรับ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย สำนักงานเขตสุขภาพที่ ๕ ได้มอบหมายให้สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรีจัดทำ  
โครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรและภาคีเครือข่ายการสร้างเสริมสุขภาพเขตสุขภาพ ประจำปี ๒๕๕๙  
เพื่อให้บุคลากรในสังกัดมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะเกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และเป็น  
แบบอย่างที่ดีในการออกกำลังกายแก่ประชาชน ลดการเกิดโรคที่สำคัญ และส่งเสริมให้มีการรวมกลุ่มกันทำ  
กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ ตามนโยบายของกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี  
รับผิดชอบการดำเนินงาน และกำหนดให้มีการประชุมเชิงปฏิบัติการ ระหว่างวันที่ ๑๑ - ๑๕ มกราคม  
๒๕๕๙ นั้น

ในการนี้ สำนักงานเขตสุขภาพที่ ๕ ขอเชิญผู้บริหาร ผู้ประสานกีฬา นักกีฬาและผู้เกี่ยวข้องทุก  
ท่านเข้าร่วมโครงการฯ ดังกล่าว และโปรดแจ้งหน่วยงานทุกแห่งในสังกัดทราบด้วย ทั้งนี้ สามารถเบิกค่าใช้จ่าย  
ในการเดินทางจากต้นสังกัด

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไป จะเป็นพระคุณ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุพจน์ จิระราชวโร)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติราชการแทน

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตสุขภาพที่ ๕

กลุ่มอำนวยการ

โทร. ๐ ๓๒๓๒ ๓๐๑๔

โทรสาร ๐ ๓๒๓๒ ๓๐๑๕

ผู้ประสานงาน : นายชัชวาล นฤพนธ์จิรกุล สสจ.สุพรรณบุรี โทรศัพท์ ๐๘ ๙๐๐๕ ๒๐๗๐

กำหนดการ

โครงการพัฒนาศักยภาพในกลุ่มบุคลากรสาธารณสุข เขตสุขภาพที่ ๕ ปี ๒๕๕๙

วันที่ ๑๑ - ๑๕ มกราคม ๒๕๕๙

ณ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี และสนามกีฬาในจังหวัดสุพรรณบุรี

\*\*\*\*\*

วันที่ ๑๑ มกราคม ๒๕๕๙

- ๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น. บุคลากรสาธารณสุขและผู้มีเกียรติ พร้อมกันบริเวณงาน/ลงทะเบียน
- ๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น. พิธีเปิดโครงการพัฒนาศักยภาพในกลุ่มบุคลากรสาธารณสุขเขตสุขภาพที่ ๕  
กล่าวรายงาน โดยนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี  
กล่าวเปิดการประชุม โดยผู้ตรวจราชการกระทรวง เขตสุขภาพที่ ๕
- ๐๙.๐๐-๑๐.๐๐ น. บรรยายนโยบายและแนวทางการส่งเสริมสุขภาพ  
โดยนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี
- ๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น. การทดสอบสมรรถภาพร่างกาย  
โดยวิทยากร จากสำนักงานการท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จ.สุพรรณบุรี
- ๑๓.๐๐-๑๔.๓๐ น. การบรรยายเรื่อง การประเมินและการเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย  
โดยวิทยากร จากสำนักงานการท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จ.สุพรรณบุรี
- ๑๔.๓๐-๑๖.๓๐ น. การบรรยายเรื่อง การออกกำลังกายให้เหมาะสมกับเพศ วัยและสภาพร่างกาย  
โดยวิทยากร จากสำนักงานการท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จ.สุพรรณบุรี

วันที่ ๑๒ มกราคม ๒๕๕๙

- ๐๘.๓๐-๑๐.๐๐ น. การบรรยายเรื่อง การแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน ด้วยการออกกำลังกาย  
โดยวิทยากรจากสถาบันการพลศึกษาสุพรรณบุรี
- ๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น. การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต เพื่อสุขภาพ  
โดยวิทยากรจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี
- ๑๓.๐๐-๑๔.๓๐ น. อาหารตามวัยและอาหารเฉพาะโรค  
โดยวิทยากรจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี
- ๑๔.๓๐-๑๖.๓๐ น. การมีชีวิตที่ยืนยาวกับหลักการใช้ ๖ อ.  
โดย เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลเจ้าพระยายมราช

วันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๕๙

- ๐๘.๓๐-๑๐.๓๐ น. การบรรยายและสาธิตเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ  
โดย เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลเจ้าพระยายมราช
- ๑๐.๓๐ -๑๒.๐๐ น. การบรรยายเรื่องทักษะการเป็นผู้นำในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
โดยเจ้าหน้าที่ศูนย์การท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จังหวัดสุพรรณบุรี
- ๑๓.๐๐ -๑๔.๓๐ น. สาธิตเรื่องทักษะการเป็นผู้นำในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ  
โดยเจ้าหน้าที่ศูนย์การท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จังหวัดสุพรรณบุรี
- ๑๔.๓๐ -๑๖.๓๐ น. สาธิตเรื่องทักษะการเป็นผู้นำในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ(ต่อ)  
โดยเจ้าหน้าที่ศูนย์การท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จังหวัดสุพรรณบุรี

วันที่ ๑๔ มกราคม ๒๕๕๙

- ๐๘.๓๐-๑๐.๐๐ น. บรรยาย เรื่อง การสร้างสุขภาพด้วย “๖ อ.”  
โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลเจ้าพระยามรราช
- ๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น. กิจกรรม Walk Rally “ สร้างสุขภาพด้วย ๖ อ.”  
โดย ทีมวิทยากรจาก โรงพยาบาลเจ้าพระยามรราช
- ๑๓.๐๐-๑๖.๓๐ น. แบ่งกลุ่ม ๑๐ กลุ่ม สาธิต/ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายกลางแจ้ง  
โดยทีมวิทยากร จากสำนักงานการท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ  
จังหวัดสุพรรณบุรี

วันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๕๙

- ๐๘.๓๐-๑๐.๐๐ น. การบรรยาย เรื่อง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ  
โดย วิทยากร จากโรงพยาบาลเจ้าพระยามรราช
- ๑๐.๐๐-๑๒.๐๐ น. แบ่งกลุ่ม ๑๐ กลุ่ม สาธิต/ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายกลางแจ้ง (ต่อ)  
โดย ทีมวิทยากรจาก สำนักงานการท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จ.สุพรรณบุรี
- ๑๓.๐๐-๒๐.๐๐ น. แบ่งกลุ่ม ๑๐ กลุ่ม สาธิต/ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายกีฬาในร่ม  
โดย ทีมวิทยากรจาก สำนักงานการท่องเที่ยว กีฬา และนันทนาการ จ.สุพรรณบุรี
- ๒๐.๐๐-๒๐.๓๐ น. พิธีปิดโครงการพัฒนาศักยภาพในกลุ่มบุคคลากรสาธารณสุข เขตสุขภาพที่ ๕ ฯ  
กล่าวรายงาน โดยนายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี  
กล่าวเปิดงาน โดยผู้ตรวจราชการกระทรวง เขตสุขภาพที่ ๕

\*\*\*\*\*

หมายเหตุ

- พักรับประทานอาหารกลางวันเวลา ๑๒.๐๐ น.
- พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มเวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๕.๓๐ น.

๐๘.๓๐ น. – ๑๖.๓๐ น. การแสดงและนิทรรศการด้านการออกกำลังกาย และอาหารเพื่อสุขภาพ

(สิ่งที่ส่งมาด้วย ๒)

แบบตอบรับเข้าร่วมงาน **sport night** เขตสุขภาพที่ ๕  
วันศุกร์ที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๕๙ เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๒.๐๐ น.  
ณ สนามโรงเรียนกีฬา อ.เมือง จ.สุพรรณบุรี

\*\*\*\*\*

- หน่วยงาน.....จำนวนรวม.....คน ดังนี้
๑. ผู้บริหาร
- ๑.๑.....
- ๑.๒.....
- ๑.๓.....
- ๑.๔.....
๒. ผู้ประสานกีฬา
- ๒.๑.....
- ๒.๒.....
๓. นักกีฬา จำนวน.....คน
- ๓.๑.....
- ๓.๒.....
- ๓.๓.....
- ๓.๔.....
- ๓.๕.....
๔. ผู้เกี่ยวข้องอื่น ๆ จำนวน.....คน

ลงชื่อ ..... ผู้แจ้งข้อมูล  
(.....)  
โทรศัพท์.....  
วันที่ .....

โปรดส่งแบบตอบรับไป สำนักงานเขตสุขภาพที่ ๕ ทางโทรสารหมายเลข ๐ ๓๒๓๒ ๓๐๑๕  
ภายในวันที่ ๑๑ มกราคม ๒๕๕๙