

ชื่อหน่วยงาน	กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย
ชื่อตัวชี้วัด 1.17	ร้อยละของประชากรสูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
หน่วยงานที่รับการประเมิน	กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย
คำนิยาม	<p>ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุ 60 ปี บริบูรณ์ขึ้นไป</p> <p>พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ หมายถึง <u>พฤติกรรมสุขภาพในระหว่าง 6 เดือนที่ผ่านมา</u></p> <p>ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมหรือการปฏิบัติตัว ดังต่อไปนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. มีกิจกรรมทางกาย/ออกกำลังกาย อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วัน ครั้งละ 30 นาที หรือ มีกิจกรรมทางกายสะสม 150 นาที / สัปดาห์ 2. รับประทานผัก ผลไม้สด เป็นประจำ 3. ดื่มน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว 4. ไม่สูบบุหรี่ / ไม่สูบบุหรี่ 5. ไม่ดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ (เช่น สุรา เบียร์ ยาโดงเหล้า) <p>หมายเหตุ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ผ่านการประเมินทั้ง 5 ข้อ ถือว่าผ่านการประเมินพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ 2. กิจกรรมทางกาย คือการเคลื่อนไหวของร่างกายที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อและทำให้ร่างกายมีการใช้พลังงานเพิ่มขึ้นจากขณะพัก ประกอบด้วย การทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การทำงานบ้าน การทำงานอาชีพที่ต้องใช้แรงกาย การเดินทางด้วยจักรยานหรือเดินทาง เดินขึ้นบันได และกิจกรรมยามว่าง เช่น ออกกำลังกาย เล่นกีฬา วิ่ง ปั่นจักรยาน และการท่องเที่ยว (ที่มา : แผนการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย พ.ศ.2561-2573) 3. รับประทานผัก เป็นประจำ (ผัก 1 ส่วน หมายถึง ผักสุก 1 ทัพพี ผักสด 2 ทัพพี) 4. รับประทานผลไม้สด เป็นประจำ (ผลไม้ 1 ส่วน หมายถึง ผลไม้ 6 - 8 ชิ้นคำ) 5. อ้างอิงดัชนีที่ 8 ตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ.2552
วิธีการจัดเก็บข้อมูล	<ol style="list-style-type: none"> 1. สุ่มประเมินตามระเบียบวิธีวิจัยโดยพื้นที่ /สำรวจ 2. พื้นที่ส่งรายงานผ่านศูนย์อนามัย 3. ศูนย์อนามัยที่ 1-12, สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง รายงานตามระบบโปรแกรมรายงานกรมอนามัย ตามรอบรายงาน 5 เดือน และ 10 เดือน 4. ส่วนกลางเปรียบเทียบผลการดำเนินงานกับเป้าหมายตัวชี้วัด 5. ประสานเชื่อมโยงข้อมูลกับระบบ HDC และ DOH Dashboard
แหล่งข้อมูล	<ul style="list-style-type: none"> - รพ.สต., รพช., อปท. - HDC - สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด - ศูนย์อนามัยที่ 1-12, สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง - สำนักอนามัยผู้สูงอายุ และ Cluster กลุ่มผู้สูงอายุ - ระบบการให้บริการสมุดสุขภาพประชาชน Health For you (H4U)
รายการข้อมูล 1	A = จำนวนผู้สูงอายุที่ได้รับการประเมินมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
รายการข้อมูล 2	B = จำนวนผู้สูงอายุทั้งหมดที่ได้รับการประเมิน

รายการข้อมูล 3			
สูตรคำนวณตัวชี้วัด	<p>สูตรการคำนวณ ร้อยละของผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์</p> $= \frac{A}{B} \times 100$ <p>หมายเหตุ: จำนวนผู้สูงอายุควรได้รับการประเมินไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ของผู้สูงอายุทั้งหมด</p>		
ระยะเวลาประเมินผล	<p>รอบที่ 1 : 6 เดือนแรก (ตุลาคม 2562 – มีนาคม 2563)</p> <p>รอบที่ 2 : 6 เดือนหลัง (เมษายน – กันยายน 2563)</p>		
เกณฑ์การประเมิน :			
รอบที่ 1 : 6 เดือนแรก (ตุลาคม 2562 – มีนาคม 2563) และรอบที่ 2 : 6 เดือนหลัง (เมษายน - กันยายน 2563)			
ระดับ	เกณฑ์การให้คะแนน	คะแนน	แนวทางการประเมิน/ หลักฐาน
1	<p>Assessment</p> <p>1.1 รายการข้อมูลที่นำมาใช้เพื่อ</p> <ul style="list-style-type: none"> - กำหนดนโยบาย (หมวด 1) <p>มีกลไกการพัฒนานโยบายสำหรับผู้สูงอายุของประเทศไทย มี 3 ระดับคือ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ในระดับชาติมีคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติที่ตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ.2549 ตามแนวทางการพัฒนานโยบายแบบบูรณาการระหว่างหน่วยงานต่างๆที่เกี่ยวข้อง 2) ในระดับกระทรวง มีการบูรณาการในกรมต่างๆที่เกี่ยวข้อง 3) ในระดับปฏิบัติการ หน่วยงานส่วนภูมิภาค พัฒนาบริการตามกรอบและการสนับสนุนวิชาการ จากหน่วยงานส่วนกลาง ภาพรวมจากกฎหมายสู่ การจัดการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุต้องทำแบบองค์รวม และบูรณาการทั้งในมิติด้านสังคม เศรษฐกิจ และการเมือง การจัดการความเข้มแข็งชุมชนให้เอื้อต่อการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุโดยส่งเสริมและพัฒนาบทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุ <ul style="list-style-type: none"> - กำหนดมาตรการ (หมวด 2) 1) มีการพัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive long Term Care) 2) มีการพัฒนาศักยภาพบุคลากรในการส่งเสริมดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ 3) มีการขับเคลื่อนการดำเนินงาน Health Literacy ในกลุ่มผู้สูงอายุ <p>- กำหนดความรู้ของประชาชนหรือผู้รับบริการ (หมวด 3)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) มีการจัดประชุมชี้แจงแนวทางการขับเคลื่อนการดำเนินงานเชิงนโยบายในการดำเนินงานยุทธศาสตร์ผู้สูงอายุทุกระดับตั้งแต่ระดับ <ul style="list-style-type: none"> - กระทรวง - เขตสุขภาพ - ระดับจังหวัด 2) มีแผนการพัฒนาศักยภาพบุคลากรในส่วนกลาง/เขต 	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีการพัฒนาศักยภาพบุคลากรในการส่งเสริมดูแลสุขภาพผู้สูงอายุด้านกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย (0.25) 2. มีรายงานผลดำเนินงานและขับเคลื่อนงานส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายของผู้สูงอายุระดับพื้นที่ (0.25) 3. มีระบบรายงานและข้อมูลสถานการณ์พฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ย้อนหลังอย่างน้อย 3 ปี จนถึงปัจจุบัน (0.5)

	<p>สุขภาพ/สำนักงาน สาธารณสุขจังหวัดและภาคีเครือข่าย</p> <ul style="list-style-type: none"> - มีแผนจัดประชุมเชิงปฏิบัติการเพื่อถอดบทเรียนผลการดำเนินงานโครงการสำรวจภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุและพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุ - มีแผนสร้างและพัฒนาเครือข่ายชุมชนแห่งความรอบรู้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ <p>1.2 มีรายงานผลการวิเคราะห์ข้อมูลและความรู้เพื่อ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) รายงานผลการดำเนินงานพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ของผู้สูงอายุรอบ 6 เดือนแรกและ 6 เดือนหลัง 2) รายงานผลการดำเนินงานตามมาตรการของแผนการดำเนินงานรอบ 6 เดือนแรกและ 6 เดือนหลัง 3) รายงานผลการประเมิน / ติดตามการพัฒนาทักษะบุคลากรในการปฏิบัติปฏิบัติงานในระดับพื้นที่และส่งผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมาย 		
2	<p>Advocacy / Intervention (จากผลการวิเคราะห์ Assessment)</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 มีข้อเสนอเชิงนโยบาย (หมวด 1) (0.25) 2.2 มีข้อเสนอมาตรการ (หมวด 2) (0.25) 2.3 มีประเด็นความรู้ (หมวด 3) (0.5) <p>Advocacy / Intervention (จากผลการวิเคราะห์ Assessment)</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.1 จัดทำทสรูปผู้บริหารในการดำเนินงานตามแผนการดำเนินงาน รอบ6เดือนแรกและ6เดือนหลัง ตามแผนงานโครงการฯและนโยบายประเด็นสำคัญของรัฐบาล (หมวด 1) 2.2 จัดทำทสรูปผลการดำเนินงานตามมาตรการของแผนการดำเนินงาน รอบ 6 เดือนแรก และ6เดือนหลังตามแผนงานโครงการฯและนโยบายประเด็นสำคัญของรัฐบาลที่ชี้แจงผู้ปฏิบัติงานในพื้นที่นำไปใช้ปฏิบัติ (หมวด 2) 2.3 จัดทำทสรูปผลการประเมินพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ในระดับพื้นที่และผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุ ชมรมผู้สูงอายุ ที่ได้ดำเนินการตามมาตรการส่งเสริมสุขภาพให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ (หมวด 3) 	1	<ol style="list-style-type: none"> 1.มีการจัดทำทสรูปข้อเสนอเชิงนโยบายตามแนวทางPMQAครบทุกหมวด และสอดคล้องกับข้อมูลด้านยุทธศาสตร์/แผนงาน/โครงการฯ และความรู้ด้านกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ(0.5) 2.มีการจัดทำทสรูปประเด็นปัญหาและข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนาแนวทางการขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพเพื่อให้ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้านกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย โดยให้สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ในการปฏิบัติงานปัจจุบันและการวางแผนในปีต่อไปอย่างมีคุณภาพและมาตรฐานตามหลักPMQA(0.5)
3	<p>Management and Governance</p> <ol style="list-style-type: none"> 3.1 มีวิธีการขับเคลื่อนนโยบายด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย และมีการจัดทำแผนปฏิบัติงานขับเคลื่อนนโยบายด้านผู้สูงอายุกลุ่ม Active aging/Healthy aging ในภาพรวมของทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องระดับกระทรวงสาธารณสุขในลักษณะ House Model 3.2 มีวิธีการขับเคลื่อนและ กำหนดมาตรการในการ 	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. มีแผนการขับเคลื่อนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย (0.2) 2. มีการขับเคลื่อนด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย เป็นไปตามแผน (0.3)

	<p>ขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ตามแผนงานใน House Model</p> <p>3.3 มีวิธีการขับเคลื่อนประเด็นความรู้</p> <p>มีแผนงานการขับเคลื่อนการดำเนินงานตามแผนงานโครงการฯ ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ของหน่วยงานระดับหน่วยงาน เขตสุขภาพ / กรม / กระทรวง</p>		<p>3. มีรายงานการติดตามการดำเนินงานตัวชี้วัดตามคำรับรองฯ ทุกเดือน และนำขึ้นเว็บไซต์ของหน่วยงาน ภายในวันที่ 10 ของเดือนถัดไป (0.5)</p>																
ระดับ	เกณฑ์การให้คะแนน	คะแนน	แนวทางการประเมิน/ หลักฐาน																
4	<p>Output ผลผลิตกระบวนการตาม</p> <p>4.1 นโยบาย (0.25)</p> <p>4.1.1 เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการประเมินคัดกรองพฤติกรรมสุขภาพด้านกิจกรรมทางกายและเข้าถึงระบบบริการสุขภาพอย่างทั่วถึงและเท่าเทียม</p> <p>4.2 มาตรการ (0.25)</p> <p>4.2.1 พัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวเชิงป้องกัน (Preventive Long - Term Care)</p> <p>4.2.2 เพื่อส่งเสริม สนับสนุนการขับเคลื่อนงานด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย ในผู้สูงอายุไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับศักยภาพของผู้สูงอายุและบริบทเชิงพื้นที่</p> <p>4.2.3 เพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากร ภาศึเครือข่าย ในการส่งเสริมสุขภาพดูแลผู้สูงอายุด้วยกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย</p> <p>4.3 ความรู้ (0.5)</p> <p>4.3.1 เพื่อส่งเสริม สนับสนุนให้มินิวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกาย โดยครอบครัว ชุมชน</p> <p>4.3.2 เพื่อส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) ด้านกิจกรรมทางกาย</p>	1	<p>1. มีผลผลิตครบตามเป้าหมายผลลัพธ์ที่กำหนดไว้ตามแผนงาน/กิจกรรม/โครงการตามนโยบาย (0.25)</p> <p>2. มีผลผลิตครบตามมาตรการที่กำหนดในแผนการขับเคลื่อน (0.5)</p> <p>3. มีผลผลิตครบตามประเด็นความรู้ที่กำหนดในแผนการขับเคลื่อน และเป็นไปมาตรฐานHouse Model (0.25)</p>																
5	<p>Outcome ผลลัพธ์ของตัวชี้วัด</p> <p>-ร้อยละของผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์</p> <p>5 เดือนแรก ร้อยละ 40</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>ผลงานร้อยละ</td> <td>25</td> <td>30</td> <td>40</td> </tr> <tr> <td>คะแนนที่ได้</td> <td>0.5</td> <td>0.75</td> <td>1.0</td> </tr> </table> <p>5 เดือนหลัง ร้อยละ 60</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>ผลงานร้อยละ</td> <td>40</td> <td>50</td> <td>60</td> </tr> <tr> <td>คะแนนที่ได้</td> <td>0.5</td> <td>0.75</td> <td>1.0</td> </tr> </table>	ผลงานร้อยละ	25	30	40	คะแนนที่ได้	0.5	0.75	1.0	ผลงานร้อยละ	40	50	60	คะแนนที่ได้	0.5	0.75	1.0	1	<p>มีผลลัพธ์ตรงเป้าหมายเป็นสัดส่วนตามระยะเวลา</p> <p>ผลการดำเนินงาน 5 เดือนแรก ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ 40</p> <p>ผลการดำเนินงาน 5 เดือนหลัง ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ร้อยละ 60</p>
ผลงานร้อยละ	25	30	40																
คะแนนที่ได้	0.5	0.75	1.0																
ผลงานร้อยละ	40	50	60																
คะแนนที่ได้	0.5	0.75	1.0																
คะแนนรวม		5																	

เงื่อนไข : (ถ้ามี)

หมายเหตุ *ระดับบทบาทใหม่ในการปฏิรูป มีดังนี้

หมวด 1 = Policy advisor/ Policy maker

หมวด 2 = Researcher/ Innovator/ Facilitator

หมวด 3 = Complete V-shape producer/ Near complete V-shape producer/ Message messenger				
เอกสารสนับสนุน :		ตัวอย่างเช่น คู่มือ, งานวิจัย, เอกสารทางวิชาการ เป็นต้น 1. สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย 2. คู่มือแนวทางการดำเนินงานอำเภอสุขภาพดี 80 ปี ยิ่งแจ้ว 3. คู่มือแนวทางการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาว		
รายละเอียดข้อมูลพื้นฐาน				
Baseline data	หน่วยวัด	ผลการดำเนินงานที่ผ่านมา (ปีงบประมาณ พ.ศ.)		
		2560	2561	2562
ร้อยละของผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์	ร้อยละ	NA (ดูเล่มช่องปากเพิ่มเติม)	54.4 (จากการสำรวจของกรมอนามัย)	52.4 (จากการสำรวจของกรมอนามัย)
ผู้ให้ข้อมูลทางวิชาการ/ ผู้ประสานงานตัวชี้วัด		1. นางสาวอำนวยการ ภูภัทรพงศ์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย โทรศัพท์ 0 2590 4589 E-mail : amphoo@gmail.com 2. นายชัยรัตน์ จันทร์ตรี กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย โทรศัพท์ 0 2590 4589 E-mail : chaiarch.23@gmail.com		
ผู้รายงานตัวชี้วัด		1. นางสาวอำนวยการ ภูภัทรพงศ์ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย โทรศัพท์ 0 2590 4589 E-mail : amphoo@gmail.com 2. นายชัยรัตน์ จันทร์ตรี กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ กรมอนามัย โทรศัพท์ 0 2590 4589 E-mail : chaiarch.23@gmail.com		