



รองปลัด/ปลัด อบจ. น้อยฮ่องสอน
เลขที่รับ 73A 7 17 ต.ค. 2562 เวลา 14.00 น.
เลขรับ.....

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม องค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน โทร ๐ ๕๓๖๑ ๓๖๘๒

ที่ มส ๕๑๐๐๖ / -

วันที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๖๒

เรื่อง โครงการมหกรรม เดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ

เรียน นายองค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน

นาย กอบจ.
เลขที่รับ 9274
วันที่ 17 ต.ค. 2562 เวลา 14.30 น.

ตามข้อบัญญัติองค์การบริหารส่วนจังหวัด งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓ หน้า ๑๔๗ แผนงานการศาสนาวัฒนธรรมและนันทนาการ งานกีฬาและนันทนาการ งบดำเนินการ ๑. หมวดค่าใช้สอย ๑.๑ รายจ่ายเกี่ยวกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่น ๑.๑.๗ โครงการมหกรรม เดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ ตั้งไว้ ๒๘๐,๐๐๐.-บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมโครงการ มหกรรม เดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ ตามรายละเอียดโครงการที่กำหนดตามแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๖๕) หน้า ๑๕๑ (๑) กองการศึกษา ตั้งแต่ต้นปียังไม่ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการเบิกจ่าย คงเหลือ ๒๘๐,๐๐๐.-บาท

กองการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม จึงขออนุมัติและดำเนินการตามโครงการ มหกรรม เดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ งบประมาณจำนวน ๒๘๐,๐๐๐.-บาท

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดลงนามโครงการที่เสนอมาร่วมนี้

(นายสุทธิศักดิ์ સાໂທ)
ผู้ช่วยนักสันทนการ

(นางอุษนิพร สุมาจรรย์)
หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

(นายโยธิน เพียรสุขุม)
ผู้อำนวยการกองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม

(นางเรณู นนักรัตน์)
รองปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด รักษาการแทน
ปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน

17 ต.ค. 2562
อนุมัติ

(นายโชคชัย เวชกิจ)
องนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัด รักษาการแทน
นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน
17 ต.ค. 2562

โครงการ มหกรรม เดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ

* * * * *

แผนงาน การศาสนาวัฒนธรรมและนันทนาการ
งาน กีฬาและนันทนาการ

๑. หลักการและเหตุผล

จากรายงานการคัดกรองประชาชนกลุ่มอายุ ๔๐ ปี ขึ้น ในปี ๒๕๖๑ จำนวน ๒๐.๗ ล้านคน พบว่า มีความดันโลหิตผิดปกติ ๒.๔ ล้านคน (๑๑%) ซึ่งมีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจร้อยละ ๒๔ โรคหลอดเลือดสมองตีบและแตก ร้อยละ ๔๐ ส่วนสถานการณ์ของโรคเบาหวาน ในปี ๒๕๖๑ มีผู้ป่วยเบาหวานรายใหม่ในภาพรวมของประเทศ จำนวน ๓๓๘,๕๕๑ ราย เสียชีวิต ๗,๗๒๕ ราย คาดว่าทั่วประเทศจะมีคนป่วยด้วยโรคเบาหวานประมาณ ๓ ล้านคน และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง

จากสรุปผลการดำเนินงาน โรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานในอำเภอปาย ปี ๒๕๕๖-๒๕๖๑ พบว่า ประชาชนอายุ ๑๕ ปีขึ้นไปในอำเภอปาย มีรอบเอวเกินมาตรฐานร้อยละ ๒๒.๒, ๒๑.๓๔, ๒๗.๗๐, ๒๗.๒๕, ๒๗.๓๒ และ ๒๑.๙๗ ตามลำดับในขณะที่เดียวกันก็พบว่าจำนวนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ในรอบ ๖ ปี มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น กล่าวคือจำนวนผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ปี ๒๕๕๖ - ๒๕๖๑ เท่ากับ ๑,๒๗๕, ๑,๔๘๒, ๑,๕๔๕, ๑,๙๐๒, ๑,๙๗๑ และ ๑,๘๐๒ ราย ตามลำดับส่วนจำนวนผู้ป่วยเบาหวาน ปี ๒๕๕๖-๒๕๖๑ เท่ากับ ๓๓๔, ๔๓๙, ๔๘๑, ๕๖๑, ๖๙๗ และ ๖๓๔ ราย ตามลำดับ ซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นในปี ๒๕๕๘-๒๕๖๐ และเริ่มลดลงในปี ๒๕๖๑ ซึ่งเป็นผลจากการให้ความสำคัญต่อการรณรงค์ควบคุม ป้องกันโรคอย่างต่อเนื่องของหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่ และองค์กรภาคีเครือข่าย

จังหวัดแม่ฮ่องสอน กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านส่งเสริมคุณภาพชีวิต มุ่งพัฒนาคนและสังคมที่มีคุณภาพ การส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค การกีฬาและนันทนาการ และการบริหารเชิงบูรณาการที่มีประสิทธิภาพบนพื้นฐานของหลักธรรมาภิบาล ประกอบกับยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านการส่งเสริมคุณภาพชีวิต การพัฒนาสังคมและสังคมที่มีคุณภาพ ด้านสุขภาพและด้านการกีฬาและนันทนาการขององค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน แนวทางการพัฒนาเพื่อให้บรรลุตามยุทธศาสตร์ดังกล่าว จำเป็นต้องอาศัยการดำเนินงานแบบผสมผสาน บูรณาการ และมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่อง กิจกรรมสำคัญของโครงการ คือ การมุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพประชากรทุกกลุ่มอายุ ตามวัย รวมทั้งปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มเสี่ยง กลุ่มป่วยโรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง โรคอ้วน ตามหลัก ๓ อ. ๒ ส. โดยมีเป้าหมายสุดท้ายคือ ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

องค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย และชมรมเดิน - วิ่ง เพื่อสุขภาพอำเภอปาย ได้จัดทำโครงการมหกรรม เดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ สอดคล้องกับโครงการสนองน้ำพระราชหฤทัยในหลวง ทรงห่วงใยสุขภาพประชาชน โดยได้หยิบยกปัญหาโรค ไม่ติดต่อดีร้ายที่สำคัญ ได้แก่ โรคเบาหวาน และความดันโลหิตสูง ซึ่งเป็นปัญหาด้านสุขภาพ ของประชาชน ประเทศไทยมีความเสี่ยงต่อการเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม เช่น การบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ ขาดการออกกำลังกาย โดยที่ประชาชนจำนวนมากไม่รู้ตัวเองว่ามีความผิดปกติหรือเป็นโรคแล้ว หากไม่ได้รับการวินิจฉัยและรักษาที่เหมาะสม จะทราบก็ต่อเมื่อเกิดภาวะแทรกซ้อนขึ้นแล้วซึ่งอาจเกิดเสียชีวิตฉับพลัน

การจัดกิจกรรมดังกล่าวในช่วงเทศกาลท่องเที่ยวเมืองปาย มีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทย และชาวต่างชาติที่เดินทางมาท่องเที่ยวเป็นครอบครัว และเข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนมาก ส่วนใหญ่จะวางแผนการเดินทางไปเที่ยวต่อในพื้นที่อำเภอต่างๆ ของจังหวัดแม่ฮ่องสอน ช่วยส่งเสริมแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เป็นการกระตุ้นเศรษฐกิจและนำรายได้เข้าจังหวัดแม่ฮ่องสอนได้อีกทางหนึ่ง

-/ด้วยเหตุผล.....

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น องค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน จึงได้ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย ชมรมเดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพอำเภอปาย จัดทำโครงการมหกรรม เดิน-วิ่ง-ปั่น-แอโรบิก เพื่อสุขภาพ ขึ้น

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อรณรงค์ให้ประชาชนทุกกลุ่มอายุออกกำลังกายเพื่อสุขภาพตามวัยอันควรอย่างต่อเนื่อง
๒. เพื่อจัดกิจกรรมรณรงค์“สร้างสุขภาพ” ตามหลัก ๓ อ. ๒ ส. ลดหวาน มัน เค็ม ลดพุง ลดโรค
๓. เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสุขภาพ

๓. กลุ่มเป้าหมาย

เชิงปริมาณ

ประชาชนทุกกลุ่มอายุ เยาวชน นักเรียน ผู้สูงอายุ ประชาชนทั่วไป ทั้งในพื้นที่อำเภอปาย และทุกอำเภอในจังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดใกล้เคียง และนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ ร่วมกิจกรรม มหกรรม เดิน-วิ่ง-ปั่น-แอโรบิก เพื่อสุขภาพ จำนวน ๒,๐๐๐ คน

เชิง คุณภาพ

ประชาชนทุกกลุ่มอายุ เยาวชน นักเรียน ผู้สูงอายุ ประชาชน ร่วมกิจกรรมรณรงค์สร้างสุขภาพ มหกรรม เดิน-วิ่ง-ปั่น-แอโรบิก เพื่อสุขภาพ รณรงค์“สร้างสุขภาพ” ตามหลัก ๓ อ. ๒ ส. ลดหวาน มัน เค็ม ลดพุง ลดโรค และเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสุขภาพ

๔. ระยะเวลาดำเนินการ

- | | |
|------------------|---|
| ๑. ขึ้นเตรียมการ | ระหว่างวันที่ ๑๗ ตุลาคม - ๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๒ |
| ๒. ขึ้นดำเนินการ | ระหว่างวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน - ๑ ธันวาคม ๒๕๖๒ |
| ๓. ขึ้นประเมินผล | ระหว่างวันที่ ๓ - ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๒ |

๕. งบประมาณ

๑. องค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน สนับสนุนงบประมาณจัดกิจกรรม วงเงิน ๒๘๐,๐๐๐.-บาท ตามประมาณการค่าใช้จ่ายแนบท้ายโครงการ

๒. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย และชมรมเดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพอำเภอปาย สนับสนุนงบประมาณจัดกิจกรรม วงเงิน ๑๐๐,๐๐๐.- บาท ตามประมาณการค่าใช้จ่ายแนบท้ายโครงการ

๖. สถานที่ดำเนินงาน

ณ สนามหน้าที่ว่าการอำเภอปาย ตำบลเวียงใต้ อำเภอปาย จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๗. วิธีดำเนินงาน

๑. จัดทำโครงการ
๒. ส่ง/เสนอโครงการ เพื่อขอรับความเห็นชอบและขออนุมัติโครงการฯ
๓. สำรองและจัดสถานที่จัดการแข่งขัน
๔. จัดหาถ้วยรางวัล ของรางวัล และเงินรางวัล รวมทั้งค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ที่ใช้ในการแข่งขัน
๕. ประชาสัมพันธ์ โครงการฯ ทางอินเทอร์เน็ต เอกสารแผ่นพับ ป้ายประชาสัมพันธ์
๖. จัดเตรียมสถานที่จัดงาน และจัดการแข่งขัน

๒.๒ ประเภท (OPEN) แยกกลุ่มหญิง เป็น ๗ รุ่น ดังนี้

- | | |
|-----------------------------|---------------------------|
| ๒.๒.๑ รุ่นอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี | ๒.๒.๒ รุ่นอายุ ๑๕ - ๑๙ ปี |
| ๒.๒.๓ รุ่นอายุ ๒๐ - ๒๙ ปี | ๒.๒.๔ รุ่นอายุ ๓๐ - ๓๙ ปี |
| ๒.๒.๕ รุ่นอายุ ๔๐ - ๔๙ ปี | ๒.๒.๖ รุ่นอายุ ๕๐ - ๕๙ ปี |
| ๒.๒.๗ รุ่นอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป | |

รางวัล - ถ้วยรางวัลเกียรติยศ Over all ประเภท ชาย/หญิง

- ถ้วยรางวัล ชาย อันดับ ๑ - ๕ ทุกรุ่นอายุ และหญิง อันดับ ๑ - ๕ ทุกรุ่นอายุ
- เหรียญรางวัล (ทุกคน)
- เกียรติบัตรแก่ผู้เข้าเส้นชัยทุกคน

๓. ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ระยะทาง ๒๓ กิโลเมตร

๓.๑ ประเภทการแข่งขัน (OPEN) แยกกลุ่ม ชาย เป็น ๑๐ รุ่น ดังนี้

- | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|
| ๓.๑.๑ รุ่นอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี | ๓.๑.๒ รุ่นอายุ ๑๕ - ๑๙ ปี |
| ๓.๑.๓ รุ่นอายุ ๒๐ - ๒๙ ปี | ๓.๑.๔ รุ่นอายุ ๓๐ - ๓๙ ปี |
| ๓.๑.๕ รุ่นอายุ ๔๐ - ๔๙ ปี | ๓.๑.๖ รุ่นอายุ ๕๐ - ๕๙ ปี |
| ๓.๑.๗ รุ่นอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป | ๓.๑.๘ รุ่นน้ำหนักเกิน ๘๕ ก.ก.ขึ้นไป |

๓.๒. ประเภทการแข่งขัน (OPEN) แยกกลุ่ม หญิง เป็น ๖ รุ่น ดังนี้

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| ๓.๒.๑ รุ่นอายุต่ำกว่า ๒๐ ปี | ๓.๒.๒ รุ่นอายุ ๒๐ - ๒๙ ปี |
| ๓.๒.๓ รุ่นอายุ ๓๐ - ๓๙ ปี | ๓.๒.๔ รุ่นอายุ ๔๐ - ๔๙ ปี |
| ๓.๒.๕ รุ่นอายุ ๕๐ - ๕๙ ปี | ๓.๒.๖ รุ่นอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป |

รางวัล - ถ้วยรางวัล ชาย อันดับ ๑ - ๕ ทุกรุ่นอายุ และหญิง อันดับ ๑ - ๕ ทุกรุ่นอายุ

- เหรียญรางวัล (ทุกคน)
- เกียรติบัตรแก่ผู้เข้าเส้นชัยทุกคน

๔. เต็นแอโรบิก

แบ่งเป็น ๒ ประเภท ได้แก่

- ๔.๑ ประเภทนักเรียน : ลีลาศ/ร่าวงมาตรฐาน
- ๔.๒ ประเภทประชาชนทั่วไป : ร่าวงย้อนยุค

หมายเหตุ

- จำนวนผู้เข้าร่วมแข่งขันทีมละ ๘-๑๐-๑๒-๑๔-๑๖ คน ขึ้นไป(มีผลต่อการให้คะแนน)
- ระยะเวลาการแข่งขันทีมละไม่เกิน ๑๐ นาที
- รับสมัครเพียงประเภทละไม่เกิน ๖ ทีม

รางวัล - ถ้วยรางวัลชนะเลิศ ประเภทละ ๑ รางวัล พร้อมเงินรางวัลประเภทละ ๑๐,๐๐๐.-บาท

- รางวัลขวัญใจมหาชน ประเภทละ ๑ รางวัล พร้อมเงินรางวัลประเภทละ ๒,๐๐๐.-บาท (นับคะแนนจากการจำหน่ายพวงมาลัย)
- เงินรางวัล สำหรับทีม รองชนะเลิศทุกทีมที่เข้าร่วมการแข่งขัน ทีมละ ๓,๐๐๐.-บาท

๕. กิจกรรมรณรงค์ตรวจสุขภาพและนิทรรศการสร้างองค์ความรู้

- ๕.๑ บริการตรวจสุขภาพ วัดความดันโลหิต เจาะโลหิตหาค่าน้ำตาล ชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูง วัดรอบเอว หาค่าดัชนีมวลกาย โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม)
- ๕.๒ สาธิตเมนูสุขภาพ นิทรรศการให้ความรู้ ตามแนวทาง ๓ อ. ๒ ส
- ๕.๓ กิจกรรมสาธิตการออกกำลังกายตามวิถีชีวิตชุมชน
- รำวงย้อนยุค

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ประชาชน เยาวชน ทุกกลุ่มอายุ ได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ตามวัยตามวัยอย่างต่อเนื่องเพิ่มมากขึ้น
๒. ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำหลัก ๓ อ. ๒ ส. ไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้
๓. ส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของอำเภอปาย และจังหวัดแม่ฮ่องสอน

๑๐. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

๑. องค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน
๒. สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย
๓. ชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพอำเภอปาย
๔. เครือข่ายบริการสุขภาพอำเภอปาย

๑๑. การประเมินผล

๑. วัดจากจำนวนผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรมในการเดิน วิ่ง ปั่น แอโรบิก เพื่อสุขภาพ เปรียบเทียบกับกลุ่มเป้าหมาย
๒. สำนวความพึงพอใจจากแบบสอบถาม และการสังเกต
๓. เปรียบเทียบจากจำนวนผู้ป่วยใหม่ด้วยโรคความดันโลหิตและเบาหวาน ลดลงเมื่อเปรียบเทียบกับข้อมูลผู้ป่วยย้อนหลัง ๓ ปี

๑๒. การติดตามประเมินผลการดำเนินงาน

ลำดับ	ผลผลิต	ตัวชี้วัด	น้ำหนัก (๑๐๐)	เป้าหมาย ปี ๒๕๖๓	ผลการดำเนินงาน		เกณฑ์การให้คะแนน					ช่วงปรับเกณฑ์	ผลการดำเนินงาน ปี ๖๓	คะแนนที่ได้	คะแนนถ่วงน้ำหนัก	ผู้กำกับตัวชี้วัด	
					ปี ๖๑	ปี ๖๒	๑	๒	๓	๔	๕						
๑.	ประชาชนทุกกลุ่มอายุ ได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพตามวัยอันควรอย่างต่อเนื่อง	๑. จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรมรวมพลังสร้างสุขภาพ	๘๐	๒,๐๐๐ คน			๑๒๐๐	๑๔๐๐	๑๖๐๐	๑๘๐๐	๒,๐๐๐	๒๐๐					
๒.	สรุปประเมินผลโครงการ	๑. ระดับความพึงพอใจ เหนืออยู่ในระดับมาก ๒. ขั้นตอนการดำเนินงาน	๑๐	ร้อยละ ๘๐			๔๐	๕๐	๖๐	๗๐	๘๐	๑๐					
			๑๐	สำเร็จทั้ง ๕ ขั้นตอน			๖	๗	๘	๙	๑๐	๑					

๑๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ


(นายสุθειศักดิ์ สำโท)
ผู้ช่วยนักสันทนการ

๑๓. ผู้เสนอโครงการ


(นายโยธิน เพียรสุขุม)
ผู้อำนวยการกองการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

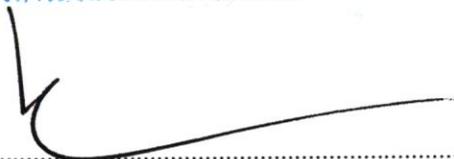
๑๔. ผู้เห็นชอบโครงการ

.....
.....

๑๕. ผู้เห็นชอบโครงการ


.....
.....
(นางเรณู นະนักรัณณ)
รองปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด รักษาราชการแทน
ปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน

๑๖. ผู้อนุมัติโครงการ


.....
.....
(นายไชยชัย เวชกิจ)
รองนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัด รักษาราชการแทน
นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดแม่ฮ่องสอน

ประมาณการค่าใช้จ่ายโครงการ

โครงการมหกรรม เดิน-วิ่ง-ปั่น-แอโรบิก เพื่อสุขภาพ
ระหว่างวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน - ๑ ธันวาคม ๒๕๖๒
ณ หน้าที่ว่าการอำเภอปาย ตำบลเวียงใต้ อำเภอปาย จังหวัดแม่ฮ่องสอน

ลำดับ	รายการ	วงเงิน	หมายเหตุ
๑	ค่าถ้วยรางวัล (วิ่งมินิมารารอน ระยะทาง ๑๐.๕ กิโลเมตร (ชาย/หญิง) จำนวน ๑๕ ชุด ๆ ละ ๓,๓๐๐ บาท	๔๙,๕๐๐.-	
๒	ค่าเหรียญรางวัล ๑,๐๐๐ เหรียญ ๆ ละ ๕๐ บาท	๕๐,๐๐๐.-	
๓	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มนักกีฬา จำนวน ๑,๕๐๐ ชุด ๆ ละ ๒๕ บาท	๓๗,๕๐๐.-	
๔	ค่าจ้างจัดหาจัดเตรียมสถานที่ตลอดการแข่งขัน พิธีเปิด - เครื่องเสียง - เวที ฉากหลัง พร้อมตกแต่งไม้ดอกไม้ประดับ - จุด Start - Finis - เต็นท์รายงานตัว, เต็นท์อำนวยความสะดวก, เต็นท์นิทรรศการ - โต๊ะชุดรับแขก - โต๊ะพยาบาลตรวจสุขภาพ - โต๊ะ และเก้าอี้	๒๓,๐๐๐.-	
๕	ค่าตอบแทนกรรมการตัดสิน ๘๐ คน ๆ ละ ๔๐๐.-บาท รวม ๒ วัน	๖๔,๐๐๐.-	
๖	เงินรางวัล - เงินรางวัล Over All ชาย จำนวน ๓,๐๐๐ บาท - เงินรางวัล Over All หญิง จำนวน ๓,๐๐๐ บาท - เงินรางวัล แอโรบิก ประกอบด้วย ๑. รางวัลรองชนะเลิศ ประเภทนักเรียน จำนวน ๓,๐๐๐ บาท ๒. รางวัลรองชนะเลิศ ประเภทประชาชนทั่วไป จำนวน ๓,๐๐๐ บาท	๑๒,๐๐๐.-	
๗	ค่าน้ำดื่ม น้ำแข็ง แก้วพลาสติก	๑๔,๐๐๐.-	
๘	ค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการ - ค่าเบี้ยเลี้ยงเจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการ - ค่าที่พักเจ้าหน้าที่ประสานงานโครงการ - ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง	๓๐,๐๐๐.-	
	รวมเป็นเงิน - สองแสนแปดหมื่นบาทถ้วน -	๒๘๐,๐๐๐.-	

หมายเหตุ : - สามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ทุกรายการตามความเหมาะสม

ประมาณการค่าใช้จ่ายโครงการ

โครงการมทกรรม เดิน-วิ่ง-ปั่น-แอโรบิก เพื่อสุขภาพ
ระหว่างวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน - ๑ ธันวาคม ๒๕๖๒
ณ หน้าที่ว่าการอำเภอปาย ตำบลเวียงใต้ อำเภอปาย จังหวัดแม่ฮ่องสอน

งบประมาณ ๑๐๐,๐๐๐.-บาท (สำนักงานสาธารณสุขอำเภอปาย และชมรมเดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพอำเภอปาย)

ลำดับ	รายการ	วงเงิน	หมายเหตุ
๑	ค่าถ้วยรางวัล	๗๖,๐๐๐.-	
	- ปั่นจักรยานเพื่อสุขภาพ ๒๓ กิโลเมตร จำนวน ๑๔ ชุดๆ ละ ๓,๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๔๖,๒๐๐ บาท		
	- เดิน วิ่ง เพื่อสุขภาพ ระยะทาง ๔ กิโลเมตร จำนวน ๘ ชุดๆ ละ ๓,๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๒๖,๔๐๐ บาท		
	- เต็นแอโรบิก (รางวัลชนะเลิศ ๒ ประเภท) จำนวน ๒ ใบๆ ละ ๑,๗๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๔๐๐ บาท		
๒	เงินรางวัล ประเภท แอโรบิก	๒๔,๐๐๐.-	
	๒.๑ รางวัลชนะเลิศ - ประเภทนักเรียน จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท - ประเภทประชาชนทั่วไป จำนวน ๑๐,๐๐๐ บาท		
	๒.๒ รางวัลรองชนะเลิศ - ประเภทนักเรียน จำนวน ๒,๐๐๐ บาท - ประเภทประชาชนทั่วไป จำนวน ๒,๐๐๐ บาท		
	รวมเป็นเงิน - หนึ่งแสนบาทถ้วน -	๑๐๐,๐๐๐.-	

หมายเหตุ : - สามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ทุกรายการตามความเหมาะสม