



รายงานผลการดำเนินงาน โครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลบ้านดู่

กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่

ปีการศึกษา

2566



โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 1

☐ สำนักปลัด	
☐ กองคลัง	
☐ กองช่าง	
☐ กองการศึกษา	
☒ กองสาธารณสุข	
☐ ตราครุฑ	

ที่ 1100-0000-0000/2566



เทศบาลตำบลบ้านดู่	
เลขที่	8182
วันที่	31-10-2566
เวลา	15.37 น.

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ สพ.ช.ร.๑
๔๔ หมู่ ๑๒ ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย
๕๗๑๐๐

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม	
เลขที่	0145
วันที่	31 ต.ค. 2566
เวลา	16.02 น.

๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงาน

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

อ้างถึง หนังสือ ที่ ชร ๕๔๕๐๔/๒๗๑๐ ลงวันที่ ๒ กันยายน ๒๕๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายงานผลการดำเนินงานโครงการกิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค จำนวน ๑ เล่ม

ตามหนังสือที่อ้างถึง กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ ได้จัดสรรงบประมาณประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ โครงการกิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ให้โรงเรียนจำนวน ๑๔,๕๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน) และได้ดำเนินงานตามโครงการฯ ในวันที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖ บัดนี้การดำเนินงานตามโครงการฯ ได้เสร็จสิ้นสมบูรณ์แล้ว

ทางโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ขอส่งรายงานผลการดำเนินงานโครงการฯ ดังกล่าว จำนวน ๑ เล่ม เพื่อส่งให้ กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่เก็บไว้เป็นหลักฐาน รายละเอียดดังเอกสารสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ
ระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ เทศบาลตำบลบ้านดู่
ร.ร. บ้านป่าสักไก่อ ส่งรายงานผลการดำเนินงาน
โครงการกิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค
ประจำปี ๒๕๖๖ รายละเอียดดังเอกสารสิ่งที่ส่งมาด้วย
เพื่อโปรดพิจารณา
วันที่ 31/10/66

ขอแสดงความนับถือ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่
- เพื่อโปรดทราบ
- ควรดำเนินการตามเสนอ

(นายสุกิจ พินิจ)
ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ว่าที่ร้อยตรี (จำรอง อ่อนพุทธา)
ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่
- 1 พ.ย. 2566

เรียน ปลัดเทศบาล
- เพื่อโปรดทราบ
- เห็นควรดำเนินการตามเสนอ

ทราบ/ดำเนินการตามเสนอ

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ
ครูเทียมจิตต์ ๐๘๖-๑๘๓๓๘๐๙

(นางสาวสิริมาตยา วงศ์वाल)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
- 1 พ.ย. 2566

(นางพิระพรรณ ศิริกุล)
รองนายกเทศมนตรี รักษาการแทน
นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

คำนำ

รายงานผลการดำเนินงานโครงการฉบับนี้ เป็นรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการที่ได้รับเงินอุดหนุนจากกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่ ประจำปีงบประมาณ 2566 ของโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ ซึ่งจัดขึ้นระหว่าง วันที่ 9 มิถุนายน 2566 ถึงวันที่ 30 กันยายน 2566 ณ อาคารการทำเรือแห่งประเทศไทย สนามโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ และที่บ้านของนักเรียน โดยจัดกิจกรรมเป็น 2 ช่วง คือ กิจกรรมอบรมนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วน จำนวน 30 คน และกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยการกระโดดเชือก ทุกวัน วันละ 30 นาที

คณะกรรมการฝ่ายประเมินได้รับมอบหมายให้รวบรวมข้อมูล การประเมินความพึงพอใจและความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมอบรม และผู้เข้าร่วมกิจกรรม และสรุปผลการประเมิน ทั้งนี้เพื่อเป็นข้อมูลในการวางแผนและพัฒนาการดำเนินงานต่อไป ในโอกาสนี้ทางโรงเรียน ขอขอบพระคุณ คุณพัฒน์พงษ์ โพธิ์เกตุ นายกเทศมนตรี เทศบาลตำบลบ้านดู่ ขอขอบพระคุณคุณพิทยุตม์ แก้วประภา เลขานุการนายกเทศมนตรี เทศบาลตำบลบ้านดู่ ที่ได้ให้เกียรติมาเป็นประธานในพิธีเปิดการอบรม ขอขอบพระคุณคุณอรรณ จันเลน และคุณนัธยภรณ์ เจียงเพชร ที่ให้เกียรติในการมาเป็นวิทยากรให้ความรู้แก่ผู้เข้าร่วมการอบรม และขอขอบคุณกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่ ที่สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงานโครงการในครั้งนี้ ทำให้การอบรม โครงการ กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ของนักเรียนที่มีภาวะอ้วน และเริ่มอ้วน ของโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ทุกประการ

(นางเทียมจิตต์ วิชาคำ)

ครู โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่

ผู้รายงาน





แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านตู่ รหัส กบพ. L6870
อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

1. ชื่อ ☐ แผนงาน ☐ โครงการ ☐ กิจกรรม

กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

2. ผลการดำเนินงาน

2.1 โรงเรียนบ้านป่าสักโก๋ ขอรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ ตามบันทึกข้อตกลงการรับเงินอุดหนุน เลขที่ 10/2566 วันที่ 26 เดือนพฤษภาคม พ.ศ.2566 ได้รับดำเนินการตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เมื่อวันที่ 9 เดือนมิถุนายน พ.ศ.2566 และเสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 30 เดือนกันยายน พ.ศ.2566

2.2 โรงเรียนบ้านป่าสักโก๋ ขอส่งสำเนาเอกสารใบเสร็จรับเงินหรือเอกสารหลักฐานอื่น จำนวน 4 ฉบับ จำนวนเงิน 14,500 บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน) ของการดำเนินการตามโครงการที่ได้รับเงินอุดหนุน

2.3 ผลการดำเนินการตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

2.3.1 วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายโดยการกระโดดเชือก เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ นักเรียนมีกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยการกระโดดเชือกอย่างต่อเนื่อง โดยนอกจากจะทำกิจกรรมที่โรงเรียนแล้ว นักเรียนยังนำเชือกกระโดดไปกระโดดที่บ้านด้วย

2.3.2 วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อลดน้ำหนักในเด็กนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วน จำนวน 30 คน จากการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ทาค่าดัชนีมวลกาย และวัดรอบเอว เปรียบเทียบ ระหว่างก่อนเริ่มโครงการการกระโดดเชือก และหลังจากเสร็จสิ้นโครงการการกระโดดเชือก ปรากฏผล ดังนี้

ด้านน้ำหนัก

ที่	ชื่อ - สกุล	น้ำหนัก (กิโลกรัม)		ความต่าง
		ก่อน	หลัง	
1	เด็กหญิงกมลพรรณ คำชุม	36.7	35.3	-1.4
2	เด็กหญิงวรรณลดา สังข์ทอง	73.9	74.7	+0.8
3	เด็กหญิงศศิพันธ์ แก้วมณี	35.2	34.9	- 0.3
4	เด็กชายตริยรัตน์ ผิวขำ	36	35.2	- 8
5	เด็กชายปภาวิชญ์ ขาวลิ้นแสน	41.3	40.9	- 4
6	เด็กชายพงษ์เจริญ หัตถผะสุ	51.3	50.9	- 4
7	เด็กชายอดิคุณ ศิริชัยสกุล	52.8	52.3	- 5



ที่	ชื่อ - สกุล	น้ำหนัก (กิโลกรัม)		ความต่าง
		ก่อน	หลัง	
				- 2.4
8	เด็กหญิงปนัดดา กอมมะณี	45	42.6	- 2.1
9	เด็กชายชนะชัย เจือฮวย	60.3	58.2	- 2
10	เด็กชายกฤษณะ นางแล	71.4	71.2	+ 2.2
11	เด็กชายจิรายุทธ เกตุนาค	96.9	99.1	+ 1.4
12	เด็กชายโชกุน โชเชกู	95.4	96.8	+ 6
13	เด็กชายณัฐพงศ์ เรือนคำ	92	92.6	+0.9
14	เด็กหญิงเพชรดารินทร์ จะหา	81.4	82.3	-1.5
15	เด็กชายกวินภพ โสภณชั้นสุวรรณ	34.3	32.8	- 3.3
16	เด็กหญิงคณิตา	35	31.7	- 7
17	เด็กหญิงทัศนีย์วรรณ กาเซอ	35	34.3	-1
18	เด็กหญิงพรวิพา คำคำ	39	40	- 4
19	เด็กหญิงเพชรน้ำหนึ่ง พูนสินภวัฒน์	38	37.6	- 5.6
20	เด็กชายณภสินธุ์ ปอยยา	35.5	29.9	-2.2
21	เด็กชายธีรพัฒน์ มาเยอะ	55.2	53	-3
22	เด็กชายสงกรานต์	48.3	48	-3.5
23	เด็กหญิงบุญจิรา หมือแล	43	39.5	-3.7
24	เด็กชายกฤษกร คงเรือง	45.8	42.1	-1.7
25	เด็กชายใจ อานีกู	53.8	52.1	-7
26	เด็กชายนุติรักษ์ ชัยวงศ์	65.9	65.2	-1
27	เด็กชายปกรณ์ สุรกิจพานิชย์	74.6	74.5	-1.1
28	เด็กชายรัชพงษ์ ดวงธรรม	88	86.9	-9
29	เด็กหญิงธัญญาพร มาเยอะ	59.2	58.3	-5.8
30	เด็กชายธนภัทร จิรวัดนภักดี	47	41.2	

จากตาราง ผลปรากฏว่า มีนักเรียนที่มีน้ำหนักลดลง จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 83.33 นักเรียนมีน้ำหนักเพิ่มขึ้น จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 16.67 ซึ่งนักเรียนที่มีน้ำหนักเพิ่มขึ้น เป็นนักเรียนที่มีน้ำหนักมาก ที่ไม่ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกิน และไม่มีวินัยในการออกกำลังกาย

น้ำหนักที่ลดลง จะสังเกตได้ว่า ลดลงยังไม่มาก เนื่องจากการลดน้ำหนักต้องใช้เวลา แต่มีแนวโน้มลดลง หากเด็กมีการออกกำลังกายเป็นประจำสม่ำเสมอ และควบคุมการรับประทานอาหารควบคู่กันไปด้วย



รอบเอว

ที่	ชื่อ - สกุล	รอบเอว (เซนติเมตร)		ความต่าง
		ก่อน	หลัง	
1	เด็กหญิงกมลพรรณ คำชุม	76	74	-2
2	เด็กหญิงวรรณลดา สังข์ทอง	100	97	-3
3	เด็กหญิงศศิพันธ์ แก้วมณี	82	77	-5
4	เด็กชายตริยรัตน์ ผิวขำ	80	78	-2
5	เด็กชายปภาวิชัย ขาวลิ้นแสน	78	74	-4
6	เด็กชายพงษ์เจริญ หัตถะสุ	98	93	-5
7	เด็กชายอดิคุณ ศิริชัยสกุล	85	84	-1
8	เด็กหญิงปนัดดา กอมมะณี	80	75	-5
9	เด็กชายชนะชัย เจือฮวย	92	89	-3
10	เด็กชายกฤษณะ นางแล	103	103	-
11	เด็กชายจิรายุทธ เกตุนาถ	120	119	-1
12	เด็กชายโชกุน โชเชกู	117	117	-
13	เด็กชายณัฐพงศ์ เรือนคำ	100	100	-
14	เด็กหญิงเพชรดารินทร์ จะหา	104	99	-5
15	เด็กชายกวินภพ โสภณชื่นสุวรรณ	75	70	-5
16	เด็กหญิงคณิดา	68	63	-5
17	เด็กหญิงทัศนีย์วรรณ กาเซอ	64	67	-3
18	เด็กหญิงพรวิภา ดุคำ	78	75	-3
19	เด็กหญิงเพชรน้ำหนึ่ง พูนสินภวัฒน์	75	70	-5
20	เด็กชายนกสินธุ์ ปอยา	65	63	-2
21	เด็กชายธีรพัฒน์ มาเยอะ	83	82	-1
22	เด็กชายสงกรานต์	85	82	-3
23	เด็กหญิงบุญจิรา หมือแล	78	76	-2
24	เด็กชายกฤษกร คงเรือง	80	76	-4
25	เด็กชายใจ อานีกู	79	71	-8
26	เด็กชายนุติรักษ์ ชัยวงศ์	94	92	-2
27	เด็กชายปกรณ สุรกิจพานิชย์	99	95	-4
28	เด็กชายรัชพงษ์ ดวงธรรม	100	96	-4
29	เด็กหญิงธัญญาพร มาเยอะ	84	75	-9
30	เด็กชายธนภัทร จิรวัดน์ภักดี	76	73	-3



จากตารางการวัดรอบเอว ปรากฏว่ามีนักเรียนที่มีรอบเอวลดลง จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 90.00
มีนักเรียนที่มีรอบเอวเท่าเดิม จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00

ค่าดัชนีมวลกาย

ที่	ชื่อ - สกุล	ดัชนีมวลกาย		ความต่าง
		ก่อน	หลัง	
1	เด็กหญิงกมลพรรณ คำชุม	23.48	22.73	-0.75
2	เด็กหญิงวรรณลดา สังข์ทอง	37.59	37.30	-0.29
3	เด็กหญิงศศิณันท์ แก้วมณี	23.28	22.87	-0.41
4	เด็กชายตรัยรัตน์ ผิวขำ	23.96	22.89	-1.07
5	เด็กชายปภาวิชญ์ ขวาลแสน	24.43	23.83	-0.6
6	เด็กชายพงษ์เจริญ หัตถะสุ	27.81	27.31	-0.5
7	เด็กชายอดิคุณ ศิริชัยสกุล	27.46	26.30	-1.16
8	เด็กหญิงปณิดา ก่อมะณี	26.22	24.08	-2.14
9	เด็กชายชนะชัย เจือฮวย	26.82	26.21	-0.61
10	เด็กชายกฤษณะ นางแล	30.77	30.41	-0.36
11	เด็กชายจิรายุทธ เกตุนาค	32.01	31.99	-0.02
12	เด็กชายโชกุน โชเชกู	38.37	38.28	-0.09
13	เด็กชายณัฐพงศ์ เรือนคำ	34.10	33.60	-0.5
14	เด็กหญิงเพชรดารินทร์ จะหา	34.26	34.25	-0.01
15	เด็กชายกวินภพ โสภณชั้นสุวรรณ	23.04	20.99	-2.05
16	เด็กหญิงคณิดา	23.13	20.61	-2.52
17	เด็กหญิงทัศนีย์วรรณ กาเชอ	23.13	20.93	-2.2
18	เด็กหญิงพรวิพา ดู่คำ	23.31	22.95	-0.36
19	เด็กหญิงเพชรน้ำหนึ่ง พูนสินวัฒน์	23.19	22.59	-0.6
20	เด็กชายนภสินธุ์ ปอยยา	23.09	18.83	-4.26
21	เด็กชายธีรพัฒน์ มาเยอะ	25.89	23.87	-2.02
22	เด็กชายสงกรานต์	23.13	22.82	-0.31
23	เด็กหญิงบุญจิรา หม้อแล	23.25	21.04	-2.21
24	เด็กชายกฤษกร คงเรือง	23.03	20.58	-2.45
25	เด็กชายใจ อานีกู	23.92	22.55	-1.37
26	เด็กชายนุติรักษ์ ชัยวงศ์	28.13	27.49	-0.64



27	เด็กชายปรกรณ์ สุรกิจพวนิชย์	28.20	27.69	-0.51
28	เด็กชายรัชพงษ์ ดวงธรรม	28.34	26.82	-1.52
29	เด็กหญิงธัญญาพร มาเยอะ	24.10	23.95	-0.15
30	เด็กชายธนภัทร จิรวัดน์ภักดี	23.31	20.14	-3.17-

จากตารางการหาค่าดัชนีมวลกาย นักเรียนทุกคนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีดัชนีมวลกายลดลง คิดเป็นร้อยละ

100

2.3.3 วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันโรคกลุ่มเสี่ยง โรคเรื้อรัง ในเด็กนักเรียน จำนวน 30 คน จากการที่นักเรียนได้เข้าร่วมการอบรมในหัวข้อ อันตรายของภาวะอ้วนในเด็ก และโรคที่อาจเกิดขึ้นจากการที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ วิธีการลดน้ำหนักโดยการควบคุมปริมาณอาหาร วิธีการออกกำลังกายที่ให้ผลดีต่อการลดน้ำหนัก จากวิทยากร นักเรียนทุกคนมีความตระหนักถึงอันตรายและโรคที่อาจเกิดขึ้นกับตนเอง มีความตั้งใจในการลดน้ำหนักและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภค ลดอาหาร ไม่กินน้ำอัดลม

3.ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

4.การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 14,500 บาท
 งบประมาณเบิกจ่ายจริง 14,500 บาท คิดเป็นร้อยละ100.....
 งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน บาท คิดเป็นร้อยละ

5.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

☐ ไม่มี

☒ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

- ไม่มีช่วงเวลาให้นักเรียนได้ทำกิจกรรม เนื่องจากในแต่ละวันมีตารางเรียนและกิจกรรมเต็มทุกวัน
- นักเรียนบางคนไม่มีวินัยในตนเอง ออกกำลังกายไม่สม่ำเสมอ

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

- ให้นักเรียนนำเชือกกระโดดกลับไปกระโดดที่บ้าน และบันทึกผลลงในสมุดบันทึก



6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม

- ☒ สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน (กรณีคณะกรรมการ กบพ.ต้องการทราบรายละเอียด)
- ☒ ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง
- ☐ อื่น ๆ

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

1. ชื่อ เด็กชายปกรณ์ สุรกิจพาณิชย์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
2. ชื่อ เด็กหญิงธัญญาพร มาเยอะ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3
3. ชื่อ เด็กหญิงศศินันท์ แก้วมณี นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2

ลงชื่อ  หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
(นายสุกิจ พินิจ)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 30 เดือนตุลาคม พ.ศ.2566



วิธีประเมินการอบรม

การประเมินโครงการ กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ของนักเรียนโรงเรียนบ้านป่าสักโก่ที่มีภาวะอ้วน และเริ่มอ้วน จำนวน 30 คน มีการประเมินผล โดยให้นักเรียนที่เข้าร่วมอบรม นักเรียนที่ออกกำลังกาย แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับ

การดำเนินงานอบรม ทั้ง 4 ด้าน ดังนี้

1. ด้านวิทยากร
2. ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / อาหารว่าง
3. ด้านความรู้ความเข้าใจ
4. ด้านการนำความรู้ไปใช้

จำนวนผู้เข้าร่วมการอบรม

ผู้เข้าร่วมอบรม จำนวน 30 คน

ผู้ตอบแบบสอบถาม 30 คน

คิดเป็นร้อยละของผู้แสดงความคิดเห็น ร้อยละ 100

ผลการประเมิน

- เพศของผู้เข้าร่วมการอบรม

ผู้เข้าร่วมการอบรมเป็นเพศชาย จำนวน 19 คน (คิดเป็นร้อยละ 63.33)

ผู้เข้ารับการอบรมเป็นเพศหญิง จำนวน 11 คน (คิดเป็นร้อยละ 36.67)

- ช่วงอายุของผู้เข้าร่วมการอบรม

ผู้เข้าร่วมการอบรม มีอายุอยู่ระหว่าง 7 – 10 ปี จำนวน 14 คน (คิดเป็นร้อยละ 46.67)

ผู้เข้าร่วมการอบรม มีอายุอยู่ระหว่าง 11 – 15 ปี จำนวน 16 คน (คิดเป็นร้อยละ 53.33)

- คุณวุฒิของผู้เข้าร่วมการอบรม

ผู้เข้าร่วมการอบรม กำลังศึกษาอยู่ในระดับ ประถมศึกษา จำนวน 30 คน

(คิดเป็นร้อยละ 100)

- อาชีพของผู้เข้าร่วมการอบรม

ผู้เข้าร่วมการอบรมมีอาชีพนักเรียน จำนวน 30 คน (คิดเป็นร้อยละ 100)



สรุปข้อคิดเห็นจากผู้ตอบแบบประเมิน

ผู้เข้าร่วมการอบรมได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับระดับความพึงพอใจในประเด็น ดังต่อไปนี้

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านวิทยากร					
1. การเตรียมตัวและความพร้อมของวิทยากร	58.00	32.00	10.00	-	-
2. การถ่ายทอดของวิทยากร	66.00	22.00	12.00	-	-
3. สามารถอธิบายเนื้อหาได้ชัดเจนและตรงประเด็น	60.00	32.00	8.00	-	-
4. ใช้ภาษาที่เหมาะสมและเข้าใจง่าย	58.00	36.00	6.00	-	-
5. การตอบคำถามของวิทยากร	38.00	54.00	8.00	-	-
6. เอกสารประกอบการบรรยายเหมาะสม	52.00	40.00	8.00	-	-
ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / อาหาร					
1. สถานที่สะอาดและมีความเหมาะสม	76.00	22.00	2.00	-	-
2. ความพร้อมของอุปกรณ์ โสตทัศนูปกรณ์	54.00	40.00	6.00	-	-
3. ระยะเวลาในการอบรม สัมนา มีความเหมาะสม	56.00	40.00	4.00	-	-
4. อาหารว่าง / เครื่องดื่ม มีความเหมาะสม	74.00	24.00	2.00	-	-
ด้านความรู้ความเข้าใจ					
1. ความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ก่อนการอบรม	48.00	46.00	6.00	-	-
2. ความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้หลังการอบรม	72.00	24.00	4.00	-	-
ด้านการนำความรู้ไปใช้					
1. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน	56.00	34.00	10.00	-	-
2. สามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดแก่ชุมชนได้	60.00	34.00	6.00	-	-

สรุปผลการประเมิน

การอบรมตามโครงการ กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ของนักเรียนโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ที่มีภาวะอ้วน และเริ่มอ้วน มีผู้ตอบแบบประเมิน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ของผู้เข้าร่วมการอบรม มีความพึงพอใจในการดำเนินงานการอบรม ทั้ง 4 ด้าน โดยสรุปดังนี้



1. ด้านวิทยาการ

พึงพอใจในระดับมากที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 55.33
พึงพอใจในระดับมาก	เฉลี่ยร้อยละ 36.00
พึงพอใจในระดับปานกลาง	เฉลี่ยร้อยละ 8.67
พึงพอใจในระดับน้อย	เฉลี่ยร้อยละ 0.00
พึงพอใจในระดับน้อยที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 0.00

2. ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / อาหารว่าง

พึงพอใจในระดับมากที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 65.00
พึงพอใจในระดับมาก	เฉลี่ยร้อยละ 31.50
พึงพอใจในระดับปานกลาง	เฉลี่ยร้อยละ 3.50
พึงพอใจในระดับน้อย	เฉลี่ยร้อยละ 0.00
พึงพอใจในระดับน้อยที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 0.00

3. ด้านความรู้ความเข้าใจ

พึงพอใจในระดับมากที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 60.00
พึงพอใจในระดับมาก	เฉลี่ยร้อยละ 35.00
พึงพอใจในระดับปานกลาง	เฉลี่ยร้อยละ 5.00
พึงพอใจในระดับน้อย	เฉลี่ยร้อยละ 0.00
พึงพอใจในระดับน้อยที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 0.00

4. ด้านการนำความรู้ไปใช้

พึงพอใจในระดับมากที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 58.00
พึงพอใจในระดับมาก	เฉลี่ยร้อยละ 34.00
พึงพอใจในระดับปานกลาง	เฉลี่ยร้อยละ 8.00
พึงพอใจในระดับน้อย	เฉลี่ยร้อยละ 0.00
พึงพอใจในระดับน้อยที่สุด	เฉลี่ยร้อยละ 0.00

ข้อเสนอแนะจากผู้เข้าร่วมการอบรม

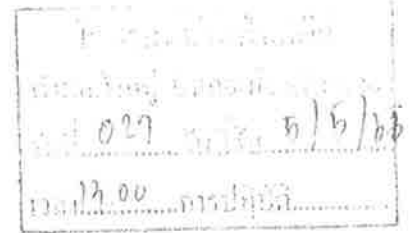
ผู้เข้าร่วมการอบรมได้ให้ข้อเสนอแนะ ต่อคณะกรรมการจัดการอบรม ดังนี้

1. ควรจัดให้มีการอบรมบ่อยๆ วิทยาการมีความรู้และสามารถถ่ายทอดได้ดี
2. ควรนำคนอ้วนมาแชร์ประสบการณ์ในการใช้ชีวิต



ภาคผนวก





ที่ ชร ๕๔๕๐๕/ว ๒๕๖๐

สำนักงานเทศบาลตำบลบ้านดู่
อำเภอเมืองเชียงราย ชร ๕๗๑๐๐

๒๗ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง แจ้งผลการอนุมัติงบประมาณโครงการที่ขอรับการสนับสนุนการดำเนินงานของกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่เทศบาลตำบลบ้านดู่ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านดู่

ตามที่ หน่วยงานของท่านได้ขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ เพื่อดำเนินการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การฟื้นฟูสมรรถภาพ และการรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุกที่จำเป็นต่อสุขภาพและการดำรงชีวิต นั้น

บัดนี้ คณะกรรมการกองทุนฯ ได้อนุมัติโครงการประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ เรียบร้อยแล้ว ทั้งนี้เพื่อให้การดำเนินงานโครงการที่ขอรับการสนับสนุนเป็นไปด้วยความเรียบร้อย บรรลุวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ กองทุนฯ จึงขอให้ท่านแจ้งกำหนดการดำเนินงานโดยให้ท่านส่งหนังสือแจ้งกำหนดการดำเนินโครงการ มายังกองทุนฯ ภายใน ๑๕ วันก่อนจะดำเนินโครงการ และขอให้ท่านดำเนินโครงการระหว่างเดือนพฤษภาคม - สิงหาคม ๒๕๖๖ กองทุนฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านด้วยดีเช่นเคย จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

ว่าที่ร้อยตรี

(จำรอง อ่อนพุทธา)

ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่ ปฏิบัติราชการแทน

นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

โทร ๐-๕๓๗๐-๓๖๕๓ ต่อ ๑๕๒

โทรสาร ๐-๕๓๗๐-๓๖๕๓ ต่อ ๑๑๐

☐	สำนักปลัด
☐	กองคลัง
☐	กองช่าง
☐	กองการ
☒	กองสาธารณสุข
☐	ตรวจสอบภายใน

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เลขที่รับ 200
วันที่ 15 ธ.ค. 2565
ที่ 104

เลขที่ 9141
วันที่ 15 ธ.ค. 2565
เวลา 15:36



2

ที่ ศธ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๒๐๙

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่ สพ.ช.๑
ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย
๕๗๑๐๐

๑๕ ธันวาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ส่งโครงการเพื่อขอรับเงินสนับสนุนงบประมาณ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการกิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค จำนวน ๑ ชุด

ตามที่ เทศบาลบ้านดู่ ได้เข้าร่วมโครงการ กองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นกับสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต ๑ เชียงใหม่ (สปสช) โดยให้ หน่วยงาน องค์กรหรือกลุ่มประชาชนอื่นๆในพื้นที่ ได้ดำเนินการตามแผนงาน หรือโครงการ/กิจกรรม เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพการป้องกันโรคให้แก่สมาชิกหรือประชาชนในพื้นที่ นั้น

ดังนั้น โรงเรียนบ้านป่าสักไก่ ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย จึงได้ส่งโครงการกิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อขอรับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนฯ ตามประกาศคณะกรรมการหลักสุขภาพแห่งชาติ เพื่อดำเนินการต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

เรียน ปลัดเทศบาล

เพื่อโปรดทราบ
เห็นควรดำเนินการตามเสนอ

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ
ระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ เทศบาลตำบลบ้านดู่
ผอ. ร.ร. บ้านป่าสักไก่ ส่งโครงการกิจกรรม
กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ประจำปีงบประมาณ
2566 ภายใต้งบประมาณที่ส่งมาแล้ว
เพื่อโปรดพิจารณา
คิดค่า 16/12/65

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

เห็นชอบนำพ.ร.บ. ๒๕๖๔ มาใช้

ปลัดเทศบาล

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่

โทรศัพท์ ๐๙๙๑-๐๗๑๒๕๕๕

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

เพื่อโปรดทราบ
เห็นควรดำเนินการตามเสนอ

ว่าที่ร้อยตรี

(จำรอง อ่อนพุทธา)

ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่

๑๕ ธ.ค. ๒๕๖๕

นางสาวสิรินาถยา วงศ์वाल

(นางสาวสิรินาถยา วงศ์वाल)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

1 ธ.ค. 2565

(นายพัฒน์พงษ์ โพธิ์เทศ)

นายกเทศมนตรี

20 ๐๐๑.65

แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านตูม รหัส กปท. L6870
อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 16 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตามข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2566 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.ชื่อ ☐ แผนงาน ☐ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

2.ชื่อ ☐ หน่วยงาน ☐ องค์กร ☐ กลุ่มประชาชน

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย

3.หลักการเหตุผล

จากการประเมินภาวะการเจริญเติบโตของเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ โดยการชั่งน้ำหนักและส่วนสูงในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 ของนักเรียนจำนวน 182 คนแล้วนำผลที่ได้มาแปลผลภาวะทางโภชนาการปรากฏว่า มีนักเรียนที่มีภาวะอ้วนและภาวะเริ่มอ้วนจำนวน 30 คน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 16.48 ซึ่งนักเรียนกลุ่มนี้ถ้าไม่ได้รับการแก้ไขภาวะอ้วน ในอนาคตจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่เป็นโรคอ้วน และอาจก่อให้เกิดโรคต่างๆตามมาทั้งโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือด เป็นต้น

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อได้ตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว จึงได้จัดทำโครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ซึ่งผลการวิจัยจาก The National Institutes Of Health ระบุว่า การกระโดดเชือกสามารถเผาผลาญแคลอรีได้ประมาณ 861-1074 แคลอรีต่อชั่วโมง ในเวลาแค่ 10 นาที สามารถเผาผลาญ 135 กิโลแคลอรี ยิ่งไปกว่านั้นการกระโดดเชือกเป็นการออกกำลังกายที่ไม่ยุ่งยาก นักเรียนสามารถปฏิบัติได้ทุกคน นอกจากเป็นการออกกำลังกายแล้วยังจะส่งเสริมให้นักเรียนทำเวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทำให้เกิดความสุขสนาน ผ่อนคลายทางจิตใจด้วย



4.วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
2. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีภาวะโภชนาการที่ปกติด้วยการออกกำลังกายโดยการกระโดดเชือก

5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. ประชุมคณะครูเพื่อจัดทำโครงการและวางแผนการดำเนินงาน
2. เสนอโครงการเพื่อของบประมาณในการดำเนินกิจกรรมจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล

ตำบลบ้านดู่

3. ดำเนินงานตามโครงการโดยมีขั้นตอนการดำเนินงาน ดังนี้

- 3.1 อบรมให้ความรู้แก่นักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนจำนวน 30 คนในหัวข้อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ โดยใช้ทีมวิทยากรจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข
- 3.2 กำหนดตารางการออกกำลังกาย โดยการกระโดดเชือกเพื่อลดพุง ลดโรค
- 3.3 บันทึกผลการชั่งน้ำหนัก และวัดรอบเอวแก่นักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนจำนวน 30 คน ก่อนการออกกำลังกาย

- 3.4 ทำกิจกรรมการออกกำลังกายโดยการกระโดดเชือกวันละไม่น้อยกว่า 30 นาทีทุกวัน

- 3.5 บันทึกผลการชั่งน้ำหนัก และวัดรอบเอวแก่นักเรียนที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนจำนวน 30 คน หลังออกกำลังกายนำมาเปรียบเทียบกับก่อนดำเนินการ

- 3.6 สรุป ประเมินผล และรายงานผลการดำเนินงานต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

6.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

นักเรียนโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อที่มีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนจำนวน 30 คน

(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 6.1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ☐ 4. การณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ☐ 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)



☐ 6.2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.3. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ☐ 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ



- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ☐ 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)



☐ 6.9. กลุ่มพระสงฆ์ หรือนักบวช ในศาสนาต่าง ๆ จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.10. กลุ่มผู้ต้องขัง จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.11. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

- ☐ 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- ☐ 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- ☐ 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
- ☐ 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
- ☐ 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)

☐ 6.12. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....คน

- ☐ 1. อื่น ๆ (ระบุ)

7.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

มิถุนายน - กันยายน 2566

8.สถานที่ดำเนินการ

สนามโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ



9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 14,500 บาท รายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารว่าง 1 มื้อๆละ 25 บาท 30 คน	เป็นเงิน 750 บาท
- ค่าป้ายโครงการ	เป็นเงิน 450 บาท
- ค่าจัดซื้ออุปกรณ์เพื่อประกอบการออกกำลังกายจำนวน 30x330 บาท	เป็นเงิน 9,900 บาท
- ค่าจัดทำรูปเล่มสรุปผลการดำเนินงาน	เป็นเงิน 400 บาท
- ค่าวิทยากรบรรยาย 1 คน 4 ชั่วโมงๆละ 600 บาท	เป็นเงิน 2,400 บาท
- ค่าเอกสารแบบบันทึกการออกกำลังกาย 30 คนๆละ 20 บาท	เป็นเงิน 600 บาท

รวมเป็นเงิน 14,500 บาท

* หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
2. กลุ่มเป้าหมายมีภาวะโภชนาการที่ปกติ

11. การประเมินผล

1. ประเมินความรู้ก่อน หลังการอบรม
2. บันทึกภาวะโภชนาการก่อน หลังการดำเนินโครงการ



11. คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า (ชื่อ - สกุล) ตำแหน่ง
 หน่วยงาน หมายเลขโทรศัพท์
 ในฐานะของผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

☐ ไม่ได้ซ้ำซ้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น

☐ สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท.

☐ รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว

ลงชื่อ ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายเกียรติ วัชรแก้ว)

ตำแหน่ง ร.ร. บ้านป่าสักไก่อ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 14 ธันวาคม 2565

- เห็นชอบ/อนุมัติ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(นายสาริ พินิจ)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการ ร.ร. บ้านป่าสักไก่อ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 14 ธันวาคม 2565



ข้อตกลง

การขอรับสนับสนุนเงินกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่
จากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่

ข้อตกลงเลขที่ 10/2566

ข้อตกลงฉบับนี้ทำขึ้น ณ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) เทศบาลตำบลบ้านดู่ ตั้งอยู่เลขที่ 486 หมู่ 6 ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย เมื่อวันที่ 26 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2566 ระหว่าง เทศบาลตำบลบ้านดู่ เทศบาลตำบลบ้านดู่ โดย นางพิระพรรณ ศิริกุล ผู้บริหารสูงสุดขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ในฐานะเป็นผู้ดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ ตามข้อ 6 ของประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ. 2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ซึ่งต่อไปในข้อตกลงนี้เรียกว่า “องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น” ฝ่ายหนึ่ง กับ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ โดย นายสุกิจ พินิจ ผู้บริหารสูงสุดของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข/หน่วยงานอื่น/องค์กร/กลุ่มประชาชน ในฐานะเป็นผู้ดำเนินงานตามแผนงาน โครงการหรือกิจกรรม ที่ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการกองทุนฯ ตามข้อ 10 ของประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม โดยขอรับสนับสนุนเงินจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่ ซึ่งต่อไปในข้อตกลงนี้เรียกว่า “ผู้ดำเนินงาน” อีกฝ่ายหนึ่ง

ทั้งสองฝ่าย จึงได้ตกลงกันไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ 1 ผู้ดำเนินงาน ตกลงจะดำเนินการตามโครงการหรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์/เป้าหมาย/แผนการดำเนินงาน ของโครงการหรือกิจกรรม ตามเอกสารแนบท้ายข้อตกลงนี้ ตลอดจนหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขเป็นไปตามระเบียบของกองทุนฯ และหนังสือสั่งการของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติทุกประการ โดยได้รับการสนับสนุนเงิน จำนวน 14,500.00 บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน) ทั้งนี้ ผู้ดำเนินงานจะต้องเป็นผู้จัดเก็บเอกสารและหลักฐานค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานตามโครงการ หรือกิจกรรมเพื่อรองรับการตรวจสอบไว้ ดังนี้

- 1) ข้อตกลง ที่ได้รับรายละเอียดสาระสำคัญไว้ในข้อตกลงครบถ้วนแล้ว
- 2) โครงการหรือกิจกรรม ที่ผ่านการอนุมัติและประธานกรรมการได้ลงนามเป็นลายลักษณ์อักษรแล้ว

- 3) หลักฐานการรับเงินของผู้ดำเนินงาน
- 4) หลักฐานการจ่ายเงินตามโครงการหรือกิจกรรม
- 5) รายงานผลการดำเนินงาน

ข้อ 2 หากผู้ดำเนินงาน ไม่ดำเนินการตามโครงการหรือกิจกรรม และหรือหลักเกณฑ์ เงื่อนไข วิธีการ วัตถุประสงค์ และระยะเวลาที่กำหนด เว้นแต่การไม่ดำเนินการหรือดำเนินการไม่เป็นไปตามโครงการหรือกิจกรรม นั้น เกิดจากเหตุสุดวิสัยหรือเกิดภัยพิบัติ ซึ่งได้เกิดจากการกระทำของผู้ดำเนินงาน ผู้ดำเนินงานยินยอมรับผิดชอบเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่ายไปแล้วรวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใดอันเกิดจากการดำเนินการหรือไม่ดำเนินการดังกล่าว ให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โดยมีต้องบอกกล่าวหรือทวงถามเป็นหนังสือ แต่อย่างไร

หากผู้ดำเนินงาน ไม่ชำระเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่ายไปแล้วรวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใด ให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้ดำเนินงานยินยอมเสียดอกเบี้ยตามอัตราที่กฎหมายกำหนด นับแต่วันที่ได้รับเงินไปจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมทั้งยินยอมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ดำเนินคดีได้ตามกฎหมายโดยมีเงื่อนไขดังนี้

- 1) การดำเนินงานต้องเป็นไปตามโครงการหรือกิจกรรมที่ได้รับอนุมัติ
- 2) การใช้จ่ายงบประมาณในการดำเนินโครงการหรือกิจกรรมจะต้องมีหลักฐานการเบิกจ่าย (ใบเสร็จรับเงิน/ใบสำคัญรับเงิน) และให้ผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็นผู้เก็บหลักฐานไว้เพื่อการตรวจสอบ
- 3) ในกรณีที่มีการจัดซื้อ/จัดจ้าง/จัดหา วัสดุหรือครุภัณฑ์ ให้ใช้ราคาตามบัญชีมาตรฐานครุภัณฑ์ ของทางราชการโดยอนุโลม
- 4) หากมีเงินเหลือจ่ายจากการดำเนินงานให้นำเงินที่เหลือส่งคืนกองทุนฯ
- 5) ให้รายงานผลการดำเนินงานตามโครงการหรือกิจกรรมต่อกองทุนฯ ตามรูปแบบและระยะเวลาที่กองทุนฯ กำหนด
- 6) งบประมาณที่สนับสนุนตามโครงการหรือกิจกรรม เป็นงบประมาณของกองทุนฯ

กองทุนฯ ขอสงวนสิทธิ์ที่จะดำเนินการแก้ไขเปลี่ยนแปลงแนวทางปฏิบัติของกองทุนฯ ถ้าผู้ได้รับเงินอุดหนุนได้รับแจ้งเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้ปฏิบัติตามแนวทางที่กองทุนฯ กำหนด

ข้อตกลงนี้ทำขึ้นเป็นสองฉบับมีข้อความตรงกัน ทั้งสองฝ่ายได้อ่านและเข้าใจข้อความในข้อตกลงนี้ตลอดแล้ว จึงได้ลงลายมือชื่อพร้อมทั้งประทับตรา (ถ้ามี) ไว้เป็นหลักฐานสำคัญต่อหน้าพยานและต่างเก็บไว้ฝ่ายละหนึ่งฉบับ

(ลงชื่อ)..... องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น
(นางทิระพรรณ สิริกุล)
รองนายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่
นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

(ลงชื่อ)..... ผู้ดำเนินงาน
(นางสาวอรรณพ ชัย)

(ลงชื่อ)..... พยาน
ว่าที่ร้อยตรี
(จำรอง อ่อนพุทรา)
ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่

(ลงชื่อ)..... พยาน
(นางทิระพรรณ สิริกุล)


บัตรประชาชนไทย Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน Identification Number **3 5701 01057 60 1**

นาย สุกิจ พินิจ
 Name **Mr. Sukit**
 Last name **Pinij**
 เกิด 17 ธ.ค. 2508
 Date of Birth **17 Dec. 1963**
 สัญชาติ ไทย
 อายุ 24 ปี 12 เดือน 12 วัน ณ เมืองปทุมธานี
 จ.ปทุมธานี
 20 ธ.ค. 2553
 วันหมดอายุ
 20 May 2020
 Date of Expiry

16 ธ.ค. 2571
 วันถึงอายุ
 16 Dec. 2028
 Date of Expiry

0701-00-05291400

สำเนาถูกต้อง

 (นายสุกิจ พินิจ)
 ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักใต้

รหัส 842

842-0-21071-0

สาขาตลาดบ้านคู่ (เชียงราย)

โรงเรียน

โรงเรียน บ้านป่าสักโก
(เงินรายได้สถานศึกษา)

สำเนาถูกต้อง

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักโก

 **สุณามสรungskอง**
SRUNG HAI BANG

BAH 5919415

สำเนาถูกต้อง

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักโก



ที่ ศธ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๑๒๒

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่ สพ.ช.ร.๑
ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงร่าย
๕๗๑๐๐

๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอรับเงินงบประมาณสนับสนุนดำเนินโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

อ้างถึง หนังสือ ที่ ชร๕๔๕๐๕/ว๑๒๓๐ ลงวันที่ ๒๗ เมษายน ๒๕๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ จำนวน ๑ ชุด
๒. กำหนดการ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามหนังสือที่อ้างถึง ด้วยกองทุนหลักประกันสุขภาพของเทศบาลตำบลบ้านดู่ ได้แจ้งอนุมัติเงิน
งบประมาณสนับสนุนโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ ประจำปี ๒๕๖๖ และให้โรงเรียนดำเนินการตามโครงการที่
เสนอไปนั้น

ทางโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่ ขอแจ้งกำหนดดำเนินการโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ กิจกรรม
กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ในวันศุกร์ ที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุกจิ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่

เจ้าหน้าที่ธุรการ๐๘๕-๘๖๕๐๕๓๗



ที่ ศธ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๑๒๔

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ สพป.ชร.๑
ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย
๕๗๑๐๐

๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นประธานในพิธีเปิดโครงการหลักประกันสุขภาพ

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

อ้างถึง หนังสือ ที่ ชร ๕๔๕๐๕/๑๒๓๐ ลงวันที่ ๒๗ เมษายน ๒๕๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามหนังสือที่อ้างถึง ด้วยกองทุนหลักประกันสุขภาพของเทศบาลตำบลบ้านดู่ ได้แจ้งอนุมัติเงินงบประมาณสนับสนุนโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ ประจำปี ๒๕๖๖ โครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค และให้โรงเรียนดำเนินการตามโครงการที่เสนอไป ความละเอียดแจ้งแล้วนั้น

ทางโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ขอเรียนท่านเชิญท่านเป็นประธานในพิธีเปิดโครงการ/กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ของกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ ในวันศุกร์ ที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖ เวลา ๐๘.๓๐ น. ณ อาคารการทำเรือแห่งประเทศไทย โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ รายละเอียดดังเอกสารสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ครูเทียมจิตต์ ๐๘๖-๑๘๓๓๘๐๙



ที่ ศธ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๑๒๙

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่ สพป.ชร.๑
ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย
๕๗๑๐๐

๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง แจ้งเปลี่ยนแปลงกำหนดการในพิธีเปิดโครงการหลักประกันสุขภาพ

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศธ ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๑๒๙ ลงวันที่ ๒๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ตามหนังสือที่อ้างถึง โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่ ได้เรียนเชิญประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ เป็นประธานเปิดโครงการหลักประกันสุขภาพ กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ในวันพฤหัสบดี ที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๖ นั้น

ในการนี้ ทางโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่ ขอแจ้งเปลี่ยนแปลงกำหนดการจัดกิจกรรมกระโดดเชือก ลด ลดโรค จากวันพฤหัสบดีที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖ มาเป็นวันศุกร์ ที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖ เวลาเดิม เนื่องจากวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๕๖๖ โรงเรียนได้จัดกิจกรรมไหว้ครู และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความร่วมมือจากท่าน ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ



(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ่

ครูเทียมจิตต์ ๐๘๖-๑๘๓๓๘๐๙

สำเนา



ที่ ศธ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๑๒๓

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ สพป.ชร.๑
ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย
๕๗๑๐๐

๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุญาตครูวิทยากรพร้อมอุปกรณ์ให้ความรู้แก่นักเรียน

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

จำนวน ๑ ชุด

๒. กำหนดการ

จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต ๑ ได้รับ
เงินงบประมาณสนับสนุนโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง
ลดโรค ให้กับนักเรียนที่มีภาวะอ้วน และเริ่มอ้วน จำนวน ๓๐ คน กำหนดจัดกิจกรรม วัน ศุกร์ ที่ ๙
มิถุนายน ๒๕๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ อาคารการทำเรือแห่งประเทศไทย โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ในการนี้ทางโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ จึงใคร่ขออนุญาตครูวิทยากรพร้อมอุปกรณ์ ในองค์กรของ
ท่าน ให้ความรู้แก่นักเรียน ตามวันเวลาดังกล่าว และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีเช่น
เคย ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ครูเทียมจิตต์ ๐๘๖-๑๘๓๓๘๐๙

ใบตอบรับเป็นวิทยากร
ให้ความรู้ กิจกรรมกระโดดเชือก ถดพุง ถดโรค
วันศุกร์ ที่ ๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖
ณ อาคารการทำเรือแห่งประเทศไทย โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

เรื่อง ตอบรับเป็นวิทยากร

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

อ้างถึง หนังสือ ที่ ศธ ๐๔๐๔๓.๐๔๘/๑๒๓ ลงวันที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ตามหนังสือที่อ้างถึง โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับเงินงบประมาณสนับสนุนโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพจากเทศบาลตำบลบ้านดู่ และได้ขอความอนุเคราะห์วิทยากรจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่ ให้ความรู้แก่นักเรียนโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ที่มีภาวะอ้วน จำนวน ๓๐ คน ในกิจกรรมกระโดดเชือก ถดพุง ถดโรค ในวันศุกร์ ที่ ๙ มิถุนายน ๒๕๖๖ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. นั้น

ทางโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่

☒ ยินดีรับเป็นวิทยากร

☐ ไม่สามารถรับเป็นวิทยากร

เนื่องจาก

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ลงชื่อ.....อภรณ์ คุ้มแสง.....
(นางอภรณ์ คุ้มแสง)
นางอภรณ์ คุ้มแสง

กำหนดการอบรม

โครงการ กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

วันศุกร์ที่ 9 เดือนมิถุนายน พ.ศ.2566

ณ อาคารการทำเรือ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน / พิธีเปิดการอบรม
08.30 – 09.30 น.	บรรยายให้ความรู้เรื่อง อันตรายของภาวะอ้วนในเด็ก และโรคที่อาจเกิดขึ้นจากการที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์
09.30 – 10.30 น.	การลดน้ำหนักโดยการควบคุมปริมาณอาหาร และการออกกำลังกาย
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 11.45 น.	วิธีการออกกำลังกายที่ได้ผลดีต่อการลดน้ำหนัก และเผาผลาญแคลอรีส่วนเกินที่ได้รับในแต่ละวัน
11.45 – 12.00 น.	อภิปราย ชักถาม สรุปการอบรมและปิดการอบรม

หมายเหตุ วิทยากร จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดู่
กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

บัญชีลงเวลานักเรียนที่เข้าร่วมอบรม ตามโครงการ กิจกรรมกระโดดเชือก ถดพุง ถดโรค
ของโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ (สนับสนุนงบประมาณโดยกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่)
วันที่ ๙ เดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๖๖ ณ อาคารการทำเรือ โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่

ที่	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เวลามา	ลายมือชื่อ	เวลากลับ
๑	เด็กหญิงกมลพรรณ คำชุม	กมลพรรณ	๐๘.๐๐ น.	กมลพรรณ	๑๒.๐๐ น.
๒	เด็กหญิงวรรณลดา สังข์ทอง	วรรณลดา	๐๘.๐๐ น.	วรรณลดา	๑๒.๐๐ น.
๓	เด็กหญิงศศิรินทร์ แก้วมณี	ศศิรินทร์	๐๘.๐๐ น.	ศศิรินทร์	๑๒.๐๐ น.
๔	เด็กชายตริยรัตน์ ผิวขำ	ตริยรัตน์	๐๘.๐๐ น.	ตริยรัตน์	๑๒.๐๐ น.
๕	เด็กชายปภาวิชญ์ ขาวลีแสน	ปภาวิชญ์	๐๘.๐๐ น.	ปภาวิชญ์	๑๒.๐๐ น.
๖	เด็กชายพงษ์เจริญ หัตถะสุ	พงษ์เจริญ	๐๘.๐๐ น.	พงษ์เจริญ	๑๒.๐๐ น.
๗	เด็กชายอดิคุณ ศิริชัยสกุล	อดิคุณ	๐๘.๐๐ น.	อดิคุณ	๑๒.๐๐ น.
๘	เด็กหญิงปนัดดา ก้อมมะณี	ปนัดดา	๐๘.๐๐ น.	ปนัดดา	๑๒.๐๐ น.
๙	เด็กชายชนะชัย เจือฮ่วย	ชนะชัย	๐๘.๐๐ น.	ชนะชัย	๑๒.๐๐ น.
๑๐	เด็กชายกฤษณะ นางแล	กฤษณะ	๐๘.๐๐ น.	กฤษณะ	๑๒.๐๐ น.
๑๑	เด็กชายจิรายุทธ เกตุนาค	จิรายุทธ	๐๘.๐๐ น.	จิรายุทธ	๑๒.๐๐ น.
๑๒	เด็กชายโชกุน โชเชกู่	โชกุน	๐๙.๐๐ น.	โชกุน	๑๒.๐๐ น.
๑๓	เด็กชายณัฐพงศ์ เรือนคำ	ณัฐพงศ์	๐๘.๐๐ น.	ณัฐพงศ์	๑๒.๐๐ น.
๑๔	เด็กหญิงเพชรดารินทร์ จะหา	เพชรดารินทร์	๐๙.๐๐ น.	เพชรดารินทร์	๑๒.๐๐ น.
๑๕	เด็กชายกวินภพ โสภณขึ้นสุวรรณ	กวินภพ	๐๘.๐๐ น.	กวินภพ	๑๒.๐๐ น.
๑๖	เด็กหญิงคณิตา	คณิตา	๐๘.๐๐ น.	คณิตา	๑๒.๐๐ น.
๑๗	เด็กหญิงทัศนีย์วรรณ กาเซอ	ทัศนีย์วรรณ	๐๘.๐๐ น.	ทัศนีย์วรรณ	๑๒.๐๐ น.
๑๘	เด็กหญิงพรวิภา ตู่คำ	พรวิภา	๐๘.๐๐ น.	พรวิภา	๑๒.๐๐ น.
๑๙	เด็กหญิงเพชรน้ำหนึ่ง พูนสินภรณ์	เพชรน้ำหนึ่ง	๐๘.๐๐ น.	เพชรน้ำหนึ่ง	๑๒.๐๐ น.
๒๐	เด็กชายณสินธุ์ ปอยา	ณสินธุ์	๐๘.๐๐ น.	ณสินธุ์	๑๒.๐๐ น.
๒๑	เด็กชายธีรพัฒน์ มาเยอะ	ธีรพัฒน์	๐๘.๐๐ น.	ธีรพัฒน์	๑๒.๐๐ น.
๒๒	เด็กชายสงกรานต์	สงกรานต์	๐๘.๐๐ น.	สงกรานต์	๑๒.๐๐ น.
๒๓	เด็กหญิงบุญจิรา หมือแล	บุญจิรา	๐๘.๐๐ น.	บุญจิรา	๑๒.๐๐ น.
๒๔	เด็กชายกฤษกร คงเรือง	กฤษกร	๐๘.๐๐ น.	กฤษกร	๑๒.๐๐ น.
๒๕	เด็กชายใจ อานีกู	ใจ	๐๘.๐๐ น.	ใจ	๑๒.๐๐ น.
๒๖	เด็กชายนุติรักษ์ ชัยวงศ์	นุติรักษ์	๐๘.๐๐ น.	นุติรักษ์	๑๒.๐๐ น.
๒๗	เด็กชายปรกรณ์ สุรกิจพวนิชย์	ปรกรณ์	๐๘.๐๐ น.	ปรกรณ์	๑๒.๐๐ น.
๒๘	เด็กชายรัชพงษ์ ดวงธรรม	รัชพงษ์	๐๘.๐๐ น.	รัชพงษ์	๑๒.๐๐ น.
๒๙	เด็กหญิงธัญญาพร มาเยอะ	ธัญญาพร	๐๘.๐๐ น.	ธัญญาพร	๑๒.๐๐ น.
๓๐	เด็กชายธนภัทร จิรวรรณภักดี	ธนภัทร	๐๘.๐๐ น.	ธนภัทร	๑๒.๐๐ น.

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

วันที่ 9 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2566

ข้าพเจ้า อ.ดร. อารณ คุ้มแสง อยู่บ้านเลขที่ 233 หมู่ที่ 16
 ตำบล นาแล อำเภอ พิบูล จังหวัด พิจิตร ได้รับเงินจาก โรงเรียนบ้าน
 ป่าสักไก่อ ดังรายการต่อไปนี้

ลำดับที่	รายการ	จำนวนเงิน	
		บาท	สต.
1.	ค่าวิทยากรบรรยาย 4 ชั่วโมง, ละ 600 บาท	2,400	-
รวมเงิน		2,400	-

(ตัวอักษร) (สองพันสี่ร้อยบาทถ้วน)

ลงชื่อ อ.ดร. อารณ คุ้มแสง ผู้รับเงิน
 (อ.ดร. อารณ คุ้มแสง)

ลงชื่อ [ลายเซ็น] ผู้จ่ายเงิน
 (นางรัชนิพร ดีปาละ)


บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 Identification Number 3 5201 00867 41 3

ชื่อ นามสกุล **นาง อรพรรณ ชื่นชม**
 Name Mrs. Orawan
 Last name Chanien

วันที่ 3 เม.ย. 2517
 Date of Birth 3 Apr. 1974

อายุ 22 ปี 10 เดือน 10 วัน
 25 เม.ย. 2536
 Expiry Date 25 Apr. 2016

2 เม.ย. 2537
 Expiry Date 2 Apr. 2016

155-52-00867-41



ออพรรณ
 ชื่นชม
 (นาง.ออพรรณ ชื่นชม)

บัญชีลงเวลาปฏิบัติงานของคณะวิทยากร

โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต ๑
การอบรมโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพจากเทศบาลตำบลบ้านดู่ กิจกรรมกระโดดเชือก ถดพุง ถดโรค

วันศุกร์ ที่ ๙ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖
ณ อาคารการทำเรือแห่งประเทศไทย โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่

ที่	ชื่อ -สกุล วิทยากร	ลายมือชื่อ	เวลามา	ลายมือชื่อ	เวลากลับ	หมายเหตุ
1.	นางอรุณรัตน์ คุ้มบัว	อรุณรัตน์ คุ้มบัว	8.00 น.	อรุณรัตน์ คุ้มบัว	12.00 น.	

ลงชื่อ



ครูผู้ควบคุม

(นางเทียมจิตต์ วิชาคำ)

ตำแหน่ง ครูชำนาญการ

ลงชื่อ



ผู้ตรวจ

(นายสุกิจ พิณี)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่

ใบสำคัญรับเงิน

วันที่ 9 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2566

ข้าพเจ้า พงษ์ศักดิ์ ทองสง อยู่บ้านเลขที่ 22 หมู่ที่ 8 ถนน

ตำบล ไชยบุรี อำเภอ ไชยบุรี จังหวัด นคร

ได้รับเงินจากโครงการ กระโถนเหล็ก ลานพ ลอโรค

รายการ	จำนวนเงิน	
	บาท	สต.
ค่าจ้างเหมาประกอบอาหารว่างและเครื่องดื่ม ในโครงการ กระโถนเหล็ก ลานพ ลอโรค จำนวนผู้เข้าอบรม 30 คน อัตรามื้อละ 25 บาท จำนวน 1 มื้อ รวมเป็นเงิน	750	-
ตัวอักษร (กิ่งจันทน์ห้าสิบหกวัน บาทถ้วน)	750	-

รายละเอียดผู้รับเงิน

บัตรประจำตัวประชาชน

เลขที่ 3570101060 40 8

วันที่ออกบัตร 18 เม.ย. 2560

วันหมดอายุ 29 เม.ย 2568

ออกให้โดย กระทรวงมหาดไทย

(ลงชื่อ) นพ.ศักดิ์ทองรุ่ง ผู้รับเงิน
(นางสาว นพ.ศักดิ์ทองรุ่ง)

(ลงชื่อ) [Signature] ผู้จ่ายเงิน
(นายสมศักดิ์ อัคร)

หัวหน้าชุด ผู้รับผิดชอบโครงการฯ

แนบสำเนาบัตรประจำตัวประชาชนของผู้รับเงินพร้อมรับรองสำเนาถูกต้องทุกครั้ง

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน Identification Number **3 5701 01060 40 8**

ชื่อและนามสกุล นาง บัวผัด ทองสุก
 Name Mrs. Buaphad
 Last name Thongsuk
 เกิดวันที่ 30 มิ.ย. 2509
 Date of Birth 30 Jun. 1966
 ศาสนา พุทธ

ที่อยู 22 หมู่ที่ 8 ต.เคียนชัย
 อ.เคียนชัย จ.น่าน
 10 มิ.ย. 2560
 วันระงับบัตร 18 Apr. 2017
 Date of Issue

รองผู้ว่าราชการจังหวัด
 (ลายเซ็น)
 เจ้าพนักงานทะเบียน

29 มิ.ย. 2568
 วันบัตรหมดอายุ 29 Jun. 2025
 Date of Expiry

5405-03-04180012



สำเนาทุกตัว
 บัวผัด ทองสุก
 (นางบัวผัด ทองสุก)



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 1

ที่ 066/2566

วันที่ 9 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2566

เรื่อง ขออนุมัติเบิกจ่ายเงินบัญชีรายได้สถานศึกษา ค่าวัสดุออกกำลังกาย ตามโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ตามที่โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้จัดซื้อวัสดุออกกำลังกาย เพื่อใช้ใน โครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ
จากร้านแวชขาด์ บิ๊ก จำนวนเงิน 9,900.00 บาท ภาษีมูลค่าเพิ่ม - บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 9,900.00 บาท ตามใบสั่ง
ซื้อ เลขที่ 36/2566 ลงวันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2566 นั้น

บัดนี้คณะกรรมการตรวจรับพัสดุ ได้ทำการตรวจรับเรียบร้อยแล้ว จึงเป็นควรจ่ายเงินให้ผู้ขาย เป็นเงิน
9,900.00 บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณาอนุมัติ

(ลงชื่อ)

เจ้าหน้าที่การเงิน

(นางรัชนิพร ดีป่าละ)

วันที่ 9 มิถุนายน 2566

ความเห็นของผู้บริหารโรงเรียน

- ทราบ

- อนุมัติ

(ลงชื่อ)

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

วันที่ 9 มิถุนายน 2566

ร้าน นวชาลัยคูปัก

เลขที่ 345 หมู่ 17 ต.รอนาเวียง อ.เมือง จ.เชียงราย

โทรศัพท์ / แฟกซ์ 053-713318

เลขประจำตัวผู้เสียภาษีอากร 3101801381767

ใบเสร็จรับเงิน

ชื่อหน่วยงาน/โรงเรียน : โรงเรียน บ้านป่าสักไถ่

เลขที่บิลส่งของ : K2566/41

ที่อยู่ : ม.12 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่เอกสาร :

หมายเหตุ :

เลขที่ใบเสร็จ 2566/52

ลำดับ	เอกสารอ้างอิง	จำนวนเงิน	ยอดชำระ
1	ค่าสินค้า(เชือกกระโดด) จ่ายแล้ว (นางสาว น. น.) เจ้าพนักงาน 16 ส. 4. 66		9,900.00
หักพันบาทถ้วน		รวมเป็นเงินทั้งสิ้น	9,900.00
☐ เงินสด ☐ เช็ค หมายเลขเช็ค.....วันที่..... ธนาคาร.....สาขา.....		ร้าน นวชาลัยคูปัก ผู้รับเงิน	



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส.๓๖(๐๑)/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุญาตตั้งคณะกรรมการกำหนดร่างขอบเขตของงาน (TOR) คุณสมบัติ ราคากลาง และหลักเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านคู ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)

เพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๔ ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๒๑ ในการซื้อหรือจ้างที่มีใ้งานก่อสร้าง ให้หัวหน้าหน่วยงานของรัฐแต่งตั้งคณะกรรมการขึ้นมาคณะหนึ่ง หรือจะให้เจ้าหน้าที่หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งรับผิดชอบในการจัดทำร่างขอบเขตของงานหรือรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะของพัสดุที่จะซื้อหรือจ้าง รวมทั้งกำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอด้วยและตามคู่มือการปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๖๓ แนบท้ายหนังสือคณะกรรมการวินิจฉัยปัญหาการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ ด่วนที่สุด ที่ กค (กวจ) ๐๔๐๕.๒/ว ๘๔๕ ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง อนุมัติยกเว้นและกำหนดแนวทางทางปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๓

ดังนั้นโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการ ต่อไปนี้เป็นผู้จัดทำร่างขอบเขตของงานหรือรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะของ การจัดซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) ดังนี้

- | | | |
|------------------------------|------------------|-----------------------|
| ๑. นางเทียมจิตต์ วิชาคำ | ครูชำนาญการ | ตำแหน่ง ประธานกรรมการ |
| ๒. นางวรายุภัสร์ แก้ววิฑูรย์ | ครูชำนาญการพิเศษ | ตำแหน่ง กรรมการ |
| ๓. นางอรษา จำปา | ครูชำนาญการ | ตำแหน่ง กรรมการ |

จึงเรียนมาเพื่อโปรดลงนามในคำสั่งแต่งตั้ง

(ลงชื่อ).....เจ้าหน้าที่

(ลงชื่อ).....หัวหน้าเจ้าหน้าที่

- ทราบ

- ลงนามแล้ว

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖



คำสั่งโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ ๐๓๗ / ๒๕๖๖

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการกำหนดเกณฑ์คุณลักษณะพัสดุ ราคาากลาง และกำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณา
คัดเลือกข้อเสนอ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล
ตำบลบ้านคู ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือก
กระโดด) จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)

เพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐
ข้อ ๔ ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๒๑ ในการซื้อ
หรือจ้างที่มีใช้งานก่อสร้าง ให้หัวหน้าหน่วยงานของรัฐแต่งตั้งคณะกรรมการขึ้นมาคณะหนึ่ง หรือจะให้
เจ้าหน้าที่หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งรับผิดชอบในการจัดทำร่างขอบเขตของงานหรือรายละเอียดคุณ
ลักษณะเฉพาะของพัสดุที่จะซื้อหรือจ้าง รวมทั้งกำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอด้วยและตาม
คู่มือการปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน
(ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๖๓ แนบท้ายหนังสือคณะกรรมการวินิจฉัยปัญหาการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ
ภาครัฐ ด่วนที่สุด ที่ กค. (กวจ) ๐๔๐๕.๒/ว ๘๔๕ ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง อนุมัติยกเว้นและกำหนด
แนวทางทางปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือ
สนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๓

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการ ต่อไปนี้เป็นผู้จัดทำรายละเอียดคุณ
ลักษณะเฉพาะของการจัดซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) ดังนี้

๑. นางวราภรณ์ แก้ววิฑูรย์ ครูชำนาญการพิเศษ ตำแหน่ง ประธานกรรมการ
๒. นางเทียมจิตต์ วิชาคำ ครูชำนาญการ ตำแหน่ง กรรมการ
๓. นางอรุษา จำปา ครูชำนาญการ ตำแหน่ง กรรมการ

สั่ง ณ วันที่ ๒ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส.๓๖(๐๒)/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการกำหนดคุณลักษณะเฉพาะ ราคากลาง และหลักเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ

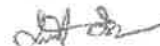
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ตามที่โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล ตำบลบ้านคู ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือก กระโดด) จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน) และคำสั่งโรงเรียน บ้านป่าสักไก่อ ที่ ๐๓๗/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖ ได้แต่งตั้งคณะกรรมการกำหนดร่างขอบเขต ของงาน (TOR) คุณลักษณะเฉพาะและหลักเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ นั้น

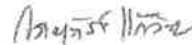
บัดนี้คณะกรรมการ ได้ดำเนินการตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ ภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๔ ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๒๑ และตามคู่มือการปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการ ส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๖๓ แนบท้ายหนังสือคณะกรรมการวินิจฉัยปัญหาการจัดซื้อจัดจ้าง และการบริหารพัสดุภาครัฐ ส่วนที่ ๓๓ ที่ กค (กวจ) ๐๔๐๕.๒/ว ๘๔๕ ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง อนุมัติยกเว้นและกำหนดแนวทางทางปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐ ต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๓ เรียบร้อยแล้ว ปรากฏดังนี้

๑.เป็นพัสดุตามวัตถุประสงค์การใช้งานและเป็นพัสดุที่ผลิตในประเทศไทย ปรากฏ รายละเอียดตามเอกสารที่แนบ โดยใช้เกณฑ์ราคาในการคัดเลือก

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณาอนุมัติให้ใช้เกณฑ์คุณลักษณะเฉพาะ ราคากลางและ เกณฑ์ราคาในการคัดเลือก ในการจัดซื้อพัสดุดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

(ลงชื่อ)  ประธานกรรมการ

(นางเทียมจิตต์ วิชาคำ)

(ลงชื่อ)  กรรมการ

(นางวรายุทธิ์ แก้ววิฑูรย์)

(ลงชื่อ)  กรรมการ

(นางอรสา จำปา)

- เห็นชอบ

- อนุมัติ

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

การกำหนดคุณลักษณะเฉพาะ ราคากลาง และหลักเกณฑ์ในการพิจารณา รายการพัสดุ

การกำหนดรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะพัสดุ

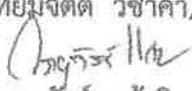
๑. ข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ

ชื่อโครงการ: งานซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด)

เงินงบประมาณโครงการ ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)

ลำดับ ที่	รายการ	จำนวน หน่วย	หน่วย นับ	ราคา กลาง/ หน่วย	คุณลักษณะ	ผลิตใน ปท.	ผลิตต่าง ชท.
๑	เชือกกระโดด	๓๐	อัน	๓๓๐	- สามารถวัด แคลอรีที่ใช้ กระโดดไปได้ - สามารถวัดจำนวนรอบการ กระโดดไปได้ - นับรอบได้ แสดงแคลอรี พร้อมจอดิจิตอล Digital Jump Rope - วัสดุ แข็งแรง ทนทาน - คำนวณการเผาผลาญ calories ได้ โดยการใส่น้ำหนัก	✓	

๒. เกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ (...✓...)เกณฑ์ราคา (.....)เกณฑ์ราคาประกอบเกณฑ์อื่น

(ลงชื่อ)  ประธานกรรมการ
(นางเทียมจิตต์ วิศาคำ)
(ลงชื่อ)  กรรมการ
(นางวรายุทธิ์ แก้ววิฑูรย์)
(ลงชื่อ)  กรรมการ
(นางอรสา จำปา)



(วิธีเฉพาะเจาะจง ข้อ 56 วรรคหนึ่ง (2) (ข) งานซื้อวงเงินเล็กน้อยไม่เกิน 100,000 บาท)

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส๓๖(๐๓)/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานขอซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด)

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ มีความประสงค์จะขอซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

งานพัสดุได้ตรวจสอบแล้วเห็นควรจัดซื้อตามเสนอ และเพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๕๖ วรรคหนึ่ง (๒) (ข) และระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๒๒ ข้อ ๗๙ ข้อ ๒๕ (๕) และกฎกระทรวงกำหนดวงเงินการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุโดยวิธีเฉพาะเจาะจง วงเงินการจัดซื้อจัดจ้างที่ไม่ทำข้อตกลงเป็นหนังสือ และวงเงินการจัดซื้อจัดจ้างในการแต่งตั้งผู้ตรวจรับพัสดุ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๑ และข้อ ๕ จึงขอรายงานขอซื้อ ดังนี้

๑. เหตุผลและความจำเป็นที่ต้องซื้อ คือ เพื่อกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค
๒. รายละเอียดของที่จะซื้อคือ(ตามรายละเอียดตามบันทึกที่แนบ)... ..
๓. ราคาของพัสดุที่จะซื้อเป็นเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)
๔. วงเงินที่จะขอซื้อครั้งนี้ ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)
๕. กำหนดเวลาที่ต้องการใช้พัสดุภายใน ๕ วัน นับถัดจากวันลงนามในสัญญา
๖. ซื้อโดยวิธีเฉพาะเจาะจง เนื่องจาก การจัดจ้างพัสดุที่มีการผลิต จำหน่าย ก่อสร้าง หรือให้บริการทั่วไป และมีวงเงินในการจัดซื้อจัดจ้างครั้งหนึ่งไม่เกิน ๕๐๐,๐๐๐ บาท ที่กำหนดในกฎกระทรวง
๗. หลักเกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ โดยใช้เกณฑ์ราคา
๘. ข้อเสนออื่น ๆ เห็นควรแต่งตั้งผู้ตรวจรับพัสดุ ตามเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

๑. เห็นชอบในรายงานขอซื้อดังกล่าวข้างต้น

๒. อนุมัติให้แต่งตั้ง นางเกษณี จารุสาร ตำแหน่งครูชำนาญการพิเศษ เป็นผู้ตรวจรับพัสดุ

ลงชื่อเจ้าหน้าที่

(นางกุลกรภัส ศรียอด)

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อหัวหน้าเจ้าหน้าที่

(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เห็นชอบ

อนุมัติ

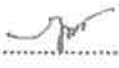
(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

รายละเอียดแนบท้ายบันทึกข้อความ ที่ พส ๓๖/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖
งานจัดซื้อพัสดุ จำนวน ๑ รายการ
โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ลำดับ ที่	รายการละเอียดของพัสดุที่จะซื้อ	จำนวน หน่วย	ราคา/ หน่วย	จำนวนเงิน	ผลิตใน ปท.	ผลิตต่าง ปท.	SMEs
๑	เชือกกระโดด	๓๐	๓๓๐	๙,๙๐๐	✓		
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น(เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)				๙,๙๐๐			

ลงชื่อ.....เจ้าหน้าที่

(นางกุลรภัส ศรียอด)

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อ.....หัวหน้าเจ้าหน้าที่

(นางสาววรรณทิวา วงศ์เมือง)

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ใบเสนอราคา

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๑. ข้าพเจ้านางปานรัตน์ รัตนปราชสารถกุล ผู้จัดการร้าน แวชาyard บิ๊ก อยู่บ้านเลขที่ ๓๔๕ หมู่ที่ ๑๗ ซอยร่วมใจ ตำบลรอบเวียง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ชื่อสถานประกอบการคือ บริษัท/ห้าง/ร้าน แวชาyard บิ๊ก เลขประจำตัวผู้เสียภาษี ๓๑๐๑๘๐๑๓๘๑๗๖๗ โดย นางปานรัตน์ รัตนปราชสารถกุล ผู้ลงนามข้างท้ายนี้ ได้เข้าใจรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะและแบบรูปรายการ เงื่อนไขในสัญญาซื้อขาย และรายละเอียดต่างๆ โดยตลอดและยอมรับข้อกำหนดและเงื่อนไขนั้นแล้ว รวมทั้งรับรองว่า ข้าพเจ้าเป็นผู้มีคุณสมบัติ ครบถ้วนตามที่กำหนด และไม่เป็นผู้ทำงานของทางราชการ

๒. ข้าพเจ้าขอเสนอรายการพัสดุ รวมทั้งบริการตามราคา และกำหนดส่งมอบ ดังต่อไปนี้

ลำดับ ที่	รายการละเอียดของพัสดุที่จะซื้อ	จำนวน หน่วย	ราคา/ หน่วย	จำนวนเงิน	ผลิตใน ปท.	ผลิตต่าง ปท.	SMEs
๑	เชือกกระโดด	๓๐	๓๓๐	๙,๙๐๐	✓		
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น(เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)				๙,๙๐๐			

ซึ่งเป็นราคาที่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม รวมทั้งอาชี้อากรอื่น และค่าใช้จ่ายทั้งปวงไว้ด้วยแล้ว

๓. คำเสนอนี้จะยืนยันอยู่เป็นระยะเวลา ๓๐ วัน นับตั้งแต่วันที่ได้อ่านใบเสนอราคา

๔. กำหนดส่งมอบพัสดุตามรายละเอียดรายการข้างต้น ภายใน ๕ วัน/วันทำการ นับถัดจากวันลงนามสัญญา

ลงชื่อ.....ผู้เจรจาตกลงราคา

(นางกุลกรภัส ศรียอด)

เจ้าหน้าที่

ลงชื่อ.....ผู้ขาย

(นางปานรัตน์ รัตนปราชสารถกุล)



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส.๓๖/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการพิจารณาและขออนุมัติสั่งซื้อ/สั่งจ้าง

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ตามที่ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ เห็นชอบรายงานขอซื้อพัสดุ จำนวน ๑ รายการ เพื่อใช้ในการกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ซึ่งได้รับจัดสรรงบประมาณ เป็นจำนวนเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน ตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๒๔ รายละเอียดดังแนบ

ในการนี้เจ้าหน้าที่ได้เจรจากลกราคากับ ร้าน แวชาyard บิ๊ก ซึ่งมีอาชีพราย ปรากฏว่าเสนอราคาเป็นเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน

ดังนั้นเพื่อให้เป็นไปตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๗๙ จึงเห็นควรจัดซื้อ/จัดจ้างจากผู้เสนอราคารายดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณา

๑. อนุมัติให้สั่งซื้อ/สั่งจ้างจาก ร้าน แวชาyard บิ๊ก เป็นผู้ขาย ทำการ จัดซื้อพัสดุไอซีทีระดับประถมศึกษา ในวงเงิน ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน) กำหนดเวลาการส่งมอบ ๕ วัน หลังลงนามใบสั่งซื้อ

๒. ลงนามในใบสั่งซื้อ/ใบสั่งจ้าง ดังแนบ

ลงชื่อเจ้าหน้าที่
(นางกุลกรภัส ศรียอด)

ลงชื่อหัวหน้าเจ้าหน้าที่
(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)

-อนุมัติ

-ลงนามแล้ว

ลงชื่อ
(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖



ประกาศโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

เรื่อง ประกาศผู้ชนะการเสนอราคา ซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด)โดยวิธีเฉพาะเจาะจง

ตามที่ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้มีโครงการ ซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) โดยวิธีเฉพาะเจาะจง นั้น

รายการซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) ผู้ได้รับการคัดเลือก ได้แก่ ร้าน •
แวชชาด์ บิ๊ก โดยเสนอราคา เป็นเงินทั้งสิ้น ๔,๔๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน) รวมภาษีมูลค่าเพิ่มและภาษี
อื่น ค่าขนส่ง ค่าจดทะเบียน และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ทั้งปวง .

ประกาศ ณ วันที่ ๒ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ



ใบสั่งซื้อ

ผู้ขาย แวชาyardบุ๊ค

ที่อยู่ เลขที่ ๓๔๕ หมู่ ๑๗ ซอยร่วมใจ ถนนสันคอกช้าง

ตำบลรอบเวียง อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย ๕๗๐๐๐

โทรศัพท์ ๐๘๗๗๕๐๖๘๖๕

เลขประจำตัวผู้เสียภาษี ๓๑๐๑๘๐๑๓๘๑๗๖๗

ใบสั่งซื้อเลขที่ ๓๖/๒๕๖๖

วันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่อยู่ -หมู่ที่๑๒ ตำบลบ้านคู้ อำเภอเมือง

เชียงราย จังหวัดเชียงราย

โทรศัพท์ ๕๓๖๐๕๓๔๘

ตามที่ แวชาyardบุ๊ค ได้เสนอราคา ไว้ต่อ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ซึ่งได้รับราคาและตกลง
ซื้อ ตามรายการดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	จำนวน	หน่วย	ราคาต่อหน่วย (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)
๑	วัสดุอุปกรณ์ประกอบการออกกำลัง กาย (เชือกกระโดด) ตามรายละเอียดแนบท้าย	๑	รายการ	๙,๙๐๐.๐๐	๙,๙๐๐.๐๐
(เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)			รวมเป็นเงิน		๙,๙๐๐.๐๐
			ภาษีมูลค่าเพิ่ม		
			รวมเป็นเงินทั้งสิ้น		๙,๙๐๐.๐๐

การซื้อ อยู่ภายใต้เงื่อนไขต่อไปนี้

- กำหนดส่งมอบภายใน ๕ วัน นับถัดจากวันที่ผู้รับจ้างได้รับผู้ขายได้รับใบสั่งซื้อ
- ครบกำหนดส่งมอบวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖
- สถานที่ส่งมอบ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ -หมู่ที่๑๒
- ระยะเวลาประกัน -
- สงวนสิทธิ์ค่าปรับกรณีส่งมอบเกินกำหนด โดยคิดค่าปรับเป็นรายวันในอัตราร้อยละ ๐.๒๐ ของราคา
สิ่งของ

ที่ยังไม่ได้รับมอบ

- ส่วนราชการสงวนสิทธิ์ที่จะไม่รับมอบถ้าปรากฏว่าสินค้านั้นมีลักษณะไม่ตรงตามรายการที่ระบุไว้ในใบสั่งซื้อ กรณีนี้

ผู้ขายจะต้องดำเนินการเปลี่ยนใหม่ให้ถูกต้องตามใบสั่งซื้อทุกประการ

๗. การประเมินผลการปฏิบัติงานของผู้ประกอบการ หน่วยงานของรัฐสามารถนำผลการปฏิบัติงานแล้ว
เสร็จตามสัญญาหรือข้อตกลงของคู่สัญญา
เพื่อนำมาประเมินผลการปฏิบัติงานของผู้ประกอบการ

ลงชื่อ..........ผู้สั่งซื้อ

(นางสาววรรณทิรา วงศ์เมือง)

หัวหน้าเจ้าหน้าที่

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อ..........ผู้รับใบสั่งซื้อ

(นางปานรัตน์ รัตนปราสาทกุล)

ผู้ขาย

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

รายละเอียดแนบท้ายใบสั่งซื้อเลขที่ ๓๖/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖
งานจัดซื้อพัสดุ จำนวน ๑ รายการ
โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ลำดับที่	รายการละเอียดของพัสดุที่จะซื้อ	จำนวน หน่วย	ราคา/หน่วย	จำนวนเงิน
๑	เชือกกระโดด	๓๐	๓๓๐	๙,๙๐๐
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น(เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน)				๙,๙๐๐

ลงชื่อ..........ผู้สั่งซื้อ
(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)

หัวหน้าเจ้าหน้าที่

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อ..........ผู้รับใบสั่งซื้อ
(นางปานรัตน์ รัตนปราสาทกุล)

ผู้ขาย

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ใบกำกับสินค้า/ใบส่งของ

เลขที่ใบเสร็จ V2566/52

ผู้รับผิดชอบ?

ใบตรวจรับพัสดุ

ตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๑๗๕

เขียนที่ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

ตามที่โรงเรียน โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้จัดซื้อวัสดุอุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด) จาก ร้านแวชชาด ใบสั่งซื้อเลขที่ ๓๖/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖ ครบกำหนดส่งมอบวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

บัดนี้ผู้ขายได้จัดส่งวัสดุไอซีทีระดับประถม ตามหนังสือส่งมอบของ ร้านแวชชาด ผู้ขาย เลขที่ ลงวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

การซื้อ/จ้างรายนี้ได้สั่งแก้ไขเปลี่ยนแปลงคือ

คณะกรรมการตรวจรับพัสดุได้ตรวจรับงานเมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ แล้วปรากฏว่างานเสร็จเรียบร้อยถูกต้องตาม ใบสั่งซื้อ ทุกประการ เมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ โดยส่งมอบเกินกำหนดจำนวน วัน คิดค่าปรับในอัตรา..... * รวมเป็นเงินทั้งสิ้น บาท จึงออกหนังสือสำคัญฉบับนี้ให้ไว้ วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ ผู้ขาย/ผู้รับจ้างควรได้รับเงินเป็นจำนวนเงินทั้งสิ้น ๙,๙๐๐ บาท (เก้าพันเก้าร้อยบาทถ้วน) ตาม ใบสั่งซื้อ

จึงขอเสนอรายงานต่อผู้อำนวยการโรงเรียน บ้านป่าสักไก่อ เพื่อโปรดทราบ ตามนัยข้อ ๑๗๕ (๕) แห่งระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐

ลงชื่อ ผู้ตรวจรับ
(นางเกษณี จารุสาร)

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

- เพื่อโปรดทราบผลการตรวจรับพัสดุ

ลงชื่อ เจ้าหน้าที่
ลงชื่อ หัวหน้าเจ้าหน้าที่
ลงชื่อ รองผอ.โรงเรียน

- ทราบ
- อนุมัติ

ลงชื่อ
(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ
๗ มิถุนายน ๒๕๖๖


บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขบัตรประชาชน 3 1018 01381 78 7
 Identification Number

นาง ปาริชาติ จันทประสาธน์
 Name Mrs. Paratchai
 Last name Jantaprasathin
 เกิด 18 ม.ค. 2515
 Date of Birth 18 Jan. 1972
 เพศ หญิง

อายุ 33 ปี 17 ม.ค. 2555
 Validity 17 Jan. 2015
 17 ม.ค. 2557
 Validity 17 Jan. 2016
 17 ม.ค. 2558
 Validity 17 Jan. 2017

17 ม.ค. 2555
 Validity 17 Jan. 2015
 17 ม.ค. 2557
 Validity 17 Jan. 2016
 17 ม.ค. 2558
 Validity 17 Jan. 2017

ปาริชาติ จันทประสาธน์
 11 ม.ค. 2555



ทะเบียนเลขที่..... 3101801381767
คำขอที่..... 5751553002022

แบบ พค.0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นางปณรัตน์ รัตนปราสาทกุล

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499
เมื่อวันที่..... 6 สิงหาคม 2553
ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

แวนชาคัมภีร์

เขียนเป็นอักษรโรมัน

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ
- จำหน่ายหนังสือเรียน และวัสดุอุปกรณ์เครื่องเขียนทุกชนิด

ที่ตั้งสำนักงานแห่งใหญ่
เลขที่..... 345 หมู่ที่..... 17 ตำบล/ซอย..... ร่มใจ ถนน..... สันคอกช้าง
ตำบล/แขวง..... รอนเวียง อำเภอ/เขต..... เมือง จังหวัด..... เชียงราย

ออกให้ ณ วันที่..... 6 สิงหาคม 2553



๙๑. ๑๒/๖๖



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 1

ที่ ๒๘/๒๕๖๖

วันที่ 20 เดือนมิถุนายน พ.ศ. 2566

เรื่อง ขออนุมัติเบิกจ่ายเงินบัญชีรายได้อาณาการศึกษา ค่าจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ ตามโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ตามที่โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้จัดทำเอกสารและป้ายโครงการ เพื่อใช้ในโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพ จากร้านดี ไอ วาย ก๊อปปี้แอนด์ปริ้นท์ จำนวนเงิน 1,450.00 บาท ภาษีมูลค่าเพิ่ม - บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 1,450.00 บาท ตามใบสั่งจ้าง เลขที่ 37/2566 ลงวันที่ 2 มิถุนายน 2566 นั้น

บัดนี้คณะกรรมการตรวจรับพัสดุ ได้ทำการตรวจรับเรียบร้อยแล้ว จึงเป็นควรจ่ายเงินให้ผู้ขาย เป็นเงิน 1,450.00 บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

(ลงชื่อ)

เจ้าหน้าที่การเงิน

(นางรชนีพร คีปะละ)

วันที่ 20 มิถุนายน 2566

ความเห็นของผู้บริหารโรงเรียน

- ทราบ

- อนุมัติ

(ลงชื่อ)

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

วันที่ 20 มิถุนายน 2566



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส.๓๗(๐๑)/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุญาตตั้งคณะกรรมการกำหนดร่างขอบเขตของงาน (TOR) คุณลักษณะ ราคากลาง และหลักเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านตูม ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

เพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๔ ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๒๑ ในการซื้อหรือจ้างที่มีใช้งานก่อสร้าง ให้หัวหน้าหน่วยงานของรัฐแต่งตั้งคณะกรรมการขึ้นมาคณะหนึ่ง หรือจะให้เจ้าหน้าที่หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งรับผิดชอบในการจัดทำร่างขอบเขตของงานหรือรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะของพัสดุที่จะซื้อหรือจ้าง รวมทั้งกำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอด้วยและตามคู่มือการปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๖๓ แนบท้ายหนังสือคณะกรรมการวินิจฉัยปัญหาการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ ค่วนที่สุด ที่ กค (กวจ) ๐๔๐๕.๒/ว ๘๕๕ ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง อนุมัติยกเว้นและกำหนดแนวทางทางปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๓

ดังนั้นโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการ ต่อไปนี้เป็นผู้จัดทำร่างขอบเขตของงานหรือรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะของ การจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ ดังนี้

- | | | |
|---------------------------|------------------|-----------------------|
| ๑. นางเทียมจิตต์ วิชาคำ | ครูชำนาญการ | ตำแหน่ง ประธานกรรมการ |
| ๒. นางวราภรณ์ แก้ววิฑูรย์ | ครูชำนาญการพิเศษ | ตำแหน่ง กรรมการ |
| ๓. นางอรุษา จำปา | ครูชำนาญการ | ตำแหน่ง กรรมการ |

จึงเรียนมาเพื่อโปรดลงนามในคำสั่งแต่งตั้ง

(ลงชื่อ).....เจ้าหน้าที่

(ลงชื่อ).....หัวหน้าเจ้าหน้าที่

- ทราบ

- ลงนามแล้ว

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖



คำสั่งโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ ๐๓๘ / ๒๕๖๖

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการกำหนดเกณฑ์คุณลักษณะพัสดุ ราคากลาง และกำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณา
คัดเลือกข้อเสนอ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล
ตำบลบ้านคู ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ จำนวน
๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

เพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐
ข้อ ๔ ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๒๑ ในการซื้อ
หรือจ้างที่มีใช้งานก่อสร้าง ให้หัวหน้าหน่วยงานของรัฐแต่งตั้งคณะกรรมการขึ้นมาคณะหนึ่ง หรือจะให้
เจ้าหน้าที่หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่งรับผิดชอบในการจัดทำร่างขอบเขตของงานหรือรายละเอียดคุณ
ลักษณะเฉพาะของพัสดุที่จะซื้อหรือจ้าง รวมทั้งกำหนดหลักเกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอด้วยและตาม
คู่มือการปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน
(ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๖๓ แนบท้ายหนังสือคณะกรรมการวินิจฉัยปัญหาการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ
ภาครัฐ ด่วนที่สุด ที่ กค (กวจ) ๐๔๐๕.๒/ว ๘๔๕ ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง อนุมัติยกเว้นและกำหนด
แนวทางทางปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือ
สนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๓

โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการ ต่อไปนี้เป็นผู้จัดทำรายละเอียดคุณ
ลักษณะเฉพาะของการจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ ดังนี้

๑. นางวราภรณ์ แก้ววิฑูรย์ ครูชำนาญการพิเศษ ตำแหน่ง ประธานกรรมการ
๒. นางเทียมจิตต์ วิชาคำ ครูชำนาญการ ตำแหน่ง กรรมการ
๓. นางอรษา จำปา ครูชำนาญการ ตำแหน่ง กรรมการ

สั่ง ณ วันที่ ๒ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายสุกิจ พันิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส.๓๓(๐๒)/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการกำหนดคุณลักษณะเฉพาะ ราคากลาง และหลักเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ

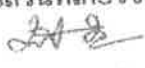
เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล ตำบลบ้านดู่ ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) และคำสั่งโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ที่ ๐๓๘/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖ ได้แต่งตั้งคณะกรรมการกำหนดร่างขอบเขตของงาน (TOR) คุณลักษณะเฉพาะและหลักเกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ นั้น

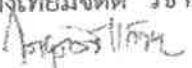
บัดนี้คณะกรรมการ ได้ดำเนินการตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ ภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ ข้อ ๔ ระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ ภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๒๑ และตามคู่มือการปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการ ส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๖๓ แบบท้ายหนังสือคณะกรรมการวินิจฉัยปัญหาการจัดซื้อจัดจ้าง และการบริหารพัสดุภาครัฐ ด่วนที่สุด ที่ กค (กวจ) ๐๔๐๕.๒/ว ๘๔๕ ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๔ เรื่อง อนุมัติยกเว้นและกำหนดแนวทางทางปฏิบัติตามกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐ ต้องการส่งเสริมหรือสนับสนุน (ฉบับที่ ๒) พ.ศ. ๒๕๖๓ เรียบร้อยแล้ว ปรากฏดังนี้

๑.เป็นพัสดุตามวัตถุประสงค์การใช้งานและเป็นพัสดุที่ผลิตในประเทศไทย ปรากฏ รายละเอียดตามเอกสารที่แนบ โดยใช้เกณฑ์ราคาในการคัดเลือก

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณาอนุมัติให้ใช้เกณฑ์คุณลักษณะเฉพาะ ราคากลางและ เกณฑ์ราคาในการคัดเลือก ในการจัดซื้อพัสดุดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

(ลงชื่อ)  ประธานกรรมการ

(นางเทียมจิตต์ วิชาคำ)

(ลงชื่อ)  กรรมการ

(นางวรารักษ์ แก้ววิฑูรย์)

(ลงชื่อ)  กรรมการ

(นางอรษา จำปา)

- เห็นชอบ

- อนุมัติ

(นายสุกิจ พิณิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

การกำหนดคุณลักษณะเฉพาะ ราคากลาง และหลักเกณฑ์ในการพิจารณา รายการพัสดุ

การกำหนดรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะพัสดุ

๑. ข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ

ชื่อโครงการ: งานจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ

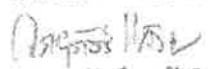
เงินงบประมาณโครงการ ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

ลำดับ ที่	รายการ	จำนวน หน่วย	หน่วย นับ	ราคากลาง/ หน่วย	ราคารวม
๑	ป้ายโครงการ ขนาด ๑.๕ x ๓.๐ ม	๑	อัน	๔๕๐	๔๕๐
๒	เช่าเล่มสรุปผลการดำเนินงาน พร้อมปรี้น	๒	เล่ม	๒๐๐	๔๐๐
๓	แบบบันทึกการออกกำลังกาย	๓๐	ชุด	๒๐	๖๐๐

๒. เกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกข้อเสนอ (...✓...)เกณฑ์ราคา (.....)เกณฑ์ราคาประกอบเกณฑ์อื่น

(ลงชื่อ)  ประธานกรรมการ

(นางเทียมจิตต์ วิชาคำ)

(ลงชื่อ)  กรรมการ

(นางวรายุทธิ์ แก้ววิฑูรย์)

(ลงชื่อ)  กรรมการ

(นางอรสา จำปา)



(วิธีเฉพาะเจาะจง ข้อ 56 วรรคหนึ่ง (2) (ข) งานซื้อวงเงินเล็กน้อยไม่เกิน 100,000 บาท)

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่ พส๓๗(๐๓)/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานขอซื้ออุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย (เชือกกระโดด)

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ด้วยโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้รับจัดสรรงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล ตำบลบ้านดู่ ตามกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค เพื่อจัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ จำนวน ๑ รายการ เป็นจำนวนเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) รายละเอียดดังแนบ

งานพัสดุได้ตรวจสอบแล้วเห็นควรจัดซื้อตามเสนอ และเพื่อให้เป็นไปตามพระราชบัญญัติ การจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๕๖ วรรคหนึ่ง (๒) (ข) และระเบียบ กระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๒๒ ข้อ ๗๙ ข้อ ๒๕ (๕) และกฎกระทรวงกำหนดวงเงินการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุโดยวิธีเฉพาะเจาะจง วงเงินการจัดซื้อจัดจ้างที่ไม่ทำ ข้อตกลงเป็นหนังสือ และวงเงินการจัดซื้อจัดจ้างในการแต่งตั้งผู้ตรวจรับพัสดุ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๑ และข้อ ๕ จึงขอรายงานขอซื้อ ดังนี้

๑. เหตุผลและความจำเป็นที่ต้องซื้อ คือ เพื่อกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค
๒. รายละเอียดของที่จะซื้อคือ(ตามรายละเอียดตามบันทึกที่แนบ).....
๓. ราคากลางของพัสดุที่จะซื้อเป็นเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)
๔. วงเงินที่จะขอซื้อครั้งนี้ ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)
๕. กำหนดเวลาที่ต้องการใช้พัสดุภายใน ๕ วัน นับถัดจากวันลงนามในสัญญา
๖. ซื้อโดยวิธีเฉพาะเจาะจง เนื่องจาก การจัดจ้างพัสดุที่มีการผลิต จำหน่าย ก่อสร้าง หรือ ให้บริการทั่วไป และมีวงเงินในการจัดซื้อจัดจ้างครั้งหนึ่งไม่เกิน ๕๐๐,๐๐๐ บาท ที่กำหนดในกฎกระทรวง
๗. หลักเกณฑ์การพิจารณาคัดเลือกซื้อเสนอ โดยใช้เกณฑ์ราคา
๘. ข้อเสนออื่น ๆ เห็นควรแต่งตั้งผู้ตรวจรับพัสดุ ตามเสนอ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

๑. เห็นชอบในรายงานขอซื้อดังกล่าวข้างต้น

๒. อนุมัติให้แต่งตั้ง นางเกษณี จารุสาร ตำแหน่งครูชำนาญการพิเศษ เป็นผู้ตรวจรับพัสดุ

ลงชื่อเจ้าหน้าที่

(นางกุลรภัส ศรียอด)

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อหัวหน้าเจ้าหน้าที่

(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เห็นชอบ

อนุมัติ

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

รายละเอียดแนบท้ายบันทึกข้อความ ที่ พส ๓๖/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖
งานจัดซื้อพัสดุ จำนวน ๑ รายการ)
โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่

ลำดับ ที่	รายการ	จำนวน หน่วย	หน่วย นับ	ราคากลาง/ หน่วย	ราคารวม
๑	ป้ายโครงการ ขนาด ๑.๕ x ๓.๐ ม	๑	อัน	๔๕๐	๔๕๐
๒	เข้าเล่มสรุปผลการดำเนินงาน พร้อมปรี้น	๒	เล่ม	๒๐๐	๔๐๐
๓	แบบบันทึกการออกกำลังกาย	๓๐	ชุด	๒๐	๖๐๐
(หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)					๑,๔๕๐

ลงชื่อ...เจ้าหน้าที่
(นางกุลกรภัส ศรียอด)
๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อ...หัวหน้าเจ้าหน้าที่
(นางสาววรรณทิวา วงศ์เมือง)
๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ใบเสนอราคา

วันที่ ๒ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักโก

๑. ข้าพเจ้า ผู้จัดการ ร้านดี.ไอ.วาย ก๊อปปีแอนด์ปริ้นท์ อยู่บ้านเลขที่ ๑๙๓ หมู่ ๓ ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ชื่อสถานประกอบการคือร้านดี.ไอ.วาย ก๊อปปีแอนด์ปริ้นท์ เลขประจำตัวผู้เสียภาษี ๑๕๗๙๙๐๐๐๗๑๐๗๖๗ โดย นายโยธิน ริมฝ่าย ผู้ลงนามข้างท้ายนี้ ได้เข้าใจรายละเอียดคุณลักษณะเฉพาะและรูปแบบรายการ เงื่อนไขในสัญญาซื้อขายและรายละเอียดต่างๆโดยตลอดและยอมรับข้อกำหนดและเงื่อนไขนั้นแล้ว รวมทั้งรับรองว่า ข้าพเจ้าเป็นผู้มีคุณสมบัติครบถ้วนตามที่กำหนด และไม่เป็นผู้ทำงานของทางราชการ

๒. ข้าพเจ้าขอเสนอรายการพัสดุ รวมทั้งบริการตามราคา และกำหนดส่งมอบ ดังต่อไปนี้

ลำดับ ที่	รายการ	จำนวน หน่วย	หน่วย นับ	ราคากลาง/ หน่วย	ราคารวม
๑	ป้ายโครงการ ขนาด ๑.๕ X ๓.๐ ม	๑	อัน	๔๕๐	๔๕๐
๒	เข้าเล่มสรุปผลการดำเนินงาน พร้อมปริ้น	๒	เล่ม	๒๐๐	๔๐๐
๓	แบบบันทึกการออกกำลังกาย	๓๐	ชุด	๒๐	๖๐๐
(หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)					๑,๔๕๐

ซึ่งเป็นราคาที่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม รวมทั้งอาชีวะกรอื่น และค่าใช้จ่ายทั้งปวงไว้ด้วยแล้ว

๓. คำเสนอนี้จะยืนอยู่เป็นระยะเวลา ๓๐ วัน นับตั้งแต่วันที่ได้อื่นใบเสนอราคา

๔. กำหนดส่งมอบพัสดุตามรายละเอียดรายการข้างต้น ภายใน ๕ วัน/วันทำการ นับถัดจากวันลงนามสัญญา

ลงชื่อ.....ผู้เจรจาตกลงราคา
(นางกุลภัส ศรียอด)
เจ้าหน้าที่

ลงชื่อ.....ผู้รับจ้าง
(นายโยธิน ริมฝ่าย)



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักโก

ที่ พส.๓๗/๒๕๖๖

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการพิจารณาและขออนุมัติสั่งซื้อ/สั่งจ้าง

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักโก

ตามที่ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักโก เห็นชอบรายงานขอจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการ จำนวน ๑ รายการ เพื่อใช้ในกิจกรรม กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ซึ่งได้รับจัดสรรงบประมาณ เป็นจำนวนเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) ตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้าง และการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๒๔ รายละเอียดดังแนบ

ในการนี้เจ้าหน้าที่ได้เจรจากดลดราคากับ ร้านดี.โอ.วาย ก๊อบบี้แอนด์ปรีนท์ ซึ่งมีอาชีพขาย ปรากฏว่าเสนอราคาเป็นเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

ดังนั้นเพื่อให้เป็นไปตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุ ภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๗๔ จึงเห็นควรจัดซื้อ/จัดจ้างจากผู้เสนอราคารายดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และพิจารณา

๑. ขออนุมัติให้สั่งซื้อ/สั่งจ้างจาก ร้านดี.โอ.วาย ก๊อบบี้แอนด์ปรีนท์ เป็นผู้ขาย ทำการ จัดซื้อพัสดุ ไอซีทีระดับประถมศึกษา ในวงเงิน ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) กำหนดเวลาการส่งมอบ ๕ วัน หลังลงนามใบสั่งซื้อ

๒. ลงนามใบใบสั่งซื้อ/ใบสั่งจ้าง ดังแนบ

ลงชื่อเจ้าหน้าที่
(นางกุลกรภัส ศรียอด)

ลงชื่อหัวหน้าเจ้าหน้าที่
(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)

-อนุมัติ

-ลงนามแล้ว

ลงชื่อ
(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักโก

๒ มิถุนายน ๒๕๖๖



ประกาศโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่
เรื่อง ประกาศผู้ชนะการเสนอราคา จ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค
โดยวิธีเฉพาะเจาะจง

ตามที่ โรงเรียนบ้านป่าสักไถ่ ได้มีโครงการ จ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค โดยวิธีเฉพาะเจาะจง นั้น

รายการจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ผู้ได้รับการคัดเลือก ได้แก่ ร้านดี.โอ.วาย ก๊อปปี้แอนด์ปริ้นท์ โดยเสนอราคา เป็นเงินทั้งสิ้น ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) รวมภาษีมูลค่าเพิ่มและภาษีอื่น ค่าขนส่ง ค่าจดทะเบียน และค่าใช้จ่ายอื่นๆ ทั้งปวง

ประกาศ ณ วันที่ ๒ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไถ่



ใบสั่งจ้าง

ผู้รับจ้าง ร้านดี.ไอ.วาย ก๊อปปี้แอนด์ปริ้นท์
ที่อยู่ เลขที่ ๑๔๓ หมู่ ๓
ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย ๕๗๑๐๐
โทรศัพท์ ๐๘๓๓๓๖๐๕๘๖
เลขประจำตัวผู้เสียภาษี ๑๕๗๙๙๐๐๐๗๐๗๐๗๐๗

ใบสั่งจ้างเลขที่ ๓๗/๒๕๖๖
วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖
ส่วนราชการ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ที่อยู่ -หมู่ที่๑๒ ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง
เชียงราย จังหวัดเชียงราย

โทรศัพท์ ๐๕๓๖๐๕๓๔๘

ตามที่ ร้านดี.ไอ.วาย ก๊อปปี้แอนด์ปริ้นท์ ได้เสนอราคา วัสดุ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ซึ่งได้รับ
ราคาและตกลงจ้าง ตามรายการดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	จำนวน	หน่วย	ราคาต่อหน่วย (บาท)	จำนวนเงิน (บาท)
๑	เอกสารและป้ายโครงการกระโดด เชือก ลดพุง ลดโรค จำนวน ๑ รายการ ดังเอกสารแนบท้าย	๑	รายการ	๑,๔๕๐.๐๐	๑,๔๕๐.๐๐
(หนึ่งพันยี่สิบเจ็ดบาทห้าสิบสตางค์)			ภาษีมูลค่าเพิ่ม		-
			รวมเป็นเงินทั้งสิ้น		๑,๔๕๐.๐๐

การสั่งจ้าง อยู่ภายใต้เงื่อนไขต่อไปนี้

- กำหนดส่งมอบภายใน ๕ วัน นับถัดจากวันที่ผู้รับจ้างได้รับใบสั่งจ้าง
- ครบกำหนดส่งมอบวันที่ ๑๔ พฤษภาคม ๒๕๖๖
- สถานที่ส่งมอบ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ๔๔ หมู่ที่๑๒ ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย
- ระยะเวลาประกัน -
- สงวนสิทธิ์ค่าปรับกรณีส่งมอบเกินกำหนด โดยคิดค่าปรับเป็นรายวันในอัตราร้อยละ ๐.๑๐ ของราคางาน
จ้าง แต่ต้องไม่ต่ำกว่าวันละ ๑๐๐.๐๐ บาท
- ส่วนราชการสงวนสิทธิ์ที่จะไม่รับมอบถ้าปรากฏว่าสินค้านั้นมีลักษณะไม่ตรงตามรายการที่ระบุไว้ใน
ใบสั่งจ้าง กรณีนี้ ผู้รับจ้างจะต้องดำเนินการเปลี่ยนใหม่ให้ถูกต้องตามใบสั่งจ้างทุกประการ

๗. การจ้างช่วง ผู้รับจ้างจะต้องไม่เอางานทั้งหมดหรือแต่บางส่วนไปจ้างช่วงอีกทอดหนึ่ง เว้นแต่การจ้างช่วงงานแต่บางส่วนที่ได้รับ อนุญาตเป็นหนังสือจากผู้ว่าจ้างแล้ว การที่ผู้ว่าจ้างได้อนุญาตให้จ้างช่วงงานแต่บางส่วนดังกล่าวนี้ ไม่เป็นเหตุให้ผู้รับจ้างหลุดพ้น จากความรับผิดชอบหรือพันธะหน้าที่และผู้รับจ้างจะยังคงต้องรับผิดชอบในความผิดและความประมาทเลินเล่อของผู้รับจ้างช่วง หรือของ ตัวแทนหรือลูกจ้างของผู้รับจ้างช่วงนั้นทุกประการ กรณีผู้รับจ้างไปจ้างช่วงงานแต่บางส่วน โดยฝ่าฝืนความในวรรคหนึ่ง ผู้รับจ้างต้องชำระ ค่าปรับให้แก่ผู้ว่าจ้างเป็นจำนวนเงินในอัตราร้อยละ ๓๐ (สิบ) ของวงเงินของงาน ที่จ้างช่วง ทั้งนี้ ไม่ตัดสิทธิผู้ว่าจ้างในการบอกเลิกสัญญา

๘. การประเมินผลการปฏิบัติงานของผู้ประกอบการ หน่วยงานของรัฐสามารถนำผลการปฏิบัติงานแล้วเสร็จตามสัญญาหรือข้อตกลงของคู่สัญญา เพื่อนำมาประเมินผลการปฏิบัติงานของผู้ประกอบการ

หมายเหตุ :

๑. การติดอากรแสตมป์ให้เป็นไปตามประมวลกฎหมายรัษฎากร หากต้องการให้ใบสั่งจ้างมีผลตามกฎหมาย

ลงชื่อ.....ผู้สั่งจ้าง
(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)

หัวหน้าเจ้าหน้าที่

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อ.....ผู้รับใบสั่งจ้าง
(นายโยธิน ริมฝ่าย)

ผู้รับจ้าง

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

รายละเอียดแนบท้ายใบสั่งซื้อเลขที่ ๓๓/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖
งานจัดซื้อพัสดุ จำนวน ๑ รายการ
โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

ลำดับ ที่	รายการ	จำนวน หน่วย	หน่วย นับ	ราคากลาง/ หน่วย	ราคารวม
๑	ป้ายโครงการ ขนาด ๑.๕ x ๓.๐ ม	๑	อัน	๔๕๐	๔๕๐
๒	เข้าเล่มสรุปผลการดำเนินงาน พร้อมปรี้น	๒	เล่ม	๒๐๐	๔๐๐
๓	แบบบันทึกการออกกำลังกาย	๓๐	ชุด	๒๐	๖๐๐
(หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)					๑,๔๕๐

ลงชื่อ.....ผู้สั่งซื้อ
(นางสาววรรณทิพา วงศ์เมือง)
หัวหน้าเจ้าหน้าที่

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ลงชื่อ.....ผู้รับใบสั่งซื้อ
(นายโยธิน ริมฝ่าย)
ผู้ขาย

วันที่ ๒ มิถุนายน ๒๕๖๖

ใบตรวจรับพัสดุ

ตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๑๗๕

เขียนที่ โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

ตามที่โรงเรียน โรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ ได้จัดจ้างจัดทำเอกสารและป้ายโครงการกระโดดเชือก
ลดพุง ลดโรค จำนวน ๑ รายการ

จาก ร้านดี.ไอ.วาย ก๊อปปี้นอนด์ปรีนท์ ใบสั่งจ้างเลขที่ ๓๓/๒๕๖๖ ลงวันที่ ๒ มิถุนายน
๒๕๖๖ ครบกำหนดส่งมอบวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

บัดนี้ผู้ขายได้จัดส่งเอกสารและป้ายโครงการกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค ตามหนังสือส่ง
มอบของ ร้านดี.ไอ.วาย ก๊อปปี้นอนด์ปรีนท์ ผู้ขาย

เลขที่ ลงวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

การซื้อ/จ้างรายนี้ได้ส่งแก้ไขเปลี่ยนแปลงคือ

คณะกรรมการตรวจรับพัสดุได้ตรวจรับงานเมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ แล้วปรากฏว่า
งานเสร็จเรียบร้อยถูกต้องตาม ใบสั่งซื้อ ทุกประการ เมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ โดยส่งมอบเกิน
กำหนดจำนวน วัน คิดค่าปรับในอัตรา * รวมเป็นเงินทั้งสิ้น
บาท จึงออกหนังสือสำคัญฉบับนี้ให้ไว้ วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๖ ผู้ขาย/ผู้รับจ้างควรได้รับเงินเป็น
จำนวนเงินทั้งสิ้น ๑,๔๕๐.๐๐ บาท (หนึ่งพันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) ตาม ใบสั่งซื้อ

จึงขอเสนอรายงานต่อผู้อำนวยการโรงเรียน บ้านป่าสักไก่อ เพื่อโปรดทราบ ตามนัยข้อ
๑๗๕ (๔) แห่งระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.
๒๕๖๐

ลงชื่อ ผู้ตรวจรับ
(นางเกษณี จารุสาร)

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ

- เพื่อโปรดทราบผลการตรวจรับพัสดุ

ลงชื่อ เจ้าหน้าที่
ลงชื่อ หัวหน้าเจ้าหน้าที่
ลงชื่อ รองผอ.โรงเรียน

- ทราบ
- อนุมัติ

ลงชื่อ
(นายสุกิจ พินิจ)

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านป่าสักไก่อ
๗ มิถุนายน ๒๕๖๖

D.I.Y COPY & PRINT

ใบส่งของชั่วคราว (ไม่ใช่ใบเสร็จ)

วันที่ 07/06/2566

[illegible]

ลงชื่อ ทศพล วัฒนพงศ์ ผู้ส่งของ ลงชื่อ _____ ผู้รับของ _____

ทะเบียนเลขที่ 1519900070767
คำขอที่ 5701858000290



แบบ พค. 0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นาย โยธิน รีมฝ่าย

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 17 ธันวาคม พ.ศ. 2558

สำเนาถูกต้อง

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ดีไอวาย ก๊อปปี แอนด์ ปริ้น

โตช. จี.พี.เอช

เขียนเป็นอักษรโรมัน

(นายโยธิน รีมฝ่าย)

DIY Copy & Print

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

จำหน่ายเครื่องเขียนและเครื่องใช้สำนักงาน

ที่ตั้งสำนักงานใหญ่

เลขที่ 193 หมู่ที่ 3 ต.รอก/ชอย ถนน

ตำบล/แขวง บานด อำเภ/เขต เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ออกให้ ณ วันที่ 17 ธันวาคม พ.ศ. 2558



ปรีชา คำมา

(ปรีชา คำมา)

นายทะเบียนพาณิชย์



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 1 5199 00070 76 7
Identification Number

ชื่อและนามสกุล นาย โยธิน ริมฬาย

Name Mr. Yotin

Last name Rimphay

เกิดวันที่ 21 ธ.ค. 2528

Date of Birth 21 Dec. 1985

ศาสนา พุทธ

ที่อยู 183 หมู่ที่ 3 ต.บ้านคู อ.เมืองเชียงราย

อายุ 31 ปี

21 ธ.ค. 2555

วันหมดอายุ

21 Dec. 2015

Date of issue

1881221

(รหัสประจำตัวบัตร)

(รหัสประจำตัวบัตร)

20 ธ.ค. 2555

วันหมดอายุ

20 Dec. 2015

Date of expiry

6799-02-12210907



ถ่ายเนาถูกต้อง

โยธิน ริมฬาย

(นายโยธิน ริมฬาย)

BORA-8.3-06



ประเทศไทย
THAILAND

ลงชื่อ โอรัน วัฒนกุล ผู้รับเงิน

แบบบันทึกการออกกำลังกาย

กระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

ของ

เด็กหญิงธัญญาพร มาเยอะ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3



น้ำหนัก (ก.ก.)		ส่วนสูง (ซ.ม.)		ดัชนีมวลกาย		รอบเอว (ซ.ม.)	
ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง	ก่อน	หลัง

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านตู

การออกกำลังกายโดยการกระโดดเชือก

การกระโดดเชือก (Rope Jumping) เป็นการออกกำลังกายแบบคาร์ดิโออย่างหนึ่งที่ทำให้ปอดและหัวใจแข็งแรง ทั้งช่วยสลายไขมันและบริหารกล้ามเนื้อหลายส่วนทั่วร่างกายไปพร้อมๆกัน โดยใช้อุปกรณ์เพียงเชือกกระโดดคุณภาพดี และความพร้อมของร่างกายก็สามารถกระโดดเชือกได้ทุกวัน เป็นวิธีออกกำลังกายที่ประหยัดทั้งเงินและเวลา

- ☐ เลือกเชือกแบบพลาสติกเส้นเล็ก (Speed Rope) หรือเชือกแบบลูกปัด (Beaded Rope) ดีที่สุด
- ☐ เชือกต้องเหมาะสมกับส่วนสูงของเรา วิธีวัดคือยืนเหยียบกึ่งกลางเชือก ดึงด้ามจับขึ้นมาจนเชือกตึง ที่พอดีคือปลายด้ามจับต้องเสมอกับรักแร้
- ☐ ใส่รองเท้าที่รองรับแรงกระแทกได้ดี เช่น รองเท้าวิ่ง รองเท้า Indoor Sport หรือรองเท้า Cross Training
- ☐ จับด้ามจับตั้งแต่กึ่งกลางถึงปลายจะดีที่สุด ยิ่งจับปลายด้ามจับแรงเหยียดยิ่งเยอะ
- ☐ พยายามกระโดดเท้าคู่ให้เชือกลอดผ่านไปได้ โดยสูงจากพื้นไม่เกิน 1-2 นิ้ว
- ☐ ลงน้ำหนักตัวด้วยปลายเท้าส่วนจมูกเท้า ส้นเท้าต้องไม่แตะพื้นเลยเวลากระโดด งอเข่าด้วยเล็กน้อย จะช่วยลดแรงกระแทก
- ☐ หากเพิ่งเริ่มต้น ควรกระโดดจากน้อยๆ ก่อนแค่ 3-5 นาที ใน 1-2 สัปดาห์แรก
- ☐ หลังจากนั้นจึงค่อยเพิ่มเวลา แต่ยังไม่ต้องกระโดดต่อเนื่องรวดเดียว ควรกระโดดติดต่อกันแค่ 1 นาที สลับด้วยการพัก 1 นาที
- ☐ เปิดเพลงจังหวะเร็วๆ (ประมาณ 120 บีตต่อนาที) คลอไปด้วย ก็จะช่วยให้กระโดดเชือกได้สนุกขึ้น
- ☐ การกระโดดเชือกที่ความเร็ว 130 รอบต่อนาที เบิร์นได้เทียบเท่าการวิ่งด้วยความเร็ว 10 กิโลเมตรต่อชั่วโมง
- ☐ กระโดดเชือกเพียง 10-15 นาที จะเบิร์นได้เทียบเท่ากับการวิ่งจ็อกกิ้ง 30 นาที
- ☐ ประมาณสัปดาห์ที่ 4 ควรจะกระโดดต่อเนื่องให้ได้อย่างน้อย 15 นาทีขึ้นไป

กระโดดเชือกอย่างไรให้ถูกวิธี และช่วยลดน้ำหนักอย่างได้ผล

1

เลือกเชือก
แบบพลาสติกเส้นเล็ก
(Speed Rope)
หรือเชือกแบบลูกปัด
(Beaded Rope) ดีที่สุด

2

เชือกต้องเหมาะ
กับส่วนสูงของเรา วิธีวัดคือ
ยืนเหยียบกึ่งกลางเชือก
ดึงด้ามจับขึ้นมาจนเชือกถึง
ที่พอดีคือปลายด้ามจับ
ต้องเสมอกับรักแร้

3

ใส่รองเท้า
ที่รองรับแรงกระแทกได้ดี
เช่น รองเท้าวิ่ง
รองเท้า Indoor Sport
หรือรองเท้า Cross Training

4

จับด้ามจับตั้งแต่กึ่งกลาง
ถึงปลายจะดีที่สุด
ยังจับปลายด้ามจับ
แรงเหยียดยิ่งเยอะ

5

พยายามกระโดดต่ำๆ
ให้เชือกลอดผ่านไปได้
โดยสูงจากพื้น
ไม่เกิน 1-2 นิ้ว

6

ลงน้ำหนักตัว
ด้วยปลายเท้าส่วนจมูกเท้า
ส้นเท้าต้องไม่แตะพื้นเลย
เวลากระโดดงอเข่าด้วยเล็กน้อย
จะช่วยลดแรงกระแทก

7

หากเพิ่งเริ่มต้น
ควรกระโดดจากน้อยๆ ก่อน
แค่ 3-5 นาที
ใน 1-2 สัปดาห์แรก

8

หลังจากนั้นจึงค่อยเพิ่มเวลา
แต่ยังไม่ต้อง
กระโดดต่อเนื่องรวดเดียว
ควรกระโดดติดต่อกันแค่ 1 นาที
สลับด้วยการพัก 1 นาที

9

เปิดเพลงจังหวะเร็วๆ
(ประมาณ 120 บีตต่อนาที)
คลอไปด้วย ก็จะช่วยให้
กระโดดเชือกได้สนุกขึ้น

10

การกระโดดเชือกที่ความเร็ว
130 รอบต่อนาที
เบิร์นได้เทียบเท่า
การวิ่งด้วยความเร็ว
10 กิโลเมตรต่อชั่วโมง

11

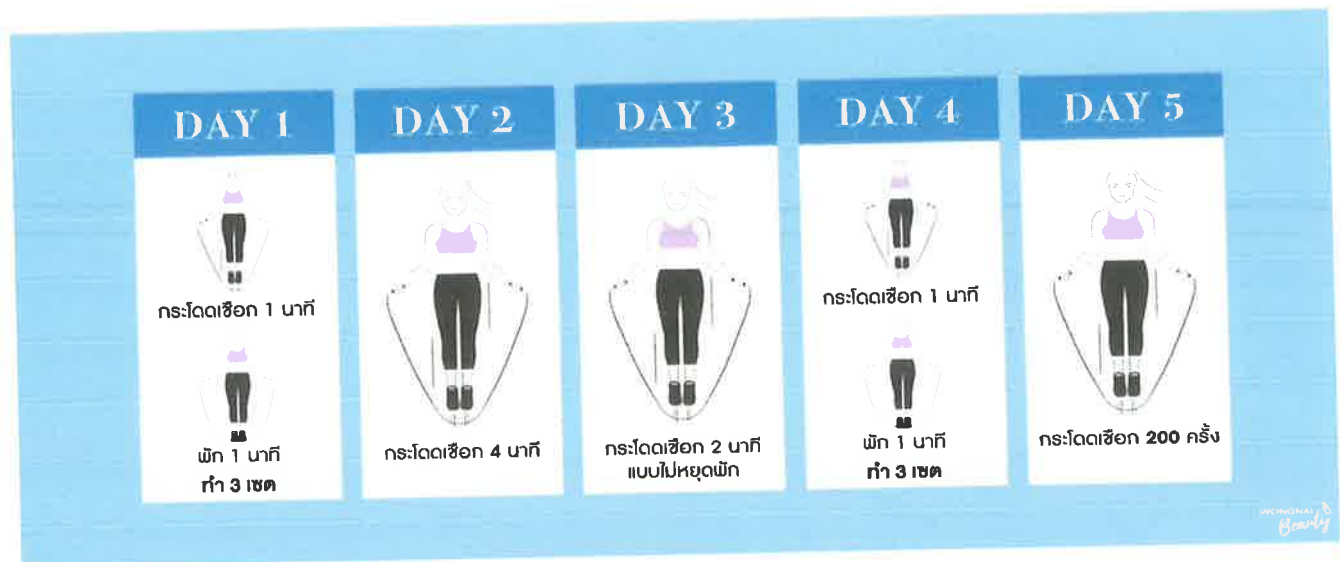
กระโดดเชือก
เพียง 10-15 นาที
จะเบิร์นได้เทียบเท่ากับ
การวิ่งจ็อกกิ้ง 30 นาที

12

ประมาณสัปดาห์ที่ 4
ควรจะกระโดดต่อเนื่อง
ให้ได้อย่างน้อย
15 นาทีขึ้นไป



DAY 1 - 5 เริ่มต้นแบบเบา ๆ

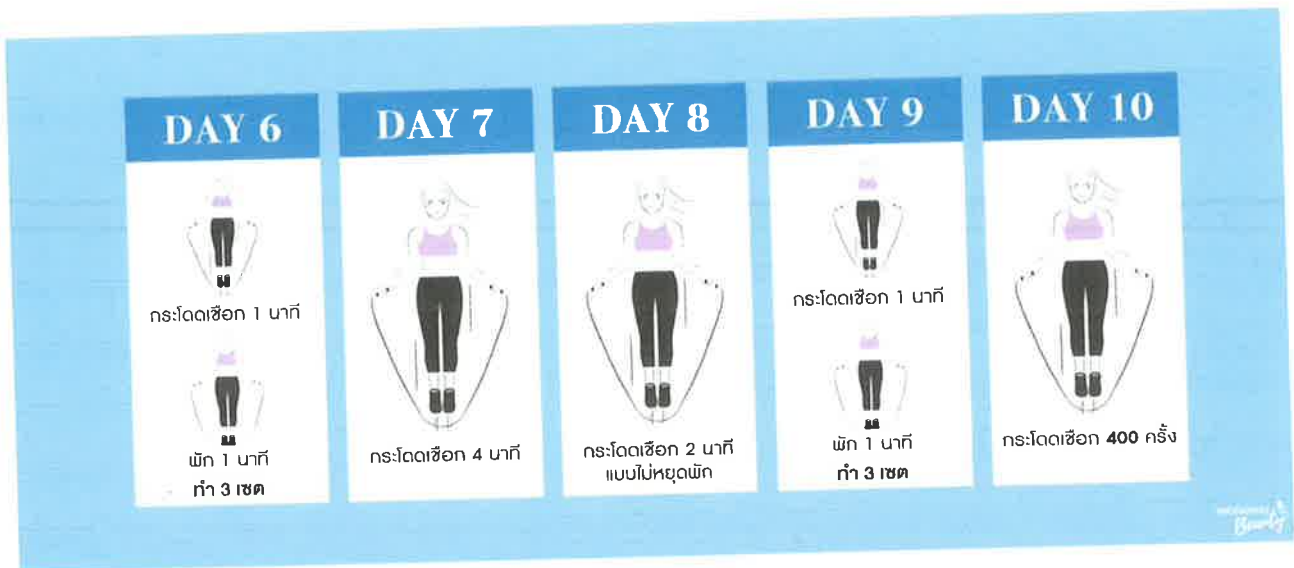


มาเริ่มกันที่ 5 วันแรก เราจะเน้นกระโดดเชือกแบบเบา ๆ กันก่อน ก็เหมือนตามหลักการออกกำลังกายทั่วไป ว่าเราจะเริ่มจากน้อย ๆ แล้วค่อยไล่สัปดาห์ไปออกหนัก ๆ เริ่มจากวันแรกจะกระโดดเป็นเซต มี 3 เซต เซตละ 1 นาทีง่าย ๆ ต่อมาวันที่ 2 กระโดดเชือกติด ๆ กันไปเลย 4 นาที แล้ววันที่ 3 ค่อยไล่สัปดาห์โดดแบบต่อเนื่อง 2 นาที ไม่มีเบรก ไม่มีหยุดพักเพื่อให้หัวใจได้ทำงานอย่างเต็มที่ จนมาวันที่ 5 ปิดท้ายด้วยการกระโดดเชือกแบบนับครั้งกันไป 200 ครั้ง

Note : กระโดดเชือก 4 นาที = ระหว่างกระโดดพักได้นิดหน่อยตามอรรถาธิบาย แต่ไม่ควรเกินครั้งละ 1 นาที

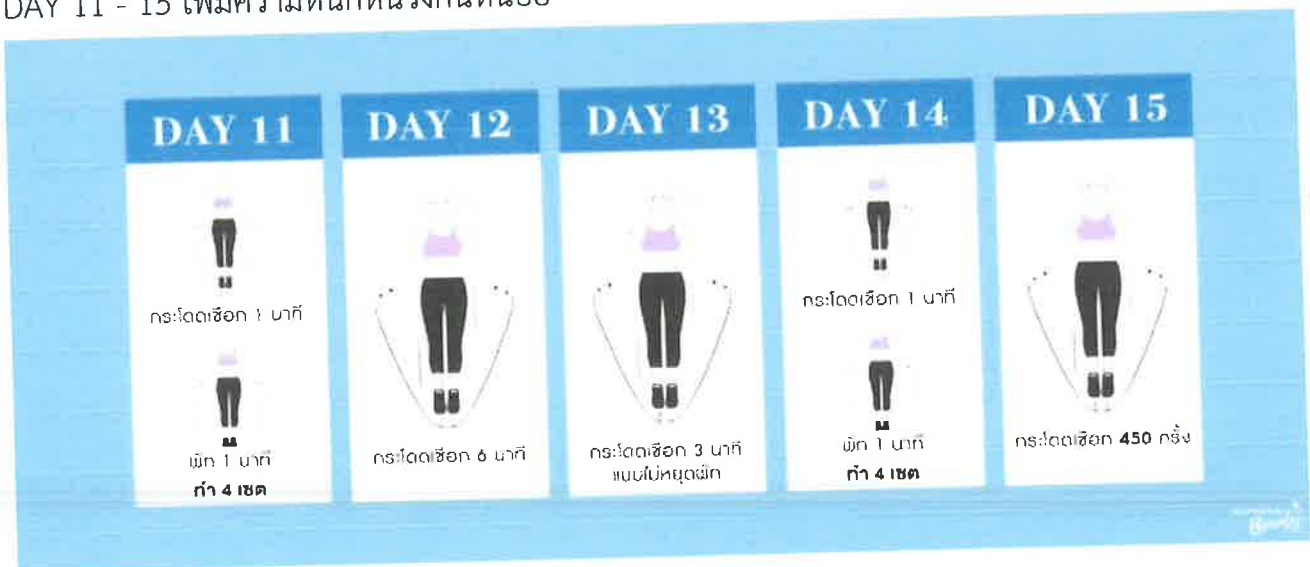
กระโดดเชือก 2 นาที แบบไม่หยุดพัก = กระโดดเชือกแบบ Non-stop ไม่หยุดเลยในเวลา 2 นาที
อ่านต่อได้ที่ <https://www.wongnai.com/articles/jumping-rope-exercise?ref=ct>

DAY 6 - 10 เริ่มชินกับการกระโดดเชือก



พิตกันต่อกับวันที่ 6 กลับไปกระโดดเชือกแบบนับเป็นเซตอีกครั้งค่ะ สัปดาห์นี้ความจริงจำนวนครั้งและรูปแบบการกระโดดจะคล้าย ๆ กับสัปดาห์แรกเลยนะ เพราะเพื่อให้ร่างกายได้ปรับตัวและคุ้นชินกับความเหนื่อยประมาณนี้ไปก่อน ซึ่งหลาย ๆ คนอาจจะรู้สึกว่าการกระโดดเชือกออกกำลังกายสัปดาห์นี้เราเหนื่อยน้อยกว่าตอนที่เริ่มออกสัปดาห์แรก มันเป็นเพราะร่างกายเราเริ่มชินแล้วค่ะ แต่ยังไม่หมดนะ เพราะวันที่ 10 วันสุดท้ายเราจะเพิ่มจำนวนครั้งในการกระโดดเชือกไปเลย 1 เท่า จัดไป 400 ครั้ง เบบี้

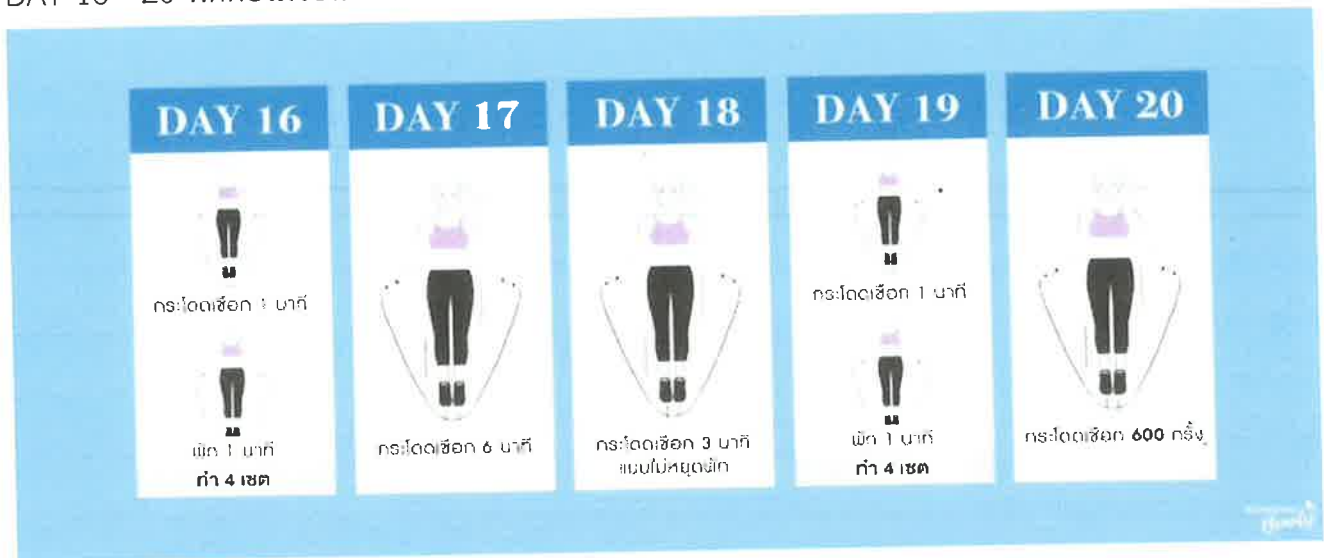
DAY 11 - 15 เพิ่มความหนักหน่วงกันหน่อย



มาถึงกันวันที่ 11 เราจะเพิ่มจำนวนเซตในการกระโดดเชือกกันเป็น 4 เซต เพิ่มเวลาการกระโดดเชือกยาว ๆ ไปเป็น 6 นาที และกระโดดเชือกต่อเนื่องแบบไม่มีพักเพิ่มไปอีกเป็น 3 นาที คือว่าง่าย ๆ เราจะเพิ่มจำนวนครั้งในการออกกำลังกายให้มากขึ้น เพราะสัปดาห์ที่แล้วร่างกายเราได้ปรับตัวและคงจะชินกับการ

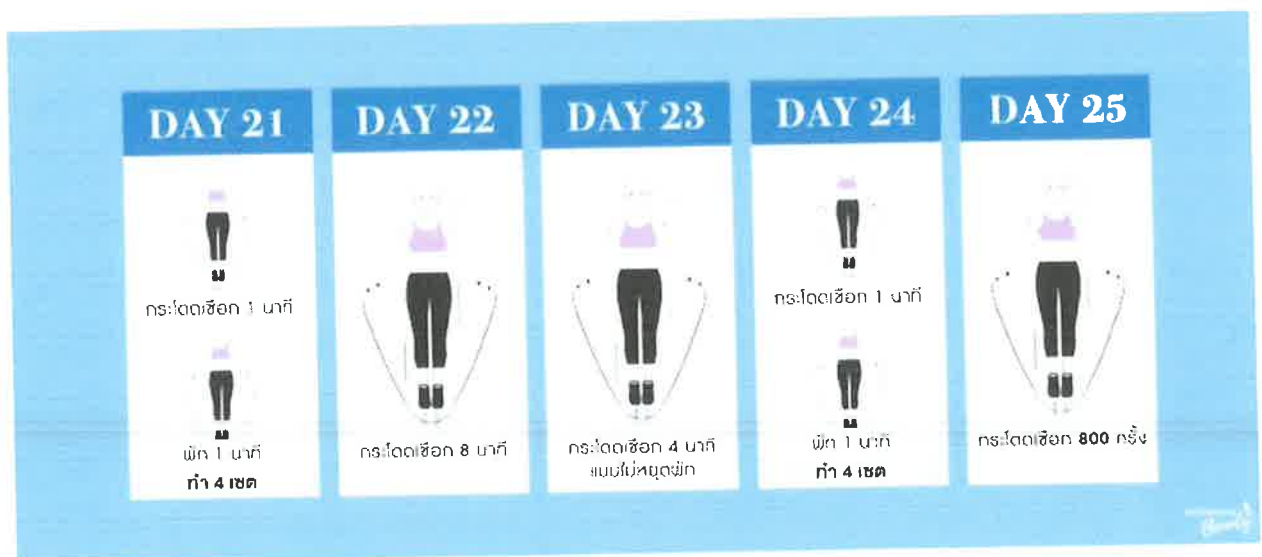
ออกกำลังกายระดับนั้นไปแล้ว ครึ่งนี้เราเลยต้องเพิ่มความหนักหน่วงเข้าไปเพื่อจะได้ผลาญแคลอรีให้มากขึ้น!

DAY 16 - 20 พิตต่อไม่รอแล้วนะ!



สัปดาห์นี้เราจะกระโดดเชือกออกกำลังกายคล้ายๆ กับสัปดาห์ที่แล้วกันค่ะ ทั้งจำนวนเซต ระยะเวลาการออก แต่วันที่ 20 เราจะอัพเลเวลไปกระโดดเชือกทั้งหมด 600 ครั้งกัน! อ้อ บอกไว้ก่อนค่ะว่า ถ้าคนไหนเหนื่อยหอบจนร่างกายไม่ไหวแต่ยังกระโดดไม่ถึง 600 ครั้งเลย นี่ก็เราสามารถหยุดพักระหว่างกระโดดได้นะคะ แต่ไม่แนะนำให้พักเป็นกิจจะลักษณะ อาจจะยืนพักหรือใช้การยืดเส้นช่วยแทนได้ พักสัก 1 นาทีแล้วกลับมากระโดดต่อให้ครบด้วยละ!

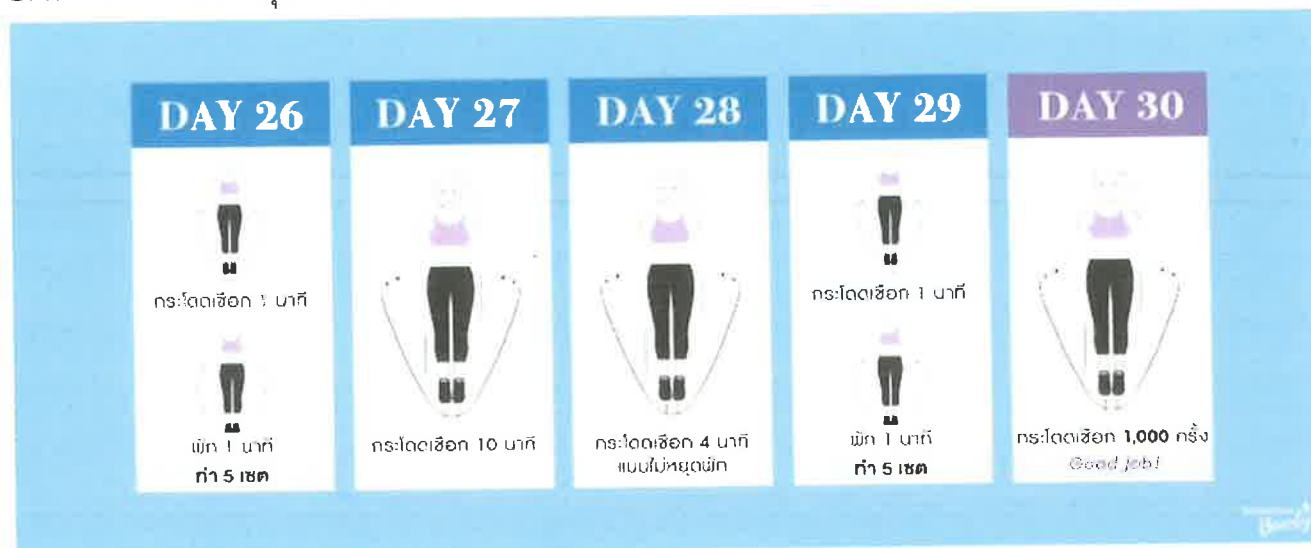
DAY 21 - 25 ใกล้จะพอมแล้วว



มาถึงวันที่ 21 สัปดาห์นี้เราจะเพิ่มเวลาในการกระโดดเชือกจาก 6 นาที เป็น 8 นาที และกระโดดเชือกแบบไม่หยุดพักเพิ่มเป็น 4 นาทีเต็ม ๆ จริง ๆ แล้วก็เพิ่มแค่อย่างละนิดละหน่อยเท่านั้นเองนะ เชื่อว่าทุกคนไหว

กันอยู่แล้วว แต่ในวันที่ 25 เราจะทำการฟิตสุด ๆ เพิ่มจำนวนครั้งในการกระโดดเป็น 800 ครั้งไปเลยคะ
คราวนี้แหละไขมันลดแน่ ๆ

DAY 26 - 30 วินาทีสุดท้ายแห่งการฟิต



5 วันสุดท้ายแล้วว! เชื่อกสุดท้ายแล้วคะทุกคน ให้ท่องไว้ว่าเรากำลังจะผอม ๆ ไหน ๆ ก็สัปดาห์สุดท้ายละ เราเลยเพิ่มเวลาและจำนวนครั้งในการออกกำลังกายไปแบบจัดเต็มเลยจ๊ะ เพิ่มจำนวนเซตเป็น 5 เซต กระโดดเชือกยาว ๆ ไปเลย 10 นาที และในวันสุดท้ายก็ฟิตต่อแบบไม่หยุดกับการกระโดดเชือก 1,000 ครั้ง! แต่อย่างที่บอกไปนะคะ ถ้าเราไม่ไหวจริง ๆ หรือยังไงก็สามารถหยุดพักได้เท่าที่จำเป็น เพราะถ้าฝืนมากเกินไปเป็นลมเป็นแล้งไปจะไม่ดีนะคะ

จบไปแล้วกับตารางกระโดดเชือกออกกำลังกายแบบฟิต ๆ อีกทางเลือกของผู้ที่กำลังอยากลดน้ำหนัก ทั้งนี้ทั้งนั้นแค่การกระโดดเชือกอย่างเดียวก็ไม่ได้ทำให้สาว ๆ น้ำหนักลดได้ 100% เพราะต้องออกกำลังกายควบคู่ไปกับการควบคุมการกิน ให้กินของที่มีประโยชน์เข้าไป ของมัน ของทอดอะไรอะไรก็พัก ๆ ไปก่อนนะค่า เพื่อสุขภาพที่ดีและหุ่นอันเพริ้วลมของเรา! อ่านต่อได้ที่

<https://www.wongnai.com/articles/jumping-rope-exercise?ref=ct>

(ภาคผนวก ง.)

แบบสอบถามพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วน

คำชี้แจง : การศึกษาครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความรู้ด้านสุขภาพด้านพฤติกรรมการป้องกันโรคอ้วนของเด็กวัยเรียน 6-15 ปี กลุ่มเสี่ยงและกลุ่มโรคอ้วน โดยมุ่งพิจารณาพฤติกรรมสุขภาพตามหลัก 3อ คือ 1: อาหาร 2: ออกกำลังกายและกิจกรรมทางกาย 3: อารมณ์ ข้อมูลทั้งหมดของแบบวัดนี้จะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีผลกระทบต่อผู้ตอบใด ๆ ทั้งสิ้น จึงขอให้นักเรียนตอบตามความเป็นจริงเพื่อนำข้อมูลไปพัฒนาแนวทางการปรับพฤติกรรมสุขภาพให้กับเด็กไทยต่อไป

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ และเติมข้อความในช่องว่างของแต่ละข้อที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านในปัจจุบันนี้

ข้อปฏิบัติ	ความถี่ในการปฏิบัติโดยเฉลี่ย/สัปดาห์				
	6-7 วัน/ สัปดาห์ (5)	4-5 วัน/ สัปดาห์ (4)	3 วัน/ สัปดาห์ (3)	1-2 วัน/ สัปดาห์ (2)	ไม่ได้ ปฏิบัติ (1)
1. กินอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทอดหรือที่มีส่วนผสมของกะทิ					
2. เปรี้ยว/เติมน้ำปลา/น้ำตาลเพิ่มในอาหารก่อนกิน					
3. กินผักและผลไม้สดสะอาดเสมออย่างน้อยวันละครั้งกิโลกรัม					
4. ควบคุมการกินโดยคำนึงถึงพลังงานอาหารที่ได้รับพอดีกับร่างกายตนเอง					
5. มีกิจกรรมใช้แรงกายหรือเคลื่อนไหวต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยและมีเหงื่อ					
6. ออกกำลังกายต่อเนื่องจนรู้สึกเหนื่อยอย่างน้อย 5 วันๆละ 30 นาที					
7. มีวิธีระบายอารมณ์ที่เป็นทุกข์หรือเมื่อมีความสุข ด้วยการกิน					
8. มีการจัดการกับปัญหาของตนเองด้วยการมองโลกในแง่ดีเสมอ					
9. ดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานเช่นชาเย็นน้ำแดงโกโก้เย็นนมหวาน					

แบบบันทึกการออกกำลังกาย กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

วัน เดือน ปี	เวลาที่ใช้	จำนวนครั้งที่ กระโดด	การเผาผลาญ แคลอรี	ผู้รับรอง
12 มิ.ย.2566				
13 มิ.ย.2566				
14 มิ.ย.2566				
15 มิ.ย.2566				
16 มิ.ย.2566				
17 มิ.ย.2566				
18 มิ.ย.2566				
19 มิ.ย.2566				
20 มิ.ย.2566				
21 มิ.ย.2566				
22 มิ.ย.2566				
23 มิ.ย.2566				
24 มิ.ย.2566				
25 มิ.ย.2566				
26 มิ.ย.2566				
27 มิ.ย.2566				
28 มิ.ย.2566				
29 มิ.ย.2566				
30 มิ.ย.2566				
1 ก.ค.2566				
2 ก.ค.2566				
3 ก.ค.2566				
4 ก.ค.2566				
5 ก.ค.2566				

แบบบันทึกการออกกำลังกาย กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

วัน เดือน ปี	เวลาที่ใช้	จำนวนครั้งที่ กระโดด	การเผาผลาญ แคลอรี	ผู้รับรอง
6 ก.ค.2566				
7 ก.ค.2566				
8 ก.ค.2566				
9 ก.ค.2566				
10 ก.ค.2566				
11 ก.ค.2566				
12 ก.ค.2566				
13 ก.ค.2566				
14 ก.ค.2566				
15 ก.ค.2566				
16 ก.ค.2566				
17 ก.ค.2566				
18 ก.ค.2566				
19 ก.ค.2566				
20 ก.ค.2566				
21 ก.ค.2566				
22 ก.ค.2566				
23 ก.ค.2566				
24 ก.ค.2566				
25 ก.ค.2566				
26 ก.ค.2566				
27 ก.ค.2566				
28 ก.ค.2566				
29 ก.ค.2566				

แบบบันทึกการออกกำลังกาย กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

วัน เดือน ปี	เวลาที่ใช้	จำนวนครั้งที่ กระโดด	การเผาผลาญ แคลอรี	ผู้รับรอง
30 ก.ค.2566				
31 ก.ค.2566				
1 ส.ค. 2566				
2 ส.ค. 2566				
3 ส.ค. 2566				
4 ส.ค. 2566				
5 ส.ค. 2566				
6 ส.ค. 2566				
7 ส.ค. 2566				
8 ส.ค. 2566				
9 ส.ค. 2566				
10 ส.ค. 2566				
11 ส.ค. 2566				
12 ส.ค. 2566				
13 ส.ค. 2566				
14 ส.ค. 2566				
15 ส.ค. 2566				
16 ส.ค. 2566				
17 ส.ค. 2566				
18 ส.ค. 2566				
19 ส.ค. 2566				
20 ส.ค. 2566				
21 ส.ค. 2566				
22 ส.ค. 2566				

แบบบันทึกการออกกำลังกาย กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

วัน เดือน ปี	เวลาที่ใช้	จำนวนครั้งที่ กระโดด	การเผาผลาญ แคลอรี	ผู้รับรอง
23 ส.ค. 2566				
24 ส.ค. 2566				
25 ส.ค. 2566				
26 ส.ค. 2566				
27 ส.ค. 2566				
28 ส.ค. 2566				
29 ส.ค. 2566				
30 ส.ค. 2566				
31 ส.ค. 2566				
1 ก.ย. 2566				
2 ก.ย. 2566				
3 ก.ย. 2566				
4 ก.ย. 2566				
5 ก.ย. 2566				
6 ก.ย. 2566				
7 ก.ย. 2566				
8 ก.ย. 2566				
9 ก.ย. 2566				
10 ก.ย. 2566				
11 ก.ย. 2566				
12 ก.ย. 2566				
13 ก.ย. 2566				
14 ก.ย. 2566				
15 ก.ย. 2566				

แบบบันทึกการออกกำลังกาย กิจกรรมกระโดดเชือก ลดพุง ลดโรค

[illegible]









“สุขภาพดีมีหลักประกัน ท้องถิ่นสร้างสรรค์ กปท.สนับสนุน”















