

สรุปการติดตามเยี่ยมเสริมพลังกิจกรรมสาสุข อุ่นใจ จังหวัดพะเยา

วันที่ 27 พฤศจิกายน 2567

ณ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา

เริ่มประชุม เวลา 09.00 น.

นายแพทย์ชูชาติ วิสัยพรม ผู้ช่วยผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ กล่าวชี้แจงการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับกิจกรรมสาสุข อุ่นใจ ในพื้นที่จังหวัดพะเยา โดยเริ่มดำเนินการขับเคลื่อนระบบปฏิบัติการ “สาสุข อุ่นใจ” ตั้งแต่ปีงบประมาณ พ.ศ.2566 - 2567 เป็นต้นมา การสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพ เป็นหนึ่งในประเด็นเร่งด่วนตามแผนยุทธศาสตร์ชาติ และเป็นประเด็นปฏิรูปประเทศด้านสาธารณสุข กรมอนามัย ได้รับมอบหมายในการบูรณาการขับเคลื่อนความรู้ด้านสุขภาพตามแผนแม่บท การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี การสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพและการป้องกันและควบคุมปัจจัยเสี่ยงที่คุกคามสุขภาพ จากการสำรวจสถานการณ์ความรู้ด้านสุขภาพของคนไทย ปี ๒๕๖๒ พบว่าคนไทยมีคะแนนเฉลี่ยของความรู้ด้านสุขภาพร้อยละ ๖๕ จัดอยู่ในระดับที่ไม่เพียงพอต่อการเข้าถึง เข้าใจ ทบทวนซักถาม และตัดสินใจปรับ พฤติกรรมดูแลสุขภาพของตนเอง การมีความรอบรู้ด้านสุขภาพจำกัดสัมพันธ์กับการมีพฤติกรรมไม่พึงประสงค์และ สุขภาพที่ไม่ดี อีกทั้งยังสัมพันธ์กับการมีค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพที่ไม่จำเป็น ดังนั้น จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งใน การส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพ ผ่านการพัฒนาคุณภาพหน่วยบริการสุขภาพและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับ สุขภาพสู่การเป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ และขยายผลไปสู่ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนมีความรอบรู้ ด้านสุขภาพ สามารถดูแลและจัดการกับสุขภาพของตนเองได้ โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้ ๑.) เพื่อจัดทำระบบขึ้นทะเบียนและติดตามประเมินผลการดำเนินงานขับเคลื่อนองค์กรและชุมชนรอบรู้ ด้านของสถานบริการด้านสุขภาพอย่างเป็นระบบ ๒.) เพื่อเป็นคลังความรู้และพื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการขับเคลื่อนงานองค์กรและชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ ๓.) เพื่อการสร้างความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและภาคประชาชน และบริหารจัดการข้อมูลของ ภาคีเครือข่าย

วิธีการดำเนินงาน : หน่วยบริการสาธารณสุขสังกัดกระทรวง สาธารณสุขทั่วประเทศ ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการขับเคลื่อน องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ “สาสุข อุ่นใจ ๒๕๖๗” เจ้าหน้าที่และผู้ให้บริการให้ความเห็นต่อแนวปฏิบัติของหน่วยบริการที่ตนเองมาให้บริการผ่านแบบประเมินองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพที่พัฒนาจากกระบวนการอย่างมีส่วนร่วม และผ่านความเห็นชอบร่วมกันระหว่างเจ้าหน้าที่สาธารณสุขจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ ศูนย์อนามัย โรงพยาบาล และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล

คุณค่าของระบบปฏิบัติการ “สาสุข อุ่นใจ” คนไทยรอบรู้ มีดังนี้ ๑.) เป็นแพลตฟอร์มที่รวมข้อมูลขององค์กรและชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ และสถานการณ์ระดับความรู้ ของประชาชนในชุมชน รวมถึงแสดงตำแหน่งที่ตั้งของสถานบริการด้านสุขภาพที่เข้าร่วมกิจกรรมบนแผนที่ ออนไลน์ ๒.) เป็นแหล่งรวมผู้ปฏิบัติงานด้านการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์การทำงานจนเกิดเป็นชุมชนนักปฏิบัติ (Community of Practice : CoP) ๓.) เป็น Dashboard แสดงความก้าวหน้าของการขับเคลื่อนองค์กรและชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพในระดับ เขตสุขภาพ/จังหวัด/อำเภอ/ตำบล ๔.) เป็นฐานข้อมูลสำหรับศึกษา เรียนรู้ วิจัย และประเมินความก้าวหน้าระยะสั้นและระยะยาวของการขับเคลื่อนงานส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพระดับประเทศ

นำเสนอระบบปฏิบัติการ “สาสุข อุ่นใจ” วิทยาลัย

โปรแกรมอุ่นใจ ๗ สัปดาห์ ๖ การกิจ ขยับดี กินสมดุล โดยในแต่ละสัปดาห์จะต้อง
ดำเนินการบันทึกหรือคลิปให้ครบถ้วนตามภารกิจ

สัปดาห์ที่ ๑ : ประเมินองค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ HLO

สัปดาห์ที่ ๒ : ๑. บันทึกข้อมูลการกินอาหารทั้งวัน ผ่านระบบ Food 4 Health
๒. แปร่งฟัน ๒ x ๒ x ๒๓ วัน

สัปดาห์ที่ ๓ : ๑. บันทึกข้อมูลการกินอาหารทั้งวัน ผ่านระบบ Food 4 Health
๒. แปร่งฟัน ๒ x ๒ x ๒๓ วัน
๓. นอนพักผ่อนกลางคืน ๖ - ๗ ชั่วโมง ๓ วัน

สัปดาห์ที่ ๔ : ๑. บันทึกข้อมูลการกินอาหารทั้งวัน ผ่านระบบ Food 4 Health
๒. แปร่งฟัน ๒ x ๒ x ๒๓ วัน
๓. นอนพักผ่อนกลางคืน ๖ - ๗ ชั่วโมง ๓ วัน

๔. สะสมก้าว ๘,๐๐๐ ก้าว หรือ ออกกำลังกาย ๓๐ นาที ๓ วัน

สัปดาห์ที่ ๕ : ๑. บันทึกข้อมูลการกินอาหารทั้งวัน ผ่านระบบ Food 4 Health
๒. แปร่งฟัน ๒ x ๒ x ๒๓ วัน
๓. นอนพักผ่อนกลางคืน ๖ - ๗ ชั่วโมง ๓ วัน

๔. สะสมก้าว ๘,๐๐๐ ก้าว หรือ ออกกำลังกาย ๓๐ นาที ๓ วัน

สัปดาห์ที่ ๖ : ๑. บันทึกข้อมูลการกินอาหารทั้งวัน ผ่านระบบ Food 4 Health
๒. แปร่งฟัน ๒ x ๒ x ๒๓ วัน
๓. นอนพักผ่อนกลางคืน ๖ - ๗ ชั่วโมง ๓ วัน

๔. สะสมก้าว ๘,๐๐๐ ก้าว หรือ ออกกำลังกาย ๓๐ นาที ๓ วัน

๕. บันทึกข้อมูลสุขภาพ

สัปดาห์ที่ ๗ : ประเมินชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ HLC

Platform Food 4 Health (Platform โฆษณาการอัจฉริยะ สื่อเมนูสุขภาพและการรับรองเมนูสุขภาพ
ออนไลน์) สำหรับประชาชน

ความสามารถของ Food 4 Health

๑. ประเมินภาวะโภชนาการ (ผอม หุ่นดี อ้วน อ้วนอันตราย) พร้อมคำแนะนำ
๒. คำนวณพลังงานที่ควรได้รับรายคน ตามเพศ อายุ และระดับการใช้พลังงานประจำวัน
๓. คำนวณปริมาณอาหาร และสารอาหารที่ควรได้รับรายคน
๔. ประเมินผลการกินอาหาร และคำแนะนำรายคน
๕. มีเมนูอาหารพร้อมวิธีทำอาหาร สำหรับ คนอ้วน คนผอม คนหุ่นดี อาหารเฉพาะโรค เมนูเสริม

ภูมิคุ้มกัน

๖. มีโปรแกรมรับรองเมนูสุขภาพออนไลน์
๗. มีข้อเสนอแนะการปรับสูตรอาหาร
๘. แนะนำเส้นทางไปยังร้านอาหารที่มีเมนูสุขภาพ
๙. มีแต้มสะสมคะแนนการใช้งาน (Health Point) ไว้แลกของรางวัล และสิทธิประโยชน์ต่างๆ

ประโยชน์ที่ผู้ทำงานระดับพื้นที่จะได้รับ

- สามารถข้อมูลจากการใช้งาน Food4Health ของประชาชนวัยทำงานนำมาใช้เป็นข้อมูลสำหรับการประเมินติดตามผลการดำเนินงาน และขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมโภชนาการวัยทำงาน เพื่อให้วัยทำงานมีพฤติกรรมกินที่พึงประสงค์ เตรียมความพร้อมต่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี เช่น

๑. ร้อยละของวัยทำงานที่มีภาวะโภชนาการ ผอม หนักร่างกาย อ้วน อ้วนอันตราย

๒. พฤติกรรมการกินอาหาร

- พลังงานและสารอาหารที่ได้รับ จำแนกตามภาวะโภชนาการ อายุ เพศ
- กลุ่มอาหารที่ได้รับตามปริมาณที่แนะนำ น้อยกว่าที่แนะนำ มากกว่าที่แนะนำ
- จำแนกตามเขต จังหวัด อำเภอ ตำบล

๓. ร้านอาหารที่ผ่านการรับรองเมนูสุขภาพ บนแผนที่ประเทศไทย ใช้ในการประชาสัมพันธ์ให้กับประชาชนในพื้นที่ และใช้ในการดูแลสุขภาพตนเอง ในการเลือกซื้ออาหารให้เหมาะสมกับภาวะโภชนาการของตนเอง

ผู้ขับเคลื่อนการดำเนินงานระดับพื้นที่สามารถใช้ข้อมูลเหล่านี้ในการประเมินผลการดำเนินงานของตนเอง และวางแผนขับเคลื่อนการดำเนินงานสอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นปัจจุบัน

นำเสนอระบบปฏิบัติการ “สาสุข อุ่นใจ” วัยเรียน - วัยรุ่น

โปรแกรมอุ่นใจ ๑๒ สัปดาห์ ๗ การกิจ โตดีสมส่วน

เด็กไทยมีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน คิด ๑ ใน ๓ ของอาเซียน สาเหตุส่วนใหญ่เกิดจากพฤติกรรมการกินและออกกำลังกายที่ไม่สมดุล จากอาหารที่มีปริมาณ ไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง เช่น น้ำอัดลม น้ำหวาน อาหารทอด มัน อาหารจานด่วน ขนมขบเคี้ยว เบเกอรี่ และขนมหวานต่างๆ ทั้งนี้ พ่อแม่ ผู้ปกครอง โรงเรียน และชุมชน คือ ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเด็กมากที่สุด ดังนั้น จึงจำเป็นต้องมีกิจกรรมที่กระตุ้นให้ผู้ที่เกี่ยวข้องมาร่วมกันส่งเสริมการลดปัจจัยเสี่ยงดังกล่าวพร้อม ๆ กัน โดยมีวัตถุประสงค์ ๑. เพื่อเพิ่มความตระหนักและความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพและปัจจัยที่มีผล ต่อสุขภาพของนักเรียน ๒. เพื่อเพิ่มการเข้าถึงบริการสุขภาพพื้นฐานสำหรับนักเรียน ๓. เพื่อเสริมความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพของนักเรียนให้กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง โรงเรียน และชุมชน ๔. เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพอันพึงประสงค์ในการดูแลสุขภาพของนักเรียน ๕. เพื่อยกระดับสุขภาพและคุณภาพชีวิตของนักเรียน

โปรแกรมนี้ เหมาะสมกับใคร

- พื้นที่ที่มีปัญหาเรื่องน้ำหนักเกินและอ้วนในนักเรียน อายุ ๖ – ๑๔ ปี
- พื้นที่ที่มีปัญหาสุขภาพหรือการเจริญเติบโตของ นักเรียน ๖ – ๑๔ ปี
- พื้นที่ที่มีปัญหาเรื่องการเข้าถึงบริการสุขภาพ พื้นฐานสำหรับนักเรียน
- โรงเรียนที่มีนโยบายส่งเสริมการมีส่วนร่วมใน ความรับผิดชอบของพ่อแม่ ผู้ปกครอง โรงเรียน และชุมชนในการดูแลสุขภาพนักเรียน
- โรงเรียนที่ต้องการยกระดับเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพและโรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ
- โรงเรียนที่ต้องการพัฒนาการดูแลสุขภาพ นักเรียนสู่ความเป็นเลิศ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- เกิดกิจกรรมดูแลสุขภาพนักเรียนอย่างมีส่วนร่วมระหว่างพ่อแม่ ผู้ปกครอง นักเรียน และชุมชน
- อัตราการเข้าถึงบริการสุขภาพพื้นฐาน สำหรับนักเรียนเพิ่มขึ้น
- นักเรียน พ่อแม่ ผู้ปกครอง โรงเรียน และชุมชนเกิดความตระหนักถึงบทบาทของตนเองในการส่งเสริมสุขภาพให้กับนักเรียนในพื้นที่
- พฤติกรรมสุขภาพอันพึงประสงค์ของนักเรียนดีขึ้น
- พัฒนาการสุขภาพและคุณภาพชีวิตของนักเรียนดีขึ้น

๗. ภารกิจ โตดีสมส่วน

- สัปดาห์ที่ ๑, ๑๑ : ประเมินสถานะโรงเรียนรอบรู้ฯ
- สัปดาห์ที่ ๒, ๑๒ : ประเมินการเจริญเติบโตครบ ๑๐๐%
- สัปดาห์ที่ ๓, ๘ : ก้าวทำใจ สะสม ๖๐ นาที
- สัปดาห์ที่ ๔ : แปร่งฟันตอนกลางวัน ๒-๒-๒
- สัปดาห์ที่ ๕, ๙ : จัดและตักอาหารกลางวันให้เหมาะสม ตาม Thai School Lunch
- สัปดาห์ที่ ๖ : ขึ้นป้ายห้ามจำหน่ายอาหารที่ไม่ดี ในรัศมี ๑๐๐ เมตร
- สัปดาห์ที่ ๗, ๑๐ : งดดื่มน้ำอัดลมและน้ำหวาน ๑๐๐%

สำหรับโรงเรียนที่เข้าร่วม

- เกียรติบัตรโรงเรียนสุขภาพยอดเยี่ยมแห่งปี ๒๕๖๗ ด้านการดูแลสุขภาพ สำหรับนักเรียน ๖ – ๑๔ ปี เงื่อนไข: โรงเรียนที่ทำครบทุกภารกิจ ๑๒ สัปดาห์
- เกียรติบัตรโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพพลัสความรอบรู้ด้านสุขภาพ เงื่อนไข: โรงเรียนที่ได้คะแนนประเมินผ่านระดับตามเกณฑ์โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพพลัสความรอบรู้ด้านสุขภาพ
- เกียรติบัตรบุคลากรด้านการศึกษาคณาจารย์ด้านการดูแลสุขภาพสำหรับ นักเรียน ๖ – ๑๔ ปี เงื่อนไข: เจ้าหน้าที่ผู้ร่วมจัดกิจกรรมดูแลสุขภาพสำหรับนักเรียนที่มีชื่ออยู่ในภารกิจโตดีสมส่วนของโรงเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรม สำหรับนักเรียนที่เข้าร่วมภารกิจ
- เสื้อสุดสวย ใส่สบาย สดภูมิใจ “หนูผ่านภารกิจโตดีสมส่วน” เงื่อนไข: ห้องเรียนที่ทำครบทุกภารกิจมีสิทธิลุ้นจับฉลากได้เสื้อฯ ห้องละ ๑๐ ตัว จำนวน ๑๐ รางวัล

นำเสนอระบบปฏิบัติการ “สาสุข อุ่นใจ” วัยสูงอายุ

โปรแกรมอุ่นใจ ๑๒ สัปดาห์ สูงวัย สุขภาพดี ไม่มีล้ม

การหกล้ม เกิดจากการสูญเสียการทรงตัวของผู้สูงอายุ ทำให้แขน ขา ศีรษะ หรือส่วนอื่น ๆ เกิดการกระทบกับพื้นหรือสิ่งของต่าง ๆ ส่งผลให้เกิดการบาดเจ็บทั้งมากและน้อย อาจนำไปสู่ภาวะเครียด ซึมเศร้า และช่วยเหลือตนเองไม่ได้หรือได้ลดลง กรณีที่เลวร้ายที่สุดคือการเสียชีวิต โดยเกิดจากปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ เช่น กล้ามเนื้อ ขี้ดอ และเอ็นอ่อนแอลง พื้นบ้านที่ลื่นหรือมีสิ่งกีดขวาง ทำให้ผู้สูงอายุอาจมองไม่เห็น จนสะดุดล้มหรือหกล้มได้ ปัจจัยเสี่ยงเหล่านี้มักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุที่มีวิถีชีวิตที่เนือยนิ่ง และมีส่วนร่วมในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชนค่อนข้างน้อย ดังนั้น จึงจำเป็นต้องพัฒนารูปแบบกิจกรรมเพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุในชุมชนหันมาเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชนอย่างต่อเนื่อง

วัตถุประสงค์

- เพื่อเพิ่มความตระหนักและความรู้ด้านการจัดการพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์
- เพื่อเสริมความรู้และทักษะในการประยุกต์ใช้ข้อมูลด้านสุขภาพในการปรับพฤติกรรมสุขภาพ
- เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพอันพึงประสงค์ในการดูแลสุขภาพของตนเองให้กับผู้สูงอายุทำงาน
- เพื่อยกระดับสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

โปรแกรมนี้เหมาะสมกับใคร

- พื้นที่ที่มีปัญหาหลักตกหล่นในผู้สูงอายุ
- พื้นที่ที่มีปัญหาเรื่องการเข้าถึงบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
- พื้นที่ที่มีนโยบายส่งเสริมการมีส่วนร่วมในความรับผิดชอบในการดูแลสุขภาพของตนเองและชุมชน

ผ่านชมรมผู้สูงอายุและการจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan)

- พื้นที่ที่ต้องการยกระดับเป็น ชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- เกิดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุแบบองค์รวม
- อัตราการเข้าถึงบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น
- ผู้สูงอายุเกิดความตระหนักและมีความรู้ด้านพฤติกรรมสุขภาพและการจัดการพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง

ผู้สูงอายุมีความมั่นใจมากขึ้นที่จะเข้าถึงและใช้ประโยชน์จากข้อมูลข่าวสาร ความรู้ และการบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

- พฤติกรรมสุขภาพอันพึงประสงค์ของผู้สูงอายุดีขึ้น
- ปัจจัยเสี่ยงด้านสุขภาพของผู้สูงอายุลดลง
- สถานะสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้น

สำหรับองค์กรที่เข้าร่วม

เกียรติบัตรองค์กรสุขภาพยอดเยี่ยมแห่งปี ๒๕๖๗ ด้านการป้องกันการพลัดตก หกล้ม สำหรับผู้สูงอายุ
เงื่อนไข: องค์กรที่มีร้อยละผู้สูงอายุที่สะสมแต้มครบทุกภารกิจมากที่สุด ๑๐ แห่ง โดยร้อยละผู้สูงอายุที่สะสมแต้มครบทุกภารกิจต้องไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

- เกียรติบัตรชุมชนรอบรู้ด้านสุขภาพ (ชุมชนอุ่นใจ)

เงื่อนไข: องค์กรที่ได้คะแนนประเมินชุมชนรอบรู้ฯ จากบุคลากรที่เข้าร่วมภารกิจตั้งแต่ร้อยละ ๘๐ ขึ้นไป

- เกียรติบัตรพี่เลี้ยงสุขภาพคุณภาพด้านการป้องกันการพลัดตก หกล้ม สำหรับผู้สูงอายุ

เงื่อนไข: บุคคลที่มีชื่อเป็นผู้ประสานงานในภารกิจสูงวัย สุขภาพดี ไม่มีล้ม

สำหรับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมภารกิจ

- เสื้อยืดชุดสวย ใส่สบาย สุดภูมิใจ “ฉันผ่านภารกิจ สูงวัย สุขภาพดี ไม่มีล้ม รุ่น ๒๕๖๗”

เงื่อนไข: องค์กรสุขภาพยอดเยี่ยมแห่งปี ๒๕๖๗ จำนวน ๑๐ แห่งจะได้รับเสื้อยืดฯ เพื่อมอบให้กับผู้เข้าร่วมที่สะสมแต้มได้ครบทุกภารกิจ จำนวน ๑๐ รางวัล

ข้อเสนอแนะ

- HC organization มีการทำในเรื่องผู้สูงอายุ มีคลินิกสุขภาพ เป็นองค์ประกอบ 7 ข้อ เลือกพื้นที่ตำบลบ้านมาง อำเภอเชียงม่วน และอาจมีการขยายผลไปอย่างต่อเนื่องในอนาคต โดยมีนักวิชาการสาธารณสุข ดำเนินการทำสาสุขเชิงรุกในพื้นที่นั้นๆ อีกทั้งขับเคลื่อนระบบสุขภาพในพื้นที่จังหวัดพะเยา

- ตำบลบ้านม่วง อำเภอเชียงม่วน มีการรณรงค์ในประชาชนในพื้นที่มีการออกกำลังกายทุกวันเสาร์ โดยใช้ประโยชน์จากพื้นที่สิ่งแวดลอม มีเครือข่ายในชุมชน ชุมชนมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น อีกทั้งมีการเป็นเจ้าภาพในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง

- ในประเด็นเรื่องเศรษฐกิจ มีผลิตภัณฑ์ปลาสาม เป็นสินค้าประจำท้องถิ่น

- HC ในพื้นที่ที่มีความพร้อม ควรใช้ HLO เป็นหน่วยขับเคลื่อน ให้ครบทุกองค์กร 7-10องค์กร

Challenge

- กลุ่มเป้าหมายควรมีปฏิสัมพันธ์กับทรัพยากร ข้อมูล แหล่งสนับสนุนในพื้นที่

- แต่ละพื้นที่ที่มีกิจกรรมของตนเอง เช่น การออกกำลังกาย สามารถนำมาบันทึกข้อมูลในระบบได้

- เน้นการบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลมากขึ้น