โครงการหมอชวนวิ่ง

ความเป็นมา

ด้วยปัจจุบันการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังของประชาชน มีอุบัติการณ์เพิ่มขึ้นเป็นอย่างมาก ทำให้เกิดความไม่สมดุลระหว่างจำนวนคนไข้และศักยภาพการรักษาของทุกโรงพยาบาล ในวาระครบรอบ ๕๐ ปีแพทยสภา และเพื่อเป็นการเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก แพทยสภาจึงได้จัดโครงการหมอชวนวิ่ง โดยมีแนวคิดดังนี้

๑. การดูแลส่งเสริมสุขภาพของตนเองเป็นหน้าที่พื้นฐานของประชาชนทุกคน และมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะทำให้อนาคตของระบบสาธารณสุขมีความก้าวหน้าอย่างยั่งยืน

๒. บุคลากรทางการแพทย์ควรเป็นแบบอย่างที่ดี รวมถึงสามารถให้คำปรึกษาในการดูแลส่งเสริมสุขภาพ

๓. การออกกำลังกาย เป็นการดูแลส่งเสริมสุขภาพที่ดีและเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง

วัตถุประสงค์

๑. เสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคลากรทางการแพทย์กับประชาชน

๒. ส่งเสริมให้บุคลากรทางการแพทย์เป็นต้นแบบในการสร้างเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย

๓. ส่งเสริมให้ประชาชนตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพของตนเองด้วยการออกกำลังกายโดยการวิ่งหรือเดินที่ถูกวิธี

๔. สร้างความร่วมมือระหว่างภาครัฐและเอกชนในด้านการสร้างเสริมสุขภาพ

การดำเนินการ

๑. ประสานสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข ในการให้สาธารณสุขจังหวัดทุกแห่งเป็นผู้ดำเนินการประสานงานให้บุคลากรทางการแพทย์ และประชาชนในจังหวัดมาร่วมกิจกรรม

๒. ประสานสำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย ในการให้ผู้ว่าราชการจังหวัดทุกแห่งให้การสนับสนุนการจัดกิจกรรม

๓. เชิญชวนแพทย์และบุคลากรด้านสาธารณสุขเป็นแกนนำในแต่ละจังหวัด ร่วมกับชมรมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพจังหวัดนั้น ๆ โดยวิ่งผลัดเปลี่ยนกันคนละ 3.5 กิโลเมตร (7000 ก้าว) เป็นระยะทางจากจังหวัดหนึ่งถึงจังหวัดถัดไป และส่งต่อไปเป็นทอดๆ จนถึงกระทรวงสาธารณสุข ในวันอาทิตย์ที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ เวลา ๑๖.๐๐ – ๑๘.๓๐ น.

๔. การจัดการวิ่ง แบ่งการวิ่งออกเป็น ๑๕ สาย เริ่มจากจังหวัดชายขอบทั่วประเทศ ดังนี้

๑) ภาคเหนือสาย ๑ (N1) จากจังหวัดแม่ฮ่องสอน
๒) ภาคเหนือสาย ๒ (N2) จากจังหวัดเชียงราย(อ.แม่สาย)
๓) ภาคเหนือสาย ๓ (N3) จากจังหวัดน่าน
๔) ภาคอีสานสาย ๑ (NE1) จากจังหวัดเลย
๕) ภาคอีสานสาย ๒ (NE2) จากจังหวัดบึงกาฬ
๖) ภาคอีสานสาย ๓ (NE3) จากจังหวัดนครพนม
๗) ภาคอีสานสาย ๔ (NE4) จากจังหวัดมุกดาหาร
๘) ภาคอีสานสาย ๕ (NE5) จากจังหวัดอุบลราชธานี(อ.สิรินธร)
๙) ภาคตะวันออกสาย ๑ (E1) จากจังหวัดสระแก้ว

๑๐) ภาคตะวันออกสาย ๒ (E2) จากจังหวัดตราด (อ.คลองใหญ่)
๑๑) ภาคตะวันตก (W) จากจังหวัดกาญจนบุรี
๑๒) ภาคใต้สาย ๑ (S1) จากจังหวัดนราธิวาส (สุไหงโกลก)
๑๓) ภาคใต้สาย ๒ (S2) จากจังหวัดยะลา(เบตง)
๑๔) ภาคใต้สาย ๓ (S3) จากจังหวัดสตูล
๑๕) ภาคใต้สาย ๔ (S4) จากจังหวัดภูเก็ต

แต่ละสายจะเริ่มต้นที่จังหวัดต้นทางวิ่งถือคฑาบรรจุธงสัญญลักษณ์ส่งต่อกันแต่ละจังหวัด จนถึงกระทรวงสาธารณสุข โดยแต่ละจังหวัดจะจัดให้มีการเดิน-วิ่ง ระยะ ๕ กม. ภายในจังหวัดโดยมีการดำเนินการดังนี้

๑. โดยนักวิ่งแต่ละคนจะวิ่ง ๓.๕ กิโลเมตร เพื่อเป็นตัวอย่างในการวิ่งเพื่อสุขภาพแก่ประชาชนทั้งประเทศ
๒. ในระหว่างการทำกิจกรรมจะประชาสัมพันธ์ถึงการวิ่งเพื่อสุขภาพที่ถูกวิธีเพื่อลดการบาดเจ็บและประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกายชนิดนี้
๓. เมื่อทุกสายมารวมกันที่กระทรวงสาธารณสุขจะให้ตัวแทนแต่ละจังหวัดรับประกาศนียบัตรเชิดชูเกียรติ และของที่ระลึก

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. แพทย์ บุคลากรทางการแพทย์ได้ออกกำลังกาย และเป็นตัวอย่างแก่ประชาชนทั่วไปในการรักษาสุขภาพ
๒. ประชาชนออกกำลังกายมากขึ้น ลดการป่วย ลดความแออัดภายในโรงพยาบาล และลดค่าใช้จ่ายของรัฐบาลในการดูแลสุขภาพของประชาชน
๓. ประชาชนเข้าถึงการวิ่งอย่างถูกวิธี ประโยชน์ที่ได้รับจากการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีปราศจากโรคภัย

หน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

แพทยสภา

หน่วยงานที่ร่วมดำเนินการ

๑. สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
๒. สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย
๓. แพทยสมาคม
๔. สมาคมโรงพยาบาลเอกชน
๕. สำนักงานจังหวัดทุกจังหวัด
๖. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทุกจังหวัด
๗. โรงพยาบาลศูนย์/โรงพยาบาลทั่วไป ทุกจังหวัด

๘. สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดทุกจังหวัด
๙. ราชวิทยาลัยและวิทยาลัยทุกแห่ง
๑๐. คณะแพทยศาสตร์ทุกแห่ง
๑๑. โรงพยาบาลของรัฐและเอกชนทั่วประเทศ
๑๒. องค์การบริหารส่วนจังหวัดทุกจังหวัด
๑๓. เทศบาลนคร/เทศบาลเมือง ทุกจังหวัด
๑๔. ตำรวจภูธรจังหวัดทุกจังหวัด
๑๕. ตำรวจทางหลวงทุกจังหวัด

ขั้นตอนในการทำโครงการ

๑. นำเสนอโครงการต่อแพทยสภา
๒. นำเสนอโครงการในแต่ละจังหวัด ประกอบด้วยผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธาน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดเป็นเลขานุการ โรงพยาบาลจังหวัด ชมรมวิ่งของจังหวัด มูลนิธิกู้ภัยของจังหวัด ตำรวจภูธรจังหวัด การท่องเที่ยวจังหวัด ประชาสัมพันธ์จังหวัด หอการค้าจังหวัด องค์การบริหารส่วนจังหวัด นายกเทศมนตรีเทศบาลเมือง
๓. ให้แต่ละจังหวัดจัดเตรียมนักวิ่งผลัด ๓๐ คน เปิดรับลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้อนรับและส่งนักวิ่งของจังหวัด พร้อมจัดกิจกรรมวิ่งระยะ ๕ กม. รอบเมืองของจังหวัดนั้น ๆ
๔. เวลาในการปล่อยตัวนักวิ่งออกจากจังหวัดเวลาประมาณ ๐๘.๐๐ น. ระยะทางไม่เกิน ๗๐ กม. กำหนดวิ่งให้ถึงจุดพักหรือจังหวัดต่อไปเวลา ๑๖.๐๐ น. จากนั้นจัดกิจกรรมบริเวณศูนย์รวมของจุดพักหรือจังหวัด เริ่มวิ่งรอบเมืองเวลา ๑๗.๐๐ น. สิ้นสุดการจัดกิจกรรมเวลา ๑๘.๓๐ น.
๕. กรอบเวลาการทำงาน

กันยายน - ธันวาคม ๒๕๖๐ ประชุมเตรียมแผนการทำงาน กำหนดเส้นทางวิ่ง เสนอโครงการ

มกราคม – มีนาคม ๒๕๖๑ เตรียมสื่อ แบบเสื้อ ของที่ระลึก

เมษายน - มิถุนายน ประชุมจังหวัด นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัด ผู้อำนวยการโรงพยาบาลจังหวัด

มิถุนายน เริ่มทำ VDO ประชาสัมพันธ์ เรื่องการวิ่งเพื่อสุขภาพ (ทุกสื่อ)

- ทุกฝ่ายในโรงพยาบาลรวบรวมทีมฝึกซ้อมการวิ่ง โดยมี VDO ส่งไปให้ทุกโรงพยาบาล

กรกฎาคม เริ่มประชาสัมพันธ์โครงการ ติดต่อผู้สนับสนุน

สิงหาคม -ตุลาคม รับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม ฝึกซ้อมการวิ่งสำหรับผู้ร่วมวิ่งผลัด

พฤศจิกายน - เริ่มวิ่งจากสายที่มีระยะทางไกลที่สุดก่อน (อัตรา 10 km/ชม.) ประมาณวันที่ ๗ พย. ๒๕๖๑ คำนวณวันเวลาที่จะถึงกระทรวงสาธารณสุขวันอาทิตย์ที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ เวลา ๑๖.๐๐ น

จัดกิจกรรม วันอาทิตย์ที่ ๒๕ พย. ๒๕๖๑ เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๘.๓๐

๖. การจัดเตรียมสถานที่ ณ กระทรวงสาธารณสุข และบริเวณจัดงานในแต่ละจังหวัด

๑) เตรียม เสื้อ ของที่ระลึก ประกาศนียบัตร พิธีกร โดยส่วนกลาง

๒) จัดสื่อประชาสัมพันธ์ ป้าย วีดีทัศน์ โดยส่วนกลางกำหนดในรูปแบบเดียวกัน

๓) จัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกแก่นักวิ่งจำนวน รถรับส่งนักวิ่ง

๔) นักกายภาพบำบัด และนักเวชศาสตร์การกีฬา อย่างละ ๑ คน = ๒ คน

๕) รถถ่ายทอดสด และปชส.

๖) รถตำรวจคันละ ๑ นาย = ๒ คน

๗) รถปิดท้าย ๒ คน

หมายเหตุ รถตำรวจให้ประสานงานส่งต่อกันในแต่ละพื้นที่โดยมีตำรวจทางหลวงและตำรวจจราจร ตำรวจตามสถานีตำรวจที่วิ่งผ่าน

รูปแบบการจัดการต้อนรับแต่ละจังหวัด

๑. จัดเวทีบริเวณศูนย์รวมของจังหวัด ตามแต่ละจังหวัดกำหนด เตรียมเส้นทางวิ่งในเมืองระยะทาง ๕ กม.
๒. ผู้ว่าราชการเป็นประธานเปิดงาน
๓. เวลา ๑๖.๐๐ น.จัดทีมต้อนรับนักวิ่งระหว่างจังหวัด
๔. เวลา ๑๖.๓๐ น. ผู้ว่าราชการจังหวัดกล่าวต้อนรับและเปิดงาน ปล่อยตัวนักวิ่งเพื่อสุขภาพระยะทาง ๕ กม.
๕. กิจกรรมอื่น ๆ ตามความเหมาะสมในแต่ละจังหวัด

รายได้

1. ค่าลงทะเบียนร่วมกิจกรรม 1,000 บาท ได้เสื้อ ของที่ระลึก และประกาศนียบัตรอิเลคโทรนิค
2. จำหน่ายเสื้อที่ระลึกราคาตัวละ 200 บาท
3. ขอสนับสนุนจากหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน
4. การจัดเตรียมนักกีฬา และขบวนวิ่งให้แต่ละจังหวัดจัดตามความเหมาะสม

คณะกรรมการฝ่ายต่าง ๆ ในการจัดทำโครงการ

ส่วนกลาง

๑. กองอำนวยการ (War Room) ที่จะ Monitor ตั้งแต่เริ่มโครงการจนถึงสรุปผล
๒. ฝ่ายประชาสัมพันธ์ โดยใช้สื่อต่าง ๆ
   ก่อนการวิ่ง - วิทยุ
   ระหว่างการว่าง - TV

จุด Finish - Facebook หนังสือพิมพ์ และ social Media อื่น ๆ

เปิด line ที่ทุกฝ่ายสามารถสื่อสารกันได้กับกองอำนวยการส่วนกลาง

๓. ฝ่ายทำวีดิทัศน์ - ประชาสัมพันธ์โครงการวิ่ง

- ประชาสัมพันธ์วิธีการวิ่งเพื่อสุขภาพไม่ให้บาดเจ็บและประโยชน์ที่ได้รับ
- ประชาสัมพันธ์ช่องทางการร่วมกิจกรรมและร่วมสนับสนุน

๔. ฝ่ายสิทธิประโยชน์มีหน้าที่

๑) แจ้งให้หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนร่วมให้การสนับสนุน

๒) จัดสิทธิประโยชน์ที่ผู้สนับสนุนจะได้รับ

๓) จัดจำหน่ายเสื้อและของที่ระลึก

๕. ฝ่ายการเงิน - รับการสนับสนุน

- ออกใบเสร็จ
- จัดการช่องทางในการสนับสนุน
- จัดงบประมาณอุดหนุนการดำเนินงานแต่ละจังหวัด

๖. ฝ่ายสวัสดิการ

- ช่วยจัดหาอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่จำเป็นที่ใช้ในการวิ่ง
- กองทุนสำรอง ในกรณีอุบัติเหตุและบาดเจ็บจากการวิ่ง

๗. ฝ่ายเลขานุการ

- รวบรวมข้อมูลเสนอกองอำนวยการ
- จัดทำจดหมายในการติดต่อกับหน่วยงานต่าง ๆ รวมทั้งขอการสนับสนุน
- จัดทำเสื้อ ออกแบบของที่ระลึก

๘. ฝ่ายสื่อสาร

-ระหว่างการวิ่งติดต่อรายงานส่วนกลาง

-ประสานานในขบวนวิ่ง

๙. ฝ่ายพิธีการ

- จัดเตรียมงานที่จุดปล่อยตัว และจุดต้อนรับนักวิ่ง

- เตรียมหนังสือเชิญผู้มาร่วมงาน

- เตรียมประกาศนียบัตร ของที่ระลึก

- หาโฆษกในงานรวมทั้งวงดนตรี

- พิธีการต่าง ๆ

๑๐. ฝ่ายประสานงานทั่วไป

- ติดต่อกับจังหวัด(ผู้ว่าราชการ)

- ติดต่อกับโรงพยาบาลต่าง ๆ

- กำหนดวันเวลาที่วิ่งของแต่ละจังหวัด

- ช่วยเรื่องพิธีการ รับและส่งนักกีฬาระหว่างจังหวัด

- ประสานงานกับหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะกับตำรวจ

๑๑. ฝ่ายการจราจร

๑๒. ฝ่ายรักษาความปลอดภัย

ผู้เสนอโครงการ นายแพทย์สุกิจ ทัศนสุนทรวงศ์

ผู้เห็นชอบโครงการ นายแพทย์สัมพันธ์ คมฤทธิ์

ผู้อนุมัติโครงการ ศาสตราจารย์ นายแพทย์ประสิทธิ์ วัฒนาภา