

## การส่งเสริมให้คนไทยทุกช่วงวัยมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น

สมัชชาสุขภาพแห่งชาติครั้งที่สิบ

ได้พิจารณารายงานเรื่อง การส่งเสริมให้คนไทยทุกช่วงวัยมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น<sup>๑</sup>

รับทราบ ว่า การมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอและการมีพฤติกรรมเนือยนิ่ง เป็นหนึ่งในปัจจัยเสี่ยงสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ คุณภาพชีวิตและเศรษฐกิจ มีโอกาสเจ็บป่วยด้วยโรคทางกายและโรคทางจิต โดยเฉพาะโรคไม่ติดต่อ (NCDs) ทั้งโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจและหลอดเลือดรวมถึงการเจ็บป่วยอื่น ๆ ทุกระบบของร่างกายทำให้มีโอกาเสี่ยงต่อความพิการ ทูพผลภาพ การเสียชีวิตเพิ่มสูงขึ้น

ตระหนัก ว่า การมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอช่วยให้สุขภาพดี มีกล้ามเนื้อและกระดูกแข็งแรง ประสาทสัมผัสและการทรงตัวดี ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาดีขึ้น มีสมาธิในการเรียน เกิดความสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัวและสังคมจากการมีกิจกรรมร่วมกัน กิจกรรมทางกายบางประเภท เช่น การใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน ยังส่งผลต่อการรักษาสิ่งแวดล้อมและธรรมชาติ ช่วยลดมลภาวะต่าง ๆ ได้อีกด้วย

ชื่นชม ว่า สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย กระทรวงศึกษาธิการ กรุงเทพมหานคร เครือข่ายภาคประชาสังคมและภาคเอกชนได้สนับสนุนและมีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนกิจกรรมทางกายของประเทศไทยให้เพิ่มขึ้น

กังวล ว่า ปัจจุบันสังคมไทยยังขาดการรับรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องและเพียงพอด้านกิจกรรมทางกาย รวมถึงขาดพื้นที่ที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกายและยังขาดการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในกระบวนการจัดการเพื่อสนับสนุนการมีกิจกรรมทางกาย

เห็นว่า แนวทางสำคัญในการส่งเสริมให้คนไทยมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น ได้แก่ การสร้างความรู้ ความเข้าใจ การจัดการความรู้ สร้างนวัตกรรมและการสื่อสารการพัฒนาความสามารถของคน องค์กร เครือข่ายการสร้างพื้นที่ที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย การขับเคลื่อนกระบวนการนโยบายสาธารณะทั้งในระดับชาติและพื้นที่ โดยสนับสนุนให้มีกลไกความร่วมมือขององค์กร หน่วยงาน เครือข่ายผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย และกลไกระดับพื้นที่โดยใช้พื้นที่เป็นตัวตั้งซึ่งต้องอาศัยกระบวนการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการเข้ามาร่วมคิด ร่วมทำ ในทุกขั้นตอน โดยการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง จะทำให้คนไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพแข็งแรง ส่งผลให้สังคมไทยเป็นสังคมที่มีความกระฉับกระเฉง นำประเทศไปสู่การพัฒนาในมิติต่าง ๆ ที่ยั่งยืนต่อไป

## จึงมีมติดังต่อไปนี้

๑. ขอให้สมาชิกเครือข่ายสมัชชาสุขภาพจังหวัด และภาคีเครือข่ายพัฒนาโยบายสาธารณะแบบมีส่วนร่วมบนพื้นฐานทางปัญญา ร่วมกับภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน ดำเนินการดังนี้

๑.๑ รณรงค์ ส่งเสริม ประชาสัมพันธ์ จัดกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อให้ประชาชนเกิดการรับรู้ เข้าใจ ตระหนักและมีส่วนร่วมในการจัดทำโครงการ กิจกรรมและการจัดพื้นที่เพื่อนำไปสู่การมีกิจกรรมทางกายในชีวิตประจำวันเพิ่มขึ้น

๑.๒ ใช้กระบวนการสมัชชาสุขภาพในพื้นที่ เพื่อให้เกิดนโยบายสาธารณะ ยุทธศาสตร์ แผนและโครงการขององค์กรทุกระดับ ในการส่งเสริมให้คนไทยทุกช่วงวัยมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น

๑.๓ เสนอนโยบายการส่งเสริมให้คนไทยทุกช่วงวัยมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น ต่อคณะกรรมการเขตสุขภาพเพื่อประชาชน (กขป.) คณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ (พชอ.) และคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับเขต (พชข.) เพื่อสนับสนุนให้มีการขับเคลื่อนสู่การปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

๒. ขอให้กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมอนามัย และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เป็นหน่วยงานหลักร่วมกับกรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องของกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานสถิติแห่งชาติ สถาบันวิชาการ กรุงเทพมหานครและหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนองค์กรด้านสื่อดำเนินการ

๒.๑ สนับสนุนให้เกิดการสร้างความรู้ ความเข้าใจ ความตระหนัก การจัดการความรู้ สร้างนวัตกรรมและการสื่อสาร เพื่อนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการมีกิจกรรมทางกายของประชาชนที่สอดคล้องกับบริบทของสังคม

๒.๒ พัฒนาฐานข้อมูลและจัดการข้อมูลอย่างเป็นระบบ เพื่อการติดตามการดำเนินงานการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของคนทุกกลุ่มวัย

๒.๓ สนับสนุนให้เกิดการพัฒนาความสามารถของคน องค์กร เครือข่าย ชุมชน เพื่อให้มีความรอบรู้ในการดำเนินงาน เพิ่มกิจกรรมทางกายให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล

๓. ขอให้กระทรวงมหาดไทยโดยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรูปแบบพิเศษ กระทรวงคมนาคม กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา และกระทรวงกลาโหม เป็นหน่วยงานหลัก ร่วมกับ องค์กรวิชาชีพสถาบันกและผังเมือง และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการด้วยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนและประชาสังคม ดังต่อไปนี้

๓.๑ วางหลักเกณฑ์หรือปรับปรุงระเบียบในการออกแบบและการใช้พื้นที่ เส้นทางสัญจรทั้งในเมืองและชุมชน และพื้นที่สาธารณะ ที่เอื้อต่อการมีกิจกรรมทางกาย และให้มีมาตรการหรือข้อตกลงในการใช้พื้นที่สาธารณะเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายของคนทุกกลุ่มวัย

๓.๒ จัดให้มีและจัดการพื้นที่ในการครอบครองของแต่ละองค์กรให้มีพื้นที่และสภาพแวดล้อมที่เอื้อและกระตุ้นต่อการมีกิจกรรมทางกายของคนทุกกลุ่มวัยในชุมชน

๔. ขอให้กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กรมกิจการเด็กและเยาวชน กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว ร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรูปแบบพิเศษและหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง มีนโยบาย แผนงานและโครงการ เพื่อส่งเสริมให้สถาบันครอบครัวมีกิจกรรมทางกายร่วมกันเพิ่มมากขึ้น

๕. ขอให้กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงมหาดไทย กรุงเทพมหานครและหน่วยงานอื่นที่มีการจัดการศึกษา มีนโยบายและสนับสนุนงบประมาณให้สถานศึกษาทุกระดับ ทั้งที่เป็นสถานศึกษาของรัฐและเอกชน จัดให้มีหลักสูตร กิจกรรมและสร้างเสริมสภาพแวดล้อมและการดูแลความปลอดภัยที่เอื้อให้เกิดการมีกิจกรรมทางกายของบุคลากร นักเรียน นักศึกษาและชุมชน

๖. ขอให้กระทรวงแรงงาน โดยกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงอุตสาหกรรม และภาคธุรกิจเอกชน กำหนดให้มีนโยบายส่งเสริมสนับสนุนให้สถานประกอบการ จัดกิจกรรมและสภาพแวดล้อมที่เอื้อให้เกิดการมีกิจกรรมทางกาย นำไปสู่การปฏิบัติอย่างแท้จริง พร้อมทั้งส่งเสริมบุคลากรในองค์กร ให้มีกิจกรรมทางกายอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

๗. ขอให้กระทรวงมหาดไทย โดยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรูปแบบพิเศษ สนับสนุนงบประมาณ และให้กองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ มีแผนงานและโครงการที่เกี่ยวข้องกับการมีกิจกรรมทางกายของคนทุกกลุ่มวัยในชุมชน โดยสอดคล้องกับแนวคิดนโยบายเรื่องแผนเดียว (One Plan) ของกระทรวงมหาดไทย

๘. ขอให้สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) เป็นหน่วยงานหลัก ร่วมกับหน่วยงานวิชาการอื่นๆ ศึกษาความเป็นไปได้ในการใช้มาตรการทางภาษีและมาตรการทางการเงิน รวมถึงองค์ความรู้อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมให้มีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น เพื่อเสนอต่อกระทรวงการคลังและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องนำไปพิจารณาดำเนินการ โดยมุ่งเน้นให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด

๙. ขอให้สำนักนายกรัฐมนตรีโดยกรมประชาสัมพันธ์ คณะกรรมการกิจการกระจายเสียง กิจการโทรทัศน์และกิจการโทรคมนาคมแห่งชาติ (กสทช.) องค์กรสื่อสารมวลชน และเครือข่ายสื่อชุมชนเป็นแกนหลักร่วมกับเครือข่ายสื่ออื่นๆ ในการสื่อสารประชาสัมพันธ์เพื่อการเพิ่มกิจกรรมทางกายและลดพฤติกรรมเนือยนิ่งของคนทุกกลุ่มวัย

๑๐. ขอให้เลขาธิการคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ รายงานความก้าวหน้า ต่อสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ ๑๒