

แผนงาน/โครงการ การบริการวิชาการด้านสุขภาพ

ปี 2024 มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมได้ดำเนินโครงการต่างๆ เพื่อส่งเสริมสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของคนในชุมชนท้องถิ่นพื้นที่รับผิดชอบของมหาวิทยาลัย ได้แก่ชุมชนเขตจตุจักร เขตลาดพร้าว และจังหวัดชัยนาท ผ่านการดำเนินงานของหลักสูตรด้านสุขภาพที่ลงพื้นที่ส่งเสริมชุมชน ดังนี้

1. การส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในชุมชนให้มีสุขภาพแข็งแรง

สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ได้ลงพื้นที่ให้บริการวิชาการแก่ชุมชน ในเขตลาดพร้าว ผ่านกิจกรรมออกกำลังกายเต้นแอโรบิก พบว่า ประชาชนในชุมชนเขตลาดพร้าว เป็นกลุ่มวัยกลางคนที่ประกอบอาชีพอิสระและค้าขาย โดยเมื่อเลิกงานจะมีเวลาว่าง ประกอบกับประชาชนบางคนมีสุขภาพไม่แข็งแรง ซึ่งอาจเป็นเพราะผลสืบเนื่องมาจากการทำงาน จึงได้จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพให้ประชาชนในชุมชน ผ่านกิจกรรมออกกำลังกายเต้นแอโรบิก ซึ่งช่วยทำให้ประชาชนในชุมชนมีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย และสามารถทำงานต่อไปได้อย่างดี

2. การส่งเสริมการออกกำลังกายและสุขภาพที่ดีในชุมชนเมือง ณ ชุมชนหมู่บ้านเฟรนชิพ เขตลาดพร้าว กรุงเทพฯ

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและการออกกำลังกาย คณะวิทยาศาสตร์ จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายและสุขภาพที่ดีในชุมชนเมือง เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในพื้นที่รับผิดชอบของมหาวิทยาลัยเกิดความเข้าใจในการออกกำลังกายด้วยตนเอง และหลักโภชนาการเพื่อสุขภาพที่แข็งแรง โดยมีผู้เข้าร่วมเป็นประชาชนในชุมชนพื้นที่โดยรอบมหาวิทยาลัยเข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนมาก และประชาชนส่วนใหญ่เกิดความรู้ความเข้าใจหลักการเบื้องต้นของการออกกำลังกายด้วยตนเอง และหลักการทางโภชนาการในการส่งเสริมสุขภาพ อาทิเช่น การยืดเหยียดกล้ามเนื้อของร่างกายส่วนล่าง การยืดเหยียดกล้ามเนื้อของร่างกายส่วนบน การวัดชีพจรและความดันโลหิตขณะพัก เป็นต้น

3. โครงการเสริมสร้างสุขภาพะชุมชนด้านสุขภาพ ด้วยศาสตร์แพทย์จีน

ปี 2024 สาขาวิชาการแพทย์แผนจีน คณะวิทยาศาสตร์ ได้จัดกิจกรรมบริการวิชาการด้านการแพทย์แผนจีน และการออกบูตตรวจสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีนเพื่อให้บริการตรวจสุขภาพและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการป้องกันและดูแลสุขภาพด้วยศาสตร์การแพทย์แผนจีน ในการออกบูตดังกล่าว มีประชาชนที่อาศัยอยู่ใน

บริเวณนั้นและผู้ที่เดินทางผ่านไปมาเข้ารับการตรวจสุขภาพเป็นจำนวนมาก ทั้งวัยรุ่น วัยทำงาน และวัยผู้สูงอายุ โดยผ่านกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

- 1) โครงการออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ให้บริการดูแลสุขภาพประชาชนร่วมกับสำนักอนามัยและสำนักงานเขตห้วยขวาง กรุงเทพฯ ในโครงการ “กรุงเทพห่วงใย ใส่ใจสุขภาพ”
- 2) งานให้บริการดูแลสุขภาพประชาชน กิจกรรม สวยใสสุขภาพดี ด้วยวิถีแพทย์จีน
- 3) โครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ชุมชนเสนานิเวศ 2
- 4) หน่วยให้บริการดูแลสุขภาพพระสงฆ์และประชาชนทั่วไปในงานประชุมที่ มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย

นักศึกษาสาขาวิชาพลศึกษา นำกิจกรรมออกกำลังกายเต้นแอโรบิก
ณ ชุมชนสยามเวนิส และชุมชนนครหลวง เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร



การส่งเสริมการออกกำลังกายและสุขภาพที่ดีในชุมชนเมือง
ณ ชุมชนหมู่บ้านเฟรนด์ชิพ เขตลาดพร้าว กรุงเทพฯ
วันเสาร์ที่ 30 มีนาคม 2567 และวันเสาร์ที่ 3 สิงหาคม 2567



โครงการเสริมสร้างสุขภาวะชุมชนด้านสุขภาพ ด้วยศาสตร์แพทย์จีน





