

# โครงการ หนูน้อยมือสะอาด

**หยุด!** เชื้อโรคร้ายเข้าสู่ร่างกายคุณ ด้วยการล้างมือให้สะอาดอย่างถูกวิธี 7 ขั้นตอน และใช้สบู่ทุกครั้งในการล้างมือ



1. ฝ่ามือถูฝ่ามือ
2. ฝ่ามือถูหลังมือและนิ้วถูซอกนิ้ว
3. ฝ่ามือถูฝ่ามือและนิ้วถูซอกนิ้ว
4. หลังนิ้วมือถูฝ่ามือ
5. ถูนิ้วหัวแม่มือโดยรอบด้วยฝ่ามือ
6. ปลายนิ้วถูขวางฝ่ามือ
7. ถูรอบข้อมือ

ก่อน กินอาหาร  
หลัง ขับถ่าย  
ก่อน/หลัง เตรียม/ปรุงอาหาร  
หลัง หยิบจับสิ่งสกปรกหรือ สัมผัสสัตว์เลี้ยงและสัตว์ปีก

กองสุขศึกษา  
กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ  
กระทรวงสาธารณสุข

สุขภาพดี...เริ่มต้นที่มือสะอาด

[www.thaihed.com](http://www.thaihed.com)

# ผู้รับผิดชอบ โครงการ

| ลำดับที่ | ชื่อ-นามสกุล           | รหัสนักศึกษา |
|----------|------------------------|--------------|
| 1        | นางสาวอภิญญา สุอินทร์  | 571461321136 |
| 2        | นางสาวอวยพร ชินแสง     | 571461321138 |
| 3        | นางสาวมณีรัตน์ สมหมาย  | 571461321139 |
| 4        | นางนิศารัตน์ ลุนอุบล   | 571461321142 |
| 5        | นางกิณี น่วมนวล        | 571461321143 |
| 6        | นางสาวจริญญา ไชยเพ็ชร  | 571461321144 |
| 7        | นางสาววารุณี พรหมปากสา | 571461321145 |
| 8        | นางปรัศนีย์ สิงห์พิม   | 571461321146 |

# หลักการและเหตุผล

เนื่องจากปัจจุบัน มีเชื้อโรคมามากมายที่สามารถติดต่อผ่านการสัมผัส ซึ่ง “มือ” คืออวัยวะที่ใช้ทำกิจกรรมต่างๆมากมาย เรามักใช้มือสัมผัสกับร่างกายของตนเอง ร่างกายผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมทั่วไป ซึ่งมีทั้งที่สะอาดและสกปรกซึ่งอาจนำเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้โดยง่าย และก็สามารถกระจายเชื้อไปสู่ผู้อื่น จากการสัมผัสกันโดยตรงหรือสัมผัสผ่านตัวกลาง จากข้อมูลองค์การอนามัยโลก พบว่าในแต่ละปีมีเด็กมากกว่า 1.5 ล้านคน ต้องเสียชีวิตจากโรคท้องร่วง อันเป็นผลมาจากการขาดสุขอนามัยที่ดี และละเลยการให้ความสำคัญกับการล้างมือด้วยสบู่อย่างถูกวิธีเป็นประจำ ตลอดจนเกิดการปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม เพื่อลดการเจ็บป่วยของเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และเป็นการส่งเสริมสุขภาพทั้งระยะสั้นและระยะยาว ผ่านการที่เด็กๆ มีทักษะความรู้ความเข้าใจที่ดีเรื่องการล้างมือให้สะอาดผ่านกิจกรรมการเรียนการสอนในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองคังคา และจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมขั้นพื้นฐานที่เริ่มจากการที่เด็กรักที่จะมีมือสะอาด จนนำไปสู่การเป็นผู้มีความตระหนักรักสุขภาพของตนเองในอนาคตผ่านเรื่องเล็กไปสู่เรื่องใหญ่ จากการสังเกตพฤติกรรมเด็กในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองคังคา พบว่าเด็กยังไม่สามารถล้างมืออย่างถูกวิธีได้ ทางผู้จัดทำโครงการเล็งเห็นถึงความสำคัญของปัญหาที่เกิดขึ้นจึงจัดทำโครงการหนูน้อยมือสะอาดขึ้น เพื่อให้เด็กสามารถปฏิบัติตามการล้างมือที่ถูกต้อง แล้วนำไปใช้ป้องกันโรคได้ด้วยตนเองต่อไป

# วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เด็กมีความรู้เรื่องการล้างมือและสามารถปฏิบัติ การล้างมือ 7 ขั้นตอนได้อย่างถูกวิธี
2. เพื่อเสริมสร้างสุขอนามัยที่ดีและถูกต้องแก่เด็ก

# เป้าหมาย

## ด้านปริมาณ

- เด็กปฐมวัยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองคังคา ตำบลหนองเต็น อำเภอบึงคล้า จังหวัดบึงกาฬ  
จำนวน 25 คน

## ด้านคุณภาพ

- ร้อยละ 90 ได้รับความรู้เรื่องการล้างมือและสามารถล้างมือได้อย่างถูกต้อง 7 ขั้นตอน

# วิธีดำเนินการ

1. เริ่มกิจกรรมก่อนนักเรียนรับประทานอาหารกลางวัน  
เวลาประมาณ 10.00 น.
2. สอนวิธีการล้างมือที่ถูกต้องและให้เด็กๆทำตาม
3. เปิดเพลงล้างมือให้เด็กทำตามพร้อมกับครู
4. ย้ำเตือนเรื่องการล้างมือ พร้อมทั้งแจกน้ำยาล้างมือให้  
เด็กทุกคน
5. พาเด็กๆล้างมือ โดยมีครูคอยดูแลและสอนการล้างมือที่  
บริเวณอ่างล้างมือ
6. ติดโปสเตอร์ขั้นตอนการล้างมือที่อ่างล้างมือของศูนย์  
พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองคังคา

# ระยะเวลา

วันที่ 28 พฤศจิกายน - 2 ธันวาคม 2559

## สถานที่ดำเนินการ

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองคังคา  
ตำบลหนองเต็ง  
อำเภอบึงคล้า จังหวัดบึงกาฬ

# งบประมาณ

| ลำดับ<br>ที่ | รายการ                                    | จำนวน<br>เงิน(บาท) |
|--------------|-------------------------------------------|--------------------|
| 1            | โปสเตอร์ขั้นตอนการล้างมือ<br>จำนวน 1 แผ่น | 20                 |
| 2            | สบู่เหลวล้างมือจำนวน 1 ขวด                | 100                |
| 3            | อาหารว่างเด็ก จำนวน 25 ชุด                | 250                |
| รวม          |                                           | 370 บาท            |

# ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เด็กมีความรู้เรื่องการล้างมือและสามารถปฏิบัติ  
การล้างมือ 7 ขั้นตอนได้อย่างถูกต้องวิธี
2. เด็กได้รับการเสริมสร้างสุขอนามัยที่ดีและถูกต้อง



# การประเมินผล

| ตัวบ่งชี้ความสำเร็จ                                                                             | วิธีการประเมิน | เครื่องมือที่ใช้ |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|
| ร้อยละ 90 ได้รับ<br>ความรู้เรื่องการล้าง<br>มือและสามารถล้าง<br>มือได้อย่างถูกต้อง<br>7 ขั้นตอน | สังเกต         | แบบสังเกต        |