



๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

เรื่อง การดำเนินงานศูนย์อำนวยการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญา
ของเศรษฐกิจพอเพียง (ศจพ.) ในระดับจังหวัดและระดับต่างๆ

เรียน นายอำเภอ ทุกอำเภอ

อ้างถึง หนังสือจังหวัดหนองคาย ด่วนที่สุด ที่ นค ๐๐๑๙.๔/ว ๑๙๖๕๖ ลงวันที่ ๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. เอกสารประกอบการดำเนินงานฯ ตามข้อมูล TPMAP (QR-Code)	จำนวน ๑ ฉบับ
๒. รหัส User_TPMAP (QR-Code)	จำนวน ๑ ฉบับ
๓. แบบฟอร์มจัดทำทะเบียนบุคคล/ครัวเรือนเป้าหมาย ตาม TPMAP	จำนวน ๑ ชุด
๔. แบบตรวจสอบครัวเรือนใหม่	จำนวน ๑ ชุด
๕. คู่มือแนวทางดำเนินงานฯ	จำนวน ๑ เล่ม

ตามหนังสือที่อ้างถึง จังหวัดหนองคาย ได้เชิญประชุมมอบนโยบายการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (ศจพ.) เมื่อวันที่ ๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๔ เวลา ๑๓.๓๐ น. ผ่านระบบ Video Conference System-VCS และระบบ Video Streaming กระทรวงมหาดไทย โดยมีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย (พลเอก อนุพงษ์ เผ่าจินดา) เป็นประธานการประชุมฯ และให้คณะกรรมการศูนย์อำนวยการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงทุกระดับจังหวัด (คจพ.จ.) , (คจพ.อ.) และทีมปฏิบัติการศูนย์อำนวยการจัดการความยากจนฯ เข้าร่วมรับฟังการประชุมฯ ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

จากประเด็นการประชุมมอบนโยบายการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (ศจพ.) โดยมีรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย (พลเอก อนุพงษ์ เผ่าจินดา) ได้มีข้อสั่งการให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการตรวจสอบ (Re-Check) ข้อมูลครัวเรือน TPMAP ให้เป็นไปตามข้อเท็จจริงสามารถแยกแยะมิติปัญหาที่ชัดเจนและจัดทำแผนครัวเรือนให้ได้รับการช่วยเหลือตรงเป้าหมายบุคคล/ครัวเรือนที่มีอยู่จริง ดังนั้น จังหวัดหนองคายจึงขอให้อำเภอมอบหมายศูนย์อำนวยการปฏิบัติการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอำเภอ (ศจพ.อ.) ดำเนินการดังนี้

๑. แจ้งทีมปฏิบัติการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในระดับพื้นที่(ทีมระดับตำบล) ลงพื้นที่ตรวจสอบข้อมูล TPMAP ตามข้อเท็จจริงว่าใช่หรือไม่ และระบุนายละเอียดของสภาพมิติปัญหาของบุคคล/ครัวเรือน ตามแบบฟอร์มสิ่งที่ส่งมาด้วย ๓ และส่งให้จังหวัดภายในวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๔

๒. ให้สำรวจตรวจสอบข้อมูลครัวเรือนเป้าหมายรายใหม่หรือคนที่ตกหล่นจากข้อมูล TPMAP แยกตามการจำแนกปัญหามิติ ๕ ด้าน ตามแบบตรวจสอบฯ และส่งให้จังหวัดภายในวันที่ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๖๔ ตามแบบฟอร์มสิ่งที่ส่งมาด้วย ๔

/๓.ให้ศูนย์ฯ...

ทั้งนี้ ในการตรวจสอบข้อเท็จจริงข้อมูล TPMAP และสำรวจตรวจสอบข้อมูลครัวเรือน รายใหม่ ขอให้บูรณาการหน่วยงานที่เกี่ยวข้องที่รับผิดชอบหลักตามการจำแนกปัญหามิติ ๕ ด้าน ได้แก่ ๑) มิติด้านความเป็นอยู่ ๒) มิติด้านรายได้ ๓) มิติด้านสุขภาพ ๔) มิติด้านการศึกษา ๕) มิติด้านการเข้าถึง บริการรัฐตามตัวชี้วัดแต่ละมิติที่กำหนด โดยให้คณะกรรมการบริหารศูนย์อำนวยการปฏิบัติการขจัดความ ยากจนฯ (คจพ.อ.) รับรองผลการตรวจสอบของข้อมูลบุคคล/ครัวเรือนที่ถูกต้องมีตัวตนจริง และให้ส่งแบบฟอร์มฯ ตามข้อ ๑ และ ๒ ตามกำหนด ทั้งนี้ ได้มอบหมายให้นางสาวสร้อยญา ตุลาพันธ์ นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการ หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๑๗๖๘ ๖๒๙๑ เป็นผู้ประสานงาน รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ



(นายมนต์สิทธิ์ ไพศาลธนวัฒน์)

ผู้ว่าราชการจังหวัดหนองคาย

สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัด

กลุ่มงานสารสนเทศการพัฒนาชุมชน

โทร/โทรสาร ๐ ๔๒๔๑ ๑๑๘๒ , ๐ ๔๒๔๑ ๒๖๓๓

หนองคาย “เกษตรอุตสาหกรรมวิถีวัฒนธรรมรุ่งเรือง เมืองท่องเที่ยวลุ่มน้ำโขง”

เอกสารประกอบ

ข้อมูล TPMAP



ข้อมูล TPMAP จ.หนองคาย



แบบตรวจสอบข้อมูลครัวเรือน



แนวทางการดำเนินงาน



แยกมิติด้านการศึกษา



แยกมิติด้านความเป็นอยู่



แยกมิติด้านรายได้



แยกมิติด้านสุขภาพ



มิติด้านการเข้าถึงบริการรัฐ

ศูนย์อำนวยการขจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืน
ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงจังหวัดหนองคาย (ศจพ.จ.)

สำนักงานพัฒนาชุมชนจังหวัดหนองคาย

โทร 0 4241 1182 , 0 4241 2633

Username และ Password ของโปรแกรม TPMAP Logbook : 9 อำเภอ จังหวัดหนองคาย

ตำแหน่ง	username	password
พัฒนาการจังหวัดหนองคาย	cdd43	54137268
พัฒนาการอำเภอเมืองหนองคาย จังหวัดหนองคาย	cdd4301	94231875
พัฒนาการอำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย	cdd4302	69435271
พัฒนาการอำเภอโพนพิสัย จังหวัดหนองคาย	cdd4305	71865942
พัฒนาการอำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย	cdd4307	28475196
พัฒนาการอำเภอสว่าง จังหวัดหนองคาย	cdd4308	87651429
พัฒนาการอำเภอสระใคร จังหวัดหนองคาย	cdd4314	54612798
พัฒนาการอำเภอเฝ้าไร่ จังหวัดหนองคาย	cdd4315	71582964
พัฒนาการอำเภอรันทวาปี จังหวัดหนองคาย	cdd4316	61923748
พัฒนาการอำเภอโพธิ์ตาก จังหวัดหนองคาย	cdd4317	45932176

แบบฟอร์มจัดทำทะเบียนบุคคล/ครัวเรือนเป้าหมาย ตาม TPMAF

ชื่อหัวหน้าครัวเรือน เลขที่บัตรประชาชน ตำบล อำเภอ จังหวัดหนองคาย

(1) ที่อยู่	บ้านเลขที่ :			
	หมู่ที่ :			
(2) หัวหน้าครัวเรือน	อายุ (ปี) :			
	อาชีพ :			
(3) จำนวนคน ในครัวเรือน	ทั้งหมด (คน) :			
	ถือบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ (คน) :			
	สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป (คน) :			
	พิการ (คน) :			
	ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ (คน) :			
รายชื่อ คนในครัวเรือน	1	ชื่อ :	เลขที่บัตรประชาชน :	อาชีพ :
	2	ชื่อ :	เลขที่บัตรประชาชน :	อาชีพ :
	3	ชื่อ :	เลขที่บัตรประชาชน :	อาชีพ :
	4	ชื่อ :	เลขที่บัตรประชาชน :	อาชีพ :
	5	ชื่อ :	เลขที่บัตรประชาชน :	อาชีพ :
(4) สภาพทางการเงิน	รายได้รวม/ปี :			
	เก็บออม : () มี () ไม่มี			
(5) สภาพปัญหา ที่ปรากฏใน TPMAF (5 มิติ)	สุขภาพ : () เป็นผู้ป่วยติดเตียง () มีโรคประจำตัว () ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ () พิกัด () อื่นๆ ระบุ.....			
	ความเป็นอยู่ : () บ้านไม่มั่นคง () ไม่มีที่อยู่เป็นของตนเอง () ปัญหาด้านสุขลักษณะ () อื่นๆ ระบุ.....			
	การศึกษา : () อ่านไม่ออก () เขียนไม่ได้ () ไม่ได้เรียนต่อการศึกษาภาคบังคับ () อื่นๆ ระบุ.....			
	รายได้ : () ไม่มีอาชีพ () ไม่มีเงินทุน () มีหนี้สิน			
	การเข้าถึงบริการภาครัฐ : () ไม่มีบัตรสวัสดิการฯ () ไม่ได้รับเบี้ยคนพิการ () ไม่ได้รับเบี้ยสูงอายุ () อื่นๆ ระบุ.....			
(6) สรุปข้อมูล ครัวเรือน	ถูกต้องทั้งหมด : ()			
	ถูกต้องบางส่วน : () ระบุ.....			
	คลาดเคลื่อนทั้งหมด : ()			
	ไม่พบสภาพปัญหาดังกล่าว : ()			
(7) จำแนกประเภท ครัวเรือน	พัฒนาได้ : () อยากพัฒนาในเรื่องใด.....			
	สงเคราะห์ : ()			
(8) สามารถแก้ไข ปัญหา	() ได้เอง			
	() คนอื่นต้องช่วย			
(9) การรับการพัฒนา แล้ว	ระบุโครงการ :			
	หน่วยงาน :			
	งบประมาณ :			

การบันทึกข้อมูล

- ทีมปฏิบัติการฯ ตรวจสอบข้อมูลบุคคล / ครัวเรือนเป้าหมาย ตามตารางช่อง (5) และสรุปข้อมูลที่ได้จากการสอบถามลงในตารางช่อง (6)
- ทีมที่เลี้ยงนำข้อมูลจากแผนครัวเรือนที่วิเคราะห์แล้วมาบันทึกลงในตารางช่อง (7) และ (8)
- ทีมปฏิบัติการฯ บันทึกในแบบฟอร์มที่กรมการพัฒนาชุมชนกำหนด

หมายเหตุ :

- หากจำนวนรายชื่อในครัวเรือนมีมากกว่า 5 คน สามารถกรอกเพิ่มเติมได้
- ในตารางช่อง (5) สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

ผู้ตรวจสอบ ทีมปฏิบัติการ
(.....)
ผู้รับรอง เลขา ศจพ.อ.
(.....)

แบบตรวจสอบข้อมูลครัวเรือน

การจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืน

ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (สำหรับครัวเรือนใหม่)

บ้าน..... หมู่ที่..... ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัดหนองคาย

มิติ TPAMP	สมาชิกชุมชน	จำนวนคน		สถานะ	
		มี (คน)	ไม่มี (คน)	ได้รับการดูแล (คน)	ไม่ได้รับการดูแล (คน)
ด้านสุขภาพ	1) เป็นผู้พิการ 2) เป็นผู้ป่วยติดเตียง				
ด้านความเป็นอยู่	1) ไม่มีบ้านเป็นของตัวเอง 2) สภาพบ้านไม่มั่นคงถาวร				
ด้านการศึกษา	1) เด็กอายุ 6 - 14 ปี ไม่ได้ได้รับการศึกษาภาคบังคับ 9 ปี 2) คนอายุ 20 ปีขึ้นไป อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้				
ด้านรายได้	1) คนในครัวเรือน มีรายได้ไม่ถึง 100 บาท/วัน ต่อคน				
ด้านการเข้าถึง บริการภาครัฐ	1) ผู้พิการไม่ได้รับการดูแล 2) ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง / อยู่คนเดียว				

ผู้สำรวจ นายอำเภอ/ผู้นำชุมชน

(.....)

พัฒนาการ ผู้ตรวจสอบ

(.....)

พัฒนาการอำเภอ ผู้ตรวจสอบ

(.....)

คำอธิบาย แบบฟอร์มจัดทำทะเบียนบุคคล/ครัวเรือนเป้าหมาย

แบบฟอร์มจัดทำทะเบียนบุคคล/ครัวเรือนเป้าหมาย ซึ่งเป็นข้อมูลที่ปรากฏในระบบ TPMAP ประกอบด้วย

- (1) ข้อมูลที่อยู่ (บ้านเลขที่, หมู่, หมู่บ้าน, ตำบล, อำเภอ, อปท.)
- (2) ข้อมูลหัวหน้าครัวเรือน (ค่าน้ำ, ชื่อ – สกุล, อายุ (ปี), เพศ, อาชีพ)
- (3) จำนวนคนในครัวเรือน (ทั้งหมดกี่คน, เป็นผู้ถือบัตรสวัสดิการแห่งรัฐกี่คน, เป็นผู้สูงอายุกี่คน, เป็นผู้พิการกี่คน, ป่วยกี่คน)
- (4) สภาพการเงิน (รายได้รวม/ปี, รายได้เฉลี่ย, หนี้ในระบบ, หนี้นอกระบบ, การออม)
- (5) ความยากจนรายมิติ (จำแนกตามตัวชี้วัด โดยช่องที่มีเลข 1 คือมีความยากจนตามตัวชี้วัดนั้น ๆ)
- (6) สรุปข้อมูลครัวเรือน ประกอบด้วย
 - ถูกต้องทั้งหมด หมายความว่า ข้อมูลที่ปรากฏในช่อง (5) ตรงตามสภาพปัญหาของครัวเรือนทั้งหมด
 - ถูกต้องบางส่วน หมายความว่า กรณีพบว่าข้อมูลที่ปรากฏในช่อง (5) มีบางตัวชี้วัดถูกต้อง บางตัวชี้วัดไม่ถูกต้อง หรืออาจมีข้อมูลปัญหาเพิ่มเติม ทั้งนี้ในส่วนของข้อมูลที่ถูกต้อง ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวชี้วัด และหากข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง ให้ทำเครื่องหมาย x ลงในช่องตัวชี้วัดที่ไม่ถูกต้อง กรณีพบปัญหาใหม่ ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวชี้วัดที่มีปัญหา
 - คลาดเคลื่อนทั้งหมด หมายความว่า ข้อมูลที่ปรากฏในช่อง (5) ไม่ตรงตามสภาพปัญหาของครัวเรือน เช่น ข้อมูลที่ปรากฏในช่อง (5) ของครัวเรือนพบว่าตกข้อ “6 ปีขึ้นไป... และบ้านเรือน...” แต่เมื่อลงไปตรวจสอบกลับพบว่าครัวเรือนดังกล่าวไม่มีปัญหาตามข้อที่กล่าวมา ให้ทำเครื่องหมาย x ในช่องปัญหาดังกล่าว แต่กลับพบว่าครัวเรือนมีสภาพปัญหาใหม่ คือ “รายได้” ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตัวชี้วัดความยากจน (ใหม่) ที่พบ
 - ไม่พบสภาพปัญหาดังกล่าว หมายความว่า ข้อมูลที่ปรากฏในช่อง (5) ปัจจุบันครัวเรือนไม่มีปัญหา/ ไม่ตกเกณฑ์ความยากจนตามตัวชี้วัดดังกล่าวแล้วทั้งหมด รวมทั้งไม่พบปัญหาอื่น ๆ เพิ่มเติม ให้ทำเครื่องหมาย x ลงในช่องปัญหาที่ปรากฏ

สรุปข้อมูล ครัวเรือน	(5)																
	ความยากจนรายมิติ (1 คือ ตกเกณฑ์)																
	เกณฑ์แรกเกิด	กินอาหาร	ใช้ยา	6 ปีขึ้นไป	ที่อยู่อาศัย	น้ำบริโภค	น้ำใช้	บ้านเรือน	3-5 ปี เศรษฐกิจ	6-14 ปี	จน ม.3	15-59 ปี อ่าน	15-59 ปี	60 ปีขึ้นไป	รายได้	ผู้สูงอายุ	ผู้พิการ
ถูกต้องทั้งหมด				✓1	✓1												
ถูกต้องบางส่วน						✓1		✗1							✓		
คลาดเคลื่อนทั้งหมด				✗1						✗1				✓	✓		
ไม่พบสภาพปัญหาดังกล่าว					✗1					✗1		✗1				✗1	

การบันทึกข้อมูล

1. ทีมปฏิบัติการฯ ตรวจสอบข้อมูลบุคคล/ครัวเรือนเป้าหมาย ตามตารางช่อง (5) และทำการสรุปข้อมูลที่ได้จากการสอบถามลงในตารางช่อง (6)
2. ทีมพี่เลี้ยงนำข้อมูลจากแผนครัวเรือนที่วิเคราะห์แล้วมาบันทึกลงในตารางช่อง (7) และ (8) และส่งคืนให้ทีมปฏิบัติการฯ เพื่อบันทึกใน แบบฟอร์มที่กรมการพัฒนาชุมชนกำหนดต่อไป

ส่วนที่ 3 แบบสรุปลักษณะปัญหาของครัวเรือน

พบว่า ครัวเรือนมีสภาพปัญหาที่ปรากฏ (ตักเกณฑ์ตามตัวชี้วัด) ดังนี้

- ด้านสุขภาพ
- ด้านความเป็นอยู่
- ด้านการศึกษา
- ด้านรายได้
- ด้านการเข้าถึงบริการภาครัฐ

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือตอบแบบตรวจสอบข้อมูลครัวเรือน

.....หัวหน้าครัวเรือน/ผู้ให้ข้อมูล
 (.....)
 วันที่.....

.....ผู้จัดเก็บข้อมูล
 (.....)
 วันที่.....

คำอธิบายการบันทึกข้อมูล

ในแบบตรวจสอบข้อมูลครัวเรือนการจัดความยากจนและพัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (สำหรับครัวเรือนใหม่)

1. แบบตรวจสอบข้อมูลฯ นี้ ใช้สำหรับจัดเก็บข้อมูลกลุ่มคนตกหล่นจากระบบ (Exclusion error) โดยผู้ให้ข้อมูลอาจเป็นหัวหน้าครัวเรือน หรือบุคคลที่อยู่ในครัวเรือน
2. ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของครัวเรือน
 - 2.1 ข้อ 1 – 9 เป็นข้อมูลของหัวหน้าครัวเรือนเท่านั้น
 - 2.1 ข้อ 10 เป็นข้อมูลสมาชิกในครัวเรือน
3. ส่วนที่ 2 ข้อมูลตัวชี้วัดจำแนกตามสภาพปัญหา โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับสภาพความเป็นจริงของครัวเรือน โดยพิจารณาจากสมาชิกในครัวเรือนทั้งหมด

การแปลผลข้อมูลในส่วนที่ 2

- หากใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่อง “ใช่” หมายความว่า ครัวเรือนไม่มีปัญหา
- หากใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่อง “ไม่ใช่” หมายความว่า ครัวเรือนมีปัญหา

4. ส่วนที่ 3 แบบสรุปลักษณะปัญหาของครัวเรือน ให้นำข้อมูลตัวชี้วัด ในส่วนที่ 2 มาสรุปว่าตัวชี้วัดที่ครัวเรือนมีอยู่ในสภาพปัญหาใด

คำอธิบายตัวชี้วัด

ลำดับ	ตัวชี้วัด	ความหมายตัวชี้วัด
1	คร้วเรือนมีเด็กแรกเกิดที่มีน้ำหนัก 2,500 กรัมขึ้นไป	เด็กแรกเกิดที่สมบูรณ์แข็งแรง จะต้องมือน้ำหนักตัวเมื่อแรกเกิด 2,500 กรัมขึ้นไป
2	คร้วเรือนกินอาหารถูกสุขลักษณะ ปลอดภัย และได้มาตรฐาน	ทุกคนในคร้วเรือนได้ปฏิบัติเกี่ยวกับการกินอาหารที่มีคุณภาพ ถูกสุขลักษณะ และได้มาตรฐานครบทั้ง 4 เรื่อง ดังนี้ 1) ถ้ากินอาหารบรรลุสำเร็จ ต้องมีเครื่องหมาย อย. เช่น เกลือเสริมไอโอดีน น้ำปลา น้ำส้มสายชู อาหารกระป๋อง นม อาหารกล่อง เป็นต้น 2) ถ้ากินเนื้อสัตว์ ต้องทำให้สุกด้วยความร้อน 3) ถ้ากินผัก ต้องเป็นผักปลอดสารพิษ หรือได้ทำการแช่ด้วยน้ำผสมด่างทับทิม หรือน้ำยาล้างผักแล้วล้างด้วยน้ำสะอาดหลาย ๆ ครั้ง 4) ก่อนกินอาหารทุกครั้ง ต้องล้างมือให้สะอาด และในการกินอาหารร่วมกันต้องใช้ช้อนกลางในการตักอาหารทุกครั้ง หมายเหตุ : ถ้ากินอาหารตามข้อ 1) – 3) ต้องปฏิบัติให้ครบตามที่กำหนด (ถ้าไม่ได้กินให้ถือว่าปฏิบัติ) สำหรับข้อ 4) ทุกคนต้องปฏิบัติ
3	คร้วเรือนมีการใช้ยาเพื่อบำบัดบรรเทาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้นอย่างเหมาะสม	ทุกคนในคร้วเรือนเมื่อมีอาการเจ็บป่วยเล็กน้อย หากไม่ได้ไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) คลินิก หรือโรงพยาบาล แต่เลือกที่จะใช้ยาเพื่อบำบัด บรรเทาอาการเจ็บป่วยเบื้องต้นด้วยตนเอง โดยได้ปฏิบัติครบทั้ง 4 เรื่อง คือ 1) ใช้ยาสามัญประจำบ้าน (ยาที่กระทรวงสาธารณสุขได้พิจารณาคัดเลือกกว่าเป็นยาปลอดภัย เป็นยาที่เหมาะสมที่จะให้ประชาชนซื้อมาใช้ด้วยตนเอง เพื่อการดูแลรักษาอาการเจ็บป่วยเล็กน้อยที่มักเกิดขึ้นได้ สามารถสังเกตได้จากบริเวณภาชนะบรรจุจะมีคำว่า “ยาสามัญประจำบ้าน” พิมพ์อยู่ ซึ่งมีทั้งยาแผนปัจจุบันและยาแผนโบราณ) 2) ไม่กินยาชุดที่ซื้อจากร้านขายของชำ 3) ไม่กินยาสมุนไพรหรือยาแผนโบราณที่ไม่ได้ปรุงขึ้นเฉพาะสำหรับตน (ยกเว้นยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณ) 4) ไม่กินผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่วดอ้างสรรพคุณเกินจริง โดยแสดงสรรพคุณเป็นยาเพื่อบำบัดบรรเทา รักษาโรค ซึ่งไม่ตรงกับที่แสดงในฉลาก (หากขาดข้อใดข้อหนึ่งให้ถือว่าปฏิบัติไม่ครบ)
4	คนอายุ 6 ปีขึ้นไป ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 30 นาที	คนอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไปทุกคน ได้ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน ๆ ละ 30 นาที หรือออกแรง/ออกกำลังกายติดต่อกันอย่างน้อย 10 นาทีขึ้นไป รวมกันทั้งวัน วันละ 30 นาที อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วัน
5	คร้วเรือนมีความมั่นคงในที่อยู่อาศัย และบ้านมีสภาพคงทนถาวร	คร้วเรือนมีความมั่นคงในที่อยู่อาศัย และบ้านมีสภาพคงทนถาวร คือ อยู่ได้โดยไม่ต้องกังวลว่าจะมีปัญหาเรื่องที่พักอาศัย เช่น ถูกไล่ที่ และบ้านมีสภาพคงทนถาวร • ความมั่นคงในที่อยู่อาศัย หมายถึง สามารถอยู่ได้โดยไม่ต้องกังวลว่าจะมีปัญหาเรื่องที่พักอาศัย เช่น ไม่อยู่ในที่สาธารณะหรือเขต

		<p>ป่าสงวน ไม่อยู่ในเขตที่ประสพภัยน้ำท่วมอย่างร้ายแรง ไม่ถูกไล่ที่เป็นต้น</p> <ul style="list-style-type: none"> • สภาพคองทนถาวร หมายถึง บ้านมีโครงสร้าง มีหลังคามุงกระเบื้องสังกะสี และมีฝาครอบทั้ง 4 ด้าน มีประตูหน้าต่างที่อยู่ในสภาพดี แข็งแรง ไม่ชำรุด อยู่คองทน สามารถอยู่ต่อไปได้น้อยกว่า 5 ปี
6	ครัวเรือนมีน้ำสะอาดสำหรับดื่ม และบริโภคเพียงพอตลอดปี อย่างน้อยคนละ 5 ลิตรต่อวัน	<p>ครัวเรือนมีน้ำสะอาดสำหรับดื่ม และบริโภคเพียงพอตลอดปี อย่างน้อยคนละ 5 ลิตร</p> <ul style="list-style-type: none"> • น้ำสะอาดสำหรับดื่มและบริโภค หมายถึง น้ำฝน น้ำประปา และน้ำบาดาล ที่ผ่านเกณฑ์มาตรฐานของกรมอนามัย ที่สาธารณสุขตำบลตรวจสอบแล้ว ถ้าเป็นน้ำจากแหล่งธรรมชาติต้องนำมาต้มเสียก่อน จึงจะจัดว่าเป็นน้ำสะอาด หรือน้ำที่ผ่านเครื่องกรองน้ำที่ได้มาตรฐาน หรือน้ำบรรจุขวด (ต้องมีเครื่องหมาย อย.) • คนละ 5 ลิตรต่อวัน หมายถึง ใช้สำหรับดื่ม 2 ลิตร และอื่น ๆ อีกจำนวน 3 ลิตร เช่น ใช้ประกอบอาหาร ล้างหน้า บ้วนปาก และแปรงฟัน เป็นต้น
7	ครัวเรือนมีน้ำใช้เพียงพอตลอดปี อย่างน้อยคนละ 45 ลิตรต่อวัน	<p>ครัวเรือนมีน้ำใช้เพียงพอตลอดปี อย่างน้อยคนละ 45 ลิตร (2 ปี๊บ) ต่อวัน</p> <ul style="list-style-type: none"> • น้ำใช้ หมายถึง น้ำที่ใช้ในครัวเรือน เช่น อาบน้ำ ซักผ้า ทำความสะอาด เป็นต้น
8	ครัวเรือนมีการจัดการบ้านเรือนเป็นระเบียบเรียบร้อย สะอาด และถูกสุขลักษณะ	<p>ครัวเรือนมีการจัดบริเวณบ้านและภายในบ้าน โดยมีที่ประกอบอาหาร มีที่เก็บน้ำสะอาด ไม่มีแหล่งเพาะพันธุ์สัตว์/ แมลงนำโรค มีอุปกรณ์กำจัดขยะมูลฝอย สภาพในบ้านสะอาด ไม่มีแหล่งน้ำเสียขัง มีส้วมถูกสุขลักษณะ เป็นระเบียบ ครบทุกเรื่อง</p> <ul style="list-style-type: none"> • การจัดบริเวณบ้านและภายในบ้านเป็นระเบียบ สะอาด และถูกสุขลักษณะ ได้แก่ <ol style="list-style-type: none"> 1) สภาพภายในบ้านสะอาด ห้องนอนลมพัดผ่านสะดวก ไม่มีฝุ่นละอองและกลิ่นเหม็นอับชื้น ที่หลังนอนข้าวของเครื่องใช้สะอาด มีการจัดเก็บเป็นระเบียบ ไม่รกรุงรัง 2) ที่ประกอบอาหารสะอาดเป็นระเบียบ มีตู้กับข้าวหรือฝาชี มีอุปกรณ์ล้างมือที่ใช้งานได้ดี (เช่น สบู่หรือน้ำยาล้างจาน) และมีการกำจัดไขมัน 3) ที่เก็บน้ำสะอาด เพื่อการอุปโภคบริโภคสภาพดี มีฝาปิด 4) มีการกำจัดสัตว์ แมลงที่เป็นพาหะนำโรค ได้แก่ ยุงลาย หนู แมลงวัน แมลงสาบ ไม่พบแหล่งเพาะพันธุ์ และที่หลบซ่อนอาศัยภายในบ้านหรือบริเวณบ้าน 5) มีการจัดการขยะ ดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> - มีอุปกรณ์ อาทิ ไม้กวาด ถังขยะ ถุงใส่ขยะ - มีการคัดแยกขยะออกเป็น 4 ประเภท (1. ของเสียอันตราย 2. ขยะรีไซเคิล 3. เศษอาหาร 4. ขยะอื่น ๆ) 6) มีร่องระบายน้ำอยู่ในสภาพดี ไม่มีแหล่งน้ำเสียขังในบริเวณบ้าน และไม่มีการปล่อยน้ำเสียลงแหล่งน้ำสาธารณะ