

รายงานสรุปผลการดำเนินงาน

โครงการออกกำลังกายยืดชีวิต พิชิตโรค ประจำปี 2568

กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงใต้



แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ เขต ๑๒ สงขลา

รหัสโครงการ	๖๘-๑๔๙๗-๐๒ - ๐๓
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการออกกำลังกายยืดชีวิต พิชิตโรค ประจำปี ๒๕๖๘
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงใต้
ความสอดคล้องกับแผน	☐ แผนงานหลัก ☐ แผนงานบุตรี ☐ แผนงานสารสนเทศ ☐ แผนงานโรคเรื้อรัง ☐ แผนงานอาหารและโภชนาการ ☐ แผนงานกิจกรรมทางกาย ☐ แผนงานอุบัติเหตุ ☐ แผนงานอนามัยแม่และเด็ก ☐ แผนงานเด็ก เยาวชน และครอบครัว ☐ แผนงานผู้สูงอายุ ☐ แผนงานสิ่งแวดล้อม ☐ แผนงานเผชิญภัยพิบัติและโรคระบาด ☒ แผนงานกลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีความเสี่ยง ☐ แผนงานการบริหารจัดการกองทุนสุขภาพตำบล ☐ แผนงานคนพิการ
ประเภทการสนับสนุน	☐ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข(ข้อ ๗(๑)) ☒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรภาคประชาชน/หน่วยงานอื่น (ข้อ ๗(๒)) ☐ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก /ผู้สูงอายุ/คนพิการ(ข้อ ๗(๓)) ☐ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ (ข้อ ๗(๔)) ☐ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ(ข้อ ๗(๕))
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ	☐ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุขเช่น รพ.สต. ☐ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุข ☐ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. ☐ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา ☒ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน ตั้งแต่ ๕ คนขึ้นไป
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (ระบุจำนวน ๕ คน)	ชื่อองค์กร ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านตำบลนาโยงใต้ ได้แก่ ๑.นางวรรณดี สุขมาก ๒.นางขวัญฤทัย ประสิทธิ์สุวรรณ ๓.นางอารี คงบัน ๔.นางธิดากร ศรีคง ๕.น.ส.ภาลินี กาญจนพรหม

วันอนุมัติ	ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนฯ ครั้งที่ / เมื่อวันที่ เดือน พ.ศ.
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๑๐ เดือน มิถุนายน พ.ศ.๒๕๖๘ ถึงวันที่ ๒๐ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๘
กำหนดวันส่งรายงาน	ภายในวันที่ ๓๐ เดือนกันยายน พ.ศ.๒๕๖๘
งบประมาณ	จำนวน ๔,๘๖๐ บาท (สี่พันแปดร้อยหกสิบบาทถ้วน)
หลักการและเหตุผล ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในด้านต่างๆที่มีความทันสมัย สะดวกสบายมากขึ้น ทำให้วิถีชีวิตของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไป ประชาชนมีการออกกำลังกายน้อยลง ทำให้ร่างกายอ่อนแอ และปัจจุบันนี้ปัญหาโรคไม่ติดต่อ เป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศ จากรายงานของกระทรวงสาธารณสุขพบว่า โรคที่เป็นปัญหาในชุมชน ๕ อันดับแรกในกลุ่มโรคไม่ติดต่อ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โดยระบบกล้ามเนื้อและโครงร่างและภาวะไขมันอุดตันในเส้นเลือด ผู้ป่วยที่พบส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มวัยแรงงาน และกลุ่มผู้สูงอายุ สาเหตุหนึ่งของปัญหาดังกล่าว คือประชาชน ขาดการออกกำลังกาย และบริโภคอาหารไม่ถูกต้อง ก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพตามมา ซึ่งหากประชาชนได้บริโภคอาหาร อย่างถูกหลักโภชนาการ และมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ก็จะสามารถลดปัญหาดังกล่าวลงได้ ประกอบกับตามนโยบาย ๕ อ. ของกระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดให้การออกกำลังกายเป็นกิจกรรมสำคัญอย่างหนึ่ง ที่ต้องส่งเสริมให้กับประชาชน เห็นความสำคัญ และหันมาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมากขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจดี นอกจากนี้การออกกำลังกายยังก่อให้เกิดประโยชน์ ในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในชุมชนได้อีกทางหนึ่ง จากความสำคัญดังกล่าว ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านตำบลนาโยงใต้ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง จึงได้จัดทำโครงการออกกำลังกายยึดชีวิตพิชิตโรค ขึ้นในปี พ.ศ.๒๕๖๗ และต้องการขยายผลการดำเนินงานไปยังกลุ่มผู้สนใจ ในปี พ.ศ.๒๕๖๘ ต่อไป ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมให้คนในชุมชนตระหนักและเห็นความสำคัญ ของการออกกำลังกาย หันมาออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพกันมากขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เสริมสร้างร่างกาย ให้แข็งแรง เสริมสร้างความสามัคคี ของคนในชุมชน	
วิธีดำเนินการ ๑. ประชุมชี้แจงผู้เกี่ยวข้องรับทราบวัตถุประสงค์ของโครงการและแนวทางการดำเนินงาน ๒. ฝึกทักษะการออกกำลังกายด้วยบาสโลบ และแอโรบิก แก่ผู้สนใจ และประชาชนทั่วไป ๓. จัดตั้งชมรมออกกำลังกาย บาสโลบในพื้นที่ ๕. จัดกิจกรรมออกกำลังกายในชุมชน อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน วันละ ๓๐ นาที	
ผลที่คาดว่าจะได้รับ ๑. ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะที่ถูกต้องในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ๒. ประชาชนในชุมชนให้ความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายมากขึ้น ๓. ประชาชนมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตดี ลดการป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง	
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
ข้อที่ ๑ เพื่อให้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรม มีความรู้ ความเข้าใจและมีทักษะที่ถูกต้องในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	ตัวชี้วัดที่ ๑ ผู้เข้าร่วมโครงการทุกคน มีความรู้และทักษะที่ถูกต้องในการออกกำลังกาย
ข้อที่ ๒ เพื่อสร้างกระแสการออกกำลังกายด้วยรูปแบบที่เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกาย	ตัวชี้วัดที่ ๑ ผู้เข้าร่วมโครงการทุกคนมีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นแบบอย่างแก่คนในชุมชนได้

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
ข้อที่ ๓ เพื่อส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตในประชาชน	ตัวชี้วัดที่ ๑ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตดี ไม่มีภาวะซึมเศร้า จากการใช้แบบประเมิน ๒ Q, ๙Q

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย	งบประมาณ	ระยะเวลา
๑.กิจกรรมหลัก ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายในชุมชน เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ข้อ ๒ เป็นไปตามตัวชี้วัดข้อ ๑		
๑.๑กิจกรรมย่อย ๑.๑.๑ จัดทำไวนิลประชาสัมพันธ์/ เชิญชวนผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ๑.๑.๒ ประชาสัมพันธ์การดำเนิน โครงการผ่านหอกระจายข่าวประจำหมู่บ้าน	๑.ค่าป้ายไวนิลขนาด ๑.๒x๒.๔ เมตรจำนวน ๑ ผืนราคาผืนละ ๓๖๐ บาท เป็นเงิน ๓๖๐ บาท	๑๐ มิ.ย. ๒๕๖๘
๒.กิจกรรมหลัก จัดอบรม เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ข้อ ๑ เป็นไปตามตัวชี้วัดข้อ ๑		
๒.๑กิจกรรมย่อย ๒.๑.๑ ฝึกทักษะการออกกำลังกาย แก่ประชาชน ๒.๑.๒ จัดตั้งแกนนำ ออกกำลังกาย มอบหมายหน้าที่	๑.ค่าตอบแทนผู้นำออกกำลังกาย จำนวน ๑๕ ครั้ง ครั้งละ ๑ ชม.ๆ ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๔,๕๐๐ บาท	มิ.ย. – ก.ย.๒๕๖๘
๓.กิจกรรมหลัก จัดกิจกรรมออกกำลังกายในชุมชน เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ข้อ ๓ เป็นไปตามตัวชี้วัดข้อ ๑		
๓.๑กิจกรรมย่อย ๓.๑.๑ จัดกิจกรรมออกกำลังกาย ด้วยรูปแบบบาสโลบและแอโรบิคสำหรับ ประชาชนทั่วไป อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน วันละ ๓๐ นาที		

กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้าย ประกาศคณะกรรมการส่งเสริม สุขภาพและป้องกันโรคพ.ศ.๒๕๖๑)	จำนวน(คน)	กิจกรรมตามกลุ่มเป้าหมายหลัก
☐ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ☐ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม ☐ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ☐ อื่นๆ.....
☐ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์ ☐ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย ☐ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ☐ อื่นๆ.....
☐ กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์ ☐ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย ☐ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม ☐ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ☐ อื่นๆ.....
☐ กลุ่มวัยทำงาน		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ☐ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน ☐ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม ☐ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่ม

		แอลกอฮอล์
		☐ อื่นๆ.....
☐ กลุ่มผู้สูงอายุ		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ ☐ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า ☐ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม ☐ อื่นๆ.....
☐ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง ☐ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ ☐ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ☐ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง ☐ อื่นๆ.....
☐ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ		☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ ☐ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า ☐ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม ☐ อื่นๆ.....
☒ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง	๔,๐๐๔	☐ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ ☐ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง ☐ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ ☐ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้ ☐ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ ☐ อื่นๆ.....
☐ การบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ ข้อ๑๐(๔)		☐ อื่นๆ.....

(ลงชื่อ).....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางวรรณดี สุขมาก)

ตำแหน่ง ประธาน อสม. ต.นาโยงใต้ อ.เมือง จ.ตรัง

วันที่.....

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่อปท.ที่ได้รับมอบหมายลง
รายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงใต้
ครั้งที่ ๒ / ๒๕๖๘ เมื่อวันที่ ๑๒ มิถุนายน ๒๕๖๘ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

☒ งบประมาณที่เสนอ จำนวน ๔,๘๖๐ บาท

☒ อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนโครงการออกกำลังกายยืดชีวิต พิชิตโรค ประจำปี ๒๕๖๘
จำนวน ๔,๘๖๐ บาท

เพราะเป็นโครงการเพื่อส่งเสริมให้คนในชุมชนตระหนักและเห็นความสำคัญ ของ
การออกกำลังกาย หันมาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพกันมากขึ้น เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ เสริมสร้าง
ร่างกายให้แข็งแรง เสริมสร้างความสามัคคีของคนในชุมชน

☐ ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ
หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี).....
.....
.....

☒ ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)
ภายในวันที่ (เมื่อดำเนินโครงการเสร็จสิ้น ภายในปีงบประมาณ ๒๕๖๘)

(ลงชื่อ).....

(นายพิภพ ทองโอ)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ
องค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงใต้

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน) ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการออกกำลังกายยืดชีวิต พิชิตโรค ประจำปี ๒๕๖๘

๑.ผลการดำเนินงาน

มีการประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายด้วยรูปแบบบาสโลบและแอโรบิคในชุมชน จัดกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยบาสโลบและแอโรบิค แก่ผู้สนใจทั่วไปในชุมชน มีการอบรมทักษะการออกกำลังกายด้วยบาสโลบและแอโรบิค ที่ถูกต้อง จากวิทยากร ผู้มีความชำนาญเฉพาะทาง หลังจากนั้นให้ประชาชน รวมกลุ่มกัน ออกกำลังกายแบบ บาสโลบและแอโรบิค อย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน วันละ ๓๐ นาที

๒.ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ
☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เพราะ

๓.การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	๔,๘๖๐.๐๐ บาท	
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	๔,๘๖๐.๐๐ บาท	คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐.๐๐
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน	-.....บาท	คิดเป็นร้อยละ.....-.....

๔.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ☒ ไม่มี
☐ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

(ลงชื่อ).....ผู้รายงาน

(นางวรรณดี สุขมาก)

ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม. ต.นาโยงใต้ อ.เมืองตรัง

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑ ๓ ๐- ๒๕๖๘

รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการ : โครงการออกกำลังกายยืดชีวิต พิชิตโรค ประจำปี ๒๕๖๘

ระยะเวลาดำเนินงาน : ๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๘ - ๒๐ กันยายน ๒๕๖๘

สถานที่ดำเนินการ : หมู่ที่ ๑ - หมู่ที่ ๘ ตำบลนาโยงใต้ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง

หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบโครงการ : ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ตำบลนาโยงใต้

ผลสัมฤทธิ์ตามจุดมุ่งหมาย /วัตถุประสงค์/เป้าหมายและตัวชี้วัดของโครงการ

ผลสัมฤทธิ์ที่กำหนด	ผลสำเร็จ(ระบุตัวชี้วัด)	เหตุผล/หลักฐานอ้างอิง
จุดมุ่งหมาย ๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วม มีทักษะที่ถูกต้องในการออกกำลังกาย ๒. ประชาชนมีสุขภาพจิตดี	ผลกระทบ (Impact) -ไม่มี	-
วัตถุประสงค์ (Objective) ๑. เพื่อให้ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ ความเข้าใจและมีทักษะที่ถูกต้องในการออกกำลังกาย ๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วม มีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยรูปแบบที่เหมาะสม ๓. เพื่อส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตแก่ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรม	ผลลัพธ์(Outcome) -ประชาชนที่เข้าร่วมกิจกรรม มีความรู้ และทักษะที่ถูกต้องในการออกกำลังกาย -ประชาชนมีการออกกำลังกายที่เหมาะสมตามวัย ด้วยรูปแบบ บาสโลบและแอโรบิค ประชาชนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น	-การสัมภาษณ์ / พูดคุย ชักถาม การสังเกตพฤติกรรม การออกกำลังกาย แบบประเมินภาวะสุขภาพจิต
เป้าหมาย(Target) ประชาชน ต.นาโยงใต้จำนวน ๒๐ คน	ผลผลิต(Output) -ประชาชนมีส่วนร่วมและตื่นตัว ในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้วย บาสโลบและแอโรบิค	-ภาพถ่าย -รายชื่อลงทะเบียนผู้เข้าร่วม
กิจกรรม ๑.ฝึกทักษะการออกกำลังกายด้วยรูปแบบ บาสโลบและแอโรบิค แก่ประชาชน ๒. จัดกิจกรรมออกกำลังกายด้วยรูปแบบ บาสโลบและแอโรบิคในชุมชน	ได้ดำเนินการตามกิจกรรมทุกรายการ มีการจัดอบรม พื้นฐานการออกกำลังกายสำหรับประชาชนที่สนใจ และฝึกทักษะการออกกำลังกายด้วยบาสโลบและแอโรบิค ในท่าต่างๆ	- ภาพถ่าย

สรุปค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจริงจากการจัดกิจกรรม

ลำดับที่	รายการ	ค่าใช้จ่าย	หมายเหตุ
๑.	ค่าป้ายไวนิลขนาด ๑.๒*๒.๔ ม. จำนวน ๑ ผืน ราคาผืนละ ๓๖๐ บาท	๓๖๐.๐๐ บาท	งบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงใต้
๒.	ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๑๕ ครั้ง ๆ ละ ๑ ชั่วโมง ๆ ละ ๓๐๐ บาท	๔,๕๐๐.๐๐ บาท	
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น (สี่พันแปดร้อยหกสิบบาทถ้วน)		๔,๘๖๐.๐๐	

ผลการดำเนินกิจกรรมเป็นไปตามแผนงาน/โครงการ หรือไม่ อย่างไร

-เป็นไปตามแผนงาน/โครงการ

มีการปรับเปลี่ยนแผนงานหรือไม่ อย่างไร เหตุใดจึงต้องปรับเปลี่ยน

-ไม่มีการปรับเปลี่ยนแผนงาน

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

-ไม่มี

ภาพกิจกรรมการดำเนินงาน

โครงการออกกำลังกายยืดชีวิตพิชิตโรค ประจำปี ๒๕๖๘
ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ตำบลนาโยงใต้ อำเภอเมือง จังหวัดตรัง
กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนาโยงใต้



