

โครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ชุมชนอารมณดี

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘



อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน บ้านห้วยแร่ หมู่ที่ ๓ และ ๗

ร่วมกับ

กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลวังม่วง

อำเภอเปือยน้อย จังหวัดขอนแก่น



แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม
 กองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.วังม่วง รหัส กปท. L0587
 อำเภอ เปือยน้อย จังหวัด ขอนแก่น

1. ชื่อ แผนงาน โครงการ กิจกรรม

โครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ชุมชนอารมณดี ประจำปีงบประมาณ 2568

2. ผลการดำเนินงาน

1. ประชาชนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น 2.

ประชาชนมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ลดอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ 3. ลดการเจ็บป่วยในพื้นที่

3. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

4. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	8,980.00 บาท	
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	8,980.00 บาท	คิดเป็นร้อยละ 100.00
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน	0.00 บาท	คิดเป็นร้อยละ 0.00

5. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)


แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

5.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม

- สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน (กรณีคณะกรรมการ กปท.ต้องการทราบรายละเอียด)
- ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง
- อื่น ๆ

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1. ชื่อ นายสุวิทย์ นาดา | หมายเลขโทรศัพท์ 0653686638 |
| 2. ชื่อ นายไสว จันทรโศด | หมายเลขโทรศัพท์ 0653686638 |
| 3. ชื่อ นางสาวเสงี่ยม ตูลา | หมายเลขโทรศัพท์ 3653686638 |

ลงชื่อ  หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
 (นายสุวิทย์ นาดา)
 ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการส่งเสริมบ้านบัวไร่ จ.ย.
 วันที่-เดือน-พ.ศ. 30 กย. 2568

แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

กองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต. วังม่วง รหัส กปท. L0587

อำเภอ เปือยน้อย จังหวัด ขอนแก่น

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนในองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 17 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตามข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำประมาณ 2568 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

✓ สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท. ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

1.ชื่อโครงการ

โครงการต้นแอริริคเพื่อสุขภาพ ชุมชนอารมณีดี ประจำประมาณ 2568

2.ชื่อ องค์กรหรือกลุ่มประชาชน

อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านห้วยแร่

3.หลักการเหตุผล

การออกกำลังกายเป็นปัจจัยสำคัญประการหนึ่งต่อการใช้สุขภาพที่สมบูรณ์และแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ รวมทั้งมีภูมิต้านทานโรค เนื่องจากสภาพสังคมปัจจุบันมีหลายปัจจัยที่ส่งผลให้สภาพร่างกายทรุดโทรม หลายคนมองข้ามการออกกำลังกาย หลายคนอ้างไม่มีเวลา บางคนเข้าใจว่าการเปลี่ยนแปลงอิริยาบถในชีวิตประจำวันเป็นการออกกำลังกาย จึงเป็นสาเหตุให้สุขภาพอ่อนแอและอาจจะประสบกับปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ ตามมา เช่น โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคอ้วน โรคกระดูก และโรคที่มาจากพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวัน ที่ไม่ถูกต้องต่างๆ ดังนั้นการออกกำลังกายเป็นเรื่องที่สำคัญสำหรับชีวิตของเรา นอกจากนี้เพื่อสุขภาพที่ดีห่างไกลความเจ็บป่วย มีภูมิต้านทานโรคแล้ว ยังลดภาระค่าใช้จ่ายในด้านการรักษาพยาบาลของประชาชน เป็นการส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมการออกกำลังกายได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ พร้อมทั้งเป็นการเสริมสร้างความภาคภูมิใจและสัมพันธภาพที่ดีต่อกันของสมาชิกในชุมชนและครอบครัว การต้นแอริริคเป็นกิจกรรมหนึ่ง ที่ส่งผลให้สุขภาพกายและจิตใจสมบูรณ์แข็งแรง ดังนั้น กลุ่มต้นแอริริคคนรักสุขภาพ จึงจัดทำโครงการออกกำลังกายต้นแอริริคเพื่อสุขภาพ ประจำปี 2565 ขึ้น เพื่อให้ประชาชนได้มีการออกกำลังกายด้วยการต้นแอริริคอย่างต่อเนื่อง กระตุ้นให้ประชาชนเกิดความตระหนัก ความตื่นตัวในการออกกำลังกาย เห็นความสำคัญและประโยชน์ของการออกกำลังกาย



พระราชารอออกกำลังกายส่งผลให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายความเครียด เสริมสร้างสามัคคี และที่สำคัญ
การออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคอีกด้วย

4. วัตถุประสงค์ (เพื่อการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ฟื้นฟูสมรรถภาพ และรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึง
การจัดการระบบการหรือกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค)

1. เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรง
และสามารถออกกำลังกายแบบการเดินแอโรบิคได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อเป็นอีกทางเลือกหนึ่งของการออกกำลังกาย
3. เพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และให้เกิดความเพลิดเพลินในการออกกำลังกาย และสร้างความ
สัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันของสมาชิกในชุมชน

5. วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ ประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนมาออกกำลังกายแบบเดินแอโรบิค
2. ผู้นำเดินออกแบททำแบบทำตัวอย่างถูกต้องและเหมาะสม
3. อบรม/สอนการเดินเพื่อให้ความรู้ทักษะเพิ่มเติมแก่ผู้ร่วมกิจกรรม
4. ผู้นำเดินแอโรบิคนำเดินช่วงเวลา 18.00-19.00 น. ทุกวันจันทร์-วันศุกร์
5. สรุปผลการดำเนินกิจกรรม

6. กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ✓ 6.4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน 50 คน
- ✓ 6.4.6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ✓ 6.8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน 50 คน
- ✓ 6.8.6. อื่น ๆ

7. ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

วันที่ 1 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 ถึงวันที่ 30 กันยายน พ.ศ. 2568

8. สถานที่ดำเนินการ

สนามกีฬาบ้านห้วยแร่

9. งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

- จำนวน 8,980.00 บาท รายละเอียด ดังนี้
 - ค่าป้ายไวนิล เป็นเงิน 500.00 บาท
 - ค่าผู้นำออกกำลังกาย เป็นเงิน 4,160.00 บาท
 - ค่าน้ำดื่มผู้เข้าร่วมกิจกรรม เป็นเงิน 4,320.00 บาท



10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. ประชาชนได้ออกกำลังกายและส่งผลให้ผู้เข้าร่วมมีสุขภาพร่างกายและจิตใจแข็งแรง ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ
2. ประชาชนที่สนใจในการเต้นแอโรบิค สามารถออกกำลังกายแบบเต้นแอโรบิคได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

11.คำรับรองความเข้าใจของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นางสาวเมยดี ประพันธ์ ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวังม่วง หน่วยงาน โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวังม่วง หมายเลขโทรศัพท์ 0918693109 ในฐานะของผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

- ✓ ไม่ได้เข้าซ้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น
- ✓ รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม


(นางสาว จันทร์โสดา)

ตำแหน่ง ศรีศาน น.ค.ม.

วันที่-เดือน-พ.ศ.

- เห็นชอบ

- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ  หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(เชษฐวิมลย์ น.ค.ค.)

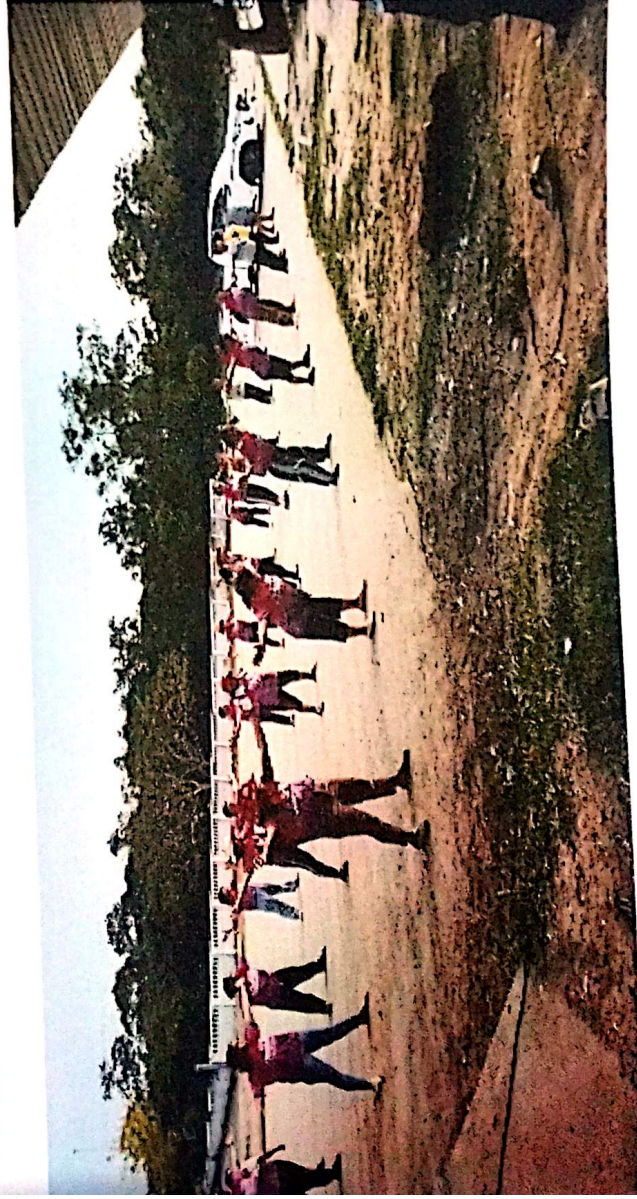
ตำแหน่ง อ.วิมลย์ น.ค.ค.

วันที่-เดือน-พ.ศ.



โครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ชุมชนอารมณีดี ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

หมู่ที่ ๓ หมู่ที่ ๗



โครงการเต้นแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ชุมชนอารมณ์ดี ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

หมู่ที่ ๓ หมู่ที่ ๗



โครงการเดินแอโรบิคเพื่อสุขภาพ ชุมชนอารมณดี ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

หมู่ที่ ๓ หมู่ที่ ๗

