

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก
กองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จ
สิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง รักสุขภาพ...ลดโรคด้วยไม้พลอง ปี 2560

1. ผลการดำเนินงาน

1. จัดอบรมเชิงปฏิบัติการแก่ประชาชนทั่วไปในชุมชนที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 50 คน ซึ่งมี
ประชาชนสนใจเข้ารับการอบรมครั้งนี้ จำนวน 70 คน เมื่อวันที่ 13 กรกฎาคม 2560 ณ ที่ทำการชุมชน
โรงพยาบาลกันตัง ซึ่งมีการดำเนินกิจกรรมดังนี้

1.1 มีการตรวจสุขภาพเบื้องต้นแก่ผู้เข้ารับการอบรม โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดัน
โลหิต วัดรอบเอว และประเมินค่าดัชนีมวลกาย แก่ประชาชนที่เข้าร่วมโครงการ จำนวน 70 คน ผลการ
สุขภาพเบื้องต้น มีดังนี้

- ผลการวัดรอบเอว (ผู้หญิงไม่เกิน 80 ซม./ผู้ชายไม่เกิน 90 ซม.) พบว่า มีรอบเอวเกิน
จำนวน 38 คน และรอบเอวไม่เกิน จำนวน 32 คน

- ผลการประเมินค่าดัชนีมวลกาย พบว่า ปกติ จำนวน 17 คน ผิดปกติ (ผอม/ท้วม/อ้วน/
อ้วนมาก) จำนวน 53 คน

- ผลการประเมินระดับความดันโลหิต พบว่า อยู่ในกลุ่มปกติ จำนวน 13 คน กลุ่มเสี่ยง
จำนวน 34 คน และกลุ่มสงสัย จำนวน 23 คน

1.2 อบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง การส่งเสริมสุขภาพตามหลัก 3 อ 2 ส วิธีการฝึกการหายใจ และฝึก
คลายกล้ามเนื้อ และการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง โดยมีวิทยากรจากโรงพยาบาลกันตังมาให้ความรู้ดังกล่าว
ซึ่งจากการกิจกรรมดังกล่าว ทำให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับความรู้ในการดูแลส่งเสริมสุขภาพของตนเอง

1.3 รับสมัครสมาชิกชมรมส่งเสริมสุขภาพชุมชนโรงพยาบาลกันตัง เพื่อเป็นการสนับสนุนและ
ส่งเสริมการออกกำลังกายของคนในชุมชน

2. กิจกรรมออกกำลังกายในชุมชน โดยมี อสม./แกนนำสุขภาพชุมชนเป็นผู้นำการออกกำลังกายใน
ชุมชนด้วยไม้พลองและการออกกำลังกายแบบต่างๆ ซึ่งดำเนินกิจกรรมทุกวันศุกร์ ในเวลา 17.00 น. - 18.30
น. ณ ที่ทำการชุมชนโรงพยาบาลกันตัง

3. ติดตามผลหลังเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย ประเมินจากผลการตรวจสุขภาพเบื้องต้นแก่
ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง จำนวน 20 คน โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต และวัดรอบเอว
พบว่า

- ผลการวัดรอบเอว พบว่า มีรอบเอวเท่าเดิม จำนวน 12 คน และรอบเอวลดลง จำนวน
8 คน

- ผลการประเมินระดับความดันโลหิต พบว่า อยู่ในกลุ่มปกติและควบคุมระดับความดันได้
จำนวน 9 คน อยู่ในกลุ่มเสี่ยงและควบคุมระดับความดันไม่ได้ จำนวน 11 คน

4. สรุปค่าใช้จ่ายการดำเนินกิจกรรม/โครงการ จำนวน 17,400 บาท มีรายละเอียด ดังนี้

กิจกรรมตรวจประเมินสุขภาพก่อน-หลังการอบรม

- ค่าเครื่องวัดความดันโลหิต	เป็นเงิน	2,200 บาท
- ค่าเครื่องชั่งน้ำหนัก	เป็นเงิน	800 บาท
กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการ		
- ค่าวิทยากร	เป็นเงิน	3,000 บาท
- ค่าอาหารว่าง/เครื่องดื่ม	เป็นเงิน	3,000 บาท
- ค่าอาหารกลางวัน	เป็นเงิน	3,500 บาท
- ค่าป้ายโครงการ	เป็นเงิน	300 บาท
- ค่าเอกสารประกอบการอบรม/แบบบันทึกสุขภาพ	เป็นเงิน	490 บาท
- ค่าวัสดุอุปกรณ์และอื่นๆที่เกี่ยวข้อง	เป็นเงิน	4,110 บาท
3. กิจกรรมออกกำลังกายในชุมชน (ไม่มีค่าใช้จ่าย)		
4. ติดตามผลหลังเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย (ไม่มีค่าใช้จ่าย)		
รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 17,400.- บาท (หนึ่งหมื่นเจ็ดพันสี่ร้อยบาทถ้วน)		

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์
 ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 70 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	17,400 บาท	
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	17,400 บาท	คิดเป็นร้อยละ 100
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ	0.00 บาท	คิดเป็นร้อยละ 0.00

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี
 มี

ปัญหา/อุปสรรค

1. ในการดำเนินกิจกรรมออกกำลังกายในชุมชน บางครั้งสภาพอากาศไม่เอื้ออำนวย เช่น ฝนตก ทำให้มีผู้เข้าร่วมการออกกำลังกายน้อย แต่ชาวชุมชนจะออกกำลังกายที่บ้าน
2. ในการจัดกิจกรรมครั้งนี้ เนื่องจากเขตพื้นที่ชุมชนมีบริเวณกว้าง ทำให้การประชาสัมพันธ์ กิจกรรม/โครงการยังไม่ทั่วถึงเท่าที่ควร

แนวทางการแก้ไข

1. ส่งเสริมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายแบบต่างๆ เช่น โยคะ มณีเวช ยางยืด เป็นต้น ในทุกกลุ่มวัยให้มากขึ้น มีการออกกำลังกายที่หลากหลาย และสามารถนำไปใช้ที่บ้านได้

2. ควรมีการประชาสัมพันธ์การจัดกิจกรรม/โครงการของชุมชน ผ่านช่องทางต่างๆ เช่น อสม. ผู้นำชุมชน กรรมการชุมชน เสียงตามสายของเทศบาล เป็นต้น และอาจมีบริการ รับ-ส่งผู้มาเข้าร่วมกิจกรรมด้วย เพื่อเป็นการอำนวยความสะดวก

ลงชื่อ.....*สาลี ชื่นสมบัติ*.....ผู้รายงาน
(นางสาวสาลี ชื่นสมบัติ)

ประธาน อสม. ชุมชนโรงพยาบาลกันตัง
วันที่-เดือน-พ.ศ. **20** ก.ย. 2560