

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อโครงการส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเล่นกีฬาฟุตบอล ปี ๒๕๖๕

๑. ผลการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยการเล่นกีฬาฟุตบอล ปี ๒๕๖๕ ได้จัดทำขึ้นในกลุ่มสมาชิกชมรมฟุตบอล VIP คลองขุด ซึ่งมีสมาชิกทั้งหมด ๓๐ คน โดยได้ทำกิจกรรมดังนี้

๑. ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมโครงการก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (วัดความดัน, อัตราการเต้นของหัวใจ, ปัญหาสุขภาพ) เมื่อวันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕ ณ สนามกีฬาากลางจังหวัดสตูล

๒. จัดให้มีการออกกำลังกายต่อเนื่องทุกวัน

จัดให้มีการออกกำลังกายโดยการเล่นฟุตบอลทุกวันจันทร์ - อาทิตย์ เวลา ๑๗.๐๐ น - ๑๙.๐๐ น. โดยเริ่มกิจกรรมตั้งแต่วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๕ - ๓๐ กันยายน ๒๕๖๕ ณ สนามกีฬาากลางจังหวัดสตูล

๓. ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้นของผู้เข้าร่วมโครงการทุก ๆ ๓ เดือน ต่อครั้ง

๔. ประเมินผล

นับจำนวนสถิติการมาเข้าร่วมออกกำลังกายของกลุ่มเป้าหมายในแต่ละวัน ซึ่งผู้ที่เข้าร่วมออกกำลังกายมีการออกกำลังกายทุกวันหรืออย่างน้อย ๓ วัน / สัปดาห์

จากผลการดำเนินโครงการสมาชิกชมรมฟุตบอล VIP คลองขุด ที่เข้าร่วมโครงการมีความตระหนักถึงการออกกำลังกาย มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องพร้อมทั้ง และสามารถค้นหากลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานและโรคความดันโลหิตสูง และให้กลุ่มเสี่ยงได้มีความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเองป้องกันการเกิดโรคแทรกซ้อน และสามารถควบคุมการบริโภคอาหาร และออกกำลังกาย โดยลดการใช้ยาให้น้อยที่สุด โดยพบว่าสมาชิกชมรมฟุตบอล VIP คลองขุด ที่เป็นกลุ่มเสี่ยงโรคเรื้อรังทั้งหมด ๑๕ คน ค่าดัชนีมวลกายเกินมาตรฐานจำนวน ๑๓ คน หลังจากเสร็จสิ้นโครงการกลุ่มเป้าหมายที่มาร่วมกิจกรรมตามกำหนด มี ๒๖ คน กลุ่มป่วยโรคเรื้อรัง มีสุขภาพร่างกายดีขึ้น ระดับน้ำตาลในเลือด และความดันโลหิตลดลง ส่วนสมาชิกที่มีค่าดัชนีมวลกายเกินมาตรฐานหลังจากเข้าร่วมโครงการมีค่าดัชนีมวลกายลดลง สมาชิกชมรมฟุตบอล VIP คลองขุดมีทั้งกลุ่มวัยผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ ซึ่งสิ่งที่กลุ่มเป้าหมายในชมรมได้รับจากการร่วมกิจกรรมในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ นอกจากช่วยป้องกันความเสี่ยงของโรคกลุ่ม NCDs (ความดันโลหิต เบาหวาน หลอดเลือดหัวใจ) ยังเสริมสร้างสมรรถนะในการทำงาน และเพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและมีรูปร่างที่สวยงาม ส่วนกลุ่มผู้สูงอายุ ช่วยความสมดุลและป้องกันการหกล้มเพิ่มความคล่องแคล่วและเสริมทักษะในการดูแลตนเอง และได้มีการติดตามและประเมินผล ทำการติดตามกำกับ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและผลลัพธ์ต่อสุขภาพ และติดตามอัตราการเกิดโรคแทรกซ้อนที่เกิดจากโรคเรื้อรังหลังจากผ่านการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ๓ เดือน ถ้ายังมีภาวะเสี่ยงแนะนำให้เข้ารับการตรวจที่หน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ เพราะ

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ๑๙,๗๓๙..... บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง๑๙,๗๓๙..... บาท คิดเป็นร้อยละ๑๐๐.....

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ๐..... บาท คิดเป็นร้อยละ๐.....

๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)มีการระบาดของโรคไวรัสโคโรนา (COVID-๑๙) ระลอก ๓ ในช่วงต้นเดือนมกราคม-มีนาคม ๒๕๖๕ ทำให้มีมาตรการในการไม่ให้มีการรวมกลุ่มกัน กิจกรรมการออกกำลังกายจึงต้องชะลอไปด้วย สมาชิกหลายคนก็ไม่ได้มาร่วมกิจกรรมเนื่องจากการต้องปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโรคโควิด-๑๙.....

แนวทางการแก้ไข (ระบุ).....

ลงชื่อ *S. S. O.* ผู้รายงาน

(ร้อยตำรวจเอกสุทธิ อรุณสวัสดิ์)

ตำแหน่ง ชมรมฟุตบอล VIP คลองขุด

วันที่-เดือน-พ.ศ.