

แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก
กองทุนหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้นำเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด
เมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “ สุขพอเพียง ชะลอชรา ชีวยืนยาว ”

1. ผลการดำเนินงาน

กิจกรรมที่ 1 ประชุมคณะทำงานและผู้ที่เกี่ยวข้อง

กิจกรรมที่ 2 อบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อสร้างความรอบรู้ด้านโภชนาการและส่งเสริมสุขภาพของ
ผู้สูงอายุ จำนวน 50 คน และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องจำนวน 5 คน รวม 55 คน

-ประเมินสุขภาพความเสี่ยงของโรคด้วยตนเองแบบง่ายๆ โดยใช้ Blue Book Application (สมุดบันทึก
สุขภาพผู้สูงอายุ)

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดที่ 1. ร้อยละ 80 ผู้เข้ารับการอบรมได้รับความรู้ด้านโภชนาการและการส่งเสริมสุขภาพ

ตารางที่ 1 ผลทดสอบความรู้ก่อนการอบรม

ข้อคำถาม	จำนวนคนที่ตอบถูก	ร้อยละของผู้ที่ตอบถูก
1. การออกกำลังกายแบ่งเป็นประเภทหลักๆ จำนวนกี่ประเภท	37	80.00
2. ข้อใดเป็นการออกกำลังกายหรือกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมที่สุดในผู้สูงอายุ	34	68.00
3. ข้อใดต่อไปนี้เป็นกล่าวถูกต้อง	37	74.00
4. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกายหรือการมีกิจกรรมทางกายสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง	36	72.00
5. ข้อใดคือกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายและลดความเสี่ยงต่อการหกล้มสำหรับผู้สูงอายุที่ง่ายที่สุด	28	56.00
6. ปริมาณน้ำตาลที่ควรรับประทานในแต่ละวัน ไม่ควรเกิน กี่ช้อนชา	32	64.00
7. ปริมาณเกลือที่ควรได้รับ ในแต่ละวัน ไม่ควรเกิน กี่ช้อนชา	38	76.00
8. วิธีประกอบอาหารแบบใด ที่เป็นผลดีต่อสุขภาพมากที่สุด	35	70.00
9. ผลไม้ใด ที่ควรเลือกรับประทาน	28	56.00
10. เครื่องดื่มใดเป็นผลดีต่อสุขภาพมากที่สุด	39	78.00
ภาพรวม		68.80

จากตารางที่ 1 ผลทดสอบความรู้ก่อนการอบรมโดยใช้แบบสอบถามพบว่าผู้เข้ารับการอบรมมีระดับคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 68.80

ตารางที่ 2 ผลทดสอบความรู้หลังการอบรม

ข้อคำถาม	จำนวนคนที่ตอบถูก	ร้อยละของผู้ที่ตอบถูก
1. การออกกำลังกายแบ่งเป็นประเภทหลักๆ จำนวนกี่ประเภท	45	90.00
2. ข้อใดเป็นการออกกำลังกายหรือกิจกรรมทางกายที่เหมาะสมที่สุดในผู้สูงอายุ	46	92.00
3. ข้อใดต่อไปนี่กล่าวถูกต้อง	50	100.00
4. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับการออกกำลังกายหรือการมีกิจกรรมทางกายสำหรับผู้สูงอายุที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง	47	94.00
5. ข้อใดคือกิจกรรมทางกายเพื่อส่งเสริมสมรรถภาพทางกายและลดความเสี่ยงต่อการหกล้มสำหรับผู้สูงอายุที่ง่ายที่สุด	48	96.00
6. ปริมาณน้ำตาลที่ควรรับประทานในแต่ละวัน ไม่ควรเกิน กี่ช้อนชา	50	100.00
7. ปริมาณเกลือที่ควรได้รับ ในแต่ละวัน ไม่ควรเกิน กี่ช้อนชา	46	92.00
8. วิธีประกอบอาหารแบบใด ที่เป็นผลดีต่อสุขภาพมากที่สุด	50	100.00
9. ผลไม้ใด ที่ควรเลือกรับประทาน	50	100.00
10. เครื่องดื่มใดเป็นผลดีต่อสุขภาพมากที่สุด	48	96.00
ภาพรวม		96.00

ผลการดำเนินงาน จากตารางผลทดสอบความรู้ก่อนการอบรมโดยใช้แบบสอบถามพบว่าผู้เข้ารับการอบรมมีระดับคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 68.80 ผลทดสอบความรู้หลังการอบรมโดยใช้แบบสอบถามพบว่าผู้เข้ารับการอบรมมีระดับคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเท่ากับ 96.00 (ผ่านตัวชี้วัด)

ตัวชี้วัดที่ 2. ร้อยละ 80 ผู้เข้ารับการอบรมสามารถใช้ Blue Book Application (สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ) ประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพได้ถูกต้อง

ผลการดำเนินงาน ผู้เข้ารับการอบรมสามารถใช้ Blue Book Application (สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ) ประเมินความเสี่ยงด้านสุขภาพได้ถูกต้อง คิดเป็นร้อยละ 100 (ผ่านตัวชี้วัด)

ตอนที่ 3 ตารางแสดงผลการประเมินความพึงพอใจในการจัดกิจกรรมโครงการ

ประเด็นการประเมิน	ระดับความคิดเห็น (ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
	5	4	3	2	1
1. ด้านเนื้อหา					
1.1 ตรงตามความต้องการ	29 คน	19 คน	2 คน	0 คน	0 คน
	58.00%	38.00%	4.00%	0.0 %	0.0 %
1.2 สร้างความรู้ความเข้าใจ	28 คน	22 คน	0 คน	0 คน	0 คน
	56.00%	44.00%	0.0 %	0.0 %	0.0 %
1.3 สามารถนำไปใช้ในการปฏิบัติงาน	23 คน	23 คน	4 คน	0 คน	0 คน
	46.00%	46.00%	8.00%	0.0 %	0.0 %
2. ด้านวิทยากร					
2.1 มีความสามารถในการถ่ายทอด	34 คน	15 คน	1 คน	0 คน	0 คน
	68.00%	30.00%	2.00 %	0.0 %	0.0 %
2.2 ความครอบคลุมเนื้อหาที่บรรยาย	23 คน	25 คน	2 คน	0 คน	0 คน
	46.00%	50.00%	0.0 %	0.0 %	0.0 %
2.3 มีความชัดเจนในการตอบคำถาม	21 คน	29 คน	0 คน	0 คน	0 คน
	42.00%	58.00%	0.0 %	0.0 %	0.0 %
2.4 สื่อ/เอกสารที่ประกอบการบรรยาย	23 คน	25 คน	0 คน	0 คน	0 คน
	46.00%	50.00%	0.0 %	0.0 %	0.0 %
๓. การบริหารจัดการ					
3.1 การติดต่อแจ้งข่าวการอบรม	24 คน	17 คน	0 คน	0 คน	0 คน
	48.00%	34.00	0.0 %	0.0 %	0.0 %
3.2 สถานที่จัดอบรม	28 คน	22 คน	0 คน	0 คน	0 คน
	56.00%	44.00%	0.0 %	0.0 %	0.0 %
3.3 ความพึงพอใจด้านคุณภาพการจัดกิจกรรม					
3.4 อาหาร	26 คน	18 คน	6 คน	0 คน	0 คน
	52.00%	36.00%	12.00%	0.0 %	0.0 %
3.5 ระยะเวลาในการจัดอบรม	19 คน	22 คน	7 คน	2 คน	0 คน
	38.00%	44.00%	14.00 %	4.00 %	0.0 %
3.6 การบริการและการอำนวยความสะดวกของผู้จัดการอบรม	25 คน	24 คน	1 คน	0 คน	0 คน
	50.00%	48.00%	0.0 %	0.0 %	0.0 %

3.7 ภาพรวมการจัด อบรมครั้งนี้	27 คน 54.00%	23 คน 46.00%	0 คน 0.0 %	0 คน 0.0 %	0 คน 0.0 %
ความถี่สะสม	364/13=28	284/13=21.85	23/13=1.77	2/13=0.15	0
คะแนนที่ได้	28*5=140	21.85*4=87.40	1.77*3=5.31	0.30*2=0.60	0
รวมคะแนนที่ได้	233.31				
คะแนนเฉลี่ย	4.67 สรุปว่ามีความพอใจในระดับมากที่สุด				
ร้อยละความพึงพอใจ ของผู้เข้ารับการอบรม	93.40				

เกณฑ์การประเมินความพึงพอใจโครงการ

ค่าเฉลี่ย	แปลความหมาย
4.51-5.00	มากที่สุด
3.51-4.50	มาก
2.51-3.50	ปานกลาง
1.51-2.50	น้อย
0.00-1.50	น้อยที่สุด

ตัวชี้วัดที่ 3. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80

ผลการดำเนินงาน หลังจากการอบรมของผู้เข้ารับการอบรมมีความพึงพอใจที่คะแนนความพึงพอใจเท่ากับ 4.67 สรุปว่ามีความพอใจในระดับมากที่สุด และความพึงพอใจในภาพรวม คิดเป็นร้อยละ 93.40 (ผ่านตัวชี้วัด)

ข้อเสนอแนะ

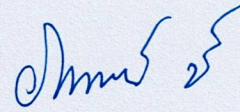
1. ควรจัดให้โครงการแบบนี้ขึ้นอีก อยากให้มีการเพิ่มเวลามากขึ้นอีก
2. อยากให้จัดบ่อยๆ ได้ความที่ถูกต้องมากกว่าที่รู้ว่าเดิมมากขึ้นผู้สูงอายุจะได้ดูแลตนเอง มีการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
3. อยากให้มีการอบรมทุกเดือน ประทับใจมากขอขอบคุณทางเทศบาลนครยะลาที่จัดโครงการดีๆ
4. ควรทำโครงการต่อไป นำเรื่องที่เกี่ยวข้องของผู้สูงอายุควรปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติของโครงการ	15,505.-บาท	
งบประมาณที่เบิกจ่ายจริง	15,505.-บาท	คิดเป็นร้อยละ 100
งบประมาณที่เหลือส่งคืนกองทุน	-	

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี มี



นางนันทน์ ชัยจันทร์

แกนนำสุขภาพชุมชนเบญจมิตรสัมพันธ์

ผู้รายงาน

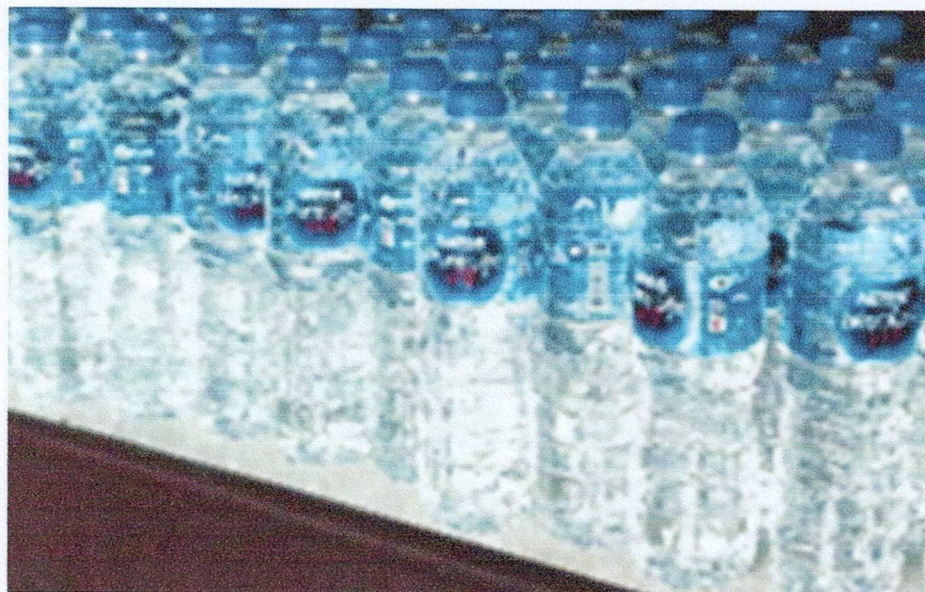
ภาพกิจกรรม

โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “ สุขพอเพียง ชะลอชรา ชีวยืนยาว ”
วันที่ 6 กันยายน 2565 ณ ห้องประชุมเทศบาลนครยะลา





อาหารกลางวันสำหรับผู้เข้าอบรม และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง
โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “ สุขพอเพียง ชะลอชรา ชีวยืนยาว ”
วันที่ 6 กันยายน 2565 ณ ห้องประชุมเทศบาลนครยะลา



อาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าอบรม และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง
โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “ สุขพอเพียง ชะลอชรา ชีวยืนยาว ”
วันที่ 19 กันยายน 2565 ณ ห้องประชุมเทศบาลนครยะลา



(ช่วงเช้า)



(ช่วงบ่าย)