

ชมรม อสม.หมู่ที่ 1 บ้านส้มเฟือง
ตำบลบางด้วน อำเภอ

ปะเหลียน จังหวัดตรัง

วันที่ 10 ตุลาคม 2566

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการออกกำลังกายไลน์แดนซ์เพื่อสุขภาพ บ้าน
ส้มเฟือง

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบล
บางด้วน

ด้วย ชมรม อสม.หมู่ที่ 1 บ้านส้มเฟือง มีความประสงค์จะจัดทำแผน
งาน/โครงการออกกำลังกายไลน์แดนซ์เพื่อสุขภาพ บ้านส้มเฟือง ใน
ปีงบประมาณ 2567 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณ จากกองทุนหลัก
ประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบางด้วน เป็นเงิน 7,500 บาท โดย
มีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ ดังนี้

โครงการออกกำลังกายไลน์แดนซ์เพื่อสุขภาพ บ้านส้มเฟือง

หลักการและเหตุผล

การออกกำลังกายมีความจำเป็นควบคู่ไปกับการดำรงชีพของ
ประชาชน ประกอบกับรัฐบาลได้เน้นเรื่องการรักษาโรคให้ประชาชนทุกคนรู้
หันมาออกกำลังกายกันอย่างจริงจังและต่อเนื่อง ทั้งนี้เป็นการลดปัญหาการ
เจ็บป่วยและ การเสียชีวิตจากโรคภัยไข้เจ็บก่อนเวลาอันควรตลอดจนแก้
ปัญหาการติดยาเสพติดโดยเฉพาะกลุ่มเยาวชน ดังนั้นการออกกำลังกายจึง
เป็นวิธีที่ดีที่สุดที่จะทำให้ประชาชนมีสุขภาพแข็งแรง มีจิตใจที่แจ่มใส ปัจจุบันมี
การนำ “ลีลาศ” กับ “แอโรบิค” เข้ามาผสมกันเป็นการออกกำลังกายรูปแบบ
ใหม่ เรียกว่า ไลน์แดนซ์ เป็นฝึกรออกกำลังกายด้วยทักษะการเคลื่อนไหวในรูป
แบบการออกกำลังกายในแถว (Line dance) ซึ่งเป็นการออกกำลังกายอีก
รูปแบบหนึ่งที่นำทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหว การเดิน การเต้นตามธรรมชาติ
ที่ช่วยพัฒนาสุขภาพทุกองค์ประกอบ ช่วยพัฒนาสมองทั้งซีกซ้ายและซีกขวา
ให้ทำงานอย่างสมดุลด้วยลีลาการเคลื่อนไหว 4 ทิศทาง ตามจังหวะเพลงที่
สนุกสนานเป็นการออกกำลังกายประกอบเพลงไปตามจังหวะและเป็นกลุ่ม

Line Dance เป็นการเต้นที่ผสมผสานระหว่างลีลาศและแอโรบิค ซึ่งถือเป็นการลดช่องว่างของผู้ที่ต้องการเต้นลีลาศ แต่ไม่มีคู่ เพราะ Line Dance สามารถเต้นคนเดียวได้ การออกกำลังกายแบบ Line Dance มีประโยชน์เรื่องของ การบริหารสมอง ฝึกการจำท่าทางท่า ฝึกร่างกายเพื่อเพิ่มบุคลิกที่ดี ทั้งยังสร้างความเพลิดเพลิน

ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่1 ตำบลบางด้วน ตระหนักถึงประโยชน์ของกิจกรรม Line Dance จึงจัดทำโครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย ไลน์แดนซ์ (Line Dance) ขึ้นมา เพื่อพื้นที่บวกลในการออกกำลังกายให้กับประชาชนในเขตพื้นที่ และเพื่อกระตุ้นให้เกิดความตระหนักและตื่นตัวเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง เป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แล้วยังช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ผ่อนคลายอารมณ์ และเสริมสร้างความสามัคคี

วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและจิตใจที่ดี ลดภาวะเสี่ยงจากการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีร่างกายและกล้ามเนื้อทุกส่วนมีความสมดุลและร่างกายทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนผู้สนใจ จำนวน 30 คน

วิธีดำเนินการ

1. จัดทำโครงการ/เสนอขออนุมัติงบประมาณ
2. ชักชวนกลุ่มเป้าหมายออกกำลังกายด้วยวิธีกายบริหาร อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที เป็นระยะเวลา 50 วัน

3. จัดเตรียมสถานที่และเครื่องเสียงในการออกกำลังกาย
4. ดำเนินการตามระยะเวลาที่วางไว้
5. สรุปผลการดำเนินโครงการ

ระยะเวลาดำเนินการ

มีนาคม - พฤษภาคม 2567

สถานที่ดำเนินการ

บ้านส้มเฟื่อง หมู่ที่ 1 ตำบลบางด้วน

งบประมาณ

จากงบประมาณ กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบางด้วน จำนวน 7,500 บาท (เจ็ดพันห้าร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้
- ค่าน้ำดื่ม จำนวน 30 คนๆละ 50 วันๆละ 5 บาท
เป็นเงิน 7,500 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 7,500 บาท (เจ็ดพันห้าร้อยบาทถ้วน)

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงและจิตใจที่ดี ลดภาวะเสี่ยงจากการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ
2. ผู้เข้าร่วมโครงการมีร่างกายและกล้ามเนื้อทุกส่วนมีความสมดุลและร่างกายทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. ผู้เข้าร่วมโครงการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการจำแนกประเภทเท่านั้นเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....ชมรม อสม.หมู่ที่ 1 บ้านส้ม
เฟื่อง.....

- 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น sw.สต.
- 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุข
ของเทศบาล

- 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

- 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถาน
บริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
- 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพการป้องกันโรคของกลุ่มหรือ
องค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
- 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คน
พิการ [ข้อ 7(3)]
- 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
 - 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
 - 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 7.4.1.8 อื่นๆ

(ระบุ)

- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
 - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
 - 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - 7.4.2.8 อื่นๆ

(ระบุ)

- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☑ 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☑ 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☑ 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.3.9 อื่นๆ

(ระบุ)

.....

- 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
 - 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ☑ 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ☑ 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
 - ☑ 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ☑ 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

- 7.4.4.9 อื่นๆ

(ระบุ)

.....

- 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

• 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

• 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

- 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

- 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

- 7.4.5.1.8 อื่นๆ

(ระบุ)

.....

- 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

• 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

• 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

• 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

- 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

- 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

- 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเมะเร็ง

- 7.4.5.2.9 อื่นๆ

(ระบุ)

.....

- 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

- 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

- 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

- 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

- 7.4.6.8 อื่นๆ

(ระบุ)
.....

- 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

- 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

- 7.4.7.6 อื่นๆ

(ระบุ)
.....

- 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

- 7.4.8.1 อื่นๆ

(ระบุ)
.....

ลงชื่อ.....

.....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ

(นางวิภาวรรณ ชัยภักดิ์)

ประธาน ชมรม อสม.หมู่ที่ 1 บ้านส้มเฟือง

วันที่ 10 ตุลาคม 2566

**ตารางกิจกรรมโครงการออกกำลังกายไลน์แดนซ์เพื่อสุขภาพ บ้านส้ม
เฟือง
ปี 2567**

วัน/เดือน/ปี	เวลา	กิจกรรม	สถานที่
มีนาคม - พฤษภาคม 256 7	17.00 - 18.00 น.	ออกกำลังกายไลน์ แดนซ์เพื่อสุขภาพ	บ้านส้มเฟือง หมู่ที่ 1

**ส่วนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม(สำหรับเจ้าหน้าที่
อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)**

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบางด้วน
ครั้งที่ / 25.....เมื่อวันที่..... ผล
การพิจารณาแผนงาน/โครงการ ดังนี้

•อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน
.....บาท

เพราะ

.....
.....

• **ไม่อนุมัติ**งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

.....
.....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้า
มี)

.....
.....
.....
.....
.....

• ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมตามแบบ
ฟอร์ม**(ส่วนที่ 3)**ภายในวันที่

ลงชื่อ.....

.....
(.....
.....)

ตำแหน่ง.....

.....

วันที่-เดือน-

พ.ศ.

.....

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้
รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

**ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำออก
กำลังกายเตรียมรองรับสังคมสูงวัยบ้านส้มเฟือง ปี 2566**

1. ผลการดำเนินงาน

- แกนนำออกกายได้พัฒนาองค์ความรู้การออกกำลังกายอย่าง
ถูกวิธีเหมาะสมกับวัย ตามความชอบและความถนัดของตนเอง โดยออกกำลัง
กายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

- แกนนำออกกายบันทึกกิจกรรมการออกกำลังกายและระยะเวลา
ในการออกกำลังกายลงในแบบบันทึกกิจกรรมออกกายทุกครั้ง เป็นระยะ
เวลา 1 เดือน ระหว่างเดือนมีนาคม 2566 – เดือนเมษายน 2566

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

.....
.....

.....
.....
2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

แกนนำออกกำลังกาย จำนวน 20 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 7,000 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ
100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ-....บาท คิดเป็นร้อยละ

.....-.....

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค

(ระบุ)
.....

.....

แนวทางการแก้ไข

(ระบุ)
.....

.....

ลงชื่อ.....

.....ผู้รายงาน

(นางวิภาวรรณ ชัยภักดิ์)

ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.หมู่ที่ 1 บ้าน

ส้มเฟือง

วันที่-เดือน-พ.ศ.

.....
.....

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้
รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำออก
กำลังกายเตรียมรองรับสังคมสูงวัย
บ้านยวนโปะ ปี 2566**

2. ผลการดำเนินงาน

- แกนนำออกกำลังกายได้พัฒนาองค์ความรู้การออกกำลังกายอย่าง
ถูกวิธีเหมาะสมกับวัย ตามความชอบและความถนัดของตนเอง โดยออกกำลัง
กายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

- แกนนำออกกำลังกายบันทึกกิจกรรมการออกกำลังกายและระยะเวลา
ในการออกกำลังกายลงในแบบบันทึกกิจกรรมออกกำลังกายทุกครั้ง เป็นระยะ
เวลา 1 เดือน ระหว่างเดือนมีนาคม 2566 – เดือนพฤษภาคม 2566

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

.....

.....

.....

.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

แกนนำออกกำลังกาย จำนวน 20 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 7,000 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ
100
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ-.....บาท คิดเป็นร้อยละ
.....-.....

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค

(ระบุ)
.....
.....
.....

แนวทางการแก้ไข

(ระบุ)
.....
.....

ลงชื่อ.....

.....ผู้รายงาน

(นางวิมล ศรีเพชร)

ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.หมู่ที่ 2 บ้าน

ยวนโปะ

วันที่-เดือน-พ.ศ.

.....
.....

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้
รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำออก
กำลังกายเตรียมรองรับสังคมสูงวัย
บ้านไสจีนตึก ปี 2566**

3. ผลการดำเนินงาน

- แกนนำออกกำลังกายได้พัฒนาองค์ความรู้การออกกำลังกายอย่างถูกวิธีเหมาะสมกับวัย ตามความชอบและความถนัดของตนเอง โดยออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที
- แกนนำออกกำลังกายบันทึกกิจกรรมการออกกำลังกายและระยะเวลาในการออกกำลังกายลงในแบบบันทึกกิจกรรมออกกำลังกายทุกครั้ง เป็นระยะเวลา 1 เดือน ระหว่างเดือนเมษายน 2566 – เดือนพฤษภาคม 2566

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์
- ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

.....
.....
.....
.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

แกนนำออกกำลังกาย จำนวน 15 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 5,250 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 5,250 บาท คิดเป็นร้อยละ 100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ-.....บาท คิดเป็นร้อยละ

.....-.....

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี
- มี

ปัญหา/อุปสรรค

(ระบุ)

.....

.....

.....

แนวทางการแก้ไข

(ระบุ)

.....

.....

.....

ลงชื่อ.....

.....ผู้รายงาน

(นางกัญญาภัทร ทองพิทักษ์)

ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.หมู่ที่ 3 บ้านไส

จันทิก

วันที่-เดือน-พ.ศ.

.....

.....

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้
รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำออก**

กำลังกายเตรียมรองรับสังคมสูงวัย

บ้านป่าแก่ ปี 2566

4. ผลการดำเนินงาน

- แขนงนำออกกำลังกายได้พัฒนาองค์ความรู้การออกกำลังกายอย่าง
ถูกวิธีเหมาะสมกับวัย ตามความชอบและความถนัดของตนเอง โดยออกกำลัง
กายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

- แขนงนำออกกำลังกายบันทึกกิจกรรมการออกกำลังกายและระยะเวลา
ในการออกกั้กายลงในแบบบันทึกกิจกรรมออกกำลังกายทุกครั้ง เป็นระยะ
เวลา 1 เดือน ระหว่างเดือนมีนาคม 2566 – เดือนพฤษภาคม 2566

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

.....
.....
.....
.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

แขนงนำออกกำลังกาย จำนวน 20 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 7,000 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ
100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ-.....บาท คิดเป็นร้อยละ

.....-

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค

(ระบุ)
.....
.....
.....

แนวทางการแก้ไข

(ระบุ)
.....
.....
.....

ลงชื่อ.....
.....ผู้รายงาน
(นางลักษณา ทองรุ่ง)
ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.หมู่ที่ 4 บ้าน
ป่าแก่
วันที่-เดือน-พ.ศ.
.....
.....

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้
รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

**ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำออก
กำลังกายเตรียมรองรับสังคมสูงวัย
บ้านบางด้วน ปี 2566**

5. ผลการดำเนินงาน

- แกนนำออกกำลังกายได้พัฒนาองค์ความรู้การออกกำลังกายอย่าง
ถูกวิธีเหมาะสมกับวัย ตามความชอบและความถนัดของตนเอง โดยออกกำลัง
กายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

- แขนงนำออกกำลังกายบันทึกกิจกรรมการออกกำลังกายและระยะเวลาในการออกกำลังกายลงในแบบบันทึกกิจกรรมออกกำลังกายทุกครั้ง เป็นระยะเวลา 1 เดือน ระหว่างเดือนมีนาคม 2566 – เดือนพฤษภาคม 2566

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- บรรลุตามวัตถุประสงค์
 ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

.....
.....
.....
.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

แกนนำออกกำลังกาย จำนวน 20 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 7,000 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ-.....บาท คิดเป็นร้อยละ

.....-

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ไม่มี
 มี

ปัญหา/อุปสรรค

(ระบุ)
.....
.....
.....

แนวทางการแก้ไข

(ระบุ)
.....
.....

ลงชื่อ.....

.....ผู้รายงาน

(นางดรุณีย์ ภักดี)

ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.หมู่ที่ 5 บ้าน

บางด้วน

วันที่-เดือน-พ.ศ.

.....

.....

**ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้
รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ(สำหรับผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน)**

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม **โครงการพัฒนาศักยภาพแกนนำออก
กำลังกายเตรียมรองรับสังคมสูงวัย
บ้านต้นไทร ปี 2566**

6. ผลการดำเนินงาน

- แกนนำออกกำลังกายได้พัฒนาองค์ความรู้การออกกำลังกายอย่าง
ถูกวิธีเหมาะสมกับวัย ตามความชอบและความถนัดของตนเอง โดยออกกำลัง
กายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วันๆละ 30 นาที

- แกนนำออกกำลังกายบันทึกกิจกรรมการออกกำลังกายและระยะเวลา
ในการออกกั้กายลงในแบบบันทึกกิจกรรมออกกำลังกายทุกครั้ง เป็นระยะ
เวลา 1 เดือน ระหว่างเดือนมีนาคม 2566 - เดือนเมษายน 2566

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

.....
.....
.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

แกนนำออกกำลังกาย จำนวน 20 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 7,000 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 7,000 บาท คิดเป็นร้อยละ
100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ-.....บาท คิดเป็นร้อยละ
.....-.....

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค

(ระบุ)
.....

.....

แนวทางการแก้ไข

(ระบุ)
.....

.....

ลงชื่อ.....

.....ผู้รายงาน

(นางคำนึ่ง ยิ่งขจร)

ตำแหน่ง ประธานชมรม อสม.หมู่ที่ 6 บ้าน
ต้นไทร

วันที่-เดือน-พ.ศ.

.....
.....