

ส่วนที่ 3 แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่รับงบประมาณสนับสนุนจาก
กองทุนหลักประกันสุขภาพ เมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน

- 1. ชื่อกิจกรรม/โครงการ ส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในผู้สูงอายุ
- 2. วันที่ดำเนินกิจกรรม/โครงการ 9 มิถุนายน 2561 เวลา 06.00 น. - 15.30 น.
- 3. จำนวนผู้เข้าร่วมกิจกรรม 150 คน

4. ประเมินผลคุณภาพกิจกรรม

- 4 = บรรลุผลมากกว่าเป้าหมาย
- 3 = บรรลุผลตามเป้าหมาย
- 2 = เกือบได้ตามเป้าหมาย
- 1 = ได้น้อยกว่าเป้าหมายมาก
- 0 = ไม่สามารถประเมินได้

5. ผลผลิต(Output)/ ผลลัพธ์(Outcome) ที่เกิดขึ้น


(กรณาระบุเนื้อหา/ข้อสรุปสำคัญต่าง ๆ จากกิจกรรม ที่สามารถนำมาขยายผลต่อได้ เช่น ความรู้ กลุ่มแกนนำ
แผนงานต่าง ๆ และผลที่ได้จากกิจกรรม อาทิ พฤติกรรม หรือสิ่งที่เกิดขึ้นภายหลังกิจกรรม เช่น การรวมกลุ่มทำ
กิจกรรมต่อเนื่อง (ซึ่งจะทราบได้จากการติดตามประเมินผลของโครงการ)

จากการทำกิจกรรมดังกล่าว เป็นผลให้สมาชิกทั้ง 2 ชมรม ที่ทำต่อเนื่องจะทำให้สุขภาพแข็งแรง
สุขภาพจิตที่มั่นคง มีสมาธิ อีกทั้งสามารถขอรับการส่งเสริมจากรัฐบาลได้
กลุ่มออกกำลังกายของจังหวัดพัทลุง มีความแข็งแรง มีความพร้อมเพรียง และสามารถไปร่วม
กิจกรรมกับชมรมออกกำลังกายในจังหวัดพัทลุงได้
สมาชิกผู้เข้าร่วมโครงการ มีการออกกำลังกายเพิ่มขึ้นในแต่ละสัปดาห์

6. รายงานการใช้จ่ายเงิน

งบประมาณที่ตั้งไว้ 25,845 บาท

ค่าตอบแทน	ค่าจ้าง	ค่าใช้จ่าย	ค่าวัสดุ	ค่าสาธารณูปโภค	อื่นๆ	รวมรายจ่าย	เงินเหลือคืน
-	4,900	16,500	4,445	-	-	25,845	

ลงชื่อ 
 (นางขอบเจริญ คุชพันธ์)
 ตำแหน่ง ประธานชมรมรักสุขภาพ 57 พัทลุง
 วัน/เดือน/ปี 20 มิถุนายน 2561

ผลการตรวจวิเคราะห์องค์ประกอบภายในร่างกาย

ชื่อองค์กร	ชมรมรักสุขภาพ พัทลุง		
ครั้งที่	1	วันที่	19/8/2561
จำนวนผู้รับการตรวจ	49	คน	

การประเมินรอบเอว						
วัดรอบเอว	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	%ชาย	จำนวน	%หญิง	จำนวน	%รวม
ปกติ	9	69.2	10	31.3	19	42.22
อ้วนลงพุง	4	30.8	22	68.8	26	57.78
รวม	13		32		45	

เปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกาย(FAT%)	ปกติ	17	คน	คิดเป็นร้อยละ	34.69
	เกิน	32	คน	คิดเป็นร้อยละ	65.31
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100.00

มวลไขมัน (FAT MASS)	ปกติ	27	คน	คิดเป็นร้อยละ	55.10
	เกิน	22	คน	คิดเป็นร้อยละ	44.90
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100.00

มวลกล้ามเนื้อ (MUSCLE MASS)	ปกติ	48	คน	คิดเป็นร้อยละ	97.96
	น้อย	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	2.04
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100.00

เปอร์เซ็นต์น้ำในร่างกาย (TBW%)	ปกติ	47	คน	คิดเป็นร้อยละ	95.92
	น้อย	2	คน	คิดเป็นร้อยละ	4.08
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100.00

มวลกระดูก (BONEMASS)	ปกติ	11	คน	คิดเป็นร้อยละ	22.45
	น้อย	38	คน	คิดเป็นร้อยละ	77.55
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100.00

ไขมันที่เกาะตาม อวัยวะช่องท้อง	ปกติ	34	คน	คิดเป็นร้อยละ	69.39
	เสี่ยง	9	คน	คิดเป็นร้อยละ	18.37
	เสี่ยงสูง	6	คน	คิดเป็นร้อยละ	12.24
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100.00

ดัชนีมวลกาย (BMI)	ผอม	2	คน	คิดเป็นร้อยละ	4.0816327
	ปกติ	18	คน	คิดเป็นร้อยละ	36.734694
	ท้วม	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	20.408163
	อ้วน	14	คน	คิดเป็นร้อยละ	28.571429
	อ้วนมาก	5	คน	คิดเป็นร้อยละ	10.204082
	รวม	49	คน	คิดเป็นร้อยละ	100