

สรุปผลดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย..ชุมชนสถานีอุตะเกา



จัดทำโดย

“ชุมชนสถานีอุตะเกา”

7. ผลการดำเนินงาน

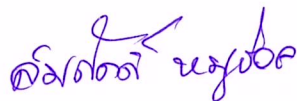
จากการทำกิจกรรมโครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย ชุมชนสถานีอุตะเถา พบว่าผู้เข้าร่วมกิจกรรมโครงการมีอายุ 25 ปีขึ้นไป โดยมีการวัดดัชนีมวลกายจากร่างกายผู้เข้าร่วมโครงการจำนวน 60 คน ก่อนทำโครงการน้ำหนักส่วน 18 คน น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ 4 คน น้ำหนักเกินมาตรฐาน 12 คน อ้วน 15 คน และโรคอ้วนอันตราย 11 คน และหลังจากทำโครงการพบว่าผู้มน้ำหนักส่วนเพิ่มขึ้น 20 คน ส่วนคนน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์และน้ำหนักเกินยังคงเท่าเดิม สำหรับโรคอ้วนเพิ่มขึ้น 2 คน และโรคอ้วนอันตรายลดลง 7 คน จากการออกกำลังกายในชุมชนตลอดเวลา 7 เดือน ทำให้สมาชิกในชุมชนสุขภาพดีขึ้น มีความตระหนักในการหันมาสนใจดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายมากขึ้น สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขตลอดไป สิ่งสำคัญที่สุดในการทำโครงการคือคนในชุมชนได้รับการเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองโดนหันมาออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมากขึ้น และทำให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของชุมชน เป็นมิติทางด้านสุขภาพที่เกิดขึ้นในชุมชน จนทำให้เป็นชุมชนส่งเสริมสุขภาพอีกพื้นที่หนึ่ง

8. ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงาน

- 8.1 ประชาชนในชุมชนสถานีอุตะเถาบางครัวเรือนยังไม่ตระหนักถึงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
- 8.2 สนามเบตมินตันเป็นที่โล่ง ไม่มีหลังคา ช่วงหน้าฝนไม่สามารถออกกำลังกายได้
- 8.3 ลานออกกำลังกายแอโรบิคเป็นพื้นดิน ทำให้มีฝุ่นเยอะ และไม่มีหลังคา

9. ข้อเสนอแนะ

ควรส่งเสริมให้ชุมชนทำโครงการ และสนับสนุนงบประมาณด้านการส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันควบคุมโรคแก่ชุมชนต่อไป และควรปรับมึงบในการปรับปรุงสนามให้เหมาะสมกับการออกกำลังกายต่อไป



(นายสมศักดิ์ หนูช่วย)

รองประธานชุมชนสถานีอุตะเถา

ผู้รับผิดชอบโครงการ/ผู้รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย

ชุมชนสถานีอุตะเกา



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย
ชุมชนสถานีอุตะเกา



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย

ชุมชนสถานีอุตะเภา



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย ชุมชนสถานีอุตะเกา



โครงการส่งเสริมการออกกำลังกาย ชุมชนสถานีอุตะเภา

