

ชื่อโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดพุงลดโรค

๑.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความตระหนักรู้ภาวะสุขภาพตนเอง มีความรู้ความเข้าใจ ที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง
๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพอย่างถูกต้องตามหลัก ๓ อ.
๓. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีดัชนีมวลกาย เส้นรอบเอว ระดับความดันโลหิต ระดับน้ำตาล และไขมันในเลือดลดลงภายหลังการปรับพฤติกรรมสุขภาพ

๒.กลุ่มเป้าหมาย

บุคลากรในศูนย์บริการสาธารณสุขโรงเรียนเทศบาล ๔ และ อสม.ในพื้นที่ จำนวน ๓๐ คน

๓.สถานที่ดำเนินการ

ศูนย์บริการสาธารณสุขโรงเรียนเทศบาล ๔

๔.วันเวลาดำเนินงาน

๙ - ๓๐ สิงหาคม ๒๕๖๒

๕.งบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ๔๒,๗๕๐ บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง ๑๒,๓๔๕.๖๐ บาท ดังนี้

๑. เสื้อโยคะ ขนาด ๑๗๑ x ๖๑ x ๐.๖ ซม. จำนวน ๓๐ ผืนๆละ ๔๐๐ บาท เป็นเงิน ๑๒,๐๐๐ บาท
๒. ไวนิล ขนาด ๑.๒ x ๒.๔ เมตร จำนวน ๑ ผืน เป็นเงิน ๓๔๕.๖๐ บาท

ผลการดำเนินงาน

เนื่องจากขั้นตอนการดำเนินงานล่าช้า ทำให้ต้องเลื่อนนัดวิทยากรและกลุ่มเป้าหมายไปหลายครั้ง ผู้จัด จึงได้เชิญกลุ่มเจ้าหน้าที่จากศูนย์บริการสาธารณสุขและอสม.ในพื้นที่ มาร่วมออกกำลังด้วยโยคะ อย่างไม่เต็มรูปแบบ โดยการทำหนังสือเชิญวิทยากรจากศูนย์บริการสาธารณสุขเพชรเกษม มาสอนโยคะในช่วงเวลาที่เหลือ ตั้งแต่วันที่ ๙ สิงหาคม -๓๐ สิงหาคม ๒๕๖๒ ทั้งนี้มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม วันละ ๑๐ คน เนื่องจากบางส่วนติดภารกิจ และวิทยากรติตราชการไม่สามารถมาสอนได้ตามกำหนด

ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงาน

๑. ขั้นตอนการดำเนินงานมีหลายขั้นตอน ทำให้การดำเนินงานล่าช้า เสียโอกาสในการจ้างวิทยากรที่มีความรู้ ความสามารถจากภายนอก

ข้อเสนอแนะ

เห็นควรเสนอโครงการต่อในปี ๒๕๖๓ เพื่อการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ

ลงชื่อ.....ผู้เขียนโครงการ/ผู้รับผิดชอบโครงการ

(นางสาวอรพิน ปรีสุทธิชัย)

หัวหน้าศูนย์บริการสาธารณสุขโรงเรียนเทศบาล ๔

สรุปรูปกิจกรรมโครงการ

