

แบบสรุปผลการดำเนินงาน

โครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยแอโรบิค ชุมชนจันทร์นิเวศน์

1. ชื่อโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยแอโรบิค ชุมชนจันทร์นิเวศน์
2. วัตถุประสงค์
 - 2.1 เพื่อส่งเสริมกิจกรรมการออกกำลังกายในชุมชน
 - 2.2 เพื่อให้คนในชุมชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง
3. กลุ่มเป้าหมาย
 - ประชาชนกลุ่มเป้าที่ตั้งไว้ในชุมชนจันทร์นิเวศน์จำนวน 60 คน
 - และมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพในแต่ละวันเฉลี่ย 30 คน
4. สถานที่ดำเนินงาน
 - ณ ลานกีฬาชุมชนจันทร์นิเวศน์ (ข้างโรงแรมพอริต้า)
5. วันที่จัดกิจกรรม
 - กิจกรรมออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิคในชุมชน
 - ระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคม - 30 สิงหาคม 2562
6. งบประมาณ งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 24,450 บาท (สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)
งบประมาณเบิกจ่ายจริง 24,450 บาท (สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)
มีรายละเอียดดังต่อไปนี้
 1. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมออกกำลังกายด้วยการเดินแอโรบิค
 - 1.1 ค่าตอบแทนผู้นำออกกำลังกายฯ เป็นเงิน 14,400 บาท
(สัปดาห์ละ 3 ครั้ง/เดือน ครั้งละ 1 ชม.ๆละ 300 บาท จำนวน 4 เดือน)
 2. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมจัดซื้อครุภัณฑ์
 - 2.1 ค่าเครื่องเสียงพร้อมอุปกรณ์ 1 ชุด เป็นเงิน 9,500 บาท
 3. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมประชาสัมพันธ์
 - 3.1 ค่าไวเนลโครงการ ขนาด 1.2x2.4 เมตร
(จำนวน 1 ผืนๆละ 350 บาท) เป็นเงิน 350 บาท
 4. ค่าใช้จ่ายกิจกรรมสรุปผลการดำเนินโครงการ
 - 4.1 ค่าจัดทำเอกสารรูปเล่มสรุปโครงการ จำนวน 2 เล่ม x 100 บาท
เป็นเงิน 200 บาท

รวมเป็นเงิน 24,450 บาท
(สองหมื่นสี่พันสี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

7. ผลการดำเนินงาน

จากการทำโครงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพด้วยแอโรบิค ชุมชนจันทร์นิเวศน์ พบว่าผู้เข้าร่วมโครงการในชุมชนให้ความสนใจเฉลี่ยต่อวัน 30 คน จากกลุ่มเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ จำนวน 60 คน และจากการทำกิจกรรมดังกล่าวประชาชนในชุมชนมีความตระหนักในการออกกำลังกายเพิ่มขึ้นจากคนที่ไม่เคยออกกำลังกาย สิ่งสำคัญในการทำโครงการดังกล่าว คือ คนในชุมชนจันทร์นิเวศน์ ได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองในการดูแลตัวเอง และชุมชนเพิ่มมากขึ้น และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชุมชนเพิ่มมากขึ้น เป็นมิติใหม่ของชุมชนจันทร์นิเวศน์ ในการดูแลสุขภาพโดยการออกกำลังกายเพิ่มขึ้น

8. ปัญหา อุปสรรคในการดำเนินงาน

ประชาชนในชุมชนจันทร์นิเวศน์ ยังความตระหนักในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของตนเอง และทางชุมชนยังขาดอุปกรณ์ในการออกกำลังกายที่ได้มาตรฐาน และสถานที่ในการออกกำลังกายในชุมชนที่เหมาะสม

9. ข้อเสนอแนะ

ควรส่งเสริมให้ชุมชนทำโครงการเกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยทางชุมชนเองจะเป็นตัวกระตุ้นอีกทางหนึ่งเพื่อให้คนในชุมชนหันมาดูแลสุขภาพที่ดีโดยการออกกำลังกาย และสนับสนุนงบประมาณด้านการส่งเสริมสุขภาพในการออกกำลังกายต่อไป

(นายธนากร แซ่หมัก)

ผู้รับผิดชอบโครงการ/ผู้รายงานสรุปผลการดำเนินโครงการ











