

ส่วนที่ 3 : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน  
หลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลน้ำผุด

ชื่อแผนงาน/โครงการ โครงการขยับกาย สบายชีวี ด้วยวิถีบาโลบ ปี 2563

1. ผลการดำเนินงาน

1. กลุ่มเป้าหมายที่สนใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 50 คน มีความรู้เรื่องทักษะด้านการออกกำลังกายด้วยวิธี  
บาโลบและสามารถนำไปใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จากการเข้ารับการอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการใน  
กลุ่มเป้าหมายที่มีเอวเกิน และค่า BMI เกิน พบว่ากลุ่มเป้าหมายมีความรู้มีความเข้าใจเรื่องการออกกำลังกาย  
ด้วยวิธีบาโลบ และเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จากการทำแบบทดสอบก่อน-หลังอบรม ก่อนอบรมมีผู้มีความ  
รู้ที่อยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 14.00 แต่หลังการอบรมมีความรู้ที่อยู่ในระดับต่ำลดลงร้อยละ 0.00 ระดับปานกลาง ร้อย  
ละ 80.00 และหลังอบรม ลดลงเหลือร้อยละ 16.00 ระดับสูงเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.00 เป็นร้อยละ 84.00 แสดง  
ว่ากลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจเพิ่มขึ้นร้อยละ 86.00

2. ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถผ่อนคลายความตึงเครียดและลดความวิตกกังวล เสริมสร้างสมาธิ จากการ  
ประเมินความเครียดด้วยแบบประเมิน 2 Q ก่อนและหลังอบรมพบว่าก่อนอบรมมีผู้มีความเครียดด้วยแบบประเมิน 2  
Q อยู่ในเกณฑ์ปกติ จำนวน 49 คนและมีภาวะเสี่ยงจำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 2.00 และจากการประเมิน  
ความเครียดด้วยแบบประเมิน 9 Q พบว่ามีภาวะเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายจำนวน จำนวน 1 คน แต่หลังจากอบรม  
เกิดการผ่อนคลายความตึงเครียดและลดความวิตกกังวล เสริมสร้างสมาธิ พบว่าผู้เข้ารับการอบรมประเมิน  
ความเครียดด้วยแบบ 2 Q พบว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทุกคน

3. จากการประเมินระดับความพึงพอใจต่อกิจกรรมโครงการอยู่ในระดับมากที่สุดและมากคิดเป็นภาพรวม  
ร้อยละ 99.00

4. การติดตามผลหลังการอบรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมพร้อมตรวจประเมินสุขภาพเปรียบเทียบการ  
เปลี่ยนแปลงผล พบว่าผู้ที่เข้ารับการอบรมก่อนอบรมมีน้ำหนักและค่า BMI อยู่ในเกณฑ์ปกติจำนวน 10 คน และ  
อยู่ในเกณฑ์เกินจำนวน 40 คน แต่หลังจากการอบรมและมีการติดตามผล 3 เดือน เดือน ตุลาคม - ธันวาคม  
2563 พบว่ามีกลุ่มเป้าหมายที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมลดน้ำหนักและค่า BMI ได้จำนวน 10 คน คิดเป็น  
ร้อยละ 25.00

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

2.1 การบรรลุตามวัตถุประสงค์

บรรลุตามวัตถุประสงค์

ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ.....

2.2 จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม 50 คน

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ -----38,660----- บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริงบาท -----38,660----- บาท

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนบาท -----บาท

3.1 รายการรับ-จ่ายเงิน

วัน เดือน ปี	รายรับ (บาท)	รายจ่าย (บาท)	เงินคงเหลือ (บาท)	หมายเหตุ
11 กย. 2563	38,660.-	-	38,660.-	
28 กย. 2563	-	3,860	34,800.-	
2 ตค. 2563	-	34,800.-	-	

3.2 รายละเอียดการจ่ายเงิน

วัน เดือน ปี	รายการจ่าย/กิจกรรมดำเนินงาน	จำนวนเงิน (บาท)
28 กย. 2563	-ป้ายไวนิลโครงการ	360.- บาท
	-ค่าวัสดุอุปกรณ์อบรม 70 บาท X 50 คน	3,500.- บาท
2 ตค. 2563	-ค่าเช่าเครื่องเสียงวันละ 1,000 บาท X 3 วัน	3,000.- บาท
	- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 50 คน x 30 บาท x 6 มื้อ	9,000 .- บาท
	- ค่าอาหารกลางวัน 50 คน x 80 บาท x 3 มื้อ	12,000.- บาท
	-ค่าวิทยากร จำนวน 2 คนๆละ 3 ชม.ๆละ 600 บาทX3วัน	10,800.- บาท

3.3 ได้ส่งหลักฐานการจ่ายเงินมาด้วยแล้ว ..... 6 ..... ฉบับ

4. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ) .....

แนวทางการแก้ไข (ระบุ) .....

ลงชื่อ .....  ..... ผู้รายงาน

..... ( นางอารีย์ ช้วนบุญคง ) .....

ตำแหน่ง ประธานชมรมออกกำลังกายบ้านทุ่งไหม้

วันที่ 30 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2563