แบบ P.3

ปีงบประมาณ 2563

**แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก**

**กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครภูเก็ต**

โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยโยคะยามเช้า ปี 2563

วดป. ที่อนุมัติ1 ต.ค. 2562

**1.ตัวชี้วัด**

1. ประชาชนกลุ่มเป้าหมายสนใจมาฝึกโยคะโดยภาพรวม เฉลี่ยไม่น้อยกว่า 15 คนต่อวัน

2. ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความยืดหยุ่นของร่างกายตามเกณฑ์ (ใช้การทดสอบสมรรถภาพทางกาย)

**2.กลุ่มเป้าหมาย**

ประชาชนทั่วไปที่สนใจ จำนวนประมาณ 40 คน

**3.ระยะเวลา**

1 ต.ค. 2562 - 30 ก.ย. 2563

**4.ผลการดำเนินการ**

1. การออกกำลังกายแบบโยคะ ณ ปัจจุบันได้รับความสนใจจากประชาชนเป็นจำนวนมาก ได้ช่วยยืดเหยียดและผ่อน

คลายกล้ามเนื้อหลังจากการทำงานหรือหลังจากการเล่นกีฬาชนิดต่างๆ ได้ดี ชมรมโยคะยามเช้าก็เป็นอีกกิจกรรม มีสมาชิกเข้าร่วมประมาณ 15-20 คน ต่อช่วงเวลา 07.30 – 08.30 น. วันจันทร์ – วันศุกร์ มีสมาชิกฝึกฝนสม่ำเสมอ

2. มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของสมาชิกชมรมโยคะยามเช้า จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 32.50 ระหว่างวันที่ 9-20 มีนาคม 2563 ณ ห้องประชุมสมาคมผู้สูงอายุเทศบาลนครภูเก็ต โดยกองการแพทย์ เทศบาลนครภูเก็ต ผลการทดสอบความอ่อนตัว (นั่งแตะปลายเท้า) พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์สูงกว่าเกณฑ์ จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 92.31 อยู่ในเกณฑ์ปกติ 1 คน คิดเป็นร้อยละ 7.69

3. จากการทำแบบประเมินความสุขของกรมสุขภาพจิต พบว่า

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| สมาชิกชมรมมีความสุข เพิ่มขึ้น | จำนวน | 3 | คน | คิดเป็นร้อยละ | 10.71 |
| สมาชิกชมรมมีความสุข คงที่ | จำนวน | 11 | คน | คิดเป็นร้อยละ | 39.29 |
| สมาชิกชมรมมีความสุข ลดลง | จำนวน | 14 | คน | คิดเป็นร้อยละ | 50 |

**5.ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

☑ บรรลุตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดของโครงการ

□ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัดของโครงการ

**6.การเบิกจ่ายงบประมาณ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| งบประมาณที่ได้รับอนุมัติ | ......56,700.... | บาท |  |  |
| งบประมาณเบิกจ่ายจริง | ......47,300.... | บาท | คิดเป็นร้อยละ | ......83.00..... |
| งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ | .......9,400...... | บาท | คิดเป็นร้อยละ | ......17.00..... |

**7.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินการ**

 □ ไม่มี

 ⮽ มี

ปัญหา/อุปสรรค

 (ระบุ) ศูนย์ผู้สูงอายุเป็นสถานที่ราชการ ประกอบกับไม่สามารถติดป้ายประชาสัมพันธ์ได้ มีกลิ่นไม่พึงประสงค์จากการเลี้ยงสัตว์ และกลิ่นห้องน้ำ

แนวทางการแก้ไข

 (ระบุ) ควรให้มีการติดป้ายประชาสัมพันธ์

 ลงชื่อ…………สายเล็ก มายะการ…………ผู้รายงาน

 (นางสาวสายเล็ก มายะการ)

ตำแหน่งประธานชมรมโยคะยามเช้าเทศบาลนครภูเก็ต

วันที่/เดือน/พ.ศ..............................................