



**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

1. ชื่อโครงการและหน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

1.1 รหัสโครงการและชื่อโครงการ

ชื่อโครงการ/กิจกรรม : โครงการออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต

รหัสโครงการ... : 23000000-3677

ปีงบประมาณ พ.ศ. : 2563

เริ่มต้นโครงการ : 2019-10-01 00:00:00

งบประมาณที่ได้รับ : 0 บาท

สิ้นสุดโครงการ : 2020-09-29 00:00:00

งบประมาณที่ใช้ไป : 0 บาท

1.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ. : สำนักวัฒนธรรม กีฬาและการท่องเที่ยว / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น) / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น)

ชื่อผู้รับผิดชอบ... : นายมงคลชัย เพชรศรี โทร. 0 2245 4749

ผู้ประสานงาน สยป : นายปฏิพัทธ์ เหล็งขวัญยืน โทร. 1517

1.3 หลักการและเหตุผล

รูปแบบการดำเนินชีวิตของประชาชนในปัจจุบัน ส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายน้อยลง มีการรับประทานอาหารหวาน มัน เค็มจัด สภาพแวดล้อมและปัญหาทางสังคมส่งผลให้เกิดความเครียด รวมไปถึงพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ดื่มสุรา สูบบุหรี่ เป็นต้น ที่อาจจะส่งผลให้เกิดโรคคนเมือง เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ เป็นต้น

ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและยังขาดแนวทางที่ชัดเจนให้ประชาชนนำไปปฏิบัติ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้ห่างไกลจากโรคดังกล่าว อีกทั้งยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561 - 2580) ได้กำหนดไว้ในด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ โดยการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ให้แก่ประชาชน

สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว โดยศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ให้ความสำคัญกับสุขภาพของประชาชน ซึ่งเป็นการกีดกันในการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนออกกำลังกาย และทำกิจกรรมนันทนาการ ทั้งนี้ แผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2563 ได้กำหนดมาตรการประชาสัมพันธ์ให้ชาวกรุงเทพมหานคร ทราบถึงการคำนวณค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index (BMI)) ซึ่งเป็นค่าพื้นฐานที่ใช้บอกอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เนื่องจากการมีน้ำหนักเกินหรืออ้วนนั้น มีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับการมีสุขภาพ การเกิดโรคเรื้อรัง และการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร ซึ่งผู้ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนจะเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาสุขภาพและโรคตามมา จึงได้มีการจัดเก็บค่า BMI ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561 และพบว่าค่า BMI ของสมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป จำนวน 3,649 คน มีสมาชิกที่มีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 42.64 โดยมีผู้ที่มีค่า BMI อยู่ในภาวะอ้วน ระดับ 1 ? 3 ร้อยละ 48.45 และมีค่า BMI ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 8.91 (เทียบกับค่า BMI ตามเกณฑ์มาตรฐานอาเซียน (เอเชีย))

จากข้อมูลดังกล่าว จึงจัดโครงการ ออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต ขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้เข้าร่วมโปรแกรมสุขภาพ ซึ่งช่วยกระตุ้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย นอกจากนั้นผู้เข้าร่วมโครงการยังสามารถออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับตนเอง ลดการเกิดอาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย สามารถจัดโปรแกรมโภชนาการของตนเอง และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายการออกกำลังกายของตน ซึ่งจะสามารถขยายผลส่งต่อครอบครัวต่อไป และการจัดโครงการนี้ยังเป็นการศึกษาปัจจัย ปัญหา และอุปสรรคของพฤติกรรมของประชาชน เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้กับประชาชนในการดำเนินชีวิตที่ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้นจะส่งผลให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ ลดภาระและงบประมาณทางการแพทย์ และสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมและประเทศชาติต่อไป

1.4 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการที่ประสบผลสำเร็จเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นในการหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น
3. เพื่อให้เกิดแนวทางสำหรับประชาชนในการบริโภคอาหารและออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
4. เพื่อนำคู่มือการถอดบทเรียนเป็นองค์ความรู้สำหรับการดำเนินโครงการในศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร

1.5 เป้าหมายของโครงการ..

สมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เกินมาตรฐาน ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

- 1. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 23-24.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 2. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 25-29.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 3. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 (ค่า BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 30) จำนวนไม่เกิน 60 คน

1.6 สนับสนุนแผนพัฒนา กทม. ระยะ 20 ปี (ยุทธศาสตร์-ประเด็นยุทธศาสตร์-กลยุทธ์ตามแผนฯ /ตัวชี้วัด)

ประเด็นยุทธศาสตร์ : **** การปฏิบัติงานประจำของหน่วยงาน ****

ประเด็นยุทธศาสตร์ย่อย : **** การปฏิบัติงานประจำของหน่วยงาน ****

เป้าหมายที่ : **** การปฏิบัติงานประจำของหน่วยงาน ****

ตัวชี้วัด... : มิติที่3 3.2 ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินโครงการให้บริการที่ดีที่สุด (Best Service)

2. รายงานความก้าวหน้าของโครงการและการใช้จ่ายงบประมาณ

รายงานครั้งที่1 :: 30/10/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...
 - ขออนุมัติโครงการ





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

รายงานครั้งที่2	- ขอความอนุเคราะห์รายชื่อบุคลากร เพื่อจัดทำคำสั่งคณะทำงานฯ (สำนักงานนันทนาการและส่งเสริมการเรียนรู้ และกองการศึกษา) :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 5.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 1) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 14/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - แต่งตั้งคณะทำงาน
รายงานครั้งที่3	- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 2) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 29/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน
รายงานครั้งที่4	- กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 15.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 3) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 12/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน
รายงานครั้งที่5	- กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 20.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 4) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 26/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก
รายงานครั้งที่6	- รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 25.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 5) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 14/1/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก
รายงานครั้งที่7	- รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 ธันวาคม 2562 ? 24 มกราคม 2563 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 30.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 6) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 11/2/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิกเข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 มกราคม ? 7 กุมภาพันธ์ 2563
รายงานครั้งที่8	- เตรียมปฐมวัยและผู้เข้าร่วมโครงการฯ ในวันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 7) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 18/3/2563 : หลังการประกาศรับสมัครผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการ และได้ทำการเปิดโครงการออกกำลัง เพิ่มพลังชีวิต เมื่อวันพุธที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) โดยมีรองผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว (นายสมบูรณ์ หอมนาน) มาเป็นประธานในพิธีเปิดผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวนทั้งสิ้น 177 คน แบ่งเป็น ดังนี้ กลุ่มอ้วน ระดับ 1 จำนวน 43 คน กลุ่มอ้วน ระดับ 2 จำนวน 85 คน กลุ่มอ้วน ระดับ 3 จำนวน 49 คน
รายงานครั้งที่9	- ขณะนี้อยู่ระหว่าง ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว เพื่อขอเลื่อนการจัดกิจกรรมเนื่องจากศูนย์เยาวชนปิดให้บริการกิจกรรม และปิดศูนย์เยาวชน ตามสถานการณ์ของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 8) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 28/4/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจาก...สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรุนแรง จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้
รายงานครั้งที่10	- ขณะนี้อยู่ระหว่างนำเสนอที่ประชุมสำนักงาน ก.ก. เพื่อพิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 9) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 29/5/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรุนแรง จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้ ขณะนี้อยู่ระหว่างสำนักงาน ก.ก. พิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ
รายงานครั้งที่11	- พิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 10) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย :: 30/6/2563 : จัดประชุมคณะทำงาน เมื่อวันที่ 11 มิถุนายน 2563 เวลา 13.00 น. ณ ห้องประชุมอาคารทำการ เพื่อหารือแนวทางและวิธีการในการดำเนินการให้สอดคล้องกับสถานการณ์ และมติที่ประชุมได้มีการกำหนดวางแผนการดำเนินงาน และกำหนดรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ครั้งใหม่) ตั้งแต่วันที่ 15 - 30 มิถุนายน 2563
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 40.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 11) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย



รายงานครั้งที่12





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

รายงานครั้งที่13 :: 17/07/2563 : อยู่ระหว่างดำเนินการโครงการต่อ หลังจากได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19
 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 50.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 12) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 31/8/2563 : ได้ดำเนินการจัดทำแผนโปรแกรมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ
 นำไปปฏิบัติตามโปรแกรมเรียบร้อยแล้ว โดยครบกำหนดตรวจวัดองค์ประกอบทางกาย (Inbody) หลังเข้าร่วมโครงการในวันที่ 1 - 3 กันยายน 2563

รายงานครั้งที่14 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 70.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 13) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 10/9/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอนตรวจวัดองค์ประกอบทางกาย (Inbody) หลังเสร็จสิ้นโปรแกรม
 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 85.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 14) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่15 :: 30/9/2563 : ดำเนินโครงการแล้วเสร็จตามแผนงานที่วางไว้แล้ว สรุปผลการดำเนินงาน
 1. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีดัชนีมวลกาย (BMI) เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานมากขึ้น
 ค่าเป้าหมายร้อยละ 70
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 32 คน ตีขึ้น 23 คน คิดเป็นร้อยละ 71.88
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 87 คน ตีขึ้น 61 คน คิดเป็นร้อยละ 70.11
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 52 คน ตีขึ้น 40 คน คิดเป็นร้อยละ 76.92

2. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีองค์ประกอบทางกายดีขึ้น ค่าเป้าหมาย ร้อยละ 80
 กลุ่มเป้าหมาย 171 คน องค์ประกอบทางกายดีขึ้น 140 คน คิดเป็นร้อยละ 81.87

3. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
 ค่าเป้าหมายร้อยละ 100
 กลุ่มเป้าหมาย 171 คน มีความรู้เพิ่มขึ้น 171 คน คิดเป็นร้อยละ 100

4. จัดทำคู่มือลดทบทเรียนผลการดำเนินโครงการจำนวน 1 ฉบับ อยู่ระหว่างการดำเนินการจัดทำ
 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 100.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 15) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

1. ชื่อโครงการและหน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

1.1 รหัสโครงการและชื่อโครงการ

ชื่อโครงการ/กิจกรรม : โครงการออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต

รหัสโครงการ... : 23000000-3677

ปีงบประมาณ พ.ศ. : 2563

เริ่มต้นโครงการ : 2019-10-01 00:00:00

งบประมาณที่ได้รับ : 0 บาท

สิ้นสุดโครงการ : 2020-09-29 00:00:00

งบประมาณที่ใช้ไป : 0 บาท

1.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ. : สำนักวัฒนธรรม กีฬาและการท่องเที่ยว / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น) / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น)

ชื่อผู้รับผิดชอบ... : นายมงคลชัย เพชรศรี โทร. 0 2245 4749

ผู้ประสานงาน สยป : นายปฏิพัทธ์ เหลืองขวัญยืน โทร. 1517

1.3 หลักการและเหตุผล

รูปแบบการดำเนินชีวิตของประชาชนในปัจจุบัน ส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายน้อยลง มีการรับประทานอาหารหวาน มัน เค็มจัด
 สภาพแวดล้อมและปัญหาทางสังคมส่งผลให้เกิดความเครียด รวมไปถึงพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ดื่มสุรา สูบบุหรี่ เป็นต้น ที่อาจจะส่งผลให้เกิดโรคคนเมือง เช่น
 โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ เป็นต้น
 ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและยังขาดแนวทางที่ชัดเจนให้ประชาชนนำไปปฏิบัติ
 เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้ห่างไกลจากโรคดังกล่าว อีกทั้งยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561 - 2580)
 ได้กำหนดไว้ในด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ โดยการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี
 มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ให้แก่ประชาชน
 สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว โดยศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ให้ความสำคัญกับสุขภาพของประชาชน
 ซึ่งเป็นภารกิจหลักในการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนออกกำลังกาย และทำกิจกรรมนันทนาการ ทั้งนี้ แผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2563
 ได้กำหนดมาตรการประชาสัมพันธ์ให้ชาวกรุงเทพมหานคร ทราบถึงการคำนวณค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index (BMI))
 ซึ่งเป็นค่าพื้นฐานที่ใช้บอกอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เนื่องจากการมีน้ำหนักเกินหรืออ้วนนั้น มีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับปัญหาสุขภาพ
 การเกิดโรคเรื้อรัง และการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร ซึ่งผู้ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนจะเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาสุขภาพและโรคตามมา จึงได้มีการจัดเก็บค่า BMI
 ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561 และพบว่าค่า BMI ของสมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป จำนวน 3,649 คน
 มีสมาชิกที่มีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 42.64 โดยมีผู้ที่มีค่า BMI อยู่ในภาวะอ้วน ระดับ 1 ? 3 ร้อยละ 48.45 และมีค่า BMI ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ
 ร้อยละ 8.91 (เทียบกับค่า BMI ตามเกณฑ์มาตรฐานอาเซียน (เอเชีย))
 จากข้อมูลดังกล่าว จึงจัดโครงการ ออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต ขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้เข้าร่วมโปรแกรมสุขภาพ
 ซึ่งช่วยกระตุ้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย
 นอกจากนั้นผู้เข้าร่วมโครงการยังสามารถออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับตนเอง ลดการเกิดอาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย





** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ **

สามารถจัดโปรแกรมโภชนาการของตนเอง และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายการออกกำลังกายของตน ซึ่งจะสามารถขยายผลส่งต่อครอบครัวต่อไป และการจัดโครงการนี้ยังเป็นการศึกษาปัจจัย ปัญหา และอุปสรรคของพฤติกรรมของประชาชน เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้กับประชาชนในการดำเนินชีวิตที่ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้นจะส่งผลให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ ลดภาระและงบประมาณทางการแพทย์ และสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมและประเทศชาติต่อไป

1.4 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการที่ประสบผลสำเร็จเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นในการหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น
3. เพื่อให้เกิดแนวทางสำหรับประชาชนในการบริโภคอาหารและออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
4. เพื่อนำคู่มือการถอดบทเรียนเป็นองค์ความรู้สำหรับการดำเนินโครงการในศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร

1.5 เป้าหมายของโครงการ..

สมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เกินมาตรฐาน ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

- 1. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 23-24.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 2. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 25-29.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 3. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 (ค่า BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 30) จำนวนไม่เกิน 60 คน

1.6 สนับสนุนแผนพัฒนา กทม. ระยะ 20 ปี (ยุทธศาสตร์-ประเด็นยุทธศาสตร์-กลยุทธ์ตามแผนฯ /ตัวชี้วัด)

ประเด็นยุทธศาสตร์ : **** การดำเนินงานประจำของหน่วยงาน ****

ประเด็นยุทธศาสตร์ย่อย : **** การดำเนินงานประจำของหน่วยงาน ****

เป้าหมายที่ : **** การดำเนินงานประจำของหน่วยงาน ****

ตัวชี้วัด... : มิติที่ 3.2 ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินโครงการให้บริการที่ดีที่สุด (Best Service)

2. รายงานความก้าวหน้าของโครงการและการใช้จ่ายงบประมาณ

รายงานครั้งที่1 :: 30/10/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ขออนุมัติโครงการ

- ขอความอนุเคราะห์รายชื่อบุคลากร เพื่อจัดทำคำสั่งคณะทำงานฯ (สำนักงานนันทนาการและส่งเสริมการเรียนรู้ และกองการศึกษา)

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 5.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 1) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่2 :: 14/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- แต่งตั้งคณะทำงาน

- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 2) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่3 :: 29/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน

- กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 15.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 3) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่4 :: 12/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน

- กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 20.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 4) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่5 :: 26/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก

- รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 25.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 5) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่6 :: 14/1/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก

- รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 ธันวาคม 2562 ? 24 มกราคม 2563

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 30.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 6) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่7 :: 11/2/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิกเข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 มกราคม ? 7 กุมภาพันธ์ 2563

- เตรียมปฐมนิเทศผู้เข้าร่วมโครงการฯ ในวันพุธที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น)

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 7) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่8 :: 18/3/2563 : หลังการประกาศรับสมัครผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการ และได้ทำการเปิดโครงการออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต เมื่อวันที่ 12



**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น)
 โดยมีรองผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว (นายสมบูรณ์ ทอมมาน) มาเป็นประธานในพิธีเปิด
 ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวนทั้งสิ้น 177 คน แบ่งเป็น ดังนี้
 กลุ่มอ้วน ระดับ 1 จำนวน 43 คน
 กลุ่มอ้วน ระดับ 2 จำนวน 85 คน
 กลุ่มอ้วน ระดับ 3 จำนวน 49 คน

- ขณะนี้อยู่ระหว่าง ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว เพื่อขออนุญาตจัดกิจกรรม
 เนื่องจากศูนย์เยาวชนปิดให้บริการกิจกรรม และปิดศูนย์เยาวชน ตามสถานการณ์ของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019
 (Covid-19)

- รายงานครั้งที่9 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 8) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 28/4/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจาก...สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
 ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรุนแรง จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้
 ขณะนี้อยู่ระหว่างนำเสนอที่ประชุมสำนักงาน ก.ก. เพื่อพิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ
- รายงานครั้งที่10 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 9) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 29/5/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
 ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรุนแรง จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้ ขณะนี้อยู่ระหว่างสำนักงาน ก.ก.
 พิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ
- รายงานครั้งที่11 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 10) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 30/6/2563 : จัดประชุมคณะทำงาน เมื่อวันที่ 11 มิถุนายน 2563 เวลา 13.00 น. ณ ห้องประชุมอาคารทำการ
 เพื่อหารือแนวทางและวิธีการในการดำเนินการให้สอดคล้องกับสถานการณ์ และมติที่ประชุมได้มีการกำหนดวางแผนการดำเนินงาน
 และกำหนดรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ครั้งใหม่) ตั้งแต่วันที่ 15 - 30 มิถุนายน 2563
- รายงานครั้งที่12 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 40.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 11) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 17/07/2563 : อยู่ระหว่างดำเนินการโครงการต่อ หลังจากได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19
- รายงานครั้งที่13 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 50.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 12) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 31/8/2563 : ได้ดำเนินการจัดทำแผนโปรแกรมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ
 นำไปปฏิบัติตามโปรแกรมเรียบร้อยแล้ว โดยครบกำหนดตรวจวัดองค์ประกอบทางกาย (Inbody) หลังเข้าร่วมโครงการในวันที่ 1 - 3 กันยายน
 2563
- รายงานครั้งที่14 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 70.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 13) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 10/9/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอนตรวจวัดองค์ประกอบทางกาย (Inbody) หลังเสร็จสิ้นโปรแกรม
- รายงานครั้งที่15 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 85.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 14) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: 30/9/2563 : ดำเนินโครงการแล้วเสร็จตามแผนงานที่วางไว้แล้ว สรุปผลการดำเนินงาน
 1. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีดัชนีมวลกาย (BMI) เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานมากขึ้น
 ค่าเป้าหมายร้อยละ 70
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 32 คน ดีขึ้น 23 คน คิดเป็นร้อยละ 71.88
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 87 คน ดีขึ้น 61 คน คิดเป็นร้อยละ 70.11
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 52 คน ดีขึ้น 40 คน คิดเป็นร้อยละ 76.92
 2. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีองค์ประกอบทางกายดีขึ้น ค่าเป้าหมาย ร้อยละ 80
 กลุ่มเป้าหมาย 171 คน องค์ประกอบทางกายดีขึ้น 140 คน คิดเป็นร้อยละ 81.87
 3. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
 ค่าเป้าหมายร้อยละ 100
 กลุ่มเป้าหมาย 171 คน มีความรู้เพิ่มขึ้น 171 คน คิดเป็นร้อยละ 100
 4. จัดทำคู่มือถอดบทเรียนผลการดำเนินโครงการจำนวน 1 ฉบับ อยู่ระหว่างการดำเนินการจัดทำ
 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 100.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 15) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

1. ชื่อโครงการและหน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

1.1 รหัสโครงการและชื่อโครงการ

ชื่อโครงการ/กิจกรรม : โครงการออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต

รหัสโครงการ... : 23000000-3677

ปีงบประมาณ พ.ศ. : 2563

เริ่มต้นโครงการ : 2019-10-01 00:00:00

งบประมาณที่ได้รับ : 0 บาท





สิ้นสุดโครงการ





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: 2020-09-29 00:00:00





** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ **

งบประมาณที่ใช้ไป : 0 บาท

1.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ. : สำนักวัฒนธรรม กีฬาและการท่องเที่ยว / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น) / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น)
ชื่อผู้รับผิดชอบ... : นายมงคลชัย เพชรศรี โทร. 0 2245 4749 ผู้ประสานงาน สยป : นายปฏิพัทธ์ เหลืองขวัญยืน โทร. 1517

1.3 หลักการและเหตุผล

รูปแบบการดำเนินชีวิตของประชาชนในปัจจุบัน ส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายน้อยลง มีการรับประทานอาหารหวาน มัน เค็มจัด สภาพแวดล้อมและปัญหาทางสังคมส่งผลให้เกิดความเครียด รวมไปถึงพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ดื่มสุรา สูบบุหรี่ เป็นต้น ที่อาจจะส่งผลให้เกิดโรคคนเมือง เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ เป็นต้น

ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและยังขาดแนวทางที่ชัดเจนให้ประชาชนนำไปปฏิบัติ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้ห่างไกลจากโรคดังกล่าว อีกทั้งยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561 - 2580)

ได้กำหนดไว้ในด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ โดยการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี

มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ให้แก่ประชาชน

สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว โดยศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ให้ความสำคัญกับสุขภาพของประชาชน

ซึ่งเป็นภารกิจหลักในการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนออกกำลังกาย และทำกิจกรรมนันทนาการ ทั้งนี้ แผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2563

ได้กำหนดมาตรการประชาสัมพันธ์ให้ชาวกรุงเทพมหานคร ทราบถึงการคำนวณค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index (BMI))

ซึ่งเป็นค่าพื้นฐานที่ใช้บอกอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เนื่องจากการมีน้ำหนักเกินหรืออ้วนนั้น มีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับการมีปัญหาสุขภาพ

การเกิดโรคเรื้อรัง และการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร ซึ่งผู้ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนจะเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาสุขภาพและโรคตามมา จึงได้มีการจัดเก็บค่า BMI

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561 และพบว่าค่า BMI ของสมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป จำนวน 3,649 คน

มีสมาชิกที่มีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 42.64 โดยผู้ที่มีค่า BMI อยู่ในภาวะอ้วน ระดับ 1 ? 3 ร้อยละ 48.45 และมีค่า BMI ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 8.91 (เทียบกับค่า BMI ตามเกณฑ์มาตรฐานอาเซียน (เอเชีย))

จากข้อมูลดังกล่าว จึงจัดโครงการ ออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต ขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้เข้าร่วมโปรแกรมสุขภาพ

ซึ่งช่วยกระตุ้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย

นอกจากนี้ผู้เข้าร่วมโครงการยังสามารถออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับตนเอง ลดการเกิดอาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย

สามารถจัดโปรแกรมโภชนาการของตนเอง และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายการออกกำลังกายของตน ซึ่งจะสามารถขยายผลส่งต่อครอบครัวต่อไป

และการจัดโครงการนี้ยังเป็นการศึกษาปัจจัย ปัญหา และอุปสรรคของพฤติกรรมของประชาชน

เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้กับประชาชนในการดำเนินชีวิตที่ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค

และรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้นอันจะส่งผลให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ ลดภาระและงบประมาณทางการแพทย์

และสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมและประเทศชาติต่อไป

1.4 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการที่ประสบความสำเร็จเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นในการหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น
3. เพื่อให้เกิดแนวทางสำหรับประชาชนในการบริโภคอาหารและออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
4. เพื่อนำคู่มือการถอดบทเรียนเป็นองค์ความรู้สำหรับการดำเนินโครงการในศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร

1.5 เป้าหมายของโครงการ..

สมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เกินมาตรฐาน ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

- 1. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 23-24.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 2. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 25-29.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 3. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 (ค่า BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 30) จำนวนไม่เกิน 60 คน

1.6 สนับสนุนแผนพัฒนา กทม. ระยะ 20 ปี (ยุทธศาสตร์-ประเด็นยุทธศาสตร์-กลยุทธ์ตามแผนฯ /ตัวชี้วัด)

ประเด็นยุทธศาสตร์ : **** ภารกิจงานประจำของหน่วยงาน ****

ประเด็นยุทธศาสตร์ย่อย : **** ภารกิจงานประจำของหน่วยงาน ****

เป้าหมายที่ : **** ภารกิจงานประจำของหน่วยงาน ****

ตัวชี้วัด... : มิติที่3 3.2 ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินโครงการให้บริการที่ดีที่สุด (Best Service)

2. รายงานความก้าวหน้าของโครงการและการใช้จ่ายงบประมาณ

รายงานครั้งที่1 :: 30/10/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- ขออนุมัติโครงการ

- ขอความอนุเคราะห์รายชื่อบุคลากร เพื่อจัดทำคำสั่งคณะทำงานฯ (สำนักงานนันทนาการและส่งเสริมการเรียนรู้ และกองการศึกษา)

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 5.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 1) = 0 บาท

: เป็นไปตามแผน

: เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่2 :: 14/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...

- แต่งตั้งคณะทำงาน

- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน



**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 %





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 2) = 0 บาท





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: เป็นไปตามแผน





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

รายงานครั้งที่3	:: 29/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน - กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 15.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 3) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่4	:: 12/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน - กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 20.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 4) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่5	:: 26/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก - รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 25.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 5) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่6	:: 14/1/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก - รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 ธันวาคม 2562 ? 24 มกราคม 2563 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 30.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 6) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่7	:: 11/2/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน... - ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิกเข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 มกราคม ? 7 กุมภาพันธ์ 2563 - เตรียมปฐมวัยและผู้เข้าร่วมโครงการฯ ในวันพุธที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 7) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่8	:: 18/3/2563 : หลังการประกาศรับสมัครผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการ และได้ทำการเปิดโครงการออกกำลัง เพิ่มพลังชีวิต เมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) โดยมีรองผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว (นายสมบุรณ์ ทอมมาน) มาเป็นประธานในพิธีเปิดผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวนทั้งสิ้น 177 คน แบ่งเป็น ดังนี้ กลุ่มอ้วน ระดับ 1 จำนวน 43 คน กลุ่มอ้วน ระดับ 2 จำนวน 85 คน กลุ่มอ้วน ระดับ 3 จำนวน 49 คน - ขณะนี้อยู่ระหว่าง ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว เพื่อขอเลื่อนการจัดกิจกรรม เนื่องจากศูนย์เยาวชนปิดให้บริการกิจกรรม และปิดศูนย์เยาวชน ตามสถานการณ์ของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19) :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 8) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่9	:: 28/4/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจาก...สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรวดเร็ว จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้ ขณะนี้อยู่ระหว่างนำเสนอที่ประชุมสำนักงาน ก.ก. เพื่อพิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 9) = 0 บาท	: ไม่เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่10	:: 29/5/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรวดเร็ว จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้ ขณะนี้อยู่ระหว่างสำนักงาน ก.ก. พิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 10) = 0 บาท	: ไม่เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่11	:: 30/6/2563 : จัดประชุมคณะทำงาน เมื่อวันที่ 11 มิถุนายน 2563 เวลา 13.00 น. ณ ห้องประชุมอาคารทำการ เพื่อหารือแนวทางและวิธีการในการดำเนินการให้สอดคล้องกับสถานการณ์ และมติที่ประชุมได้มีการกำหนดวางแผนการดำเนินงาน และกำหนดรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ครั้งใหม่) ตั้งแต่วันที่ 15 - 30 มิถุนายน 2563 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 40.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 11) = 0 บาท	: ไม่เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่12	:: 17/07/2563 : อยู่ระหว่างดำเนินการโครงการต่อ หลังจากได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 50.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 12) = 0 บาท	: ไม่เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่13	:: 31/8/2563 : ได้ดำเนินการจัดทำแผนโปรแกรมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ นำไปปฏิบัติตามโปรแกรมเรียบร้อยแล้ว โดยครบกำหนดตรวจวัดองค์ประกอบทางกาย (Inbody) หลังเข้าร่วมโครงการในวันที่ 1 - 3 กันยายน 2563		





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 70.00 %





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 13) = 0 บาท





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: ไม่เป็นไปตามแผน





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

รายงานครั้งที่ 14 :: 10/9/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอนตรวจวัดองค์ประกอบทางกาย (Inbody) หลังเสร็จสิ้นโปรแกรม : เป็นไปตามเป้าหมาย
 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 85.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 14) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่ 15 :: 30/9/2563 : ดำเนินโครงการแล้วเสร็จตามแผนงานที่วางไว้แล้ว สรุปผลการดำเนินงาน

- ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีดัชนีมวลกาย (BMI) เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานมากขึ้น
 ค่าเป้าหมายร้อยละ 70
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 32 คน ดีขึ้น 23 คน คิดเป็นร้อยละ 71.88
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 87 คน ดีขึ้น 61 คน คิดเป็นร้อยละ 70.11
 กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 52 คน ดีขึ้น 40 คน คิดเป็นร้อยละ 76.92
- ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีองค์ประกอบทางกายดีขึ้น ค่าเป้าหมาย ร้อยละ 80
 กลุ่มเป้าหมาย 171 คน องค์ประกอบทางกายดีขึ้น 140 คน คิดเป็นร้อยละ 81.87
- ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
 ค่าเป้าหมายร้อยละ 100
 กลุ่มเป้าหมาย 171 คน มีความรู้เพิ่มขึ้น 171 คน คิดเป็นร้อยละ 100
- จัดทำคู่มือถอดบทเรียนผลการดำเนินโครงการจำนวน 1 ฉบับ อยู่ระหว่างการดำเนินการจัดทำ
 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 100.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 15) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

1. ชื่อโครงการและหน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

1.1 รหัสโครงการและชื่อโครงการ

ชื่อโครงการ/กิจกรรม : โครงการออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต

รหัสโครงการ... : 23000000-3677

ปีงบประมาณ พ.ศ. : 2563

เริ่มต้นโครงการ : 2019-10-01 00:00:00

งบประมาณที่ได้รับ : 0 บาท

สิ้นสุดโครงการ : 2020-09-29 00:00:00

งบประมาณที่ใช้ไป : 0 บาท

1.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ. : สำนักวัฒนธรรม กีฬาและการท่องเที่ยว / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น) / ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย - ญี่ปุ่น)

ชื่อผู้รับผิดชอบ... : นายมงคลชัย เพชรศรี โทร. 0 2245 4749

ผู้ประสานงาน สยป : นายปฏิพัทธ์ เหล็งขวัญยืน โทร. 1517

1.3 หลักการและเหตุผล

รูปแบบการดำเนินชีวิตของประชาชนในปัจจุบัน ส่วนใหญ่มีกิจกรรมทางกายน้อยลง มีการรับประทานอาหารหวาน มัน เค็มจัด สภาพแวดล้อมและปัญหาทางสังคมส่งผลให้เกิดความเครียด รวมไปถึงพฤติกรรมเสี่ยง เช่น ดื่มสุรา สูบบุหรี่ เป็นต้น ที่อาจจะส่งผลให้เกิดโรคคนเมือง เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดสมองและหัวใจ เป็นต้น

ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและยังขาดแนวทางที่ชัดเจนให้ประชาชนนำไปปฏิบัติ เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้ห่างไกลจากโรคดังกล่าว อีกทั้งยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561 - 2580) ได้กำหนดไว้ในด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ โดยการเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี มีการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพที่ถูกต้องและเชื่อถือได้ให้แก่ประชาชน

สำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว โดยศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ให้ความสำคัญกับสุขภาพของประชาชน ซึ่งเป็นภารกิจหลักในการส่งเสริม สนับสนุนให้ประชาชนออกกำลังกาย และทำกิจกรรมนันทนาการ ทั้งนี้ แผนปฏิบัติราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2563 ได้กำหนดมาตรการประชาสัมพันธ์ให้ชาวกรุงเทพมหานคร ทราบถึงการคำนวณค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index (BMI)) ซึ่งเป็นค่าพื้นฐานที่ใช้บอกอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เนื่องจากการมีน้ำหนักเกินหรืออ้วนนั้น มีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับการมีสุขภาพ การเกิดโรคเรื้อรัง และการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร ซึ่งผู้ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนจะเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาสุขภาพและโรคตามมา จึงได้มีการจัดเก็บค่า BMI ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561 และพบว่าค่า BMI ของสมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป จำนวน 3,649 คน มีสมาชิกที่มีค่า BMI อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 42.64 โดยมีผู้ที่มีค่า BMI อยู่ในภาวะอ้วน ระดับ 1 ? 3 ร้อยละ 48.45 และมีค่า BMI ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 8.91 (เทียบกับค่า BMI ตามเกณฑ์มาตรฐานอาเซียน (เอเชีย))

จากข้อมูลดังกล่าว จึงจัดโครงการ ออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต ขึ้นเพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการได้เข้าร่วมโปรแกรมสุขภาพ ซึ่งช่วยกระตุ้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย

นอกจากนี้ผู้เข้าร่วมโครงการยังสามารถออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสมกับตนเอง ลดการเกิดอาการบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย สามารถจัดโปรแกรมโภชนาการของตนเอง และประสบความสำเร็จตามเป้าหมายการออกกำลังกายของตน ซึ่งจะสามารถขยายผลส่งต่อครอบครัวต่อไป และการจัดโครงการนี้ยังเป็นการศึกษาปัจจัย ปัญหา และอุปสรรคของพฤติกรรมของประชาชน เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้กับประชาชนในการดำเนินชีวิตที่ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค และรู้จักดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้นอันจะส่งผลให้เป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ ลดภาระและงบประมาณทางการแพทย์ และสามารถทำประโยชน์ให้กับสังคมและประเทศชาติต่อไป





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

1.4 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการที่ประสบผลสำเร็จเป็นแบบอย่างให้กับผู้อื่นในการหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพมากขึ้น
3. เพื่อให้เกิดแนวทางสำหรับประชาชนในการบริโภคอาหารและการออกกำลังกายอย่างถูกต้องเหมาะสม
4. เพื่อนำคู่มือการถอดบทเรียนเป็นองค์ความรู้สำหรับการดำเนินโครงการในศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร

1.5 เป้าหมายของโครงการ..

สมาชิกศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) ที่มีค่าดัชนีมวลกาย (BMI) เกินมาตรฐาน ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

- 1. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 23-24.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 2. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 (ค่า BMI อยู่ระหว่าง 25-29.9) จำนวนไม่เกิน 60 คน
- 3. กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 (ค่า BMI มากกว่าหรือเท่ากับ 30) จำนวนไม่เกิน 60 คน

1.6 สนับสนุนแผนพัฒนา กทม. ระยะ 20 ปี (ยุทธศาสตร์-ประเด็นยุทธศาสตร์-กลยุทธ์ตามแผนฯ /ตัวชี้วัด)

ประเด็นยุทธศาสตร์ : **** การปฏิบัติงานประจำของหน่วยงาน ****

ประเด็นยุทธศา ย่อย : **** การปฏิบัติงานประจำของหน่วยงาน ****

เป้าหมายที่ : **** การปฏิบัติงานประจำของหน่วยงาน ****

ตัวชี้วัด... : มิติที่3 3.2 ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินโครงการให้บริการที่ดีที่สุด (Best Service)

2. รายงานความก้าวหน้าของโครงการและการใช้จ่ายงบประมาณ

รายงานครั้งที่1	:: 30/10/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- ขออนุมัติโครงการ		
	- ขอความอนุเคราะห์รายชื่อบุคลากร เพื่อจัดทำคำสั่งคณะทำงานฯ (สำนักงานนันทนาการและส่งเสริมการเรียนรู้ และกองการศึกษา)		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 5.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 1) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่2	:: 14/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- แต่งตั้งคณะทำงาน		
	- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 2) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่3	:: 29/11/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน		
	- กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 15.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 3) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่4	:: 12/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- ประชุมวางแผนการปฏิบัติงาน		
	- กำหนดรูปแบบการให้คำปรึกษาด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 20.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 4) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่5	:: 26/12/2562 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก		
	- รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 25.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 5) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่6	:: 14/1/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิก		
	- รับสมัครผู้เข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 ธันวาคม 2562 ? 24 มกราคม 2563		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 30.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 6) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่7	:: 11/2/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...		
	- ประชาสัมพันธ์การรับสมัครสมาชิกเข้าร่วมโครงการฯ ระหว่างวันที่ 23 มกราคม ? 7 กุมภาพันธ์ 2563		
	- เตรียมปฐมนิเทศผู้เข้าร่วมโครงการฯ ในวันพุธที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น)		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 7) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่8	:: 18/3/2563 : หลังการประกาศรับสมัครผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการ และได้ทำการเปิดโครงการออกกำลังกาย เพิ่มพลังชีวิต เมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 16.00 น. ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารทำการ ศูนย์เยาวชนกรุงเทพมหานคร (ไทย-ญี่ปุ่น) โดยมีรองผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว (นายสมบูรณ์ หอมนาน) มาเป็นประธานในพิธีเปิด ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวนทั้งสิ้น 177 คน แบ่งเป็น ดังนี้		
	กลุ่มอ้วน ระดับ 1 จำนวน 43 คน		
	กลุ่มอ้วน ระดับ 2 จำนวน 85 คน		



**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

กลุ่มอ้วน ระดับ 3 จำนวน 49 คน

- ขณะนี้อยู่ระหว่าง ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว เพื่อขอลื่อนการจัดกิจกรรม เนื่องจากศูนย์เยาวชนปิดให้บริการกิจกรรม และปิดศูนย์เยาวชน ตามสถานการณ์ของการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19)

รายงานครั้งที่9 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 8) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
:: 28/4/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจาก...สถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรุนแรง จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้

ขณะนี้อยู่ระหว่างนำเสนอนำเสนอที่ประชุมสำนักงาน ก.ก. เพื่อพิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ
รายงานครั้งที่10 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 9) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

:: 29/5/2563 : ขอชะลอโครงการ เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้แพร่ระบาดไปทั่วโลกอย่างรุนแรง จึงส่งผลกระทบต่อทำให้โครงการไม่สามารถดำเนินการอย่างต่อเนื่องได้ ขณะนี้อยู่ระหว่างสำนักงาน ก.ก. พิจารณาเหตุผลความจำเป็นในการงดจัดโครงการฯ

รายงานครั้งที่11 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 10) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

:: 30/6/2563 : จัดประชุมคณะกรรมการ เมื่อวันที่ 11 มิถุนายน 2563 เวลา 13.00 น. ณ ห้องประชุมอาคารทำการ เพื่อหารือแนวทางและวิธีการในการดำเนินการให้สอดคล้องกับสถานการณ์ และมติที่ประชุมได้มีการกำหนดวางแผนการดำเนินงาน และกำหนดรับสมัครผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ครั้งใหม่) ตั้งแต่วันที่ 15 - 30 มิถุนายน 2563

รายงานครั้งที่12 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 40.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 11) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

:: 17/07/2563 : อยู่ระหว่างดำเนินการโครงการต่อ หลังจากได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 50.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 12) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่13 :: 31/8/2563 : ได้ดำเนินการจัดทำแผนโปรแกรมสุขภาพด้านโภชนาการและการออกกำลังกายให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ นำไปปฏิบัติตามโปรแกรมเรียบร้อยแล้ว โดยครบกำหนดตรวจวัดองค์ประกอบร่างกาย (Inbody) หลังเข้าร่วมโครงการในวันที่ 1 - 3 กันยายน 2563

รายงานครั้งที่14 :: ความก้าวหน้าของงานฯ = 70.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 13) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

:: 10/9/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอนตรวจวัดองค์ประกอบร่างกาย (Inbody) หลังเสร็จสิ้นโปรแกรม
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 85.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 14) = 0 บาท : ไม่เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่15 :: 30/9/2563 : ดำเนินโครงการแล้วเสร็จตามแผนงานที่วางไว้แล้ว สรุปผลการดำเนินงาน

1. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีดัชนีมวลกาย (BMI) เข้าสู่เกณฑ์มาตรฐานมากขึ้น
ค่าเป้าหมายร้อยละ 70
กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 32 คน ดัชนี 23 คน คิดเป็นร้อยละ 71.88
กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 87 คน ดัชนี 61 คน คิดเป็นร้อยละ 70.11
กลุ่มที่อยู่ในภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 52 คน ดัชนี 40 คน คิดเป็นร้อยละ 76.92

2. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีองค์ประกอบร่างกายดีขึ้น ค่าเป้าหมาย ร้อยละ 80
กลุ่มเป้าหมาย 171 คน องค์ประกอบร่างกายดีขึ้น 140 คน คิดเป็นร้อยละ 81.87

3. ร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
ค่าเป้าหมายร้อยละ 100
กลุ่มเป้าหมาย 171 คน มีความรู้เพิ่มขึ้น 171 คน คิดเป็นร้อยละ 100

4. จัดทำคู่มือถอดบทเรียนผลการดำเนินโครงการจำนวน 1 ฉบับ อยู่ระหว่างการดำเนินการจัดทำ
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 100.00 : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 15) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

ขอรับรองว่า ข้อมูลที่ปรากฏในเอกสารฉบับนี้ หน่วยงานได้จัดพิมพ์จากระบบงานจริง เพื่อเป็นหลักฐานไว้ตรวจสอบ

ลงชื่อ.....(ผู้รับผิดชอบโครงการ)
ตำแหน่ง

