



**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

1. ชื่อโครงการและหน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

1.1 รหัสโครงการและชื่อโครงการ

ชื่อโครงการ/กิจกรรม : กิจกรรมส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับดัชนีมวลกายและการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง

รหัสโครงการ... : 23000000-3685

ปีงบประมาณ พ.ศ. : 2564

เริ่มต้นโครงการ : 2020-10-01 00:00:00

งบประมาณที่ได้รับ : 0 บาท

สิ้นสุดโครงการ : 2021-09-30 00:00:00

งบประมาณที่ใช้ไป : 0 บาท

1.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบ

หน่วยงานที่รับผิดชอบ. : สำนักวัฒนธรรม กีฬาและการท่องเที่ยว / กองนโยบายและแผนงาน / กลุ่มงานแผนงานและประเมินผล

ชื่อผู้รับผิดชอบ... : นางสาวอัญชลี ศรีวิเศษ/นางสาวกนกรัตน์ ชลาสินธุ์ โทร. 0 2203 2555 หรือ โทร. 2555 : นายปฏิพัทธ์ เหล็งขวัญยืน โทร.1545

1.3 หลักการและเหตุผล

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

ซึ่งปัญหาเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนและยังขาดแนวทางที่ชัดเจนให้ประชาชนนำไปปฏิบัติ

เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเองให้ห่างไกลจากโรคดังกล่าว

ทั้งนี้ แผนปฏิบัติการราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2563 ได้กำหนดมาตรการประชาสัมพันธ์ให้ชาวกรุงเทพมหานคร ทราบถึงการคำนวณค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index (BMI)) ซึ่งเป็นค่าพื้นฐานที่ใช้บอกอัตราเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ เนื่องจากการมีน้ำหนักเกินหรืออ้วนนั้น

มีความสัมพันธ์กันอย่างมากกับการมีปัญหาสุขภาพ การเกิดโรคเรื้อรัง และการเสียชีวิตก่อนวัยอันควร

ซึ่งผู้ที่มีน้ำหนักเกินหรืออ้วนจะเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาสุขภาพและโรคตามมา จึงได้มีการจัดเก็บค่า BMI

เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการดำเนินการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ประชาชนได้ทราบเกี่ยวกับค่าดัชนีมวลกาย และความรู้ในการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง

1.4 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการดำเนินการจัดกิจกรรมต่างๆ ให้ประชาชน
2. เพื่อให้ประชาชนได้ทราบเกี่ยวกับค่าดัชนีมวลกาย และความรู้ในการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง

1.5 เป้าหมายของโครงการ..

1. จัดเก็บดัชนีมวลกายผู้ที่อายุตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไปที่มาสมัครสมาชิกที่ศูนย์กีฬา/ศูนย์เยาวชน (ร้อยละ 50)
2. จัดทำแผ่นพับ ป้าย หรือสื่ออื่นๆ เพื่อประชาสัมพันธ์ให้ความรู้ค่าดัชนีมวลกาย และวิธีการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง (ร้อยละ 50)

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

ประเด็นยุทธศาสตร์ : ด่านที่ ๑ ? มหานครปลอดภัย : Bangkok as a Safe City

ประเด็นยุทธศาสตร์ย่อย : ๑.๖ - ปลอดภัยคนเมือง อาหารปลอดภัย

เป้าหมายที่ : ๑.๖.๖ คนกรุงเทพฯมีวิถีชีวิตแบบ Active Living Lifestyle

ตัวชี้วัด... : มิติที่1 01. ร้อยละความสำเร็จในการดำเนินการส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับดัชนีมวลกายแก่ประชาชน

2. รายงานความก้าวหน้าของโครงการและการใช้จ่ายงบประมาณ

รายงานครั้งที่1	:: 22/10/2563 : อยู่ระหว่างขั้นตอน...อยู่ระหว่างจัดทำหนังสือประสานแจ้งส่วนราชการเพื่อทำการจัดเก็บข้อมูล		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 1.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 1) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่2	:: 26/11/2563 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม - พฤศจิกายน 2563 จำนวน 3,122 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 1,323 คน คิดเป็นร้อยละ 42.38 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 666 คน คิดเป็นร้อยละ 21.33 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 573 คน คิดเป็นร้อยละ 18.35 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 246 คน คิดเป็นร้อยละ 7.88 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 314 คน คิดเป็นร้อยละ 10.06 ตามลำดับ		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 5.00 % : งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 2) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่3	:: 14/12/2563 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม - พฤศจิกายน 2563 จำนวน 4,408 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 1,877 คน คิดเป็นร้อยละ 42.58 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 967 คน คิดเป็นร้อยละ 21.94 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 810 คน คิดเป็นร้อยละ 18.38 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 334 คน คิดเป็นร้อยละ 7.58 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 420 คน คิดเป็นร้อยละ 9.53 ตามลำดับ		
	:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 10.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 3) = 0 บาท	: เป็นไปตามแผน	: เป็นไปตามเป้าหมาย
รายงานครั้งที่4	:: 05/01/2564 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม - ธันวาคม 2563 จำนวน 6,145 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 2,601 คน คิดเป็นร้อยละ 42.33 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 1,355 คน คิดเป็นร้อยละ 22.05 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 1,166 คน คิดเป็นร้อยละ 18.97 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 471 คน คิดเป็นร้อยละ 7.66 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 552 คน คิดเป็นร้อยละ 8.98 ตามลำดับ		



**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 15.00 %





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 4) = 0 บาท





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

: เป็นไปตามแผน





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

- รายงานครั้งที่5 :: 22/02/2564 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม 2563 - กุมภาพันธ์ 2564 จำนวน 11,452 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 4,835 คน คิดเป็นร้อยละ 42.22 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 2,655 คน คิดเป็นร้อยละ 23.18 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 2,292 คน คิดเป็นร้อยละ 20.01 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 872 คน คิดเป็นร้อยละ 7.61 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 798 คน คิดเป็นร้อยละ 6.97 ตามลำดับ
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 20.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 5) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่6 :: 23/03/2564 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม 2563 - กุมภาพันธ์ 2564 จำนวน 15,750 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 6,621 คน คิดเป็นร้อยละ 42.04 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 3,656 คน คิดเป็นร้อยละ 23.21 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 3,148 คน คิดเป็นร้อยละ 19.99 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 1,211 คน คิดเป็นร้อยละ 7.69 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 1,114 คน คิดเป็นร้อยละ 7.07 ตามลำดับ
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 25.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 6) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่7 :: 20/04/2564 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม 2563 - มีนาคม 2564 จำนวน 19,776 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 8,272 คน คิดเป็นร้อยละ 41.83 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 4,632 คน คิดเป็นร้อยละ 23.42 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 3,970 คน คิดเป็นร้อยละ 20.07 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 1,543 คน คิดเป็นร้อยละ 7.80 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 1,359 คน คิดเป็นร้อยละ 6.87 ตามลำดับ
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 30.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 7) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่8 :: 17/05/2564 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม 2563 - เมษายน 2564 จำนวน 22,111 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 9,272 คน คิดเป็นร้อยละ 41.93 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 5,148 คน คิดเป็นร้อยละ 23.28 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 4,399 คน คิดเป็นร้อยละ 19.90 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 1,707 คน คิดเป็นร้อยละ 7.72 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 1,585 คน คิดเป็นร้อยละ 7.17 ตามลำดับ
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 35.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 8) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่9 :: 14/06/2564 : ดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายของสมาชิกศูนย์เยาวชน และศูนย์กีฬา เดือนตุลาคม 2563 - พฤษภาคม 2564 จำนวน 22,406 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักปกติ จำนวน 9,401 คน คิดเป็นร้อยละ 41.96 รองลงมาคือ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ภาวะอ้วนระดับ 2 จำนวน 5,213 คน คิดเป็นร้อยละ 23.27 ภาวะอ้วนระดับ 1 จำนวน 4,469 คน คิดเป็นร้อยละ 19.95 ภาวะอ้วนระดับ 3 จำนวน 1,718 คน คิดเป็นร้อยละ 7.67 และมีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์น้ำหนักน้อย จำนวน 1,605 คน คิดเป็นร้อยละ 7.16 ตามลำดับ
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 40.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 9) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่10 :: 12/07/2564 : ไม่สามารถดำเนินการจัดเก็บค่าดัชนีมวลกายเพิ่มเติมในเดือนมิถุนายน 2564 ได้ เนื่องจากศูนย์บริการในสังกัดสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว ปิดให้บริการจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19)
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 40.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 10) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่11 :: 17/08/2564 : เนื่องจากสถานการณ์โควิด 19 ทำให้ศูนย์เยาวชน ศูนย์กีฬาในสังกัดสำนักวัฒนธรรม กีฬา และการท่องเที่ยว ปิดให้บริการ และบางแห่งยังใช้เป็นสถานที่ศูนย์พักคอยสำหรับผู้ป่วยโควิด 19 ศูนย์เยาวชนจึงมีการประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย โดยการท่าทีปฏิบัติโอเพ่นแพร่มานทาง facebook ของศูนย์เยาวชนเป็นประจำทุกวัน
:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 50.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 11) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย
- รายงานครั้งที่12 :: 23/09/2564 : การประชาสัมพันธ์เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับค่าดัชนีมวลกาย และการออกกำลังกายอย่างถูกต้องของศูนย์เยาวชน ศูนย์กีฬา โดยในช่วงที่ศูนย์บริการด้านกีฬาและนันทนาการ ปิดให้บริการเนื่องจากสถานการณ์โควิด จึงได้มีการประชาสัมพันธ์เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับค่าดัชนีมวลกาย และการออกกำลังกายอย่างถูกต้อง โดยการจัดทำคลิปสื่อการสอนผ่านทาง Facebook ของศูนย์เยาวชน ศูนย์กีฬา ซึ่งจะขอยกตัวอย่าง ดังนี้
- ศูนย์สร้างสุขทุกวัยบางนา
ประชาสัมพันธ์ความรู้ค่าดัชนีมวลกาย BMI (Body Mass Index) ตาม link นี้
<https://www.facebook.com/bangna.yct/photos/pcb.2937583713146911/2937583586480257/>
- กิจกรรมเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย ตาม link นี้
<https://www.facebook.com/bangna.yct/videos/3123007651266334>
- กิจกรรมว่ายน้ำขั้นพื้นฐาน ตาม link นี้





**** แบบแสดงรายงานความก้าวหน้าและข้อมูลเกี่ยวกับโครงการ ****

<https://www.facebook.com/bangna.yct/videos/386631573092108>

ศูนย์สร้างสุขทุกวัยลุมพินี

ประชาสัมพันธ์ความรู้ค่าดัชนีมวลกาย BMI (Body Mass Index) ตาม link นี้

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=4270293919706067&set=pcb.4270297216372404>

สอนการออกกำลังกายบริเวณหน้าห้อง ตาม link นี้

<https://www.facebook.com/104312174574131/videos/215324510454374>

การสอนออกกำลังกาย แบบเผาผลาญไขมัน ตาม link นี้

<https://www.facebook.com/104312174574131/videos/340114460916159>

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 80.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 12) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

รายงานครั้งที่13 :: 29/09/2564 : การประชาสัมพันธ์เพื่อเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับค่าดัชนีมวลกาย และการออกกำลังกายอย่างถูกต้องของศูนย์กีฬา

ศูนย์กีฬามิตรไมตรี

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=845577229483374&id=100020933141084

ศูนย์กีฬาเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษา

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=388950152795987&id=100050430170891

ศูนย์กีฬาประชาชนิเวศน์

<https://www.facebook.com/211822942217855/posts/4516128178453955/>

:: ความก้าวหน้าของงานฯ = 100.00 % งบประมาณที่เบิกใช้ (ครั้งที่ 13) = 0 บาท : เป็นไปตามแผน : เป็นไปตามเป้าหมาย

ขอรับรองว่า ข้อมูลที่ปรากฏในเอกสารฉบับนี้ หน่วยงานได้จัดพิมพ์จากระบบงานจริง เพื่อเป็นหลักฐานไว้ตรวจสอบ

ลงชื่อ.....(ผู้รับผิดชอบโครงการ)

ตำแหน่ง

.....

