

ชื่อโครงการ จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย
หน่วยงานที่รับผิดชอบ ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตบางกอกน้อย
ปีงบประมาณ ๒๕๖๓

๑. หลักการและเหตุผล

กรุงเทพมหานครให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อปัญหาสุขภาพพลานามัยของประชาชน ทุกเพศ ทุกวัย ซึ่งจากผลการสำรวจสภาวะสุขภาพของประชาชนในชุมชน (ชุมชนแออัด/หมู่บ้าน/ตึกแถว) ด้วยแบบสำรวจครอบครัวโดยศูนย์บริการสาธารณสุข สำนักอามัย กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. ๒๕๕๖ พบว่าโรคประจำตัวที่คนกรุงเทพมหานคร เป็นมากที่สุด คือ โรคความดันโลหิตสูง รองลงมาคือโรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดสมอง โรคไขมันในเลือดสูง โรคหืด และโรคอื่นๆ ตามลำดับ จากสถิติดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า คนกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่มิได้ตระหนักในเรื่องการดูแลสุขภาพเท่าที่ควร จากผลการสำรวจพบว่ามีผู้ป่วยร้อยละ ๓๒.๙๖ ของคนกรุงเทพมหานคร ไม่ออกกำลังกาย

ดังนั้น ในฐานะหน่วยงานที่รับผิดชอบดูแลประชาชนในพื้นที่ จึงมีความตระหนักถึงความจำเป็นและความสำคัญของการออกกำลังกาย ซึ่งการออกกำลังกายเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ประชาชนมีสุขภาพแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ทั้งยังทำให้เกิดการรวมกลุ่มของประชาชน ให้ได้โอกาสพบปะ พูดคุยกัน แลกเปลี่ยนทัศนคติซึ่งกันและกัน ความสามัคคี ร่วมมือกันอันจะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชุมชนต่อไป

สำนักงานเขตบางกอกน้อย จึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในพื้นที่เขตบางกอกน้อย เพื่อให้ประชาชนได้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพพลานามัยของตนเอง ให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และมีสุขภาพดีทั้งกายและจิตใจ

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนในชุมชนให้มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรงปราศจากโรคภัย ตลอดจนมีจิตใจที่แจ่มใส

๒.๒ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย และรู้จักวิธีการออกกำลังกายได้อย่างเหมาะสม

๒.๓ เพื่อให้เกิดความสามัคคีและเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดี โดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสื่อ

๓. เป้าหมาย

จัดกิจกรรมการออกกำลังกายให้แก่ประชาชนในพื้นที่เขตบางกอกน้อย ดำเนินการ ณ ลานกีฬา, ลานอเนกประสงค์หรือสถานที่อื่นที่เหมาะสมในพื้นที่เขตบางกอกน้อย จำนวน ๑๔ แห่ง ทุกวันไม่เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดนักขัตฤกษ์

๔. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการตามภารกิจประจำของหน่วยงานซึ่งดำเนินการต่อเนื่องเป็นประจำทุกปีที่มีความสอดคล้องกับแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ระยะ ๒๐ ปี ระยะที่ ๒ (พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๖๕) ด้านที่ ๑ มหานครปลอดภัย มิติที่ ๑.๖ ปลอดภัยโรคคนเมือง อาหารปลอดภัย เป้าหมายที่ ๑.๖.๖ คนกรุงเทพฯ มีวิถีชีวิตแบบตื่นตัวและกระตือรือร้น เป้าประสงค์ที่ ๑.๖.๖.๑ สนับสนุนให้คนกรุงเทพมหานครมีความกระตือรือร้น

รูปแบบโครงการ เป็นโครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ กิจกรรมเต้นแอโรบิก กิจกรรมไทเก๊กกิจกรรมโยคะ โดยมีวิทยากรฝึกสอนให้มีการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี

๕. ระยะเวลา...

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เดือนตุลาคม ๒๕๖๒ - เดือนกันยายน ๒๕๖๓ แบบไป - กลับ วันละ ๑ ชั่วโมง ไม่เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดนักขัตฤกษ์ จำนวน ๑๘ แห่ง ดังนี้

๑. กิจกรรมเดินแอโรบิก จำนวน ๕ แห่ง
๒. กิจกรรมไทเก๊ก จำนวน ๔ แห่ง
๓. กิจกรรมโยคะ จำนวน ๑ แห่ง



๖. แผนปฏิบัติการ

ขั้นตอนการดำเนินงาน	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓											
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
๑. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ	◀ ▶											
๒. ประสานงานสถานที่จัดกิจกรรม	↔											
๓. ประสานงานวิทยากร	↔											
๔. ประชาสัมพันธ์การจัดกิจกรรม	↔											
๕. ดำเนินการจัดกิจกรรมตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนด	←											→
๖. เบิกจ่ายค่าตอบแทนวิทยากร		←										→
๗. ประเมินผลกิจกรรมเสนอผู้บริหารทราบ												↔

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๓ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นเงิน ๙๖๐,๐๐๐ บาท (เก้าแสนหกหมื่นบาทถ้วน) การเบิกจ่ายเป็นไปตามระเบียบกรุงเทพมหานครว่าด้วยอัตราค่าตอบแทน ค่ารางวัล ค่าเบี้ยเลี้ยง ค่ารับรอง ฯ พ.ศ. ๒๕๓๙ บัญชี ๑ รายการที่ ๔๓

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๓ แผนงานพัฒนาชุมชน งานพัฒนาชุมชน หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นเงิน ๙๖๐,๐๐๐.- บาท (เก้าแสนหกหมื่นบาทถ้วน) การเบิกจ่ายเป็นไปตามระเบียบกรุงเทพมหานครว่าด้วยอัตราค่าตอบแทน ค่ารางวัล ค่าเบี้ยเลี้ยง ค่ารับรอง ฯ พ.ศ. ๒๕๓๙ บัญชี ๑ รายการที่ ๔๓..

โครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย



กิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	กฎหมายระเบียบที่เกี่ยวข้อง
เบิกจ่าย ค่าตอบแทน วิทยากร	ประชาชนใน พื้นที่เขต บางกอกน้อย	- ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๗ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๔ แห่งๆ ละ ๓๐๔ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๔ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๓๐๔ วัน) เป็นเงิน ๓๐๔,๐๐๐.- - ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๖ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๑ แห่งๆ ละ ๒๕๙ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๑ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๒๕๙ วัน) เป็นเงิน ๖๔,๗๕๐.- - ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๕ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๖ แห่งๆ ละ ๒๑๕ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๖ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๒๑๕ วัน) เป็นเงิน ๓๒๒,๕๐๐.- - ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๕ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๑ แห่งๆ ละ ๑๖๑ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๑ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๑๖๑ วัน) เป็นเงิน ๔๐,๒๕๐.- - ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๔ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๑ แห่งๆ ละ ๑๓๕ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๑ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๑๓๕ วัน) เป็นเงิน ๔๓,๗๕๐.- - ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๓ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๔ แห่งๆ ละ ๑๒๙ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๔ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๑๒๙ วัน) เป็นเงิน ๑๒๙,๐๐๐.-	๓๐๔,๐๐๐.- ๖๔,๗๕๐.- ๓๒๒,๕๐๐.- ๔๐,๒๕๐.- ๔๓,๗๕๐.- ๑๒๙,๐๐๐.-	ระเบียบกรุงเทพมหานครว่าด้วยอัตราค่าตอบแทน ค่ารางวัล ค่าเบี้ยเลี้ยง ค่ารับรอง ฯ พ.ศ. ๒๕๓๙ บัญชี ๑ รายการที่ ๔๓

๒๕๐.-

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

ความเสี่ยง	การประเมินความเสี่ยง			แนวทาง การบริหารความเสี่ยง
	โอกาสที่จะเกิด	ผลกระทบ	ระดับของ ความเสี่ยง	
๑. สภาพภูมิอากาศเนื่องจาก สถานที่จัดกิจกรรมหลายแห่ง เป็นที่แจ้ง	๓	๒	ปานกลาง	- เลื่อนเวลาการออกกำลังกาย หรือเปลี่ยนสถานที่
๒. ได้รับงบประมาณในการจัด กิจกรรมไม่ต่อเนื่องทุกปี	๒	๒	ปานกลาง	- ขอจัดสรรในงบประมาณปีถัดไป

๙. ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ประชาชนได้มีโอกาสพบปะ สนทนา แสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน
๙.๒ ทำให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ช่วยลดภาระเรื่องการ
รักษาพยาบาลของผู้ป่วย อีกทั้งช่วยประหยัดงบประมาณของรัฐบาล ก่อให้เกิดผลดีต่อส่วนรวม

๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย	ประเภท ตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/ เครื่องมือในการใช้จัด	ระยะเวลา
- จำนวนครั้งในการ ประชาสัมพันธ์การ ให้บริการกีฬาและ นันทนาการของ กรุงเทพมหานคร ต่อปี	- ประชาสัมพันธ์การ ให้บริการกีฬาและ นันทนาการของ กรุงเทพมหานครไม่ น้อยกว่า ๑๕ ครั้ง/ปี	ระดับผลผลิต	 จำนวนครั้งในการ ประชาสัมพันธ์ สำนักงานประมาณกรุงเทพมหานคร	๑๒ เดือน

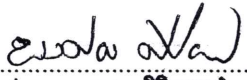
๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

ติดตามความก้าวหน้าเดือนละ ๑ ครั้ง รวมจำนวน ๑๒ ครั้ง/ปี

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

รายงานผลการจัดกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์โดยการรวบรวมข้อมูลภาพถ่ายกิจกรรมให้
ผู้บริหารสำนักงานเขตทราบเป็นประจำทุกเดือน

ลงชื่อ..........ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวเกศจรีน สามักดี)
นักพัฒนาลังคมชำนาญการพิเศษ
หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตบางกอกน้อย

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติโครงการ
(นายพงษ์ศร์ ทิธีธรรม)
ผู้อำนวยการเขตบางกอกน้อย