

ชื่อโครงการ	จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย
หน่วยงานที่รับผิดชอบ	ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม สำนักงานเขตบางกอกน้อย
ปีงบประมาณ	๒๕๖๕

๑. หลักการและเหตุผล

กรุงเทพมหานครให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อปัญหาสุขภาพพลานามัยของประชาชน ทุกเพศ ทุกวัย ซึ่งจากผลการสำรวจสถานะสุขภาพของประชาชนในชุมชน (ชุมชนแออัด/หมู่บ้าน/ตึกแถว) ด้วยแบบสำรวจครอบครัวโดยศูนย์บริการสาธารณสุข สำนักงานมัย กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. ๒๕๕๖ พบว่าโรคประจำตัวที่คนกรุงเทพมหานคร เป็นมากที่สุด คือ โรคความดันโลหิตสูง รองลงมาคือโรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดสมอง โรคไขมันในเลือดสูง โรคหืด และโรคอื่นๆ ตามลำดับ จากสถิติดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า คนกรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ยังไม่ตระหนักในเรื่องการดูแลสุขภาพเท่าที่ควร จากผลการสำรวจพฤติกรรมพบว่าร้อยละ ๓๒.๙๖ ของคนกรุงเทพมหานคร ไม่ออกกำลังกาย

ดังนั้น ในฐานะหน่วยงานที่รับผิดชอบดูแลประชาชนในพื้นที่ จึงเกิดความตระหนักถึงความจำเป็นและความสำคัญของการออกกำลังกาย ซึ่งการออกกำลังกายเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ประชาชนมีสุขภาพแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ทั้งยังทำให้เกิดการรวมกลุ่มของประชาชน ให้ได้โอกาสพบปะ พูดคุยกัน แลกเปลี่ยนทัศนคติ ซึ่งกันและกัน ความสามัคคี ร่วมมือกันอันจะเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชุมชนต่อไป

สำนักงานเขตบางกอกน้อย จึงได้จัดทำโครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในพื้นที่เขตบางกอกน้อย เพื่อให้ประชาชนได้เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย การดูแลรักษาสุขภาพอนามัยของตนเอง 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 ๒๐ แห่ง ทุกวันวันวันหยุดราชการ และวันหยุดนักขัตฤกษ์

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 กิจกรรมไทเก๊ก กิจกรรมโยคะ โดยมีวิทยากรฝึกสอนให้มีการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี

๕. ระยะเวลา...

๕. ระยะเวลาและสถานที่ดำเนินการ

จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๔ - เดือนกันยายน ๒๕๖๕ แบบไป - กลับ
วันละ ๑ ชั่วโมง เว้นวันหยุดราชการและวันหยุดนักขัตฤกษ์ จำนวน ๒๐ แห่ง ดังนี้

๑. กิจกรรมเดินแอโรบิก จำนวน ๑๑ แห่ง
๒. กิจกรรมไทเก๊ก จำนวน ๘ แห่ง
๓. กิจกรรมโยคะ จำนวน ๑ แห่ง

๖. แผนปฏิบัติการ

โครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

หน่วยงาน ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม

ปีงบประมาณ ๒๕๖๕

งบประมาณ ๙๖๐,๐๐๐.-บาท

ขั้นตอนการดำเนินงาน	งบประมาณที่ใช้	ขั้นตอนคิดเป็นร้อยละ	ผลรวมขั้นตอนคิดเป็นร้อยละ	ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕											
				ค.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	-	๑๐	๑๐	↔											
๒. ขออนุมัติเงินประจำงวด	-	๑๐	๒๐	↔											
๓. ประสานงานสถานที่จัดกิจกรรม	-	๑๐	๓๐	↔											
๔. ประสานงานวิทยากร	-	๑๐	๔๐	↔											
๕. ประชาสัมพันธ์การจัดกิจกรรม	-	๑๐	๕๐	↔											
๖. ดำเนินการจัดกิจกรรมตามวัน เวลา และสถานที่ที่กำหนด	-	๓๐	๘๐		←										→
๗. เบิกจ่ายค่าตอบแทนวิทยากร	๙๖๐,๐๐๐	๑๐	๙๐			←									→
๘. ประเมินผลกิจกรรมเสนอผู้บริหารทราบ	-	๑๐	๑๐๐												↔
ผลรวม	๙๖๐,๐๐๐	๑๐๐	๑๐๐												

๗. งบประมาณ

เบิกจ่ายงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๕ งานพัฒนาชุมชนและบริการสังคม
หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย เป็นเงิน ๙๖๐,๐๐๐.- บาท
(เก้าแสนหกหมื่นบาทถ้วน) การเบิกจ่ายเป็นไปตามระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม
พ.ศ. ๒๕๔๑ ข้อ ๑๔ (๙) และ ๑๕ (๒)

โครงการจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย

กิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	กฎหมายระเบียบที่เกี่ยวข้อง
เบิกจ่าย ค่าตอบแทน วิทยากร	ประชาชนใน พื้นที่เขต บางกอกน้อย	- ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๗ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๔ แห่งๆ ละ ๒๘๕ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๔ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๒๘๕ วัน)	๒๘๕,๐๐๐.-	ระเบียบกรุงเทพมหานคร ว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการ ฝึกอบรม พ.ศ. ๒๕๔๑ ข้อ ๑๔ (๙) และ ๑๕ (๒)
		- ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๖ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๑ แห่งๆ ละ ๒๔๔ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๑ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๒๔๔ วัน)	๖๑,๐๐๐.-	
		- ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๕ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๘ แห่งๆ ละ ๒๐๒ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๘ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๒๐๒ วัน)	๔๐๔,๐๐๐	
		- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๔ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๑ แห่งๆ ละ ๑๖๘ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๑ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๑๖๘ วัน)	๔๒,๐๐๐.-	
		- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๓ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๓ แห่งๆ ละ ๑๑๘ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๓ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๑๑๘ วัน)	๘๘,๕๐๐.-	
		- ค่าตอบแทนวิทยากรจำนวน ๓ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๒ แห่งๆ ละ ๑๒๑ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๒ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๑๒๑ วัน)	๖๐,๕๐๐.-	

กิจกรรม	กลุ่มเป้าหมาย	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน	กฎหมายระเบียบที่เกี่ยวข้อง
		- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๒ วัน/สัปดาห์ จำนวน ๑ แห่งๆ ละ ๗๖ วันๆ ละ ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๒๕๐.-บาท (๑ คน x ๒๕๐ บาท x ๑ ชม. x ๗๖ วัน)	๑๙,๐๐๐.-	
		ยอดรวมทั้งหมด	๙๖๐,๐๐๐.-	

๘. ความเสี่ยงของโครงการและแนวทางการบริหารความเสี่ยง

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

๙. ผลประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๙.๑ ประชาชนได้มีโอกาสพบปะ สนทนา แสดงความคิดเห็นแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน

๙.๒ ทำให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ช่วยลดภาระเรื่องการรักษาพยาบาลของผู้ป่วย อีกทั้งช่วยประหยัดงบประมาณของรัฐบาล ก่อให้เกิดผลดีต่อส่วนรวม

๑๐. การติดตามประเมินผล

๑๐.๑ ตัวชี้วัดความสำเร็จ

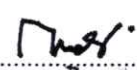
ตัวชี้วัด	คำเป้าหมาย	ประเภทตัวชี้วัด	วิธีการคำนวณ/เครื่องมือในการใช้วัด	ระยะเวลา
- จำนวนครั้งในการประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายฯ ให้บริการกีฬาและนันทนาการของเขตบางกอกน้อยต่อปี	- ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายฯ ให้บริการกีฬาและนันทนาการของเขตบางกอกน้อย ไม่น้อยกว่า ๑๕ ครั้ง/ปี	ระดับผลผลิต	จำนวนครั้งในการประชาสัมพันธ์	๑๒ เดือน

๑๐.๒ การติดตามความก้าวหน้า

ติดตามความก้าวหน้าเดือนละ ๑ ครั้ง รวมจำนวน ๑๒ ครั้ง/ปี

๑๐.๓ การประเมินผลโครงการ

รายงานผลการจัดกิจกรรมและการประชาสัมพันธ์โดยการรวบรวมข้อมูลภาพถ่ายกิจกรรมให้ผู้บริหารสำนักงานเขตทราบเป็นประจำทุกเดือน

ลงชื่อ..... ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวเกศจริน สามภักดี)
นักพัฒนาสังคมชำนาญการพิเศษ
สำนักฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม
สำนักงานเขตบางกอกน้อย

ลงชื่อ..... ผู้อนุมัติโครงการ
(นายชู ห่อเกียรติ)
ผู้ช่วยผู้อำนวยการเขตบางกอกน้อย
รักษาราชการแทนผู้อำนวยการเขตบางกอกน้อย