

กิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖
ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น อำเภอเมืองนครปฐม จังหวัดนครปฐม

หลักเกณฑ์และเหตุผล

องค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น ได้เล็งเห็นความสำคัญของการออกกำลังกายของผู้บริหารและพนักงาน
องค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น บางคนมองข้ามการออกกำลังกาย บางคนอ้างไม่มีเวลา จึงเป็นเหตุให้สุขภาพอ่อนแอ
ลงและประสบปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ ตามมา

ดังนั้น สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น จึงได้จัดโครงการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ โดยมี
กิจกรรมการเดินแอโรบิก เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดความตระหนักและตื่นตัวเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย
เป็นอย่างยิ่ง เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และยังช่วยให้ร่างกายแข็งแรง เสริมสร้างความสามัคคี และที่สำคัญ
การออกกำลังกายยังลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่าง ๆ อีกด้วย

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้บุคลากรมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง โดยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ
๒. เพื่อลดภาวะการณเกิดโรคต่าง ๆ
๓. เพื่อให้บุคคลกรได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
๔. เพื่อส่งเสริมความสามัคคีแก่หมู่คณะ

เป้าหมาย

คณะผู้บริหาร สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น พนักงานส่วนตำบล และพนักงานจ้าง อบต.วังเย็น

วิธีดำเนินการ

๑. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ
๒. ประชาสัมพันธ์ เชิญชวนผู้ที่สนใจเข้าร่วมโครงการ
๓. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ และผู้นำการออกกำลังกาย
๔. ดำเนินการตามโครงการฯ เป็นประจำทุกวันพุธ เวลา ๑๖.๓๐ - ๑๗.๓๐ น.
๕. สรุปและรายงานผลการดำเนินงาน

สถานที่ดำเนินการ

ลานเอนกประสงค์องค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น อำเภอเมืองนครปฐม จังหวัดนครปฐม

ระยะเวลาดำเนินการ

๖ มิถุนายน ๒๕๖๖ - ๓๐ กันยายน ๒๕๖๖

งบประมาณ

ไม่ใช้งบประมาณ

ผู้รับผิดชอบโครงการ

สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น

/ผลที่คาดว่าจะได้รับ...

ผู้เสนอโครงการ

ส.ต.อ.หญิง



(พัทธ์ณภัสส์ ผลวัฒน์นะ)
หัวหน้าสำนักปลัด

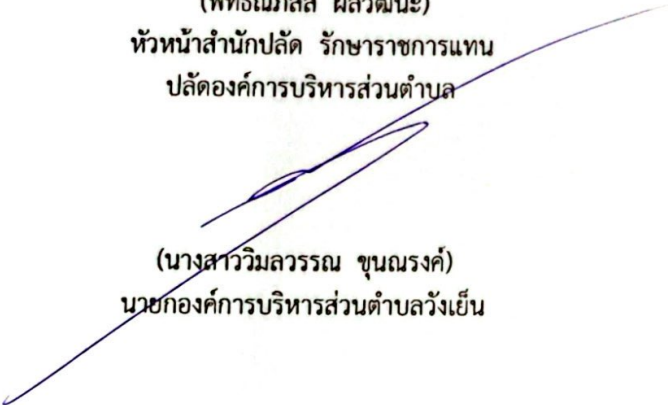
ผู้เห็นชอบโครงการ

ส.ต.อ.หญิง



(พัทธ์ณภัสส์ ผลวัฒน์นะ)
หัวหน้าสำนักปลัด รักษาราชการแทน
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

ผู้อนุมัติโครงการ



(นางสาววิมลวรรณ ขุนณรงค์)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น

ตารางเดินออโรบิคทุกวันพุธ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

ประจำเดือน	วันที่	เวลา	หมายเหตุ
มิถุนายน ๒๕๖๖	๗,๑๔,๒๑,๒๘	๑๖.๓๐ น. - ๑๗.๓๐ น.	
กรกฎาคม ๒๕๖๖	๕,๑๒,๑๙,๒๖	๑๖.๓๐ น. - ๑๗.๓๐ น.	
สิงหาคม ๒๕๖๖	๒,๙,๑๖,๒๓,๓๐	๑๖.๓๐ น. - ๑๗.๓๐ น.	
กันยายน ๒๕๖๖	๖,๑๓,๒๐,๒๗	๑๖.๓๐ น. - ๑๗.๓๐ น.	

รูปภาพกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖
ขององค์การบริหารส่วนตำบลวังเย็น อำเภอเมืองนครปฐม จังหวัดนครปฐม



