



# กิจกรรมออกกำลังกาย (ยืดเหยียด)

กรมอนามัย  
สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์

สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์

ตามที่สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้ดำเนินโครงการการพัฒนาองค์กรแห่งความสุข บุคลากรสุขภาพดี สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 จึงทำให้ไม่สามารถรวมกลุ่มทำกิจกรรม ออกกำลังกายได้ สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้ติดตามการออกกำลังกายของเจ้าหน้าที่ ในสำนักฯ โดยการให้ส่งผลการออกกำลังกายโดยใช้ Application ก้าวท้าใจ Season 3 ในการส่งผลการออกกำลังกาย ครั้งที่ ๑ ประจำเดือนเมษายน ๒๕๖๔

The image displays 12 screenshots of the 'ก้าวท้าใจ Season 3' (Walk Challenge Season 3) mobile application. Each screenshot shows a user's profile and their progress in a 100-day challenge. The data for each user is as follows:

Row	Column	User Name	Progress (Steps)	Remaining Steps	Health Point	BMI	BMI Status
1	1	ปิรพีลา	44680	56	25	22.86	ปกติ
1	2	ปิรพีลา	41410	59	99	159.54	ปกติ
1	3	จาริณี จันทร์สำ	44028	57	10	22.92	ปกติ
1	4	วราภรณ์ สอนง่า	43750	57	10	138.4	ปกติ
2	1	ปิรพีลา	1385685	615	17	23.44	น้ำหนักเกิน
2	2	ปิรพีลา	41410	59	99	21.66	ปกติ
2	3	นฤทตา สมพงษ์	41473	57	57	114.03	ปกติ
2	4	วราภรณ์ สอนง่า	43750	57	10	7,851	ปกติ
3	1	ปิรพีลา	231490	760	130	45.09	ปกติ
3	2	ปิรพีลา	42440	58	35	21.66	ปกติ
3	3	นฤทตา สมพงษ์	41473	57	57	114.03	ปกติ
3	4	วราภรณ์ สอนง่า	43750	57	10	7,851	ปกติ
4	1	ปิรพีลา	1385685	615	17	23.44	น้ำหนักเกิน
4	2	ปิรพีลา	42440	58	35	21.66	ปกติ
4	3	นฤทตา สมพงษ์	41473	57	57	114.03	ปกติ
4	4	วราภรณ์ สอนง่า	43750	57	10	7,851	ปกติ