

## สารบัญ

หัวข้อ	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	i
บทคัดย่อ	ii
บทที่ 1 บทนำ	1
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม	5
บทที่ 3 วัสดุ และวิธีการ	13
บทที่ 4 ผลการศึกษา	29
- การดำเนินงานเพื่อการพัฒนาหลักสูตรสำหรับการฝึกอบรมความรู้ด้านการออกกำลังกาย	29
- ผลการดำเนินงานพัฒนาศูนย์กลางการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนเป้าหมาย	65
- ผลการศึกษาในระยะที่ ๒: ระยะนำผลการพัฒนารูปแบบไปปรับใช้	117
- การจัดตั้งศูนย์กลางการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุในตำบลบัวงามอำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี	142
- ผลการดำเนินงานพัฒนาศูนย์กลางการส่งเสริมการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนเป้าหมาย ระยะที่ 2	142
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา	175
เอกสารอ้างอิง	189
ภาคผนวก	
1 ตารางเปรียบเทียบผลการดำเนินงาน	191
2 ข้อมูลสำหรับประชากรตัวอย่างหรือผู้มีส่วนร่วมในการวิจัย	201
3 แบบสัมภาษณ์ภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ	204
4 จำนวนประชากรผู้สูงอายุในเขตบางคอแหลม	208
5 รายชื่อชุมชนในเขตบางคอแหลม	209
6 ลานกีฬาในพื้นที่เขตบางคอแหลม	211
7 ประเด็นในการประชุมกลุ่ม	212
การรายงานผลการดำเนินงาน	213
สรุปรายงานการเงิน (งบประมาณรวม) ปีที่ 1 – ปีที่ 3	214
สรุปรายงานการเงิน (งบดำเนินการ) ปีที่ 1 – ปีที่ 3	215