



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ... กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ โทร. ๐๔๒-๒๑๙๙๓๕

ที่... อต.๗๓๘๑๑/๕๒

วันที่... ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๗

เรื่อง... ขอรายงานผลการดำเนินโครงการเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย สุขภาพใจ ในวัยสูงอายุ ปี ๒๕๖๗

เรียน ประธานบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

อ้างถึง ตามที่กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเขื่อนน้ำ ได้จัดสรรงบประมาณไว้สำหรับไว้เป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินกิจกรรมกองทุน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ตามระเบียบของกองทุนและประกาศของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ นั้น

ข้อเท็จจริง กองสวัสดิการสังคมฯ ได้รับอนุมัติจัดสรรงบประมาณสนับสนุนจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเขื่อนน้ำ เพื่อใช้ในการดำเนินการโครงการเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย สุขภาพใจ ในวัยสูงอายุ ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ขึ้น โดยโครงการมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมความรู้ เตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุ ในเรื่องป้องกันและฟื้นฟูสุขภาพตนเอง เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีศักยภาพในการส่งเสริมสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน มีการเฝ้าระวังและป้องกันสุขภาพ หรือมีการสนับสนุนให้มีการรวมกลุ่มในผู้สูงอายุ อย่างมีแนวทางที่ชัดเจน ให้มีการพบปะสังสรรค์แลกเปลี่ยนความรู้ และช่วยเหลือกันและกันในด้านสุขภาพอนามัย และได้มีการพบปะ และสนทนากับคนวัยเดียวกัน ตลอดจนการออกกำลังกายโดยใช้กิจกรรมต่างๆ มาเป็นการเชื่อมคนในชุมชนให้สามารถดำรงอยู่ในชุมชน อย่างมีคุณภาพที่เหมาะสมต่อไป โดยได้ดำเนินโครงการในวัน พุธ ที่ ๒๒ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๖๗

บัดนี้โครงการดังกล่าวได้ดำเนินการเสร็จสิ้นตามวัตถุประสงค์เรียบร้อยแล้ว จึงขอส่งรายงานการดำเนินโครงการ ดังมีรายละเอียดตามเอกสารที่แนบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

พันจัตริ

(ชำนาญ ทวีทรัพย์)

นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ

ความเห็น ผอ.กอง ฯ นันทิยา วัฒน

(ลงชื่อ) จ.ส.ต.

(เมธี ไตรผักแว่น)

ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

ความเห็น ปลัด อบต.

(ลงชื่อ)

(นายพุทธรัตน์ พวงสมบัติ)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

ความเห็น รอง นายก ฯ

(ลงชื่อ)

(นายบารมี อิทธิสมบัติ)

รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

- ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

(ลงชื่อ)

(นายทวน ช่างแคน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

โครงการเสริมสร้างสุขภาพกาย สุขภาพใจ ในวัยผู้สูงอายุ

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗

องค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อน้ำ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

๑. หลักการและเหตุผล

คุณภาพชีวิตเป็นเป้าหมายหลักของสังคม คือ ประชาชนมีสุขภาพอนามัยดีทั้งร่างกายและจิตใจ ทุกเพศ ทุกวัย จากการศึกษาข้อมูลพบว่าประชากรผู้สูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทั้งด้านปริมาณและสัดส่วนต่อประชากร จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ ๑๓ (พ.ศ. ๒๕๖๖ - ๒๕๗๐) กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดนโยบายให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรงตามวัย ขยายโอกาสดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ทุกฝ่ายจะต้องร่วมมืออย่างจริงจังและต่อเนื่อง ในการเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุทุกคนตลอดจนบุคคลในครอบครัวและชุมชน เนื่องจากจำนวนและสัดส่วนประชากรสูงอายุมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นเช่นนี้ เนื่องมาจากการพัฒนาด้านสาธารณสุขและทางการแพทย์ ทำให้อัตราการตายลดลง ผู้สูงอายุจึงมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น แต่ผู้สูงอายุก็ยังได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย รวมทั้งผลของโรคเรื้อรังหรืออุบัติเหตุ จึงนำไปสู่ความถดถอยของร่างกาย เกิดภาวะพึ่งพา ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือช่วยเหลือตนเองได้น้อย หรืออาจมีอาการสมองเสื่อม ทำให้ต้องอาศัยพึ่งพาเป็นภาระแก่ผู้ดูแล เกิดภาวะทุพพลภาพในที่สุด สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข ผู้สูงอายุจึงควรให้ความสนใจดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรง มีคุณภาพชีวิตที่ดี ป้องกันการเกิดโรคต่าง ๆ รวมทั้งฟื้นฟูสุขภาพเมื่อมีภาวะของโรค และควบคุมให้ภาวะของโรคเหล่านั้นมีอาการคงที่ ไม่กำเริบรุนแรงหรือเสื่อมถอยมากกว่าเดิม จะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า สามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคม และมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต

ฉะนั้น ผู้สูงอายุควรต้องได้รับความรู้ในเรื่อง การรับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพปากและฟัน การป้องกันอุบัติเหตุเหล่านี้เป็นต้น เพื่อที่จะสามารถดูแลสุขภาพร่างกายของตนเองได้ ทำให้เกิดปัญหาได้น้อยที่สุด และส่งผลให้จิตใจสดชื่น แจ่มใส

๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อให้ผู้สูงอายุ เข้าถึงบริการสุขภาพโดยได้รับการตรวจประเมินภาวะสุขภาพ และสามารถดูแลตนเองได้ทั้งทางร่างกายและจิตใจ

๒.๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุ ได้รับความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและแก้ปัญหาด้านสุขภาพด้วยตนเอง

๒.๓ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ทั้งด้าน โภชนาการ การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ

๒.๔ เพื่อเป็นการสร้างขวัญ และกำลังใจให้ผู้สูงอายุมีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงเพื่อดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า

๒.๕ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงศักยภาพในส่งเสริมสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน

๒.๖ เพื่อเป็นการสร้างความรัก ความสามัคคี ระหว่างกันในกลุ่มอย่างกว้างขวาง

๓. เป้าหมาย

ผู้สูงอายุในตำบลเขื่อน้ำ

จำนวน ๑๐๐ คน

๔. วิธีดำเนินงาน

- ประชุมคณะทำงาน และชมรมผู้สูงอายุตำบลเขื่อนน้ำ
- เขียนโครงการ / เสนอโครงการ/ ขออนุมัติโครงการ
- ติดต่อประสานงานผู้เข้าร่วมโครงการ ผู้ที่เกี่ยวข้องและกลุ่มเป้าหมาย
- ดำเนินงานตามโครงการ
- ประเมินผล / สรุปผลการดำเนินงาน

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ ๒๒ เดือนสิงหาคม พ.ศ.๒๕๖๗ (วัน เดือน ที่จัดการอบรมอาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม)

๖. สถานที่ดำเนินการ

- ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

๗. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลเขื่อนน้ำ จำนวน ๒๒,๒๐๐.- บาท รายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๐๐ คน x ๘๐ บาท x ๑ มื้อ เป็นเงิน ๘,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารว่าง จำนวน ๑๐๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
- ค่าอุปกรณ์ประกอบการฝึกอบรม (สมุด,ปากกา,แฟ้มใส่เอกสาร) เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท
- ค่าเอกสารประกอบการอบรม จำนวน ๑๐๐ เล่มๆละ ๓๐ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท
- ค่าป้ายโครงการ ฯ จำนวน ๑ ผืน (ขนาด ๑.๕ x ๓ เมตร) เป็นเงิน ๖๐๐ บาท
- ค่าวิทยากร จำนวน ๖ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๒,๒๐๐.- (สองหมื่นสองพันสามร้อยบาทถ้วน)

หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถเฉลี่ยจ่ายกันได้

๘. การประเมินผล

- ๗.๑ ผู้สูงอายุมีสุขภาพอนามัยที่พึงประสงค์ สามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้
- ๗.๒ ผู้สูงอายุมีความรู้ เจตคติ และทักษะการปฏิบัติตนในการดูแลสุขภาพของตนเอง
- ๗.๓ มีชมรมเครือข่ายผู้สูงอายุในพื้นที่แบบยั่งยืนและมีกิจกรรมต่อเนื่อง

๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ทั้งด้านโภชนาการ การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ
๒. สร้างขวัญ และกำลังใจให้ผู้สูงอายุที่มีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงเพื่อดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า
๓. ผู้สูงอายุได้แสดงศักยภาพในส่งเสริมสุขภาพตนเอง ครอบครัวและชุมชน ได้อย่างดีและเหมาะสม
๔. สร้างความรัก ความสามัคคี ระหว่างกันชุมชนอย่างกว้างขวาง

๑๑. ผู้เขียน/เสนอโครงการ

(ลงชื่อ) พันจ่าตรี

(ชำนาญ ทวีทรัพย์)

ตำแหน่ง นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ

๑๒. ผู้เห็นชอบโครงการ

ความเห็นผู้อำนวยการกอง ฯ.....

(ลงชื่อ) จ.ส.ต.

(เมธี ไตรผักแว่น)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

ความเห็น ปลัด ฯ.....

(ลงชื่อ)

(นาย พุทธิรัตน์ พวงสมบัติ)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

ความเห็น รอง นายก ฯ.....

(ลงชื่อ)

(นาย บารมี อินทรสมบัติ)

รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

๑๓. ผู้อนุมัติโครงการ

ผลการพิจารณา



อนุมัติ



ไม่อนุมัติ เพราะ.....

(ลงชื่อ)

(นายทวน ช่างแคน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อนน้ำ

ตารางการฝึกอบรมโครงการเสริมสร้างสุขภาพกาย สุขภาพใจในวัยผู้สูงอายุ ปี ๒๕๖๗

องค์การบริหารส่วนตำบลเขื่อน้ำ อำเภอบ้านฝาง จังหวัดอุดรธานี

วัน / เวลา	กิจกรรม
วันที่ ๒๒ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๖๗	
เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๘.๔๕ น.	ลงทะเบียนผู้เข้ารับการอบรม
เวลา ๐๘.๔๕ - ๐๙.๐๐ น.	พิธีเปิดการอบรมโครงการส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพใจในวัยผู้สูงอายุ ปี ๒๕๖๗
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.	ฟังบรรยาย การดูแลสุขภาพของวัยผู้สูงอายุ (โดย วิทยากรจาก รพ.สต.บ้านเทื่อม)
เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๑๕ น.	พักเบรก
เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๑๕ น.	ฟังบรรยาย ส่งเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจในวัยผู้สูงอายุ (โดย วิทยากรจาก รพ.สต.บ้านเทื่อม)
เวลา ๑๒.๑๕ - ๑๓.๐๐ น.	พักกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.	บรรยาย เรื่อง รู้เท่าทันโรคในผู้สูงอายุ (โดย วิทยากรจาก รพ.สต.บ้านเทื่อม)
เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๔.๑๕ น.	การฝึกกิจกรรมนันทนาการเพื่อผู้สูงอายุ
เวลา ๑๔.๑๕ - ๑๔.๑๕ น.	พักเบรก
เวลา ๑๔.๑๕ - ๑๖.๑๕ น.	บรรยาย การส่งเสริมสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพจิต การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารสำหรับผู้สูงอายุ
เวลา ๑๖.๒๐ น.	สรุปเนื้อหาการอบรม ปิดการอบรม

หมายเหตุ หัวข้อการอบรม กิจกรรม และเวลา อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

พ.จ.ต.

(ชำนาญ ทวีทรัพย์)

นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ





