

**แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งค่าย  
อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง**

ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประจำปี ๒๕๖๕
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งค่าย
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗ (๑)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗ (๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗ (๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗ (๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗ (๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร ชมรม ผู้สูงอายุ รพ.สต.บ้านควนเคี่ยม กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑. นายโรจน์ ทองรอด ๒. นางรุจภา ภาคเพิ่ม ๓. นายเชือบ คงสิน ๔. นางหยิ่ง ชมภูผล ๕. นายพิน หนูผัน
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่ ๑๗ เดือน ธันวาคม พ.ศ.๒๕๖๔ ถึง วันที่ ๓๐ เดือน กันยายน พ.ศ.๒๕๖๕
งบประมาณ	จำนวน ๑๙,๖๕๐ บาท (หนึ่งหมื่นเก้าพันหกร้อยห้าสิบบาทถ้วน )

## หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ผู้สูงอายุเป็นประชากรกลุ่มใหญ่กลุ่มหนึ่งของประเทศ ด้วยความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุขทำให้ประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเป็นลำดับ จากภาวะนี้ทำให้เกิดความตื่นตัวและเตรียมการเพื่อรองรับ และให้การดูแลประชากรกลุ่มนี้มากขึ้น การดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนับว่าเป็นภารกิจที่สำคัญสำหรับครอบครัว ชุมชน และสังคมโดยรวม เพื่อให้เกิดการดูแลเอาใจใส่แก่ผู้สูงอายุ ซึ่งนับว่าเป็นผู้ที่ทำคุณประโยชน์แก่ครอบครัว ชุมชน และสังคมมาก่อน

ดังนั้น ชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านควนเคี่ยม ในฐานะกลุ่มองค์กรที่ทำงานด้านผู้สูงอายุ จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประจำปี ๒๕๖๕

## วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

๑. จัดทำโครงการเพื่อเสนอขอพิจารณาอนุมัติ
๒. สํารวจกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ และ จำแนกประเภท โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน
๓. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพ หลัก ๖ อ. แก่กลุ่มเป้าหมาย มีเนื้อหา ดังนี้
  - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับดอกไม้ ๗ สี
  - อาหาร, การดูแลเรื่องสุขภาพในช่องปาก
  - การฝึกทักษะออกกำลังกายด้วยวิธีต่างๆที่ถูกต้อง เช่น การยืดเหยียด รำไม้พลอง ฯลฯ
  - การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด การเข้าหาธรรมชาติหรือศาสนา
  - อนามัยสิ่งแวดล้อม สภาพแวดล้อมในบ้านที่ดีเอื้อต่อการมีสุขภาพผู้สูงอายุ
  - อบายมุข การละลดเลิกบุหรี และแอลกอฮอล์
๔. ผู้สูงอายุได้รับการตรวจประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น เช่น ชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต ประเมินภาวะสุขภาพกายและจิตโดยบุคลากรสาธารณสุข อสม.และกลุ่มจิตอาสาดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ
๕. เยี่ยมผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพอย่างน้อยคนละ ๑ ครั้ง
๖. สรุปผลการดำเนินงาน

## ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการปฏิบัติตนให้อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข
๒. ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ทางด้านโภชนาการ การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย และจิตใจ
๓. สร้างขวัญและกำลังใจให้ผู้สูงอายุมีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงเพื่อดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า
๔. สังคมเกิดความตระหนักในการใส่ใจดูแลผู้สูงอายุ

## กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม หมู่บ้านละ ๒๐ คน จำนวน ๖ หมู่บ้าน รวมจำนวน ๑๒๐ คน

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
๑. เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการปฏิบัติตนให้อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข	ตัวชี้วัดความสำเร็จ : ผู้สูงอายุ ร้อยละ ๘๐ ที่ผ่านการอบรมเกิดความตระหนักถึงการให้ ความสำคัญการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง และเกิดเครือข่ายการดูแลผู้สูงอายุด้วยกันเอง
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการดูแลตนเองตามรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวอย่างต่อเนื่อง	ตัวชี้วัดความสำเร็จ : ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองตามรูปแบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาวได้อย่างต่อเนื่อง
๓. เป็นการสร้างขวัญ และกำลังใจให้ผู้สูงอายุมีทัศนคติที่ดีต่อการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงเพื่อดำรงอยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่า	ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น

#### กิจกรรมหลัก และกิจกรรมย่อย

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑. จัดอบรมให้ความรู้แก่ ผู้สูงอายุ หมู่บ้านละ ๒๐ คน จำนวน ๖ หมู่บ้าน รวม ๑๒๐ คน	จำนวนเงิน ๑๙,๖๕๐ บาท	
- แบ่งการอบรม เป็น ๒ รุ่นๆละ ๖๐ คน	๑. ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่มและอาหารกลางวัน จำนวน ๑๒๐ คนๆละ ๑๒๐ บาท เป็นเงิน ๑๔,๔๐๐ บาท ๒. ค่าวิทยากร จำนวน ๒ วันๆ ๔ ชม.ๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๔,๘๐๐ บาท ๓. ค่าไวเนลประชาสัมพันธ์ โครงการ จำนวน ๑ ผืน เป็นเงิน ๔๕๐ บาท	ธ.ค. ๖๔ - ก.ย.๖๕
	รวมเป็นเงิน ๑๙,๖๕๐ บาท	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗

ข้อ ๗) ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗ (๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗ (๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗ (๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗ (๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗ (๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน..... 120
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....

- ๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

- ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....
- ๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
  - ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
  - ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายโรจน์ ทองรอด)

ตำแหน่ง ประธาน ชมรมผู้สูงอายุ รพ.สต.บ้านควนเคี่ยม

วันที่ ๑๗ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๔