

## แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครตรัง

รหัสโครงการ	๒๕๖๖-L๖๘๙๖-๐๑-๐๒
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ในเขตเทศบาลนครตรัง ปี ๒๕๖๖
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครตรัง
	<input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/ สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐(๑)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่ม หรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบ โครงการ	<input checked="" type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของ เทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กอง การศึกษาฯ <input type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กรโรงพยาบาลตรัง
วันอนุมัติ	๑๙ ธันวาคม ๒๕๖๕
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๑ เดือนมกราคม พ.ศ. ๒๕๖๖ ถึงวันที่ ๓๐ เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๖
งบประมาณ	รวมเป็นเงิน ๑๑๐,๔๔๐ บาท (หนึ่งแสนหนึ่งหมื่นสี่ร้อยสี่สิบบาทถ้วน)
กลุ่มเป้าหมาย	กิจกรรมที่ ๑ อสม./แกนนำ จำนวน ๒๖๐ คน เจ้าหน้าที่ จำนวน ๘ คน รวม ๒๖๘ คน กิจกรรมที่ ๒ ผู้สูงอายุ/แกนนำ จำนวน ๕๐ คน เจ้าหน้าที่จำนวน ๑๐ คน รวม ๖๐ คน กิจกรรมที่ ๓ ผู้สูงอายุ/แกนนำ จำนวน ๓๐๐ คน เจ้าหน้าที่จำนวน ๘ คน รวม ๓๐๘ คน

## หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ในเขตเทศบาลนครตรัง มีประชากรทั้งสิ้น ๖๐,๓๕๒ คน มีผู้สูงอายุทั้งสิ้น ๑๐,๑๒๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๖.๗๗ ซึ่งนับว่าเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ จึงเป็นสิ่งที่จะต้องให้ความสำคัญยิ่ง การดูแลส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องชัดเจน เป็นรูปธรรมนั้นสำคัญ คือ ผู้สูงอายุต้องไม่มีหกล้มจากการเดิน, การเคลื่อนไหวที่ผิดปกติ, สามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเองได้ตามสภาพบริบท, มีสุขภาพช่องปากที่ดี ไม่เกิดภาวะขาดสารอาหาร มีสุขภาพระหว่างการมองเห็นและการได้ยินที่ดี, สามารถกลับปัสสาวะได้ ไม่เกิดความถดถอยของความคิดความจำ และสุขภาพจิตที่ดี ไม่ซึมเศร้าและจากการดำเนินงาน ปี ๒๕๖๕ ได้นำร่องการดำเนินการเฝ้าระวังผู้สูงอายุทั้งสิ้น ๑๐๐ คน โดยการคัดกรองความถดถอย ๙ และได้ให้การดูแลช่วยเหลือพร้อมทั้งติดตามประเมินซ้ำด้านซึ่งได้ทำการติดตามประเมินผลทั้งสิ้นจำนวน ๓ ครั้ง พบว่า ผู้สูงอายุ มีความถดถอยด้านการเคลื่อนไหวจำนวน ๗๒ คน แยก ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๓๓ ด้านการขาดสารอาหาร จำนวน ๒๐ คน ดีขึ้น ๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๐.๐๐ ด้านการมองเห็นจำนวน ๖๒ คน ดีขึ้น ๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๓.๒๒ ด้านการได้ยินจำนวน ๔๖ คน ดีขึ้น ๑๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๗๔ ด้านภาวะซึมเศร้าจำนวน ๑๖ คน ดีขึ้น ๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๓.๗๕ ด้านการกลับปัสสาวะจำนวน ๔๔ คน ดีขึ้น ๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๘.๑๘ ด้านการประเมินกิจวัตรประจำวัน(ADL)จำนวน ๔๖ คน แยก ๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๓๕ ด้านช่องปากจำนวน ๗๐ คน ดีขึ้น ๑๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐ และด้านความคิดความจำจำนวน ๖ คน แยก ๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๓๔

ภารกิจด้านบริการปฐมภูมิ โรงพยาบาลตรัง ได้เล็งเห็นความสำคัญของการสร้างเสริมสุขภาพดังกล่าวที่ควรจะต้องต่อเนื่อง พร้อมทั้งดูแลติดตามเฝ้าระวังผู้สูงอายุทั้งเขตเทศบาลนครตรัง จึงได้จัด "โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเขตเทศบาลนครตรังปี ๒๕๖๖" ขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลส่งเสริมสุขภาพและมีสุขภาพชีวิตที่ดีขึ้น

## วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

### ขั้นเตรียมการ

๑. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้เกี่ยวข้อง ให้ทราบวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานตามโครงการฯ
๒. สสำรวจข้อมูลผู้สูงอายุ ที่มีความประสงค์ที่จะเข้าร่วมพร้อมให้การติดตามตลอดโครงการ
๓. เขียนโครงการและเสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ

### ขั้นดำเนินงาน

๑. สำรอง เตรียมเอกสารและเชิญกลุ่มเป้าหมาย
๒. จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ในการใช้แบบประเมินคัดกรองภาวะถดถอย
๓. อสม. ดำเนินการประเมินคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุในเขตรับผิดชอบ
๔. พยาบาลประจำชุมชน/ผู้รับผิดชอบประจำชุมชนดำเนินการรวบรวมข้อมูลการประเมินและทำการประเมินเชิงลึก
๕. สรุปพร้อมวิเคราะห์แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุเป็นกลุ่มปกติ, กลุ่มเสี่ยงและเสี่ยงสูง/ป่วย
๖. ให้การดูแลส่งเสริม, ป้องกันและฟื้นฟูสุขภาพผู้สูงอายุตามกลุ่ม และส่งพบแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวกรณีเสี่ยงเรื้อรังหรือป่วย
๗. ติดตามดูแลโดย อสม. / พยาบาลชุมชน ในการดูแลส่งเสริม ป้องกัน ฟื้นฟู รักษา ทุก ๑,๓ เดือน เพื่อวิเคราะห์ติดตามดูแลการเปลี่ยนแปลง
๘. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันเพื่อถอดบทเรียนจุดเด่นและโอกาสในการพัฒนาร่วมกันโดยนพ.เวชศาสตร์ครอบครัว, อสม. , พยาบาลชุมชนและผู้สูงอายุ
๙. สรุปผลการดำเนินงาน

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

๑. ผู้สูงอายุ ได้รับการคัดกรองประเมินสุขภาพแบบถดถอยสุขภาพ ๙ ด้าน
๒. ผู้สูงอายุที่มีภาวะถดถอยด้วยการเคลื่อนไหวเพียงด้านเดียว(นำร่อง) ไม่มีภาวะหกล้ม
๓. ผู้สูงอายุทุกคนที่มีภาวะถดถอยด้านสุขภาพได้รับการดูแล(คลินิกผู้สูงอายุ)ได้รับการดูแลจากแพทย์เวชศาสตร์ทุกคน

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<b>วัตถุประสงค์โดยตรง</b>	
<b>วัตถุประสงค์</b> <b>ข้อที่ ๑</b> ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรองประเมินสุขภาพแบบถดถอยสุขภาพ ๙ ด้าน <b>ข้อที่ ๒</b> เพื่อให้ผู้สูงอายุ ที่มีภาวะถดถอยด้านการเคลื่อนไหวเพียงด้านเดียว (นำร่อง)ไม่มีภาวะหกล้ม <b>ข้อที่ ๓</b> เพื่อให้ผู้สูงอายุทุกคนที่มีภาวะถดถอยอย่างเร่งด่วนได้รับการดูแลจากแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว	<b>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</b> - ร้อยละ ๖๐ ของผู้สูงอายุ ได้รับการคัดกรองประเมินสุขภาพแบบถดถอยสุขภาพ ๙ ด้าน - ร้อยละ ๗๐ ของผู้สูงอายุ ที่เข้าร่วมเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่มีภาวะถดถอยทางการเคลื่อนไหว (นำร่อง) ไม่มีภาวะหกล้ม - ร้อยละ ๑๐๐ ของผู้สูงอายุที่มีภาวะถดถอยด้านสุขภาพได้รับการดูแลในคลินิกผู้สูงอายุและได้รับการดูแลจากแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย**

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
๑. อบรมให้ความรู้การใช้แบบประเมินคัดกรองส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ แก่ อสม./แกนนำ	-ค่าอาหารว่าง - เครื่องดื่มสำหรับผู้รับการอบรม จำนวน ๒๖๐ คน และคณะทำงาน ๘ คน รวม ๒๖๘ คนละ๓๐ บาท จำนวน ๒ มื้อ เป็นเงิน ๑๖,๐๘๐บาท / -ค่าอาหารกลางวัน สำหรับผู้รับการอบรมจำนวน ๒๖๐ คน และคณะทำงาน ๘ คน รวม ๒๖๘ คน คนละ ๘๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๒๑,๔๔๐ บาท -ค่าป้ายประชาสัมพันธ์(ไวเนล) ขนาด ๓.๗๕ ตรม. (กว้าง ๓ เมตร x ยาว ๑.๒๕ เมตร) ตรม. ละ ๑๒๐ บาทเป็นเงิน ๔๕๐ บาท / -ค่าลงทะเบียนคัดกรองผู้สูงอายุใจ-ชุมชน (CommunityScreening) จำนวน ๗,๐๘๔ ชุดๆ ละ ๕ บาท เป็นเงิน ๓๕,๔๒๐ บาท -ค่าวิทยากรบรรยาย(ภาคทฤษฎี) จำนวน ๓ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท เป็นเงิน ๙๐๐ บาท /	

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
	-ค่าวิทยากรประจำฐาน(ภาคปฏิบัติ) จำนวน ๔ ฐานๆ ละ ๒ คน จำนวน ๒ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท (๔x๒x๒x๓๐๐) เป็นเงิน ๔,๘๐๐ บาท -ค่าถ่ายเอกสาร/สรุปจัดทำเล่มโครงการ เป็นเงิน ๓๐๐ บาท รวมเป็นเงิน ๕,๑๐๐ บาท (เจ็ดหมื่นเก้าพันสามร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)	
๒.กิจกรรมลงสำรวจสุขภาพและประเมินคัดกรองถดถอย ๙ ด้าน ของผู้สูงอายุในชุมชน โดยอสม.	ไม่ใช้งบประมาณ	
๓.กิจกรรมวิเคราะห์ข้อมูล/แบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ โดย - กลุ่มปกติส่งเสริมสุขภาพป้องกันไม่ให้เกิดความถดถอยเป็นกลุ่มเสี่ยง - กลุ่มเสี่ยง ส่งเสริมป้องกันฟื้นฟู ให้เป็นกลุ่มปกติและไม่เป็นกลุ่มเสี่ยงมากผู้สูงอายุที่มีภาวะถดถอย ๙ ด้าน จากการคัดกรองจาก อสม. ได้รับการคัดกรองจากเจ้าหน้าที่โดยใช้แบบประเมินผู้สูงอายุเชิงลึก - กลุ่มเสี่ยงมาก/ป่วย ให้การดูแลเรื่องพบแพทย์เวชศาสตร์ครอบครัวและดำเนินการดูแลติดตามดูแลถึงการเปลี่ยนแปลงปัญหา, อุปสรรคต่างๆ จำนวนทุก ๑,๓ เดือน	ไม่ใช้งบประมาณ  แบบคัดกรองผู้สูงอายุเชิงลึก (In-depth assessment step ๒) จำนวน ๑,๕๒๐ ชุดละ ๑๖ ใบ คิดเป็น ๘ บาท/ชุด เป็นเงิน ๑๑,๓๖๐ บาท	
๔.กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในกลุ่มที่มีภาวะถดถอยทางการเคลื่อนไหวเพียงด้านเดียวนำร่อง จำนวน ๕๐ คน	- ค่าอาหารว่าง - เครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมและคณะทำงาน จำนวน ๖๐ คนๆ ละ ๓๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท - ค่าวิทยากรภายใน (ภาคทฤษฎี) จำนวน ๑ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท จำนวน ๑ คน เป็นเงิน ๓๐๐ บาท - ค่าวิทยากรภายใน (ภาคปฏิบัติ) จำนวน ๒ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท จำนวน ๒ คน (๒x๒x๓๐๐) เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท	

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- คู่มือการออกกำลังกายป้องกันการหกล้มในผู้สูงอายุ</li> <li>- ปกกระดาษอาร์ตมัน ๒๑๐ แกรมพิมพ์ ๔ สี ปกหน้า-ปกหลัง (พริ้นท์เลเซอร์)</li> <li>- เนื้อในกระดาษปอนด์ ๘๐ แกรมพิมพ์ ๔ สี (อิงค์แทงค์) จำนวน ๑๖ หน้า (๔ ใบเอ๔)</li> <li>- เข้าเล่มเย็บมุงหลังคา</li> <li>- จำนวน ๕๐ เล่มๆ ละ ๕๐ บาท = ๒,๕๐๐ บาท</li> <li>รวมเป็นเงิน ๕,๘๐๐ บาท (ห้าพันแปดร้อยบาทถ้วน)</li> </ul>	
<p>๕. กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ผลการดำเนินงานร่วมกันโดยนำผู้สูงอายุที่มีผลการดูแลตนเองดีและมีปัญหา, แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว, พยาบาลชุมชนและอาสาสมัครสาธารณสุขชุมชนมาร่วมถอดบทเรียนร่วมกัน</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ค่าอาหารว่าง – เครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมและคณะทำงาน จำนวน ๘ คน รวม ๓๐๘ คนๆ ละ ๓๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๙,๒๔๐ บาท</li> <li>- ค่าวิทยากรบรรยาย(ภาคทฤษฎี) จำนวน ๒ ชั่วโมงๆ ละ ๓๐๐ บาท ๖๐๐ บาท</li> <li>- ค่าวิทยากรในการเข้าร่วมเสวนา <ul style="list-style-type: none"> <li>๑. วิทยากรภายนอก จำนวน ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท จำนวน ๔ คนๆ ละ ๙๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท</li> <li>๒. วิทยากรภายใน จำนวน ๑ ชั่วโมง ๓๐ นาที ชั่วโมงละ ๓๐๐ บาทจำนวน ๑ คน เป็นเงิน ๔๕๐ บาท</li> </ul> </li> <li>รวมเป็นเงิน ๑๓,๘๙๐ บาท (หนึ่งหมื่นสามพันแปดร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)</li> </ul>	
รวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด	รวมเป็นเงิน ๑๑๐,๔๔๐ บาท (หนึ่งแสนหนึ่งหมื่นสี่ร้อยสี่สิบบาทถ้วน)	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑

ข้อ ๑๐)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน โรงพยาบาลตรัง

๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน(ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข

[ข้อ ๑๐(๑)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)


๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก


๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ

- ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพและการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 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 พัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุกลุ่มหนึ่ง ให้มีความรู้,ความเข้าใจและมีทักษะในการ

ดูแลตนเอง ไม่ให้ล้ม ไม่ล้ม ไม่ซึมเศร้า กินข้าวอร่อย

ลงชื่อ..........ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
(นางกรองแก้ว ทองเรืองสุกใส)

ตำแหน่งหัวหน้ากลุ่มภารกิจด้านบริการปฐมภูมิ โรงพยาบาลตรัง  
วันที่-เดือน-พ.ศ. ....

ลงชื่อ..........หัวหน้าหน่วยงาน  
(นายสมบัติ สรรบเสาวภาคย์)

ตำแหน่งผู้อำนวยการโรงพยาบาลตรัง  
วันที่-เดือน-พ.ศ. 3 กพ. 66 .....

## กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ปี ๒๕๖๖

(อบรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ)

วันที่ .....

สถานที่ .....

- ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. - ลงทะเบียน
- ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น. - พิธีเปิด  
(โดย.....)
- ๐๙.๓๐ - ๑๐.๓๐ น. - ความสำคัญ/สิ่งที่มีในการดูแลผู้สูงอายุ  
(โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลตรัง)
- ๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น. - พักรับประทานอาหารว่าง - เครื่องดื่ม
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. - การส่งเสริมให้เกิดการสูงอายอย่างมีสุขภาพ (Health Ageing)  
(โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลตรัง)
- ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น. - พักรับประทานอาหารกลางวัน
- ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น. - การใช้แบบคัดกรองผู้สูงอายุแบบไร้รอยต่อ  
(โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลตรัง)
- ๑๔.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. - เข้าฐานฝึกการดูแลผู้สูงอายุ จำนวน ๔ ฐาน  
ฐานที่ ๑ ด้านการเคลื่อนไหวร่างกาย  
(โดย วิทยากรจากภารกิจภายนอก ๒ คน)  
ฐานที่ ๒ ด้านการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันและด้านการกลืนปัสสาวะ  
(โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลตรัง ๒ คน)  
ฐานที่ ๓ ด้านภาวะซึมเศร้าและด้านความคิด  
(โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลตรัง ๒ คน)  
ฐานที่ ๔ ด้านการขาดสารอาหารและช่องปาก  
(โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลตรัง ๒ คน)
- ๑๖.๐๐ - ๑๖.๑๕ น. - พักรับประทานอาหารว่าง - เครื่องดื่ม
- ๑๖.๑๕ - ๑๖.๔๕ น. - ถาม ตอบปัญหาทั่วไป
- .....

กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ แบบไร้รอยต่อ ปี ๒๕๖๖  
(กิจกรรมสุขภาพผู้สูงอายุในกลุ่มที่มีภาวะถดถอยทางการเคลื่อนไหวเพียงด้านเดียว)

วันที่ .....

สถานที่.....

- 
- ๑๒.๓๐ - ๑๓.๐๐ - ลงทะเบียน
  - ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ - การออกกำลังกายป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุ
  - ๑๔.๐๐ - ๑๖.๐๐ - ฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายป้องกันการหกล้มของผู้สูงอายุ
  - ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ - การใช้สมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ
- .....



กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ แบบไร้รอยต่อ ปี ๒๕๖๖  
(กิจกรรมประเมินสุขภาพผู้สูงอายุ แบบเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน)

วันที่ .....

สถานที่.....

- 
- ๑๒.๐๐ - ๑๒.๓๐ น. - ลงทะเบียน
- ๑๒.๓๐ - ๑๔.๓๐ น. - ฟังฟูการส่งเสริมสุขภาพที่ดีในผู้สูงอายุ  
โดย วิทยากร
- ๑๔.๓๐ - ๑๕.๐๐ น. - พักรับประทานอาหารว่าง - เครื่องดื่ม
- ๑๕.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. - เสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การมีสุขภาพที่ดีในผู้สูงอายุ

นำเสวนา โดยวิทยากรจากโรงพยาบาลตรัง

ผู้ร่วมเสวนา จำนวน ๔ ท่าน ดังนี้

๑. วิทยากร

๒. ตัวแทนผู้สูงอายุ

๓. ตัวแทน อสม.

๔. ตัวแทนผู้ดูแลผู้สูงอายุ

.....