

โครงการที่	๘ / ๒๕๖๑
ชื่อโครงการ	สร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและการมีส่วนร่วมในชุมชน
หน่วยงานรับผิดชอบ	กลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน โรงพยาบาลรามัน
ยุทธศาสตร์จังหวัดที่ ๑	การส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ลดปัจจัยเสี่ยงและส่งเสริมจัดการสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ
ยุทธศาสตร์รพ. ที่ ๑	การส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค ลดปัจจัยเสี่ยงและส่งเสริมจัดการสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพดีภายใต้บริบทที่สอดคล้องกับท้องถิ่น

## ๑. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันจำนวนและสัดส่วนผู้สูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นในอัตราที่รวดเร็ว ส่งผลให้ประชากรไทยเข้าสู่ภาวะสังคมผู้สูงอายุหรือ“ภาวะประชากรผู้สูงอายุ” อันจะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ เจ็บป่วยเรื้อรังเพิ่มมากขึ้น และมีค่าใช้จ่ายสูงในการดูแลปัญหาสุขภาพ ในปี ๒๕๖๑ จากผลการคัดกรองผู้สูงอายุมีจำนวนผู้สูงอายุทั้งหมด ๘๖๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๔๒ ของประชากรทั้งหมด จากการประเมินศักยภาพความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน (ADL) พบว่า ผู้สูงอายุกลุ่มที่ ๑ ติดสังคมจำนวน ๘๔๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๙๗.๑๑ ติดบ้าน จำนวน ๑๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๒.๑๙ ติดเตียงจำนวน ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๐.๖๙ โดยส่วนใหญ่มักพบว่า ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีสภาพร่างกายเสื่อมและถดถอยลงเป็นไปตามกาลเวลา เป็นผลที่ทำให้โรคภัยไข้เจ็บต่างๆสามารถเข้ามาเบียดเบียนได้ง่าย หากผู้สูงอายุมีปัญหาต่างๆ ไม่ว่าจะปัญหาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร การออกกำลังกาย รวมถึงปัญหาในเรื่องผู้สูงอายุขาดความรู้ ก็มักจะทำให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จึงได้จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้น ในหมู่ ๒,๓,๔,๕ นั้น ทำให้ผู้สูงอายุได้มาทำกิจกรรมร่วมกัน ได้รับการดูแลและช่วยเหลือ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัวและสังคมได้อย่างยั่งยืน มีการจัดกิจกรรมร่วมกันในชุมชน เพื่อให้ผู้สูงอายุมาพบปะแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกันเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันภายในชุมชน

ดังนั้นกลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชนโรงพยาบาลรามัน จึงได้คิดจัดทำโครงการนี้ขึ้นเพื่อช่วยแก้ปัญหาทางด้านสุขภาพที่เหมาะสม และการส่งเสริมสุขภาพทั้งกายใจ สังคมจิตวิญญาณ ครอบคลุมเป็นองค์รวมทั้ง ๔ มิติของสุขภาพะ จึงเห็นว่าถ้าได้มีการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ประชาชนผู้สูงอายุได้มาพบปะแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน มีความรู้ในการดูแลสุขภาพในเรื่องต่างๆ อย่างถูกวิธีก็จะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่ดีขึ้น

## ๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรองและมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการดูแลสุขภาพกายและจิตใจ สังคมและสิ่งแวดล้อมที่ถูกต้อง และเหมาะสม
๒. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน

## ๓. วิธีการดำเนินงาน/กิจกรรม

๑. ประชุมชี้แจงโครงการให้กับอสม. และผู้นำกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน

.../๒.จัดทำ

๒. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ
๓. คัดกรองตรวจสอบสภาพร่างกายและจิตใจในผู้สูงอายุ
๔. กิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ
  - ๔.๑ กิจกรรมให้ความรู้และสร้างเสริมทักษะในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจ สังคม และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์แก่ผู้สูงอายุ
  - ๔.๒ กิจกรรมผู้สูงอายุบรรยายธรรมศาสนาอิสลาม (ฮาลาเกาะห์)
  - ๔.๓ กิจกรรมผู้สูงอายุจิตอาสา ร่วมกันพัฒนามัสยิดในชุมชน
๕. ประเมินผลดำเนินโครงการในขณะที่กำลังดำเนินการและหลังดำเนินโครงการ
๖. สรุปผลการดำเนินการกิจกรรมโครงการ

#### ๔. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ในพื้นที่ตำบลกาญจนาภิเษก จำนวน ๗๐ คน

#### ๕. ระยะเวลาดำเนินงาน

วันที่ ๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๑

#### ๖. สถานที่ดำเนินงาน

ณ มัสยิดพงษ์จือเอี๊ยะ ม.๓ ต.กาญจนาภิเษก อําเภอรามัน จังหวัดยะลา

#### ๗. งบประมาณ

จากงบกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลกาญจนาภิเษก อําเภอรามัน จังหวัดยะลา  
งบประมาณปี ๒๕๖๑ จำนวน ๑๒,๐๐๐ บาท (เงินหนึ่งหมื่นสองพันบาทถ้วน) ดังรายการ  
ต่อไปนี้

๑. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๗๐ คน คนละ ๑ มื้อๆ ละ ๙๐ บาท  
เป็นเงิน ๖,๓๐๐ บาท
๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๗๐ คน คนละ ๒ มื้อ มื้อละ ๓๐ บาท  
เป็นเงิน ๔,๒๐๐ บาท
๓. ค่าสมนาคุณวิทยากรภายใน จำนวน ๕ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๓๐๐ บาท  
เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๑๒,๐๐๐ บาท (เงินหนึ่งหมื่นสองพันบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้ *๕/๗/๖๑*

#### ๘. การประเมินผล

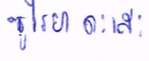
๑. ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรอง/ประเมินสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ ร้อยละ ๙๐
๒. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน ร้อยละ ๘๐


๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ


๑. ผู้สูงอายุได้รับการคัดกรอง มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการดูแลสุขภาพกายและจิตใจ สังคม สิ่งแวดล้อมที่ถูกต้อง และเหมาะสม
๒. ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน
๓. ทำให้ผู้สูงอายุในชุมชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันในชุมชน

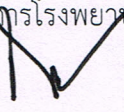
๑๐. หน่วยงานรับผิดชอบโครงการ

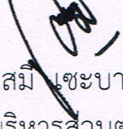
กลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน โรงพยาบาลรามัน

ลงชื่อ  ผู้เขียนโครงการ  
(นางซูไรยา ดะเสะ)  
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

ลงชื่อ  ผู้เสนอโครงการ  
(นางสีตีแอส๊ะ ยูไซยะ)  
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ(ด้านการพยาบาล)  
หัวหน้ากลุ่มงานเวชปฏิบัติครอบครัวและชุมชน

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ  
(นายรอชาลี ปัตยะบุตร)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลรามัน

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ  
(นางณัฐวดี สิงห์ล่อ)  
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลกายูบอเกาะ

ลงชื่อ  ผู้อนุมัติโครงการ  
(นายอาสมิ เชะบากอ)  
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลกายูบอเกาะ

กำหนดการโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน  
ตำบลกาญจนาภิเษกอำเภอรามัน จังหวัดยะลา  
วันที่ ๖ กรกฎาคม ๒๕๖๑

ณ มัสยิดบ้านพงจือเนื้อเร๊ะ ม.๓ ต.กาญจนาภิเษก อำเภอรามัน จังหวัดยะลา

๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.	คัดกรองตรวจสุขภาพร่างกายและจิตใจในผู้สูงอายุ โดยคุณ สุนัยดี๊ะ ดุสรี พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น.	การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในผู้สูงอายุ โดยคุณ นาอีมะห์ กิละ เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข
๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	การจัดกิจกรรมนันทนาการและภูมิปัญญาชาวบ้านกับการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุ โดยคุณ ซาลายา กูนิง นักแพทย์แผนไทยปฏิบัติการ
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหาร
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	กิจกรรมผู้สูงอายุบรรยายธรรมศาสนาอิสลาม(ฮาลาเกาะห์) โดยคุณวีรนนท์ ปูโรง เจ้าพนักงานสาธารณสุขชำนาญงาน
๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	กิจกรรมผู้สูงอายุจิตอาสา ร่วมกันพัฒนา มัสยิดในชุมชน

+++++

หมายเหตุ เวลา ๑๐.๓๐น. และเวลา ๑๕.๓๐น. พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม  
กำหนดการสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม