

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	AB - LSSSS -X-YZ ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด 60-17499-3-02
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการรับรู้และทำใจเมื่อถึงวัยชรา
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลสิงหนิงพระ
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/ หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
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 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลสิงหนิงพระ กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1..... 2..... 3..... 4..... 5.....
วันอนุมัติ	20 มกราคม 2560
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ 1 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2560 ถึง วันที่ 30 เดือน กันยายน พ.ศ. 2560
งบประมาณ	จำนวน 17,000 บาท

หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

สังคมไทยเป็นสังคมใหญ่ และมีความผูกพันกันมากในครอบครัว ลักษณะครอบครัวของคนไทยจึงมักจะเป็นครอบครัวใหญ่ มีการแสดงความเคารพยกย่องผู้อาวุโสและถือเป็นมงคลอันดีที่จะได้เลี้ยงดูตอบแทนบุญคุณเมื่อยามท่านแก่เฒ่าหรือเจ็บป่วย ซึ่งจะเป็นไปตามธรรมชาติอันแท้จริงของทุกคน และเป็นหน้าที่ของลูกๆหลานๆจะต้องให้การดูแลรักษาพยาบาลอย่างดีที่สุด ในผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายไปในทางเสื่อมมากกว่าการเจริญเติบโต การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะต่างๆในร่างกายของแต่ละคนจะเกิดขึ้นไม่พร้อมกันและไม่เท่ากัน การเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ มีใช้อยู่ที่อายุซึ่งเป็นเพียงตัวเลขอย่างเดียวเท่านั้น แต่การเปลี่ยนแปลงของร่างกายที่เห็นได้ชัดนั้น จะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายๆอย่าง เช่น พันธุกรรม การดำรงชีวิต การดำเนินชีวิต และสภาพจิตใจด้วย จะเห็นว่าบางคนแม้อายุมาก ทำไมจึงดูไม่แก่ แต่บางคนอายุไม่มาก ทำไมดูแก่เกินวัย ทั้งนี้เป็นเพราะองค์ประกอบดังได้กล่าวมาแล้ว ฉะนั้นการยอมรับการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุจะขึ้นอยู่กับกรได้รับการดูแลสุขภาพ ให้อายุเข้าสู่วัยสูงอายุ จะมีการเสื่อมของร่างกาย รู้ถึงการปรับตัวหรือสังเกตการเสื่อมของร่างกายได้อย่างไร ถ้าขาดความรู้ ความเข้าใจ อาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์อย่างมากมายซึ่งการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของ

จึงสังขารเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้แน่นอน มีเกิด มีแก่ มีเจ็บ และก็มีตาย ซึ่งผู้เข้าสู่วัยสูงอายุจะต้องยอมรับและรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงเสียแต่เนิ่นๆ เพื่อสร้างความพร้อมในการปรับตัวที่จะเป็นผู้สูงอายุอย่างมีความสุข หรือดูแลให้ผู้สูงอายุมีความสุขตลอดไป

พระพุทธเจ้าทรงตรัสว่า ความทุกข์ อันได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บ และความตาย ย่อมเกิดขึ้นกับคนทุกคน แต่ด้วยความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์การแพทย์ ทำให้ในปัจจุบันคนมีอายุยืนยาวขึ้น แต่อายุที่ยืนยาวขึ้นนั้น ไม่ได้หมายความว่าคุณภาพชีวิตจะดีขึ้นด้วย ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอยู่กับความเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ซึ่งความชราน่าจะเกิดจากสาเหตุหลัก 6 ประการ ได้แก่ 1. การเกิดสารอนุมูลอิสระ 2. ภาวะน้ำตาลสะสม 3. การอักเสบเรื้อรัง 4. ภาวะพร่องฮอร์โมน 5. การสะสมของสารพิษ และ 6. การเสื่อมสภาพของเซลล์ต้นกำเนิด

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลสิงห์พระ ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของสุขภาพของผู้สูงอายุ จึงได้จัดทำโครงการการรับรู้และทำใจเมื่อถึงวัยชรา เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนเอง และสามารถดูแลสุขภาพได้ด้วยตนเอง ตามหลักวิทยาศาสตร์ที่ว่า "หมอที่ดีที่สุด คือตัวเราเอง"

วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

1. ประชุมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเพื่อหาแนวทางในการดำเนินงาน
2. เขียนโครงการเพื่อเสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุน
3. ประสานประสานชมรมผู้สูงอายุ เพื่อขอความร่วมมือและร่วมกำหนดแผนการจัดกิจกรรม
4. ประสานทีมวิทยากร และประสานจัดเตรียมสถานที่สำหรับจัดกิจกรรมอบรม
5. จัดทำเอกสารแผ่นพับ/ เอกสารคู่มือความรู้ สำหรับการจัดอบรม
6. จัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุเรื่อง การหายใจ (ออกซิเจน) , การดื่มน้ำ , อาหารการกิน , การออกกำลังกาย , สุขภาพจิต และการขับถ่าย
7. สรุปปัญหาและหาแนวทางแก้ไข
8. สรุปผลการปฏิบัติงานโครงการ และประเมินผลโครงการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้สูงอายุ มีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ การป้องกันโรค และการปฏิบัติตนในวัยชรา
2. ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์โดยตรง	
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1. เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจการดำรงชีวิตให้กับผู้สูงอายุในสถานะสถานการณ์ปัจจุบัน	ตัวชี้วัดความสำเร็จ 1. ผู้สูงอายุร้อยละ 60 ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้และความเข้าใจในการดำรงชีวิตที่เหมาะสมกับสถานการณ์สังคมในปัจจุบัน.
ข้อที่ 2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และมีสุขภาพตามสถานะภาพของตนเอง	1. ผู้สูงอายุร้อยละ 30 ที่เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และมีความสุขตามสถานะภาพของตนเอง

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม รมรงค์ จัดบริการการจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
1. กิจกรรมอบรมให้ความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางวิธีพุทธ		
1.1 กิจกรรมย่อยจัดอบรมให้ความรู้ สาธิตและฝึกปฏิบัติกิจกรรม 3 กิจกรรม 1. กิจกรรมการฝึกหายใจ 2. กิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมกรรมการดื่มน้ำ	ค่าอาหารว่าง มีอละ 35....บ. x..100..คน =...3,500.....บ. ค่าวัสดุ ค่าจัดทำเอกสารประกอบการอบรม จำนวน 100 ชุด ๆละ 50 บาท = 5,000 บ.	มี.ย. 60 8,500.-

1.2 กิจกรรมย่อยจัดอบรมให้ความรู้ สาธิตและฝึกปฏิบัติ กิจกรรม 3 กิจกรรม 1.กิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร 2.กิจกรรมพัฒนาสุขภาพจิต 3.กิจกรรมพัฒนาพฤติกรรมกรขับถ่าย	ค่าอาหารว่าง มือละ 35...บ. x 100..คน =...3,500.....บ. ค่าวัสดุ ค่าจัดทำเอกสารประกอบการอบรม จำนวน 100 ชุด ๆละ 50 บาท = 5,000 บ.	จ. 60 8500.-
2. กิจกรรมติดตามและเยี่ยมผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมที่ บ้านเพื่อกระตุ้นแนะนำติดตามผลหลังการอบรม		
2.1เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมหลังการอบรม ประเมินสภาวะสุขภาพของผู้เข้าร่วมกิจกรรม		
	รวม.....17,000.....บาท	

7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

7.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลสิงห์

7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

7.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2557 ข้อ 7)

7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรมให้ความรู้

7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

ลงชื่อ ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายอารมณ จิตภักดี)

ตำแหน่ง ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลสิงห์

วันที่-เดือน-พ.ศ. 11 เม.ย. 2560

ตอนที่ 2 : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลสิงห์ครั้งที่ 1 / 2560 เมื่อวันที่ 20 มกราคม 2560 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 17,000 บาท

เพราะ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ 31 ตุลาคม 2560

ลงชื่อ



(นายปรีชา รัตนอุไร)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 19 ใ.ย. 2560