

# โครงการอบรมการดูแลสุขภาพในวัยผู้สูงอายุและคนพิการ

## ๑. หลักการและเหตุผล

สถานการณ์ของสังคมโลกในปัจจุบัน โลกเรากำลังเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ซึ่งหมายความว่าโลกมีประชากรผู้สูงอายุ อายุ ๖๕ ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ ๗ โดยพบว่าปี ๒๕๕๕ โลกมีประชากร ๗,๐๕๘ ล้านคน มีอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ ๘ หรือ ๕๖๕ ล้านคน จากความก้าวหน้าด้านการแพทย์และสาธารณสุขของประเทศไทยอัตราการเกิดน้อยลง ประชากรมีอายุยืนยาวมากขึ้น จะส่งผลให้ประชากรไทยคาดว่า ๒๐ ปีข้างหน้า ประเทศไทยจะเป็นสังคมสูงวัยระดับยอดสูงสุด ซึ่งหมายถึง มีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุ ๖๕ ปี ขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ ๒๐ ขึ้นไป อาจกล่าวได้ว่าอีก ๑๐ ปีข้างหน้า (พ.ศ.๒๕๖๕) ประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์”(Aged Society) และจากนั้นอีก ๑๐ ปี ในประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยระดับยอดสูงสุด” (Super - Aged Society ) จากสภาพปัญหาและสถานการณ์ของผู้สูงอายุ ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วมาก ส่งผลกระทบทางสุขภาพ เศรษฐกิจ สังคม โดยรวมการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี ให้สุขภาพแข็งแรง เพื่อยืดเวลาที่จะเกิดการเจ็บป่วยให้หายหรืออาการทุเลา จากการเกิดความพิการ หรือทุพพลภาพการยืดเวลาการเข้าสู่ภาวะทุพพลภาพออกไป

สังคมผู้สูงอายุ และคนพิการ ตลอดจนผู้ด้อยโอกาส ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลเขาปูน ในปัจจุบันกำลังมุ่งเข้าสู่สังคมแห่งผู้สูงอายุ ทั้งนี้ผู้สูงอายุ คนพิการ ส่วนหนึ่งยังขาดการดูแลเอาใจใส่ ถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพังหรืออยู่กับเด็กในวัยเรียน และก่อนวัยเรียน โดยบุตรหลานวัยทำงานต้องดิ้นรนออกไปทำงานนอกพื้นที่ เพราะสภาพเศรษฐกิจในปัจจุบัน เกิดการชะลอตัว ค่าครองชีพเครื่องอุปโภค บริโภค มีราคาสูง รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย ทำให้บุตรหลาน ไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุ บางรายปล่อยให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตอยู่เพียงลำพัง ด้วยเงินเบี้ยยังชีพเท่านั้น ผู้สูงอายุ คนพิการ หลายรายในสังคมมีโรคประจำตัวหรือต้องเป็นผู้ติดเตียงไม่มีโอกาสได้ออกมาทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มหรือชมรมต่างๆ บางรายอาจเกิดความน้อยใจหรือหมดกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตต่อไป

คณะกรรมการบริหารศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการตำบลเขาปูน ได้ตระหนักถึงความสำคัญ จึงได้ทำโครงการอบรมการดูแลสุขภาพในวัยผู้สูงอายุและคนพิการ เพื่อเกิดการส่งเสริมคุณภาพชีวิต และฟื้นฟูสภาพร่างกายให้แข็งแรง ลดภาวะแทรกซ้อน และดำเนินการใช้ชีวิตได้อย่างปกติมีความสุขทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม ทางปัญญาและสิ่งแวดล้อม ต่อไป

## ๒. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๑. เพื่อผู้สูงอายุ คนพิการ ในพื้นที่ที่มีความรู้เรื่องการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุและคนพิการ
๒. เพื่อสร้างกำลังใจให้กับกลุ่มผู้สูงอายุและคนพิการ ให้เห็นคุณค่าของชีวิตและพร้อมที่จะดำรงชีวิตต่อไป

## ๓. เป้าหมาย

ร้อยละ ๙๐ ของผู้สูงอายุ และคนพิการที่เข้ารับการอบรมมีความรู้เรื่องการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุและคนพิการ

#### ๔. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุและคนพิการ จำนวน ๑๒๐ คน

#### ๕. วิธีดำเนินงาน

๑. ประชุมคณะกรรมการศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการตำบลเขาปูน
๒. ประชุมคณะทำงานเพื่อแต่งตั้งคณะทำงาน เตรียมการและแบ่งงาน หน้าที่ความรับผิดชอบ
๓. เสนอโครงการเพื่ออนุมัติ
๔. ประชาสัมพันธ์และเชิญชวนให้ผู้สูงอายุ เข้าร่วมกิจกรรม
๕. ดำเนินการจัดกิจกรรมตามโครงการ
๖. สรุปและประเมินผลการจัดกิจกรรม

#### ๖. สถานที่ดำเนินการ

ณ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลเขาปูน

#### ๗. ระยะเวลาดำเนินการ

เมษายน - กันยายน ๒๕๖๐

#### ๘. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลเขาปูน  
จำนวน ๒๕,๖๐๐ บาท (สองหมื่นห้าพันหกร้อยบาทถ้วน) รายละเอียด ดังนี้

๑. ค่าอาหารว่างจำนวน ๑๒๐ คนๆละ ๒ มื้อ ๆละ ๒๕ บาท	เป็นเงิน ๖,๐๐๐ บาท
๒. ค่าวิทยากรชั่วโมงละ ๖๐๐ X ๖ ชั่วโมง	เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
๓. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑๒๐ คนๆละ ๑ มื้อๆละ ๗๐ บาท	เป็นเงิน ๘,๔๐๐ บาท
๔. ค่าเช่า เต็น โต๊ะ เก้าอี้ ชุดละ ๑,๕๐๐ บาท จำนวน ๓ ชุด	เป็นเงิน ๔,๕๐๐ บาท
๕. ค่าเช่าเครื่องขยายเสียง	เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท
๖. ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการขนาด ๑.๕x๒.๕ เมตร จำนวน ๑ ป้าย	เป็นเงิน ๖๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๒๕,๖๐๐ บาท (สองหมื่นห้าพันหกร้อยบาทถ้วน)

๘.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุ คนพิการ ในพื้นที่มีความรู้เรื่องการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุและคนพิการ
๒. สร้างกำลังใจให้กับกลุ่มผู้สูงอายุและคนพิการ ให้เห็นคุณค่าของชีวิตและพร้อมที่จะดำรงชีวิตต่อไป

(ลงชื่อ)..... ผู้เขียนโครงการ  
( นายสุราษฎร์ มิตรตะกา )  
นักพัฒนาชุมชน

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอโครงการ  
( นายผดุง ทิพย์พิมล )  
ตำแหน่ง ประธานศูนย์พัฒนาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ  
และคนพิการตำบลเขาปูน

(ลงชื่อ)..... ผู้เห็นชอบโครงการ  
( นายสมนึก คงพุ่ม )  
ประธานอนุกรรมการด้านการพิจารณากลับกรองโครงการ

(ลงชื่อ)..... ผู้เห็นชอบโครงการ  
( นายบุญชอบ มณีโชติ )  
เลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลเขาปูน

(ลงชื่อ)..... ผู้อนุมัติโครงการ  
( นายบุญเชื้อ แก้วแสน )

ประธานกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลเขาปูน

๙. การประเมินผล

วัตถุประสงค์	ตัวบ่งชี้	เครื่องมือ/วิธีการ	เกณฑ์
เพื่อส่งเสริมความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุและคนพิการ	ร้อยละ ๙๐ ของผู้สูงอายุ มีความรู้เรื่องการส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุและคนพิการ	แบบการประเมินความรู้หลังการอบรม	ร้อยละ ๙๐

# กำหนดการ

“โครงการอบรมการดูแลสุขภาพในวัยผู้สูงอายุและคนพิการ”

วันที่ .....

แก่สมาชิกผู้สูงอายุ ตำบลเขาปูน อำเภอห้วยยอด จังหวัดตรัง

ณ ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กตำบลเขาปูน

เวลา ๐๘.๐๐ น. - ๐๘.๔๐ น.

ลงทะเบียน/รับเอกสาร

เวลา ๐๘.๔๐ น. - ๐๙.๐๐ น.

พิธีเปิด

เวลา ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

-ความรู้การส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพของ  
ผู้สูงอายุและคนพิการ

เวลา ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.

รับประทานอาหารเที่ยง

เวลา ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.

- ความรู้เรื่องสุขภาพจิตกับวัยผู้สูงอายุและคนพิการ

เวลา ๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.

พิธีปิด

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๓๐ น และ ๑๔.๓๐ น.

\*\*\*\*\* กิจกรรมอาจจะเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม