

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	AB - LSSSS -X-YZ ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	สร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาริบำบัดในผู้สูงอายุ
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยบริการสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input 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.....ชุมชนโสภณดิษฐ์อินทร์..... กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1 นายเอื้อน ไชยเพชร 2 นางอำภา ขุนจันทร์ 3 น.ส.บุญศรี จุลพุด 4 นางอรทัย น้อยละมัย 5 นางมุกดา โสภณ
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่.30....เดือน.....มกราคม.....พ.ศ...2561..... ถึง วันที่..30....เดือน.....กันยายน.....พ.ศ...2561.....
งบประมาณ	จำนวน.....34,100.....บาท

### หลักการและเหตุผล (ระบุมติของการทำงานโครงการ)

คนไทยส่วนใหญ่นับถือพุทธศาสนา จึงได้นำหลักคำสอนของพระพุทธเจ้ามาเป็นหลักสำคัญในการดำเนินชีวิต ทำให้คนไทยสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข นับตั้งแต่บรรพชนโดยมีวัดเป็นเป็นศูนย์กลางในการจัดงานต่างๆ ทั้งทางด้านสังคมศิลปวัฒนธรรมประเพณี และกิจกรรมอื่นๆ วัดจึงเป็นศูนย์รวมจิตใจของพุทธศาสนิกชน และมีผลต่อวิถีชีวิตของคนไทยในอดีต

จากสภาพการณ์ในปัจจุบันปัญหาต่างๆ ทั้งทางด้านเศรษฐกิจสังคมได้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนให้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม จากสังคมที่สงบมีความอบอุ่นอารีเป็นสังคมที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันกลับกลายเป็นสังคมที่วุ่นวายแก่งแย่งแข่งขัน ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของคนในสังคมที่เห็นได้ชัดเจนนี้อายุเนื่องจากเป็นวัยที่พ้นจากวัยแรงงานจึงมักถูกทิ้งให้อยู่บ้านตามลำพังผู้สูงอายุหลายคนขาดความสุขทางใจ เกิดเป็นโรคซึมเศร้าจากภาพปัญหาผู้สูงอายุดังกล่าว จึงได้มีแนวทางจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุประจำปี พ.ศ. ๒๕๕๔ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำหลักธรรมของศาสนามาใช้ในวิถีชีวิตด้วยการเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญา และมีความรอบคอบเพื่อให้เกิดความสมดุลและพร้อมกับความเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว และส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้นต่อไป ชุมชนโสภณดิษฐ์อินทร์ได้เล็งเห็นถึงปัญหานี้ จึงได้จัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาธิบำบัดในผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้า และเสริมสร้างความสุขทั้งด้านร่างกายและจิตใจในผู้สูงอายุ โดยนำแนวทางทฤษฎีสร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาธิบำบัด ของ รศ.ดร.สมพร กัณฑ์ดุขฎี เตรีียมชัยศรีมาประยุกต์ใช้

### วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

1. ประชุมคณะกรรมการชุมชนประเมินปัญหาและความต้องการของสมาชิกในชุมชน และเสนอโครงการเพื่อขอรับงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง
2. ประชาสัมพันธ์โครงการและจัดเตรียม วัสดุ อุปกรณ์ สถานที่
3. กิจกรรมสมาธิบำบัด และสวดมนต์ วันละ 2 ชั่วโมง เวลา 17.00 – 19.00 น. ทุกวันที่ 10, 20 30 ของแต่ละเดือน
4. ประเมินผล และสรุปกิจกรรม รายงานผลการดำเนินงานให้กับกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง

### ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้นและสามารถดำรงชีวิตอยู่กับชุมชนและครอบครัวได้อย่างมีความสุข
2. ผู้เข้าร่วมโครงการได้น้อมนำหลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน
3. ผู้เข้าร่วมโครงการรู้จักวิธีการพัฒนาทางจิต ให้มีพลัง มีความสงบ รู้จักผ่อนคลายเป็น สามารถต่อต้านและลดความเป็นโรคได้

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<b>วัตถุประสงค์โดยตรง</b>	
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1 เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุโดยการปฏิบัติธรรมให้กับผู้สูงอายุจากกิจกรรมตามโครงการที่จัดขึ้น	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตดีขึ้น ไม่มีภาวะเครียด หรือภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 90

ข้อที่ 2 เพื่อให้ผู้สูงอายุได้น้อมนำหลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวัน	ผู้สูงอายุสามารถนำหลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตได้ร้อยละ 90
---	---

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย**

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม ธรรมะจัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
1. กิจกรรมสมาธิบำบัด	<b>34,100 บาท</b>	
1.1 เทคนิคการหายใจกับการเคลื่อนไหว ได้แก่ - นั่งผ่อนคลาย ประสานกาย ประสานจิต - ยืนผ่อนคลาย ประสานกาย ประสานจิต - นั่งยืด-เหยียด ผ่อนคลาย ประสานกาย ประสานจิต	- ค่าดอกไม้ ธูปเทียน วันละ 50 บาท x 24 วัน = 1,200 บ - ค่าตอบแทนวิทยากร วันละ 2 ชั่วโมงๆละ 400 บาทx24 วัน = 19,200 บ	
1.2 สวดมนต์เสริมสมาธิ	- ค่าอาหารว่าง 20 คนๆละ25 บาท x 24 วัน = 12,000 บ - ค่าป้ายไวนิล 2 ป้าย x 600 บ = 1,200 บ - ค่าจัดทำรายงานรูปเล่ม = 500 บ	
	<b>รวม.....34,100.....บาท</b>	

**7. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม**

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

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน .....ชุมชนโสภณดิษฐ์อินทร์.....

- 7.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 7.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 7.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 7.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 7.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

- 7.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)]
- 7.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)]
- 7.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]
- 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
- 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

7.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- 7.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - 7.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - 7.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - 7.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - 7.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 7.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
  - 7.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 7.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 7.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
  - 7.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

- 7.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- 7.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 7.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- 7.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 7.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
  - 7.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - 7.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - 7.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - 7.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 7.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
  - 7.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - 7.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - 7.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - 7.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
- 7.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - 7.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 7.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 7.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 7.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - 7.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - 7.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - 7.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเมะเร็ง

- 7.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ) .....
  - 7.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
    - 7.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - 7.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - 7.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - 7.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - 7.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
    - 7.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
    - 7.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
    - 7.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ) .....
  - 7.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
    - 7.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - 7.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - 7.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
    - 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .....
  - 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
    - 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ) .....
- ลงชื่อ ..... ผู้เขียนและผู้เสนอโครงการ/กิจกรรม
- (.....)
- ตำแหน่ง .....
- วันที่-เดือน-พ.ศ. ....

ที่ พิเศษ/.....

ที่ทำการชุมชนโสภณดิษฐ์อินทร์....

วันที่ .....

เรื่อง ขอรับเงินสนับสนุนงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑

เรียน นายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง

สิ่งที่ส่งมาด้วย แผนงาน/โครงการ.สร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาธิบำบัดในผู้สูงอายุ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยชุมชนโสภณดิษฐ์อินทร์ได้จัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาธิบำบัดในผู้สูงอายุ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๑ นั้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าและส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ ซึ่งในการดำเนินงานตามโครงการดังกล่าว มีค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมฯ เป็นเงิน ๓๔,๑๐๐ บาท (สามหมื่นสี่พันหนึ่งร้อยบาทถ้วน ) รายละเอียดปรากฏตามโครงการฯ ที่จัดส่งมาด้วยพร้อมนี้

ในการนี้ ทาง ชุมชนโสภณดิษฐ์อินทร์ จึงมีความประสงค์ ใคร่ขอเสนอโครงการ เพื่อรับการสนับสนุนงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง จำนวน ๓๔,๑๐๐ บาท (สามหมื่นสี่พันหนึ่งร้อยบาทถ้วน ) เพื่อนำมาเป็นค่าใช้จ่าย ต่างๆ ในการจัดกิจกรรมตามโครงการ สร้างเสริมสุขภาพด้วยสมาธิบำบัดในผู้สูงอายุต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(ตำแหน่ง).....

