

**โครงการเสริมสร้างสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ**  
**ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลนครสงขลา เขต ๔**

**๑. หลักการและเหตุผล**

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรของประเทศไทย ทำให้ประชากรในวัยผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นประกอบกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคม มีผลให้ลักษณะครอบครัวไทยเปลี่ยนจากครอบครัวขยาย (EXTEND FAMILY) ไปสู่ครอบครัวเดี่ยว (NUCLEAR FAMILY) ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวลดลง จำนวนผู้ที่จะทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวลดลง มีเวลาให้ผู้สูงอายุลดลง ขาดการให้ความรักและความอบอุ่น ผู้สูงอายุจึงถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยว ดำเนินชีวิตเพียงลำพัง

จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาในการปรับตัวเพื่อให้สอดคล้องกับสังคมในปัจจุบัน ทั้งในด้านความคิด ความเข้าใจ และค่านิยมต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดความน้อยใจ ความเครียด ความคับข้องใจ แยกตัวออกจากสังคม ขาดสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว ท้อแท้และเบื่อหน่ายในชีวิต ประกอบกับวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่ ต้องออกจากงาน มีรายได้ลดลง ภาวะสุขภาพเสื่อมลง มีโรคทางกายเพิ่มมากขึ้น มีสารชีวเคมีและฮอร์โมนลดลง การสูญเสียสิ่งสำคัญของชีวิต เช่น การสูญเสียคู่ชีวิตเพราะตายจาก การสูญเสียบุตรเพราะแยกไปมีครอบครัว การสูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน การสูญเสียสถานภาพหรือบทบาททางสังคม ตลอดจนการสูญเสียการเป็นที่พึ่งของครอบครัว สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุ และหากผู้สูงอายุไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลใกล้ชิดด้วยแล้ว จะยิ่งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุว่าเหว มีภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลงจนเกิดความรู้สึกสิ้นหวัง แยกตัวออกจากสังคม เป็นผลให้เกิดความผิดปกติทางจิตใจที่รุนแรงและอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตได้

ดังนั้น การตระหนักและให้ความสำคัญการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงการเพิ่มทักษะการเรียนรู้ทางสังคม การเสริมสร้างความมีคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ เสริมสร้างสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกครอบครัวทุกช่วงวัย ให้มีส่วนร่วมแก้ไขปัญหาของครอบครัว ส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ซึ่งเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมให้สมาชิกในชุมชนทุกกลุ่ม/ทุกช่วงวัยแนวทางหนึ่ง

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลนครสงขลา เขต ๔ จึงได้จัดทำโครงการสานสัมพันธ์คนสองวัยใส่ใจครอบครัว เพื่อเสริมสร้างความมีคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ และเสริมสร้างสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกครอบครัวทุกช่วงวัย มีส่วนร่วมแก้ไขปัญหาของครอบครัว ส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ไม่อยู่เฉพาะในโลกของตัวเองหรือเฉพาะที่บ้านของตนเอง

**๒. วัตถุประสงค์**

๑. เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ส่งเสริมทักษะการเรียนรู้ และสร้างภูมิคุ้มกันทางสังคมทั้งด้านสุขภาพจิตและสุขภาพกาย ให้กับผู้สูงอายุ ผู้พิการ สตรี เด็กเยาวชน ผู้ด้อยโอกาสและครอบครัว ในพื้นที่ชุมชนเขต ๔ ให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีคุณค่าและปกติสุข

๒. เพื่อให้ชุมชนได้มีส่วนร่วมในการเสริมสร้างความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัว

๓. เพื่อเสริมสร้างสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกครอบครัวทุกช่วงวัย ให้มีส่วนร่วมแก้ไขปัญหาของครอบครัว

๔. ส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ไม่อยู่เฉพาะในโลกของตนเองหรือเฉพาะที่บ้านของตนเอง

๓. ตัวชี้วัดความสำเร็จ

๑. **เชิงปริมาณ** ผู้เข้าร่วมโครงการเสริมสร้างสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ จำนวน ๓๐ ครอบครัว

๒. **เชิงคุณภาพ**

- สมาชิกในครอบครัวกับผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ที่ดี โดยมีการพูดจาต่อกันดีขึ้น ยอมรับฟังและใช้เหตุผลมากขึ้น

- ผู้สูงอายุได้รับการเอาใจใส่ดูแลจากลูกหลานอย่างสม่ำเสมอ

- ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

- ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมเพิ่มมากขึ้น

เครื่องมือ : แบบประเมินความรู้ความเข้าใจก่อน-หลังการอบรม และแบบติดตามเยี่ยมบ้าน เพื่อประเมินความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับครอบครัวที่เข้าร่วมโครงการ

๓. **เชิงเวลา** โครงการดำเนินการแล้วเสร็จภายในระยะเวลาที่กำหนด ร้อยละ ๙๐

๔. **เชิงค่าใช้จ่าย** โครงการดำเนินการโดยใช้งบประมาณตามที่ประมาณการไว้ไม่น้อยกว่า ร้อยละ ๙๐

๔. กลุ่มเป้าหมาย

- ผู้สูงอายุ และสมาชิกครอบครัว ชุมชนละ ๒ ครอบครัว (๓๐ ครอบครัว) รวมเป็นจำนวน ๖๐ คน

- คณะทำงานศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลนครสงขลา เขต ๔ จำนวน ๑๐ คน

๕. วิธีดำเนินการ

๑. นำเสนอโครงการเพื่อขออนุมัติงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครสงขลา

๒. ประสานภาคีเครือข่าย หน่วยงาน องค์กรต่างๆ เพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณและขอความร่วมมือในด้านต่างๆ

๓. ประสานผู้นำชุมชน/อสม. ในชุมชนพื้นที่เขต ๔ เพื่อคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ

๔. ประสานงานเรื่องสถานที่และจัดเตรียม/จัดหาวัสดุ-อุปกรณ์สำหรับการดำเนินงาน

๕. ดำเนินการตามโครงการ ดำเนินกิจกรรม ดังนี้

๑) การดูแลผู้สูงอายุ (สุขภาพกายและสุขภาพใจ)

๒) การสื่อสารที่ดีระหว่างผู้สูงอายุกับวัยรุ่น และสมาชิกในครอบครัว

๓) ทุกข์ - สุขของผู้สูงอายุในครอบครัว เพื่อให้ลูก/หลานรับทราบถึงความต้องการของผู้สูงอายุ

๔) การเสริมสร้างการมีคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ

๖. สรุปและรายงานผลต่อแหล่งทุน กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครสงขลา

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

เริ่มดำเนินงานตามโครงการตั้งแต่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๑ - สิ้นสุดโครงการวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๑

**แผนปฏิบัติงานโครงการและระยะเวลาดำเนินการ**

ลำดับ	กิจกรรม	ช่วงเวลาดำเนินการ
๑	เตรียมแผนปฏิบัติงาน	๑ - ๒๗ เมษายน ๒๕๖๑
๒	ประชุมชี้แจง คณะทำงานศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลนครสงขลา เขต ๔	๑ - ๒๗ เมษายน ๒๕๖๑
๓	ประสานสถานที่และจัดเตรียม/จัดหาวัสดุ-อุปกรณ์สำหรับการดำเนินงาน	๑ - ๑๗ เมษายน ๒๕๖๑
๔	จัดกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ ๑) กิจกรรมฝึกอบรมให้ความรู้และพัฒนาทักษะด้านต่างๆ โดยผู้มีความรู้หรือผู้ทรงคุณวุฒิในการถ่ายทอดความรู้ ทักษะและประสบการณ์ด้านต่างๆ ให้แก่สมาชิกในชุมชนที่เข้าร่วมกิจกรรม/โครงการ สามารถนำไปเป็นแบบอย่างและปรับใช้ในการดำเนินชีวิต การให้ความรู้การดูแลผู้สูงอายุ ,การสื่อสารที่ีระหว่างผู้สูงอายุกับวัยรุ่น และสมาชิกในครอบครัว ๒) กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องสถานการณ์ครอบครัว ทุกข์-สุขของผู้สูงอายุในครอบครัว เพื่อให้ลูกหลานรับทราบถึงความต้องการของผู้สูงอายุ ๓) กิจกรรมการดูแลผู้สูงอายุ (สุขภาพกายและสุขภาพใจ) ๔) กิจกรรมการสื่อสารที่ีระหว่างผู้สูงอายุกับวัยรุ่น และสมาชิกในครอบครัว ๕) กิจกรรมการเสริมสร้างการมีคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุ	๒๘ - ๒๙ เมษายน ๒๕๖๑
๕	จัดประชุมสรุปบทเรียนการทำงานของโครงการ	พฤษภาคม ๒๕๖๑
๖	ติดตามและประเมินผล	มิถุนายน ๒๕๖๑
๗	จัดทำรายงาน	กันยายน ๒๕๖๑

**๗. สถานที่ดำเนินการ**

ณ เขาชันวีรีสอร์ท ตำบลเกาะหมาก อำเภอปากพะยูน จังหวัดพัทลุง

**๘. งบประมาณ**

งบประมาณเทศบาลนครสงขลา (ตามเทศบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ.๒๕๖๑ แผนงานสังคมสงเคราะห์ งานสวัสดิการสังคมและสังคมสงเคราะห์ หมวดค่าใช้จ่ายสอย ประเภทรายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่นๆ สำหรับเป็นค่าใช้จ่ายสนับสนุนการดำเนินงานศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชน) จำนวน ๖๑,๐๐๐ บาท (หกหมื่นหนึ่งพันบาทถ้วน) และงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนคร

สงขลา จำนวน ๔๔,๕๐๐ บาท (สี่หมื่นสี่พันห้าร้อยบาทถ้วน) รายละเอียดค่าใช้จ่ายตามประมาณการแนบท้าย  
ดังนี้

รายการ	รายละเอียด	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
๑	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (มือเช้า-มือบ่าย) จำนวน ๔ มื้อ จำนวน ๗๐ คน อัตรา ๒๕ บาท/มื้อ/คน	๗,๐๐๐	งบ สปสช.
๒	ค่าอาหาร จำนวน ๖ มื้อ จำนวน ๗๐ คน อัตรา ๕๐ บาท/มื้อ/คน	๒๑,๐๐๐	
๓	ค่าตอบแทนคณะกรรมการ - คณะวิทยากรฝึกอบรม จำนวน ๒ คน อัตราไม่เกิน ๖๐๐ บาท/ชั่วโมง จำนวน ๑๐ ชั่วโมง	๑๒,๐๐๐	
๔	ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ	๕๐๐	
๕	ค่าเอกสาร วัสดุ อุปกรณ์	๑,๐๐๐	
๖	ค่าเช่าสถานที่และเครื่องเสียง	๓,๐๐๐	
๗	ค่าเช่ารถบัส จำนวน ๒ คันๆ ละ ๖,๕๐๐ บาท จำนวน ๒ วัน	๒๖,๐๐๐	
๘	ค่าเช่าที่พัก อัตรา ๕๐๐ บาท/วัน/คน รวม ๑ วัน จำนวน ๗๐ คน	๓๕,๐๐๐	
<b>รวมเป็นเงินทั้งสิ้น</b>		<b>๑๐๕,๕๐๐</b>	

**หมายเหตุ** สามารถจ่ายได้ทุกรายการ

#### ๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุ ผู้พิการ สตรี เด็กเยาวชน ผู้ด้อยโอกาสทางสังคมและครอบครัวในชุมชนเขต ๔ ได้รับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ร่วมเรียนรู้ และมีภูมิคุ้มกันทางสังคมทั้งด้านสุขภาพจิตและสุขภาพกาย สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างมีคุณค่าและปกติสุข
๒. สมาชิกในครอบครัวกับผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ที่ดี โดยมีการพูดคุยต่อกันดีขึ้น ยอมรับฟังและใช้เหตุผลมากขึ้น
๓. ผู้สูงอายุได้รับการเอาใจใส่ดูแลจากลูกหลานอย่างสม่ำเสมอ
๔. ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
๕. ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมเพิ่มมากขึ้น

#### ๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับการใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุน เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน.....ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลนครสงขลา เขต ๔.....



- ๑๐.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต
- ๑๐.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๑๐.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๑๐.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๑๐.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

**๑๐.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)**


- ๑๐.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๑๐.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๑)]
- ๑๐.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗ (๓)]
- ๑๐.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๑๐.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

**๑๐.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)**

- ๑๐.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๑๐.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๑๐.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
- ๑๐.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๑๐.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๑๐.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๑๐.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๑๐.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

**๑๐.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก**


- ๑๐.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
  - ๑๐.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๐.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๐.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๐.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๐.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๑๐.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - ๑๐.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะเข้าเสื่อม
  - ๑๐.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ).....

ลงชื่อ  ผู้เสนอโครงการ (ผู้เขียนโครงการ)  
(.....นายสมโชค ตีลีน.....)

ตำแหน่ง...ประธานศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลนครสงขลา เขต ๔....  
วันที่-เดือน-พ.ศ. .... ๙ ม. ๖1 .....

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ  
(นางสกุลวรรณ ดวงแข)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม  
วันที่-เดือน-พ.ศ. .... ๙ ม. ๖1 .....

ลงชื่อ  ผู้เห็นชอบโครงการ  
(นายกักดา มณีนิล.....)

ตำแหน่ง...ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม....  
วันที่-เดือน-พ.ศ. .... ๙ ม. ๖1 .....

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อบท. ที่ได้รับมอบหมายลงรายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา  
ครั้งที่ ๒/๒๕๖๑ เมื่อวันที่ ๓๐ มกราคม ๒๕๖๑ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

**อนุมัติ** งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม เป็นเงินทั้งสิ้นจำนวน ๔๔,๕๐๐ บาท  
เพราะ ตรงตามหลักเกณฑ์ วัตถุประสงค์ของกองทุนฯ

**ไม่อนุมัติ** งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

.....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)  
ภายในวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๑

ลงชื่อ .....  .....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสมศักดิ์ ตันติเศรณี)

นายกเทศมนตรีนครสงขลา

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๑๖ มพ. ๖๑ .....