

โครงการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ (ชมรมตำบลบ้านควน) อำเภอเมือง จังหวัดสตูล

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑

หลักการและเหตุผล

ชมรมผู้สูงอายุ (ชมรมตำบลบ้านควน) ก่อตั้งขึ้นเมื่อตุลาคม ๒๕๕๗ โดยการรวมตัวกัน ของกลุ่มผู้สูงอายุในเขตตำบลบ้านควน ซึ่งมีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้สูงอายุทั้งตำบลมาทำกิจกรรมสร้างเสริม สุขภาพร่วมกัน และเป็นการพัฒนาจิตใจให้ผู้สูงอายุมีความสดชื่นเบิกบาน ซึ่งแนวโน้มของผู้สูงอายุนับวันจะมีจำนวนมากขึ้นอันจะนำมาซึ่งภาวะเสี่ยงและปัญหาด้านสุขภาพ โดยเฉพาะการเจ็บป่วยเรื้อรัง เนื่องจากวัยสูงอายุมิชอบชาติ การเปลี่ยนแปลงในทางที่เสื่อมลงทั้งทางด้านร่างกายจิตใจและสังคม ทั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุมีสถิติการเกิดโรคมามากกว่าวัย อื่นๆ ถึง ๔ เท่า นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุที่มีอายุเกิน ๖๕ ปี ประมาณ ๔ ใน ๕ คน จะมีโรคประจำตัวอย่างน้อย ๑ โรค ส่วนปัญหาทางด้านจิตใจในผู้สูงอายุที่สำคัญ คือ ภาวะซึมเศร้าที่เกิดจากการสูญเสียบุคคลใกล้ชิด รวมทั้งการขาด รายได้ การเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่ในสังคม จึงมีความจำเป็นที่ต้องเตรียมการในการดูแลผู้สูงอายุ ในด้านการ ส่งเสริมบทบาททางสังคมและการดูแลสุขภาพเพื่อรองรับการบริการของผู้สูงอายุตามสิทธิตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.๒๕๔๖

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลตำบลบ้านควน ตระหนักถึงปัญหาด้านสุขภาพและการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ ซึ่งมีจำนวนมากที่ยัง ไม่ได้รับการดูแลสุขภาพอย่างทั่วถึง การจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ (ชมรมตำบลบ้านควน) โดยการจัด ประชุมประจำเดือนของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นการดำเนินการอย่างหนึ่งเพื่อให้ผู้สูงอายุได้ร่วมตัวทำกิจกรรม แลกเปลี่ยน เรียนรู้ร่วมกันอันเป็นแนวทางที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาความรู้ และอารมณ์ และจิตใจให้ผ่องแผ้วเบิกบาน สอดคล้องกับยุทธศาสตร์การพัฒนาเทศบาลด้านการพัฒนาสังคม คน และคุณภาพชีวิต และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและ สังคมแห่งชาติในยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพคนและสังคมไทยสู่สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และประสบการณ์อันเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ พบปะเพื่อนในวัยเดียวกัน
๓. เพื่อประสานงานและเสริมสร้างบทบาทการมีส่วนร่วมของทุกส่วนของสังคมในการดูแลผู้สูงอายุ

เป้าหมาย

สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ๕ หมู่ หมู่ละ ๒๐ คน (ชมรมตำบลบ้านควน) จำนวน ๑๐๐ คน

วิธีดำเนินการ

ขั้นเตรียมการ

๑. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ

๒. ประชาสัมพันธ์โครงการและประสานงานกับประธานชมรมผู้สูงอายุ (ชมรมตำบลบ้านควน) คณะกรรมการชมรม ประธานคณะกรรมการชุมชนทุกชุมชนในการจัดส่งรายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ

ขั้นดำเนินการ

๑. อบรมภาควิชาการการบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการ ส่งเสริมสุขภาพอนามัย การใช้เวลาว่าง ให้เป็นประโยชน์ของผู้สูงอายุ และความรู้ต่างๆที่เกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ

๒. จัดกิจกรรมพบปะและประชุมประจำเดือนเป็นประจำทุกเดือน

๓. สรุปและประเมินผลโครงการ

ระยะเวลาดำเนินการ

เดือนมกราคม- สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๑

พื้นที่ดำเนินการ

หมู่บ้านในเขตรับผิดชอบ จำนวน ๕ หมู่บ้าน (ออกทำในหมู่บ้าน)

งบประมาณดำเนินการ

งบประมาณเงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลบ้านควน อำเภอเมืองสตูล ปี ๒๕๖๑ เป็นจำนวนเงิน ๑๕,๕๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันห้าร้อยบาทถ้วน)

๑. ค่าวัสดุและอุปกรณ์การทำพืชมเส่น้ำ (สาริต) ๑ ชุด จำนวนเงิน ๓,๐๐๐ บาท

๒. ค่าอาหาร/อาหารว่างและค่าเครื่องดื่ม ๑๒๕ บาท/คน (๑๒๕x๑๐๐) จำนวนเงิน ๑๒,๕๐๐ บาท

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และประสบการณ์อันเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ

๒. ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ พบปะเพื่อนในวัยเดียวกัน

๓. มีการประสานงานและเสริมสร้างบทบาทการมีส่วนร่วมของทุกส่วนของสังคมในการดูแลผู้สูงอายุ

๔. ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในการทำโครงการครั้งนี้

การประเมินผล

๑. ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และประสบการณ์อันเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ จากการถาม ตอบ ผู้สูงอายุ

๒. ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ พบปะเพื่อนในวัยเดียวกัน ทุกๆ ๑ เดือน

๓. ประสานงานและเสริมสร้างบทบาทการมีส่วนร่วมของทุกส่วนของสังคมในการดูแลผู้สูงอายุโดยมีอสม.

๔. จากการทำแบบสอบถามความพึงพอใจในผู้สูงอายุ

จนท. และองค์กรอื่นในการมีส่วนร่วม

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เขียนโครงการ
(นางปทุมมาศ โลหะจินดา)
นักวิชาการสาธารณสุข ชำนาญการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอโครงการ
(นางรีนา โต๊ะเจ๊ะ)
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ตำบลบ้านควน

ตารางการอบรม โครงการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ (ชมรมตำบลบ้านควน)

ปีงบประมาณ ๒๕๖๑

<u>เวลา</u>	<u>กิจกรรม</u>
๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๓๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ
๐๙.๓๐ น. - ๑๐.๐๐ น.	พิธีเปิดโครงการ
๑๐.๐๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	บรรยาย เรื่อง ความรู้การป้องกันโรค ความดัน เบาหวาน อัมพฤกษ์ อัมพาต ฯลฯ
๑๑.๐๐ น. - ๑๑.๑๕ น.	พักรับประทานอาหารว่าง
๑๑.๑๕ น. - ๑๒.๑๕ น.	บรรยาย เรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย อาหารและโภชนาการของ ผู้สูงอายุ
๑๒.๑๕ น. - ๑๓.๑๕ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๑๕ น. - ๑๔.๑๕ น.	สาธิตการทำพืมน้ำ
๑๔.๑๕ น. - ๑๔.๓๐ น.	พักรับประทานอาหารว่าง
๑๔.๓๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	กิจกรรมนันทนาการ พบปะ / ผู้สูงอายุร่วมกันออกกำลังกาย สรุปประโยชน์ที่ได้รับจากการจัดกิจกรรม

- **หมายเหตุ**
- ผู้สูงอายุที่ร่วมโครงการให้นำผ้าขนหนูผืนเล็ก เพื่อใช้ในการออกกำลังกาย
 - ผู้สูงอายุแต่งกายที่สามารถร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ตามมติการประชุมคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านควนครั้งที่ ๑ / ๒๕๖๑ เมื่อวันที่ ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๐ ผลการพิจารณาโครงการ ดังนี้

อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุน โครงการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ (ชมรมตำบลบ้านควน) ปีงบประมาณ ๒๕๖๑ จำนวน ๑๕,๕๐๐.๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นห้าพันห้าร้อยบาทถ้วน)

เพราะ โครงการดังกล่าวจัดอยู่ในประเภทที่ ๑ สนับสนุนหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงาน สาธารณสุข

ไม่อนุมัติ งบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายในวันที่

.....๓๐ กันยายน ๒๕๖๑.....

ลงชื่อ

(นายภูตานันท์ หลังจิ)

ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านควน

วันที่ ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๐