

**แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลท่าลื้อ**

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการดูแลสุขภาพในวัยผู้สูงอายุ

เรียน ประธานกรรมการและกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลท่าลื้อ

ด้วยหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน(ระบุชื่อ) ชมรม อสม. หมู่ที่ ๑ บ้านท่าลื้อ มีความประสงค์จะจัดทำโครงการดูแลสุขภาพในวัยผู้สูงอายุ ในปีงบประมาณ ๒๕๖๑ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลท่าลื้อ เป็นเงิน ๘๖๖๐ บาท โดยมีรายละเอียด โครงการดังนี้

**ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดโครงการ**

**หลักการและเหตุผล**

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ร่างกายเสื่อมถอยลงเรื่อยๆ เกิดจากการที่ระบบต่างๆทำงานได้ลดลง ทำให้สุขภาพเสื่อมถอยตามไปด้วยเราไม่สามารถแก้ไขความเสื่อมของร่างกายได้ แต่ในวัยผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองเบื้องต้นเพื่อให้มีสุขภาพที่ดีได้ การดูแลเรื่องโภชนาการ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง ลดหวาน มัน เค็ม ทานอาหารที่ย่อยง่าย หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ควบคุมน้ำหนัก อารมณ์ดี ตรวจสอบสุขภาพประจำปี

ดังนั้น เพื่อให้เกิดการดูแลสุขภาพอย่างทั่วถึง ชมรม อสม. หมู่ที่ ๑ บ้านท่าลื้อ จึงได้จัดทำโครงการดูแลสุขภาพให้กับผู้สูงอายุขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และเกิดความร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

**๑.วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพของตนเอง และส่งเสริมให้มีการดูแลซึ่งกันและกันในกลุ่ม
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีความสุข
๓. ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมต่างๆ มีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ต่างๆ

## ๒. วิธีดำเนินการ

๑. จัดประชุมคณะกรรมการกองทุนฯ ร่วมกับชมรม อสม. หมู่ที่ ๑ บ้านท่าล้อ เทศบาลตำบลท่าล้อ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขาคิน และอาสาสมัครสาธารณสุข (อสม) เพื่อร่วมวางแผนการดำเนินงานตามโครงการ
๒. การอบรมให้ความรู้การดูแลสุขภาพในผู้สูงอายุ และการดำเนินโครงการให้ชุมชนได้เข้ามามีส่วนร่วม
๓. ดำเนินกิจกรรมตาม โครงการ

## ๓. ระยะเวลาดำเนินการ

ปีงบประมาณ ๒๕๖๑ (ทุกวันที่ ๔ ของเดือน)

## ๔. สถานที่ดำเนินการ

โรงอาหารโรงเรียนวัดท่าล้อ หมู่ ๑ ตำบลท่าล้อ อำเภอท่าม่วง จังหวัดกาญจนบุรี

## ๕. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลท่าล้อ จำนวน ๘,๗๖๐ บาท

รายละเอียด ดังนี้

- |  |                    |
|--|--------------------|
| - ค่าป้ายโครงการ ขนาด ๑.๒๐ ม. x ๓.๐๐ ม. x ๑ ปี               | เป็นเงิน ๓๖๐ บาท   |
| - ค่าจ้างทำอาหารและน้ำดื่ม จำนวน ๖๐ คน ๆ ละ ๕๐ บาท x ๒ เดือน | เป็นเงิน ๖,๐๐๐ บาท |
| - ค่าวิทยากรให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพ                    |                    |
| จำนวน ๑ คน x ๒ เดือน x ๒ ชั่วโมง x ๖๐๐ บาท                   | เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท |

\*ค่าใช้จ่ายสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายตามจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการและค่าใช้จ่ายที่จ่ายจริง

## ๖. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุเห็นความสำเร็จของการดูแลสุขภาพของตนเอง มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในกลุ่ม
๒. ผู้สูงอายุมีการเข้าใจในการปฏิบัติตนเพื่อลดภาวะการเกิดโรค
๓. ผู้สูงอายุมีความตื่นตัว มีส่วนร่วมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน ดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า ใช้ชีวิตอย่างมีความสุข และมีสุขภาพที่แข็งแรง

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 ชมรมอาสาสมัครสาธารณสุข หมู่ที่ 1

- 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/หน่วยงาน อื่น [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 (ตามแนบท้ายประกาศคณะอนุกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ 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 การคัดกรองและดูแลรักษาภาวะเรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 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 กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
  - 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 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - 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 การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- 7.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อ สุขภาพ
- 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ).....
- 7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]
  - 7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ).....

ลงชื่อ ปัทมา ทวีสวรรณ ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
(นางลักขณา ตวงสุวรรณ)

ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 1  
วันที่ ๑๒ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

## กำหนดการ

- เวลา ๐๗.๓๐น. ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ
- เวลา ๐๘.๐๐น. เจ้าหน้าที่และชมรม อสม. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านเขาคิน บริการชั่งน้ำหนัก  
วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต ตรวจเบาหวาน ให้กับผู้เข้าร่วมโครงการ
- เวลา ๐๘.๐๐น. วิทยากรบรรยายให้ความรู้ และฝึกปฏิบัติ เรื่อง "การดูแลสุขภาพและการออกกำลังกาย  
ผู้สูงอายุ"
- เวลา ๑๒.๐๐น. รับประทานอาหาร
- เวลา ๑๓.๐๐น. แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน คอบข้อซักถาม
- เวลา ๑๔.๓๐น. จบโครงการ

หมายเหตุ เวลาสามารถปรับเปลี่ยน

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....เทศบาลตำบลท่าล้อ.....  
ครั้งที่ .....2.... / 2561..... เมื่อวันที่ .....23...มกราคม...2561..... ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน .....8,760..... บาท

เพราะ .....โครงการดูแลสุขภาพในวัยผู้สูงอายุ เป็นโครงการที่เป็นประโยชน์ต่อกลุ่มผู้สูงอายุ ในการ  
สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงาน อื่น

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายใน 30 วัน  
เมื่อดำเนินโครงการเสร็จสิ้น

ลงชื่อ .....

(.....นายมนตรี กาญจน์บริรักษ์.....)

ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ ทต.ท่าล้อ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 23 มกราคม 2561