

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ตำบลท่าเรือ
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ มีความประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ตำบลท่าเรือ ในปีงบประมาณ 2560 โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ เป็นเงิน 10,000 บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ส่วนที่ 1 :รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียด)

1. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยมีผู้สูงอายุเกิน 60 ปี ประมาณ 10 ล้านคน จำนวนและสัดส่วนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง คาดว่าผู้สูงอายุจะเพิ่มเป็นร้อยละ 21 และ 24 ของประชากรรวม ในอีกสิบและสิบสี่ปีข้างหน้าตามลำดับ และสังคมไทยจะก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ ตามนิยามของสหประชาชาติ ในปี พ.ศ. 2568 กล่าวคือ ทุกๆ 5 คนที่เดินผ่านไป จะมีผู้สูงอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป 1 คน และทุกๆ 100 คนที่เดินผ่านไป จะมีผู้สูงอายุเกิน 65 ปีขึ้นไปถึง 14 คน โดยจะเพิ่มเป็น 20.5 ล้านคนในปี 2583 ขณะเดียวกันสัดส่วนของผู้สูงอายุวัยปลายก็มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเช่นกันอายุเฉลี่ยของหญิงไทยอยู่ที่ 78.4 ปี ในขณะที่ชายไทยมีอายุเฉลี่ย 71.6 ปี (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทยและสถาบันวิจัยประชากรและสังคม 2558) จากการประเมินคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน 6,394,022 คน ในปี 2558 โดยกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ร้อยละ 79 (5 ล้านคน) คือผู้สูงอายุติดสังคม หรือกลุ่มที่ยังช่วยเหลือตัวเองได้ ทำกิจกรรมต่างๆ ได้ และอีกร้อยละ 21 (1.3 ล้านคน) คือผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงหรือเรียกว่ากลุ่มติดบ้าน ติดเตียง และต้องการดูแลทั้งด้านสุขภาพและสังคม ตำบลท่าเรือมีผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงหรือกลุ่มติดบ้านติดเตียง จำนวน 12 คน จากผู้สูงอายุทั้งหมด 452 คน ผลการประเมินการทำกิจวัตรประจำวันขั้นพื้นฐาน (ADL) เป็นผู้สูงอายุที่ติดสังคม ร้อยละ 95.65 ติดบ้าน ร้อยละ 3.10 และติดเตียงร้อยละ 1.24 (ข้อมูลงาน อผส. กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ)

จากการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมทางสังคม เศรษฐกิจ ประกอบกับความเจริญด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่สูงขึ้น ส่งผลให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปรับตัวไม่ทันต่อสถานการณ์ต่างๆ ก่อให้เกิดภาวะด้านจิตใจ เกิดความเครียด ขาดการพักผ่อนหย่อนใจ ส่งผลกระทบให้การดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ขาดความสนใจในการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม และการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสมพอควร ดังนั้น เพื่อให้มีภาวะโภชนาการดี ลดการเจ็บป่วยของโรคต่างๆ และความพิการซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ จากสาเหตุของโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดในสมอง เป็นต้น ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ (ศพอส.) จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนตำบลท่าเรือ ขึ้น ดังนั้น เพื่อให้ผู้สูงอายุในพื้นที่ได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างถูกต้อง และเกิดความร่วมมือดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง

2. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจ สังคม

2. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้จักการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุตามกฎหมาย

3.เป้าหมาย

- 3.1 เชนงปริมาณ : ผู้สูงอายุ จำนวน 60 คน
: จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้และฝึกปฏิบัติ

3.2 เชนงคุณภาพ : ผู้สูงอายุในตำบลท่าเรือมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจ สังคมตลอดจนมีความรู้เกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุตามกฎหมาย

4.วิธีดำเนินการ

- 1.ประชุมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเพื่อหาแนวทางในการดำเนินงาน
- 2.เขียนโครงการเพื่อเสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ
- 3.ประสานประธานชมรมผู้สูงอายุ เพื่อขอความร่วมมือและร่วมกำหนดแผนดำเนินงานและกำหนดกิจกรรม พร้อมนัดหมายผู้สูงอายุเข้าร่วม กิจกรรมตามกำหนดแผนการดำเนินงานที่วางไว้
- 4.ประสานทีมวิทยากร และจัดเตรียมสถานที่สำหรับดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ
- 5.จัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุเรื่องสิทธิผู้สูงอายุตามกฎหมายและการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม , การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
- 6.จัดอบรมออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ (สอนวิธีการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ)
- 7.สรุปปัญหาและหาแนวทางแก้ไข
- 8.สรุปผลการปฏิบัติงานโครงการ และประเมินผลโครงการ

5.ระยะเวลาดำเนินการ

กรกฎาคม - สิงหาคม 2560

6.สถานที่ดำเนินการ

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ

7.งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลท่าเรือ จำนวน 10,000.- บาท รายละเอียด ดังนี้

7.1 ค่าใช้จ่ายสำหรับการอบรม

- | | |
|--|--------------------|
| - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 60 คน ๆ ละ 45 บาท/มื้อ จำนวน 1 มื้อ | เป็นเงิน 2,700 บาท |
| - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 60 คน ๆ ละ 25 บาท/มื้อ จำนวน 2 มื้อ | เป็นเงิน 3,000 บาท |
| - ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 4 ชั่วโมง ๆ ละ 600 บาท | เป็นเงิน 2,400 บาท |

7.2 ค่าวัสดุ

- | | |
|---|--------------------|
| - ค่าป้ายโครงการฯ ขนาด 1 x 3 เมตร ในราคาตารางเมตรละ 150 บาท | เป็นเงิน 450 บาท |
| - ค่าเอกสารประกอบการอบรม | เป็นเงิน 1,450 บาท |
| - เอกสารใบความรู้ จำนวน 60 ชุด ๆ ละ 24 บาท | เป็นเงิน 1,440 บาท |
| - ปากกา จำนวน 2 ด้าม ๆ ละ 5 บาท | เป็นเงิน 10 บาท |

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 10,000.- บาท (หนึ่งหมื่นบาทถ้วน)

/ผลที่คาดว่าจะได้รับ...

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมของตนเองได้
2. ผู้สูงอายุรู้จักการดูแลสุขภาพ มีความตื่นตัว มีส่วนร่วมในชุมชน ดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า และมีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรง
3. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุตามกฎหมาย

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ

ลงชื่อ



ผู้เสนอโครงการ

(นายอิน เตาวะโต)

ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ

8. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ
การจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติ
แล้ว)

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

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ

8.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

8.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล

8.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.

8.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน

8.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

8.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ
7(1)]

8.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น
[ข้อ 7(2)]

8.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)]

8.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)]

8.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]

8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ.
2557)

8.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

8.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

8.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

8.3.4 กลุ่มวัยทำงาน

8.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ

8.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

8.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

8.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

8.4.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

- 8.4.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- 8.4.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.1.5 การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 8.4.1.6 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 8.4.1.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8.4.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

8.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- 8.4.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.2.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- 8.4.2.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 8.4.2.7 การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8.4.2.8 อื่นๆ (ระบุ)

8.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- 8.4.3.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.3.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.3.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.3.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 8.4.3.5 การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- 8.4.3.6 การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- 8.4.3.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรถ์ไม่พร้อม
- 8.4.3.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 8.4.3.9 อื่นๆ (ระบุ)

8.4.4 กลุ่มวัยทำงาน

- 8.4.4.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 8.4.4.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 8.4.4.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 8.4.4.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

- 8.4.4.5 การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- 8.4.4.6 การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- 8.4.4.7 การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภมิไม่พร้อม
- 8.4.4.8 การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- 8.4.4.9 อื่นๆ (ระบุ)

- 8.4.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
 - 8.4.5.1.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.5.1.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.5.1.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.5.1.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.5.1.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 8.4.5.1.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 8.4.5.1.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - 8.4.5.1.8 อื่นๆ (ระบุ)

- 8.4.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
 - 8.4.5.2.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.5.2.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.5.2.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.5.2.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.5.2.5 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
 - 8.4.5.2.6 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
 - 8.4.5.2.7 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
 - 8.4.5.2.8 การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
 - 8.4.5.2.9 อื่นๆ (ระบุ)

- 8.4.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
 - 8.4.6.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.6.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.6.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.6.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.6.5 การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - 8.4.6.6 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - 8.4.6.7 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

- 8.4.6.8 อื่นๆ (ระบุ)
- 8.4.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.7.1 การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - 8.4.7.2 การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - 8.4.7.3 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - 8.4.7.4 การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - 8.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
 - 8.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ)

กำหนดการฝึกอบรม

โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ตำบลท่าเรือ

วันที่ เดือน พ.ศ. 2560

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลท่าเรือ

เวลา 08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
เวลา 09.00 – 10.00 น.	พิธีเปิดการฝึกอบรม โดย นายกองค้การบริหารส่วนตำบลท่าเรือ
เวลา 10.00 – 12.00 น.	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ -อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ -สุขภาพจิตกับผู้สูงอายุ/การดูแลตนเองเพื่อคลายเครียด
เวลา 12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา 13.00 – 14.00 น.	สิทธิผู้สูงอายุตามกฎหมายและการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ (ร่างกาย จิตใจ สังคม) โดย
เวลา 14.00 – 15.00 น.	ฝึกปฏิบัติ “การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ” โดย นายบุญยืน ทองเงิน ผอ.รพ.สต.แปะ-ระใต้
เวลา 15.00 – 16.30 น.	สรุปผลการดำเนินกิจกรรมและปิดการอบรม

หมายเหตุ : เวลาอาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

- พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา 10.00 – 10.15 น.
และเวลา 15.00 – 15.15 น.