



## แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด

เรื่อง ขอเสนอโครงการผู้สูงอายุจิตแจ่มใส ร่างกายแข็งแรง

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด

ด้วยศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลคลองขุด มีความประสงค์จะจัดทำโครงการผู้สูงอายุจิตแจ่มใส ร่างกายแข็งแรง ในปีงบประมาณ ๒๕๖๑ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด เป็นเงิน ๑๙,๗๑๐ บาท โดยมีรายละเอียดโครงการ ดังนี้

ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดโครงการ (สำหรับผู้เสนอแผนงานโครงการ ลงรายละเอียด)

### ๑. หลักการและเหตุผล

ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่า มีประสบการณ์ชีวิต และได้ทำประโยชน์ให้กับสังคมในการพัฒนาประเทศชาติมาอย่างยาวนาน ซึ่งนับวันจะมีจำนวนมากขึ้น ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสุขภาพกาย เช่น การเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ อุบัติเหตุโรคข้อเสื่อม ความดันโลหิตสูง เบาหวาน สมอและหลอดเลือด ซึ่งปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญ ได้แก่ เรื่องออกกำลังกาย อาหาร อารมณ์ ส่งผลให้ร่างกายเจ็บป่วยง่าย การเจ็บป่วยด้านสุขภาพจิตในผู้สูงอายุ อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์มีความเศร้าใจกังวลใจ น้อยใจ เสียใจ และการอยู่ร่วมในสังคมของผู้สูงอายุบุตรหลานมักปล่อยให้โดดเดี่ยวขาดความยอมรับและความเชื่อถือด้านการพัฒนาสังคม เพื่อให้การดำเนินการพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุ เป็นไปอย่างต่อเนื่องเป็นรูปธรรมและเกิดการร่วมมือกัน หากสามารถทำให้ผู้สูงอายุเหล่านั้น ได้ออกกำลังกาย และนันทนาการอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่อง ก็จะทำให้มีสมรรถภาพทางร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง จิตใจแจ่มใสเบิกบาน เพราะร่างกายกับจิตใจนั้นมีความสัมพันธ์กัน การมีสมรรถภาพทางร่างกายที่ดีขึ้นขึ้นอยู่กับการดูแลตัวเองอย่างถูกต้อง จึงต้องมีการเตรียมตัวให้ผู้สูงอายุมีร่างกายแข็งแรง มีจิตใจที่เข้มแข็ง การออกกำลังกาย และการนันทนาการ เป็นสิ่งที่กระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้มารวมกลุ่มพบปะสังสรรค์ ร่วมกิจกรรม พูดคุยปรึกษากันในเรื่องต่างๆที่คนในวัยเดียวกันคุยกันเข้าใจ ก็จะทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวนั้นจะต้องมีสุขภาพที่ดีด้วย สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ไม่เป็นภาระแก่ลูกหลาน ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลคลองขุด จึงได้จัดทำโครงการผู้สูงอายุจิตแจ่มใส ร่างกายแข็งแรงขึ้น

### ๒. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ
๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพและแก้ปัญหาสุขภาพได้ด้วยตนเอง	ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพและแก้ปัญหาสุขภาพได้ด้วยตนเอง

### ๓. เป้าหมาย

ผู้สูงอายุ จำนวน ๑๐๐ คน

#### ๔. วิธีดำเนินการ

๑. ประชุมชี้แจงโครงการแก่สมาชิก
๒. จัดอบรมให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ
๓. จัดกิจกรรมเสริมพลังกายและใจในผู้สูงอายุ การสันทนากการต่างๆ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้  
ประสบการณ์
๔. สรุปและประเมินผลโครงการ

#### ๕. ระยะเวลาดำเนินการ

พฤษภาคม – กันยายน ๒๕๖๑

#### ๖. สถานที่

โรงเรียนบ้านคลองขุด

#### ๗. งบประมาณในการดำเนินการ

จากงบประมาณกองทุนประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด ประเภทที่ ๓ สนับสนุนให้ศูนย์เด็กเล็กหรือศูนย์อื่น หรือศูนย์พัฒนาเด็กเล็กและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ จำนวน ๑๙,๗๑๐ บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับประชุมชี้แจง ๓๐ คน ๆ ละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๗๕๐ บาท
  ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑๐๐ คน ๆ ละ ๒๕ บาท จำนวน ๒ มื้อ เป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท
  ๓. ค่าอาหารกลางวันผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑๐๐ คนๆ ละ ๖๐ บาท จำนวน ๑ มื้อ เป็นเงิน ๖,๐๐๐ บาท
  ๔. ค่าสถานที่ เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
  ๕. ค่าวัสดุอุปกรณ์ (ค่าห่วงยาง, ลูกโป่ง) เป็นเงิน ๕๐๐ บาท
  ๖. ค่าเช่าเครื่องเสียง จำนวน ๑ วัน เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท
  ๗. ค่าวัสดุอุปกรณ์อื่นๆที่ใช้ในโครงการ ( ค่าเช่าเล่มและการจัดรูปเล่มหลักฐานเอกสาร ค่าถ่ายเอกสาร ค่าพรินรูป เป็นเงิน ๕๐๐ บาท
  ๘. ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๓ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
  ๙. ค่าตอบแทนวิทยากรกลุ่ม จำนวน ๓ คน ๆ ละ ๓ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๕,๔๐๐ บาท
  ๑๐. ป้ายไว้นิลโครงการ ขนาด ๑x๓ เมตร จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๓๖๐ บาท
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๙,๗๑๐ บาท

\*\*\*\*\* ขออภัยทุกรายการตามที่จ่ายจริง

#### ๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

##### ผลผลิต

๑. ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ร้อยละ ๘๐
๒. ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพและแก้ปัญหาสุขภาพได้ด้วยตนเอง ร้อยละ ๘๐

##### ผลลัพธ์

ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพและแก้ปัญหาสุขภาพได้ด้วยตนเอง มีสมรรถภาพทางร่างกายที่แข็งแรง จิตใจแจ่มใสเบิกบาน มีอายุยืนยาว สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ไม่เป็นภาระแก่ลูกหลาน ชุมชน และสังคม



## ๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ชื่อ นางประไพ อุบลพงษ์

ตำแหน่ง ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลคลองขุด

ที่อยู่ บ้านเลขที่ ๘๓๘ หมู่ที่ ๔ ตำบลคลองขุด อำเภอเมือง จังหวัดสตูล

เบอร์โทรศัพท์ ๐๘๙-๖๕๓๑๖๕๙, ๐๗๔- ๗๔๐๕๘๓

## ๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ  
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อพท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

### ๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ.

๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลคลองขุด

๑๐.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.

๑๐.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อพท. 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(๒)]

หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]

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 (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ.

๒๕๕๗)

๑๐.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

๑๐.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

๑๐.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

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

๑๐.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

๑๐.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๑๐.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- ๑๐.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ๑๐.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๑๐.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๑๐.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๑๐.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๑๐.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๑๐.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๑๐.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๑๐.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๑๐.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ

อารมณ์

- ๑๐.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๑๐.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๑๐.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๑๐.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

- ๑๐.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๑๐.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๑๐.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๑๐.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยน

สิ่งแวดล้อมในการทำงาน

- ๑๐.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๑๐.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม



- ๑๐.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๑๐.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- 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 การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๑๐.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๐.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - ๑๐.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๐.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๐.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๐.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๐.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - ๑๐.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - ๑๐.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - ๑๐.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - ๑๐.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
  - ๑๐.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
    - ๑๐.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
    - ๑๐.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
    - ๑๐.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
    - ๑๐.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
    - ๑๐.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
    - ๑๐.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
    - ๑๐.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
    - ๑๐.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๐.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๐.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๑๐.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๑๐.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๑๐.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๑๐.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

๑๐.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ..... นางประไพ อุบลพงษ์ .....ผู้เสนอโครงการ  
(นางประไพ อุบลพงษ์)

ตำแหน่ง ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลคลองขุด  
วันที่ ๒๗ เมษายน พ.ศ.๒๕๖๑

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลง  
รายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลคลองขุด ครั้งที่ ๗/๒๕๖๑  
เมื่อวันที่ ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๖๑ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนโครงการผู้สูงอายุจิตแจ่มใส รำกายแข็งแรง จำนวน ๑๙,๗๑๐  
บาท

เพราะ เป็นการส่งเสริมสุขภาพ ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีร่างกายแข็งแรง มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีอายุยืนยาว  
จะต้องมีสุขภาพที่ดีด้วย สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ไม่เป็นภาระแก่ลูกหลาน ชุมชน สังคม และประเทศชาติ

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

.....

ให้รายงานผลความสำเร็จของโครงการตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน ๓๐ วัน หลังจากเสร็จสิ้น  
โครงการ ในปีงบประมาณ ๒๕๖๑

ลงชื่อ..... A. ชาติ .....  
(นายชาติ ชินอรธรพร)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ  
เทศบาลตำบลคลองขุด  
วันที่-เดือน-พ.ศ. 17 พ.ค. 2561 .....

กำหนดการ  
โครงการผู้สูงอายุจิตแจ่มใส ร่างกายแข็งแรง  
ณ โรงเรียนบ้านคลองขุด  
\*\*\*\*\*

เวลา	๐๘.๐๐ น. - ๐๘.๓๐ น.	ลงทะเบียน
	๐๘.๓๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	พิธีเปิดโดยนายกเทศมนตรีตำบลคลองขุด
	๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	อบรมและฝึกปฏิบัติให้ความรู้เรื่องการดูแล และปฏิบัติตนให้ร่างกายแข็งแรง และจิตใจแจ่มใส
	๑๒.๐๐ น.-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
	๑๓.๐๐ น.-๑๖.๐๐ น.	กิจกรรมกลุ่ม การเสริมพลังให้ผู้สูงอายุ
	๑๖.๐๐ น.-๑๖.๓๐ น.	ซักถาม แลกเปลี่ยน

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๓๐ น.-๑๐.๔๕ น.  
และเวลา ๑๔.๓๐ น.-๑๔.๔๕ น.