

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลมะรือโบตก  
อำเภอระแงะ จังหวัดนราธิวาส

รหัสโครงการ	๒๑ - L๘๓๐๒ - - - - ปี-รหัสกองทุน ๕ ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการ ส่งเสริมสุขภาพ สุขกาย สุขใจ ใกล้เคียงธรรม
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลมะรือโบตก
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบต. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะรือโบตก ๑.นายต่อละ มะเซ็ง ๒.นายกอรี่ เปาะดิง ๓.นายหาซัน ยาซูโก๊ะ ๔.นายเจ๊ะแมง มาหามะ ๕.นายสกรี อะ
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่...๑.เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๑. ถึง วันที่...๓๑.เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๑
งบประมาณ	จำนวน... ๔๑,๕๕๐.....บาท
หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)	<p>ผู้สูงอายุถือว่าเป็นบุชณียบุคคลของสังคมที่มีคุณค่ายิ่ง เนื่องจากท่านได้ผ่านประสบการณ์มามาก และเป็นกำลังสำคัญของสังคมมาก่อน จำเป็นอย่างยิ่งที่คนรุ่นหลังต้องให้ความสำคัญ ให้ความยกย่อง ให้ความดูแลผู้สูงอายุเหล่านี้ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสุขภาพจิตสุขภาพที่แข็งแรง สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคม อย่างมีคุณค่าและมีความสุข</p> <p>เทศบาลตำบลมะรือโบตก ปัจจุบันมีผู้สูงอายุ จำนวน ๗๑๐คนชาย ๓๔๗ คน หญิง ๓๖๓ คน ผู้สูงอายุที่สมัครเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะรือโบตก จำนวน ๗๑๐ คนคิดเป็นร้อยละ ๘๐ ของผู้สูงอายุทั้งตำบล ทั้งนี้ ผู้สูงอายุบางคนแข็งแรงประกอบอาชีพหาเลี้ยงตนเอง และครอบครัวได้แต่บางคนรุ่นเดียวกันมีปัญหาด้านสุขภาพ มีโรคประจำตัว ติดเตียง ติดบ้าน เมื่อมีอายุมากขึ้นความเสื่อมโทรมของร่างกายก็มีมากขึ้นด้วย ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลพิจิตร์ได้ตระหนักแล้วว่าควรจัดกิจกรรมให้ความรู้กับผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องทุกปี เพื่อเพิ่มศักยภาพด้านความรู้ ความเข้าใจ และมีทัศนคติที่ดีในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ด้านการ</p>

ดูแลสุขภาพกาย และจิตใจ ให้แข็งแรงสามารถดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัว ชุมชน และสังคม อย่างปกติสุข จึงได้จัดโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงวัยสุขภาพกาย สุขใจใกล้ธรรม		
<b>วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)</b> ๑. ประชุมคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะรุ้อบตงเพื่อหาปัญหา ความต้องการ ๒. เพื่อจัดทำแผนงาน โครงการและกิจกรรม ๓. จัดทำโครงการเพื่อขอสนับสนุนงบประมาณ ๔. จัดเตรียมอุปกรณ์ สถานที่ และประสานทีมวิทยากร ๕. ดำเนินการตามโครงการฯ ดังนี้ - จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในด้ยสุขภาพกาย และใจ (บรรยายธรรม) - กิจกรรมคัดกรอง ตรวจสุขภาพ - กิจกรรมพิบพันความจำ โดยทีมสันทนาการของเทศบาลฯ ๖. ประเมินและสรุปผลการดำเนินงานโครงการฯตามตัวชี้วัดโครงการ		
<b>ผลที่คาดว่าจะได้รับ</b> ๑. ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพตนเอง ๒. ผู้สูงอายุที่พึ่งพิงตนเองได้ มีสุขภาพและจิตใจที่สมบูรณ์แข็งแรง เป็นผู้สูงวัยที่มูลค่าพึ่งพาตนเอง เป็นต้นแบบในการดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัว ชุมชน และสังคมอย่างปกติสุข ๓. ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมร่วมกัน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพ		
	<b>เป้าหมาย/วัตถุประสงค์</b>	<b>ตัวชี้วัด</b>
<b>วัตถุประสงค์</b>		<b>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</b>
๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพของตนเอง		- ร้อยละ ๘๐ ของกลุ่มเป้าหมาย สามารถดูแลตนเอง
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่พึ่งพิงตนเองได้มีสุขภาพกายและจิตใจที่สมบูรณ์แข็งแรง เป็นผู้สูงวัยที่มูลค่าพึ่งพาตนเอง สามารถดำรงชีวิตอยู่ในครอบครัว ชุมชน และสังคมอย่างปกติสุข		- ผู้สูงอายุได้รับการดูแลสุขภาพทางกาย ใจ สมอง

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑. จัดอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองในด้ยสุขภาพกาย และใจ	- ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อๆละ ๒๕.- บาท จำนวน ๒๐๐ คน เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐.- บาท - ค่าอาหารเที่ยง จำนวน ๑ มื้อๆละ ๗๐.- บาท จำนวน ๒๐๐ คน เป็นเงิน ๑๔,๐๐๐.- บาท - ค่าสมนาคุณวิทยากร จำนวน ๕ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐.-บาท - ค่าเช่าเต็นท์พร้อมเก้าอี้ จำนวน ๔ หลังๆละ ๘๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๒๐๐ บาท - ค่าเช่าเครื่องเสียง จำนวน ๑ ชุด เป็นเงิน	

		๑,๕๐๐.- บาท - ป้ายไว้นิลโครงการ ขนาด ๑.๕ * ๓.๐๐ ม. เป็นเงิน ๑,๑๒๕.- บาท - ค่าวัสดุอุปกรณ์ จำนวน ๘,๗๒๕.- บาท	
๒.กิจกรรม	จัดกิจกรรม ตรวจสอบสุขภาพ		
๓.	-กิจกรรมพบทวนความจำ โดยทีมสนับสนุนการของเทศบาลฯ		
		รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๔๑,๕๕๐.- บาท (สี่หมื่นหนึ่งพันห้าร้อยห้าสิบบาทถ้วน) ***หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถ่าย เปลี่ยนได้***	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)  
ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน .....ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะรุ่ยโอบตก

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ..... ผู้สูงอายุ ๖๕ ปีขึ้นไป จำนวน ๕๐๐ คน
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....

๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

- ๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม

- ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ

- ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

- ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

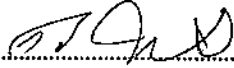
- ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ) .....

๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

- ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายต่อละ มะเซ็ง)

ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะริอโบตก.

วันที่ ๘ กุมภาพันธ์.พ.ศ.๒๕๖๑...

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

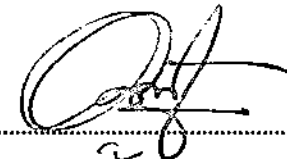
การประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ ๒๓๖๒๑๑๐๖ ๑๖ ๑๖  
ครั้งที่ ๑ / ๒๕ ๖๑ เมื่อวันที่ ๘ ๑ พ. ๒๕๖๑ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 41,550.- บาท  
เพราะ .....

ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

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

ลงชื่อ   
(วศบ ๑๑๖๖๖ สาขา ๖)  
ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครบุรีรัมย์  
วันที่-เดือน-พ.ศ. ๘ ๑ พ. ๒๕๖๑

## กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพ สุขกาย สุขใจ ไกล้ธรรม

วันพฤหัสบดี ที่ 5 เมษายน 2561

ณ ลานหน้าสำนักงานเทศบาลตำบลมะรือโบตก หมู่ที่ 5 ตำบลมะรือโบตก

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
09.00 - 09.30 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ลงทะเบียนผู้สูงอายุและผู้เข้าร่วมโครงการ</li> <li>● ชี้แจงรายละเอียดโครงการฯ</li> </ul> โดย กองสวัสดิการสังคม	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ตรวจสุขภาพทั่วไป (วัดความดัน, ชั่งน้ำหนัก, วัดรอบเอว)</li> </ul> โดย จนท. และ อสม.โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะรือโบตก จนท. และ อสม. กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลมะรือโบตก	
09.30 - 10.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● พิธีเปิดโครงการ</li> </ul> โดย นายอำมหัด สาเมาะ นายกเทศมนตรีตำบลมะรือโบตก	
10.00 - 12.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● การดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้น</li> <li>● การดูแลสุขอนามัยให้กับผู้สูงอายุ</li> <li>● การป้องกันอุบัติเหตุและการดูแลสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุ</li> <li>● การดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุให้แจ่มใสอยู่เสมอ</li> </ul> โดย อาจารย์รุสมัน หะยีมะลี จาก โรงเรียนบ้านบุเกะบางกง	
12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม	
13.00 - 16.00 น.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● การให้ความรู้การออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ</li> <li>● สาธิตการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ</li> </ul> โดย นายนุมาน หะยีบุยา ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ จาก รพ.สต.มะรือโบตก	

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มในระหว่างเวลาประมาณ 10.30 - 10.45 น.  
 และเวลา 14.30 - 14.45 น.  
 กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



กลับบ้านโดยสวัสดิภาพ