

**โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สร้างจิตสไต กายใจแข็งแรง  
ศูนย์สุขภาพชุมชน สมิตลา ประจำปี ๒๕๖๑**

ระยะเวลาดำเนินการ เดือนมกราคม ๒๕๖๑ - กันยายน ๒๕๖๑

**กลุ่มเป้าหมาย**

๑. ผู้สูงอายุและประชาชนภายในเขตรับผิดชอบของศูนย์สุขภาพชุมชน สมิตลา ๗ ชุมชน คือ ชุมชนแหลมทราย , ชุมชนแหล่งพระราม , ชุมชนไทรงาม , ชุมชนหลังตำหนักเขาน้อย , ชุมชนตีนเมรุฯ , ชุมชนศรีสุตาและ ชุมชนพิเศษตำรวจภูธร จำนวน ๓๐ คน

๒. คณะกรรมการโครงการ จำนวน ๑๐ คน  
รวมทั้งสิ้นจำนวน ๔๐ คน

**สรุปกิจกรรม ที่ได้ดำเนินการ มีดังนี้**

๑. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ออกกำลังกาย และกิจกรรมนันทนาการเสริมสร้างทักษะ ทุกวันศุกร์ที่ ๒ และ ๔ ของเดือน เวลา ๑๓.๓๐ น. - ๑๖.๐๐ น. ณ ศาลากลางบ้านแหลมทราย
  - กิจกรรมป้องกันการหกล้ม
  - กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้สูงอายุ
  - กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก ๔ อ. อาหาร , ออกกำลังกาย , อารมณ์ , อนามัยใน ผู้สูงอายุ
๒. กิจกรรมรดน้ำขอพรผู้สูงอายุ วันที่ ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๑
๓. กิจกรรมฐานเสริมพลังการเรียนรู้ผู้สูงอายุในชุมชนเขตรับผิดชอบของศูนย์สุขภาพชุมชนสมิตลา
๔. กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และศึกษาดูงานชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เขารูปช้าง วันที่ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๖๑

**๕. ผลการดำเนินงาน ตามตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ**

ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ	ค่าเป้าหมาย / เกณฑ์	ผลการดำเนินงาน ตามตัวชี้วัด
ผู้สูงอายุที่ร่วมกิจกรรมมีคุณภาพชีวิตในระดับดี	ร้อยละ ๘๐	ร้อยละผู้สูงอายุที่ร่วมกิจกรรมมีคุณภาพชีวิตในระดับดี ร้อยละ ๖๐
ผ่านการประเมินชมรมผู้สูงอายุ	ผ่านการประเมินชมรมผู้สูงอายุ	คณะกรรมการยังไม่ประเมิน จัดทะเบียนชมรมผู้สูงอายุชุมชนแหลมทราย วันที่ ๑๐ มกราคม ๒๕๖๑ จำนวนสมาชิก ๗๑ คน
สมาชิกชมรมเป็นผู้ป่วยเรื้อรังรายใหม่ น้อยกว่าเดิม	ร้อยละ ๕	สมาชิกชมรมเป็นผู้ป่วยเรื้อรังรายใหม่ ร้อยละ ๐ (ไม่มีสมาชิกเป็นผู้ป่วยรายใหม่ มีสมาชิกเป็นโรคเรื้อรังรายเก่าทั้งหมด ๖๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๙๑.๔๓)

สรุปค่าใช้จ่ายประมาณ

๑. ค่าประมาณ ที่ได้รับจัดสรร จำนวน ๓๕,๓๐๐ บาท

๒. ค่าประมาณ ที่ใช้จริง จำนวน ๓๕,๓๐๐ บาท ดังรายการ

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ออกกำลังกาย และกิจกรรมนันทนาการเสริมสร้างทักษะ ทุกวันศุกร์ที่ ๒ และ

วันจันทร์

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๓๐ คน x ๒๕ บาท x ๑๖ ครั้ง จำนวน ๑๒,๐๐๐ บาท

๒. ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๓ ชั่วโมง x ๕ ครั้ง จำนวน ๙,๐๐๐ บาท

๓. ค่าจัดทำคู่มือส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ๓๐ เล่ม x ๓๐ บาท จำนวน ๙๐๐ บาท

๔. ค่าไว้นิล จำนวน ๕๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมฐานเสริมพลังการเรียนรู้ผู้สูงอายุในชุมชนเขตตำบลบึงเมืองชุมชุมสุขภาพชุมชนสมิหลา เมื่อ

วันที่ ๒๔ กันยายน ๒๕๖๑

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๔๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ ครั้ง จำนวน ๒,๐๐๐ บาท

๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๔๐ คน x ๕๐ บาท x ๑ มื้อ จำนวน ๒,๐๐๐ บาท

๓. ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๓ ชั่วโมง x ๑ ครั้ง จำนวน ๑,๘๐๐ บาท

๔. ค่าวัสดุอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง จำนวน ๑,๐๐๐ บาท

กิจกรรมที่ ๓ กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และศึกษาดูงานชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเขารูปช้าง

วันที่ ๑๖ กรกฎาคม ๒๕๖๑

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๔๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ ครั้ง จำนวน ๒,๐๐๐ บาท

๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ๔๐ คน x ๕๐ บาท x ๑ มื้อ จำนวน ๒,๐๐๐ บาท

๓. ค่าตอบแทนวิทยากร ๖๐๐ บาท x ๓ ชั่วโมง x ๑ ครั้ง จำนวน ๑,๘๐๐ บาท

๔. ค่าจัดทำรูปเล่ม จำนวน ๓๐๐ บาท

รวมทั้งสิ้น จำนวน ๓๕,๓๐๐ บาท

เงิน คงเหลือ จำนวน - บาท

๔. ปัญหา อุปสรรค ในการดำเนินโครงการ

- ไม่มี -

๕. แนวทางการพัฒนา หรือแนวทางการปรับปรุงงาน

- ไม่มี -

ลงชื่อ กมลพันธ์ กุณฑโร หัวหน้าโครงการ

( นายกมลพันธ์ กุณฑโร )

ตำแหน่ง ประธาน อสม.ชุมชนแหลมทราย

วัน... 19 ... เดือน... 10 ... พ.ศ. ๒๕๖1

ลงชื่อ อมรา ไชยมงคล ผู้ตรวจสอบ

(นางสาวอมอร ไชยมงคล)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

วันที่ 26 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2561

ลงชื่อ  รับทราบ

(นายสมศักดิ์ ตันติเศรณี)

นายกเทศมนตรีนครสงขลา

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครสงขลา

วันที่ 28 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 61