

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา  
(แบบฟอร์มนี้เป็นตัวอย่าง กองทุน สามารถปรับเปลี่ยนหรือเพิ่มเติมรายละเอียดได้ ตามความเหมาะสม)

|   |   |
|---|---|
| รหัสโครงการ                                     | 63 – L5169 – 02 -<br>ปี - รหัสกองทุน 5 ตัว – ประเภท - ลำดับโครงการในหมวด  |
| ชื่อโครงการ / กิจกรรม                           | โครงการส่งเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน<br>ประจำปี 2566  |
| ชื่อกองทุน                                      | กองทุนหลักประกันสุขภาพพื้นที่ เทศบาลตำบลทุ่งลาน   |
|   | <input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ / สถานบริการ / หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)]<br><input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน / หน่วยงานอื่น [ข้อ 10 (2)]<br><input type="checkbox"/> สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก / ผู้สูงอายุ / คนพิการ [ข้อ 10(3)]<br><input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]<br><input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)] |
| หน่วยงาน / องค์กร / กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ | <input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.<br><input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล<br><input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.<br><input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา<br><input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน   |
| ชื่อองค์กร / กลุ่มคน (5 คน)                     | <b>ชื่อองค์กร</b> ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน<br><b>ประกอบด้วย</b><br>1. นายจรูญ      มลิวัลย์      ประธานกรรมการ<br>2. นายประยูร      ศรีสุข      กรรมการ<br>3. นายเวียง      คงชนะ      กรรมการ<br>4. นางชูลี      ศรีสุข      กรรมการ<br>5. นางทิพวรรณ      สุขขวด      กรรมการ   |
| วันอนุมัติ                                      |   |
| ระยะเวลาดำเนินโครงการ                           | ตั้งแต่ วันที่ 14 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2566<br>ถึง วันที่ 30 เดือน กันยายน พ.ศ. 2566  |
| งบประมาณ  | จำนวน 90,000 บาท (เก้าหมื่นบาทถ้วน)   |
|   |   |

## หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจากปัจจัยการลดลงของอัตราการเกิดและอายุขัยเฉลี่ยของประชากรที่ยืนยาวขึ้น ขณะเดียวกันผู้สูงอายุก็มียาวยืนยาวขึ้น อัตราการเพิ่มของจำนวนผู้สูงอายุในปัจจุบันสูงกว่าของประชากรโดยรวม ขณะเดียวกันอัตราการเพิ่มของจำนวนผู้สูงอายุวัยปลายก็สูงกว่าอัตราการเพิ่มของกลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น มีผลให้จำนวนและสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุของไทยเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย ปัญหาการเพิ่มของจำนวนผู้สูงอายุคาดว่าจะทวีความรุนแรงขึ้นในอีกสิบปีข้างหน้า แม้จะมีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ แต่สภาพจิตใจยังคงเป็นปกติเหมือนเดิม มีความรู้สึก และมีความสามารถทำหน้าที่การทำงานได้อย่างปกติ และตระหนักดีว่ายังไม่แก่จนทำอะไรไม่ได้ หรือยอมรับความบกพร่องของร่างกายและปัญหาสุขภาพ การเกิดโรคและการเจ็บป่วยทั้งร่างกายและจิตใจจนไม่สามารถช่วยตนเองได้ ต้องพึ่งพิงครอบครัว ญาติ ชุมชนและสังคม ผู้สูงอายุที่ได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย รวมทั้งผลของโรคเรื้อรังหรืออุบัติเหตุ จึงนำไปสู่ความถดถอยของร่างกาย เกิดภาวะพึ่งพา ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือช่วยเหลือตนเองได้น้อยหรือมีอาการสมองเสื่อม ทำให้ต้องอาศัยพึ่งพาเป็นภาระแก่ผู้ดูแลเกิดภาวะทุพพลภาพในที่สุด สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน เทศบาลตำบลตำบลทุ่งลาน อำเภอคลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา พบว่าในปี พ.ศ. 2559 มีผู้สูงอายุจำนวน 996 คน , ในปี พ.ศ. 2560 มีผู้สูงอายุจำนวน 1,034 คน , ในปี พ.ศ. 2561 มีผู้สูงอายุจำนวน 1,067 คน และปัจจุบันในปี พ.ศ. 2562 มีผู้สูงอายุ จำนวน 1,116 คน จากจำนวนประชากรทั้งหมด จำนวน 7,186 คน (ชาย 3,488 คน / หญิง 3,698 คน) คิดเป็น 15.55 เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งหมดในเขตเทศบาลตำบลทุ่งลาน ตำบลทุ่งลานได้เข้าสู่สังคมสูงวัย ผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น ผู้สูงอายุ 1,343 คน (17.83 %) ผู้สูงอายุพึ่งพิง 20 คน (ร้อยละ 1.48)

อีกทั้งสถานการณ์ปัจจุบันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19) หลายประเทศทั่วโลกต่างมีความตระหนัก มุ่งเน้นในเรื่องของการดูแล รักษา พัฒนาสุขภาพและพลาณามัย ที่ดีของประชาชนให้เกิดความสมบูรณ์ แข็งแรง ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อป้องกันมิให้ประชาชนติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID – 19) ซึ่งจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของคนในชาติ ซึ่งเมื่อคนในชาติมีคุณภาพก็จะเป็นผู้ที่พัฒนาประเทศชาติให้มีความเข้มแข็งเจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน โดยดำเนินการควบคู่ไปกับการให้ความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวอันเป็นพื้นฐานที่สำคัญของสังคม จัดให้ประชาชนมีที่อยู่อาศัยอย่างเหมาะสม รวมถึงการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต เสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี ครอบคลุมทั้งด้านกาย ใจ สติปัญญา และสังคม ส่งเสริมและพัฒนาการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงและมีจิตใจเข้มแข็ง ส่งเสริมและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นพลเมืองที่ดี มีคุณภาพและความสามารถสูงขึ้น

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ที่จะดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ป้องกันการเกิดโรคต่างๆ รวมทั้งฟื้นฟูสุขภาพเมื่อมีภาวะของโรค และควบคุมให้ภาวะของโรคเหล่านั้นมีอาการคงที่ไม่กำเริบรุนแรงหรือเสื่อมถอยมากกว่าเดิม จะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่า สามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคมและมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต ประกอบกับรัฐบาลได้มีนโยบายในเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีและการใช้ชีวิตอยู่ร่วมในสังคมอย่างมีความสุข สร้างสรรค์ และไม่ก่อภาระต่อสังคมในอนาคต โดยจัดเตรียมระบบการดูแลในบ้าน สถานพักฟื้นและโรงพยาบาล ที่เป็นความร่วมมือของภาครัฐ ภาคเอกชน ชุมชน และครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงิน การคลังสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ

ในการนี้ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน เทศบาลตำบลตำบลทุ่งลาน อำเภอคลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา จึงได้จัดทำ โครงการส่งเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน ประจำปี พ.ศ. 2566 ขึ้น

## เป้าหมาย

ผู้สูงอายุในพื้นที่ หมู่ที่ 1 - 9 ตำบลทุ่งลาน อำเภอคลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา จำนวน 60 คน  
ซึ่งประกอบด้วยหมู่บ้านต่าง ๆ รายละเอียดดังนี้

1. หมู่ที่ 1 บ้านย่านยาว – บ้านทุ่งต้นขาม
2. หมู่ที่ 2 บ้านทุ่งแม่บัว
3. หมู่ที่ 3 บ้านมะพร้าว
4. หมู่ที่ 4 บ้านควน
5. หมู่ที่ 5 บ้านโคกพยอม
6. หมู่ที่ 6 บ้านทุ่งเจริญ
7. หมู่ที่ 7 บ้านท่าหรั่ง
8. หมู่ที่ 8 บ้านพรุกง – แม่คล้า
9. หมู่ที่ 9 บ้านมะพร้าวออก

## พื้นที่ดำเนินการ

เทศบาลตำบลทุ่งลาน ตำบลทุ่งลาน อำเภอคลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา หรือ สถานที่อื่น ๆ ตามความเหมาะสม  
ในกิจกรรมนั้น ๆ

## วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

1. ประชุมปรึกษาหารือเรื่องการจัดโครงการ ร่วมกับ ชมรมผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน , โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลทุ่งลาน (ปูชนียวิทยาลัย) , ชมรมกำนัน – ผู้ใหญ่บ้านตำบลทุ่งลาน และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง
2. สำรวจสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในตำบลทุ่งลาน ประชุมปรึกษาหารือ กำหนดแนวทางกำหนดรูปแบบกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ร่วมกับ เทศบาลตำบลทุ่งลาน , ชมรมผู้สูงอายุตำบลทุ่งลาน , โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลทุ่งลาน (ปูชนียวิทยาลัย) , ชมรมกำนัน - ผู้ใหญ่บ้านตำบลทุ่งลาน , โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุ่งลาน , สถานศึกษาต่าง ๆ ในเขตเทศบาลตำบลทุ่งลาน และหน่วยงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง
3. จัดทำโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ ฯ จาก กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลทุ่งลาน
4. เสนอโครงการเพื่อขอรับความเห็นชอบ และอนุมัติโครงการ ฯ จาก กองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลทุ่งลาน
5. แต่งตั้งคณะกรรมการและคณะทำงานดำเนินการโครงการ ฯ
6. ประชุมชี้แจงคณะกรรมการและคณะทำงานเพื่อมอบหมายงานให้กับฝ่ายต่าง ๆ
7. ประชาสัมพันธ์ / รับสมัคร / ประสานงานหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง
8. จัดเตรียมวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่ต่าง ๆ ที่ใช้ในโครงการ
9. ดำเนินการจัดกิจกรรมตามโครงการ ฯ
10. ติดตาม ประเมิน สรุปผลการปฏิบัติงาน และรายงานผลการดำเนินงานเพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินการในปีต่อไป

### วิธีดำเนินการ (บรรยายเพิ่มเติม)

1. ประชุมเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเพื่อหาแนวทางในการดำเนินงาน
2. เขียนโครงการเพื่อเสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุน ฯ
3. ประสานประสานชมรมผู้สูงอายุ และโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลทุ่งลาน (ปูชนียวิทยาลัย) เพื่อขอความร่วมมือและร่วมกำหนดแผนดำเนินงานและกำหนดกิจกรรม พร้อมนัดหมายผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมตามกำหนดแผนการดำเนินงานที่วางไว้
4. ประสานทีมวิทยากร และประสานจัดเตรียมสถานที่สำหรับดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ
5. จัดซื้อ / จัดจ้างวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมตามโครงการ จัดทำเอกสารแผ่นพับ เอกสารคู่มือความรู้
6. จัดกิจกรรมตรวจประเมินภาวะสุขภาพและให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุเรื่องสิทธิผู้สูงอายุตามกฎหมายและการเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านสังคม , การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ (การออกกำลังกาย) , การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ (อาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ) , การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ (การดูแลสุขภาพช่องปาก) , สุขภาพจิตกับผู้สูงอายุ / การดูแลตนเองเพื่อคลายเครียด , กายภาพบำบัดสำหรับผู้สูงอายุ , ภูมิปัญญาชาวบ้านกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ (แพทย์แผนไทยกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ) และการใช้ยาในผู้สูงอายุ
7. สรุปปัญหาและหาแนวทางแก้ไข
8. สรุปผลการปฏิบัติงานโครงการ และประเมินผลโครงการ

### ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับการดูแลตามความเหมาะสม มีความรู้ มีทักษะในการดูแลสุขภาพร่างกาย และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ดี
2. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมได้ออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยและมีสุขภาพที่ดีขึ้น
3. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมได้รับการพัฒนาด้านจิตใจ สุขภาพ สังคม

| เป้าหมาย / วัตถุประสงค์   | ตัวชี้วัด   |
|---|---|
| <b>วัตถุประสงค์</b><br>ข้อที่ 1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ ทักษะในการดูแลสุขภาพร่างกาย และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ดี | <b>ตัวชี้วัดความสำเร็จ</b><br>1. ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมกิจกรรมเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง                                   |
| ข้อที่ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย สร้างความมีคุณค่าในตนเอง และมีสุขภาพจิตที่ดี | 2. ผู้สูงอายุในตำบลทุ่งลาน เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย สร้างความมีคุณค่าในตนเอง และมีสุขภาพจิตที่ดี จำนวน 60 คน |
| ข้อที่ 3. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมสุขภาพ “ไม่ล้ม ไม่เศร้า กินข้าวอร่อย”  | 3. ผู้สูงอายุในตำบลทุ่งลาน เข้าร่วมกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ “ไม่ล้ม ไม่เศร้า กินข้าวอร่อย” จำนวน 60 คน                                    |

กิจกรรม (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง) ออกแบบกิจกรรมให้ละเอียดจะทำอะไร กับใคร จำนวนเท่าไร  
เมื่อไร ใช้งบประมาณเท่าไร รายการอะไรบ้าง อธิบายอย่างละเอียด

| ชนิดกิจกรรม  | งบประมาณ   | ระบุวัน / ช่วงเวลา  |
|--|--|---|
| <p><b>1. กิจกรรมการตรวจสอบสุขภาพและจดสมุดบันทึกสุขภาพผู้สูงอายุ</b><br/>ระหว่างวันที่ 14 กรกฎาคม - 30 กันยายน 2566 ทุกวันที่มีกิจกรรม / การอบรมฯ เวลา 13.00 – 13.30 น. ณ อาคารอเนกประสงค์เทศบาลตำบลทุ่งลาน &amp; ห้องประชุมเทศบาลตำบลทุ่งลาน (ชั้นล่าง) อำเภอคลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา หรือสถานที่อื่น ๆ ตามความเหมาะสมในกิจกรรมนั้น ๆ</p>  | -  | เวลา 13.00 – 13.30 น. ของทุกวันที่มีกิจกรรม / การอบรม ฯ   |
| <p><b>2. กิจกรรม / การอบรม ฯ</b> ระหว่างวันที่ 14 กรกฎาคม - 30 กันยายน พ.ศ. 2566 จำนวน 20 วัน รายละเอียดดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ประเมินสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการ ฯ (Before &amp; After)</li> <li>- การอบรมให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้มีสุขภาพดี กินดีมีสุข ปลอดภัยห่างไกลโรค</li> <li>- กิจกรรมนันทนาการการละลายพฤติกรรมกลุ่ม</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย และถูกวิธีสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- อบรมการฝึกสมาธิระยะสั้น “ชินนสาสมาธิ สมาธิชนะใจตนเอง”</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องพฤติกรรมบริโภคอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ &amp; การทำอาหารเพื่อสุขภาพ</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการจัดการน้ำตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง (นวัตกรรมธนาคารน้ำใต้ดิน <b>Ground Water Bank</b>)</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ หัวข้อ “ไม่ล้ม ไม่ลืม ไม่เศร้า กินข้าวอร่อย”</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการนวดแผนไทยที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และกิจกรรมการนวดประคบสมุนไพร</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวทางพระราชดำริ ฯ (การปลูกผักยกแคร่ &amp; การทำปุ๋ยหมัก)</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการคัดแยกขยะ &amp; การจัดการขยะโดยหลัก <b>3Rs</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 1 คน วันละ 3 ชม. ๆ ละ 600 บาท จำนวน 20 วัน เป็นเงิน 36,000 บาท</li> <li>- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ฯ จำนวน 60 คน ๆ ละ 25 บาท / วัน จำนวน 20 วัน เป็นเงิน 30,000 บาท</li> <li>- วัสดุ อุปกรณ์ และอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องในกิจกรรม/การอบรมฯ เป็นเงิน 8,000 บาท</li> <li>- ค่าพาหนะเดินทาง (ไป - กลับ) ในการเข้าร่วมกิจกรรม / การอบรม ฯ นอกพื้นที่ เป็นเงิน 8,000 บาท</li> <li>- ค่าเช่าหรือค่าบริการวัสดุ อุปกรณ์ที่จำเป็นในการจัดงาน รวมค่าติดตั้งและค่ารีถอน เช่น เครื่องโปรเจคเตอร์ เครื่องเสียง เต็นท์ เวที ฯลฯ เป็นเงิน 6,000 บาท</li> </ul> | ระหว่างวันที่ 14 กรกฎาคม - 30 กันยายน พ.ศ. 2566 (2 วัน / สัปดาห์) เวลา 13.00 –16.00 น. (จำนวน 20 วัน) |

|   |  |                                  |
|---|--|----------------------------------|
| <p>- โครงการจิตอาสาผู้สูงอายุเทศบาลตำบลทุ่งลานเราทำความ<br/>“ดี” ด้วยหัวใจ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กิจกรรมกีฬาและนันทนาการ (ลีลาศ / บาสโลป / โนราห์บิค / โยนบอลลงตะกร้า / เปตอง / ร้องเพลง / โยคะ / วู้ดบอล / การทำผ้าบาติก / การปลูกต้นไม้ &amp; ปลูกผักสวนครัว ฯลฯ)</li> <li>- การอบรมให้ความรู้เรื่องกฎหมาย สิทธิ และสวัสดิการต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- การอบรมให้ความรู้เรื่องสูงวัยใส่ใจสุขภาพด้วยหลัก 3 อ. 2 ส. (อาหาร อารมณ์ และการออกกำลังกาย / สุรา และการสูบบุหรี่)</li> <li>- การอบรมให้ความรู้เรื่องการป้องกันภัยผลกระทบจากผู้ติดยาเสพติดสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการทำเข็มกลัดดอกไม้ผ้าใยบัว</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องการทำดอกไม้จากถุ่น้ำยาปรับผ้านุ่ม</li> <li>- อบรมการให้ความรู้เรื่องปัจจัยทางการเกษตร (ปุ๋ย)</li> <li>- กิจกรรมแอโรบิคในน้ำ วารีบำบัด และอบสมุนไพร @ หาดใหญ่ชีวาสุข</li> <li>- กิจกรรมสร้างสุข @ ทุ่งลาน บ้านเรา</li> <li>- ประเมินสุขภาพและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการ ฯ (Before &amp; After)</li> </ul> <p>ระหว่างวันที่ 14 กรกฎาคม - 30 กันยายน 2566 (2 วัน / สัปดาห์) เวลา 13.00 – 16.00 น. ณ อาคารอเนกประสงค์เทศบาลตำบลทุ่งลาน &amp; ห้องประชุมเทศบาลตำบลทุ่งลาน (ชั้นล่าง) ตำบลทุ่งลาน อำเภอคลองหอยโข่ง จังหวัดสงขลา และ/หรือสถานที่อื่น ๆ ตามความเหมาะสมในกิจกรรมนั้นๆ</p> <p><b>หมายเหตุ</b> หัวข้อกิจกรรม / การอบรมต่าง ๆ สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม</p> | <p>- ค่าใช้จ่ายในการโฆษณา ประชาสัมพันธ์งาน ป้าย ประชาสัมพันธ์ และสื่อประเภทสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ค่าจ้างเหมาทำป้ายโฆษณา ฯลฯ</p> <p>เป็นเงิน 2,000 บาท</p> <p><b>รวมเป็นเงิน 90,000 บาท (เก้าหมื่นบาทถ้วน)</b></p> <p><b>หมายเหตุ</b> ค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการทุกรายการ ถู้ออกรายจ่ายได้ตามความจริง โดยไม่เกินอัตราที่ราชการกำหนด</p> |                                  |
|   | <p><b>รวม 90,000 บาท</b></p>   | <p><b>(เก้าหมื่นบาทถ้วน)</b></p> |

## 7. สรุปแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม

7.1 หน่วยงาน / องค์กร / กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อหน่วยงาน / องค์กร / กลุ่มคน กองทุนหลักประกันสุขภาพพื้นที่ เทศบาลตำบลทุ่งลาน

- 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. 2561 ข้อ 10)

- 7.2.1 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ / สถานบริการ / หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)]
- 7.2.2 สนับสนุนการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน / หน่วยงานอื่น [ข้อ 10 (2)]
- 7.2.3 สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของ ศูนย์เด็กเล็ก / ผู้สูงอายุ / คนพิการ [ข้อ 10 (3)]
- 7.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]
- 7.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]

7.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. 2557)

- 7.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- 7.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- 7.3.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน .....
- 7.3.4 กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- 7.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 60 คน
- 7.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- 7.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- 7.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- 7.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(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 การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 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 / การตั้งครภไม่พร้อม
  - 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 / การตั้งครภไม่พร้อม
  - 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 การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 7.4.7.4 การรณรงค์ / ประชาสัมพันธ์ / ฝึกอบรม / ให้ความรู้
  - 7.4.7.5 การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - 7.4.7.6 อื่นๆ (ระบุ) .....

7.4.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]

7.4.8.1 อื่นๆ (ระบุ) .....

นายจรูญ มลิวัลย์

ลงชื่อ ..... ผู้เสนอแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม

(นายจรูญ มลิวัลย์)

ตำแหน่ง ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิต ฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 6 กรกฎาคม 2566

ลงชื่อ ..... ผู้อนุมัติแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม

(นายประสิทธิ์ แก้วมรด)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการบริหารกองทุน ฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 6 กรกฎาคม 2566

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลทุ่งลาน  
ครั้งที่ ..... / 2566 เมื่อวันที่ ..... ผลการพิจารณาแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม จำนวน ..... บาท  
เพราะ .....

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

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน / โครงการ / กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่ 30  
เดือน กันยายน พ.ศ. 2566

ลงชื่อ .....

(นายประสิทธิ์ แก้วมรกต)

ตำแหน่ง ประธานกรรมการบริหารกองทุน ฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 6 กรกฎาคม 2566