

## แบบเสนอโครงการ กองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.ลำภู

เรื่อง ขอเสนอโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลลำภู รุ่นที่ ๓

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำภู

ด้วย นายอนันต์ สุวรรณคง ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลลำภู มีความประสงค์จะทำโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลลำภู รุ่นที่ ๓ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำภู เป็นเงิน ๘๕,๐๗๕ บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ ดังนี้

### ๑. หลักการและเหตุผล

โรงเรียนผู้สูงอายุถือเป็นรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษา การพัฒนาทักษะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมของโรงเรียนจะเป็นเรื่องสำหรับผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตที่จำเป็น โดยวิทยาการจิตอาสา หรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพ โดยการถ่ายทอดความรู้ประสบการณ์ ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่นเพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน

โดยปัจจุบันโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลลำภู ได้ดำเนินการในการจัดการเรียนการสอนเป็นจำนวน ๒ รุ่นแล้ว โดยมีผู้สูงอายุในตำบลลำภู ให้ความสนใจเข้าเรียนรุ่นละ ๒๕ คน จากการประเมินผลความพึงพอใจในการจัดตั้งโรงเรียนและหลักสูตรการเรียนการสอน พบว่า ร้อยละ ๙๐ เห็นว่าหลักสูตรที่ใช้จัดการเรียนการสอนสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยเฉพาะการออกกำลังกายและการรับประทานอาหารของผู้สูงอายุ ให้ถูกหลักโภชนาการ เพื่อจะทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง ลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วย นอกจากนี้โรงเรียนผู้สูงอายุ ยังสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุคลายเหงา จิตใจกระชุ่มกระชวย สดชื่น รู้สึกภาคภูมิใจ และตระหนักในคุณค่าความสามารถของตนเอง

คณะกรรมการบริหารศูนย์ฯ เห็นว่าโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุมีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อโดยตรงต่อผู้สูงอายุ กล่าวคือ

๑. ด้านสุขภาพร่างกาย ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง กระฉับกระเฉง ลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วย ลดระยะเวลาการพึ่งพาผู้อื่น อายุยืน
๒. ด้านจิตใจ ช่วยให้คลายเหงา จิตใจกระชุ่มกระชวย สดชื่น รู้สึกภาคภูมิใจและตระหนักในคุณค่าความสามารถของตนเอง มีมุมมองเชิงบวกต่อตนเอง

๓. ด้านสังคม มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนวัยเดียวกันและคนต่างวัย ได้รับการยอมรับในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
๔. ด้านจิตปัญญา รู้เท่าทันและเข้าใจสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้ อย่างเหมาะสมตามวัย
๕. ด้านเศรษฐกิจ เรียนรู้ทักษะทางด้านอาชีพ สามารถนำไปประกอบอาชีพ สร้างงาน สร้างรายได้ ช่วยเหลือตนเองต่อไป

นอกจากประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับจากโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว โรงเรียนผู้สูงอายุก็น่าจะมีประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม กล่าวคือ

๑. โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นพื้นที่เรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์ ภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่น ให้ดำรงสืบทอดเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน

๒. โรงเรียนผู้สูงอายุเป็น เวที ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการทำประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม รวมทั้งอาจเป็นแรงผลักดันให้เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครในชุมชน

จากการดำเนินโครงการโรงเรียนผู้สูงวัย รุ่นที่ ๑ และ รุ่นที่ ๒ ไปแล้วนั้น คณะกรรมการบริหารศูนย์ฯ ได้รับข้อเสนอแนะให้เพิ่มเติมในเรื่องของหลักสูตรด้านอาชีพ หมายถึง การส่งเสริมทักษะด้านอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และยังเป็น การสร้างรายได้เสริมให้กับครอบครัวผู้สูงอายุอีกทางหนึ่งด้วย ประกอบกับความ ต้องการของชุมชนที่เห็นว่าหลักสูตรของโรงเรียนจะทำให้เกิดประโยชน์สูงสุดกับผู้สูงอายุ ทำให้คณะกรรมการบริหารศูนย์ฯ ได้จัดการพัฒนาและต่อยอดหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงวัยตำบลลำภู รุ่นที่ ๓ ขึ้นและขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำภู

## **๒.วัตถุประสงค์**

- ๒.๑ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ
- ๒.๒ เพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเอง การดูแลคุ้มครอง และพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ
- ๒.๓ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ
- ๒.๔ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม
- ๒.๕ เพื่อเสริมสร้างศักยภาพ คุณค่าภูมิปัญญาผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ
- ๒.๖ เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่นให้สืบทอดต่อไป

## **๓.กลุ่มเป้าหมาย จำนวน ๓๕ คน**

- ๓.๑ ผู้สูงอายุ (ประเภทติดสังคม) ในตำบลลำภูที่มีความสนใจ จำนวน ๒๕ คน
- ๓.๒ เจ้าหน้าที่ผู้บริหารโรงเรียน จำนวน ๑๐ คน

#### **๔.ระยะเวลาดำเนินการ**

ระยะเวลาเรียน ๑๒ สัปดาห์ (มีนาคม – มิถุนายน ๒๕๖๑) สัปดาห์ละ ๑ วันๆละ ๔ ชั่วโมง  
(ตามตารางเรียนแนบท้าย)

#### **๕.รูปแบบการดำเนินการ**

##### **ขั้นเตรียมการ**

๑. ประชุมคณะกรรมการบริหารศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลลำภู คณะกรรมการบริหารโรงเรียน และภาคีเครือข่ายด้านสุขภาพ เพื่อสรุปผลการดำเนินงานและประเมินผล หลักสูตรของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลลำภู รุ่นที่ ๒ เพื่อพัฒนาและปรับปรุงหลักสูตรให้ตรงตามความต้องการและ เกิดประโยชน์ต่อผู้สูงอายุมากที่สุด

๒. การประชุมเพื่อพิจารณาร่างหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลลำภู

๓. ประกาศรับสมัครนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลลำภู รุ่นที่ ๓

๔. จัดทำโครงการและนำเสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ  
อบต.ลำภู

##### **ขั้นดำเนินการ**

๑. ประชุมคณะกรรมการบริหารโรงเรียนเพื่อจัดเตรียมสถานที่ เอกสารการเรียนการสอน วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียนการสอน ตลอดจนประสานวิทยากร ครูผู้สอน

๒. ปฐมนิเทศนักเรียนเพื่อชี้แจงหลักสูตร และแสดงผลงานของนักเรียนในรุ่นที่ ๑ และ รุ่นที่ ๒ การเตรียมความพร้อมในการเข้าเรียน ประเมินผลความรู้ในการดูแลสุขภาพกายและใจก่อนเข้าเรียน ประเมินผลสุขภาพผู้สูงอายุก่อนเข้าเรียน เพื่อใช้ในการแก้ไขปัญหาสุขภาพรายบุคคล

๓. ดำเนินการเรียนการสอนตามหลักสูตร (ตามเอกสารแนบท้าย)

##### **ขั้นสรุปผล**

๑. ประชุมคณะกรรมการบริหารโรงเรียนเพื่อประเมินผลการเรียนการสอนเดือนละ ๑ ครั้ง

๒. สรุปและประเมินผลการดำเนินโครงการหลังจากเสร็จสิ้นกระบวนการเรียนการสอนตามหลักสูตร โดยใช้แบบประเมินสุขภาพ ความพึงพอใจและการสัมภาษณ์

#### **๖.สถานที่ดำเนินงาน**

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลลำภู อำเภอเมือง จังหวัดนราธิวาส

## **๗.งบประมาณ**

ขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลลำภู เป็นเงินงบประมาณทั้งสิ้น ๘๕,๐๗๕ บาท แยกเป็นค่าใช้จ่าย ดังนี้

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม วันปฐมนิเทศ ๑๐๐ คนๆละ ๒๕ บาท เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท
๒. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒๕ คนๆละ ๖๐ บาท เป็นเวลา ๑๑ วัน เป็นเงิน ๑๖,๕๐๐ บาท
๓. ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม ๑ มื้อๆละ ๒๕ บาท จำนวน ๒๕ คน เป็นเวลา ๑๑ วัน เป็นเงิน ๖,๘๗๕ บาท
๔. ค่าสมนาคุณวิทยากร (ครูผู้สอน) เป็นเวลา ๓๖ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๒๑,๖๐๐ บาท
๕. ค่าวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการสอนงานฝีมือ การสาธิตการทำอาหาร-เครื่องดื่ม อุปกรณ์ในการออก กำลังกายและวัสดุอุปกรณ์อื่นๆ ที่ใช้ในการเรียนการสอน เป็นเงิน ๑๒,๐๐๐ บาท (รายละเอียดแนบท้าย)
๖. ค่าจ้างเหมารถยนต์โดยสารไม่ประจำทาง (รถตู้) เพื่อศึกษาดูงานนอกสถานที่ของผู้สูงอายุ (นักเรียน) เจ้าหน้าที่บริหารโรงเรียน จำนวน ๓๕ คน เป็นเวลา ๑ วัน จำนวน ๓ คันๆละ ๒,๕๐๐ บาท เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท
๗. ค่าเครื่องแบบที่ใช้ในการดำเนินการเรียนการสอน โรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน ๓๕ ตัวๆละ ๒๕๐ บาท เป็นเงิน ๘,๗๕๐ บาท
๘. ค่าป้ายไวนิลโครงการขนาด ๒ x ๓.๕ จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๑,๔๐๐ บาท
๙. ค่าอาหารกลางวันพร้อมเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมศึกษาดูงาน จำนวน ๓๕ คนๆละ ๑๗๐ บาท เป็นเงิน ๕,๙๕๐ บาท
๑๐. ค่าของที่ระลึก จำนวน ๒ ชิ้นๆละ ๑,๐๐๐ บาท เป็นเงิน ๒,๐๐๐ บาท

**หมายเหตุ** **ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้**

## **๘.ผู้รับผิดชอบโครงการ**

นายอนันต์ สุวรรณคง ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลลำภู

### ๙.ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการมีสุขภาพที่ดี ทั้งกาย จิต อารมณ์ และสังคม
๒. ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการสามารถดูแลสุขภาพตนเองและทำประโยชน์แก่คนในครอบครัวและชุมชนต่อไปได้
๓. เกิดเครือข่ายในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน
๔. สืบสานภูมิปัญญาท้องถิ่นให้คงอยู่สืบไป