



ที่ กท/๒๕๖๑

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ
เทศบาลนครหาดใหญ่
ถนนเพชรเกษม ๙๐๑๑๐

๓ สิงหาคม ๒๕๖๑

เลขที่รับ 775
วันที่ 6 ส.ค. 2561
เวลา 09.30 น.

ปลัดเทศบาล
วันที่ 15 ก.ค. 61
เวลา 9.31 น.

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงานโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลนครหาดใหญ่
เรียน ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่

สิ่งที่ส่งมาด้วย	๑. รายงานผลการดำเนินโครงการฯ	จำนวน	๑	เล่ม
	๒. สำเนาฎีกา / เอกสารหลักฐานทางการเงิน	จำนวน	๑๖	ชุด
	๓. สำเนาใบโอนเงิน	จำนวน	๑	ฉบับ

ตามที่ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ เทศบาลนครหาดใหญ่ ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ จำนวนเงิน ๓๖๔,๙๐๐ บาท (สามแสนหกหมื่นสี่พันเก้าร้อยบาทถ้วน) เพื่อดำเนินการตามโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ ประจำปี ๒๕๖๑ นั้น

บัดนี้ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ เทศบาลนครหาดใหญ่ ได้ดำเนินการโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลนครหาดใหญ่ เสร็จสิ้นเรียบร้อยแล้ว จึงขอส่งรายงานผลการดำเนินงาน พร้อมทั้งส่งเงินคงเหลือคืนจำนวน ๗๒,๗๓๑.๘๐ บาท (เจ็ดหมื่นสองพันเจ็ดร้อยสามสิบเอ็ดบาทแปดสิบสตางค์) ให้กับกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่แล้ว ตามใบโอนเงินที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ไว้เรียน ปภชาน ดกแกมมพ กอทุก ๆ

ขอแสดงความนับถือ

- เพื่อไปทงพงจรคค

ศูนย์พรมฯ สำนักงานเขต
ต.เมืองใหม่ โทร. ๘๗๖๖๖
ช.ต.เมืองใหม่ โทร. ๘๗๖๖๖

(นายประสิทธิ์ รัตนพรหมวุฒิ)

พร้อมส่งเงินคงเหลือคืนจำนวน ๗๒,๗๓๑.๘๐ บาท ส่งคืนให้
สำนักงานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ
เทศบาลนครหาดใหญ่

- แนบตรวจนำเงินเหลือส่งคืน กอทุกที่คค

นงธรรมา ขวชนฤค

โทร ๐๗๔-๒๔๓๐๔๗ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุฯ
โทร ๐๙๐-๗๑๓๑๔๓๘ นายประสิทธิ์ รัตนพรหมวุฒิ
เทศบาลนครหาดใหญ่

(นางสมลิต เกียรติไพบุลย์)

ผอ.ส่วนบริการสาธารณสุข: รักษาการแทน (นายอมร วงศ์วรรณ) นายกเทศมนตรีเทศบาลนครหาดใหญ่
แฉ.สำนักการสาธารณสุข: ๖๖๖๖๖ (นายไพโรจน์) ปลัดเทศบาลนครหาดใหญ่



รายงานผลการดำเนินงาน
โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่
ประจำปี 2561



“สูงวัยอย่างมีคุณค่า และมีความสุข
หาดใหญ่ มหานครแห่งความสุข”

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ
เทศบาลนครหาดใหญ่

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	
บทสรุปผู้บริหาร	
รายงานผลการดำเนินงาน	1-14
ภาพกิจกรรม	
ภาคผนวก	
1. โครงการที่ได้รับอนุมัติ	
2. ตารางเรียน	
3. หลักสูตร	
4. คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการโครงการ	
5. รายงานประชุมกรรมการ	
6. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการ	
- หนังสือติดต่อ/หนังสือขอความร่วมมือ	
- หนังสือเชิญวิทยากร	
- แบบบันทึกสุขภาพผู้เรียน	
- แบบประเมินโครงการ	
- รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ	
- รายชื่อผู้จบหลักสูตร	
- บัญชีคุมค่าใช้จ่าย	
- ทะเบียนครุภัณฑ์โครงการ	
- อื่น ๆ	

บทสรุปผู้บริหาร

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ เทศบาลนครหาดใหญ่ ได้ดำเนินโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ ประจำปีงบประมาณ 2561 ในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาศักยภาพให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดี เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข สามารถพึ่งพาตนเองได้ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และด้านสังคม และเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีจิตอาสาร่วมสร้างสรรค์ประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม ซึ่งโครงการดังกล่าวมีความสอดคล้องกับแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ (ยุทธศาสตร์ที่ 1) โดยมีมาตรการการให้การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต (มาตรการที่ 2) และยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ (ยุทธศาสตร์ที่ 2) มาตรการส่งเสริมการอยู่ร่วมกันและสร้างความเข้มแข็งขององค์กรผู้สูงอายุ (มาตรการที่ 2) และสอดคล้องกับยุทธศาสตร์จังหวัดสงขลาที่ 3 พัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชนบนพื้นฐานความรู้และพหุวัฒนธรรม และยุทธศาสตร์เทศบาลนครหาดใหญ่ ที่ 1 ยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านการพัฒนาสังคม แผนงานสร้างความเข้มแข็งของชุมชน ในการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน เสริมสร้างให้ประชาชนมีทักษะความรู้ และพัฒนาขีดความสามารถของตนเองและองค์กรให้มีความเข้มแข็ง

กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปที่มีทะเบียนบ้านอยู่ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่เป็นผู้ที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และมีจิตอาสาในการช่วยเหลือกิจกรรมในชุมชน จำนวน 90 คน ดำเนินการจัดอบรมหลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ณ โรงเรียนผู้สูงอายุ สวนสาธารณะเทศบาลนครหาดใหญ่ จัดการเรียนการสอนสัปดาห์ละ 1 วัน ในระหว่างวันที่ 1 กุมภาพันธ์ - 7 มิถุนายน 2561 ระยะเวลาเรียนรวม 20 สัปดาห์ ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครหาดใหญ่ งบประมาณใช้ไปทั้งสิ้น 292,168.20 บาท การประเมินผลโครงการ ประเมินผลตามตัวชี้วัดของโครงการ ซึ่งผลของโครงการสามารถบรรลุตัวชี้วัดทุกข้อ คือ 1) มีผู้เข้าร่วมโครงการเกินเป้าหมายที่กำหนด 2) ผู้เข้าร่วมโครงการที่ผ่านเกณฑ์การประเมินของเวลาเรียนทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 82.25 3) ผู้เข้าร่วมโครงการเข้าร่วมทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ การช่วยเหลือสังคมและกิจกรรมจิตอาสาต่าง ๆ มากกว่า 2 กิจกรรมรวมทั้งหมด 14 ครั้ง 4) ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความสามารถและทักษะในการดูแลตนเอง อยู่ในระดับมาก 5) ผู้เข้าร่วมโครงการมีภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีภาวะสุขภาพที่ครอบคลุม ทั้ง 5 มิติ ซึ่งประกอบด้วย สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ และผู้เข้าร่วมโครงการมีความสุขเมื่อได้นำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด 6) ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อโครงการ อยู่ในระดับมาก

จากผลการประเมินข้างต้นแสดงให้เห็นว่า โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ ประจำปีงบประมาณ 2561 บรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่ตั้งไว้ ส่วนปัญหาอุปสรรคในการดำเนินงาน ได้แก่ ปัญหาในเรื่องสถานที่จัดกิจกรรมการเรียนการสอน สถานที่เรียนเป็นอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข สวนสาธารณะ ซึ่งเป็นอาคารหลังเล็ก ทำกิจกรรมไม่สะดวก ประกอบกับรวมห้องเรียนทำให้จำนวนผู้เรียนในแต่ละครั้งเพิ่มมากขึ้นเป็นเท่าตัว จึงต้องไปจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ศาลากลางน้ำแทน ซึ่งศาลากลางน้ำเหมาะสำหรับจัดกิจกรรมนันทนาการ แต่ไม่เหมาะสำหรับการเรียนการสอนในรายวิชาที่จะต้องใช้สื่อทัศนูปกรณ์ต่าง ๆ จึงควรจัดหาสถานที่ใหม่สำหรับจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อให้มีความพร้อม เหมาะสม และเกิดประสิทธิผลแก่ผู้เรียนมากที่สุด



รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ ปีงบประมาณ 2561

1. ความเป็นมาของโครงการ

ในปัจจุบันสังคมไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว จากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยในปี พ.ศ. 2557 ประเทศไทยมีประชากรทั้งหมด 68 ล้านคน โครงสร้างอายุของประชากรเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว อัตราการเกิดของประชากรลดลง ในขณะที่เดียวกันประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น ในปี 2557 ประชากรสูงวัยที่อายุ 60 ปีขึ้นไป มีจำนวนมากถึง 10 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 15 ของประชากรทั้งหมด และประเทศไทยกำลังจะกลายเป็น “สังคมผู้สูงวัยโดยสมบูรณ์” เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีมากถึงร้อยละ 20 ในปี พ.ศ. 2564 และคาดว่าจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” ในอีกไม่ถึง 20 ปีข้างหน้าเมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีสัดส่วนถึงร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด

โครงสร้างประชากรของผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลนครหาดใหญ่ พบว่า ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวมากขึ้น และมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นทุกปี โดยในปี พ.ศ. 2560 เทศบาลนครหาดใหญ่มีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 159,000 คน จำนวนผู้สูงอายุ 60 ปี ขึ้นไป จำนวน 23,162 คน คิดเป็นร้อยละ 14.51 ของประชากรทั้งหมด ถือว่าเทศบาลนครหาดใหญ่ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้วเช่นกัน สถานการณ์เหล่านี้นำมาสู่ปัญหาของผู้สูงอายุทั้งด้านสุขภาพอนามัย ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม ซึ่งทุกภาคส่วนทั้งภาครัฐ เอกชน ชุมชนต้องตระหนักถึงปัญหาที่จะเกิดขึ้นพร้อมก้าวเข้าสู่ยุคสูงวัยอย่างมีคุณภาพ ผู้สูงอายุไม่ใช่บุคคลด้อยโอกาสหรือเป็นภาระต่อสังคม แต่สามารถมีส่วนร่วมเป็นพลังพัฒนาสังคม จึงควรได้รับการส่งเสริมสนับสนุนให้มีความพร้อม และมีศักยภาพ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีศักดิ์ศรี เป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพพึ่งพาตนเองได้ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ ไม่เหงา ไม่ซึมเศร้า ไม่ติดบ้านติดเตียงก่อนเวลาอันควร ด้วยการให้ความรู้และวิธีการในการเสริมสร้างสุขภาพอนามัยทั้งสุขภาพทางกาย สุขภาพจิต และจิตปัญญา รวมทั้งสร้างเสริมภูมิคุ้มกันให้ผู้สูงอายุในการปกป้องตนเองจากภัยรอบด้านด้วยการให้ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ และเทคโนโลยีที่เหมาะสม

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ เทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ได้จัดตั้งขึ้นโดยเทศบาลนครหาดใหญ่ เพื่อเป็นหน่วยงานหนึ่งที่มีส่วนร่วมจากภาคประชาชน ในการดำเนินงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ทั้งการดำเนินงานดูแลระยะยาวด้านสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง และการจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาศักยภาพสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายและยุทธศาสตร์เทศบาลนครหาดใหญ่ในการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน เสริมสร้างให้ประชาชนมีความรู้ความสามารถ และมีทักษะในการดูแลตนเอง รวมทั้งพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีในทุกด้าน และมีความสุขครอบคลุมทั้ง 5 มิติ คือ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ ดังนโยบาย “หาดใหญ่

มหานครแห่งความสุข” ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ เทศบาลนครหาดใหญ่ จึงได้จัดทำโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลนครหาดใหญ่ขึ้น เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิต และนำผู้สูงอายุเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ โดยการมีส่วนร่วมของประชาชน

2. วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อพัฒนาศักยภาพให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ และมีทักษะในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดี
2. เพื่อพัฒนาผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุข สามารถพึ่งพาตนเองได้ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม
3. เพื่อเป็นศูนย์กลางการจัดการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นศูนย์กลางให้ผู้สูงอายุได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิต และเป็นจิตอาสาร่วมสร้างสรรค์ประโยชน์ต่อชุมชนหรือสังคม

3. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

1. ผู้สูงอายุเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการจำนวน 90 คน ขึ้นไป
2. ผู้เข้าร่วมโครงการผ่านเกณฑ์การประเมินของเวลาเรียนทั้งหมด ร้อยละ 80 ขึ้นไป
3. ผู้เข้าร่วมโครงการได้ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์หรือช่วยเหลือสังคม อย่างน้อย 1-2 กิจกรรม
4. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความสามารถและทักษะในการดูแลตนเอง อยู่ในระดับมาก
5. ผู้เข้าร่วมโครงการมีภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคม อยู่ในระดับมาก
6. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ อยู่ในระดับมาก

3. ขอบเขตของโครงการ

3.1 กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปที่มีทะเบียนบ้านอยู่ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ เป็นผู้ที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ และมีจิตอาสาในการช่วยเหลือกิจกรรมในชุมชน

3.2 วันเวลาดำเนินงาน/สถานที่การดำเนินงาน

เดือนกุมภาพันธ์ - เดือนมิถุนายน 2561 ระยะเวลาเรียน 24 สัปดาห์ เรียนสัปดาห์ละ 1 วัน ตั้งแต่เวลา 09.00-16.00 น. ณ โรงเรียนผู้สูงอายุ (สวนสาธารณะ เทศบาลนครหาดใหญ่)

3.3 การดำเนินงาน/รูปแบบกิจกรรม/หลักสูตร

- 3.3.1 จัดอบรม/การเรียนการสอนหลักสูตรพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ แบ่งผู้เข้าร่วมโครงการเป็น 2 ห้อง ๆ ละ 45 คน ห้อง 1/1 เรียนทุกวันพฤหัสบดี และห้อง 1/2 เรียนทุกวันศุกร์
- 3.3.2 บริหารจัดอบรม/การเรียนการสอนโดยคณะกรรมการบริหารโรงเรียนผู้สูงอายุ
- 3.3.3 วิทยากร จากคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โรงพยาบาลหาดใหญ่

สาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุฯ จังหวัดสงขลา การศึกษานอกโรงเรียน (กศน.) วิทยาการจิตอาสาจากฝ่ายงานต่าง ๆ ของเทศบาลนครหาดใหญ่ ได้แก่ ทันตแพทย์ เกษษกร พยาบาลวิชาชีพ นักวิทยาศาสตร์การกีฬา นักแพทย์แผนไทย นักสังคมสงเคราะห์ นิติกร ฯ และชมรมผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่

3.3.4 การจัดอบรม/การเรียนการสอนใช้หลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ สำหรับโรงเรียนผู้สูงอายุของสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ประจำจังหวัดสงขลา เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน โดยปรับตามสภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียน ใช้กิจกรรมนำเนื้อหา เน้นความสุขของผู้เรียน ตามวิสัยทัศน์เทศบาลนครหาดใหญ่ “หาดใหญ่มหานครแห่งความสุข” โดยส่งเสริมความสุขครอบคลุม 5 มิติ ได้แก่ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง สุขสงบ

3.4 โครงสร้างหลักสูตร

แบ่งออกเป็น 2 หมวด จำนวน 134 ชั่วโมง

ตาราง 1 หมวดวิชาความรู้สำหรับการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ

วิชาที่	ชื่อวิชา	ตามหลักสูตร		
		ทฤษฎี (ชม.)	ปฏิบัติ (ชม.)	รวม (ชม.)
หมวดที่ 1 หมวดวิชาความรู้สำหรับการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ				
วิชาที่ 1	การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ (สุขสบาย) , (สุขสงบ) เรื่องที่ 1 การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุกับการป้องกันการหกล้ม เรื่องที่ 2 ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ การดูแลและการปฐมพยาบาล เรื่องที่ 3 โภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ เรื่องที่ 4 การพัฒนาจิต และปฏิบัติธรรม เรื่องที่ 5 การออกกำลังกายและนันทนาการในวัยสูงอายุ	11	33	44
วิชาที่ 2	การดำรงชีวิตแบบสูงวัยมีคุณภาพและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์(สุขสง่า) เรื่องที่ 1 หลักการดำเนินชีวิตแบบสูงวัยที่มีคุณภาพ เรื่องที่ 2 การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์	2	27	29
วิชาที่ 3	สิทธิประโยชน์และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ (สุขสว่าง) เรื่องที่ 1 สิทธิประโยชน์ที่ผู้สูงอายุพึงได้รับตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ เรื่องที่ 2 กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	4	5	9
วิชาที่ 4	การปรับตัวของผู้สูงอายุในยุคสังคม 4.0 (สุขสง่า) เรื่องที่ 1 การเปลี่ยนแปลงทางสังคม เรื่องที่ 2 การปรับตัวและการพัฒนาตนเอง เรื่องที่ 3 การสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว เรื่องที่ 4 การสร้างความสัมพันธ์ในชุมชน/สังคม	4	26	30
หมวดที่ 2 หมวดวิชา การเรียนรู้ตามอัธยาศัย				
วิชาที่ 5	เรียนรู้ตามอัธยาศัย (นันทนาการสร้างเสริมสุขภาพ : กลองยาว) (สุขสนุก)	5	17	22

4. ประโยชน์และผลที่คาดหวัง

1. ผู้สูงอายุมีความรู้และทักษะในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดีเพิ่มขึ้น และนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน และสามารถถ่ายทอด ความรู้ให้แก่คนรอบข้างได้
2. ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจและสังคม มีความสุขครอบคลุม ทั้ง 5 มิติ คือ สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ไม่เหงา ไม่ซึมเศร้า และลดภาวะพึ่งพิง
3. เกิดโรงเรียนผู้สูงอายุที่เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุมีพื้นที่สำหรับการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ถ่ายทอดภูมิปัญญาและประสบการณ์ชีวิต
4. เกิดการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ชุมชนและสังคมอย่างต่อเนื่อง
5. เกิดวงกลองยาวโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่

5. ผลการดำเนินงาน

5.1 ปฐมนิเทศและตรวจสุขภาพผู้เข้าร่วมโครงการ

เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2561 ณ หอประชุมเทศบาลนครหาดใหญ่ ได้ทำการลงทะเบียน ผู้เรียน ตรวจคัดกรองโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิต ประเมินภาวะโภชนาการ ทำแบบประเมินคัดกรองผู้สูงอายุ คัดกรองภาวะซึมเศร้า ทดสอบสมรรถภาพทางสมอง ประเมินการหกล้ม บันทึกผลในสมุดประจำตัวและแจ้งผลการประเมินเป็นรายบุคคล พร้อมทั้งปฐมนิเทศผู้เรียน ชี้แจงหลักสูตรการเรียนการสอนโรงเรียนผู้สูงอายุ

5.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมโครงการ

ผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมดจำนวน 93 คน เกือบทั้งหมดเป็นเพศหญิง (ร้อยละ 96.77) มีอายุอยู่ระหว่าง 60-69 ปีมากกว่าครึ่ง (ร้อยละ 66.67) ระดับการศึกษาสูงสุดเกือบครึ่งหนึ่งจบชั้นประถมศึกษา (ร้อยละ 47.31) ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงาน (ร้อยละ 81.72) มีแหล่งรายได้หลักได้มาจากบุตรมากที่สุด (ร้อยละ 40.86) สถานะทางการเงินมากกว่าครึ่งอยู่ในระดับพอใช้และมีเหลือเก็บ (ร้อยละ 60.22) มีโรคประจำตัว 37 คน (ร้อยละ 39.78) โดยมากกว่าครึ่งเป็นโรคความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 56.76) รองลงมาคือ โรคเบาหวาน (ร้อยละ 16.22) (ตาราง 2)

ตาราง 2 ข้อมูลทั่วไปของผู้เข้าร่วมโครงการ

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ	ชาย	3	3.23
	หญิง	90	96.77
ช่วงอายุ	ผู้สูงอายุวัยต้น 60-69 ปี	62	66.67
	ผู้สูงอายุวัยกลาง 70-79 ปี	30	32.26
	ผู้สูงอายุวัยปลาย 80 ปีขึ้นไป	1	1.08

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับการศึกษาสูงสุด		
ประถมศึกษา	44	47.31
มัธยมศึกษาตอนต้น	11	11.83
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	15	16.13
อนุปริญญา/ปวส.	13	13.98
ปริญญาตรี	10	10.75
สูงกว่าปริญญาตรี	0	0
การประกอบอาชีพ		
ทำงาน	17	18.28
ไม่ทำงาน	76	81.72
แหล่งรายได้หลัก		
จากการทำงาน	17	18.28
บุตร	38	40.86
ญาติ/พี่น้อง	4	4.30
บำเหน็จ/บำนาญ	15	16.13
เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ	19	20.43
สถานะทางการเงิน		
พอใช้และมีเหลือเก็บ	56	60.22
พอใช้ ไม่เหลือเก็บ	31	33.33
ไม่พอใช้/มีหนี้สิน	6	6.45
สถานะสุขภาพ		
ไม่มีโรคประจำตัว	56	60.22
มีโรคประจำตัว	37	39.78
โรคประจำตัว		
โรคความดันโลหิตสูง	21	56.76
โรคเบาหวาน	6	16.22
โรคไขมันสูง	3	8.11
โรคหัวใจ	1	2.70
โรคกระดูกและข้อ	2	5.41
โรคไตเรื้อรัง	1	2.70
โรคหอบหืด	3	8.11

5.3 ผลการจัดการเรียนการสอนตามโครงสร้างหลักสูตร

การจัดการเรียนการสอนเริ่มเปิดเรียน ตั้งแต่วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2561 และจบหลักสูตรเมื่อวันที่ 7 มิถุนายน 2561 ผลของการจัดการเรียนการสอนจริง พบว่า มีการปรับจำนวนชั่วโมงทฤษฎีและปฏิบัติบ้างในบางวิชาเพื่อให้มีความเหมาะสมยิ่งขึ้น และระยะเวลาเรียนโดยรวมทั้งหมดสั้นลง จากเดิม 134 ชั่วโมง (24 สัปดาห์) เรียนจริง 118 ชั่วโมง (20 สัปดาห์) สาเหตุที่ระยะเวลาเรียนสั้นลงเนื่องจากบางวันเป็นวันหยุดราชการหรือติดภารกิจด้านอื่น ๆ ทำให้ต้องมีการปรับรายวิชาต่าง ๆ บ้างตามสถานการณ์และความจำเป็น (ตาราง 3)

ตาราง 3 ผลการจัดการเรียนการสอนตามโครงสร้างหลักสูตร

วิชาที่	ชื่อวิชา	โครงสร้างหลักสูตร			จัดการเรียนการสอนจริง			
		ทฤษฎี (ชม.)	ปฏิบัติ (ชม.)	รวม (ชม.)	ทฤษฎี (ชม.)	ปฏิบัติ (ชม.)	รวม (ชม.)	
วิชาที่ 1	การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ (สุขสบาย),(สุขสงบ)	11	33	44	11.5	19.5	31	
วิชาที่ 2	การดำรงชีวิตแบบสูงวัยมีคุณภาพและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (สุขสง่า)	2	27	29	0	27	27	
วิชาที่ 3	สิทธิประโยชน์และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ (สุขสว่าง)	4	5	9	4	4	8	
วิชาที่ 4	การปรับตัวของผู้สูงอายุในยุคสังคม 4.0 (สุขสง่า)	4	26	30	2	31	33	
วิชาที่ 5	เรียนรู้ตามอัธยาศัย (นันทนาการสร้างเสริมสุขภาพ : กลองยาว) (สุขสนุก)	5	17	22	4	15	19	
		รวม			134	รวม		118

5.4 ระยะเวลาเรียนของผู้เข้าร่วมโครงการ

การดำเนินงานการเรียนการสอนในแต่ละสัปดาห์ ผู้เรียนจะต้องลงทะเบียนขึ้นชื่อทุกครั้งก่อนเข้าชั้นเรียน เพื่อตรวจสอบจำนวนผู้เรียน ผลการประเมินตลอดระยะเวลา 20 สัปดาห์ พบว่า ผู้เรียนที่ผ่านเกณฑ์การประเมินของเวลาเรียนทั้งหมด มีจำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 89.25

5.5 การทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์หรือช่วยเหลือสังคม

กิจกรรมที่ผู้เรียนได้ร่วมทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์หรือการช่วยเหลือสังคม และกิจกรรมจิตอาสาต่าง ๆ ได้แก่

1. เป็นจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์ที่วัดหาดใหญ่ใน 1 ครั้ง
2. เยี่ยมบ้านผู้ป่วยสูงอายุ ผู้ป่วยติดเตียง 2 ครั้ง

3. สมัครเป็นอาสาสมัครท้องถิ่นรักษ์โลก (อถล.) และทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์ รมรงค์ คัตแยก ขยะ มัดปากถุง และทิ้งตามกำหนด ลดปริมาณขยะ และสอดส่องดูแลความสะอาดในชุมชนของตนเองอย่างต่อเนื่อง
4. เป็นจิตอาสาร่วมบริจาคเงินและสิ่งของและร่วมกิจกรรมโครงการเยาวชนพัฒนากัญยาเสพติด กับหน่วยงานตชด. ที่โรงเรียนชุมชนนาสีทอง อำเภอรัตนภูมิ จำนวน 1 ครั้ง
5. ช่วยเหลือกิจกรรมทางสังคม โดยจัดการแสดงกลองยาวในงานบุญงานบวช ที่ทางชุมชนจัด ขึ้น จำนวน 9 ครั้ง

5.6 ความรู้ ความสามารถและทักษะของผู้เข้าร่วมโครงการ

การประเมินความรู้ความสามารถและทักษะในการดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดีของผู้เข้าร่วมโครงการได้ดำเนินการดังนี้

5.6.1 สังเกตจากการตอบคำถามและการร่วมอภิปรายกับวิทยากรก่อนเรียน ขณะเรียน และหลังเรียนและในบางวิชาจะมีการตรวจผลงาน สังเกตจากความสามารถและการพัฒนาทักษะการฝึก ปฏิบัติตามวิทยากรและการฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง และสังเกตจากพฤติกรรมของผู้เข้าร่วมโครงการตามแบบ ประเมินที่สร้างขึ้น 6 ด้าน ได้แก่ 1) ความตั้งใจ ความสนใจ 2) ความร่วมมือในการทำกิจกรรม 3) การมี ความสุขในการเรียน 4) การมีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น 5) ด้านความคิดริเริ่ม 6) ระยะเวลาเรียนที่ผ่านเกณฑ์ร้อยละ 80 ของเวลาเรียนทั้งหมด ผลการประเมินความรู้ความสามารถและทักษะในการดูแลตนเองเชิงคุณภาพ ของผู้เข้าร่วมโครงการจากการสังเกตพฤติกรรมโดยรวม พบว่า ผู้เรียนส่วนใหญ่มีความตั้งใจและสนใจในการ เรียนรู้ อยู่ในระดับมาก มีความสามารถในการพัฒนาทักษะการฝึกปฏิบัติตามที่วิทยากรสอนและฝึกปฏิบัติ ด้วยตนเอง อยู่ในระดับดี เช่น การออกกำลังกาย การนวด การรำ การตีกลองยาว การพูดภาษาอังกฤษ เป็นต้น ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์หรือการช่วยเหลือสังคม และกิจกรรมจิตอาสา ต่าง ๆ เป็นอย่างดี มีความสุขสนุกในการเรียน มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น มีความคิดริเริ่มและเข้าร่วมกิจกรรม ต่างๆโดยรวมอยู่ ในระดับดี และผู้เรียนร้อยละ 89.25 ผ่านเกณฑ์การประเมินของเวลาเรียนทั้งหมด

5.6.2 ประเมินจากการตอบแบบประเมินความรู้ความเข้าใจ และความสามารถในการ นำไปใช้ของผู้เข้าร่วมโครงการ จากผู้ตอบแบบประเมินจำนวน 84 คน พบว่า ความรู้ความเข้าใจและ ความสามารถในการนำไปใช้ของผู้เข้าร่วมโครงการ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.14$) เมื่อ จำแนกเป็นรายข้อ พบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการประเมินว่า ได้รับความรู้และประโยชน์จากการเรียนในโครงการ ครั้งนี้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($X = 4.26$) มีความสามารถในการนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ใน ชีวิตประจำวันอยู่ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.13$) มีความสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปเผยแพร่/ ถ่ายทอดแก่ผู้อื่นได้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 3.99$) มีความมั่นใจที่จะนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ใน ชีวิตอย่างต่อเนื่อง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.07$) และมีความสุขเมื่อได้นำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ใน ชีวิต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($X = 4.25$) เช่นเดียวกัน (ตาราง 4)

ตาราง 4 ระดับความรู้ความเข้าใจและความสามารถในการนำไปใช้ของผู้เข้าร่วมโครงการ

ประเด็น/หัวข้อ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย (X)	ความพึงพอใจ	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)			
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ			
1. ท่านได้รับความรู้/ประโยชน์จากการเรียนครั้งนี้	36.90	53.57	8.33	1.19	0	4.26	มากที่สุด	
2. ท่านสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้	27.38	59.52	11.90	1.19	0	4.13	มาก	
3. ท่านสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปเผยแพร่/ถ่ายทอดแก่ผู้อื่นได้	21.43	57.14	20.24	1.19	0	3.99	มาก	
4. ท่านมั่นใจจะนำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในชีวิตอย่างต่อเนื่อง	26.19	58.33	11.90	3.57	0	4.07	มาก	
5. ท่านมีความสุขเมื่อได้นำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิต	30.95	63.10	5.95	0	0	4.25	มากที่สุด	
						รวม	4.14	มาก

5.7 ภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคมของผู้เข้าร่วมโครงการ

การประเมินภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคมของผู้เข้าร่วมโครงการ ขณะทำงานได้ประเมินความสุขของผู้เข้าร่วมโครงการ โดยการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกและการสะท้อนความรู้สึกจากการเรียนที่ได้รับ ผลการประเมิน พบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการมีภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีภาวะสุขภาพที่ครอบคลุมทั้ง 5 มิติ ซึ่งประกอบด้วย สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ ดังนี้

1. สุขสบาย ผู้เข้าร่วมโครงการทุกคนสามารถเคลื่อนไหวปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้ตามปกติ มีกล้ามเนื้อแข็งแรงและการทรงตัวดี สามารถออกกำลังกาย รำวง ร้องเพลง ตีกองยาว และทำกิจกรรมต่างๆ ได้ตามปกติ

2. สุขสนุก ในขณะที่เรียนและในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ผู้เข้าร่วมโครงการมีความสุข สนุกสนาน มีสีหน้าท่าทางที่ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่รู้สึกเหงา และไม่มีภาวะซึมเศร้า

3. สุขสง่า ผู้เข้าร่วมโครงการมีความภาคภูมิใจและมีคุณค่าในตัวเอง ที่ได้มีโอกาสร่วมกันปฏิบัติธรรมและเป็นจิตอาสาบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมทั้งที่วัดหาดใหญ่ใน การเยี่ยมบ้านผู้ป่วยสูงอายุ ผู้ป่วยติดเตียง ร่วมบริจาคเงินและสิ่งของและร่วมกิจกรรมโครงการเยาวชนพันกษยาเสพติดกับหน่วยงานตชด. และการแสดงกองยาวในงานบุญงานบวชที่ชุมชนจัดขึ้น รวมทั้งมีความภาคภูมิใจในความสำเร็จในชีวิตที่ผ่านมา

4. สุขสว่าง ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถฝึกและจำทำทางการบริหาร การยืดส่วนต่างๆ ของร่างกาย และการฝึกสมองด้วยการขยับมือประกอบเพลงตามวิทยากรได้ถูกต้อง สามารถเรียนรู้ภาษาเพิ่มขึ้น จำเหตุการณ์ในอดีตได้ดี และมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิตและการดูแลสุขภาพซึ่งกันและกัน

5. สุขสงบ จากการฝึกสมาธิ 5 นาทีก่อนเรียน การไปปฏิบัติธรรมและบำเพ็ญประโยชน์ที่วัด ผู้เข้าร่วมโครงการสะท้อนว่า รู้สึกผ่อนคลาย จิตใจสงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่เครียด ไม่วิตกกังวล และมีความสุขสงบสุข

นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการมีความสุขเมื่อได้นำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($X=4.25$) (ตาราง 4)

5.8 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่

5.8.1 ผู้เข้าร่วมโครงการตอบแบบประเมินความพึงพอใจต่อโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ จำนวน 84 คน โดยพบว่า ผู้ตอบแบบประเมินเกือบทั้งหมดเป็นเพศหญิง (ร้อยละ 97.62) และนับถือศาสนาพุทธ (ร้อยละ 97.62) มากกว่าครึ่งเป็นผู้สูงอายุตอนต้น มีอายุอยู่ระหว่าง 60-69 ปี (ร้อยละ 65.48) และส่วนใหญ่มีอาชีพเป็นพ่อบ้าน/แม่บ้าน (ร้อยละ 75.00) (ตาราง 5)

ตาราง 5 ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบประเมินความพึงพอใจต่อโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	2	2.38
หญิง	82	97.62
อายุ		
60-69 ปี	55	65.48
60-69 ปี	28	33.33
80 ปีขึ้นไป	1	1.19
ศาสนา		
พุทธ	82	97.62
อิสลาม	1	1.19
อื่น ๆ (คริสต์)	1	1.19
อาชีพ		
รับจ้าง	4	4.76
พ่อบ้าน/แม่บ้าน	63	75.00
ค้าขาย	9	10.71
ข้าราชการบำนาญ	8	9.52
รวม	84	100

5.8.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ ปีงบประมาณ 2561 พบว่า

1) ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อด้านเนื้อหาวิชาและวิทยากร มีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($X = 4.19$) โดยความพึงพอใจด้านความเหมาะสมของเนื้อหาวิชา มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ($X = 4.29$) ความพึงพอใจด้านวิทยากรสอนเข้าใจง่าย ตอบคำถามตรงประเด็น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.20$) ความพึงพอใจด้านความเหมาะสมของการจัดกิจกรรมในชั้นเรียน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.18$) ความพึงพอใจด้านความเหมาะสมของเวลาในการบรรยาย/อภิปราย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.13$) ความพึงพอใจด้านการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.14$) เช่นเดียวกัน (ตาราง 6)

ตาราง 6 ระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อด้านเนื้อหาวิชาและวิทยากร

ประเด็น/หัวข้อ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย (X)	ความพึงพอใจ	
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)			
1. ความเหมาะสมของเนื้อหาวิชา	29.76	69.05	1.19	0	0	4.29	มากที่สุด	
2. วิทยากรสอนเข้าใจง่าย ตอบคำถามตรงประเด็น	27.38	66.67	4.76	1.19	0	4.20	มาก	
3. ความเหมาะสมของการจัดกิจกรรมในชั้นเรียน	26.19	65.48	8.33	0	0	4.18	มาก	
4. ความเหมาะสมของเวลาในการบรรยาย/อภิปราย	22.62	67.86	9.52	0	0	4.13	มาก	
5. การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น	27.38	59.52	13.10	0	0	4.14	มาก	
						รวม	4.19	มาก

2) ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อด้านสถานที่ โสตทัศนูปกรณ์และอาหารมีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($X = 3.97$) โดยมีความพึงพอใจด้านความพร้อมของอาคารสถานที่เรียน เก้าอี้และโต๊ะ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 3.87$) มีความพึงพอใจด้านความเหมาะสมของบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 3.95$) มีความพึงพอใจด้านความพร้อมของโสตทัศนูปกรณ์ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 3.86$) มีความพึงพอใจด้านระยะเวลาเรียนมีความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.07$) และมีความพึงพอใจด้านอาหารและน้ำดื่มมีความเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.11$) เช่นเดียวกัน (ตาราง 7)

ตาราง 7 ระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อต้านสถานที่ โสตทัศนอุปกรณ์และอาหาร

ประเด็น/หัวข้อ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ค่าเฉลี่ย (X)	ความพึงพอใจ
	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)		
1. ความพร้อมของอาคารสถานที่เรียน เก้าอี้ และโต๊ะ	17.86	54.76	23.81	3.57	0	3.87	มาก
2. ความเหมาะสมของบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน	21.43	51.19	26.19	1.19	0	3.95	มาก
3. ความพร้อมของโสตทัศนอุปกรณ์	16.67	54.86	26.19	2.38	0	3.86	มาก
4. ระยะเวลาเรียนมีความเหมาะสม	22.62	61.90	15.48	0	0	4.07	มาก
5. อาหารและน้ำดื่มมีความเหมาะสม	27.38	55.95	16.67	0	0	4.11	มาก
						รวม 3.97	

5.8.3 ข้อเสนอแนะอื่น ๆของผู้ตอบแบบประเมินต่อการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ มีดังนี้

- 1) สถานที่จัดการเรียนการสอน ไม่ควรใช้ศาลากลางน้ำ
- 2) ไม่ควรเอาภาษาอังกฤษมาสอน เพราะไม่เหมาะเท่าไร
- 3) อยากให้เพิ่มเวลาเรียนกฎหมาย
- 4) อยากให้มีการเลื่อนชั้นเรียน อยากเรียนอีก
- 5) อยากให้มีสถานที่เรียนเป็นประจำ จะได้ไม่ต้องย้ายที่เรียนบ่อย ๆ
- 6) ห้องเรียนควรมีโต๊ะไว้สำหรับเขียนบ้าง
- 7) มีความต้องการอยากให้มีอุปกรณ์การเรียนและสถานที่ที่ดีกว่านี้
- 8) ห้องเรียนไม่พร้อม
- 9) อยากให้มีโรงเรียนผู้สูงอายุต่อไป
- 10) โรงเรียนไกลไปหน่อย
- 11) การเรียนการสอนควรเป็นวิชาที่ไม่ทำให้เครียด

5.9 ปัจจัยนิเทศและประเมินภาวะสุขภาพของผู้เข้าร่วมโครงการ

ได้ทำการตรวจประเมินสุขภาพผู้เรียนหลังเรียน โดยชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต ประเมิน BMI ทดสอบสมรรถนะทางสมอง คัดกรองภาวะซึมเศร้า ข้อเข้าเสื่อม ๆ บันทึกผลในสมุดประจำตัวและแจ้งผลการประเมินเป็นรายบุคคลพร้อมทั้งให้ความรู้การประเมินผลการตรวจสุขภาพและวิธีการดูแลสุขภาพรายบุคคล

5.10 สรุปการบรรลุตัวชี้วัดโครงการ

จากการดำเนินงานการจัดการเรียนการสอนสำหรับผู้สูงอายุ รุ่นที่ 1 โรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลนครหาดใหญ่ ปีงบประมาณ 2561 โดยคณะกรรมการบริหารโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยใช้หลักสูตรการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ สมเด็จพระศรีนครินทร์บรมราชชนนี ประจำจังหวัดสงขลา เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอน ใช้กิจกรรมนำเนื้อหา และเน้นความสุขของผู้เรียนเป็นสำคัญ ผลการดำเนินงาน พบว่า การจัดการเรียนการสอนจริง ใช้ระยะเวลาเรียนโดยรวมทั้งหมดเป็นจำนวน 118 ชั่วโมง (20 สัปดาห์) และผลของโครงการสามารถบรรลุตัวชี้วัดทุกข้อ โดยสรุปได้ดังนี้ (ตาราง 8)

ตาราง 8 สรุปผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัดโครงการ

ตัวชี้วัดโครงการ	บรรลุตัวชี้วัด		ผลการดำเนินงาน
	บรรลุ	ไม่บรรลุ	
1. ผู้สูงอายุเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการจำนวน 90 คน ขึ้นไป	✓		- จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น 93 คน
2. ผู้เข้าร่วมโครงการผ่านเกณฑ์การประเมินของเวลาเรียนทั้งหมด ร้อยละ 80 ขึ้นไป	✓		- ผู้เข้าร่วมโครงการที่ผ่านเกณฑ์การประเมินของเวลาเรียนทั้งหมด มีจำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 82.25
3. ผู้เข้าร่วมโครงการทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์หรือช่วยเหลือสังคมอย่างน้อย 1-2 กิจกรรม	✓		- ผู้เข้าร่วมโครงการเข้าร่วมทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ การช่วยเหลือสังคมและกิจกรรมจิตอาสาต่าง ๆ มากกว่า 2 กิจกรรม รวมทั้งหมด 14 ครั้ง
4. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความสามารถและทักษะในการดูแลตนเองอยู่ในระดับมาก	✓		- จากการประเมินเชิงคุณภาพ พบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการมีความสามารถและพัฒนาทักษะในการฝึกปฏิบัติตามที่วิทยากรสอนและฝึกปฏิบัติด้วยตนเองได้ดี ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์หรือการช่วยเหลือสังคม และกิจกรรมจิตอาสาต่าง ๆ เป็นอย่างดี มีความสุขในการเรียน มีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่น ความคิดริเริ่ม และการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆโดยรวมอยู่ในระดับดี
5. ผู้เข้าร่วมโครงการมีภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม อยู่ในระดับมาก	✓		- จากการประเมินเชิงปริมาณ พบว่า ความรู้ความเข้าใจและความสามารถในการนำไปใช้ของผู้เข้าร่วมโครงการ โดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($X = 4.14$) (ตาราง 4) - จากการประเมินเชิงคุณภาพ พบว่า ผู้เข้าร่วมโครงการมีภาวะสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจและสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีภาวะสุขภาพที่ครอบคลุมทั้ง 5 มิติ ซึ่งประกอบด้วย สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง และสุขสงบ และผู้เข้าร่วมโครงการ

ตัวชี้วัดโครงการ	บรรลุตัวชี้วัด		ผลการดำเนินงาน
	บรรลุ	ไม่บรรลุ	
6. ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อโครงการ อยู่ในระดับมาก	✓		<ul style="list-style-type: none"> - ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อด้านเนื้อหาวิชา และวิทยากรมีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมาก (X = 4.19) (ตาราง 6) - ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อด้านสถานที่ โสตทัศนอุปกรณ์และอาหารมีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับมาก (X = 3.97) (ตาราง 7)

6. ผลการใช้จ่ายงบประมาณ

ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลนครหาดใหญ่ เป็นเงิน 364,900 บาท (สามแสนหกหมื่นสี่พันเก้าร้อยบาทถ้วน) สรุปรายละเอียดงบประมาณที่ใช้จ่ายไป ดังนี้ (ตาราง 7)

ตาราง 7 ผลการใช้จ่ายงบประมาณ

รายการ	จำนวน(บาท)
ค่าตอบแทน	
ค่าสมนาคุณวิทยากร	33,300.00
ค่าใช้จ่าย	
- ค่าป้ายไวเนลโครงการและป้ายสติ๊กเกอร์โคมบอร์ด 4 ชิ้น	3,166.20
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มประชุมคณะกรรมการฯ 2 ครั้ง	1,375.00
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มประชุมปฐมนิเทศฯ 1 ครั้ง	2,250.00
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม/อาหารกลางวัน 17 ครั้ง	168,300.00
- ค่าจ้างพิมพ์คู่มือ	1,494.00
ค่าวัสดุ	
- ค่าวัสดุอุปกรณ์สำนักงาน	16,033.00
- ค่ากระดาษไวท์บอร์ด จำนวน 1 แผ่น	2,560.00
- ค่าวัสดุอุปกรณ์จัดการเรียนการสอน (ดอกไม้/สีกากเพชร)	11,830.00

รายการ	จำนวน(บาท)
ค่าครุภัณฑ์	
- ค่าเครื่องขยายเสียงเคลื่อนที่แบบลากจูง จำนวน 2 ตัว	29,400.00
- ค่าเครื่องดนตรีกลองยาว จำนวน 2 ชุด	22,460.00
รวมใช้จ่ายเงินงบประมาณไปทั้งสิ้น (สองแสนเก้าหมื่นสองพันหนึ่งร้อยหกสิบแปดบาทยี่สิบสตางค์)	292,168.20
คงเหลือเงินสงคืน ทั้งสิ้น (เจ็ดหมื่นสองพันเจ็ดร้อยสามสิบเอ็ดบาทแปดสิบสตางค์)	72,731.80

จำนวนเงินคืน คิดเป็นร้อยละ 19.93 ของงบประมาณทั้งหมด เงินคืนส่วนใหญ่เป็นค่าสมนาคุณวิทยากรและค่าอาหาร เนื่องจากมีการเรียนรวมห้อง และจำนวนระยะเวลาเรียนสั้นลง ทำให้รายจ่ายด้านค่าสมนาคุณวิทยากรและค่าอาหารลดลง

7. ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในการดำเนินโครงการครั้งต่อไป

7.1 ปัญหาอุปสรรค

ปัญหาเรื่องสถานที่ สถานที่เรียนเดิมเป็นอาคารศูนย์บริการสาธารณสุขสวนสาธารณะ ซึ่งเป็นอาคารหลังเล็ก ทำกิจกรรมไม่สะดวก ประกอบกับรวมห้องเรียนทำให้จำนวนผู้เรียนในแต่ละครั้งเพิ่มมากขึ้นเป็นเท่าตัว จึงต้องไปใช้ศาลากลางน้ำ สวนสาธารณะ เป็นสถานที่จัดการเรียนการสอน ซึ่งศาลากลางน้ำเหมาะสำหรับจัดกิจกรรมนันทนาการ แต่ไม่เหมาะสำหรับการเรียนการสอนในรายวิชาที่จะต้องใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ

7.2 ข้อเสนอแนะ

เห็นควรจัดหาสถานที่ใหม่สำหรับจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อให้มีความพร้อม เหมาะสม และเกิดประสิทธิผลแก่ผู้เรียนมากที่สุด

.....ผู้รายงาน

(นางอุไร ไชยชนะ)

นักบริหารงานสาธารณสุข ระดับต้น

ฝ่ายประเมินผล โรงเรียนผู้สูงอายุ

.....ผู้รายงาน

(รศ.วิมลรัตน์ จงเจริญ)

ฝ่ายประเมินผล โรงเรียนผู้สูงอายุ

ภาพกิจกรรมดำเนินงาน

ตรวจประเมินสุขภาพก่อนเรียน



กิจกรรมก่อนเรียน



เข้าแถวเคารพธงชาติ



สวดมนต์



นั่งสมาธิ



ออกกำลังกาย

วิชาที่ 1 การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ (สุขสบาย/สุขสว่าง)



การป้องกันภาวะหกล้มในผู้สูงอายุ





การดูแลสุขภาพช่องปาก



กิจกรรมบริหารสมอง



การจัดสมดุร่างกายด้วยหลักกนิเวศศาสตร์



การจัดดอกไม้ด้วยจิต

วิชาที่ 2 การดำรงชีวิตแบบสูงวัยมีคุณภาพและ
การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (สุขสง่า)



ภาษาอังกฤษสำหรับผู้สูงอายุ



เรียนพันผ้าถุงสีกากเพชร

วิชาที่ 3 สิทธิประโยชน์และกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ (สุขสว่าง)



สิทธิผู้สูงอายุและช่องทางติดต่อขอใช้สิทธิ



กฎหมายในชีวิตประจำวัน



การทำพินัยกรรม



วิชาที่ 4 การปรับตัวของผู้สูงอายุในยุคสังคม 4.0 (สุขสง่า)



การร่วมกิจกรรมทางสังคม

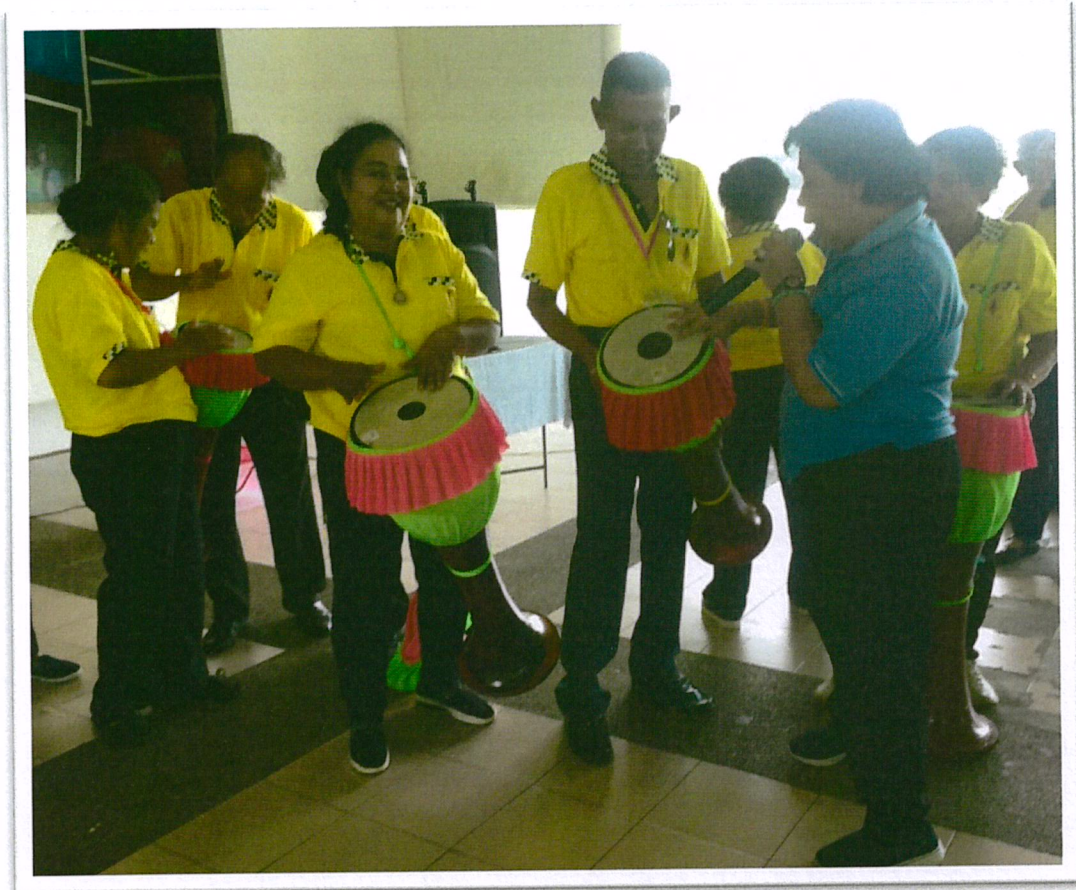




เข้าร่วมกิจกรรมงานบุญงานบวชของชุมชน



วิชาที่ 5 เรียนรู้ตามอัธยาศัย
(นันทนาการสร้างเสริมสุขภาพ : กลองยาว) (สุขสนุก)





พิธีมอบวุฒิบัตร



