

รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ
ในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา



ระหว่าง วันที่ 3 - 7 ธันวาคม 2561

ณ ห้องประชุมเทศบาลนครยะลา

อาคารอเนกประสงค์ชุมชนเบญจมิตรสัมพันธ์

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลนครยะลา

**รายงานผลการดำเนินงานโครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ
ในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา**

ชื่อโครงการ : โครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ ในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา

ผู้รับผิดชอบโครงการ : ดร. อุบลทิพย์ ไชยแสง วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา

1. ผลการดำเนินงาน

1.1 จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 312 คน

ผลการดำเนินงานโครงการบรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการตามวัตถุประสงค์ของโครงการ ดังนี้

เป้าหมาย / วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์ 1. เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ 1. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการมีค่าคะแนนความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตเพิ่มขึ้น
2. เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง	1. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการได้รับการคัดกรองสุขภาวะทางจิต 2. ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงอย่างน้อยร้อยละ 80 ได้รับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิต
3. เพื่อสร้างความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ	3. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการในระดับมาก (มากกว่า 3.5 จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน)

วัตถุประสงค์และผลการดำเนินงาน

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1. เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ

ผลการดำเนินงาน : ผู้สูงอายุร้อยละ 82.12 ที่เข้าร่วมโครงการมีค่าคะแนนความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตเพิ่มขึ้น ดังแสดงตามตารางที่ 1

ตาราง 1 เปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ระหว่างก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการ

การทดสอบกลุ่มตัวอย่าง	n	\bar{X}	S.D.	t	p-value
ก่อนเข้าร่วมฯ	228	3.05	0.78		
หลังเข้าร่วมฯ	228	4.43	0.62	29.463	.000*

*P – Value < .01

จากการประเมินเปรียบเทียบคะแนนความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ระหว่างก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการ พบว่าก่อนและหลังการเข้าร่วมโครงการฯ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพจิตโดยรวมในระยะหลังการเข้าร่วมโครงการ สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโครงการฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2. เพื่อสร้างเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง

ผลการดำเนินงาน :

1. ผู้สูงอายุร้อยละ 86.62 ที่เข้าร่วมโครงการได้รับการคัดกรองสุขภาพจิต
2. ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงร้อยละ 85.62 ได้รับการสร้างเสริมสุขภาพจิต

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 เพื่อสร้างความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ

ผลการดำเนินงาน : ผู้สูงอายุร้อยละ 92.65 ที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการในระดับมาก คะแนนเฉลี่ย 4.40 (จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน) จากแบบสำรวจความพึงพอใจตามตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 ระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา (n = 228)

รายด้าน	คะแนนเฉลี่ย (\bar{X})	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	ระดับ
๑. โครงการนี้ส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ	4.46	0.65	ดีมาก
๒. โครงการนี้ช่วยพัฒนาความรู้เกี่ยวกับงานการดูแลสุขภาพจิตของตนเองกับการแพทย์แผนไทย	4.40	0.79	ดีมาก

ตารางที่ 2 ระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ ในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา (n = 228) (ต่อ)

๓. โครงการนี้สามารถตอบสนองความต้องการของท่าน	4.46	0.60	ดีมาก
๔. โครงการนี้ช่วยสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้เข้าร่วมโครงการ	4.39	0.66	ดี
๕. ความสามารถในการถ่ายทอดองค์ความรู้ของวิทยากร	4.35	0.66	ดี
๖. โครงการนี้ให้ข้อคิดที่เป็นประโยชน์ต่อผู้เข้าร่วมโครงการ	4.38	0.59	ดี
๗. โครงการนี้มีลักษณะการจัดกิจกรรมที่สร้างสรรค์ น่าสนใจ	4.43	0.62	ดีมาก
๘. การนำความคิดต่อยอดไปใช้ในการดำเนินชีวิตในอนาคต	4.27	0.78	ดี
๙. โครงการนี้มีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อชุมชน/สังคม หรือสามารถขยายผลต่อการสร้างประโยชน์หรือคุณค่าต่อชุมชน/สังคม	4.33	0.59	ดี
๑๐. ความพึงพอใจของท่านในภาพรวมต่อกิจกรรมของโครงการ	4.61	0.59	ดีมาก
โดยรวม	4.40	0.48	ดีมาก

ตารางที่ 2 ระดับความพึงพอใจของผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ ในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา (n = 228) (ต่อ)

จากตารางที่ 2 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ ในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา มีค่าเฉลี่ยในภาพรวม เท่ากับ 4.40 โดยมีความพึงพอใจในภาพรวมต่อกิจกรรมโครงการ ($\bar{X} = 4.61$, $SD = 0.59$) มากที่สุด

2. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์ / ตัวชี้วัดของโครงการ

- บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ
- ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการ

ผลการดำเนินงานโครงการบรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการตามวัตถุประสงค์ของโครงการทุกวัตถุประสงค์ คิดเป็นร้อยละ 100 ตามตัวชี้วัดโครงการ ดังนี้

เป้าหมาย / วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์ 1. เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ 1. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการมีค่าคะแนนความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตเพิ่มขึ้น
2. เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง	1. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการได้รับการคัดกรองสุขภาวะทางจิต 2. ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงอย่างน้อยร้อยละ 80 ได้รับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิต
3. เพื่อสร้างความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ	3. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการในระดับมาก (มากกว่า 3.5 จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน)

เป้าหมาย / วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด	ผลสัมฤทธิ์
เป้าหมาย/วัตถุประสงค์ 1. เพื่อพัฒนาความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ 1. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการมีค่าคะแนนความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตเพิ่มขึ้น	ผู้สูงอายุร้อยละ 82.12 ที่เข้าร่วมโครงการมีค่าคะแนนความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง	1. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการได้รับการคัดกรองสุขภาวะทางจิต 2. ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงอย่างน้อยร้อยละ 80 ได้รับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิต	1. ผู้สูงอายุร้อยละ 86.62 ที่เข้าร่วมโครงการได้รับการคัดกรองสุขภาวะทางจิต 2. ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงร้อยละ 85.62 ได้รับการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิต
3. เพื่อสร้างความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการ	3. ผู้สูงอายุอย่างน้อยร้อยละ 80 ที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการในระดับมาก (มากกว่า 3.5 จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน)	ผู้สูงอายุร้อยละ 92.65 ที่เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการในระดับมาก คะแนนเฉลี่ย 4.40 (จากคะแนนเต็ม 5 คะแนน)

3. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับอนุมัติ 97,150 บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง 97,150 บาท คิดเป็นร้อยละ 100

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน ฯ - บาท

4. ปัญหา / อุปสรรคในการดำเนินงาน

ไม่มี

มี

ปัญหา / อุปสรรค

1. สถานที่ในการดำเนินกิจกรรมโครงการ โดยเฉพาะในพื้นที่ในชุมชน ซึ่งมีบริเวณไม่เพียงพอกับจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ บางแห่งแคบเกินไป

2. ยานพาหนะรับ – ส่ง ผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการ ซึ่งไม่เพียงพอส่งผลให้ผู้สูงอายุหลายท่านไม่สามารถมาเข้าร่วมโครงการได้

แนวทางการแก้ไข

1. ประสาน และจัดหาสถานที่ และจำนวนผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการ เพื่อให้เป็นสถานที่ที่เหมาะสมเพียงพอกับจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ

2. ประสาน จัดหาพาหนะ และสำรวจจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ เพื่อให้เกิดกระบวนการรับ – ส่ง ผู้สูงอายุผู้เข้าร่วมโครงการ.

ลงชื่อ



ผู้รายงาน

(นางอุบลทิพย์ ไชยแสง)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

วันที่ 14 มกราคม 2562

ภาคผนวก

กำหนดการโครงการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตสำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา

วันที่ ๓ และ ๖ ธันวาคม ๒๕๖๑

ณ ห้องประชุมเทศบาลนครยะลา

และศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และคนพิการ เทศบาลนครยะลา จังหวัดยะลา

วันที่ ๓ ธันวาคม ๒๕๖๑

ณ หอประชุมเทศบาลนครยะลา

เวลา	กิจกรรม
เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยาย หัวข้อ “ กิน อยู่ และใช้ชีวิตอย่างไร ให้เป็นสุข ” วิทยากร : อาจารย์วิโรจน์ ศรีไสย
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	อภิปรายกลุ่ม “ การดูแลสุขภาพกาย และจิต ให้มีสุขภาวะทางจิตที่ดี” และกิจกรรมคัดกรองผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงด้านสุขภาวะทางจิต

วันที่ ๖ ธันวาคม ๒๕๖๑

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และคนพิการ เทศบาลนครยะลา จังหวัดยะลา

เวลา	กิจกรรม
เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยาย และฝึกปฏิบัติ “ กิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตใน ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง”
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	บรรยาย และฝึกปฏิบัติ “ กิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตใน ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง”

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐. ๓๐ - ๑๐. ๔๕ น. และ ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.

กำหนดการโครงการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตสำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่ชุมชนเมือง เทศบาลนครยะลา
วันที่ ๔ และ ๗ ธันวาคม ๒๕๖๑

ณ อาคารเอนกประสงค์ ชุมชนเบญจมิตร
และศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และคนพิการ เทศบาลนครยะลา จังหวัดยะลา

วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๖๑

ณ อาคารเอนกประสงค์ชุมชนเบญจมิตร

เวลา	กิจกรรม
เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยาย หัวข้อ “ กิน อยู่ และใช้ชีวิตอย่างไร ให้เป็นสุข ” วิทยากร : อาจารย์วิโรจน์ ศรีไสย
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	อภิปรายกลุ่ม “ การดูแลสุขภาพกาย และจิต ให้มีสุขภาพทางจิตที่ดี ” และกิจกรรมคัดกรองผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยงด้านสุขภาพทางจิต

วันที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๖๑

ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และคนพิการ เทศบาลนครยะลา จังหวัดยะลา

เวลา	กิจกรรม
เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการ
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	บรรยาย และฝึกปฏิบัติ “ กิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใน ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง ”
เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	บรรยาย และฝึกปฏิบัติ “ กิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพทางจิตใน ผู้สูงอายุกลุ่มเสี่ยง ”

หมายเหตุ : พักรับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐. ๓๐ - ๑๐. ๔๕ น. และ ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.

หนังสือราชการที่เกี่ยวข้อง

ภาพกิจกรรมโครงการ





กิจกรรม

1. การแช่เท้าด้วยน้ำสมุนไพร
2. การใช้ดนตรีบำบัด
3. ดื่มน้ำสมุนไพร

สรรพคุณของการใช้สมุนไพรแช่เท้า

- ช่วยในเรื่องของการไหลเวียนของโลหิต
- ช่วยบรรเทาในเรื่องของการอักเสบ
- ช่วยลดอาการชาเท้า

ประโยชน์ของดนตรีบำบัด

ปัญหาบกพร่องของพัฒนาการสติปัญญา และการเรียนรู้, โรคซึมเศร้า, โรคหลอดเลือดสมอง, โรคสมองเสื่อมอัลไซเมอร์, ความพิการทางร่างกาย, อาการเจ็บปวด และภาวะอื่นๆ

น้ำสมุนไพร

น้ำใบเตย สรรพคุณของน้ำใบเตย บำรุงหัวใจ ลดความดันโลหิต ซึ่ง สรรพคุณของน้ำขิง แก้ท้องอืด ท้องเฟ้อ แก้คลื่นไส้ อาเจียน ช่วยบรรเทาอาการไมเกรน ช่วยลดน้ำตาลในเลือด






