

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลมะริอโบตก

อำเภอระแงะ จังหวัดนราธิวาส

รหัสโครงการ	62 - L8302 - - - ปี-รหัสกองทุน 5 ตัว-ประเภท-ลำดับโครงการในหมวด
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจของผู้สูงอายุด้วยวิถีอิสลาม
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลมะริอโบตก
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 7(1)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 7(2)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 7(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 7(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 7(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อบท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษา <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ 5 คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (5 คน)	ชื่อองค์กร ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะริอโบตก กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1 นายต่อละ มะเซ็ง 2 นายอารง แวกือจิ 3 นายเจ๊ะแมง มะหะมะ 4 นายกอรี เปาะดิง 5 นายอัยย ดือราแม
วันอนุมัติ	วันที่ 18 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2561
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่ วันที่ 1 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2562 ถึง วันที่ 30..เดือน มิถุนายน...พ.ศ...2562..
งบประมาณ	จำนวน 26,250.- บาท
<b>หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)</b> ด้วย ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะริอโบตก มีผู้สูงอายุในพื้นที่ส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม ได้นำหลักคำสอนของศาสนามาเป็นหลักสำคัญในการดำเนินชีวิตทำให้ชาวบ้านสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขนับตั้งแต่บรรพชนโดยมีมัสยิดเป็นศูนย์กลางในการจัดงานต่างๆ ทั้งทางด้านสังคมศิลปวัฒนธรรมประเพณีและกิจกรรมอื่นๆ ทางศาสนา มัสยิดจึงเป็นศูนย์รวมจิตใจของชาวบ้านและมีผลต่อวิถีชีวิตของคนในอดีต จากสภาพการณ์ในปัจจุบันปัญหาต่างๆ ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ และสังคมได้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชนและผู้สูงอายุ ให้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมจากสังคมที่สงบมีความอบอุ่นอารีเป็นสังคมที่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันกลับกลายเป็นสังคมที่วุ่นวายแก่งแย่งแข่งขันที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของคนในสังคมที่เห็นได้ชัดเจน คือ กลุ่มผู้สูงอายุ เนื่องจากเป็นวัยที่พ้นจากวัยแรงงานจึงมักถูกทิ้งให้อยู่บ้านตามลำพัง ผู้สูงอายุหลายคนขาดความสุขทางใจเกิดเป็นโรคซึมเศร้าจากสภาพปัญหาผู้สูงอายุดังกล่าวจึงได้มีแนวทางจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพกาย และสุขภาพจิตด้วยวิถีอิสลาม ด้วยการฟังบรรยายธรรมเพื่อให้ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุได้นำแนวทางปฏิบัติตนเพื่อดูแลสุขภาพกายและจิตใจ มาปรับใช้ในวิถีชีวิตด้วยการเสริมสร้างพื้นฐานที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติปัญญาและมีความรอบคอบ เพื่อให้เกิดความสมดุลและพร้อมกับความเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปอย่างรวดเร็ว และเป็นโครงการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้นต่อไป ดังนั้น ชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะริอโบตก จึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจของผู้สูงอายุด้วยวิถีอิสลาม ขึ้น	

**วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)**

1. จัดประชุมคณะทำงาน
2. วางแผนการดำเนินงาน พร้อมเสนอโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ
3. ดำเนินงานตามแผนงานที่วางไว้ โดยมี กิจกรรมฝึกอบรมการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพตามหลักศาสนาอิสลามในการส่งเสริมสุขภาพในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ จำนวน 100 คน
4. สรุปผลการดำเนินงานพร้อมรายงานผลการดำเนินงาน

**ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1. ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจ รวมทั้งสามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้กับผู้อื่นได้
2. ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปมีสุขภาพดี จิตใจดีขึ้น

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1 เพื่อให้ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพตนเองให้มีสุขภาพดีด้วยวิถีอิสลาม รวมทั้งสามารถถ่ายทอดความรู้ที่ได้รับให้กับผู้อื่นได้	ตัวชี้วัดความสำเร็จ ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ ความเข้าใจ ในการดูแลสุขภาพทั้งทางกายและจิตใจ ตามหลักศาสนาอิสลาม ร้อยละ 80
ข้อที่ 2 เพื่อให้ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุ มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจเพื่อลดอัตราความเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ	..... ..... .....
ข้อที่ 3 เพื่อส่งเสริมสุขภาพและจิตใจของประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุโดยการฟังการบรรยายธรรมให้กับผู้สูงอายุ	..... .....

**กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย (ปรับเพิ่ม หัวข้อได้ มากกว่าตัวอย่าง)**

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
1 กิจกรรมอบรมให้ความรู้ ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจตามหลักศาสนาอิสลาม	26,250.- บาท รายละเอียดค่าใช้จ่าย ต่อไปนี้ 1.ค่าวิทยากร อบรมให้ความรู้ จำนวน 5 ชม.ๆละ 600.- บาท เป็นเงิน 3,000.-บาท 2.ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 1 มื้อๆละ 70.- บาท จำนวน 100 คน เป็นเงิน 7,000.- บาท 3.ค่าอาหารว่าง จำนวน 2 มื้อๆละ 25.- บาท จำนวน 100 คน เป็นเงิน 5,000.- บาท 4.ค่าป้ายไวนิล จำนวน 1 แผ่น เป็นเงิน 750.- บาท 5.ค่าวัสดุ - ปากกา ด้ามละ 10.- บาท - สมุด เล่มละ 10.- บาท - กระเป๋า ใบละ 50.- บาท รวมเป็นเงิน ชุดละ 70.- บาท จำนวน 100 ชุด เป็นเงิน 7,000.- บาท 6.ค่าเต็นท์พร้อมเก้าอี้ จำนวน 2 หลังๆละ 1,000.- บาท เป็นเงิน 2,000.- บาท 7.ค่าเช่าชุดเครื่องเสียง จำนวน 1 ชุด เป็นเงิน 1,500.- บาท (ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยได้)	อบรม จำนวน 1 วัน วันที่ มิถุนายน 2562
	รวม 26,250.-บาท	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)  
ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ..... กรมส่งเสริมสุขภาพ เทศบาลตำบลสมเด็จใหญ่ .....

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

๗.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

- ๗.๒.๑ สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)]
- ๗.๒.๒ สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)]
- ๗.๒.๓ สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๗(๓)]
- ๗.๒.๔ สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๒.๕ สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)


- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน..... 10๐ คน .....
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - ๗.๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - ๗.๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - ๗.๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - ๗.๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

- ๗.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๗.๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - ๗.๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - ๗.๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - ๗.๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๗.๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - ๗.๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - ๗.๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - ๗.๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ๗.๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - ๗.๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - ๗.๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - ๗.๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ๗.๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....

- ๗.๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๗.๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - ๗.๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - ๗.๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - ๗.๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - ๗.๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๗.๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - ๗.๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - ๗.๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - ๗.๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - ๗.๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - ๗.๔.๗.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - ๗.๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - ๗.๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - ๗.๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๗.๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]
- ๗.๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
(นายต่อละ มะเซ็ง)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมะรุือโบตก

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๑

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ... เทศบาลตำบลมะรุ๋โบริง  
ครั้งที่ 5 / 2561 เมื่อวันที่ 18 ต.ค. 2561 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 26,250 บาท  
เพราะ .....

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

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ 3) ภายในวันที่  
30 ก.ค. 2562

ลงชื่อ .....

(นายอาทิตย์ สามะ)

ตำแหน่ง ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลมะรุ๋โบริง

วันที่-เดือน-พ.ศ. 18 ธันวาคม 2561

## กำหนดการ

โครงการส่งเสริมสุขภาพ สุขกาย สุขใจ ไก่ธรรม

วันจันทร์ ที่ ๒๑ มกราคม ๒๕๖๑

ณ ลานหน้าสำนักงานเทศบาลตำบลมะริอโบตก หมู่ที่ ๕ ตำบลมะริอโบตก

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	<ul style="list-style-type: none"><li>ลงทะเบียนผู้สูงอายุและผู้เข้าร่วมโครงการ</li><li>ชี้แจงรายละเอียดโครงการฯ</li></ul> โดย กองสวัสดิการสังคม <ul style="list-style-type: none"><li>ตรวจสุขภาพทั่วไป (วัดความดัน, ชั่งน้ำหนัก, วัดรอบเอว)</li></ul> โดย จนท. และ อสม.โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลมะริอโบตก จนท. และ อสม. กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลมะริอโบตก	
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"><li>พิธีเปิดโครงการ</li></ul> โดย นายอำหัมัด สาเกาะ นายกเทศมนตรีตำบลมะริอโบตก	
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"><li>การดูแลสุขภาพวัยผู้สูงวัยด้วยวิถีอิสลาม</li></ul>	
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม	
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"><li>การให้ความรู้การออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ</li><li>สาธิตการออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ</li></ul>	

หมายเหตุ : รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มในระหว่างเวลาประมาณ ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น.

และเวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.

: กำหนดการนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม



กลับบ้านโดยสวัสดิภาพ