



กองทุนหลักประกันสุขภาพ  
เทศบาลเมืองเขารูปช้าง  
เลขที่ ๐๒๖  
วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๒

แบบรายงานผลการดำเนินโครงการที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก  
กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองเขารูปช้าง

เรื่อง ขอรายงานผลโครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ  
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองเขารูปช้าง

ด้วยศูนย์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลเมืองเขารูปช้าง ขอรายงานผลการจัด  
โครงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุน  
หลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองเขารูปช้าง เป็นเงิน ๓๘๘,๓๕๐ บาท (สามแสนแปดหมื่นแปดพันสามร้อยห้า  
สิบบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียด ดังนี้  
ชื่อโครงการ/กิจกรรม กิจกรรมห้องเรียนสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ (งบประมาณ ๘๙,๒๐๐ บาท)

๑. ผลการดำเนินงาน

จัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้ สานิต และปฏิบัติ เพื่อให้ความรู้เรื่องสุขภาพ จำนวน ๑๐ ครั้ง ๗  
ละ ๕๐ คน ระหว่างวันที่ ๒๗ มิถุนายน - ๒๙ สิงหาคม ๒๕๖๒ ตามรายละเอียดดังนี้

ครั้งที่/วัน เดือน ปี	รายละเอียดกิจกรรม	เวลา
๑/๒๗ มิ.ย. ๖๒	การดูแลสุขภาพเบื้องต้นสำหรับผู้สูงอายุ	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	การพัฒนาจิต	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๒/๔ ก.ค. ๖๒	สุขภาพฟันดี ชีวีมีสุข	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	สุขภาพฟันดี ชีวีมีสุข (ต่อ)	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๓/๑๑ ก.ค. ๖๒	สูงวัยสุขภาพดี ไม่ล้ม ไม่ลืม ไม่ซึมเศร้า กินข้าวอร่อย	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	ทำความรู้จักกับโรคสมองเสื่อม	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๔/๑๘ ก.ค. ๖๒	การเพิ่มสมรรถภาพร่างกายในผู้สูงอายุ	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	ทำความรู้จักกับโรคข้อเข่าเสื่อม และภาวะเสี่ยงหกล้มในผู้สูงอายุ	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๕/๒๕ ก.ค. ๖๒	ถอดรหัสสุขภาพ ด้วยธรรมชาติบำบัด "วาริบำบัด"	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	การปรับสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๖/๑ ส.ค. ๖๒	ส่งเสริมโภชนาการ "การทำสลัดม้วนเพื่อสุขภาพ"	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	การใช้อย่างปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๗/๘ ส.ค. ๖๒	เทคนิคการออกกำลังกายให้มีประสิทธิภาพ	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	การละครเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๘/๑๕ ส.ค. ๖๒	การดูแลผู้สูงอายุทั้งทางร่างกายและจิตใจ	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	ถอดรหัสสุขภาพ ด้วยธรรมชาติบำบัด "วาริบำบัด"	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
๙/๒๒ ส.ค. ๖๒	สุขภาพจิตที่ดี สร้างได้ด้วยตนเอง	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
	ส่งเสริมโภชนาการ "การทำกระบวนแพนชีบำบัด ความเครียด"	๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.