

**แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลเมืองกำแพงเพชร**

**เรื่อง** ขอเสนอโครงการส่งเสริมสุขภาพ สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ บ้านนิคมร่วมพัฒนา หมู่ที่ ๑๑  
เทศบาลเมืองกำแพงเพชร ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัทภูมิ จังหวัดสงขลา

**เรียน** ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกำแพงเพชร

ชมรมผู้สูงอายุหมู่ที่ ๑๑ เทศบาลเมืองกำแพงเพชร มีความประสงค์จะจัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพชมรมผู้สูงอายุ บ้านนิคมร่วมพัฒนา เทศบาลเมืองกำแพงเพชรในปีงบประมาณ ๒๕๖๒ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกำแพงเพชร เป็นเงิน ๒๐,๐๐๐ บาท โดยมีรายละเอียดโครงการ/กิจกรรม ดังนี้

**ส่วนที่ ๑ : รายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (ลงรายละเอียด))**

**๑. หลักการและเหตุผล**

สังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเศรษฐกิจ และสังคม มีการเปลี่ยนแปลงจากครอบครัวขยาย เป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ผู้สูงอายุบางครอบครัวขาดการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลานหากผู้สูงอายุไม่สามารถปรับตัวให้การเปลี่ยนแปลงได้ทัน นอกจากต้องเผชิญกับปัญหาสุขภาพทางกายที่เกิดตามวัยแล้ว ผู้สูงอายุบางรายอาจต้องเผชิญกับปัญหาด้านจิตใจด้วย บ้านนิคมร่วมพัฒนาหมู่ที่ ๑๑ ได้จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ ขึ้น ใน ปี ๒๕๕๗ปัจจุบันมีสมาชิกทั้งหมด ๑๒๐ คน ( ข้อมูล ณ เดือนสิงหาคม ๒๕๖๑ ) ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาสอยู่บ้านตามลำพังทำให้ขาดโอกาสที่จะเข้าร่วมกิจกรรม หรือพบปะสังสรรค์กับเพื่อนในวัยเดียวกัน ชมรมผู้สูงอายุบ้านนิคมฯ จึงได้จัดโครงการส่งเสริมสุขภาพ ชมรมผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้รับความรู้และสร้างเสริมทักษะการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมกับช่วงวัย ให้สมาชิกได้พบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการดำเนินชีวิต และมีขวัญและกำลังใจสร้างความผูกพันระหว่างสมาชิกในชมรมอันจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น มีความเข้าใจในการสร้างเสริมสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรง สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขต่อไป

**๒. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพตนเอง
๒. เพื่อส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต แก่ผู้สูงอายุ
๓. เพื่อสร้างความรักความสามัคคีให้เกิดขึ้นและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ร่วมกัน

**๓. กลุ่มเป้าหมาย**

สมาชิกผู้สูงอายุ บ้านนิคมฯ หมู่ที่ ๑๑ ตำบลกำแพงเพชร อำเภอรัทภูมิ จังหวัดสงขลา

**๔. วิธีดำเนินการ**

๑. ประชุมกรรมการชมรมผู้สูงอายุ และ อสม.
๒. เสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ
๓. ดำเนินการอบรมตามแผนโครงการ
๔. ประเมินผลและสรุปผลโครงการ

**๕. ระยะเวลาดำเนินการ**

ตุลาคม ๒๕๖๑ - กันยายน ๒๕๖๒

๖. สถานที่ดำเนินการ

ณ.ชมรมผู้สูงอายุ ศาลาเฉลิมพระเกียรติ บ้านนิคมฯ (สาย๒)

๗. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกำแพงเพชร จำนวน ๒๐,๐๐๐บาท  
รายละเอียด ดังนี้

- ค่าป้ายโครงการ ขนาด ๑.๒๐ x ๒.๕๐ เมตร ตารางเมตรละ ๑๕๐ บาท จำนวน ๓ ตารางเมตร  
เป็นเงิน ๔๕๐ บาท
  - ค่าวิทยากร ๖ ชั่วโมงๆ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
  - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๘๐ คนๆละ ๒๕ บาท จำนวน ๒ มื้อ  
เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท
  - ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๘๐ คน ๆละ ๗๐ บาท เป็นเงิน ๕,๖๐๐ บาท
  - ค่าอุปกรณ์ประกอบการออกกำลังกาย ไม้พลองจำนวน ๘๐ อันๆ ๗๐ บาท  
เป็นเงิน ๕,๖๐๐ บาท
  - ค่าใช้จ่ายอื่นๆ เป็นเงิน ๗๕๐ บาท
- รวมเป็นเงิน ๒๐,๐๐๐ บาท (สองหมื่นบาทถ้วน)

หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

๘. การประเมินโครงการ

จำนวนสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ จำนวน ๘๐ คน

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันโรคและภาวะแทรกซ้อนของโรคที่เป็นอยู่ได้อย่างถูกต้อง
๒. กลุ่มเป้าหมายมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดี อาศัยอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข
๓. กลุ่มเป้าหมายมีความรักความสามัคคีและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ร่วมกัน

๑๐. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง ๑ รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

๑๐.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ

พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน .....

- หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน



- กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

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

๑๐.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- กลุ่มวัยทำงาน
- กลุ่มผู้สูงอายุ
- กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๑๐.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๑๐.๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- ๑๐.๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
  - การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ

- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ



- การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  
- ๑๐.๔.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
  
- ๑๐.๔.๗ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
  - การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
  
- ๑๐.๔.๘ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
  - การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
  
- ๑๐.๔.๙ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
  - การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - อื่นๆ (ระบุ) .....

๑๐.๔.๑๐ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

อื่นๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ *ไพศาล* .....ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
(นายไพศาล มีคลองแบ่ง)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่๑๑ ต.กำแพงเพชร  
วันที่-เดือน-พ.ศ. ....