

การพักผ่อนหย่อนใจ ส่งผลกระทบต่อให้การดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ขาดความสนใจในการออกกำลังกายที่ถูกต้องเหมาะสม และการบริโภคอาหารที่พอเหมาะพอควร เพื่อให้มีภาวะโภชนาการที่ดี ลดการเจ็บป่วยของโรคต่างๆ ความพิการซึ่งอาจเกิดขึ้นได้จากสาเหตุของโรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดในสมองอุดตัน เป็นต้น เพื่อให้การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในพื้นที่อย่างทั่วถึง จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขึ้นเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้อย่างถูกต้อง และเกิดความร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง

ซึ่งจะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุในหมู่ที่ ๗ จะมี ๓ ระดับ คือ ผู้สูงอายุติดบ้าน ผู้สูงอายุติดเตียง ผู้สูงอายุติดสังคม ชมรมผู้สูงอายุ หมู่ที่ ๗ มีความต้องการให้ผู้สูงอายุที่ติดบ้านออกสู่สังคม ได้มีโอกาสพบปะพูดคุย ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน มีกิจกรรมร่วมกัน นำความรู้ที่ได้จากการอบรมไปพัฒนาตนเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

๒. วิธีดำเนินการ

๑. ประชุมคณะทำงานเพื่อวางแผน คัดเลือกโครงการ เขียนโครงการ ประชุมประสานการดำเนินงานในการจัดทำโครงการ
๒. เสนอโครงการไปยังกองทุนหลักประกันสุขภาพ อบต.นาพละ
๓. ประชาสัมพันธ์โครงการ เชิญชวนกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ ประสานงานวิทยากรและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง
๔. ดำเนินการจัดกิจกรรมโครงการตามกำหนด/รายงานผลการดำเนินงานให้ผู้บริหารทราบ

๓. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. แกนนำผู้สูงอายุ นำความรู้ที่ได้จากการอบรมไปเผยแพร่กับผู้สูงอายุในชุมชนได้
๒. ผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรมมีความรู้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น จิตใจเบิกบาน
๓. ผู้สูงอายุมีความตื่นตัว มีส่วนร่วมในชุมชน ดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า และมีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรง
๔. ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง มีการดูแลซึ่งกันและกันในกลุ่ม

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

๕. ตัวชี้วัด

๔. วัตถุประสงค์โดยตรง

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ และนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้

ตัวชี้วัดความสำเร็จ

ผู้เข้ารับการอบรมร้อยละ ๘๐ มีความรู้ และนำความรู้ไปเผยแพร่ให้ผู้สูงอายุในชุมชนได้

๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง และส่งเสริมให้มีการดูแลซึ่งกันและกันในกลุ่ม

ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเอง และดูแลสุขภาพซึ่งกันและกันร้อยละ ๘๐

๖. กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม ทัศนศึกษา การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระยะเวลา
กิจกรรมอบรมให้ความรู้	๑. ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๕ ชั่วโมงๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท ๒. ค่าป้ายไวนิลโครงการ ขนาด ๑.๒X ๒.๕ เมตร จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๓๖๐ บาท ๓. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม สำหรับผู้เข้าอบรม วิทยากร และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง จำนวน ๕๕ ชุดๆละ ๒๕ บาท จำนวน ๒ มื้อ เป็นเงิน ๒,๗๕๐ บาท ๔. ค่าอาหารกลางวันสำหรับผู้เข้าอบรม วิทยากร และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง จำนวน ๕๕ ชุดๆละ ๖๐ บาท เป็นเงิน ๓,๓๐๐ บาท ๕. ค่าบำรุงสถานที่อบรม เป็นเงิน ๓๐๐ บาท	๐๙.๓๐ -๑๖.๐๐ น.
	รวม ๙,๗๑๐บาท	