

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา
เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม พัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกายใจ ผู้สูงอายุ
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา

ด้วย หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน (ระบุชื่อ) ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา มีความประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม พัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกายใจ ผู้สูงอายุ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา เป็นเงิน ๑๕๘,๒๙๖ บาท โดยมีรายละเอียดแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

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

๑. หลักการและเหตุผล

การแพทย์และการสาธารณสุขมีความเจริญก้าวหน้าเพิ่มมากขึ้นทำให้อายุขัยเฉลี่ยของประชาชนยืนยาวขึ้นทำให้จำนวนประชากรกลุ่มผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นด้วย ซึ่งประเทศไทยกำลังก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบในปี ๒๕๖๔ แต่การเตรียมความพร้อมรองรับผู้สูงอายุยังต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายฝ่าย โดยเฉพาะ "ชุมชน" ซึ่งใกล้ชิดและรู้จักสภาพปัญหา ตลอดจนความต้องการผู้สูงอายุในชุมชนของตนเองเป็นอย่างดี ด้วยความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสมัยใหม่การสื่อสารที่ฉับไวทั่วถึงทุกมุมโลกส่งผลให้จิตใจของคนเปลี่ยนไปเป็นวัตถุนิยมมีปัญหาทางสังคมบุตรหลานแยกเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ปัญหาทางร่างกายของผู้สูงอายุก็เปลี่ยนแปลงจากที่เคยแข็งแรงทำงานได้ก็ไม่แข็งแรงทำงานน้อยลงมีผลถึงภาวะเศรษฐกิจต้องกลายเป็นผู้พึ่งพิงบุตรหลานหรือบางคนขาดการช่วยเหลือดูแลมีปัญหาทางด้านจิตใจเกิดช่องว่างระหว่างวัยมากขึ้น ผู้สูงอายุปรับตัวปรับใจให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงนี้ไม่ได้ก็จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพทางจิตนี้ตามมารวมทั้งเป็นวัยแห่งการเสื่อมโทรมทางด้านร่างกายเพิ่มขึ้นเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคหลอดเลือดหัวใจ สมอง เกิดอัมพฤกษ์อัมพาตนำไปสู่ภาวะพึ่งพาและทุพพลภาพความต้องการการดูแลมากขึ้น การส่งเสริมสุขภาพนับว่ามีความสำคัญและเป็นหัวใจหลักของการปฏิรูประบบสุขภาพในประชากรกลุ่มผู้สูงอายุ

จากเหตุผลและความจำเป็นดังกล่าวศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา จึงมีแนวความคิดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสังคมให้ดีขึ้น ทำให้สามารถดูแลสุขภาพของตนเองได้ลดภาระค่าใช้จ่ายของครอบครัวสังคมในด้านการรักษาพยาบาล โดยในปีงบประมาณ ๒๕๖๒ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา ได้จัดกิจกรรมอบรมการดูแลสุขภาพให้แก่ผู้สูงอายุมาแล้ว เป็นเวลา ๑๐ สัปดาห์ และได้สำรวจขอความเห็นจากผู้สูงอายุและภาคีเครือข่ายสุขภาพในชุมชน พบว่าผู้สูงอายุต้องการการจัดกิจกรรมในรูปแบบของการอบรมอย่างต่อเนื่อง และมีกิจกรรมที่หลากหลาย ครอบคลุมทั้งในเรื่องการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกายที่เหมาะสม การบูรณาการการดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในกิจกรรมเรียนรู้ต่าง ๆ ศึกษากับผู้สูงวัย ตลอดจนการศึกษาดูงานนอกพื้นที่ เพื่อได้เพิ่มพูนความรู้ ทำกิจกรรมร่วมกัน แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เกิดความสามัคคีในหมู่คณะ มีการพัฒนาความคิดและมีความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ในสิ่งที่ได้ศึกษาดูงานเพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุและพัฒนากิจกรรมในการดูแล ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และยังส่งผลดีต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่ได้ผ่อนคลายร่างกายด้วยการแช่น้ำร้อนโดยวิธีธรรมชาติบำบัด และสัมผัสบรรยากาศภายนอก

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา เล็งเห็นถึงความสำคัญในการร่วมดูแลส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยสูงอายุเพื่อคงไว้ซึ่งสุขภาพกายและใจที่ดี ลดการเกิดปัญหาสุขภาพที่รุนแรง จึงได้จัดทำโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกาย ใจ ผู้สูงอายุ ขึ้น เพื่อต้องการให้ผู้สูงอายุที่ผ่านหลักสูตรสามารถดูแลสุขภาพตนเองเบื้องต้นได้ อยู่ร่วมในครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข และสามารถเป็นผู้สูงอายุต้นแบบให้กับชุมชนและสังคมได้อีกด้วย

๒. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
๑. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการเรียนรู้ตลอดชีวิต และส่งเสริมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ	๑. ร้อยละ ๙๐ ของผู้สูงอายุ เข้าร่วมอบรมตามเกณฑ์กิจกรรมกลุ่มทั้งหมด ๑ ครั้ง/สัปดาห์
๒. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจและตระหนักในการดูแลสุขภาพตนเอง	๒. ผู้สูงอายุมีความรู้ในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม ร้อยละ ๙๐ (ก่อน-หลังอบรม)
๓. เพื่อเสริมสร้างควมมีคุณค่าในตนเองส่งเสริมสุขภาพจิตที่ดีของผู้สูงอายุจากการเข้าร่วมกิจกรรม	๓. ร้อยละ ๙๐ ของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมอบรม มีคะแนนความพึงพอใจอยู่ในระดับดีขึ้นไป
๔. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับพื้นที่ต้นแบบ	๔. ผู้สูงอายุกลุ่มเป้าหมายทุกคนเข้ารับการศึกษาดูงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้

๓. วิธีดำเนินการ

๑. ประชุมชี้แจง เสนอแผนโครงการแก่คณะกรรมการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา ติดต่อประสานงานกับผู้เกี่ยวข้อง และเสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ

๒. จัดเตรียมสถานที่ในการจัดอบรมและศึกษาดูงาน

๓. จัดกิจกรรมการอบรมโดยรูปแบบหลักสูตรอบรมมีระยะเวลา ๑๑ สัปดาห์ ประกอบด้วย ๒ หน่วยการอบรมหลัก คือ

๓.๑ กิจกรรมการอบรมทักษะกายและใจ สัปดาห์ละ ๑ วัน ๆ ละ ๖ ชั่วโมง (ทุกวันอังคารของเดือน) มีทั้งหมด ๖ หมวดเรียนรู้ ได้แก่

๓.๓.๑ การเกษตรเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน ๑๒ ชม.

๓.๓.๒ การดูแลสุขภาพด้วยหลักการแพทย์แผนไทยของผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ชม.

๓.๓.๓ การดูแลสุขภาพตนเองกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น จำนวน ๑๒ ชม.

๓.๓.๔ การออกกำลังกาย โยคะบำบัดและบาสโลปผู้สูงอายุ จำนวน ๑๘ ชม.

๓.๓.๕ ธรรมะบำบัด จำนวน ๖ ชม.

๓.๓.๖ นันทนาการบำบัดสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ชม.

๓.๒ กิจกรรมศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จำนวน ๒ วัน ๑ คืน ณ จ.กระบี่

๔. ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรมแต่ละหมวด ๆ ละ ๑ ครั้ง จำนวน ๖ ครั้ง ตลอดโปรแกรมการอบรม

๕. สรุปผลการดำเนินงานโครงการ

๔. เป้าหมายดำเนินการ

๔.๑ ผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปี ขึ้นไป จำนวน ๕๐ คน มีภูมิลำเนาในเขต ตำบลนิคมพัฒนา อำเภอชะงาย

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

มกราคม ๒๕๖๓ - ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๓

๖. สถานที่ดำเนินการ

อาคารศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา

สถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติ ฯ นิคมพัฒนา

พื้นที่ชุมชน อำเภอมะนัง และ พื้นที่ อำเภอคลองท่อม อำเภออ่าวลึกใต้ และอำเภอเมือง จ.กระบี่

๗. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา
จำนวน ๑๕๘,๒๙๖ บาท รายละเอียดตามเอกสารแนบ ๑

๘. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๘.๑ ลดอัตราการเกิดปัญหาด้านสุขภาพกายและใจของผู้สูงอายุ

๘.๒ ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดและชะลอการเกิดโรคและภาวะแทรกซ้อน
ต่าง ๆ ที่อาจเกิดตามวัย

๘.๓ คนเฒ่าซึ่งผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมคือเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพกายและใจที่พึงประสงค์สามารถดูแล
ตนเองและช่วยเหลือผู้อื่นได้

๘.๔ ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้ แลกเปลี่ยนแนวทาง วิธีการในการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพ
ชีวิตจากกลุ่มอื่น ๆ

๙. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลนิคมพัฒนา อำเภอมะนัง จังหวัดสตูล

ผู้เขียนโครงการ

(ลงชื่อ)

(นางสาวเปมิภรณ์ แก้วสงค์)

อนุกรรมการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
ตำบลนิคมพัฒนา

ผู้เสนอโครงการ

(ลงชื่อ).....

(นายไต้ ขวัญปาน)

ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
ตำบลนิคมพัฒนา

เอกสารแนบ ๑

งบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ ๑๕๘,๒๙๖ บาท

ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลนิคมพัฒนา อำเภอมะนิ่ง จังหวัดสตูล รายละเอียดดังต่อไปนี้

กิจกรรมที่ ๑ การอบรมทักษะกายและใจ

- ค่าป้ายไวนิล ขนาด ๑ x ๒ ตร.ม.	จำนวน ๒ ตร.ม. x ๑๔๘ บาท	เป็นเงิน	๒๙๖ บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	จำนวน ๒๐ มื้อ x ๒๕ บาท x ๕๐ คน	เป็นเงิน	๒๕,๐๐๐ บาท
- ค่าอาหารกลางวัน	จำนวน ๑๐ มื้อ x ๗๐ บาท x ๕๐ คน	เป็นเงิน	๓๕,๐๐๐ บาท
- ค่าตอบแทนวิทยากร ประกอบด้วย			
- กิจกรรมเกษตรเพื่อสุขภาพ	จำนวน ๑๒ ชม. x ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๓,๖๐๐ บาท
- กิจกรรมดูแลสุขภาพด้วยหลักการแพทย์แผนไทย	จำนวน ๖ ชม. x ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๑,๘๐๐ บาท
- กิจกรรมดูแลสุขภาพตนเองกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	จำนวน ๑๒ ชม. x ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๓,๖๐๐ บาท
- กิจกรรมการออกกำลังกายโยคะบำบัดและบาสโลป	จำนวน ๑๘ ชม. x ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๕,๔๐๐ บาท
- กิจกรรมธรรมะบำบัดจิต	จำนวน ๖ ชม. x ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๑,๘๐๐ บาท
- กิจกรรมนันทนาการ	จำนวน ๖ ชม. x ๓๐๐ บาท	เป็นเงิน	๑,๘๐๐ บาท
		รวมค่าวิทยากร เป็นเงิน	๑๘,๐๐๐ บาท
		รวมกิจกรรมที่ ๑ เป็นเงิน	๗๘,๒๙๖ บาท

กิจกรรมที่ ๒ ศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

- ค่าจ้างเหมารถทัวร์ปรับอากาศพร้อมน้ำมันเชื้อเพลิงและคนขับ	จำนวน ๒ วัน x ๑๓,๐๐๐ บาท	เป็นเงิน	๒๖,๐๐๐ บาท
- ค่าจ้างเหมารถตู้ปรับอากาศพร้อมน้ำมันเชื้อเพลิงและคนขับ	จำนวน ๒ วัน x ๓,๕๐๐ บาท	เป็นเงิน	๗,๐๐๐ บาท
- ค่าเช่าที่พักสำหรับผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๕๐ คน	จำนวน ๑ คืน x ๔๐๐ บาท	เป็นเงิน	๒๐,๐๐๐ บาท
- ค่าเบี้ยเลี้ยงสำหรับผู้เข้ารับการอบรม จำนวน ๕๐ คน			
วันที่ ๑	จำนวน ๕๐ คน x ๒๔๐ บาท	เป็นเงิน	๑๒,๐๐๐ บาท
วันที่ ๒	จำนวน ๕๐ คน x ๒๔๐ บาท	เป็นเงิน	๑๒,๐๐๐ บาท
- ค่าของสมนาคุณในการดูงาน	จำนวน ๓ ชั้น x ๑,๐๐๐ บาท	เป็นเงิน	๓,๐๐๐ บาท
		รวมกิจกรรมที่ ๒ เป็นเงิน	๘๐,๐๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑๕๘,๒๙๖ บาท (หนึ่งแสนห้าหมื่นแปดพันสองร้อยเก้าสิบบาทถ้วน)

เอกสารแนบ ๒
แผนปฏิบัติงานโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกายใจ ผู้สูงอายุ

กิจกรรม / ขั้นตอน	ระยะเวลา (ปี ๒๕๖๓)						ผู้รับผิดชอบ	
	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.		
ขั้นเตรียมการ								
๑. ประชุมชี้แจง เสนอแผนโครงการแก่คณะกรรมการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตำบลนิคมพัฒนา ติดต่oprสานงานกับผู้เกี่ยวข้อง และเสนอโครงการเพื่อขออนุมัติ	↔						ศูนย์พัฒนา คุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ ต.นิคม พัฒนา	
๒. จัดเตรียมสถานที่ในการจัดอบรมและศึกษาดูงาน	↔	↔						
ขั้นดำเนินการ								
๓. จัดกิจกรรมการอบรมโดยรูปแบบหลักสูตรอบรมมีระยะเวลา ๑๑ สัปดาห์ ประกอบด้วย ๒ หน่วยการอบรมหลัก คือ ๓.๑ กิจกรรมการอบรมทักษะกายและใจ สัปดาห์ละ ๑ วัน ๆ ละ ๒ ชั่วโมง (ทุกวันอังคารของเดือน) มีทั้งหมด ๖ หมวดเรียนรู้ ได้แก่				↔				
๓.๓.๑ กิจกรรมเกษตรเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน ๑๒ ชม.			↔					
๓.๓.๒ การดูแลสุขภาพด้วยหลักการแพทย์แผนไทยของผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ชม.			↔					
๓.๓.๓ การดูแลสุขภาพตนเองกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น จำนวน ๑๒ ชม.				↔				
๓.๓.๔ การออกกำลังกาย โยคะบำบัดและบาสโลปผู้สูงอายุ จำนวน ๑๘ ชม.				↔				
๓.๓.๕ ธรรมะบำบัด จำนวน ๖ ชม.				↔				
๓.๓.๖ กิจกรรมสร้างสุขสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ชม.					↔			
๓.๒ กิจกรรมศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จำนวน ๒ วัน ๑ คืน ณ จ.กระบี่						↔		
๔. ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรมแต่ละหมวดๆ ละ ๑ ครั้ง จำนวน ๖ ครั้ง ตลอดโปรแกรมการอบรม				↔				
ขั้นติดตามและประเมินผล								
๑. สรุปผลการดำเนินงานโครงการ						↔		

เอกสารแนบ ๓

กำหนดการกิจกรรมโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกายใจ ผู้สูงอายุ

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มเวลา ๑๐.๓๐ น.- ๑๐.๔๕ น. และ ๑๕.๐๐ น. - ๑๕.๑๕ น.
 รับประทานอาหารกลางวันเวลา ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.

กิจกรรมที่ ๑ อบรมทักษะกายและใจ สัปดาห์ละ ๑ วัน ๆ ละ ๖ ชั่วโมง (ทุกวันอังคารของเดือน) ได้แก่

๑.๑ หมวดกิจกรรมการเกษตรเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ จำนวน ๑๒ ชม.

สัปดาห์ที่ ๑		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน พิธีเปิดโครงการ โดยนายกองค์การบริหารส่วนตำบล	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อพืชผักปลอดสารพิษ บำบัด กายและใจ - การเตรียมแปลง เตรียมเมล็ด ต้นกล้า - การให้น้ำ ให้อุ๋ย - การเสริมด้วยอินทรีย์ชีวภาพ ช่วยเพิ่มผลผลิต และป้องกันแมลง - แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติปลูกพืชผักปลอดสารพิษ กลุ่มละ ๕ คน จำนวน ๑๐ กลุ่ม	ปราชญ์ทางการเกษตร
สัปดาห์ที่ ๒		
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ใน ขวดน้ำ - ผักไฮโดรโปนิคส์ คืออะไร - ข้อดีของผักไฮโดรโปนิคส์ - วัสดุที่ใช้ในการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในขวดน้ำ - ขั้นตอนการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในขวดน้ำ - วิธีการย้ายต้นกล้า - ทำความรู้จักสารละลายธาตุอาหาร - บทสรุปที่ควรรู้ของการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ใน ขวดน้ำ - ฝึกปฏิบัติปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในขวดน้ำ	ปราชญ์ทางการเกษตร
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	ผู้จัดโครงการ

๑.๒ หมวดกิจกรรมดูแลสุขภาพด้วยหลักการแพทย์แผนไทยของผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ชม.

สัปดาห์ที่ ๓		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อส่งเสริมสุขภาพด้วยฤๅษีตัดตน - ความเป็นมาของฤๅษีตัดตน ภูมิปัญญาไทยเพื่อสุขภาพ - หลักของการฝึกทำฤๅษีตัดตนที่ถูกต้อง - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑ ทำนวดกล้ามเนื้อบริเวณใบหน้า - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๒ ท่าเทพนม - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๓ ท่าชูหัตถ์วาดหลัง - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๔ ท่าแก้เกี้ยว - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๕ ท่าดึงศอกไล่คาง - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๖ ทำนึ่งนวดขา - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๗ ทำยิงธนู - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๘ ทำอวดแหวนเพชร - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๙ ทำดำรงค์กายอายุยืน - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑๐ ทำนางแบบ - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑๑ ทำนอนหงายผายปอด - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑๒ ท่าเต็นโชน - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑๓ ทำยีนนวดขา - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑๔ ทำนอนคว่ำทับหัตถ์ - ฤๅษีตัดตนท่าที่ ๑๕ ทำองค์แอ่นแขนงนพิกตร์	แพทย์แผนไทยชำนาญการ
๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อสมุนไพรพอกเข้า ดูดพิษ พิษิตปวด - สมุนไพรพอกเข้าคืออะไร - ประโยชน์และสรรพคุณของสมุนไพรพอกเข้า - ทำความรู้จักส่วนผสมสมุนไพรพอกเข้า - วิธีผสมสมุนไพร - ขั้นตอนการทำหัตถการพอกยาดูดพิษ พอกเข้า - ปฏิบัติการพอกเข้า ดูดพิษ พิษิตปวด	แพทย์แผนไทยชำนาญการ
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	ผู้จัดโครงการ

๑.๓ หมวดกิจกรรมดูแลสุขภาพตนเองกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้น จำนวน ๑๒ ชม.

สัปดาห์ที่ ๔		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๐.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ การปฐมพยาบาลเบื้องต้น	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
๑๐.๐๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- หลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- การปฐมพยาบาลภาวะหมดสติ	
๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๐๐ น.	- การปฐมพยาบาลอาการชัก	
๑๔.๐๐ น. - ๑๕.๐๐ น.	- การประเมินและปฐมพยาบาลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง	
๑๕.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- การประเมินและปฐมพยาบาลภาวะหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน	
๑๕.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- การปฐมพยาบาลอาการสำคัญ	
สัปดาห์ที่ ๕		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๐๙.๓๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (CPR) และการใช้เครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้า (AED)	เจ้าหน้าที่กู้ชีพ (EMR)
๐๙.๓๐ น. - ๑๐.๓๐ น.	- คุณสมบัติของผู้ให้การช่วยเหลือ	
๑๐.๓๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- หลักการช่วยชีวิต	
๑๑.๐๐ น. - ๑๑.๓๐ น.	- การประเมินอาการทั่วไป	
๑๑.๓๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- การประเมินผู้บาดเจ็บที่มีภาวะหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น	
๑๒.๐๐ น. - ๑๒.๓๐ น.	- ข้อบ่งชี้ในการช่วยชีวิต	
๑๒.๓๐ น. - ๑๓.๐๐ น.	- การช่วยเหลือในผู้ใหญ่ เด็กโต และเด็กเล็ก	
๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๐๐ น.	- ฝึกปฏิบัติการกู้ชีพ (CPR)	
๑๔.๐๐ น. - ๑๔.๓๐ น.	- เครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้า คืออะไร	
๑๔.๓๐ น. - ๑๕.๐๐ น.	- ประโยชน์และความสำคัญของเครื่อง AED	
๑๕.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- การประเมินอาการสำหรับการใช้เครื่อง AED	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- วิธีการใช้เครื่อง AED	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ฝึกปฏิบัติการกู้ชีพโดยการใช้เครื่อง AED	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	ผู้จัดโครงการ

๑.๔ หมวดกิจกรรม การออกกำลังกาย โยคะบำบัดและ บาสโลปสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๑๘ ชม.

สัปดาห์ที่ ๖		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๐.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ โยคะบำบัด	เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำ อำเภอควนกาหลง
๑๐.๐๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- ความเป็นมาของโยคะ - หลักการของโยคะ ๕ ประการ - ข้อปฏิบัติทั่วไปก่อนและหลังการฝึกโยคะ - ข้อเสนอแนะในการฝึกโยคะ - ประโยชน์ของการฝึกโยคะ	
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- ทำพื้นฐานของโยคะ ๕ ท่า	
๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- ท่าที่ ๑ ทำปรับกระดูกและโครงสร้างร่างกายให้สมดุล - ท่าที่ ๒ ทำบริหารหัวไหล่ คลายกล้ามเนื้อ คอ บ่าไหล่ - ท่าที่ ๓ ทำบริหารเอว เพิ่มความยืดหยุ่นของกระดูกสันหลัง - ท่าที่ ๔ ทำบริหารกล้ามเนื้อหลัง - ท่าที่ ๕ ทำนั่งก้นทับสันเท้า	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	
สัปดาห์ที่ ๗		
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๐.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ โยคะบำบัด (ต่อ)	เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำ อำเภอควนกาหลง
๑๐.๐๐ น. - ๑๑.๐๐ น.	- การบริหารแบบโยคะสำหรับผู้สูงอายุ - ท่าชุดที่ ๑ ทำเตรียมความพร้อม ฝึกในท่านั่งบนเก้าอี้ จำนวน ๑๐ ท่า	
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- ท่าชุดที่ ๒ ทำยืน จำนวน ๕ ท่า	
๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น.	- ท่าชุดที่ ๓ ทำนั่งกับพื้น จำนวน ๑๐ ท่า	
๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๓๐ น.	- โยคะบำบัดอาการปวดหลังในผู้สูงอายุ	
๑๔.๓๐ น. - ๑๕.๓๐ น.	- การฝึกหายใจ	
๑๕.๓๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	ผู้จัดโครงการ

๑.๔ หมวดกิจกรรม การออกกำลังกาย โยคะบำบัดและ บาสโลปสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๑๘ ชม. (ต่อ)

สัปดาห์ที่ ๘		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ บาสโลปผู้สูงอายุ - ความเป็นมาของบาสโลป - หลักการของบาสโลป - ข้อปฏิบัติทั่วไปก่อนและหลังการฝึกบาสโลป - ข้อเสนอแนะในการฝึกบาสโลป - ประโยชน์ของการออกกำลังกายบาสโลป	เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำ อำเภอ
๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๓๐ น.	- ฝึกท่าเดินบาสโลปสำหรับผู้สูงอายุอย่างง่ายตาม จังหวะ	
๑๔.๓๐ น. - ๑๕.๓๐ น. ๑๕.๓๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- ฝึกท่าเดินบาสโลปสำหรับผู้สูงอายุขั้นสูง - การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	ผู้จัดโครงการ

๑.๕ หมวดกิจกรรม ธรรมะบำบัดจิต จำนวน ๖ ชม.

สัปดาห์ที่ ๙		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ ธรรมะบำบัดจิต - ธรรมะบำบัดคืออะไร - หลักการของธรรมะบำบัด - หน้าที่ตามกฎธรรมชาติ - การได้รับผลตามกฎธรรมชาติ - การอยู่กับปัจจุบัน	พระครูโสภณปัญญาสาร
๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	- การกำหนดลมหายใจ - การฝึกสมาธิ เจริญสติ - เข้าใจสังขารของชีวิต - การสร้างทัศนคติที่เป็นมิตรต่อการเจ็บป่วย	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	

๑.๖ หมวดกิจกรรมสร้างสุขสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๖ ชม.

สัปดาห์ที่ ๑๐		
เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน กิจกรรมเตรียมความพร้อม	ผู้จัดโครงการ
๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ กิจกรรมสร้างสุขสำหรับผู้สูงอายุ - การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและสมรรถภาพตามวัย - รูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ - งานอดิเรกกับตัวช่วยสร้างสุข - หลักการนันทนาการกับผู้สูงอายุ - รูปแบบนันทนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ - กิจกรรมเพิ่มทักษะการเคลื่อนไหว	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการหัวข้อ ฝึกสมองประลองปัญญา - โรคมองเสื่อมกับผู้สูงอายุ - ทดสอบสมรรถภาพสมองและความจำ ชุดที่ ๑ - ทดสอบสมรรถภาพสมองและความจำ ชุดที่ ๒ - ทดสอบสมรรถภาพสมองและความจำ ชุดที่ ๓ - อาหารบำรุงและกระตุ้นการทำงานของสมองสำหรับผู้สูงอายุ	
๑๖.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.	- ประเมินผลการเรียนรู้ตามทักษะการอบรม	ผู้จัดโครงการ

เอกสารแนบ ๔

กำหนดการกิจกรรมโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตส่งเสริมทักษะกายใจ ผู้สูงอายุ
กิจกรรมที่ ๒ ศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ณ จ.กระบี่

วันที่ ๑

เวลา	กิจกรรม
๐๖.๐๐ - ๐๗.๐๐ น.	- คณะศึกษาดูงาน พร้อมกันที่หน้าสถานีอนามัยเฉลิมพระเกียรติ ฯ นิคมพัฒนา
๐๗.๐๐ - ๑๑.๐๐ น.	- ออกเดินทางมุ่งหน้า สู่ จ.กระบี่
๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.	- ศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของผู้สูงอายุ ของวิสาหกิจชุมชน ชมรมผู้สูงอายุคลองท่อมเหนือ อำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่ เรื่องงานอดิเรก และกิจกรรมคลายเครียด และกลุ่มผ้ามดัย้อมลายคราม
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๕.๓๐ น.	- ศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาล คลองท่อมเหนือ อำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่ เรื่อง กิจกรรมการออกกำลังกาย สำหรับผู้สูงอายุ
๑๕.๓๐ - ๑๗.๐๐ น.	- ออกเดินทางสู่ อำเภออ่าวลึก จังหวัดกระบี่
๑๗.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.	- เข้าที่พัก อำเภออ่าวลึก จังหวัดกระบี่
๑๘.๐๐ - ๒๐.๐๐ น.	- สรุปลผลการแลกเปลี่ยนเรียนรู้
๒๐.๐๐ น. เป็นต้นไป	- พักร่อนตามอัธยาศัย

วันที่ ๒

เวลา	กิจกรรม
๐๖.๓๐ - ๐๘.๓๐ น.	- รับประทานอาหารเช้า ณ ที่พัก อำเภออ่าวลึก จังหวัดกระบี่
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	- ออกเดินทางมุ่งหน้า สู่ โรงพยาบาลอ่าวลึก จ.กระบี่
๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	- ศึกษาดูงานการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาล อ่าวลึก อำเภออ่าวลึก จังหวัดกระบี่ เรื่องภูมิปัญญาพื้นบ้านและการแพทย์แผน ไทยกับการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น.	- ออกเดินทางไปวัดถ้ำเสือ ตำบลกระบี่น้อย อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่
๑๔.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	- เยี่ยมชมแหล่งธรรมวิปัสสนากรรมฐานในวัดถ้ำเสือ
๑๖.๐๐ - ๒๐.๐๐ น.	- ออกเดินทาง สู่ จังหวัดสตูล
๒๐.๐๐ น.	- ถึงจังหวัดสตูล โดยสวัสดิภาพ

เอกสารแนบ ๕
ตัวอย่างป้ายไวนิลโครงการ



สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

๑. หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๕๗ ข้อ ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลนิคมพัฒนา

- ๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

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

๓. กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๓.๕ กลุ่มผู้สูงอายุ
- ๓.๕ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๔. กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๔.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
 - ๔.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๔.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๔.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
 - ๔.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรมให้ความรู้

- ๔.๑.๕ การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ๔.๑.๖ การคัดกรองและดูแลรักษา มะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ๔.๑.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ๔.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน

- ๔.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๔.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๔.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๔.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๔.๒.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ
- อารมณ์
- ๔.๒.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๔.๒.๗ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
 - ๔.๒.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน

- ๔.๓.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๔.๓.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๔.๓.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๔.๓.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๔.๓.๕ การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและ
- อารมณ์
- ๔.๓.๖ การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
 - ๔.๓.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๔.๓.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
 - ๔.๓.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๔ กลุ่มวัยทำงาน

- ๔.๔.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๔.๔.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๔.๔.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๔.๔.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๔.๔.๕ การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อม
- ในการทำงาน
- ๔.๔.๖ การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
 - ๔.๔.๗ การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
 - ๔.๔.๘ การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

๔.๔.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ

๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

๔.๕.๒.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๔.๕.๒.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๔.๕.๒.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๔.๕.๒.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๔.๕.๒.๕ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง

๔.๕.๒.๖ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ

๔.๕.๒.๗ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง

๔.๕.๒.๘ การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

๔.๕.๒.๙ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

๔.๖.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๔.๖.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

๔.๖.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

๔.๖.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

๔.๖.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

๔.๖.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

๔.๖.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

๔.๖.๘ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง


๔.๗.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

๔.๗.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

- ๔.๗.๓ การเยี่ยมชมติดตามดูแลสุขภาพ
- ๔.๗.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ๔.๗.๕ การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ๔.๗.๖ อื่นๆ (ระบุ)

๔.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

- ๔.๘.๑ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ  ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายไถ่ ขวัญปาน)

ประธานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตำบลนิคมพัฒนา

วันที่ ๒๓ เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๓

ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (สำหรับเจ้าหน้าที่ อปท. ที่ได้รับมอบหมายลง
รายละเอียด)

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ จนท. หนองบัวลำภู
ครั้งที่ 3 / ๒๕.๕.๖๓ เมื่อวันที่ 24 ก.ค. 63 ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/
กิจกรรม ดังนี้

- อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน 150,296 บาท
เพราะ ไม่ได้อยู่ในภาคบังคับของกรมที่เสนอขอทุนที่วิเทศ
ส่งเสริมทักษะ: กย - ใจผู้สูงอายุ
- ไม่อนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
เพราะ

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน
วันที่ 12 ก.ค. 63

ลงชื่อ

(นางนิตดา นวลจันทร์)

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ตำแหน่ง

วันที่/เดือน/พ.ศ. ๐๕ ก.พ. ๒๕๖๓