

## แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต 12 สงขลา

รหัสโครงการ	2563 - 17572 - 02 - 007
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	สูงวัยอย่างสง่า ชราอย่างมีคุณภาพ
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง
	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ, หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กร ประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ 10(2)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. 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.อสม./แกนนำชุมชนบ้านควนปรัง..... กลุ่มคน (ระบุ 5 คน) 1.นางสาววรรณิ ยกุลวี 087-2864130 2.นายวิรัตน์ คงสมคิด 086 -5667429 3.นางสาวจิรพร เพ็ชรรัตน์ 087-3922237 4.นางพนิดา โพธิสุวรรณ 084-8574949 5.นางหนูเล็ก เจริญผล 084 -3248361
วันอนุมัติ	3 กุมภาพันธ์ 2563
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่...1... เดือน...มีนาคม.....พ.ศ....2563..... ถึง วันที่...30...เดือน.....กรกฎาคม.....พ.ศ...2563.....
งบประมาณ	จำนวน.....20,550.....บาท

## หลักการและเหตุผล (ระบุที่มาของการทำโครงการ)

เมื่อวัยเพิ่มขึ้น การทำงานหรือโครงสร้างของเนื้อเยื่อหรืออวัยวะย่อมเสื่อมถอยลงไป ปัญหาสุขภาพจึงเป็นสิ่งที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้แต่สามารถทำความเข้าใจ ป้องกัน และดูแลได้ ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยในผู้สูงอายุแบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ กลุ่มแรกคือ กลุ่มโรคสามัญทั่วไปที่เป็นได้แม้ยังไม่เข้าสู่วัยผู้สูงอายุ เช่น เบาหวาน ความดัน หัวใจ ไต ซึ่งเกิดได้กับคนทุกวัย แต่พออายุมากขึ้น ก็ยังมีโอกาสเป็นมากขึ้น ส่วนกลุ่มที่สองเป็นกลุ่มอาการที่เกิดเฉพาะกับผู้สูงอายุ คือเกิดจากความชราภาพของร่างกายหรือจากผลข้างเคียงจากโรคที่มารุมเร้าทำให้การดูแลตนเองถดถอยลง

ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย ซึ่งแต่ละคนจะเปลี่ยนมากน้อยไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับสุขภาพและการใช้ชีวิตในวัยที่ผ่านมา จุดประสงค์สำคัญในการดูแลผู้สูงอายุคือ เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตแต่ละวันได้อย่างมีความสุข มีอิสระที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพตามที่ต้องการ แม้สภาพร่างกายจะเสื่อมถอย และมีโรคเรื้อรังต่างๆอยู่ก็ตาม การดูแลผู้สูงอายุจะต้องเน้นที่การทำให้ร่างกายอยู่ในสภาพที่ดีที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ร่วมกับการส่งเสริมให้ร่วมกิจกรรมต่างๆ ตามที่สภาพร่างกาย จิตใจและเวลา การเรียนรู้ถึงปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในผู้สูงอายุรวมถึงวิธีป้องกันและดูแล จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตต่อไปได้อีกยาวนานด้วยสุขภาพที่ดีและมีชีวิตชีวา

ชุมชนบ้านควนปรัง มีประชากร 328 คน ซึ่งมีผู้สูงอายุจำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 18.90 ซึ่งเป็นผู้สูงอายุติดบ้าน ติดเตียง หรือผู้พิการ จำนวน 15 คน โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ และหลอดเลือด และภาวะเสื่อมตามวัย เช่น ความจำเสื่อม การได้ยินของหูลดลง ประสิทธิภาพการมองเห็นลดลง เป็นต้น และปัญหาด้านสภาพจิตใจ เนื่องจากรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองลดลง การเข้าสังคมน้อยลง ส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้า หรือมีภาวะหดหู่ได้ ดังนั้น อสม./แกนนำชุมชนบ้านควนปรังเล็งเห็นปัญหาดังกล่าว จึงจัดทำโครงการ “สูงวัยอย่างสง่า ชราอย่างมีคุณภาพ” เพื่อส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน

## วิธีดำเนินการ (ออกแบบให้ละเอียด)

1. ประชุมคณะทำงานในการวางแผนการดำเนินงาน
2. จัดทำทะเบียนข้อมูล
3. กิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้าน ติดเตียง ผู้พิการ โดยมีการตรวจสุขภาพเบื้องต้นโดย อสม.เดือนละ 1 ครั้ง
4. กิจกรรมธรรมะชโลมใจ ผู้สูงวัยเจริญธรรม โดยการให้ครอบครัวมีส่วนร่วมการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การไหว้พระสวดมนต์ การฟังธรรมะ การรดน้ำขอพร เพื่อเป็นกำลังใจและเพิ่มคุณค่าให้กับผู้สูงอายุในชุมชน 1 วัน
5. กิจกรรมรณรงค์การออกกำลังกายตามถนัด เช่น การใช้อุปกรณ์กีฬากลางแจ้ง, การเดิน, การวิ่ง, การเต้นแอโรบิก, การเต้นบาสะโลบ เป็นต้น ทุกวัน และตรวจสุขภาพเบื้องต้นโดย อสม.ในชุมชน
6. กิจกรรมติดตามประเมินผล

## ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายและจิตใจแข็งแรง
2. ผู้สูงอายุมีการทำกิจกรรมร่วมกัน เกิดความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและชุมชน



เป้าหมาย/วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัด
<b>วัตถุประสงค์โดยตรง</b>	
วัตถุประสงค์ ข้อที่ 1 เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุทั้งร่างกายและจิตใจ	ตัวชี้วัดความสำเร็จ 1. ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมสุขภาพร้อยละ 80
ข้อที่ 2 เพื่อป้องกันภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ	1. ผู้สูงอายุมีภาวะซึมเศร้าน้อยกว่า ร้อยละ 5

### กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ระบุชนิดกิจกรรมหลัก เช่น ประชุม อบรม ทัศนศึกษา จัดบริการ การจัดซื้อ	งบประมาณ	ระบุเวลา
1. อบรมให้ความรู้ และสานสัมพันธ์ในครอบครัว และเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้าน ติดเตียง และผู้พิการ และการตรวจสุขภาพเบื้องต้นโดย อสม.	1. ค่าตอบแทนวิทยากรอบรมให้ความรู้จำนวน 2 ชั่วโมงๆละ 600 บาท = 1,200 บาท 2. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ผู้เข้าร่วมอบรมและผู้เกี่ยวข้อง จำนวน 50 คนๆละ 25 บาท = 1,250 บาท 3. ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 50 คนๆละ 60 บาท = 3,000 บาท 4. ค่าวัสดุอุปกรณ์ = 1,000 บาท 5. ค่าป้ายไวนิล = 600 บาท 6. ชุดของเยี่ยมเพื่อสุขภาพ จำนวน 15 ชุดๆละ 200 บาท = 3,000 บาท	
2. กิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุติดบ้าน ติดเตียง และผู้พิการ และการตรวจสุขภาพเบื้องต้นโดย อสม.	- ไม่ใช้งบประมาณ	
3. อบรมออกกำลังกายกำลังตามถนัด เช่น การใช้ อุปกรณ์กีฬากลางแจ้ง, การเดิน, การวิ่ง, การเต้นแอโรบิก, การเต้นบาสะโลบ เป็นต้น ทุกวัน และตรวจสุขภาพเบื้องต้นโดย อสม.ในชุมชน	1. อุปกรณ์เครื่องเสียง และอุปกรณ์ จัดเก็บข้อมูล (แฟลชไดร์ฟ) = 10,000 บาท	
4. กิจกรรมติดตามประเมินผล และสรุปผลการดำเนินงาน	1. ค่าสรุปรูปเล่ม = 500 บาท	
	<b>รวม.....20,550.....บาท</b>	

หมายเหตุ 1. ทุกรายการถ้วนเฉลี่ยรายจ่ายกันได้

2. งบประมาณไม่ซ้ำซ้อนกับงบประมาณอื่น

## 1. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียด โดยในแต่ละข้อย่อยให้เลือกเพียง 1 รายการที่เป็นรายการหลักสำหรับใช้ในการ  
จำแนกประเภทเท่านั้น เพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว)

1.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ.  
2561 ข้อ 10)

กลุ่มคน อสม./แกนนำชุมชนบ้านควนปรัง

- 1.1.1 หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- 1.1.2 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- 1.1.3 หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- 1.1.4 หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- 1.1.5 กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

1.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

- 1.2.1 สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ  
10(1)]
- 1.2.2 สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น  
[ข้อ 10(2)]
- 1.2.3 สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ 10(3)]
- 1.2.4 สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10(4)]
- 1.2.5 สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10(5)]

1.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

- 1.3.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- 1.3.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 1.3.3 กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน
- 1.3.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 1.3.5.1 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 1.3.5.2 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- 1.3.6 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- 1.3.7 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- 1.3.8 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ





ส่วนที่ ๒ : ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ตามที่มติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง ครั้งที่ ๑/๒๕๖๓ เมื่อวันที่ ๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓ ผลการพิจารณาโครงการสูงวัยอย่างสง่า ชราอย่างมีคุณภาพ ดังนี้

อนุมัติงบประมาณเพื่อสนับสนุนโครงการสูงวัยอย่างสง่า ชราอย่างมีคุณภาพ จำนวน ๒๐,๕๕๐ บาท (สองหมื่นห้าร้อยห้าสิบบาทถ้วน)

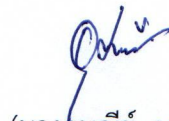
เพราะ เป็นไปตามวัตถุประสงค์/หลักเกณฑ์ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติฯ พ.ศ. ๒๕๖๑

ไม่อนุมัติ เพราะ .....  
หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี) .....

ให้รายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓) ภายใน ๓๐ วัน หลังเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการ

ผู้ตรวจสอบโครงการ

ลงชื่อ



(นางอุษณีย์ นมรักษ์)

หัวหน้าฝ่ายบริการสาธารณสุข รักษาราชการแทน

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

ผู้พิจารณาโครงการ

ลงชื่อ



(นายพิทพล ขวัญสุวรรณ)

รองปลัดเทศบาล รักษาราชการแทน

ปลัดเทศบาลเมืองพัทลุง

กรรมการและเลขานุการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง

ผู้อนุมัติโครงการ

ลงชื่อ



(นายสุเมธ บุญยอก)

นายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองพัทลุง