

แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพระดับท้องถิ่น เขต ๑๒ สงขลา

รหัสโครงการ	
ชื่อโครงการ/กิจกรรม	โครงการส่งเสริมสุขภาพสมาชิกชมรมผู้สูงอายุบ้านสะหรั่ง ประจำปี ๒๕๖๓
ชื่อกองทุน	กองทุนหลักประกันสุขภาพ องค์การบริหารส่วนตำบลโฆมิชิต อำเภอตากใบ จังหวัดนราธิวาส
ประเภทการสนับสนุน	<input type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถาน บริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๗(๑)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๗(๒)] <input checked="" type="checkbox"/> สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คน พิการ [ข้อ ๗(๓)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)] <input type="checkbox"/> สนับสนุนกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๗(๕)]
หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ที่รับผิดชอบโครงการ	<input type="checkbox"/> หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุข ของเทศบาล <input type="checkbox"/> หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. <input type="checkbox"/> หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน กองการศึกษาฯ <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มหรือองค์กรประชาชนตั้งแต่ ๕ คน
ชื่อองค์กร/กลุ่มคน (๕ คน)	ชื่อองค์กร ชมรมผู้สูงอายุบ้านสะหรั่ง ตำบลโฆมิชิต อำเภอตากใบ กลุ่มคน (ระบุ ๕ คน) ๑. นายดีเอื้อ อีซอ ประธานชมรมผู้สูงอายุ ๒. นายเจ๊ะอามี อาสาวะ รองประธาน ๓. นายมะแอ ฮะยาปอ กรรมการ ๔. นายนาวี เต็งปาราแม กรรมการ ๕. นางสาวรีหมีะ แวนาแวน กรรมการ
วันอนุมัติ	
ระยะเวลาดำเนินโครงการ	ตั้งแต่วันที่ ๑ เดือน มกราคม พ.ศ.๒๕๖๓ ถึง วันที่ ๓๐ เดือน กันยายน พ.ศ.๒๕๖๓
งบประมาณ	จำนวน ๓๘,๗๕๐ บาท

นางเจ๊ะ อีซอ

หลักการและเหตุผล

ผู้สูงอายุถือว่าเป็นทรัพยากรของชาติที่มีคุณค่าทุกคนควรให้ความรักเคารพ และดูแลเอาใจใส่เนื่องจากเป็นผู้ที่สร้างประโยชน์แก่ประเทศชาติมาก่อน สามารถถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์ และวัฒนธรรมอันดีไปสู่ลูกหลาน แต่ปัจจุบันผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งจากบุตรหลานมากขึ้นทำกิจวัตรและดูแลตัวเองในเรื่องของความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันมากขึ้น ซึ่งผู้สูงอายุควรต้องได้รับความรู้ในเรื่อง การรับประทานอาหารให้ครบ ๕ หมู่ การออกกำลังกาย การดูแลสุขภาพปากและฟัน การป้องกันอุบัติเหตุเหล่านี้เป็นต้น เพื่อที่จะสามารถดูแลสุขภาพร่างกายของตัวเองได้ทำให้เกิดปัญหาได้น้อยที่สุดและส่งผลให้จิตใจสดชื่น แจ่มใส ช่วยให้คนรอบข้างหรือครอบครัวทั้งสังคมมีความสุขด้วยและครอบครัวเป็นสถาบันที่เล็กที่สุดแต่มีความสำคัญที่สุด ถ้าครอบครัวให้ความสำคัญและเล็งเห็นความสำคัญของผู้สูงอายุด้วยแล้วครอบครัวและสังคมไทยจะมีความสุข และทุกคนมีสุขภาพจิตที่ดีส่งผลให้ร่างกายดีตามมาเพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและส่งเสริมสถาบันครอบครัวดังกล่าว

ดังนั้นทางกลุ่มสมาชิกผู้สูงอายุ ม.๑ บ้านสะหรั่ง ตำบลโฆษิต โครงการนี้ขึ้นเพื่อเป็นการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้สามารถดูแลตัวเองได้โดยไม่เป็นภาระแก่ลูกหลานและได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในของปัญหาดังกล่าวจึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพสมาชิกชมรมผู้สูงอายุบ้านสะหรั่ง ประจำปี ๒๕๖๓ ขึ้น

วิธีดำเนินการ

๑. เจ้าหน้าที่ประชุมเพื่อจัดทำแผนการดำเนินงานร่วมกันในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
๒. จัดทำโครงการเพื่อเสนอขอพิจารณาอนุมัติ
๓. สถานบริการสาธารณสุขดำเนินกิจกรรมตามแผนงาน
๔. สสำรวจกลุ่มเป้าหมายผู้สูงอายุ และ จำแนกประเภท โดยอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน
๕. จัดกิจกรรมสนทนา การพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ตามหลัก ๖ อ. ๑ เดือน/ครั้ง
๖. กิจกรรมให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพ หลัก ๖ อ. แก่กลุ่มเป้าหมาย มีเนื้อหา ดังนี้
 - การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกับดอกไม้ ๗ สี
 - อาหาร, การดูแลเรื่องสุขภาพในช่องปาก
 - การฝึกทักษะออกกำลังกายด้วยวิธีต่างๆที่ถูกต้อง เช่น การยืดเหยียด รำไม้พลอง ฯลฯ
 - การจัดการกับอารมณ์ การจัดการกับความเครียด การเข้าหาธรรมชาติหรือศาสนา
 - อนามัยสิ่งแวดล้อม สภาพแวดล้อมในบ้านที่ติดต่อการมีสุขภาพผู้สูงอายุ
 - อายุมข การลดเล็บบุหรี่ และแอลกอฮอล์
๗. ตรวจประเมินภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ ได้แก่ ชั่งน้ำหนัก วัดความดันโลหิต ตรวจฟัน ประเมินภาวะสุขภาพกายและจิตโดยบุคลากรสาธารณสุข อสม.และกลุ่มจิตอาสาดูแลผู้สูงอายุ
๘. เยี่ยมเยียนผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพอย่างน้อยคนละ ๑ ครั้ง
๙. สรุปและประเมินผลการดำเนินงานทุกเดือน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. มีการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุแบบบูรณาการร่วมกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ผู้สูงอายุ และครอบครัว
๒. ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมและเพิ่มคุณค่าของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในการดูแลตนเองร่วมกับครอบครัว มากยิ่งขึ้น

เป้าหมาย/วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการดูแลตนเองตามรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวอย่างต่อเนื่อง

ตัวชี้วัด

๑. ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองตามรูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุระยะยาวได้อย่างต่อเนื่อง

๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการพบปะสังสรรค์และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการปฏิบัติตนตามหลัก ๓อ ๒ส และสามารถนำไปเผยแพร่ต่อภายในชุมชนได้	๒. ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น
---	--

กิจกรรมหลักและกิจกรรมย่อย

ชนิดกิจกรรม	งบประมาณ	ระบุวัน/ช่วงเวลา
๑ จัดกิจกรรมของชมรม		
๑.๑ กิจกรรมย่อย - จัดกิจกรรมสันทนาการ มีการพบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนเรียนรู้ตามหลัก ๖ อ. และให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพ การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว ๑ เดือน/ครั้ง	- ค่าอาหารว่าง ในการจัดกิจกรรมเดือนละครั้งๆละ ๒๕ บาท X ๑๑๐ คน รวม ๙ ครั้ง เป็นเงิน ๒๔,๗๕๐ บาท - ค่าเครื่องวัดความดันโลหิตแบบดิจิตอล จำนวน ๑ ตัว เป็นเงิน ๒,๕๐๐ บาท - เครื่องชั่งนน.ชนิดยีนแบบดิจิตอล จำนวน ๑ เครื่อง เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท - ค่าป้ายไวนิลโครงการ ขนาด ๑๐๐ x ๒๕๐ ซม. จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๕๐๐ บาท - ค่าป้ายไวนิลการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ขนาด ๑๐๐ x ๒๕๐ ซม. จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๕๐๐ บาท	มกราคม - กันยายน ๒๕๖๓
๑.๒ กิจกรรมเยี่ยมเยียนผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพ	- ค่าชุดของเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ๕๐ ชิ้น x ๑๕๐ บาท เป็นเงิน ๗,๕๐๐ บาท	มกราคม - กันยายน ๒๕๖๓
รวม	๓๘,๗๕๐ บาท	

๗. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๗.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ.๒๕๕๗ข้อ๗)

ชื่อหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคน ชมรมผู้สูงอายุบ้านสะหรั่ง

- ๗.๑.๑ หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต.
- ๗.๑.๒ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขของเทศบาล
- ๗.๑.๓ หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ.
- ๗.๑.๔ หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน
- ๗.๑.๕ กลุ่มหรือองค์กรประชาชน

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

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

๗.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ. ๒๕๕๗)

- ๗.๓.๑ กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
- ๗.๓.๒ กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- ๗.๓.๓ กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- ๗.๓.๔ กลุ่มวัยทำงาน
- ๗.๓.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน ๑๑๐ คน
- ๗.๓.๕.๒ กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- ๗.๓.๖ กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- ๗.๓.๗ กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- ๗.๓.๘ สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๗(๔)]

๗.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

- ๗.๔.๕.๑ กลุ่มผู้สูงอายุ
 - ๗.๔.๕.๑.๑ การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๒ การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
 - ๗.๔.๕.๑.๓ การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
 - ๗.๔.๕.๑.๔ การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
 - ๗.๔.๕.๑.๕ การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
 - ๗.๔.๕.๑.๖ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
 - ๗.๔.๕.๑.๗ การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
 - ๗.๔.๕.๑.๘ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ..... ดือเลาะผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นายดือเลาะ อีซอ)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุบ้านสะหรั่ง

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ๒๕๖๓.....