



## แบบเสนอโครงการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

เรื่อง ขอเสนอโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง  
เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

ด้วย กองสวัสดิการสังคม เทศบาลเมืองกันตัง มีความประสงค์จะทำโครงการส่งเสริมสุขภาพ “ธรรมะบำบัดจิต พิชิตซึมเศร้า” ในปีงบประมาณ ๒๕๖๔ โดยขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง เป็นเงิน ๕,๗๐๐ บาท โดยมีรายละเอียดโครงการ ดังนี้

### ส่วนที่ ๑ : รายละเอียด

#### ๑. หลักการและเหตุผล

ภาวะอารมณ์เศร้า หรือ โรคซึมเศร้าในผู้สูงอายุ มักเกิดในช่วงอายุ ตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป โดยมี ๒ ลักษณะ คือ มีอาการซึมเศร้าที่เป็นมาก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และที่เกิดในช่วงที่เข้าสู่วัยสูงอายุแล้ว ภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ พบมากถึงร้อยละ ๑๐-๒๐ ของประชากรสูงอายุทั้งหมด และส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย โดยเฉพาะผู้ที่หย่าร้าง อยู่ตัวคนเดียว หรือสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก จะมีความเสี่ยงกับภาวะนี้มากขึ้น ทั้งนี้การเกิดภาวะซึมเศร้านั้นเกิดจากหลายปัจจัยร่วมกัน ทั้งการทำงานของสมองเกิดสื่อประสาทไม่สมดุลย์ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและจิตใจ สังคม สภาพแวดล้อม ประสบการณ์การสูญเสีย ดังนั้นจำเป็นต้องบูรณาการการดูแลสุขภาพควบคู่กันหลายด้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข และมีสุขภาพจิตที่ดีในบั้นปลาย

ธรรมะเป็นอีกหนทางหนึ่งในการช่วยบรรเทาความวิตกกังวล ความทุกข์ใจ ปัจจุบันการปฏิบัติธรรมมีหลากหลายวิธีที่ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติได้ด้วยตนเอง กองสวัสดิการสังคม เทศบาลเมืองกันตัง จึงกำหนดจัดโครงการส่งเสริมสุขภาพ “ธรรมะบำบัดจิต พิชิตซึมเศร้า” ขึ้น เพื่อส่งเสริมความรู้ความเข้าใจให้กับผู้สูงอายุในการดูแลตนเองไม่ให้เกิดภาวะซึมเศร้า ตลอดจนการนำหลักธรรมมาใช้เยียวยาจิตใจให้ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้าได้

#### ๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่ออบรมให้ความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเองไม่ให้เกิดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

๒.๒ เพื่อส่งเสริมการนำหลักธรรมมาใช้เยียวยาจิตใจให้ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้า

#### ๓. ตัวชี้วัดโครงการ

๓.๑ ร้อยละ ๘๐ ของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการได้รับความรู้ในการดูแลตนเองให้ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้า

#### ๔. กลุ่มเป้าหมาย

๔.๑ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองกันตังเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๘๐ คน

## ๕. กิจกรรมและวิธีดำเนินการ

- ๕.๑ การคัดกรองภาวะซึมเศร้าด้วย ๒Q ในกลุ่มผู้สูงอายุเขตเทศบาลเมืองกันตัง
- ๕.๒ จัดทำแผนงานเพื่อให้อนุกรรมการกลั่นกรอง/เสนอแผนงานต่ออนุกรรมการกองทุนฯ เพื่ออนุมัติ
- ๕.๓ ประชาสัมพันธ์เชิญชวนผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม/โครงการ
- ๕.๔ ติดต่อประสานงานหน่วยงานและวิทยากรที่เกี่ยวข้อง
- ๕.๕ จัดกิจกรรมอบรม
  - ๕.๕.๑ อบรมให้ความรู้ความเข้าใจการดูแลตนเองไม่ให้เกิดภาวะซึมเศร้า
  - ๕.๕.๒ ฟังเทศนาธรรมการเยียวยาจิตใจให้ห่างไกลภาวะซึมเศร้า
- ๕.๖ ประเมินผลการเข้าร่วมโครงการโดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจ
- ๕.๗ สรุปและรายงานผลการดำเนินงานต่อคณะกรรมการกองทุน

## ๖. งบประมาณโครงการ

ขอสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง จำนวน ๕,๗๐๐ บาท รายละเอียด ดังนี้

|  |                    |
|--|--------------------|
| - ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน ๓ ชั่วโมง ๆ ละ ๖๐๐ บาท                    | เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท |
| - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๘๐ คน ๆ ละ ๑ มื้อ มื้อละ ๓๐ บาท | เป็นเงิน ๒,๔๐๐ บาท |
| - ค่าเอกสารประกอบการอบรม/แบบประเมิน/แบบคัดกรอง ๒Q                  | เป็นเงิน ๓๐๐ บาท   |
| - ค่าอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง  | เป็นเงิน ๗๐๐ บาท   |
| - ค่าป้ายโครงการ   | เป็นเงิน ๕๐๐ บาท   |

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๕,๗๐๐ บาท

(หมายเหตุ : ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้)

## ๗. ระยะเวลาดำเนินการ

- ๗.๑ ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ – สิงหาคม ๒๕๖๔

## ๘. สถานที่ดำเนินการ

- ๘.๑ อาคารคอมมิวนิตีเทศบาลเมืองกันตัง

## ๙. วิธีการประเมินผล

- ๙.๑ การคัดกรองภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุด้วย ๒Q
- ๙.๒ การประเมินความพึงพอใจผู้เข้าร่วมโครงการ

## ๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑๐.๑ ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลตนเองไม่ให้เกิดภาวะซึมเศร้า
- ๑๐.๒ ผู้สูงอายุมีจิตใจเบิกบานจากการพบปะสังสรรค์ร่วมกับเพื่อนผู้สูงอายุ

## ๑๑. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

๑๑.๑ หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มคนที่รับผิดชอบโครงการ (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพ ฯ พ.ศ.๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

- หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น โรงพยาบาล รพ.สต. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของ อปท. เช่น กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม [ข้อ ๑๐ (๑)]
- หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. [ข้อ ๑๐ (๑)]
- หน่วยงานอื่นๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น รร. สำนัก/กอง ต่างๆ ของเทศบาล [ข้อ ๑๐ (๒)]
- กลุ่มหรือองค์กรประชาชน [ข้อ ๑๐ (๒)]
- ศพด. ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ/ผู้พิการ [ข้อ ๑๐ (๓)]
- องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น [ข้อ ๑๐ (๔)]

๑๑.๒ ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันฯ พ.ศ. ๒๕๖๑ ข้อ ๑๐)

- สนับสนุนการจัดบริการสาธารณสุขของ หน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ ๑๐ (๑)]
- สนับสนุนกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคของกลุ่มหรือองค์กรประชาชน/หน่วยงานอื่น [ข้อ ๑๐(๒)]
- สนับสนุนการจัดกิจกรรมของ ศูนย์เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ [ข้อ ๑๐ (๓)]
- สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]
- สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ ๑๐ (๕)]

๑๑.๓ กลุ่มเป้าหมายหลัก (ตามแนบท้ายประกาศคณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคฯ พ.ศ.๒๕๕๗)

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด              | <input type="checkbox"/> กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน  |
| <input type="checkbox"/> กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน                     | <input type="checkbox"/> กลุ่มวัยทำงาน                     |
| <input checked="" type="checkbox"/> กลุ่มผู้สูงอายุ                     | <input type="checkbox"/> กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง           |
| <input type="checkbox"/> กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ                        | <input type="checkbox"/> กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง |
| <input type="checkbox"/> สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)] |  |
| <input type="checkbox"/> กลุ่มอื่นๆ ระบุ .....                          |  |

๑๑.๔ กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

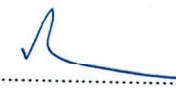
- กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด
  - การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
  - การคัดกรองและดูแลรักษา มะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
  - การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - อื่นๆ (ระบุ) .....

- กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภ์ไม่พร้อม
  - การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- กลุ่มวัยทำงาน
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครภ์ไม่พร้อม
  - การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- กลุ่มผู้สูงอายุ
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - รณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

- การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
  - การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง
- การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
  - อื่นๆ (ระบุ) .....
- สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ ๑๐ (๔)]
- พัฒนาศักยภาพคณะกรรมการ อนุกรรมการ คณะทำงาน เช่น อบรม ศึกษาดูงาน ค่าใช้จ่ายเดินทางไปราชการ
  - จัดหาวัสดุ อุปกรณ์ ครุภัณฑ์ของกองทุนหลักประกันสุขภาพฯ
  - ค่าบริหารจัดการประชุม เช่น ค่าเบี้ยประชุม ค่าตอบแทน ค่าอาหารและเครื่องดื่ม

- จัดทำแผนสุขภาพกองทุน
- อื่นๆ ระบุ .....
- กลุ่มอื่น ๆ ระบุ .....
- กิจกรรม ระบุ .....

๑๒. ผู้รับผิดชอบโครงการ (กรณีกลุ่มหรือองค์กรประชาชนควรมีผู้รับผิดชอบโครงการอย่างน้อย ๓ คน)  
 ๑๒.๑ กองสวัสดิการสังคม เทศบาลเมืองกันตัง

ลงชื่อ .....  ..... ผู้เสนอโครงการ/กิจกรรม  
 (นายชิษณุพงศ์ พลหลา)  
 ตำแหน่ง นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ  
 วันที่-เดือน-พ.ศ. ๒๕ มกราคม ๒๕๖๔

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

ตามมติการประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง ครั้งที่ ๑ /๒๕๖๔  
 เมื่อวันที่ ๑๗ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๔ ผลการพิจารณาแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

- เห็นควรอนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม จำนวน ๕,๗๐๐ บาท  
 (.....)  
 เพราะ เป็นกรณีสนับสนุนได้ มี ครต.เป็นงานในครต. และ ส่งเสริมสุขภาพ  
 ในกลุ่มนี้สูงอาย เพื่อได้มีสุขภาพที่ดี
- ไม่ควรอนุมัติงบประมาณ เพื่อสนับสนุนแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม  
 เพราะ .....

หมายเหตุเพิ่มเติม (ถ้ามี)

.....  
 .....  
 .....

ใหัรายงานผลความสำเร็จของแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ตามแบบฟอร์ม (ส่วนที่ ๓)  
ภายในวันที่...๓๐...เดือน...สิงหาคม...พ.ศ. ๒๕๖๔

ลงชื่อ .....  .....ผู้พิจารณาโครงการ

(นายคาถา นิตยจำรูญ)


กรรมการและเลขานุการ

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๔

อนุมัติ

ไม่อนุมัติ

ลงชื่อ .....  .....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสรนนท์ จิโรจน์มนตรี)

ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลเมืองกันตัง

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๔