

## โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ปีงบประมาณ ๒๕๖๔

### หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยมีการเปลี่ยนโครงสร้างทางประชากรจะเข้าสู่สังคมสูงอายุตั้งแต่ปี ๒๕๔๘ และจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ในปี ๒๕๖๔ จะมีผู้สูงอายุมากถึงร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งหมดอันเป็นผลสืบเนื่องจากปริมาณผู้สูงอายุมากขึ้นและมีอายุยืนยาวยิ่งขึ้น การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางอายุของประชากรในวัยต่างๆ เมื่อจำแนกประชากรออกเป็นกลุ่มอายุ ๓ กลุ่มใหญ่ๆ พบว่า ระหว่างปีพ.ศ. ๒๕๕๓ - ๒๕๘๓ สัดส่วนประชากรวัยเด็ก และวัยแรงงานมีแนวโน้มลดลง ในขณะที่สัดส่วนของประชากรสูงอายุมิแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจากร้อยละ ๑๓.๒ ในปีพ.ศ.๒๕๕๓ เป็นร้อยละ ๓๒.๑ ในปีพ.ศ.๒๕๘๓ ภาวะเหล่านี้ทำให้ประเทศไทยมีความตื่นตัวและเตรียมการเพื่อรองรับการดูแลประชากรกลุ่มสูงอายุมากขึ้น เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นช่วงวัยที่การเปลี่ยนแปลงในทางที่เสื่อมลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม เป็นเหตุนำมาซึ่งภาวะเสี่ยงและปัญหาสุขภาพต่างๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ โรคตา โรคเบาหวาน โรคหัวใจและหลอดเลือด ปัญหาอนไม้หลับ ท้องผูก อาการซึมเศร้า กลุ่มอาการทางสมองเสื่อม หกล้ม เป็นต้น

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นหยงโป เล็งเห็นความสำคัญของการเตรียมความพร้อมผู้สูงอายุ เพราะมีบทบาทในส่งเสริมการเตรียมความพร้อมบุคคลให้มีความตระหนักรู้ถึงความจำเป็นของการเตรียมการด้านต่างๆ เพื่อเป็นผู้สูงอายุที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างร่มเย็นผาสุกและนำไปขยายผลในการจัดอบรมให้กับบุคลากรของหน่วยงานเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพในอนาคต

### วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเตรียมความพร้อมประชากรก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ให้เป็นผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม
๒. เพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์แนวโน้มสังคมในปัจจุบันและอนาคต
๓. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ
๔. เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเป็นผู้สูงอายุ

### เป้าหมายการดำเนินการ

อาสาสมัครสาธารณสุขและประชาชนในชุมชนตำบลต้นหยงโป จำนวน ๑๐๐ คน

### วิธีการดำเนินการ

๑. ชั้นเตรียม
  - ๑.๑ ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง
  - ๑.๒ ประสานงานกับอบสม.และกลุ่มเป้าหมายและจัดเตรียมเอกสารการอบรมให้ความรู้
๒. ชั้นดำเนินการ
  - ๒.๑. ขออนุมัติโครงการ

๒.๒. แต่งตั้งคณะกรรมการและวางแผนดำเนินงาน

๒.๓. ประชาสัมพันธ์โครงการและติดต่อสถานที่รวมถึงจัดทำเอกสารเกี่ยวกับการอบรม

๒.๔. ดำเนินโครงการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ

กิจกรรมที่ ๑ สถานการณ์ผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ ๒ บทบาทและความสำคัญของผู้สูงอายุต่อครอบครัว ชุมชน และสังคม

กิจกรรมที่ ๓ การเตรียมการด้านสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ ๔ อาชีพและรายได้ของผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ ๕ กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ ๖ การจัดสิ่งอำนวยความสะดวกของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัย

๓. ชั้นประเมินผล

๓.๑ ประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้แบบประเมิน

๓.๒ ประเมินความรู้และทัศนคติของผู้เข้าร่วมโครงการก่อนและหลังให้ความรู้

### ระยะเวลาการดำเนินงาน

พฤศจิกายน ๒๕๖๓

### สถานที่ดำเนินการ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นหยงโป หมู่ที่ ๑ ตำบลต้นหยงโป อำเภอเมือง จังหวัดสตูล

### งบประมาณดำเนินการ

ขอสนับสนุนกองทุนระบบหลักประกันสุขภาพตำบลต้นหยงโป จำนวน ๒๕,๘๐๐ บาท (เงินสองหมื่นห้าพันแปดร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดการใช้จ่าย ดังนี้

๑. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มผู้เข้าร่วมโครงการ (จำนวน ๑๐๐ คน x ๒๕ บาท x ๔ มื้อ )

เป็นเงิน ๑๐,๐๐๐ บาท

๒. ค่าอาหารกลางวันวิทยากรและผู้เข้าร่วมโครงการ (จำนวน ๑๐๐ คน x ๗๐ บาท x ๒ มื้อ)

เป็นเงิน ๑๔,๐๐๐ บาท

๓. ค่าตอบแทนวิทยากร (จำนวน ๓ ชั่วโมงๆ ละ ๖๐๐ บาท)

เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๒๕,๘๐๐ บาท

หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายต่างๆ สามารถถัวเฉลี่ยกันได้ทุกรายการ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความสามารถในการเตรียมความพร้อม ก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุให้เป็นผู้สูงอายุ  
อย่างมีคุณภาพต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม

ผู้เขียนโครงการ



(นายอุทฤษฎ์ ถิ่นสกุล)  
พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

ผู้เสนอโครงการ



(นายปรีสน รัชฎาปริวรรต)  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นหยงโป

ผู้เห็นชอบโครงการ



(นายกวานาด ภัทรากินนธ์)  
สาธารณสุขอำเภอเมืองสตูล

ผู้เห็นชอบโครงการ



(นายสอาด กาศีโลน)  
รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล รักษาการแทน  
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลต้นหยงโป

ผู้อนุมัติโครงการ



(นายกิตติ หมัดตานี)  
ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนหลักประกันสุขภาพ  
องค์การบริหารส่วนตำบลต้นหยงโป

กำหนดการ

โครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน  
 ปีงบประมาณ ๒๕๖๔  
 ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลต้นหยงโป

วันที่ ๑

เวลา	รายการ
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	- ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.	- พิธีเปิดโครงการ
๐๙.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	- อบรมเรื่อง บทบาทและความสำคัญของผู้สูงอายุต่อครอบครัว ชุมชน และสังคม
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	- อบรมเรื่อง การเตรียมการด้านสุขภาพอนามัยผู้สูงอายุ

วันที่ ๒

เวลา	รายการ
๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.	- ลงทะเบียน
๐๙.๐๐ - ๑๐.๓๐ น.	- อบรมเรื่องอาชีพและรายได้ของผู้สูงอายุ
๑๐.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.	- อบรมเรื่องกฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ
๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	- พักรับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.	- อบรมเรื่อง การจัดตั้งอำนาจความระดมของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัย