



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพรก โทร./โทรสาร ๐๗๗-๙๕-๔๒๑๔
ที่ สฎ ๗๑๘๐๑ / วันที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๖๗
เรื่อง รายงานผลการดำเนินงานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗
เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพรก

๑.เรื่องเดิม

ตามที่ชมรมผู้สูงอายุตำบลปากแพรกโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโนนได้ดำเนินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ณ ชมรมผู้สูงอายุตำบลปากแพรก ตำบลปากแพรก อำเภอตอนล่าง จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยใช้งบประมาณจากข้อบัญญัติองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพรก เป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานนั้น

๒.ข้อเท็จจริง

บัดนี้ ชมรมผู้สูงอายุตำบลปากแพรกได้ดำเนินการโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว โดยมีผู้ร่วมโครงการ จำนวน ๑๐๐ คน (รายละเอียดตามเอกสารแนบท้าย)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ


(นางสุกษา รามอินทร์)
นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ

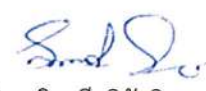
ความเห็นของหัวหน้าสำนักปลัด
- เพื่อโปรดทราบ


(นายปิวัฒน์ ชัยเมฆ)
หัวหน้าสำนักปลัด

ความเห็นของปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล
- เพื่อโปรดทราบ


(นางวรชยา ธรรมโชติ)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพรก

ความเห็นของนายกองค์การบริหารส่วนตำบล
- ทราบ


(นางรินดี วิชัยดิษฐ์)
รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ปฏิบัติราชการแทน
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพรก

หน่วยงานผู้รับผิดชอบ

☒ สำนักปลัด อบต.

☐ กองคลัง

☐ กองช่าง

☐ กองการศึกษา

งานพัฒนาชุมชน

องค์การบริหารส่วนตำบลปากแพ

เลขที่รับ..... 3192

วันที่..... 3 พ.ย. 2566

อำเภอจิตพิสัย ๙๙/๒..... ๐8๕5

ตำบลปากแพ อำเภอตอนสัก

จังหวัดสุราษฎร์ธานี ๘๔๓๔๐

๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอรับเงินอุดหนุนโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ ตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่าย ปีงบประมาณ ๒๕๖๗

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพ

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพ ๒๕๖๗ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพได้อนุมัติโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพ ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ตามหนังสือที่ ลงวันที่ ๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ให้แก่ผู้สูงอายุ เขตรับผิดชอบโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใน ๑๐ หมู่บ้าน ที่ประสงค์เข้าร่วมโครงการดังกล่าว ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนในด้านการพัฒนาให้ผู้สูงอายุให้มีความสามารถในการดูแลสุขภาพของตนเองได้ และเพื่อให้ผู้สูงอายุอยู่ในกลุ่มติดสังคมเพิ่มระยะเวลาที่ยาวนานมากขึ้นและลดอัตราผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้านและกลุ่มติดเตียงให้น้อยลง โดยได้รับงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพ จำนวน ๑๙๙,๒๐๐.- บาท (หนึ่งแสนเก้าหมื่นเก้าพันสองร้อยบาทถ้วน) เป็นค่าใช้จ่ายในโครงการฯ สำหรับกิจกรรมในช่วงเดือนพฤศจิกายน - สิงหาคม ๒๕๖๗ ดำเนินกิจกรรมทุกวันพุธ (สัปดาห์ที่ ๒ และ ๔ ของเดือน) จึงขอเบิกจ่ายงบประมาณในการดำเนินโครงการตามข้อบัญญัติองค์การบริหารส่วนตำบลปากแพ ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ ตามรายละเอียดที่ส่งมาพร้อมแล้ว จำนวน ๑ ชุด

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

เรียน นาย.ศักดิ์ศักดิ์ / รองปลัด / นายก อบต.

ขอรับเงินอุดหนุนผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพ

ขอรับเงินอุดหนุนผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพ ๒๕๖๗

โอนเงิน 199,200 บาท

ขอแสดงความนับถือ



(นายธรรมบุญ บุญกิม)

ประธานชมรมผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพ

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณา

ส.ค.ค.

ย.พ.ย. ๖๖

๓/11/๖๖





ชื่อโครงการ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก
แผนงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก
ผู้รับผิดชอบ ชมรมผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก
ลักษณะโครงการ โครงการตามแผนชมรมผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก ประจำปี ๒๕๖๗

๑. หลักการและเหตุผล

ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่สถาบันครอบครัวไทยให้การเคารพยกย่องมากที่สุด เพราะเป็นบุคคลที่มีประสบการณ์ในชีวิตสูงเป็นผู้ถ่ายทอดความสามารถ ประเพณี วัฒนธรรมเพื่อคำจูนจิตใจ ให้แก่บุคคลในครอบครัว ชุมชน และสังคม ได้อย่างต่อเนื่องมาโดยตลอด

จากตัวเลขการคาดประมาณประชากรของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติได้ระบุไว้ว่าในปี ๒๕๖๖ ประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ในประเทศไทยจะมีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็น ๑๔.๔ ล้านคน คิดเป็นร้อยละ ๒๑ ของประชากรทั้งหมดเท่ากับว่าประเทศไทยจะกลายเป็น "สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์" (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, ๒๕๖๕) และจากข้อมูลประชากรจังหวัดสุราษฎร์ธานีทั้งหมดมีจำนวน ๑,๐๔๖,๗๗๒ คน เป็นผู้สูงอายุจำนวน ๓๓๔,๙๖๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๒.๘๙ ประชากรในอำเภอดอนสักทั้งหมดมีจำนวน ๓๗,๕๐๐ คน เป็นผู้สูงอายุจำนวน ๕,๔๓๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๔.๔๘ (ฐานข้อมูลประชากรจากการสำรวจ PDC , ๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๕) ประชากรในพื้นที่รับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านในทั้งหมดมีจำนวน ๙,๗๕๗ คน เป็นผู้สูงอายุจำนวน ๑,๐๗๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๐๑ พบว่ามีอาการป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่เป็นปัญหาสำคัญของผู้สูงอายุ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูงจำนวน ๑๗๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๓.๘๙ รองลงมาเป็นโรคเบาหวานจำนวน ๑๑๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๐๔ และโรคไข้มันในเส้นเลือดจำนวน ๘๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๖.๔๖ รองลงมาตามลำดับ (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใน, ๒๕๖๓) ซึ่งอีกทั้งยังมีแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงประชากรในวัยผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้น การถูกทอดทิ้งให้อยู่เพียงลำพัง และภาวะโดดเดี่ยวไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยจะสูญเสียความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน ความสามารถเสื่อมถอย ต้องอาศัยญาติและครอบครัวคอยดูแล และยังก่อให้เกิดปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ สังคม ปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว และปัญหาค่านิยมที่เปลี่ยนแปลง เป็นกลุ่มประชากรที่ใช้บริการสุขภาพสูงกว่าวัยอื่นๆ และจะต้องใช้จ่ายงบประมาณของประเทศในการรักษาพยาบาลสูง

จากหลักการและเหตุผลข้างต้นชมรมผู้สูงอายุ ตำบลปากแพรกในได้ตระหนักถึงความสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนในด้านการพัฒนาให้ผู้สูงอายุให้มีความสามารถในการดูแลรักษาสุขภาพของตนเองได้ และเพื่อให้ผู้สูงอายุอยู่ในกลุ่มติดสังคมเพิ่มระยะเวลาที่ยาวนานมากขึ้นและ ลดอัตราผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้านและกลุ่มติดเตียงให้น้อยลง ทั้งนี้ได้ดำเนินโครงการภายใต้ภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนในตำบลปากแพรกซึ่งให้ความสำคัญจึงได้จัดทำโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรกขึ้น

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๕๐
- ๒.๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตัวเองและผู้อื่นได้ตามอัตภาพ ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๘๐
- ๒.๓ เพื่อให้ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๘๐

๓. เป้าหมาย

สมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นจำนวน ๑๐๐ คน ต่อครั้ง

๔. วิธีการดำเนินการ

- ๔.๑ ประชุมคณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อวางแผนการดำเนินงาน
- ๔.๒ จัดทำโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
- ๔.๓ รับสมัครสมาชิกเข้าโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเพิ่มเติม รวมแล้วเป็นจำนวน ๑๐๐ คน
- ๔.๔ จัดเตรียมหลักสูตรสำหรับโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
- ๔.๕ กำหนดแผนการดำเนินงานของกิจกรรมให้สอดคล้องกับหลักสูตร
- ๔.๖ จัดกิจกรรมตามแผนการดำเนินงาน
- ๔.๗ ประชุมเชิงปฏิบัติงานตามแผนการดำเนินงานมีกำหนดการดังนี้

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

ทุกวันพุธ (สัปดาห์ที่ ๒ และ สัปดาห์ที่ ๔) ของปีงบประมาณ ๒๕๖๗

๖. สถานที่ดำเนินการ

อาคารจิตรพิสุทธิ์ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใน หมู่ที่ ๑ ตำบลปากแพรก อำเภอดอนสัก จังหวัดสุราษฎร์ธานี

๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ชมรมผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก

๘. งบประมาณ

ขอรับเงินอุดหนุนจากอบต.ปากแพรก ตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่าย ปีงบประมาณ ๒๕๖๗ เป็นเงินที่ใช้จ่ายในโครงการทั้งสิ้น จำนวน ๑๙๙,๒๐๐.- บาท (หนึ่งแสนเก้าหมื่นเก้าพันสองร้อยบาทถ้วน) และเงินสนับสนุนจากชมรมชมรมผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก ๑๘,๐๐๐ (หนึ่งหมื่นแปดพันบาทถ้วน) รวมทั้งสิ้นเป็นเงินที่ใช้จ่ายในโครงการทั้งสิ้น จำนวน ๒๑๗,๒๐๐.- บาท (สองแสนหนึ่งหมื่นเจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน)

กิจกรรมโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก เป็นเงิน ๑๓๒,๒๐๐ บาท

เดือน	รายละเอียด	งบประมาณ	หมายเหตุ
พ.ย.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมการรายเดือน ค่าจัดทำเอกสารความรู้ภูมิเทศ ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๒๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
ธ.ค.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมการรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
ม.ค.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมการรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	

เดือน	รายละเอียด	งบประมาณ	หมายเหตุ
ก.พ.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
มี.ค.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
เม.ย.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
พ.ค.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
มิ.ย.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
ก.ค.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
ส.ค.	ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับผลิตนวัตกรรมรายเดือน ค่าวิทยากร ๒ ชั่วโมง ชั่วโมงละ ๖๐๐ บาท	๑๐,๐๐๐.- ๕,๐๐๐.- ๑,๐๐๐.- ๑,๒๐๐.-	
	รวม (-หนึ่งแสนเจ็ดหมื่นสองพันสองร้อยบาทถ้วน-)	๑๗๒,๒๐๐	

กิจกรรมพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก เป็นเงิน ๔๕,๐๐๐ บาท

ค่าเช่าเหมารถทัวร์โดยสารคันละ ๑๖,๐๐๐ บาท จำนวน ๒ คัน	๓๒,๐๐๐.-
ค่าอาหารกลางวัน จำนวน ๑ มื้อ มื้อละ ๕๐ บาท จำนวน ๑๐๐ คน	๕,๐๐๐.-
ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๒ มื้อ มื้อละ ๒๕ บาท จำนวน ๑๐๐ คน	๕,๐๐๐.-
ค่าวัสดุอุปกรณ์อื่นๆ	๒,๐๐๐.-
ค่าของที่ระลึก สำหรับมอบเจ้าของสถานที่	๑,๐๐๐.-
รวม (-สี่หมื่นห้าพันบาทถ้วน-)	๔๕,๐๐๐

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 217,200.- บาท (สองแสนหนึ่งหมื่นเจ็ดพันสองร้อยบาทถ้วน)

****หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้****

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๕๐
๒. ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตัวเองและผู้อื่นได้ตามอัตภาพ ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๘๐
๓. ผู้สูงอายุออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ ๘๐

๑๐. ผลกระทบกับทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมในชุมชน

เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ทำให้ต้องเลิบทบาทในการทำงาน ผู้สูงอายุจึงเปลี่ยนจุดสนใจไปยังครอบครัว หาบหบาทใหม่ให้กับตนเอง โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นพื้นที่เรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์ ภูมิปัญญาและวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบทอดเอกลักษณ์ของชุมชน ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมชะลอการติดบ้านติดเตียง มีสุขภาพที่แข็งแรง กระฉับกระเฉง ลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วย ลดระยะเวลาการพึ่งพาผู้อื่น ช่วยให้คลายเหงา รู้สึกภาคภูมิใจและตระหนักในคุณค่า ความสามารถของตนเอง มีมุมมองเชิงบวกต่อตนเอง ซึ่งในรายวิชาเรียนได้มีการอบรมในเรื่องการจัดการขยะ ซึ่งสมาชิกเห็นและตระหนักถึงความสำคัญ ในเรื่องนี้จึงได้นำความรู้ที่ได้ไปจัดทำในบ้านของตนเอง และตลอดจนเป็นแรงผลักดันให้เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครด้านสิ่งแวดล้อมในชุมชน

(ลงชื่อ).....ผู้เสนอโครงการ

(นางอุไร ลั่นนาวา)

ตำแหน่ง เลขานุการชมรมผู้สูงอายุฯ

(ลงชื่อ).....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายชำนาญ พรหมทอง)

ตำแหน่ง รองประธานชมรมผู้สูงอายุฯ

(ลงชื่อ).....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายธรรมบุญ บุญกิม)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุฯ

ตารางการจัดกิจกรรม

เวลา	กิจกรรม	หมายเหตุ
๘.๐๐-๘.๓๐ น.	แซ่เท้า	๓๐ นาที
๘.๓๐-๙.๐๐ น.	เข้าแถว	๓๐ นาที
๙.๐๐-๙.๑๐ น.	นันทนาการเตรียมความพร้อม	๑๐ นาที
๙.๑๐-๙.๒๕ น.	สวดมนต์ไหว้พระ	๑๕ นาที
๙.๒๕-๙.๔๐ น.	นันทนาการ เพลง ๓ เพลง	๑๕ นาที
๙.๔๐-๑๐.๑๐ น.	ออกกำลังกาย	๓๐ นาที
๑๐.๑๐-๑๐.๓๐ น.	พัฒนาสมอง	๒๐ นาที
๑๐.๓๐-๑๑.๓๐ น.	กิจกรรมตามตารางที่กำหนด	๖๐ นาที
๑๑.๓๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหาร	๙๐ นาที
๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	กิจกรรมตามตารางที่กำหนด	๔๕ นาที
๑๓.๔๕-๑๔.๐๐ น.	กิจกรรมนันทนาการ / เลิกเรียน	๑๕ นาที

หมายเหตุ กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

แผนการเรียนรู้หลักสูตรโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเขตบ้านใน

วัตถุประสงค์ของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเขตบ้านใน

๑. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิต และให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ตลอดชีวิต
๒. เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทราบวิธีปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันการหกล้ม
๔. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทราบวิธีปฏิบัติตัวเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อม

แผนการเรียนรู้หลักสูตรโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเขตบ้านใน

- แผนการสอนที่ ๑ กิจกรรมป้องกันหกล้ม ครั้งที่ ๑ : เพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกาย
- แผนการสอนที่ ๒ กิจกรรมป้องกันหกล้ม ครั้งที่ ๒ : เพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกายที่เพิ่มขึ้น
- แผนการสอนที่ ๓ กระบวนการชราที่มีผลต่อการหกล้มและภาวะสมองเสื่อม และการป้องกัน
- แผนการสอนที่ ๔ กิจกรรมป้องกันหกล้ม ครั้งที่ ๓ : เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา
- แผนการสอนที่ ๕ กิจกรรมป้องกันหกล้ม ครั้งที่ ๔ : เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาที่เพิ่มขึ้น
- แผนการสอนที่ ๖ กิจกรรมป้องกันหกล้ม ครั้งที่ ๕ : การทรงตัวที่ดี
- แผนการสอนที่ ๗ กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อม ครั้งที่ ๑ : เกมคอมพิวเตอร์
- แผนการสอนที่ ๘ กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อม ครั้งที่ ๒ : Program Com
- แผนการสอนที่ ๙ กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อม ครั้งที่ ๓ : Program Com
- แผนการสอนที่ ๑๐ กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อม ครั้งที่ ๔ : Line, Calendar
- แผนการสอนที่ ๑๑ กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อม ครั้งที่ ๕ : Google Map
- แผนการสอนที่ ๑๒ กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก ๔ อ.
- แผนการสอนที่ ๑๓ กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้สูงอายุ
- แผนการสอนที่ ๑๔ กิจกรรมอนามัยช่องปาก
- แผนการสอนที่ ๑๕ กิจกรรมฝึกทักษะทางสังคม ครั้งที่ ๑ : เดินรำ (ตามบริบทของผู้สูงอายุ)
- แผนการสอนที่ ๑๖ กิจกรรมฝึกทักษะทางสังคม ครั้งที่ ๒ : ร้องเพลง
- แผนการสอนที่ ๑๗ กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ ๑ : เล่นไพ่หรือเกม
- แผนการสอนที่ ๑๘ กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ ๒ : การแสดงกลุ่ม
- แผนการสอนที่ ๑๙ การนวดแผนไทย / ธรรมชาติบำบัด
- แผนการสอนที่ ๒๐ กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ
- แผนการสอนที่ ๒๑ เศรษฐกิจพอเพียง
- แผนการสอนที่ ๒๒ การจัดทำบัญชีครัวเรือน
- แผนการสอนที่ ๒๓ กิจกรรมการฝึกอาชีพ หรืองานฝีมือ (OTOP ตามบริบทของพื้นที่)
- แผนการสอนที่ ๒๔ ศึกษาดูงานสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- แผนการสอนที่ ๒๕ จิตอาสาเพื่อชีวิตและสังคม (กิจกรรมสาธารณะประโยชน์ เยี่ยมผู้ป่วยติดเตียง ผู้พิการ กิจกรรมทางศาสนา)

ตารางการเรียนรู้การสอนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่บ้านใน
เดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๖ - กันยายน ๒๕๖๗

ณ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่บ้านใน ตำบลปากแพรก อ. ดอนสัก จ. สุราษฎร์ธานี

ครั้งที่ เวลา	๐๙.๐๐-๐๙.๑๕ น.	๐๙.๑๕-๑๐.๐๐ น.	๑๐.๐๐-๑๑.๐๐ น.	๑๑.๐๐-๑๒.๐๐ น.	๑๒.๐๐-๑๒.๓๐ น.
๑	-พิธีเปิดการ เรียน -ครูใหญ่ให้ โอวาท	-ปฐมนิเทศ -เลือกหัวหน้าห้อง -หาความต้องการการเรียนรู้ด้าน อาชีพ และตามอัธยาศัย	-ประเมินคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น ก่อนการเรียนการสอน -ประเมินสมรรถภาพผู้สูงอายุ ก่อนการเรียนการสอน	-ทำแบบทดสอบก่อนเรียน	-สนทนากการ โดย กศน.
๒	-สวดมนต์ น้่ง สมาธิ -ทบทวนวันวาน	-กิจกรรมป้องกันหกล้มครั้งที่ ๑ : เพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกาย	-กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อมครั้งที่ ๑ : เกมคอมพิวเตอร์	-กิจกรรมการฝึกอาชีพ (OTOP ตามบริบทของพื้นที่) ครั้งที่ ๑ โดย กศน. แรงงานจังหวัด พม. องค์การเอกชน	
๓	-สวดมนต์ น้่ง สมาธิ -ทบทวนวันวาน	-กิจกรรมป้องกันหกล้มครั้งที่ ๒ : เพิ่มความยืดหยุ่นของร่างกายที่ เพิ่มขึ้น	-กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อมครั้งที่ ๒ : Program Com	-กิจกรรมการฝึกอาชีพ (OTOP ตามบริบทของพื้นที่) ครั้งที่ ๒ โดย กศน. แรงงานจังหวัด พม. องค์การเอกชน	
๔	-สวดมนต์ น้่ง สมาธิ -ทบทวนวันวาน	-กระบวนการฯ ที่มีผลต่อการทาส้มและภาวะสมองเสื่อม และการป้องกัน		-เศรษฐกิจพอเพียง	-กิจกรรมอนามัยช่องปาก
๕	-สวดมนต์ น้่ง สมาธิ -ทบทวนวันวาน	-กิจกรรมป้องกันหกล้มครั้งที่ ๓ : เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา	-กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อมครั้งที่ ๓ : Program Com	-กิจกรรมฝึกทักษะทางสังคม ครั้งที่ ๑ : เต้นรำ (ตามบริบทผู้สูงอายุ)	-กิจกรรมกลุ่ม ครั้งที่ ๑ : เล่นไพ่หรือเกม
๖	-สวดมนต์ น้่ง สมาธิ	-กิจกรรมป้องกันหกล้มครั้งที่ ๔ :	-กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อมครั้งที่ ๔ :	-กิจกรรมการเรียนรู้ตามอัธยาศัย ครั้งที่ ๑	

	-บททวนวันวาน	เพิ่มความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขาที่เพิ่มขึ้น	Line, Calendar	
๗	-สวดมนต์ นั่งสมาธิ -บททวนวันวาน	-กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตสำหรับผู้สูงอายุ	-การนัดแผนไทย / ธรรมชาติบำบัด	
๘	-สวดมนต์ นั่งสมาธิ -บททวนวันวาน	-กิจกรรมปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามหลัก ๔๐.	-กิจกรรมป้องกันสมองเสื่อมครั้งที่ ๕ : Google Map	-การจัดทำบัญชีครัวเรือน
9	-สวดมนต์ นั่งสมาธิ -บททวนวันวาน	-จิตอาสาเพื่อชีวิตและสังคม (กิจกรรมสาธารณประโยชน์ เยี่ยมผู้ป่วยติดเตียง ผู้พิการ กิจกรรมทางศาสนา)		
10		-ศึกษาดูงานสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ณ		
11	-สวดมนต์ นั่งสมาธิ -บททวนวันวาน	-กิจกรรมป้องกันหกล้มครั้งที่ 5 : การทรงตัวที่ดี	-การฝึกอาชีพ หรืองานฝีมือ	
12	-สวดมนต์ นั่งสมาธิ -บททวนวันวาน	-กฎหมายและสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ	-ทำแบบทดสอบหลังเรียน -ประเมินคัดกรองสุขภาพเบื้องต้น หลังเรียน -ประเมินสมรรถภาพผู้สูงอายุ หลังเรียน	-ปัจฉิมนิเทศ -มอบวุฒิบัตร -สังสรรค์ และรับประทานอาหารร่วมกัน

หมายเหตุ : กิจกรรมการฝึกอาชีพ กิจกรรมฝึกทักษะทางสังคม กิจกรรมการเรียนรู้ตามอัธยาศัย สามารถปรับเปลี่ยนเวลาและรายละเอียด ได้ตามความเหมาะสม

ทะเบียนเลขที่ ๐๑๔/๒๕๖๖



ก.ส.ค.๖

ใบสำคัญแสดงการรับรองเป็นองค์กรสวัสดิการชุมชน

ใบสำคัญฉบับนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

ชมรมผู้สูงอายุบ้านใน ตำบลปากแพรก

ที่ตั้งสำนักงาน เลขที่ ๙๒/๒ หมู่ที่ ๑ ถนนสุราษฎร์-นครศรี ตำบลปากแพรก

อำเภอคอนสัก จังหวัดสุราษฎร์ธานี รหัสไปรษณีย์ ๘๔๓๔๐

คณะกรรมการส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมแห่งชาติ ได้รับรองเป็นองค์กรสวัสดิการชุมชน
ตามความในมาตรา ๔๐/๑ แห่งพระราชบัญญัติส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคม พ.ศ.๒๕๔๖
ซึ่งแก้ไขเพิ่มเติม โดยพระราชบัญญัติส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๕๐
เมื่อวันที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๖

ออกให้ ณ วันที่ ๒๕ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๖๖



คณะกรรมการส่งเสริมการจัดสวัสดิการสังคมแห่งชาติ

การดำเนินกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุตำบลปากแพรก

ที่มาและความสำคัญ

ก่อนที่จะก่อตั้งโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านในตำบลปากแพรก อำเภอ ดอนสัก จังหวัดสุราษฎร์ธานี ชมรมผู้สูงอายุตำบลปากแพรกได้ดำเนินกิจกรรมต่างๆ โดยมีที่มาและรายละเอียดการดำเนินกิจกรรมดังนี้

ชมรมผู้สูงอายุตำบลปากแพรกได้ก่อตั้งเมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๔๘ มีสมาชิก จำนวน ๑,๔๕๖ คน มีการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ อาทิเช่น การเยี่ยมสมาชิกที่ติดบ้าน ติดเตียง จัดตั้งสวัสดิการฌาปนกิจให้แก่สมาชิกที่เสียชีวิต กิจกรรมสงเคราะห์สมาชิกที่ยากจน การประชุมประจำเดือน เดือนละ ๑ ครั้ง (ในสัปดาห์ที่ ๒ ของเดือน) โดยในแต่ละครั้งมีสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมจำนวนน้อย และการดำเนินกิจกรรมอื่นๆ นั้นไม่มีความต่อเนื่องและครอบคลุมตามตามความต้องการของสมาชิกในชมรม คณะกรรมการชมรมจึงหาสรรหาวิธีการพัฒนารูปแบบการดำเนินกิจกรรมให้สามารถส่งเสริมสุขภาพสมาชิกชมรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยั่งยืนโดยได้เดินทางไปศึกษาดูใน สถานที่ต่างๆ ที่มีการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เช่น ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ณ องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา การจัดทำธรรมนูญสุขภาพด้านผู้สูงอายุ ณ องค์การบริหารส่วนตำบลดงมูลเหล็ก อำเภอเมืองเพชรบูรณ์ จังหวัดเพชรบูรณ์ และโรงเรียนผู้สูงอายุ ณ องค์การบริหารส่วนตำบลตาลเตี้ย อำเภอเมืองสุโขทัย จังหวัดสุโขทัย หลังจากการศึกษาจากสถานที่ต่าง ๆ คณะกรรมการจึงได้จัดตั้งโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใน ในรุ่นที่ ๑ ในปี ๒๕๕๙ เป็นรุ่นทดลอง โดยเปิดรับสมาชิกจำนวน ๖๐ คน วัน เวลา ทำการเรียนการสอน ๔ ครั้ง ๕ ,๑๙ สิงหาคม ๒๕๕๙ และ ๒ ,๒๓ กันยายน ๒๕๕๙ เวลา ตั้งแต่ ๐๘.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น. (เดือนละ ๒ ครั้ง) มีรายวิชาที่ได้ทดลองการเรียนรู้อัน จำนวน ๔ ราย วิชาได้แก่

1. การดูแลสุขภาพตนเอง
2. แนวคิดหลักศาสนา
3. วิถีชีวิต ภูมิปัญญา อาชีพและวัฒนธรรมพื้นบ้าน
4. หน้าที่พลเมืองและความเป็นพลเมืองในการสร้างจิตอาสา

การดำเนินกิจกรรมโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ในปีงบประมาณ 2567

1.วิชา การดูแลสุขภาพตนเอง

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อให้ผู้เรียนได้รู้จักวิธีการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง
 ๒. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
 ๓. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง
- ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เรียนมีความรู้ในเรื่อง การปฏิบัติตนและการดูแลตนเองเพื่อลดความเสี่ยงของการเกิดโรคและรู้จักป้องกันตนเอง ให้ปลอดภัยจากภาวะการเจ็บป่วย

ผู้สอน นางสาวศิริรัตน์ บุญสูง และคณะ
ผลที่ได้รับ

๑. ผู้เรียนได้รู้จักวิธีการดูแลสุขภาพด้วยตนเองได้
๒. ผู้เรียนมีความรู้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ
๓. ผู้เรียนมีความรู้ในการป้องกันโรคความดันโลหิตสูง

ภาพประกอบกิจกรรม



2. วิชาแนวคิดหลักศาสนา

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสนา
๒. เพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถนำความรู้เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติ
๓. เพื่อให้ผู้เรียนได้ทดสอบความคิดเห็นเกี่ยวกับหลักพระพุทธศาสนา

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เรียนผ่านการทดสอบความรู้ความเข้าใจในหลักพระพุทธศาสนา
๒. ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้จากการเรียนไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
๓. ผู้เรียนได้มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสนา

ผู้สอน นายธรรมบุญ บุญกิม และคณะ

ผลที่ได้รับ

๑. ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสนา
๒. ผู้เรียนมีความสามารถนำความรู้เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติ
๓. ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับหลักพระพุทธศาสนา

ภาพประกอบกิจกรรม



๓. วิชา วิธีชีวิต ภูมิปัญญา อาชีพ และวัฒนธรรมพื้นบ้าน

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อสร้างอาชีพ และสร้างรายได้แก่ครอบครัว
๒. เพื่อให้เกิดแนวทางการอนุรักษ์ ประเพณี วัฒนธรรมท้องถิ่นให้คงอยู่คู่ชุมชนต่อไป
๓. เพื่อให้เกิดบุคคลต้นแบบการดำเนินชีวิต ตามหลักธรรมที่ดั่งาม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เรียนสามารถถ่ายทอด วิธีชีวิต วัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นให้กับลูกหลาน
- ผู้สอน นางดารารวรรณ บุญกิมและคณะ

ผลที่ได้รับ

๑. มีผลงานจักสานพื้นบ้านอันที่เป็นประจักษ์ ๑ ชิ้นงาน
๒. มีการอนุรักษ์ ประเพณี วัฒนธรรมท้องถิ่นให้คงอยู่คู่ชุมชนต่อไป
๓. มีบุคคลต้นแบบการดำเนินชีวิต ตามหลักธรรมที่ดั่งาม

ภาพประกอบกิจกรรม



4. วิชา วิชาหน้าที่พลเมืองและความเป็นพลเมืองในการสร้างจิตอาสา

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

๑. สร้างความเป็นพลเมือง หน้าที่พลเมืองตามหลักประชาธิปไตย
๒. สร้างเป็นจิตอาสา เพื่อเป็นแบบอย่างแก่เด็กและเยาวชน
๓. หน้าที่พลเมืองกับการใช้สิทธิตามรัฐธรรมนูญ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เรียนได้รับความรู้และทักษะต่างๆ ในเรื่อง หน้าที่พลเมืองและความเป็นพลเมืองในการสร้างจิตอาสา

๒. ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้เรียนไปปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับผู้อื่นได้
- ผู้สอนนายศุภกานต์ สุภวิบูลาสน์ และคณะ

ผลที่ได้รับ

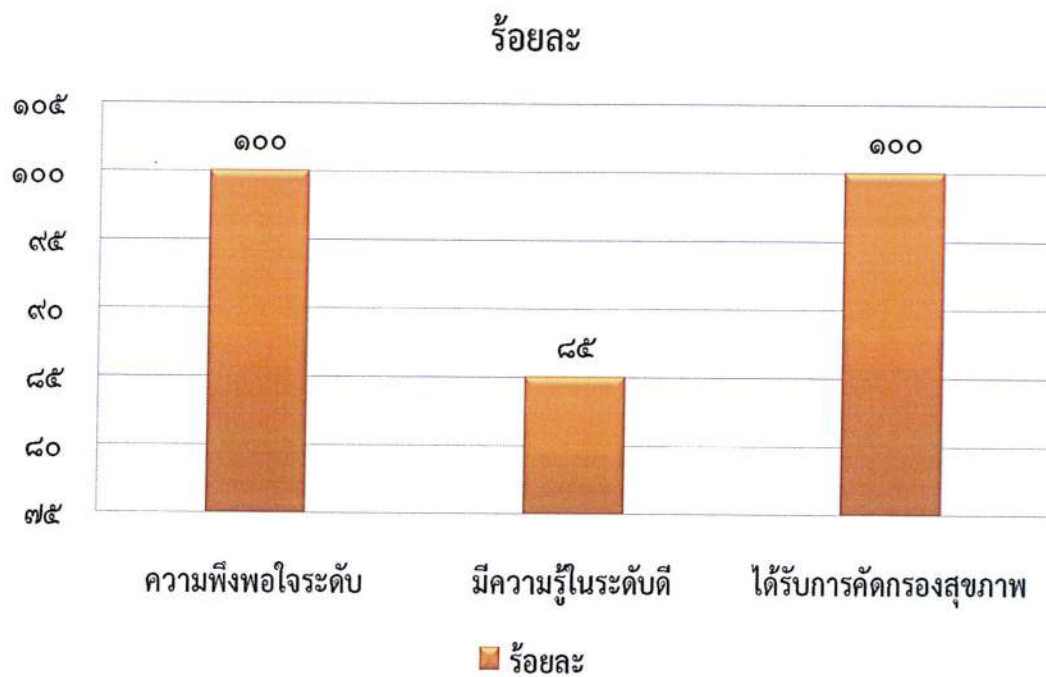
๑. ผู้เรียนมีความเป็นพลเมืองที่ดี และทำหน้าที่พลเมืองตามหลักประชาธิปไตย
๒. ผู้เรียนมีจิตอาสา และเป็นแบบอย่างแก่เด็กและเยาวชน
๓. ผู้เรียนสามารถทำหน้าที่พลเมืองกับการใช้สิทธิตามรัฐธรรมนูญ

ภาพประกอบกิจกรรม



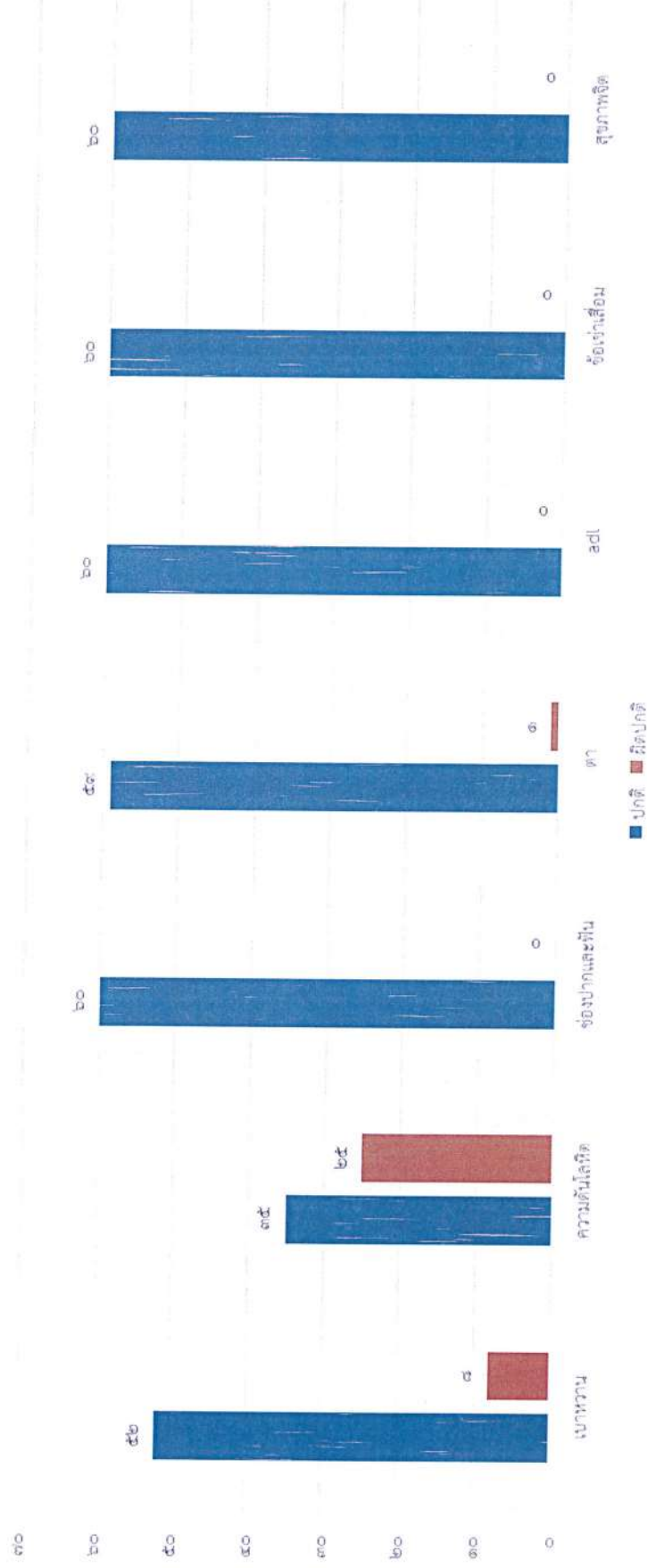
ผลการดำเนินกิจกรรมในปีงบประมาณ ๒๕๖๗

แผนภูมิแสดงร้อยละความพึงพอใจ / ความรู้ / การตรวจคัดกรองสุขภาพนักเรียน
โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใน



จากแผนภูมิ จากจำนวนนักเรียน ๖๐ พบว่าร้อยละ ๑๐๐ ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรม
โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุร้อยละ ๘๕ ผู้สูงอายุมีความรู้ในระดับดีขึ้น ร้อยละ ๑๐๐ ผู้สูงอายุได้รับการ
ตรวจสุขภาพ

แผนภูมิแสดงผลการตรวจคัดกรองสุขภาพนักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโนน



จากแผนภูมิ พบว่า ผลการตรวจคัดกรองสุขภาพ ในโรคเบาหวาน ปกติ 52 คน ป่วย 8 คน โรคความดันโลหิตสูง ปกติ 35 คน ป่วย 25 คน สุขภาพช่องปากและฟัน ปกติ 60 คน สุขภาพตา ปกติ 55 คน ผิดปกติ 1 คน การคัดกรองภาวะพึ่งพิง เป็นกลุ่มติดสังคม 60 คน ภาวะข้อเท้าเสื่อมปกติ 60 คน สุขภาพจิต ปกติ 60 คน

การดำเนินกิจกรรมโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ในปีงบประมาณ 2567

หลังจากที่ได้จัดกิจกรรมทดลองในรุ่นแรกจำนวน ๔ ครั้ง ในระยะเวลา ๒ เดือน พบว่ามีผู้สนใจเข้าสมัครในหลักสูตรเป็นจำนวนมาก คณะกรรมการจึงได้มีการประชุมเพื่อประเมินผลผลลัพธ์ของโครงการ เพื่อพัฒนารูปแบบของกิจกรรมสู่การจัดตั้งโครงสร้างหลักสูตรส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ที่เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น จึงได้เปิดหลักสูตรรุ่นที่ ๒ มีสมาชิกจำนวน ๑๐๐ คน มีหลักสูตรส่งเสริมสุขภาพ ๑๐ คาบ/รายวิชานี้ เวลาในการจัดกิจกรรมได้แก่ วันอังคาร ของสัปดาห์ที่ ๒ และ ๔ ของทุกเดือน ตั้งแต่ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๖.๓๐ น. โดยได้รับความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน ได้แก่องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในการสนับสนุนงบประมาณ อาสาสมัครสาธารณสุขในการเป็นผู้ช่วยผู้สูงอายุ และโรงพยาบาลดอนสักในการตรวจคัดกรองสุขภาพ อีกทั้งเป็นสถานที่ในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และศึกษาดูงานให้แก่องค์กรต่าง ๆ เช่น ชมรมแม่บ้านสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี โรงพยาบาลสวนสราญรมย์ ชมรมผู้สูงอายุตำบลช้างขวา อำเภอกาญจนดิษฐ์ ชมรมผู้สูงอายุอำเภอเกาะสมุย และเป็นตัวแทนในการแสดงในกิจกรรมวันผู้สูงอายุแห่งชาติขององค์การบริหารส่วนจังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยมีรายละเอียดกิจกรรมดังนี้

โครงสร้างหลักสูตรส่งเสริมสุขภาพ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านใน ปีงบประมาณ ๒๕๖๖

๑. กิจกรรมพัฒนาสุขภาพทางกาย	๑๙ คาบ
๒. พระพุทธศาสนา	๑๐ คาบ
๓. ทักษะการใช้ภาษา	๙ คาบ
๔. หน้าที่พลเมือง	๑๐ คาบ
๕. กฎหมายควรรู้	๙ คาบ
๕. ภูมิปัญญา และวิถีชีวิต	๒๖ คาบ
๖. เศรษฐกิจพอเพียง	๑๒ คาบ
๗. ปฐมนิเทศ	๕ คาบ
๘. ศึกษาดูงานนอกสถานที่	๑๕ คาบ

กำหนดการเรียนรู้และรายละเอียดกิจกรรมดังนี้

๑. กิจกรรมพอกเข้า แช่เท้าด้วยสมุนไพร เวลา ๐๗.๔๕ - ๐๘.๓๐ น.

ประโยชน์ของการแช่เท้าด้วยน้ำสมุนไพร

ผิวมะกรูด - ช่วยในเรื่องของการไหลเวียนของโลหิตที่ทำให้มีระบบไหลเวียนได้ดีขึ้น
ไล่จากเท้าไปทั่วร่างกาย นอกจากนี้กลิ่นของผิวมะกรูดยังทำให้รู้สึกหอมสดชื่นได้อีกด้วย

ใบส้มป่อย - เป็นสมุนไพรชั้นดีในเรื่องของการช่วยดูแลผิวพรรณ ทำให้ผิวดูสวยงาม
ชุ่มชื้น และยังสามารถแก้ปัญหาโรคผิวหนังบางประเภทได้อีกด้วย

ใบส้มเสี้ยว - ช่วยกระตุ้นระบบการไหลเวียนของโลหิตได้เป็นอย่างดี ช่วยให้เลือด
ลมในร่างกายเดินได้อย่างสะดวก การทำอะไรก็จะกระฉับกระเฉงมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม

ใบมะขาม - ช่วยแก้อาการคันและยังช่วยลดปัญหาเรื่องกลิ่นเท้าได้ดีอีกด้วย

ไพล – ช่วยบรรเทาในเรื่องของการอักเสบ เคล็ดขัดยอกของกล้ามเนื้อภายในร่างกาย นอกจากนี้ยังช่วยบรรเทาเรื่องเกี่ยวกับอาการปวดเมื่อยได้อีกด้วย

ขมิ้น – ช่วยในการบำรุงผิวพรรณให้ดูเปล่งปลั่ง มีน้ำมีนวล ผิวชุ่มชื้น นอกจากนี้ยังแก้ปัญหาเรื่องของการอักเสบได้อีกด้วย



๒. กิจกรรม เข้าแถวเคารพธงชาติสวดมนต์ไหว้พระ ทำสมาธิ เวลา ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น.



๓. กิจกรรมออกกำลังกาย เวลา ๐๙.๐๐ - ๐๙.๓๐ น.





๔. กิจกรรมนันทนาการ เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๐.๐๐ น.



เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. เป็นการเรียนรู้ตามหลักสูตรส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ มีรายละเอียด

การดำเนินกิจกรรมดังนี้

(**รับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๕.๐๐ น.**)

(**รับประทานอาหารเที่ยง เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.**)

วิชา วิธีชีวิต ภูมิปัญญา อาชีพ และวัฒนธรรม

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อสืบสานและอนุรักษ์ประเพณี วัฒนธรรม ในท้องถิ่น
๒. เพื่อทราบหลักการที่สำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่น การพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่น และความสัมพันธ์ของภูมิปัญญาท้องถิ่น
๓. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถถ่ายทอด วิธีชีวิต ภูมิปัญญา อาชีพ และวัฒนธรรม

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เรียนสืบสานและอนุรักษ์ประเพณี วัฒนธรรม ในท้องถิ่น
 ๒. ผู้เรียนทราบหลักการที่สำคัญของภูมิปัญญาท้องถิ่น การพัฒนาภูมิปัญญาท้องถิ่น และความสัมพันธ์ของภูมิปัญญาท้องถิ่น
 ๓. ผู้เรียนสามารถถ่ายทอด วิถีชีวิต ภูมิปัญญา อาชีพ และวัฒนธรรม วิทยาการ นายนิพล ชำนาญกิจ และนายชำนาญ พรหมทอง
- ภาพประกอบกิจกรรม



วิชา เศรษฐกิจพอเพียง

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจเรื่องปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
๒. เพื่อให้ผู้เรียนนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ให้เกิดผลในการดำเนินชีวิตประจำวันทั้งต่อตนเอง ต่อครอบครัวและชุมชน

๓. เพื่อเป็นการสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระมหาปรมมิทรภูมิพลอดุลยเดช

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้อายุมีความรู้ด้านเศรษฐกิจพอเพียงและสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน
วิทยากร นายธรรมบุญ บุญกิม และคณะ

ภาพประกอบกิจกรรม



วิชา หน้าที่พลเมือง

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อสร้างสำนึกความรักชาติ มีความยึดมั่นในศาสนาที่ตนนับถือเทิดทูนสถาบันเทิดทูนสถาบันพระมหากษัตริย์

๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุเป็นพลเมืองดีตามระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข

๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ร่วมกันในสังคมแห่งความหลากหลาย

ผลที่คาดหวัง

๑. ผู้เรียนเห็นคุณค่าและปฏิบัติตนเป็นพลเมืองดีตามวิถีระบอบประชาธิปไตย

๒. ผู้เรียนปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น

ภาพประกอบกิจกรรม



วิชา กฎหมายควรรู้

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจความหมาย ลักษณะสำคัญของกฎหมาย ที่มาของกฎหมายที่ควรรู้
๒. เพื่อให้ผู้เรียนทราบปัญหาการใช้กฎหมายจากเจ้าหน้าที่ผู้ใช้กฎหมาย
๓. เพื่อให้ผู้เรียนตระหนักถึงความจำเป็นต่างๆที่เกิดจากการใช้กฎหมาย

ผลที่คาดหวัง

๑. ผู้เรียนเข้าใจความหมาย ลักษณะสำคัญของกฎหมาย ที่มาของกฎหมายที่ควรรู้
๒. ผู้เรียนทราบปัญหาการใช้กฎหมายจากเจ้าหน้าที่ผู้ใช้กฎหมาย
๓. ผู้เรียนตระหนักถึงความจำเป็นต่างๆที่เกิดจากการใช้กฎหมาย

ภาพประกอบกิจกรรม



วิชาแนวคิดหลักพระพุทธศาสนา

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อให้ผู้เรียนได้มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสนา
๒. เพื่อให้ผู้เรียนมีความสามารถนำความรู้เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติ
๓. เพื่อให้ผู้เรียนได้ทดสอบความคิดเห็นเกี่ยวกับหลักพระพุทธศาสนา

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้เรียนผ่านการทดสอบความรู้ความเข้าใจในหลักพระพุทธศาสนา
๒. ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้จากการเรียนไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
๓. ผู้เรียนได้มีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสนา

ผู้สอน นายธรรมบุญ บุญกัม และคณะ
ผลที่ได้รับ

๑. ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาการเรียนรู้เกี่ยวกับศาสนา
๒. ผู้เรียนมีความสามารถนำความรู้เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติ
๓. ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับหลักพระพุทธศาสนา

ภาพประกอบ



การตรวจสอบภาพประจำภาคเรียนปี 2567

มีการตรวจคัดกรองทางสุขภาพ 8 หัวข้อดังนี้

๑. คัดกรองกลุ่มโรคเบาหวาน
๒. คัดกรองกลุ่มโรคความดันโลหิต
๓. คัดกรองสุขภาพช่องปากและฟัน พบว่า
๔. คัดกรองสุขภาพทางตา พบว่า
๕. ประเมิน ADL พบว่า
๖. ประเมิน ๒ Q พบว่า
๗. คัดกรองข้อเข่าเสื่อม พบว่า
๘. คัดกรองอุบัติเหตุ/ภาวะล้ม พบว่า

ภาพประกอบกิจกรรม



กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และศึกษา

กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้และศึกษาดูงานให้แก่ องค์กรต่าง ๆ เช่น ชมรม
แม่บ้านสาธารณสุขจังหวัดสุราษฎร์ธานี โรงพยาบาลสวนสราญรมย์ ชมรมผู้สูงอายุจาก
พื้นที่ต่าง ๆ



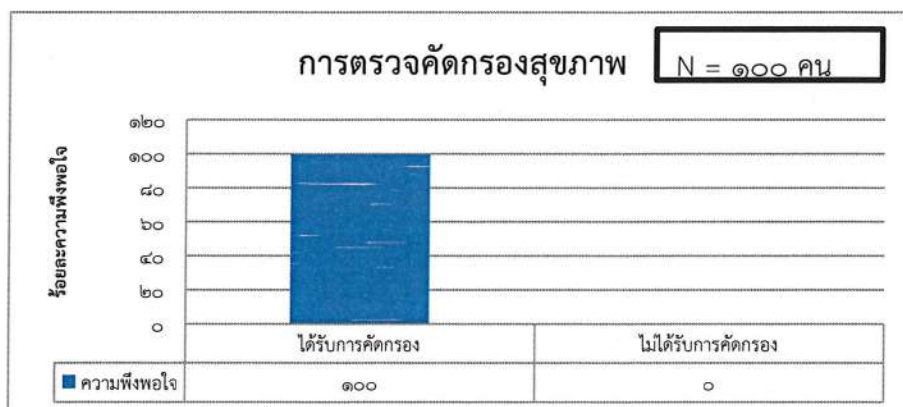
ผลการดำเนินกิจกรรมในปีงบประมาณ ๒๕๖๗

แผนภูมิที่ ๑ แสดงร้อยละความพึงพอใจในการดำเนินกิจกรรม ของนักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโน ตำบลปากแพรก อำเภอคอนสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗



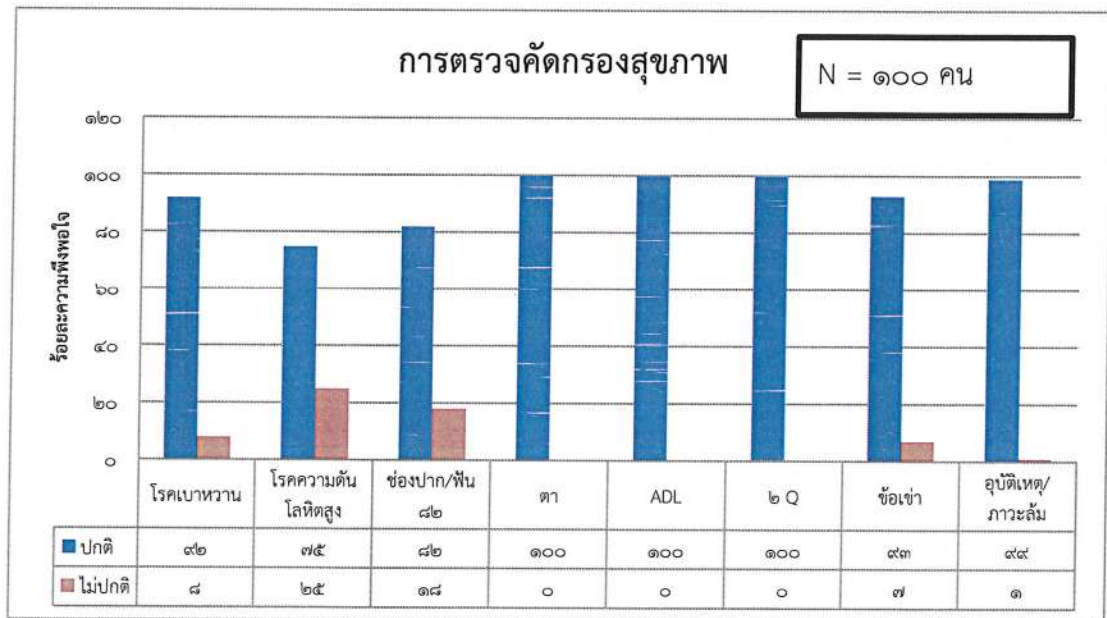
จากแผนภูมิที่ ๑ ข้างต้นพบว่า นักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโนมีความพึงพอใจในการดำเนินกิจกรรม ในระดับสูง ร้อยละ ๑๐๐

แผนภูมิที่ ๒ แสดงร้อยละการคัดกรองสุขภาพ ของนักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโน ตำบลปากแพรก อำเภอคอนสาร จังหวัดสุราษฎร์ธานี ปีงบประมาณ ๒๕๖๗



จากแผนภูมิที่ ๒ ข้างต้นพบว่า นักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโนได้รับการตรวจคัดกรองสุขภาพ ร้อยละ ๑๐๐

แผนภูมิที่ ๓ แสดงผลการคัดกรองสุขภาพ ของนักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโน ตำบลปากแพรก อำเภอดอนสัก จังหวัดสุราษฎร์ธานี
ปีงบประมาณ ๒๕๖๗



จากแผนภูมิที่ ๓ แสดงผลการคัดกรองสุขภาพ ของนักเรียนโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
ผู้สูงอายุโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านโน พบว่า การคัดกรองโรคเบาหวาน พบผู้ปกติ จำนวน
๙๒ คน ผิดปกติจำนวน ๘ คน ความดันโลหิตสูง ปกติ จำนวน ๗๕ คน ผิดปกติ จำนวน ๒๕ คน ช่อง
ปากและฟัน ปกติจำนวน ๘๒ คน ผิดปกติ ๑๘ คน ตา ปกติ ๑๐๐ คน ADL ปกติ ๑๐๐ คน การ
ประเมินสุขภาพจิต ๒Q ปกติ ๑๐๐ คน ข้อเข่า ปกติ ๙๓ คน ผิดปกติ ๗ คน อุบัติเหตุ/ภาวะล้ม ปกติ
๙๙ คน ผิดปกติ ๑ คน

จากการดำเนินกิจกรรมผู้สูงอายุ ใน ๒ รุ่น ได้แก่รุ่นที่ ๑ ปีงบประมาณ ๒๕๕๙ และรุ่นที่ ๒ ปีงบประมาณ ๒๕๖๐ คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุ ร่วมกับ รพ.สต.บ้านในจึงได้ทำการสำรวจและคัดกรองผู้สูงอายุที่มีมาตรฐานสุขภาพอนามัยที่พึงประสงค์ ไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๔๐

๑ มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

๑.๑. มีสุขภาพกายที่พึงประสงค์

๑.๑.๑. โรคที่สามารถควบคุมได้ในระยะเวลา ๑ ปี ที่ผ่านมา

๑. โรคหัวใจขาดเลือด

จำนวน ทั้งหมด	เป็นโรค		ไม่เป็นโรค		คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๖๒	๕.๖๘	๑,๐๒๙	๙๔.๓๒	๖๐	๙๖.๗๗	๒	๓.๒๓

๒. โรคมะเร็ง

จำนวน ทั้งหมด	เป็นโรค		ไม่เป็นโรค		คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๐	๐	๐	๐	๐	๐	๐	๐

๓. โรคเส้นเลือดในสมองอุดตัน

จำนวน ทั้งหมด	เป็นโรค		ไม่เป็นโรค		คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๕๓	๔.๘๖	๑,๐๓๘	๙๕.๑๔	๕๑	๙๖.๒๗	๒	๓.๗๓

๔. โรคข้อเสื่อม

จำนวน ทั้งหมด	เป็นโรค		ไม่เป็นโรค		คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๘๘	๘.๐๖	๑,๐๐๓	๙๑.๙๔	๘๖	๙๗.๗๓	๒	๒.๒๗

๕. โรคเอดส์

จำนวน ทั้งหมด	เป็นโรค		ไม่เป็นโรค		คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๐	๐	๐	๐	๐	๐	๐	๐

๖. โรควัณโรค

จำนวน ทั้งหมด	เป็นโรค		ไม่เป็นโรค		คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๐	๐	๐	๐	๐	๐	๐	๐

๑.๑.๒ โรคที่สามารถควบคุมได้ในระยะเวลา ๖ เดือน ที่ผ่านมา

๑. โรคความดันโลหิตสูง

จำนวน ผู้ป่วยทั้งหมด	คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๕๒๗	๑๐๐	๑๘.๙๖	๔๒๗	๘๑.๐๔

๒. โรคเบาหวาน

จำนวน ผู้ป่วยทั้งหมด	คุมได้		คุมไม่ได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑๗๗	๑๑	๖.๒๑	๑๖๖	๙๓.๗๙

๑.๑.๓ มีสุขภาพจิตที่พึงประสงค์

๑. ผลการประเมินตามแบบคัดกรองดัชนีวัดสุขภาพจิตคนไทย TMHI – 15

จำนวน ทั้งหมด	ได้รับคัดกรอง		มีภาวะซึมเศร้า		ไม่มีภาวะซึมเศร้า	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๑,๐๑๓	๙๒.๘๕	๘	๐.๗๘	๑,๐๐๕	๙๙.๒๒

๒. ผลการประเมินคัดกรองภาวะซึมเศร้า

จำนวน ทั้งหมด	ได้รับคัดกรอง		มีภาวะซึมเศร้า		ไม่มีภาวะซึมเศร้า	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๑,๐๕๘	๙๖.๙๗	๒๑	๑.๙๘	๑,๐๓๗	๙๓.๐๓

๑.๒ ผู้สูงอายุมีพันธุกรรมที่ใช้งานได้อย่างน้อย ๒๐ ซี

จำนวน ทั้งหมด	ได้รับการคัดกรอง		พันธุกรรมใช้งานได้		พันธุกรรมไม่สามารถใช้งานได้	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๔๙๙	๔๕.๗๔	๒๗๓	๕๔.๗๑	๒๒๖	๔๕.๒๙

๑.๓ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ /หรือรอบเอวอยู่ในเกณฑ์ปกติ

ผลลัพธ์ที่ได้

ผู้สูงอายุมีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ ๙๓๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๕.๖๑

ผู้สูงอายุมีดัชนีมวลกายไม่ผ่านเกณฑ์ ๑๕๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๔.๓๙

จำนวน ทั้งหมด	ผอม		สมส่วน		อ้วน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๙๓	๘.๕	๙๓๔	๘๕.๖๑	๕๐	๖.๕

1.๔ ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตัวเองและผู้อื่นได้ตามอัตภาพ

1.๔.๑ ปฏิบัติภารกิจประจำวันได้

1.๔.๒ สามารถเดินทางไปนอกบ้านด้วยตนเองตามที่ต้องการได้อย่างถูกต้อง

1.๔.๓ สามารถดูแลช่วยเหลือผู้อื่นได้ตามอัตภาพ

ผลลัพธ์ที่ได้

ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตนเอง และผู้อื่นได้ ๙๑๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๘.๗

ผู้สูงอายุไม่สามารถช่วยเหลือตนเอง และผู้อื่นได้ ๑๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑.๓

จำนวน ทั้งหมด	ได้รับคัดกรอง		ผู้สูงอายุติดบ้าน		ผู้สูงอายุติดสังคม		ผู้สูงอายุติดเตียง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๙๒๔	๘๔.๖๙	๘	๐.๙	๙๑๒	๘๘.๗	๔	๑.๐

หมายเหตุ : ผู้สูงอายุที่ติดสังคม ถือว่าผ่านการประเมิน

๓.๕ ผู้สูงอายุออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน ครั้งละ ๑๕ – ๒๐ นาที

จำนวน ทั้งหมด	ออกกำลังกาย		ไม่ได้ออกกำลังกาย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
๑,๐๙๑	๔๘๗	๔๔.๗	๖๐๔	๕๕.๓

สรุป

ข้อที่ ๑ ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ผ่านเกณฑ์ จำนวน ๖๔๓ คน

คิดเป็นร้อยละ ๕๙.๐

ข้อที่ ๒ มีฟันใช้งานได้อย่างน้อย ๒๐ ซี่ ผ่านเกณฑ์ จำนวน ๒๗๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๔.๗๑

ข้อที่ ๓ มีดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์ปกติ ผ่านเกณฑ์ จำนวน ๙๓๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๕.๖๑

ข้อที่ ๔ ผู้สูงอายุสามารถช่วยเหลือตัวเองและผู้อื่นได้ตามอัตภาพ ผ่านเกณฑ์ ๙๐๑ คน

คิดเป็นร้อยละ ๘๗.๕๑

ข้อที่ ๕ ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ ๓ วัน ผ่านเกณฑ์ จำนวน ๔๘๗ คน

คิดเป็นร้อยละ ๔๔.๗

กิจกรรมส่งเสริมการพัฒนาผู้สูงอายุ



กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี พ.ศ.๒๕๖๗

มีการตรวจคัดกรองทางสุขภาพ 8 หัวข้อดังนี้

๑. คัดกรองกลุ่มโรคเบาหวาน
๒. คัดกรองกลุ่มโรคความดันโลหิต
๓. คัดกรองสุขภาพช่องปากและฟัน พบว่า
๔. คัดกรองสุขภาพทางตา พบว่า
๕. ประเมิน ADL พบว่า
๖. ประเมิน ๒ Q พบว่า
๗. คัดกรองข้อเข่าเสื่อม พบว่า
๘. คัดกรองอุบัติเหตุ/ภาวะล้ม พบว่า

ภาพกิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี ๒๕๖๗





กิจกรรมด้านการบริหารจัดการเพื่อพัฒนาด้านผู้สูงอายุและการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ



การจัดการและปรับปรุงฐานข้อมูลผู้สูงอายุเป็นปัจจุบัน

[illegible][illegible]