

โครงการสูงวัยใส่ใจสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗
ขององค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ

หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันตำบลภูผาหมอก อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ มีประชากรวัยผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นทุกปี ซึ่งประชากรวัยสูงอายุนั้นยังขาดการดูแลเอาใจใส่ในด้านสุขภาพ โภชนาการอาหาร รวมทั้งการออกกำลังกาย อีกทั้งผู้สูงอายุยังเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ สูง โดยเฉพาะโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคกระดูกพรุน ข้อเข่าเสื่อม โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรคความจำเสื่อม ดังนั้นจึงควรมีกิจกรรมส่งเสริมให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง รู้วิธีปฏิบัติดูแลตนเองให้ห่างไกลจากโรคต่างๆ รวมทั้งด้านโภชนาการ รู้วิธีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมตามวัย

องค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก มีหน้าที่ตามพระราชบัญญัติสภาตำบล และองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ. ๒๕๓๗ และแก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๖) พ.ศ.๒๕๔๒ มาตรา ๖๗(๖) มีหน้าที่ในการส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และคนพิการ จึงได้จัดทำโครงการสูงวัยใส่ใจสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕ ขึ้น

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพของตนเอง
๒. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งร่างกาย และจิตใจ
๓. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ด้านโภชนาการอาหาร และรู้วิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสม

เป้าหมาย

- ผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดเลือกจากผู้นำชุมชน จำนวน ๖๐ คน
- ผู้บริหารท้องถิ่น จำนวน ๔ คน
- สมาชิกสภา อบต.ภูผาหมอก จำนวน ๖ คน
- คณะทำงาน จำนวน ๑๐ คน
- รวมทั้งสิ้น จำนวน ๘๐ คน

สถานที่ดำเนินการ

ณ ศาลาประชาคมบ้านภูผาหมอก หมู่ที่ ๖

วิธีการดำเนินงาน

๑. เสนอขออนุมัติดำเนินโครงการ
๒. ติดต่อประสานงานผู้นำชุมชนคัดเลือกผู้สูงอายุเพื่อเข้าร่วมโครงการฯ
๓. ประชาสัมพันธ์โครงการฯ วัน เวลา และสถานที่ในการจัดกิจกรรมโครงการฯ
๔. จัดเตรียมสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินงาน
๕. ดำเนินกิจกรรมตามกำหนดการ
๖. ประเมินผลการดำเนินโครงการฯ
๗. สรุปผลการดำเนินโครงการฯ / รายงานผลการดำเนินโครงการฯ

ผู้รับผิดชอบโครงการ

งานพัฒนาชุมชน สาธารณสุข สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ

ระยะเวลาดำเนินการ

๕ - ๑๖ กันยายน ๒๕๖๗

งบประมาณ

ใช้งบประมาณตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๗ หมวดค่าใช้สอย ประเภทรายจ่าย เกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่น ตั้งไว้ จำนวน ๒๐,๐๐๐ บาท โดยมีรายละเอียด การใช้จ่ายงบประมาณดังต่อไปนี้

๑. ค่าป้ายโครงการ ขนาด ๑.๕ x ๔ เมตร จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน ๑,๐๐๐ บาท
 ๒. ค่าอาหารกลางวันสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๘๐ คนๆ ละ ๕๐ บาทเป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท
 ๓. ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๘๐ คน ๆ ละ ๕๐ บาท (จำนวน ๒ มื้อ ๆ ละ ๒๕ บาท) เป็นเงิน ๔,๐๐๐ บาท
 ๔. ค่าจัดซื้อกระเป๋าสําหรับใส่เอกสารในการอบรม ๖๐ ใบ ๆ ละ ๑๐๐ บาท เป็นเงิน ๖,๐๐๐ บาท
 ๕. ค่าวัสดุอุปกรณ์สำหรับอบรม ๖๐ ชุด ๆ ละ ๒๐ บาท เป็นเงิน ๑,๒๐๐ บาท
 - ปากกา จำนวน ๖๐ ด้าม ๆ ละ ๑๐ บาท เป็นเงิน ๖๐๐ บาท
 - สมุดบันทึก จำนวน ๖๐ เล่ม ๆ ละ ๑๐ บาท เป็นเงิน ๖๐๐ บาท
 ๖. ค่าสมนาคุณวิทยากร ๖ ชม. ๆละ ๖๐๐ บาท เป็นเงิน ๓,๖๐๐ บาท
- รวมเป็นเงินที่ใช้ในการดำเนินโครงการทั้งสิ้น จำนวน ๑๙,๘๐๐ บาท**

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพของตนเอง
๒. ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งร่างกาย และจิตใจ
๓. ผู้สูงอายุมีความรู้ด้านโภชนาการอาหาร และรู้วิธีการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมตามวัย
๔. ผู้สูงอายุได้ออกมาพบปะพูดคุยกัน ลดสภาวะความเครียด

การติดตามและประเมินผล

หัวข้อ	ตัวชี้วัด	ปริมาณความสำเร็จ
ผู้เข้าร่วมโครงการฯ มีความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น	องค์ความรู้	เพิ่มขึ้นจากเดิมร้อยละ ๗๐
ผู้เข้าร่วมโครงการฯ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านโภชนาการ และการออกกำลังกายอย่างเหมาะสม	พฤติกรรม	เพิ่มขึ้นจากเดิมร้อยละ ๗๐

หมายเหตุ : ตัวชี้วัดร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการฯ สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติใช้โดยมีวิธีการ
คำนวณ ดังนี้

$\frac{\text{จำนวนผู้ประสบผลสำเร็จตามโครงการฯ X ๑๐๐}}{\text{จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการฯ}}$

การประเมินผลโครงการ

ประเมินผลโครงการฯ โดยใช้แบบสอบถามจากผู้เข้าร่วมโครงการ

ลงชื่อ


(นายวิทยา ปทุมวัลย์)

ผู้เขียนโครงการ

นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ

ความเห็นหัวหน้าส่วน.....

ลงชื่อ


(นายกรุงสยาม บุญฉวี)

ผู้เสนอโครงการ

หัวหน้าสำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก

ความเห็นปลัด อบต.....

ลงชื่อ



เห็นชอบโครงการ

(นางณิฉานันท์ อู่สำหัตติ)

ผู้อำนวยการกองการศึกษา ฯ รักษาราชการแทน

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก

ความเห็นนายก อบต.

☐ อนุมัติ

☐ ไม่อนุมัติ.....

ลงชื่อ



ผู้อนุมัติโครงการ

(นายสนธยา ตาหุวัน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก

ตารางกำหนดการฝึกอบรม
โครงการส่งเสริมสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗
ขององค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ

วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๗

เวลา ๐๘.๐๐-๐๘.๓๐ น.	รับลงทะเบียนผู้เข้าร่วมโครงการฯ
เวลา ๐๘.๓๐-๐๙.๐๐ น.	นายสนธยา ตาทุวัน ประธานในพิธีกล่าวเปิดการฝึกอบรมฯ
เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	นายสมบัติ ประคองกลาง ผ.อ.รพส.ต.ด่านกลาง วิทยากรบรรยาย ให้ความรู้เรื่อง การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ
เวลา ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐-๑๔.๐๐ น.	วิทยากร ให้ความรู้เรื่อง การดูแลสุขภาพจิต สุขภาพกาย ของผู้สูงอายุ
เวลา ๑๔.๐๐-๑๖.๐๐ น.	วิทยากร ให้ความรู้เรื่อง โภชนาการอาหาร และวิธีการออกกำลังกาย อย่างเหมาะสม

ปิดการอบรม

หมายเหตุ พักรับประทานอาหารว่างช่วงเช้า และช่วงบ่าย ในระหว่างการฝึกอบรม

ที่ ศก ๗๙๔๐๑/ว๑๓๗



องค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก
อำเภอกันทรลักษ์ ศก ๓๓๑๑๐

๑๕ กันยายน ๒๕๖๗

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์คัดเลือกผู้สูงอายุเข้าร่วมฝึกอบรมตามโครงการวัยใสใจสุขภาพ

เรียน ประธาน อสม.ทุกหมู่บ้าน

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการฝึกอบรมฯ

จำนวน ๑ ชุด

ด้วย องค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัดศรีสะเกษ ได้จัดทำโครงการสูงวัยใสใจสุขภาพ ให้กับผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลภูผาหมอก ในวันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๗ ณ ศาลาประชาคมบ้านภูผาหมอก หมู่ที่ ๖ โดยมีกลุ่มเป้าหมายคือ ผู้สูงอายุหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุ หมู่บ้านละ ๑๐ คน เพื่อเป็นตัวแทนเข้าร่วมอบรม ตามโครงการดังกล่าว นั้น

เพื่อให้การดำเนินการตามโครงการฯ ดังกล่าวข้างต้น เป็นไปตามวัตถุประสงค์ องค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก จึงขอความอนุเคราะห์มายังท่านในการคัดเลือกผู้สูงอายุหรือผู้ดูแลผู้สูงอายุหมู่บ้านละ ๑๐ คน เข้าร่วมโครงการฯ ในวันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๗ ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐ น. ณ ศาลาประชาคมบ้านภูผาหมอก หมู่ที่ ๖ รายละเอียดปรากฏตามกำหนดการที่ส่งมาด้วยนี้ และขอขอบพระคุณท่านมา ณ โอกาสนี้ด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายสนธยา ตาทุวัน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลภูผาหมอก

สำนักปลัด อบต.

โทร. ๐ ๔๕๘๑ ๘๒๔๖ หรือ ๐ ๘๘๔๘ ๒๒๖๑ ๒ นักพัฒนาชุมชน