

โครงการผู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ

๑. ชื่อโครงการ โครงการผู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ

๒. ลักษณะของโครงการ โครงการต่อเนื่อง

๓. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันความก้าวหน้าด้านการแพทย์และสาธารณสุข ส่งผลให้จำนวนและสัดส่วน ของประชากรผู้สูงอายุไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วโดยสัดส่วนประชากรสูงอายุเพิ่มจากร้อยละ ๑๐.๗ ในปี ๒๕๕๐ (๗.๐ ล้านคน) เป็นร้อยละ ๑๑.๘ (๗.๕ ล้านคน) ในปี ๒๕๕๓ และร้อยละ ๒๐.๐ (๑๔.๕ ล้านคน) ในปี ๒๕๖๘ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, ๒๕๕๑) นับว่าอัตราการเข้าสู่ “ภาวะประชากรสูงอายุ (Population Ageing)” เร็วมาก ซึ่งหมายความว่าประเทศไทยมีเวลาสั้นมากที่จะเตรียมการเพื่อรองรับประชากรผู้สูงอายุ ทั้งในด้านสุขภาพเศรษฐกิจ และสังคม ผู้สูงอายุต้องการผู้ดูแลในการทำกิจกรรมประจำวัน เนื่องจากในปัจจุบันโรคเรื้อรังเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญมากจากการวิเคราะห์ข้อมูลผู้สูงอายุของรพ.สต.บ้านโนนสุวรรณ ที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังมีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกปี ซึ่งผู้สูงอายุที่ป่วยเป็น โรคเรื้อรังอาจนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงและเสียชีวิตได้ จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุที่ป่วยเป็นโรคเรื้อรังมีโอกาสเกิดภาวะทุพพลภาพได้ง่าย ทำให้เกิดผลกระทบทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และเศรษฐกิจ ที่อาจนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ลดลงได้ นอกจากนี้ผู้สูงอายุจะป่วยเป็นโรคเรื้อรังแล้วยังมีโรคข้อเข่าเสื่อมที่เกิดจากความเสื่อมตามสภาพร่างกายที่จะต้องได้รับการดูแลสร้างเสริมสุขภาพให้มีสุขภาพการเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุโดยชุมชน จะเป็นรูปธรรมได้นั้น ทุกคนในชุมชนจะต้องได้รับการปลูกฝังให้มีพื้นฐานจิตสำนึก ความคิด และการปฏิบัติของทุกคนในชุมชน (ผู้สูงอายุ ลูกหลาน และผู้อยู่อาศัยในชุมชนทุกคน) ต้องตระหนักถึงคุณค่า ความสำคัญของผู้สูงอายุ (โดยเฉพาะลูกหลาน) เสมอเหมือนบุพชนียบุคคล ที่เปี่ยมด้วยประสบการณ์ชีวิตที่ล้มเหลว และติงาม ซึ่งเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตของลูกหลาน ชุมชนในปัจจุบัน โดยลูกหลาน และผู้อยู่อาศัยในชุมชน ต้องแสดงความเคารพยกย่อง ให้เกียรติเป็นแบบอย่างที่ดีงาม ในการให้คำปรึกษา แนะนำการดำเนินชีวิต, การงานอาชีพ, ครอบครัว, การพัฒนาสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และบทบาทหน้าที่ของภาครัฐ และเอกชน เพื่อเป็นรากฐานชีวิตในชุมชนที่จะเอื้ออาทรต่อกัน เพื่อการช่วยเหลือดูแลส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ให้ร่างกายแข็งแรง และสุขภาพจิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างปกติ และมีความสุขอย่างต่อเนื่องตลอดไป เช่น สมัยปัจจุบัน โดยนับถือผู้สูงอายุดุจดั่งร่มโพธิ์ร่มไทร สร้างสายใยในครอบครัว สืบสานวัฒนธรรมที่ดีงามของชุมชน

องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม โดยการมีส่วนร่วมจากชุมชนและภาคีเครือข่าย ได้เล็งเห็นความสำคัญของสุขภาพผู้สูงอายุจึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้นมา

๕. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุ / อสม. / ผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน ๓๐ คน

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๔

๗. สถานที่ดำเนินงาน

ศูนย์ ศพอส.ตำบลสุวรรณคาม

๘. กิจกรรมดำเนินการ

๑. จัดทำโครงการเพื่อขออนุมัติ
๒. ดำเนินการประสานงานวิทยากรจาก โรงพยาบาลนิคมน้ำอุ่น และวิทยากรปราชญ์ชาวบ้าน
๓. ดำเนินการจัดซื้อจัดจ้างในส่วนที่เกี่ยวข้อง
๔. ดำเนินการตามโครงการ
 - กิจกรรมตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุ
 - กิจกรรมให้ความรู้เรื่องกายภาพบำบัดสำหรับผู้สูงอายุ
 - กิจกรรมให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพช่องปาก
 - สาธิตการแปรงฟันที่ถูกต้อง
 - ฝึกทักษะการแปรงฟัน
 - กิจกรรมสร้างสุขภาพ (การบริหารร่างกายสำหรับผู้สูงอายุ)
 - กิจกรรมนันทนาการ สำหรับผู้สูงอายุ
 - มอบเกียรติบัตรแก่ผู้สูงอายุสุขภาพดี
๕. ติดตามและประเมินผล

๙. งบประมาณและรายละเอียดในการใช้จ่ายงบประมาณ

งบประมาณทั้งสิ้น ๕,๔๐๐.- บาท รายละเอียด ดังนี้

๑. ค่าจ้างเหมาประกอบอาหาร	จำนวน ๓๐ คน	ละ ๕๐ บาท	เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท
๒. ค่าจ้างเหมาอาหารว่างและเครื่องดื่ม	จำนวน ๖๐ ชุด	ละ ๒๕ บาท	เป็นเงิน ๑,๕๐๐ บาท
๓. ค่าสมนาคุณวิทยากร	จำนวน ๓ ชั่วโมง	ละ ๖๐๐ บาท	เป็นเงิน ๑,๘๐๐ บาท
๔. ค่าวัสดุอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง			เป็นเงิน ๖๐๐ บาท

รวมเป็นเงิน ๕,๔๐๐ บาท

หมายเหตุ สามารถถัวเฉลี่ยจ่ายทุกรายการ

๑๐. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม ร่วมกับ โรงพยาบาลนิคมน้ำอุ่น

๑๑. การติดตามและประเมินผล

- โดยการสัมภาษณ์และสังเกต

๑๒. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุได้มีความรู้และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้
๒. ผู้สูงอายุมีสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพฟัน ที่ดียิ่งขึ้น

ลงชื่อ..... (ผู้เขียนโครงการ)

(นางสาวอรษา มณีบุ)

นักพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ

ลงชื่อ..... (ผู้เสนอโครงการ)

(นางพรिमชนก โพธิ์ศรี)

ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

ลงชื่อ..... (ผู้เห็นชอบโครงการ)

(นางสาวดวงฤดี ราชคำ)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

ลงชื่อ..... (ผู้อนุมัติโครงการ)

(นายทองแดง ไตรยราช)

รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม รักษาการแทน

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม

โครงการพัฒนาศักยภาพกลุ่มสตรี

วันที่ ๘ กันยายน ๒๕๖๔

โดย องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม ร่วมกับ โรงพยาบาลนิคมน้ำอุ่น และคณะกรรมการพัฒนาบทบาทสตรีตำบลสุวรรณคาม

วันที่ / เวลา	๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น.	๐๘.๓๐- ๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น.	๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.	๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.	๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.	๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.
๘ กันยายน ๒๕๖๔	- ลงทะเบียน (เจ้าหน้าที่ อบต.)	พิธีเปิด (รองนายก อบต.) -กิจกรรม สันทนาการ การบริหาร ร่างกาย	-ให้ความรู้เรื่องบทบาทสตรี ในการพัฒนาชุมชน -เศรษฐกิจพอเพียง -การเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ในครัวเรือน (คณะกรรมการ กพสต.) พักรับประทานอาหารว่างและ เครื่องดื่ม	-การประกอบอาชีพ เสริมเพิ่มรายได้ ลดรายจ่าย ให้ครัวเรือน -ฝึกอาชีพการทำ น้ายาปรับผ้านุ่ม แชมพู	พักรับประทาน อาหารกลางวัน	-จัดทำแผนพัฒนาสตรี ตำบลสุวรรณคาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕ -นำเสนอแผนงานพัฒนา สตรี เพื่อดำเนินการตาม แผนต่อไป (กองสวัสดิการสังคม) พักรับประทานอาหารว่าง และเครื่องดื่ม	-ประเมิน/สรุปผล โครงการ

หมายเหตุ : กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

โครงการผู้สูงวัยใส่ใจสุขภาพ

วันที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๖๔

โดย องค์การบริหารส่วนตำบลสุวรรณคาม ร่วมกับ โรงพยาบาลนิคมน้ำอุ่น



การให้ความรู้เรื่องการทำกายภาพบำบัดสำหรับผู้สูงอายุการป้องกันและรักษาโรคปวดข้อ



การดูแลสุขภาพช่องปากสำหรับผู้สูงอายุ



กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เรื่องเล่าสุขภาพดี



ฝึกทักษะการแปร่งฟันที่ถุกวิธี