

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโพน

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการส่งเสริมผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโพน

ด้วยหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน (ระบุชื่อ) โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลโพน มีความประสงค์จะทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ส่งเสริมผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ ในปีงบประมาณ ๒๕๖๕ โดยขอรับสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ผู้สูงอายุ เป็นเงิน ๒๐,๐๐๐ บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

#### หลักการและเหตุผล

การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างประชากรโลก ทำให้สัดส่วนของประชากรกลุ่มผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น การพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชน เป็นเป้าหมายที่สำคัญในการพัฒนาประเทศ ซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีย่อมหมายถึงบุคคลนั้นมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี มีศักยภาพในการช่วยเหลือตนเองและครอบครัว ให้ดำรงอยู่อย่างปกติสุขตามศักยภาพแห่งตน ปัจจุบันจำนวนและสัดส่วนผู้สูงอายุของประเทศไทยเพิ่มขึ้นในอัตราที่รวดเร็ว ส่งผลให้ประชากรไทยเข้าสู่ภาวะสังคมผู้สูงอายุหรือ“ภาวะประชากรผู้สูงอายุ” อันจะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ เจ็บป่วยเรื้อรัง เพิ่มมากขึ้น และมีค่าใช้จ่ายสูงในการดูแลสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุนั้น ปัจจุบันมีจำนวนมากขึ้นเป็นผลจากความก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุข โดยสิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นว่าประชากรผู้สูงอายุจะเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ ในอนาคตอันใกล้นี้ประกอบกลุ่มผู้สูงอายุมักเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆสูง โดยเฉพาะโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคกระดูกพรุน ข้อเข่าเสื่อม โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และโรคความจำเสื่อม ฯลฯ โดยส่วนใหญ่มักพบว่าผู้สูงอายุมีโรคประจำตัวเรื้อรังมากกว่า ๑ โรคขึ้นไป ดังนั้นผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ ตามนโยบายรัฐบาล ซึ่งเน้นการดำเนินการด้านสาธารณสุขเชิงรุกให้ทั่วถึงและครอบคลุมทั้งการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสภาพ และการพัฒนาการบริการสาธารณสุข โดยเน้นการดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน ดังนั้น เทศบาลตำบลโพนได้เล็งเห็นปัญหาดังกล่าวและให้ความสำคัญกับการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ให้สามารถดำรงชีวิตอยู่กับครอบครัวและบุตรหลานอย่างปกติสุขในสังคมและมีสุขภาพสมบูรณ์ตามควรแก่วัย จึงได้จัดทำ “โครงการส่งเสริมผู้สูงอายุ ใส่ใจสุขภาพ” ขึ้น เพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุอันจะส่งผลให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลและส่งเสริมให้มีสุขภาพที่ดีต่อไป

#### ๑.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ
๒. อบรมให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพอนามัย / การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในการดำเนินชีวิต / โภชนาการต่างๆ / ความรู้ในการป้องกันโรคในวัยสูงอายุ / การออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ
๓. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน
๔. เพื่อเสริมสร้างความรักความสามัคคี ความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้สูงอายุในแต่ละชุมชน
๕. เพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
๖. เพื่อดำเนินงานตามเกณฑ์และแนวทางการจัดสวัสดิการสังคมให้แก่ผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลโพน

## ๒. วิธีดำเนินการ

๑. ประชุมชี้แจงโครงการแก่ผู้ที่เกี่ยวข้อง
๒. เขียนโครงการเสนอผู้บริหาร
๓. ประชาสัมพันธ์โครงการแก่กลุ่มเป้าหมาย
๔. จัดกิจกรรมรวมกลุ่มผู้สูงอายุ
  - ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้น - ออกกำลังกาย
  - สานต่อบรมให้ความรู้การส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุ

๓. กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลโพธิ์...๑๕๐...คน

๔. ระยะเวลาดำเนินการ กันยายน...๒๕๖๕

๕. สถานที่ดำเนินงาน โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลโพธิ์...

## ๖. งบประมาณ

จากงบประมาณกองทุนหลักประกันสุขภาพ.....  
จำนวน.....๒๐,๐๐๐.....บาท รายละเอียด ดังนี้

- กิจกรรมให้ความรู้ เรื่องการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ อาหารเพื่อสุขภาพ ตรวจสอบสุขภาพ
  - ค่าอาหารกลางวัน อาหารว่างและเครื่องดื่ม ๑ มื้อ จำนวน ๑๕๐ คน ๆ ละ ๑๐๐ บาท เป็นเงิน ๑๕,๐๐๐.- บาท
  - ค่าวิทยากร/ค่าตรวจสอบสุขภาพ เป็นเงิน ๓,๐๐๐.- บาท
  - ค่าป้าย จำนวน ๑ ป้าย ๆ ละ ๑,๐๐๐ บาท
  - ค่าวัสดุอุปกรณ์ในการดำเนินการ ๑,๐๐๐ บาท

รวมทั้งสิ้น เป็นเงิน ๒๐,๐๐๐.- บาท

หมายเหตุ ทุกรายการสามารถเฉลี่ยจ่ายได้

## ๗. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ
๒. อบรมให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพอนามัย / การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในการดำเนินชีวิต / โภชนาการต่างๆ /ความรู้ในการป้องกันโรคในวัยสูงอายุ /การออกกำลังกายแก่ผู้สูงอายุ
๓. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกรักคุณค่าในตนเองและมีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชน
๔. เพื่อเสริมสร้างความรักความสามัคคี ความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้สูงอายุในแต่ละชุมชน
๕. เพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
๖. เพื่อดำเนินงานตามเกณฑ์และแนวทาง การจัดสวัสดิการสังคมให้แก่ผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลโพธิ์

3. สรุปแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(ผู้เสนอฯ ลงรายละเอียดเพื่อให้เจ้าหน้าที่ อปท. บันทึกข้อมูลลงโปรแกรมกองทุนฯ เมื่อได้รับอนุมัติแล้ว โดยสามารถลงรายการได้มากกว่า 1 รายการ สำหรับใช้ในการจำแนกประเภทเท่านั้น )

8.1 หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ที่รับผิดชอบโครงการ/กิจกรรม (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

ชื่อ(หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน).....

- 1. หน่วยบริการหรือสถานบริการสาธารณสุข เช่น รพ.สต. [ข้อ 10 (1)]
- 2. หน่วยงานสาธารณสุข เช่น อปท. [ข้อ 10 (1)]
- 3. หน่วยงานสาธารณสุขอื่นของรัฐ เช่น สสอ. [ข้อ 10 (1)]
- 4. หน่วยงานอื่น ๆ ที่ไม่ใช่หน่วยงานสาธารณสุข เช่น โรงเรียน [ข้อ 10 (2)]
- 5. องค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ 10 (2)]
- 6. ศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ [ข้อ 10 (3)]
- 7. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) [ข้อ 10 (4)]

8.2 ประเภทการสนับสนุน (ตามประกาศฯ พ.ศ. 2561 ข้อ 10)

1. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของหน่วยบริการ สถานบริการ หรือหน่วยงานสาธารณสุข [ข้อ 10 (1)]

2. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคขององค์กรหรือกลุ่มประชาชน [ข้อ 10 (2)]

3. สนับสนุนและส่งเสริมการจัดบริการสาธารณสุขของศูนย์ฯ หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบศูนย์ฯ (เด็กเล็ก/ผู้สูงอายุ/คนพิการ) [ข้อ 10 (3)]

4. สนับสนุนการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

5. สนับสนุนและส่งเสริมกิจกรรมกรณีเกิดโรคระบาดหรือภัยพิบัติ [ข้อ 10 (5)]

8.3 กลุ่มเป้าหมายหลัก

1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน

2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน

3. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน จำนวน.....คน

4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....คน

5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 150 คน

6. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน

7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน

8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....คน

9. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

10. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ) .....จำนวน.....คน

8.4 กิจกรรมหลักตามกลุ่มเป้าหมายหลัก

8.4.1 กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- 6. การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- 8. อื่น ๆ (ระบุ) .....

- 8.4.2 กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
  - 8. อื่น ๆ (ระบุ) .....

- 8.4.3 กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
  - 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
  - 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 9. อื่น ๆ (ระบุ) .....

- 8.4.4 กลุ่มวัยทำงาน
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
  - 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
  - 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
  - 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - 9. อื่น ๆ (ระบุ) .....

- 8.4.5 กลุ่มผู้สูงอายุ
- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
  - 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
  - 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
  - 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
  - 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
  - 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
  - 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
  - 8. อื่น ๆ (ระบุ) .....

8.4.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- 9. อื่น ๆ (ระบุ) .....

8.4.7 กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- 8. อื่น ๆ (ระบุ) .....

8.4.8 กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง

- 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- 6. อื่น ๆ (ระบุ) .....

8.4.9 สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

- 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
- 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
- 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ) .....

8.4.10 กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....

- 1. อื่น ๆ (ระบุ) .....

ลงชื่อ

วรมล ๐๖ ว.ร. ๗

ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ตำแหน่ง

หัวหน้าโครงการวิจัย

วันที่-เดือน-พ.ศ.

โทรศัพท์