



โครงการป็นสุขผู้สูงวัยสถานสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐

กิจกรรมที่ ๑ : กิจกรรมด้านสุขภาพ ตามโครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค

โดย องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด ร่วมกับ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดกาฬสินธุ์

๑.ชื่อโครงการ : โครงการป็นสุขผู้สูงวัยสถานสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐ กิจกรรมด้านสุขภาพ ตามโครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค

๒.หลักการและเหตุผล

อาศัยอำนาจหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนตำบล ตามพระราชบัญญัติสภาตำบลและองค์การบริหารส่วนตำบล พ.ศ.๒๕๓๗ (และฉบับแก้ไขเพิ่มเติมถึงฉบับที่ ๗ พ.ศ.๒๕๖๒) มาตรา ๖๗ (๖) ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และผู้พิการ ซึ่งองค์การบริหารส่วนตำบลถือว่าเป็นบทบาทหน้าที่หลักในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบล เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุสามารถทำคุณประโยชน์ต่อสังคมควบคู่ไปกับลูกหลานคนรุ่นหลังและเป็นแบบอย่างการใช้ชีวิตในอนาคตอย่างมีความสุข

ผู้สูงอายุถือว่าเป็นปูชนียบุคคลของสังคมที่มีคุณค่ายิ่ง เนื่องจากผ่านประสบการณ์มามาก เคยเป็นกำลังสำคัญของสังคมมาก่อน มีความรู้ มีทักษะ อนุรักษ์ และสืบทอดประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่น วิถีชีวิตดั้งเดิม และได้ทำคุณประโยชน์แก่สังคมมาแล้วมากมาย จำเป็นอย่างยิ่งที่คนรุ่นหลังจะต้องให้ความสำคัญ ให้การยกย่องให้การดูแลผู้สูงอายุเหล่านี้ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพจิต สุขภาพกายเป็นการเชิดชูเกียรติให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

ดังนั้น องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด โดยความร่วมมือกับสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกาฬสินธุ์ ได้ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ ได้กำหนดจัดกิจกรรมด้านสุขภาพ ตามโครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค เพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและทัศนคติในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ เช่น ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ และการดูแลสุขภาพในด้านต่าง ๆ เพื่อให้ห่างไกลจากโรคต่างๆ และมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

๓.วัตถุประสงค์

- ๑.เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ
- ๒.เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้จักดูแลสุขภาพในเบื้องต้นให้กับตนเองได้
- ๓.เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขในสังคมอย่างปกติ
- ๔.เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคที่เกิดในปัจจุบัน เช่น ความดัน เบาหวาน อัมพฤกษ์อัมพาต

ข้อเข้าเสื่อม

๔. กลุ่มเป้าหมาย

ผู้สูงอายุในตำบลยางตลาด จำนวน ๘๐ คน

๕. กิจกรรมและวิธีการดำเนินงาน

๑. ประชุมถอดบทเรียนการดำเนินกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ/ชมรมผู้สูงอายุ และประชุมรับฟังแนวทางการขับเคลื่อนโครงการป็นสุขผู้สูงวัยสถานสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐
๒. แต่งตั้งคณะกรรมการในการรับผิดชอบโครงการ
๓. ติดต่อประสานงานและขอความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
๔. ดำเนินการตามโครงการอบรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค
๖. ติดตามและประเมินผล

/๖. ผู้รับผิดชอบ...

๖. ผู้รับผิดชอบ

กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด

๗. หน่วยงานที่ร่วมโครงการ

- สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกาฬสินธุ์
- โรงพยาบาลยางตลาด

๘. งบประมาณดำเนินการ

สนับสนุนจากสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกาฬสินธุ์ และเป็นผู้ดำเนินการ

๙. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๖๖ ณ ศาลาการเปรียญ วัดศรีนวลหัวจัว หมู่ที่ ๗

๑๐. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ
 ๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้จักดูแลสุขภาพในเบื้องต้นให้กับตนเองให้ห่างไกลจากโรค
 ๓. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขในสังคมอย่างปกติ
 ๔. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้เกี่ยวกับโรคที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น ความดัน เบาหวาน อัมพฤกษ์อัมพาต
- ข้อเข้าเสื่อม

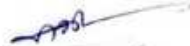
(ลงชื่อ)



ผู้เขียนโครงการ

(นางสาวอรดี โกมะหะวงค์)
นักพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ

(ลงชื่อ)



ผู้เสนอโครงการ

(นายทินกร บุญราศรี)
ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม

(ลงชื่อ)



ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายสมัย ภูคกงน้ำ)
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด

(ลงชื่อ)



ผู้อนุมัติโครงการ

(นายวรภาพษ์ เศรษฐ์รักษา)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด

.....
.....
.....
.....



ที่ กส ๗๘๑๑๑.๐๔/๒๓๓

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด
ถนนขอนแก่น - ยางตลาด
อำเภอยางตลาด กส ๔๖๑๒๐

๑๔ มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์วิทยากรบรรยายโครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลยางตลาด

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการ

จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกาฬสินธุ์ ให้ดำเนินการตามโครงการป็นสุขผู้สูงวัยสานสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐ ประกอบด้วย ๗ กิจกรรม ซึ่งกิจกรรมที่ ๓ เป็นกิจกรรมการฝึกอบรมดูแลสุขภาพกายและใจผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด จึงได้กำหนดจัดโครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้จักดูแลสุขภาพกายและใจ ห่างไกลจากโรค ในวันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๖๖

องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด เห็นว่าบุคลากรในหน่วยงานของท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ ดังนั้น จึงขอความอนุเคราะห์บุคลากร ราย นางสาคร ภูน้ำเย็น พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ , นางสาวลัดดาวัลย์ นادمทอง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ , นางสาวเกศสุดา สุริยะบุตร นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ และนางพวงเพ็ญ ภูเลื่อน เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขชำนาญงาน เพื่อเป็นวิทยากรบรรยายให้ความรู้ตามโครงการดังกล่าว ในวันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๖๖ เวลา ๐๙.๐๐ น. เป็นต้นไป ณ ศาลาการเปรียญ วัดศรีนวลหัวจัว หมู่ที่ ๗ ตำบลยางตลาด อำเภอยางตลาด จังหวัดกาฬสินธุ์ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์

ขอแสดงความนับถือ

(นายวราพงษ์ เศรษฐ์รักษา)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด

งานสวัสดิการสังคม

กองสวัสดิการสังคม

โทรศัพท์/โทรสาร. ๐-๔๓๘๔-๐๑๖๑

รับ

น / ๑.๐.๑๖

ร่าง.....
พิมพ์.....
ทาน.....
ตรวจ.....

กำหนดการ
โครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค
(ภายใต้กิจกรรมการฝึกอบรมดูแลสุขภาพกายและใจผู้สูงอายุ)
วันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๖๖ ณ ศาลาการเปรียญ วัดศรีนวลหัวงัว
โดยสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกาฬสินธุ์
ร่วมกับ องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด

- | | |
|---------------------|--|
| ๐๘.๐๐ น. - ๐๙.๐๐ น. | ลงทะเบียนผู้เข้ารับการอบรม |
| ๐๙.๐๐ น. - ๐๙.๓๐ น. | พิธีเปิด โดย นายวราพงษ์ เศรษฐรักษา นายองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด |
| ๐๙.๓๐ น. - ๑๑.๐๐ น. | รับฟังบรรยาย หัวข้อ อาการที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและการจัดการกับอาการที่เกิดขึ้น โดย นางสาคร ภูน้ำเย็น พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด |
| ๑๑.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น. | การดูแลสุขภาพช่องปากในผู้สูงอายุ โดย นางพวงเพ็ญ ภูเลื่อน เจ้าหน้าที่งานทันตสาธารณสุขชำนาญงาน โรงพยาบาลยางตลาด |
| ๑๒.๐๐ น. - ๑๓.๐๐ น. | รับประทานอาหารกลางวัน |
| ๑๓.๐๐ น. - ๑๔.๐๐ น. | รับฟังบรรยาย เรื่องการดูแลสุขภาพตนเองในวัยผู้สูงอายุ ให้ห่างไกลจากโรค โดย นางสาวลัดดาวัลย์ นานมทอง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด |
| ๑๔.๐๐ น. - ๑๕.๐๐ น. | การออกกำลังกายที่เหมาะสมในผู้สูงอายุ โดย นางเกศสุดา สุริยะบุตร นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด |
| ๑๕.๐๐ น. - ๑๖.๐๐ น. | สรุปทบทวน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ตอบข้อซักถาม |

- หมายเหตุ ๑. รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๐๐ น. และเวลา ๑๕.๐๐ น.
๒. กำหนดการสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

กิจกรรมด้านสุขภาพ โดยองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด ร่วมกับสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดกาฬสินธุ์ จัดโครงการอบรมให้ความรู้ผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพ รู้ทันโรค วันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๖๗ ณ วัดศรีนวลหัวงัว

