



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ งานสวัสดิการสังคม กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด
ที่ กส. ๗๘๑๑๑.๐๔/๑๑๖ วันที่ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงานโครงการปันสุขผู้สูงวัยसानสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐ กิจกรรมส่งเสริมด้านสังคมและนันทนาการผู้สูงอายุ โดยการฝึกเดินบาร์สโลปและร่าวงด้วยผ้าขาวม้า

เรียน นายกององค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด

เรื่องเดิม

ตามองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดกาฬสินธุ์ ให้ดำเนินการตามโครงการปันสุขผู้สูงวัยसानสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐ ประกอบด้วย ๔ กิจกรรม ซึ่งกิจกรรมที่ ๒ เป็นกิจกรรมส่งเสริมด้านสังคมและนันทนาการผู้สูงอายุ ซึ่งองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด ได้กำหนดจัดกิจกรรมส่งเสริมการรวมกลุ่มผู้สูงอายุ โดยการฝึกเดินบาร์สโลป/เดินคองก้า และการออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าประกอบดนตรี วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายอย่างเหมาะสมมีการรวมกลุ่มทำกิจกรรมร่วมกัน ในวันที่ ๔ - ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด นั้น

ข้อเท็จจริง

งานสวัสดิการสังคม กองสวัสดิการสังคม องค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด ได้ดำเนินการจัดกิจกรรมส่งเสริมด้านสังคมและนันทนาการผู้สูงอายุ ระหว่างวันที่ ๔ - ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖ โดยกิจกรรมประกอบด้วย

วันที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

- เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. กิจกรรมการบรรยายนันทนาการบำบัดสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความสุขและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี กิจกรรมละลายพฤติกรรม ยินดีที่ได้พบกัน และสร้างสัมพันธ์ไมตรีโดยวิทยากร คณะครูจากศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอยางตลาด

- เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. การบรรยายและการสาธิต หลักการเดินบาร์สโลป การเดินร่าวง จังหวะคองก้า และการออกกำลังกายด้วยการเดินบาร์สโลป การเดินคองก้า ร่าวงพื้นเมือง วิทยากรโดย นางบุญเลิศ บุหล่มันน์ เจ้าพนักงานห้องสมุดชำนาญงาน และคณะครูจากศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอยางตลาด

- เวลา ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. การบรรยายสาธิต และการปฏิบัติกิจกรรมเข้าจังหวะ ใช้การเคลื่อนไหวร่างกายไปตามเสียงดนตรี การเต้น การยืดเหยียด บริหารกล้ามเนื้อด้วยการเดิน โดย นางพิสมัย ภูสมศรี วิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ บ้านห้วยจั่ว หมู่ที่ ๘

- เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น. การบรรยาย สาธิต และปฏิบัติ การออกกำลังกายด้วยการเดินบาร์สโลป หรือเดินคองก้า หรือเดินร่า โดย นางพิสมัย ภูสมศรี วิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ บ้านห้วยจั่ว หมู่ที่ ๘ และนางปราณี กุลชะโมรินทร์ วิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ หมู่ที่ ๑๔

วันที่ ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖

- เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๐.๐๐ น. กิจกรรมนันทนาการละลายพฤติกรรม และสร้างสัมพันธ์ไมตรีด้วยดนตรีบำบัด วิทยากรโดย นางเกศสุดา สุริยะบุตร นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด

/เวลา...

- เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. บรรยายกิจกรรมและฝึกปฏิบัติ การขยับกายสบายชีวี ด้วย
ผ้าขาวม้าพาสุข การเดินออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้า การอบอุ่นร่างกายและการเหยียดยืด การบริหาร
กล้ามเนื้อมัดเล็ก มัดใหญ่ เตรียมความพร้อมให้ร่างกายมีความปลอดภัย วิทยากรโดย นางเกศสุดา สุริยะบุตร
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด

- เวลา ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. กิจกรรมการเดินออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าท่าเดียว วิทยากร
โดย นางเกศสุดา สุริยะบุตร นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด

- เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๔.๐๐ น. กิจกรรมการเดินออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าท่าคู่ วิทยากรโดย
นางเกศสุดา สุริยะบุตร นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด

- เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๔.๓๐ น. การผ่อนคลายและออกกำลังกายด้วยผ้าขาวม้าประกอบดนตรี
วิทยากรโดย นางเกศสุดา สุริยะบุตร นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ โรงพยาบาลยางตลาด

งานสวัสดิการสังคม กองสวัสดิการสังคม ได้ดำเนินการตามโครงการเสร็จสิ้นเป็นที่เรียบร้อย
แล้ว ระหว่างวันที่ ๔ - ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลยางตลาด และดำเนิน
กิจกรรมส่งเสริมด้านสังคมและนันทนาการผู้สูงอายุ ส่งเสริมการรวมกลุ่มผู้สูงอายุ บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่
กำหนดไว้ทุกประการ ผู้เข้าร่วมอบรมร้อยละ ๘๓ มีความพึงพอใจกับกิจกรรมดังกล่าว รายละเอียดตาม
เอกสารแนบท้าย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ



(นางสาวอรติ โกมะทองค์)
นักพัฒนาชุมชนปฏิบัติการ

ผลสัมฤทธิ์ มีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ
เห็นด้วย มีข้อสงสัยกับเรื่อง
ข้อใด


๒๐ ก.ค. ๖๖


๒๐ ก.ค. ๖๖

โครงการป็นสุขผู้สูงวัยสถานสายใยชาวกาฬสินธุ์ ๔.๐ กิจกรรมส่งเสริมด้าน
สังคมและนันทนาการผู้สูงอายุ โดยการฝึกเดินบาร์สโตนและรำวงด้วยผ้าขาวม้า
วันที่ ๔ - ๕ กรกฎาคม ๒๕๖๖



