

โครงการประชุมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สุขกาย สุขใจ ซีวีมีสุข
อำเภอปางศิขณน้อย จังหวัดศรีสะเกษ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙

หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจากปัจจัยการลดลงของอัตราเกิดและอายุขัยเฉลี่ยของประชากรที่ยืนยาวขึ้น ขณะเดียวกันผู้สูงอายุก็มีอายุยืนยาวขึ้น อัตราการเพิ่มของจำนวนผู้สูงอายุในปัจจุบันสูงกว่าของประชากรโดยรวม ขณะเดียวกันอัตราการเพิ่มของจำนวนผู้สูงอายุวัยปลายก็สูงกว่าอัตราการเพิ่มของกลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น มีผลให้จำนวนและสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุของไทยเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย ปัญหาการเพิ่มของจำนวนผู้สูงอายุคาดว่าจะทวีความรุนแรงขึ้นในอีกสิบปีข้างหน้าแม้จะมีอายุเกิน ๖๐ ปีขึ้นไป ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติแต่สภาพจิตใจยังคงเป็นปกติเหมือนเดิม มีความรู้สึกและมีความสามารถทำหน้าที่การทำงานได้อย่างปกติ และตระหนักดีว่ายังไม่แก่จนทำอะไรไม่ได้หรือยอมรับความบกพร่องของร่างกายและปัญหาสุขภาพการเกิดโรคและการเจ็บป่วยทั้งร่างกายและจิตใจ จนไม่สามารถช่วยตนเองได้ต้องพึ่งพิงครอบครัว ญาติ ชุมชน และสังคมผู้สูงอายุที่ได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัยรวมทั้งผลของโรคเรื้อรังหรืออุบัติเหตุจึงนำไปสู่ความถดถอยของร่างกาย เกิดภาวะพึ่งพิงไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้หรือช่วยเหลือตนเองได้น้อยหรือมีอาการสมองเสื่อมทำให้ต้องอาศัยพึ่งพิงเป็นภาระแก่ผู้ดูแลเกิดภาวะทุพพลภาพในที่สุดสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข ผู้สูงอายุจึงควรให้ความสนใจดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงมีคุณภาพชีวิตที่ดีป้องกันการเกิดโรคต่างๆรวมทั้งฟื้นฟูสุขภาพเมื่อมีภาวะของโรคและควบคุมให้ภาวะของโรคเหล่านั้นมีอาการคงที่ไม่กำเริบรุนแรงหรือเสื่อมถอยมากกว่าเดิมจะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคมและมีความสุขในบั้นปลายของชีวิตประกอบกับรัฐบาลได้มีนโยบายในเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีงานหรือกิจกรรมที่เหมาะสมเพื่อสร้างสรรค์และไม่ก่อภาระต่อสังคมในอนาคต ในส่วนของอำเภอปางศิขณน้อยพบว่าในปี ๒๕๖๘ มีผู้สูงอายุทั้งสิ้น ๖,๓๕๐ คน ตำบลปางศิขณน้อยจำนวน ๑,๒๓๐ คน ตำบลภูคดเมืองฮามจำนวน ๖๒๑ คน ตำบลลิ้นฟ้าจำนวน ๑,๑๔๗ คน ตำบลปางศิขณใหญ่ ๖๓๕ คน ตำบลคอนกามจำนวน ๘๑๐ คน ตำบลโนนคูณจำนวน ๘๑๔ คน และตำบลบึงบอนจำนวน ๑,๐๙๓ คน

ดังนั้น คปสอ.ยชน. ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ จึงได้จัดทำโครงการประชุมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สุขกาย สุขใจ ซีวีมีสุข อำเภอปางศิขณน้อย จังหวัดศรีสะเกษ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๙ ขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตัวเองได้ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีคุณค่าต่อสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ผู้ดูแลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพอนามัยทั้งทางด้านโภชนาการ การฟื้นฟูสุขภาพร่างกายและจิตใจ
๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุ ผู้ดูแลมีกิจกรรมด้านสุขภาพร่วมกัน แลกเปลี่ยนความรู้ ทั้งร่างกายและจิตใจให้แข็งแรง
๓. เพื่อส่งเสริมผู้สูงอายุ ผู้ดูแลในการออกกำลังกายและทำกิจกรรมร่วมกัน

สำนักงานผู้สูงอายุ

(นางนิตยา สีหะวงษ์)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

กลุ่มเป้าหมาย

ประกอบด้วย เจ้าหน้าที่สาธารณสุข/อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน/ผู้สูงอายุ/ผู้ดูแลผู้สูงอายุ จำนวน ๓๕๘ คน จาก ๗ ตำบลในพื้นที่ตำบลยางชุมน้อย ดังนี้

- | | |
|--------------------------------|-------------|
| ๑. ตำบลยางชุมน้อย, กุดเมืองฮาม | จำนวน ๙๐ คน |
| ๒. ตำบลลิ้นฟ้า, ยางชุมน้อย | จำนวน ๙๐ คน |
| ๓. ตำบลคอนกาม, โนนคูณ | จำนวน ๘๙ คน |
| ๔. ตำบลบึงบอน | จำนวน ๘๙ คน |

วิธีการดำเนินการ

๑. ทบทวนสถานการณ์/ข้อมูลเพื่อจัดทำโครงการ
๒. ขออนุมัติโครงการฯ จากผู้บริหาร
๓. ประสานงานกับกลุ่มเป้าหมาย
๔. จัดเตรียม เอกสาร สื่อความรู้ คู่มือ และแบบคัดกรอง แบบประเมิน
๕. ดำเนินการจัดประชุมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สุขกาย สุขใจ ชีวีมีสุข อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดศรีสะเกษ ปีงบประมาณ ๒๕๖๙ จำนวน ๔ ครั้งๆ ละ ๑ วัน
๖. ติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน
๗. สรุปผลการดำเนินงาน

ระยะเวลาดำเนินการ

ธันวาคม ๒๕๖๘ – มกราคม ๒๕๖๙

สถานที่

ห้องประชุมโรงพยาบาลยางชุมน้อย

งบประมาณ

เบิกจ่ายจากเงินบำรุงโรงพยาบาลยางชุมน้อย งบเครือข่ายบริการสุขภาพระดับอำเภอ (งบประมาณ กลาง OP หมวด ๕% ปีงบประมาณ ๒๕๖๙) จำนวน ๕๐,๑๒๐.- บาท (ห้าหมื่นหนึ่งร้อยยี่สิบบาทถ้วน) รายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

กิจกรรมประชุมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สุขกาย สุขใจ ชีวีมีสุข

- | | | |
|-------------------------------|------------------------------------|-----------------------|
| ๑. ค่าอาหารกลางวัน | จำนวน ๓๕๘ คนๆ ละ ๑ มื้อๆ ละ ๘๐ บาท | เป็นเงิน ๒๘,๖๔๐.- บาท |
| ๒. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม | จำนวน ๓๕๘ คนๆ ละ ๒ มื้อๆ ละ ๓๐ บาท | เป็นเงิน ๒๑,๔๘๐.- บาท |
- รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๕๐,๑๒๐.- บาท (ห้าหมื่นหนึ่งร้อยยี่สิบบาทถ้วน)

การประเมินผล

๑. จากการมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมประชุม
๒. จากการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่ม
๓. จากระบบการรายงาน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุ ผู้ดูแล มีสุขภาพอนามัยด้านโภชนาการ การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย และสุขภาพจิตที่ดี
๒. ผู้สูงอายุ ผู้ดูแล มีกิจกรรมออกกำลังกายที่เหมาะสมต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ
๓. ผู้สูงอายุ ผู้ดูแล สามารถดูแลตัวเองได้ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และมีคุณค่าต่อสังคม


สำเนาถูกต้อง


(นางนัตยา สีหะวงษ์)


นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ


ผู้รับผิดชอบโครงการ

๑. สำนักงานสาธารณสุขอำเภออย่างชุมน้อย
๒. โรงพยาบาลอย่างชุมน้อย
๓. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลทุกแห่ง

ลงชื่อ  (ผู้เสนอโครงการ)
(นางนัตยา สีหะวงษ์)
ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

ลงชื่อ  (ผู้เสนอโครงการ)
(นางชฎาภรณ์ ศรีบุญทอง)
ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

ลงชื่อ  (ผู้เห็นชอบโครงการ)
(นายอนุสรณ์ จันทรสิทธิ์)
ตำแหน่ง สาธารณสุขอำเภออย่างชุมน้อย

ลงชื่อ  (ผู้อนุมัติโครงการ)
(นายชำนาญ สมรมิตร)
ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงพยาบาลอย่างชุมน้อย

สำเนาถูกต้อง



(นางนัตยา สีหะวงษ์)
นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ