

รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน

บ้านแม่อุมลองหลวง หมู่ 1 ตำบลป่าแป๋
อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน
ประจำปีงบประมาณ 2569
สนับสนุนโดยองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋





LOGO

โครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน

๑. หลักการและเหตุผล

เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีความต้องการแตกต่างไปจากวัยอื่นๆ รวมทั้งปัญหาในด้านสุขภาพที่ต่างกั น ร่างกายมีการถดถอยและเสื่อมลงเป็นผลทำให้โรคภัยไข้เจ็บต่างๆ เบียดเบียน สิ่งสำคัญคือการได้รับการดูแลเอาใจใส่ จากครอบครัวซึ่งมีผลต่อสุขภาพกายและใจ ในส่วนใหญ่จะพบปัญหาสุขภาพกาย เช่นการเจ็บป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ อัมพฤกษ์ โรคข้อเสื่อม ความดันโลหิตสูง เบาหวาน สมองและหลอดเลือด ซึ่งปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญได้แก่ เรื่องออกกำลังกาย อาหาร อารมณ์ ส่งผลให้ร่างกายเจ็บป่วยง่าย การเจ็บป่วยด้านสุขภาพจิตในผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากการ เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ มีความเศร้าใจ กังวลใจ น้อยใจ เสียใจ และการอยู่ร่วมในสังคมของผู้สูงอายุ บุตรหลานมักปล่อยให้อยู่โดดเดี่ยว

ผู้นำชุมชนบ้านแม่อุ้มลองหลวง จึงได้จัดทำโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนขึ้น เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพ ร่างกายและจิตใจ โดยแนะนำให้ผู้สูงอายุได้การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับสภาพร่างกาย อันเป็นประโยชน์ต่อ ผู้สูงอายุต่อไป

๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๒. เพื่อส่งเสริมให้เกิดความตระหนักในการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพตนเอง และลดภาวะแทรกซ้อน ความพิการน้อยลง

๓. เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดการปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน

๓. เป้าหมาย

กลุ่มผู้สูงอายุในหมู่บ้านแม่อุ้มลองหลวง จำนวน ๓๐ คน

๔. วิธีการดำเนินงาน

๑. ประชุมประชาคมหมู่บ้าน เพื่อขออนุมัติการส่งเสริมโครงการ

๒. เสนอโครงการ เพื่อขออนุมัติจากองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

๓. ประชาสัมพันธ์โครงการ

๔. เตรียมการและประสานผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินงานโครงการ

๕. ดำเนินโครงการตามแผนงานและกิจกรรมของโครงการ

๖. สรุปและรายงานผลการดำเนินโครงการ เสนอต่อองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

๕. สถานที่ดำเนินการ

บ้านแม่อุ้มลองหลวง หมู่ที่ ๑ ตำบลป่าแป๋ อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๖. ระยะเวลาดำเนินการ

เดือนมีนาคม – กันยายน ๒๕๖๙

๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ

คณะกรรมการหมู่บ้านแม่อุ้มลองหลวง

๘. งบประมาณในการดำเนินงาน

๑. ได้รับการอุดหนุนงบประมาณจากองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋ ข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๖๙ ค่าใช้จ่ายดำเนินงานโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน จำนวนเงิน ๖,๐๐๐ บาท รายละเอียดประมาณการค่าใช้จ่ายปรากฏตามเอกสารแนบท้าย

๒ งบประมาณในส่วนของตนเองร่วมสมทบ (เฉพาะองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และส่วนราชการ ยกเว้นเงินอุดหนุนที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้รับไว้เป็นการเฉพาะตามกฎหมายซึ่งต้องตั้งงบประมาณ อุดหนุนให้หน่วยงานที่ขอรับเงินอุดหนุนตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยเงินอุดหนุนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๕๙ ข้อ ๗)

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

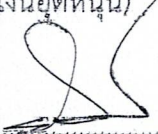
๑. ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยนประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

๒. ผู้สูงอายุสามารถดูแลสุขภาพตนเอง และลดภาวะแทรกซ้อน ความพิการน้อยลง

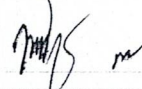
๓. การมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดการปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน

ลงชื่อ.....วรพล.....ผู้เสนอโครงการ

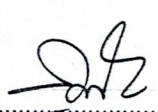
(นายวรพล สิงขรแข็งเกร่ง)
ตำแหน่ง ผู้ใหญ่บ้านแม่อุ้มลองหลวง
(ผู้ขอรับเงินอุดหนุน)

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายจ่านง ขจรศักดิ์ศรี)
ตำแหน่ง หัวหน้าสำนักปลัด

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายกิตติภูมิ สวาสดีญาติ)
ตำแหน่ง ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติ

(นายสมชาย จักชูวินัย)
ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

รายละเอียดประมาณการค่าใช้จ่ายแนบท้าย
โครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน

ลำดับ	รายการค่าใช้จ่าย	จำนวนเงิน(บาท)
๑	ค่าอาหารกลางวัน(๓๐x๘๐)	๒,๔๐๐บาท
๒	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม(๓๐x๓๐x๒)	๑,๘๐๐บาท
๓	ค่าตอบแทนวิทยากร(๕๐๐x๓)	๑,๕๐๐บาท
๔	ค่าป้าย	๓๐๐ บาท
รวม		๖,๐๐๐บาท

(.....หกพันบาทถ้วน.....)

หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายกันได้

ผลการดำเนินงาน

ภายใต้งบประมาณสนับสนุน องค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋

ชื่อโครงการ โครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน

ระยะเวลาดำเนินการ มีนาคม – กันยายน ๒๕๖๙

ผู้รับผิดชอบโครงการ คณะกรรมการหมู่บ้าน

การได้รับการสนับสนุน

หน่วยงานที่ร่วมให้การสนับสนุน	การสนับสนุนที่ได้รับ (งบประมาณหรือทรัพยากรอื่นๆ)	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการสนับสนุนที่ได้รับ (เพียงพอ/เหมาะสมหรือไม่)
-องค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋	-	-เพียงพอและเหมาะสมควรกับการใช้ทรัพยากรในพื้นที่ เช่น สถานที่วิทยากร
-อบต.ป่าแป๋ -ผู้นำชุมชนและคณะกรรมการ	-วิทยากร -วัสดุอุปกรณ์	-เพียงพอและเหมาะสม

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่ ๑ ประชุมชี้แจงโครงการร่วมกับผู้นำในชุมชน

ระยะเวลาดำเนินการ เมษายน

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กิจกรรมเป้าหมายที่กำหนด		กิจกรรมเป้าหมายที่ ทำจริง	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับผู้เข้า อบรม
กิจกรรม	จำนวน		
- คณะกรรมการหมู่บ้าน - ผู้นำชุมชน	๑๐	๑๐ (ร้อยละ ๑๐๐)	- ให้กลับไปชี้แจง ในที่ ประชุมของแต่ละหมู่บ้าน - ชุมชนมีการตื่นตัวโดยมี ผู้นำชุมชนประชาสัมพันธ์

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่๒ อบรมเรื่องการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจผู้สูงอายุ

ระยะเวลาดำเนินการ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๔

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่กำหนด		กลุ่มเป้าหมายที่มาร่วมจริง	ข้อคิดเห็นของผู้เข้ารับการอบรม
กลุ่ม	จำนวน		
-ผู้เข้าร่วมโครงการ	๓๐	๔๔ (ร้อยละ๑๐๐)	เห็นสมควรให้มีการอบรมเป็นประจำทุกปี เพราะช่วยให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่๓ การจัดทำอาหาร

ระยะเวลาดำเนินการ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๙

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่กำหนด		กลุ่มเป้าหมายที่มาร่วมจริง	ข้อคิดเห็นของผู้เข้ารับการอบรม
กิจกรรม	จำนวน		
-จัดทำอาหารกลางวัน และอาหารว่าง	(๓๐x๘๐) (๓๐x๓๐x๒)	(ร้อยละ๑๐๐)	-

กิจกรรมที่ดำเนินการ

กิจกรรมที่๔ การจัดอบรม

ระยะเวลาดำเนินการ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๙

ผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายที่กำหนด		กลุ่มเป้าหมายที่มาร่วมจริง	ข้อคิดเห็นของผู้เข้ารับการอบรม
กลุ่ม	จำนวน		
-วิทยากรให้ความรู้ใน การอบรม	๓ ชั่วโมง	๓ ชั่วโมง	ผู้เข้าร่วมได้รับความรู้เกี่ยวกับการ ดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุ

สรุปผลการอบรมโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน

กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าอบรมทั้งหมด คนในพื้นที่หมู่ที่ ๑ บ้านแม่อุ้มลองหลวง จากการดำเนินโครงการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชน พื้นที่บ้านแม่อุ้มลองหลวง ได้ดำเนินการจัดการอบรมให้ความรู้ ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าอบรมทั้งหมด ๓๐ คน
มีผู้มาอบรม ๔๔ คน
คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

จากผลการดำเนินการจัดการอบรม จากกลุ่มเป้าหมาย ๓๐ คน มีผู้เข้ามารับการอบรมจำนวน ๔๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ และหลังจากที่มีการอบรมให้ความรู้ ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ ความเข้าใจ ผู้สูงอายุให้ความสำคัญได้รับความรู้จากการอบรมมากขึ้น

หมายเหตุ : อ้างอิงจาก แบบฟอร์มการลงทะเบียน รายชื่อผู้เข้าอบรม

ผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม

วัตถุประสงค์ของกิจกรรม	พอใจ	ไม่พอใจ	เหตุผล/หลักฐานอ้างอิง
๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการพบปะแลกเปลี่ยน ประสบการณ์และรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	✓		
๒. เพื่อส่งเสริมให้เกิดความตระหนักในการดูแลผู้สูงอายุ สามารถดูแลสุขภาพตนเอง และลดภาวะแทรก ซ้อน ความพิการน้อยลง	✓		
๓. เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการจัดการ ปัญหาสุขภาพของคนในชุมชน	✓		

สรุปค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นในการจัดกิจกรรม

ลำดับ	รายการ	ค่าใช้จ่าย	
		บาท	สต.
๑.	ค่าอาหารกลางวัน(๓๐x๘๐)	๒,๔๐๐	-
๒.	ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (๓๐x๓๐x๒)	๑,๘๐๐	-
๓.	ค่าตอบแทนวิทยากร(๕๐๐x๓)	๑,๕๐๐	-
๔	ค่าป้าย	๓๐๐	-
	รวมค่าใช้จ่ายทั้งหมด	๖,๐๐๐	-

หมายเหตุ: ได้รับการอุดหนุนงบประมาณจาก องค์การบริหารส่วนตำบลป่าแป๋จริง

ภาพกิจกรรม

