

1. ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพตำบลหนองซาก รุ่นที่ 2

2. ความสอดคล้อง

2.1 นโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน ของสำนักงาน กศน. ประจำปีงบประมาณ 2566

2. การยกระดับคุณภาพการศึกษา

2.12 ส่งเสริมการจัดกิจกรรมการอ่านเพื่อป้องกันโรคสมองเสื่อมและการลืมนั่งสือในผู้สูงอายุ

3. การสร้างโอกาส ความเสมอภาค และความเท่าเทียมทางการศึกษาทุกช่วงวัย

3.3 พัฒนาทักษะฝีมือ พัฒนาการทางร่างกายและจิตใจกลุ่มผู้สูงอายุ ให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ สามารถดำเนินชีวิตได้เต็มตามศักยภาพ โดยเน้นการดำเนินกิจกรรมใน 4 มิติ ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสภาพแวดล้อมและเทคโนโลยี

2.2 มาตรฐานการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2560

มาตรฐานการศึกษาต่อเนื่อง

มาตรฐานที่ 2 คุณภาพการจัดการเรียนรู้การศึกษาต่อเนื่อง

2.1 หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่องมีคุณภาพ

2.3 สื่อที่เอื้อต่อการเรียนรู้

2.4 การวัดและการประเมินผลผู้เรียนการศึกษาต่อเนื่อง

2.5 การจัดกระบวนการเรียนรู้การศึกษาต่อเนื่องที่มีคุณภาพ

3. หลักการและเหตุผล

กระทรวงศึกษาธิการ ได้ลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการความร่วมมือการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต ร่วมกับกระทรวงมหาดไทย กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ และกระทรวงสาธารณสุข เมื่อวันที่ 30 มีนาคม 2560 โดยกำหนดให้กระทรวงศึกษาธิการมีบทบาทหน้าที่ในการส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิต เพื่อคงภาวะดีดสังคมให้แก่ผู้สูงอายุกลุ่มดีดสังคมในชุมชนด้วยหลักสูตรและรูปแบบที่หลากหลาย และผลิตผู้ดูแลผู้สูงอายุร่วมกับกระทรวงสาธารณสุขเพื่อดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงในครอบครัว ในชุมชน และเพื่อการมีงานทำของประชากรวัยแรงงาน การจัดการศึกษาตลอดชีวิตเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยคงภาวะดีดสังคมให้แก่ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ รูปแบบของการศึกษาตลอดชีวิตดังกล่าว ได้แก่ การออกแบบกิจกรรมที่ให้ความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุกลุ่มดีดสังคมได้ออกมาทำกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งลักษณะของกิจกรรมกลุ่มนี้ก็เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุกลุ่มดีดสังคมมีพัฒนาการไปเป็นผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิง (ติดบ้านและติดเตียง) ตรวจจับที่ผู้สูงอายุยังสามารถงสมรรถนะทางกาย จิตและสมองไว้ได้ยืนยาวขึ้นหรือตลอดชีวิตย่อมสร้างประโยชน์ให้แก่ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้ อีกทั้งยังช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาของภาครัฐได้จำนวนมาก ปัจจัยสำคัญของการที่จะคงภาวะดีดสังคมในผู้สูงอายุไว้ให้นานที่สุด ขึ้นอยู่กับการที่ผู้สูงอายุมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมที่เหมาะสมและอย่างสม่ำเสมอ

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบ้านบึง และ ศูนย์การเรียนรู้ตำบลหนองซาก ได้เล็งเห็นความสำคัญและความจำเป็นที่ต้องส่งเสริม สนับสนุนจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในด้านสุขภาพฝึกกระตุ้นสมองและฝึกความคิดสร้างสรรค์ของผู้สูงอายุ ยังช่วยกระตุ้นการทำงานของสมอง สามารถลดความเครียด ความวิตกกังวล

/ที่เริ่มมีความเสื่อม

ที่เริ่มมีความเสื่อมถอยของร่างกาย เพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสในการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างต่อเนื่องผ่านกิจกรรม การเรียนรู้เพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและสังคม

4. วัตถุประสงค์

- 4.1 เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการชะลอความเสื่อมของร่างกาย มีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง
- 4.2 เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมปฏิบัติการทำยาหม่องสมุนไพรได้
- 4.3 เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

5. เป้าหมาย

5.1 เสิ้งปริมาณ

ผู้สูงอายุ จำนวน 25 คน

5.2 เสิ้งคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมร้อยละ 80 มีความรู้ความเข้าใจเรื่องการชะลอความเสื่อมของร่างกาย มีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง ปฏิบัติการทำยาหม่องสมุนไพรได้และสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

6. วิธีการดำเนินการ

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
1.ขั้นวางแผน(Plan) 1.1 วางแผนปฏิบัติงาน 1.2 ประสานวิทยากร 1.3 แต่งตั้งคณะทำงาน 1.4 จัดทำโครงการ และอนุมัติโครงการ	เพื่อวางแผนการทำงาน จัดกิจกรรมการเรียนรู้	- ผอ.สกร.อำเภอ บ้านบึง - ข้าราชการครู - ครูอาสาสมัครฯ - ครู กศน.ตำบล	7 คน	สกร.อำเภอ บ้านบึง	7 - 15 กรกฎาคม 2566	-
2. ขั้นตอนงาน(Do) จัดทำโครงการส่งเสริม พัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุในมิติสุขภาพ ตำบลหนองซาก รุ่นที่ 2	1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการ อบรมมีความรู้ความเข้าใจเรื่อง การชะลอความเสื่อม ของร่างกาย มีสมรรถภาพร่างกาย แข็งแรง	ผู้สูงอายุ	25 คน	รพ.สต. บ้านหนองเงิน ตำบลหนองซาก อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี	24 กรกฎาคม 2566	1,050.- บาท

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
	2.เพื่อให้ผู้เข้ารับการ ปฏิบัติการทำยาหม่อง สมุนไพรได้ 3.เพื่อให้ผู้เข้ารับการ สามารถนำความรู้ที่ ได้รับมาพัฒนาคุณภาพ ชีวิต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับ คนในครอบครัวและอยู่ ในสังคมได้อย่างมี ความสุข					
3. ขั้นตรวจสอบ(Check) 3.1 การประเมินผลก่อน ดำเนินโครงการ 3.2 การประเมิน ระหว่างดำเนินโครงการ 3.3 การประเมิน เมื่อเสร็จสิ้นโครงการ	1.เพื่อประเมินความ เป็นไปได้ของโครงการ 2. เพื่อประเมินความ ก้าวหน้าของโครงการ 3. เพื่อประเมินผลสำเร็จ ของโครงการ	- ผอ.สกร.อำเภอ บ้านบึง - ข้าราชการครู - ครูอาสาสมัครฯ - ครู กศน.ตำบล	7 คน	สกร.อำเภอ บ้านบึง	23 - 25 กรกฎาคม 2566	-
4. ขั้นปรับปรุงแก้ไข (Action) 4.1 รวบรวมข้อมูล สรุปผล และจัดทำ รายงานการประเมิน 4.2 ประชุมคณะทำงาน เพื่อนำข้อมูลการ ประเมินโครงการไปใช้ ปรับปรุงแก้ไข และ พัฒนาการดำเนิน โครงการครั้งต่อไป	เพื่อปรับปรุงแก้ไขและ พัฒนาผลการดำเนิน โครงการ	- ผอ.สกร.อำเภอ บ้านบึง - ข้าราชการครู - ครูอาสาสมัครฯ - ครู กศน.ตำบล	7 คน	- สกร.อำเภอ บ้านบึง	26 - 30 กรกฎาคม 2566	-

7. วงเงินงบประมาณทั้งโครงการ

เงินงบประมาณปี พ.ศ.2566 แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ งบรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายโครงการการจัดและส่งเสริมการจัดการศึกษาตลอดชีวิตเพื่อคนสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของผู้สูงอายุ รหัสงบประมาณ 20002300039005000002 จำนวนเงิน 1,050 บาท (หนึ่งพันห้าสิบบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

ที่	รายการ	จำนวน คน	ราคา:หน่วย (บาท)	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
1	ค่าวัสดุประกอบการอบรม			1,050	
รวมทั้งสิ้น				1,050	

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ 1 (ต.ค.2565-ธ.ค.2565)	ไตรมาสที่ 2 (ม.ค.2566-มี.ค.2566)	ไตรมาสที่ 3 (เม.ย.2566-มิ.ย.2566)	ไตรมาสที่ 4 (ก.ค. 2566-ก.ย.2566)
โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพตำบลหนองซากรูนที่ 2	-	-	-	1,050

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

9.1 กลุ่มงานการศึกษาต่อเนื่อง

9.2 นางสาวณัฐธยาน์ หวังเคียงกลาง ครู กศน.ตำบลหนองซาก

10. เครือข่าย

10.1 กลุ่มผู้สูงอายุ ตำบลหนองซาก

10.2 รพ.สต.บ้านหนองเงิน ตำบลหนองซาก อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

11.1 โครงการส่งเสริมพัฒนาทักษะชีวิตผู้สูงอายุ : มิติสุขภาพ

11.2 โครงการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านโควิด-19 ด้วยสมุนไพรไทย

11.3 โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพตำบลหนองซากรูนที่ 1

12. ผลลัพธ์ (Outcome)

12.1 เพื่อให้ผู้เข้ารับอบรมมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการชะลอความเสี่ยงของร่างกาย มีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง

/12.2 เพื่อให้ผู้เข้ารับ...

12.2 เพื่อให้ผู้เข้ารับอบรมปฏิบัติการทำยาหม่องสมุนไพรได้

12.3 เพื่อให้ผู้เข้ารับอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

13. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)

มีผู้เข้าร่วมโครงการ ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)

ผู้เข้าร่วมโครงการร้อยละ 80 มีความรู้ความเข้าใจเรื่องการชะลอความเสื่อมของร่างกาย มีสมรรถภาพร่างกายแข็งแรง ปฏิบัติการทำยาหม่องสมุนไพรได้และสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

14. การติดตามและประเมินผลโครงการ

14.1 ประเมินผลการดำเนินโครงการโดยใช้แบบสอบถาม

14.2 การรายงานผลการจัดโครงการ

ลงชื่อ..........ผู้เสนอ
(นางสาวณัฐธยาน์ หวังเคียงกลาง)
ครู กศน.ตำบลหนองซาก

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวภรณ์ทิพย์ ริดแก้ว)
งานแผนงานและโครงการ

ลงชื่อ..........ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางจันทน์ กิ่งไทรงาม)
ครูชำนาญการพิเศษ

ลงชื่อ..........ผู้อนุมัติ
(นางสาวพวงสุวรรณ พันธุ์มะม่วง)

ผู้อำนวยการศูนย์การศึกษาานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอบ้านบึง
ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบ้านบึง

กำหนดการ

โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพตำบลหนองซาก รุ่นที่ 2

วันที่ 24 กรกฎาคม 2566

ณ รพ.สต.บ้านหนองเขิน ตำบลหนองซาก อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

- 08.30-09.00 น. ลงทะเบียน
- 09.00-10.30 น. การบรรยายให้ความรู้ เรื่อง การดูแลสุขภาพเบื้องต้นกับผู้สูงอายุ
- การรับประทานอาหาร ที่มีประโยชน์
 - การจัดการกับอารมณ์และความเครียด
- โดยนายสุรัตน์ ต้นศิริ นักวิชาการสาธารณสุข วิทยาการให้ความรู้
- 10.30-12.00 น. การบรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่อง การดูแลสุขภาพเบื้องต้นกับผู้สูงอายุ (ต่อ)
- หลักการดูแลสุขภาพ “5 อ.”
 - การใช้ยาภายนอก
- โดยนายสุรัตน์ ต้นศิริ นักวิชาการสาธารณสุข วิทยาการให้ความรู้
- การฝึกปฏิบัติการทำยาหม่องสมุนไพร
- โดยนางสาวณัฐธยาน์ หวังเคียงกลาง ครู กศน.ตำบล วิทยาการให้ความรู้

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม
