

1. ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพ ตำบลมาบไผ่

2. ความสอดคล้อง

2.1 นโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน ของสำนักงาน กศน. (สกร) ประจำปีงบประมาณ 2566

2. การยกระดับคุณภาพการศึกษา

2.12 ส่งเสริมการจัดกิจกรรมการอ่านเพื่อป้องกันโรคสมองเสื่อมและการลืมหนังสือในผู้สูงอายุ

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 โดยกำหนดให้กรมส่งเสริมการเรียนรู้มีบทบาทหน้าที่ในการส่งเสริมสนับสนุนการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิต เพื่อคงภาวะดีดั่งสังคมให้แก่ผู้สูงอายุกลุ่มดีดั่งสังคมในชุมชนด้วยหลักสูตรและรูปแบบที่หลากหลาย และผลิตผู้ดูแลผู้สูงอายุร่วมกับกระทรวงสาธารณสุขเพื่อดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงในครอบครัว ในชุมชน และเพื่อการมีงานทำของประชากรวัยแรงงาน การจัดการศึกษาตลอดชีวิตเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยคงภาวะดีดั่งสังคมให้แก่ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ รูปแบบของการศึกษาตลอดชีวิตดังกล่าว ได้แก่ การออกแบบกิจกรรมที่ให้ความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุกลุ่มดีดั่งสังคมได้ออกมาทำกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งลักษณะของกิจกรรมกลุ่มนี้ก็เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุกลุ่มดีดั่งสังคมมีพัฒนาการไปเป็นผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิง (ติดบ้านและติดเตียง) トラบเท่าที่ผู้สูงอายุยังสามารถคงสมรรถนะทางกาย จิตและสมองไว้ได้ยืนยาวขึ้นหรือตลอดชีวิตย่อมสร้างประโยชน์ให้แก่ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้ อีกทั้งยังช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาของภาครัฐได้จำนวนมาก ปัจจัยสำคัญของการที่จะคงภาวะดีดั่งสังคมในผู้สูงอายุไว้ให้นานที่สุด ขึ้นอยู่กับการที่ผู้สูงอายุมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมที่เหมาะสมและอย่างสม่ำเสมอ

โรคข้อเข่าเสื่อมเป็นโรคเรื้อรังที่ยังไม่มีการรักษาให้หายขาด และต้องรักษาเป็นระยะเวลานาน โดยพบว่าอาการปวดข้อเป็นอาการที่ทำให้ผู้ป่วยมาพบแพทย์มากที่สุด ผลของอาการปวดที่เกิดขึ้นเมื่อไม่ได้รับการดูแลรักษาจะทำให้มีอาการปวดมากขึ้น ทำให้การใช้ชีวิตประจำวันลำบากมากขึ้น

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบ้านบึง ศูนย์การเรียนรู้ตำบลมาบไผ่ ได้เล็งเห็นความสำคัญและความจำเป็นที่ต้องส่งเสริม สนับสนุนจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในด้านสุขภาพ สร้างเสริมคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นจะช่วยยืดอายุของข้อต่อและระบบโครงสร้างของร่างกายให้ใช้งานได้นานขึ้น และมีอาการปวดลดลงจนสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ เพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสในการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างต่อเนื่องผ่านกิจกรรม การเรียนรู้เพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและสังคม

[illegible]

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
3. ตรวจสอบ (Check) 3.1 การประเมินผล ก่อนดำเนินโครงการ 3.2 การประเมิน ระหว่างดำเนิน โครงการ 3.3 การประเมิน เมื่อเสร็จสิ้นโครงการ	1. เพื่อประเมินความ เป็นไปได้ของโครงการ 2. เพื่อประเมินความ ก้าวหน้าของโครงการ 3. เพื่อประเมินผลสำเร็จ ของโครงการ	- ผอ.สกร.อำเภอ บ้านบึง - ข้าราชการครู - ครูอาสาสมัครฯ - ครู กศน.ตำบล	6 คน	สกร.อำเภอ บ้านบึง	27 กรกฎาคม 2566	-
4. ปรับปรุงแก้ไข (Action) 4.1 รวบรวมข้อมูล สรุปผล และจัดทำ รายงานการประเมิน 4.2 ประชุม คณะทำงานเพื่อนำ ข้อมูลการประเมิน โครงการไปใช้ ปรับปรุงแก้ไข และ พัฒนาการดำเนิน โครงการครั้งต่อไป	เพื่อปรับปรุงแก้ไขและ พัฒนาผลการดำเนิน โครงการ	- ผอ.สกร.อำเภอ บ้านบึง - ข้าราชการครู - ครูอาสาสมัครฯ - ครู กศน.ตำบล	6 คน	สกร.อำเภอ บ้านบึง	28 - 31 กรกฎาคม 2566	-

7. งบประมาณทั้งโครงการ

เงินงบประมาณประจำปีงบประมาณ 2566 แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต
โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ งบรายจ่ายอื่น รายการ
ค่าใช้จ่ายโครงการการจัดและส่งเสริมการจัดการศึกษาตลอดชีวิตเพื่อคนสมรรถนะทางกาย จิต และสมองของ
ผู้สูงอายุ จำนวนเงิน 1,050 บาท (หนึ่งพันห้าสิบบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

ที่	รายการ	จำนวน คน	ราคาหน่วย (บาท)	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
1	ค่าวัสดุประกอบการอบรม รุ่นที่ 1	15	1,050	1,050	
2	ค่าวัสดุประกอบการอบรม รุ่นที่ 2	15	1,050	1,050	
รวมทั้งสิ้น				2,100	

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

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

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- 9.1 กลุ่มงานการศึกษาต่อเนื่อง
- 9.2 นายอภิรุทธ์ ภิรมย์ ครู กศน.ตำบลมาบไผ่

10. เครือข่าย

- 10.1 กลุ่มผู้สูงอายุ ตำบลมาบไผ่
- 10.2 โรงเรียนสูงวัยมาบไผ่วิทยา ตำบลมาบไผ่ อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- 11.1 โครงการส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น ใส่ใจผู้สูงอายุ
- 11.2 โครงการ “สุขเพียงพอชะลอภาวะสมองเสื่อม” ในผู้สูงวัยยุคโควิด 19
- 11.3 โครงการการดูแลสุขภาพด้านโภชนาการ

12. ผลลัพธ์ (Outcome)

- 12.1 ผู้อบรมได้รับความรู้ และมีความเข้าใจในการชะลอความเสี่ยงของร่างกายมีสุขภาวะทางกาย จิต และสมองที่เหมาะสมกับช่วงวัย
- 12.2 ผู้อบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิตการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

13. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)

มีผู้เข้าร่วมโครงการ ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)

ผู้เข้าร่วมโครงการร้อยละ 80 ได้รับความรู้ และมีความเข้าใจในการชะลอความเสี่ยงของร่างกายมีสุขภาวะทางกาย จิตและสมองที่เหมาะสมกับช่วงวัยสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิตการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

14. การติดตามและประเมินผลโครงการ

14.1 ประเมินผลการดำเนินโครงการโดยใช้แบบสอบถาม

14.2 การรายงานผลการจัดโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอ

(นายอภิรุทธิ์ ภิรมย์)

ครู กศน.ตำบลมาบไฟ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางสาวภรณ์ทิพย์ ริดแก้ว)

งานแผนงานและโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางจันทน์ กิ่งไทรงาม)

ครูชำนาญการพิเศษ

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติ

(นางสาวพวงสุวรรณ พันธุ์มะม่วง)

ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอบ้านบึง

ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบ้านบึง

กำหนดการ

โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพตำบลมาบไฟ

รุ่นที่ 1 วันที่ 19 กรกฎาคม 2566

รุ่นที่ 2 วันที่ 26 กรกฎาคม 2566

ณ โรงเรียนสูงวัยมาบไฟวิทยา ตำบลมาบไฟ อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

รุ่นที่ 1

- | | |
|----------------|--|
| 08.30-09.00 น. | -ลงทะเบียน |
| 09.00-10.30 น. | -การบรรยายให้ความรู้ เรื่อง การคำนวณแคลอรี การออกกำลังกาย
โดยนายอภิรุทธ์ ภิรมย์ ครู กศน.ตำบล วิทยาการให้ความรู้ |
| 10.30-12.00 น. | -สาธิตและฝึกปฏิบัติ การทำพวงกุญแจ
โดยนายอภิรุทธ์ ภิรมย์ และคณะวิทยาการให้ความรู้ |

รุ่นที่ 2

- | | |
|----------------|--|
| 08.30-09.00 น. | -ลงทะเบียน |
| 09.00-10.30 น. | -การบรรยายให้ความรู้ เรื่อง การใช้ Social Media และ Application
โดยนายอภิรุทธ์ ภิรมย์ ครู กศน.ตำบล วิทยาการให้ความรู้ |
| 10.30-12.00 น. | -สาธิตและฝึกปฏิบัติ การทำเทียนเจล
โดยนายอภิรุทธ์ ภิรมย์ และคณะวิทยาการให้ความรู้ |

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม
