

1. ชื่อโครงการ โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพ ตำบลหนองไผ่แก้ว รุ่นที่ 2

2. ความสอดคล้อง

2.1 นโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน ของสำนักงาน กศน. ประจำปีงบประมาณ 2566

2. การยกระดับคุณภาพการศึกษา

2.12 ส่งเสริมการจัดกิจกรรมการอ่านเพื่อป้องกันโรคสมองเสื่อมและการล้มหนังสือในผู้สูงอายุ

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 เพื่อคงภาวะดีดั่งสังคมให้แก่ผู้สูงอายุกลุ่มดีดั่งสังคมในชุมชน ด้วยหลักสูตรและรูปแบบที่หลากหลาย และผลิตผู้ดูแลผู้สูงอายุร่วมกับกระทรวงสาธารณสุขเพื่อดูแลผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิงในครอบครัว ในชุมชน และเพื่อการมีงานทำของประชากรวัยแรงงาน การจัดการศึกษาตลอดชีวิต เป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยคงภาวะดีดั่งสังคมให้แก่ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ รูปแบบของการศึกษาตลอดชีวิตดังกล่าว ได้แก่ การออกแบบกิจกรรมที่ให้ความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุกลุ่มดีดั่งสังคมได้ออกมาทำกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งลักษณะของกิจกรรมกลุ่มนี้ก็เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุกลุ่มดีดั่งสังคมมีพัฒนาการไปเป็นผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิง (ติดบ้านและติดเตียง) トラบเท่าที่ผู้สูงอายุยังสามารถคงสมรรถนะทางกาย จิตและสมองไว้ได้ยืนยาวขึ้นหรือตลอดชีวิตย่อมสร้างประโยชน์ให้แก่ครอบครัว ชุมชนและสังคมได้ อีกทั้งยังช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายในการดูแลรักษาของภาครัฐได้จำนวนมาก ปัจจัยสำคัญของการที่จะคงภาวะดีดั่งสังคมในผู้สูงอายุไว้นานที่สุด ขึ้นอยู่กับการที่ผู้สูงอายุมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมที่เหมาะสมและอย่างสม่ำเสมอ

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบ้านบึงและศูนย์การเรียนรู้ตำบลหนองไผ่แก้ว ได้เล็งเห็นความสำคัญและความจำเป็นที่ต้องส่งเสริม สนับสนุนจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตในด้านสุขภาพ ฝึกกระตุ้นสมองและฝึกความคิดสร้างสรรค์ของผู้สูงอายุ ยังช่วยกระตุ้นการทำงานของสมอง สามารถลดความเครียด ความวิตกกังวล

ที่เริ่มมีความเสื่อมถอยของร่างกาย เพื่อส่งเสริมการเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสในการศึกษา และการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างต่อเนื่องผ่านกิจกรรม การเรียนรู้เพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดี กับคนในครอบครัวและสังคม

#### 4. วัตถุประสงค์

4.1 เพื่อพัฒนาผู้เข้าอบรมมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการชะลอความเสื่อมของร่างกาย มีสมรรถภาพ ร่างกายแข็งแรง

4.2 เพื่อผู้เข้าอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิต มีปฏิสัมพันธ์ที่ดี กับคนใน ครอบครัว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

#### 5. เป้าหมาย

##### 5.1 เจริญปริมาณ

ผู้สูงอายุ จำนวน 40 คน

##### 5.2 เจริญคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมร้อยละ 80 มีสภาวะทางกาย จิตและสมอง ที่เหมาะสมกับช่วงวัย ได้รับการ พัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

#### 6. วิธีการดำเนินการ

| กิจกรรมหลัก                                                                                                                              | วัตถุประสงค์                                                                                                                                          | กลุ่มเป้าหมาย                                                                    | เป้าหมาย | พื้นที่<br>ดำเนินการ                                                                                      | ระยะเวลา                | งบประมาณ    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|
| 1.ขั้นวางแผน(Plan)<br>1.1 วางแผน<br>ปฏิบัติงาน<br>1.2 ประสานวิทยากร<br>1.3 แต่งตั้ง<br>คณะทำงาน<br>1.4 จัดทำโครงการ<br>และอนุมัติโครงการ | เพื่อวางแผนการ<br>ทำงานจัดกิจกรรมการ<br>เรียนรู้                                                                                                      | - ผอ.สกร.อำเภอ<br>บ้านบึง<br>- ข้าราชการครู<br>- ครูอาสาสมัครฯ<br>- ครู กศน.ตำบล | 6 คน     | สกร.อำเภอ<br>บ้านบึง                                                                                      | 3-14<br>กรกฎาคม<br>2566 | -           |
| 2. ขั้นดำเนินงาน(Do)<br>จัดทำโครงการ<br>ส่งเสริมพัฒนา<br>คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ<br>ในมิติสุขภาพตำบล<br>หนองไผ่แก้ว<br>รุ่นที่ 2           | 1.เพื่อพัฒนาผู้เข้าอบรม<br>ในเรื่องการชะลอความ<br>เสื่อมของร่างกาย ให้มี<br>สมรรถภาพร่างกาย<br>แข็งแรง<br>2.เพื่อผู้เข้าอบรมจะ<br>ได้รับการพัฒนาและมี | ผู้สูงอายุ                                                                       | 40 คน    | โรงพยาบาล<br>ส่งเสริมสุขภาพ<br>ตำบล<br>บ้านป่ายุบ<br>ตำบล<br>หนองไผ่แก้ว<br>อำเภอบ้านบึง<br>จังหวัดชลบุรี | 19<br>กรกฎาคม<br>2566   | 1,050.- บาท |

| กิจกรรมหลัก                                                                                                                                                                                                                  | วัตถุประสงค์                                                                                                                     | กลุ่มเป้าหมาย                                                                    | เป้าหมาย | พื้นที่<br>ดำเนินการ   | ระยะเวลา                         | งบประมาณ |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------|----------------------------------|----------|
| 3. ขั้นตรวจสอบ<br>(Check)<br>3.1 การประเมินผล<br>ก่อนดำเนินโครงการ<br>3.2 การประเมิน<br>ระหว่างดำเนิน<br>โครงการ<br>3.3 การประเมิน<br>เมื่อเสร็จสิ้นโครงการ                                                                  | 1. เพื่อประเมินความ<br>เป็นไปได้ของโครงการ<br>2. เพื่อประเมินความ<br>ก้าวหน้าของโครงการ<br>3. เพื่อประเมินผลสำเร็จ<br>ของโครงการ | - ผอ.สกร.อำเภอ<br>บ้านบึง<br>- ข้าราชการครู<br>- ครูอาสาสมัครฯ<br>- ครู กศน.ตำบล | 6 คน     | สกร.อำเภอ<br>บ้านบึง   | 19<br>กรกฎาคม<br>2566            | -        |
| 4. ขั้นปรับปรุงแก้ไข<br>(Action)<br>4.1 รวบรวมข้อมูล<br>สรุปผล และจัดทำ<br>รายงานการประเมิน<br>4.2 ประชุม<br>คณะทำงานเพื่อนำ<br>ข้อมูลการประเมิน<br>โครงการไปใช้<br>ปรับปรุงแก้ไข และ<br>พัฒนาการดำเนิน<br>โครงการครั้งต่อไป | เพื่อปรับปรุงแก้ไขและ<br>พัฒนาผลการดำเนิน<br>โครงการ                                                                             | - ผอ.สกร.อำเภอ<br>บ้านบึง<br>- ข้าราชการครู<br>- ครูอาสาสมัครฯ<br>- ครู กศน.ตำบล | 6 คน     | - สกร.อำเภอ<br>บ้านบึง | 20<br>-<br>25<br>กรกฎาคม<br>2566 | -        |

## 7. งบประมาณทั้งโครงการ

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

| ที่         | รายการ                | จำนวน<br>คน | ราคา:หน่วย<br>(บาท) | จำนวนเงิน | หมายเหตุ |
|-------------|-----------------------|-------------|---------------------|-----------|----------|
| 1           | ค่าวัสดุประกอบการอบรม |             |                     | 1,050     |          |
| รวมทั้งสิ้น |                       |             |                     | 1,050     |          |

## 8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

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

## 9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

9.1 กลุ่มงานการศึกษาต่อเนื่อง

9.2 นางสาวกณห์สิทธิ์ เหลืองนภัส

ครู กศน.ตำบลหนองไผ่แก้ว

## 10. เครือข่าย

10.1 กลุ่มผู้สูงอายุบ้านป่ายุบ

10.2 โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่ายุบ ตำบลหนองไผ่แก้ว อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

## 11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

11.1 โครงการส่งเสริมพัฒนาทักษะชีวิตผู้สูงอายุ มิติสุขภาพ ตำบลหนองไผ่แก้ว

11.2 โครงการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านโควิด-19 ด้วยสมุนไพรไทย

## 12. ผลลัพธ์ (Outcome)

12.1 ผู้อบรมได้รับความรู้ และมีความเข้าใจในการชะลอความเสื่อมของร่างกายมีสุขภาวะทางกาย จิต และสมองที่เหมาะสมกับช่วงวัย

12.2 ผู้อบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิตการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

## 13. ดัชนีชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

### 13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)

มีผู้เข้าร่วมโครงการ ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมาย

### 13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)

ผู้เข้าร่วมโครงการร้อยละ 80 ได้รับความรู้ และมีความเข้าใจในการชะลอความเสื่อมของร่างกาย มีสุขภาวะทางกาย จิตและสมองที่เหมาะสมกับช่วงวัยสามารถนำความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาคุณภาพชีวิตการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

14. การติดตามและประเมินผลโครงการ

14.1 ประเมินผลการดำเนินโครงการโดยใช้แบบสอบถาม

14.2 การรายงานผลการจัดโครงการ

ลงชื่อ.....ผู้เสนอ  
(นางสาวกัณท์สิภัทร เหลืองนภัส)  
ครู กศน.ตำบลหนองไผ่แก้ว

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

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

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติ  
(นางสาวพวงสุวรรณ พันธุ์มะม่วง)  
ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอบ้านบึง  
ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้อำเภอบ้านบึง

กำหนดการ

โครงการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในมิติสุขภาพตำบลหนองไผ่แก้ว รุ่นที่ 2

วันที่ 19 กรกฎาคม 2566

ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่ายุบ ตำบลหนองไผ่แก้ว อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

- |                |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08.30-09.00 น. | -ลงทะเบียน                                                                                                                                                                                                                                           |
| 09.00-10.30 น. | -การบรรยายให้ความรู้เรื่องเรียนรู้เข้าใจวัยสูงอายุ และการแก้ไขปัญหา<br>สุขภาพผู้สูงอายุด้วยแนวคิด “ไม่ล้ม ไม่ลืม ไม่ซึมเศร้า กินข้าว<br>อร่อย” หรือ 4 Smart<br>โดยนายสมบุญสิทธิ์ บุปผา ผอ.โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่ายุบ<br>วิทยากรให้ความรู้ |
| 10.30-12.00 น. | -สาธิตและฝึกปฏิบัติ เรื่องการทำยาหม่องสมุนไพร<br>โดยนายสมบุญสิทธิ์ บุปผา ผอ.โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านป่ายุบ<br>วิทยากรให้ความรู้                                                                                                               |

หมายเหตุ : กำหนดการนี้อาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

\*\*\*\*\*