

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567

วันที่ 28 เดือนมีนาคม พ.ศ.2567

ณ ศาลาที่ทำการกำนันตำบลห้วยปรือ

อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา



จัดโดย

ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ

ร่วมกับ

กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลห้วยปรือ

อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567

วันที่ 28 เดือนมีนาคม พ.ศ.2567

ณ ศาลาทำการกำนันตำบลห้วยปรือ

อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา



จัดโดย

ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ

ร่วมกับ

กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลห้วยปรือ

อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา



แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลห้วยปริก รหัส กปท. L2169
อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา

1. ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567

2. ผลการดำเนินงาน

ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพส่งเสริมเพื่อป้องกันการเกิดโรค เช่น โรคเหน็บชา มีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิต ได้อย่างมีความสุขและได้รับทักษะการนวดแผนไทยในลักษณะ การนวดเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยขยายผลสู่ครอบครัวและชุมชน

3. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

4. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ22,475.-.....บาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริง22,475.-.....บาท คิดเป็นร้อยละ100.-.....
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน.....-.....บาท คิดเป็นร้อยละ-.....

5. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ☒ ไม่มี
☐ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)



6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม

- ☒ สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน(กรณีคณะกรรมการ กปท.ต้องการทราบรายละเอียด)
- ☒ ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง
- ☐ อื่น ๆ

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

1. ชื่อ...นางสาวอุดมศรี สุนน.....หมายเลขโทรศัพท์...087-2731996.....
2. ชื่อ...นางบุญญธัญ มัชฌิมวงศ์.....หมายเลขโทรศัพท์...081-0849031.....
3. ชื่อ...นางวราภรณ์ พันธุ์น้อย..... หมายเลขโทรศัพท์...084-8396735.....

ลงชื่อ



หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(นายชาญณรงค์ ศรีสว่าง)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปริก

วันที่-เดือน-พ.ศ. 3 กันยายน 2567

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทนำ	1
วัตถุประสงค์	1
ระยะเวลาดำเนินการ	1
ผู้รับผิดชอบโครงการ	1
หน่วยงานที่รับผิดชอบ	2
ผู้เข้าร่วมโครงการ	2
ผลการดำเนินกิจกรรม	2
รายงานกิจกรรม	2
งบประมาณดำเนินการ	3
ภาคผนวก	
ภาพกิจกรรม	4-7
รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ	

บทนำ

การส่งเสริมสุขภาพ มีความสำคัญในการดำรงชีวิตอยู่อย่างปกติสุข ในการส่งเสริมสุขภาพจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของมิติสุขภาพ เข้าใจหลักและวิธีปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพได้อย่างถูกต้อง การที่ประชาชนจะหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเองนั้นจะเกิดขึ้นต่อเมื่อมีความเจ็บป่วยเกิดขึ้นกับตนเองแล้วเท่านั้น ซึ่งการปฏิบัติตัวแบบนี้เป็นการรักษาตนเองที่ปลายเหตุไม่มีทางที่จะใช้ชีวิตโดยปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ได้ การจัดการกับปัญหาด้านสุขภาพที่ต้นเหตุของปัญหาต่างหากที่จะสามารถรักษาร่างกายของมนุษย์ให้ดำรงชีวิตอยู่แบบปราศจากโรคร้าย สาเหตุที่ทำให้ประชาชนเกิดปัญหาทางสุขภาพมากที่สุด คือการดำรงชีวิตในปัจจุบันที่ไม่รู้จักความเป็นอยู่ที่พอเพียง ทำให้ร่างกายเกิดความเครียด วิตกกังวล การบริโภคอาหารที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ รวมไปถึงการพักผ่อนที่ไม่เพียงพอและปัญหาต่าง ๆ ที่ตามมาอีกมากมาย การหันกลับมาสนใจการใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติ การพึ่งพาธรรมชาติตามแนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนไทยที่มุ่งดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยมองมิติทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อม สิ่งเหล่านี้ช่วยเพิ่มความสมดุลให้กับชีวิตมนุษย์

ดังนั้นการเพิ่มพูนความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมให้แก่ประชาชนและชุมชนให้สามารถดูแลตัวเองได้จึงนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพห่างไกลโรคที่แท้จริง การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดยอาศัยการนำเอาองค์ความรู้ด้านการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือกรวมถึงการนำเอาธรรมชาติรอบตัวมาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ เช่นการรักษาโรคด้วยสมุนไพร การออกกำลังกายด้วยกายบริหารฤาษีดัดตน การนวด และประคบด้วยสมุนไพร การทำสมาธิบำบัด การฝึกโยคะเพื่อสุขภาพ เป็นต้น เป็นการส่งเสริมให้ประชาชนสามารถพึ่งพาตนเองในการดูแลรักษาสุขภาพเองได้ เป็นการลดปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุได้อีกด้วย

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพส่งเสริมเพื่อป้องกันการเกิดโรค เช่น โรคเหน็บชา ให้ผู้สูงอายุมีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ให้ผู้สูงอายุได้รู้ทักษะการนวดแผนไทยในลักษณะการนวดเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยขยายผลสู่ครอบครัวและชุมชน

2. ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ 28 เดือนมีนาคม พ.ศ.2567

3. ผู้รับผิดชอบโครงการ

ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ

4. หน่วยงานที่รับผิดชอบโครงการ

ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ

5. ผู้เข้าร่วมโครงการ

- กลุ่มผู้สูงอายุในเขตตำบลห้วยปรือ จำนวน 132 คน

6. ผลการดำเนินการจัดกิจกรรม

ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพส่งเสริมเพื่อป้องกันการเกิดโรค เช่น โรคเหน็บชา มีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข และได้รู้ทักษะการนวดแผนไทยในลักษณะการนวดเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยขยายผลสู่ครอบครัวและชุมชน

7. รายงานผลการดำเนินงาน

7.1 กำหนดการ

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุเพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567 ได้จัดขึ้น ในวันที่ 28 มีนาคม 2567 ณ ศาลาประจำหมู่บ้าน หมู่ที่ 5 ตำบลห้วยปรือ อำเภอดง จังหวัด นครศรีธรรมราช

วันที่ 28 มีนาคม 2567

เวลา 08.00 น. – 08.30 น. -ลงทะเบียน ณ ศาลาประจำหมู่บ้านที่ 5 ตำบลห้วยปรือ

เวลา 08.30 น. – 09.00 น. -พิธีเปิดการอบรม ในพิธีเปิดได้รับเกียรติจาก จ.ส.ต.นาकिनทร์ จิตธรรม เป็นประธานในพิธีเปิด และ นางสาวสมศรี ศรีสว่าง คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ เป็นผู้กล่าวรายงานและชี้แจงวัตถุประสงค์

เวลา 09.00 น. – 11.00 น. -บรรยายให้ความรู้ในเรื่องทักษะในการการแสวงหาความรู้ด้วยตนเองการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องปลอดภัย

เวลา 11.00 น. – 11.15 น. -พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา 11.15 น. – 12.00 น. -บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ การนวดเพื่อคลายกล้ามเนื้อแบบวิธีต่าง ๆ

เวลา 12.00 น. – 13.00 น. -พักรับประทานอาหารกลางวัน

เวลา 13.00 น. – 15.00 น. -สาธิตการนวดแผนไทย และกิจกรรมสันทนาการ (ต่อ)

เวลา 15.00 น. – 15.15 น. -พักรับประทานอาหารว่าง

เวลา 15.15 น. – 16.30 น. -ฝึกการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพ (ต่อ)

-พิธีปิดการอบรม

-ถ่ายรูปพร้อมกัน

8. งบประมาณดำเนินการ

งบประมาณทั้งสิ้น 22,475.- บาท (สองหมื่นสองพันสี่ร้อยเจ็ดสิบห้าบาทถ้วน)

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 100 คน ๆ ละ 70 บาท/มื้อ เป็นเงิน 7,000.- บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 100 คน ๆ ละ 30 บาท/มื้อ จำนวน 2 มื้อ เป็นเงิน 6,000.-

บาท

- ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 5 ชั่วโมง ๆ ละ 600.- บาท เป็นเงิน 3,000.- บาท
- ค่าวัสดุการสาธิตในการฝึกอบรม (เอกสารแนบท้าย)
 - การบูร หัวไฟลแกน เมนทอล ฯลฯ เป็นเงิน 5,875.-บาท
- ค่าใช้จ่ายอื่นที่จำเป็นในการฝึกอบรม
 - ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ (ป้ายไวเนล) ขนาด 1.20 ตารางเมตร x 2.40 ตารางเมตร จำนวน 1 ป้าย เป็นเงิน 600.-บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 22,475.- บาท (สองหมื่นสองพันสี่ร้อยเจ็ดสิบห้าบาทถ้วน)

หมายเหตุ ค่าใช้จ่ายสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ทุกรายการ

ภาพถ่ายกิจกรรม

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567

ประจำปีงบประมาณ 2567

วันที่ 28 เดือนมีนาคม พ.ศ.2567

ณ ศาลาทำการกำนันตำบลห้วยปรือ

อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา











แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพองค์การบริหารส่วนตำบลห้วยปรือ รหัส กปท.L2169
อำเภอฉวาง จังหวัดนครราชสีมา

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 16 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตามข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2567 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567

2.ชื่อ ☐ หน่วยงาน ☐ องค์กร ☒ กลุ่มประชาชน

ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ

3.หลักการเหตุผล

การส่งเสริมสุขภาพ มีความสำคัญในการดำรงชีวิตอยู่อย่างปกติสุข ในการส่งเสริมสุขภาพจะต้องมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของมิติสุขภาพ เข้าใจหลักและวิธีปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติในการส่งเสริมสุขภาพได้อย่างถูกต้อง การที่ประชาชนจะหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเองนั้นจะเกิดขึ้นต่อเมื่อมีความเจ็บป่วยเกิดขึ้นกับตนเองแล้วเท่านั้น ซึ่งการปฏิบัติตัวแบบนี้เป็นการรักษาตนเองที่ปลายเหตุไม่มีทางที่จะใช้ชีวิตโดยปราศจากโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ได้ การจัดการกับปัญหาด้านสุขภาพที่ต้นเหตุของปัญหาดังกล่าวหากที่จะสามารถรักษาร่างกายของมนุษย์ให้ดำรงชีวิตอยู่แบบปราศจากโรคร้าย สาเหตุที่ทำให้ประชาชนเกิดปัญหาทางสุขภาพมากที่สุดคือการดำรงชีวิตในปัจจุบันที่ไม่รู้จักความเป็นอยู่ที่ดีพอเพียง ทำให้ร่างกายเกิดความเครียด วิตกกังวล การบริโภคอาหารที่เป็นผลเสียต่อสุขภาพ รวมไปถึงการพักผ่อนที่ไม่เพียงพอและปัญหาต่าง ๆ ที่ตามมาอีกมากมาย การหันกลับมาสนใจการใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติ การพึ่งพาธรรมชาติตามแนวคิดทฤษฎีการแพทย์แผนไทยที่มุ่งดูแลสุขภาพแบบองค์รวมโดยมองมิติทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อม สิ่งเหล่านี้ช่วยเพิ่มความสมดุลให้กับชีวิตมนุษย์ ดังนั้นการเพิ่มพูนความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมให้แก่ประชาชนและชุมชนให้สามารถดูแลตัวเองได้ จึงนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงที่ทำให้เกิดการส่งเสริมสุขภาพทางไกลโรคที่แท้จริง การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม โดย



อาศัยการนำเอาองค์ความรู้ด้านการแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้าน และการแพทย์ทางเลือกรวมถึงการนำเอาธรรมชาติรอบตัวมาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพ เช่นการรักษาโรคด้วยสมุนไพร การออกกำลังกายด้วยกายบริหารฤาษีดัดตน การนวด และประคบด้วยสมุนไพร การทำสมาธิบำบัด การฝึกโยคะเพื่อสุขภาพ เป็นต้น เป็นการส่งเสริมให้ประชาชนสามารถพึ่งพาตนเองในการดูแลสุขภาพตนเองได้ เป็นการลดปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุได้อีกด้วย

4.วัตถุประสงค์ (เพื่อการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคฟื้นฟูสมรรถภาพ และรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึงการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค)

- 4.1 เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพส่งเสริมเพื่อป้องกันการเกิดโรค เช่น โรคเหน็บชา
- 4.2 เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข
- 4.3 เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้ทักษะการนวดแผนไทยในลักษณะการนวดเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยขยายผลสู่ครอบครัวและชุมชน

5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. ประชุมคณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุเพื่อเสนอโครงการ
2. เขียนโครงการเสนอคณะกรรมการกองทุนฯ เพื่อพิจารณาอนุมัติ
3. เตรียมกลุ่มเป้าหมาย / ประสานเครือข่าย วิทยากร จัดซื้อวัสดุต่างๆ
4. จัดฝึกอบรมให้ความรู้/ประชาสัมพันธ์ ตามแผนงานโครงการ
5. สรุป/รายงานผลการดำเนินโครงการ
 - อบรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ
 - กิจกรรมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ

6.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

(เลือกได้มากกว่า1 ข้อ)

☐ 6.1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอดจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลรักษามะเร็งปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ☐ 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)



☐ 6.2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียนจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.3. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชนจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.4. กลุ่มวัยทำงานจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ☐ 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)



☒ 6.5. กลุ่มผู้สูงอายุจำนวน.....100.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☒ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☒ 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.6 กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง
- ☐ 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)



☐ 6.8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยงจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.9.กลุ่มพระสงฆ์ หรือนักบวช ในศาสนาต่าง ๆจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.10.กลุ่มผู้ต้องขังจำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ
- ☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.11. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

- ☐ 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- ☐ 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- ☐ 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
- ☐ 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
- ☐ 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)

☐ 6.12. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....คน

- ☐ 1. อื่น ๆ (ระบุ)



7.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

ระหว่างเดือนมกราคม – สิงหาคม 2567

8.สถานที่ดำเนินการ

ศาลาที่ทำการกำนันตำบลห้วยปริก อำเภอฉวาง จังหวัดนครศรีธรรมราช

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 22,475.- บาท รายละเอียด ดังนี้ ✓

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 100 คน ๆ ละ 70 บาท/มื้อ เป็นเงิน 7,000.- บาท ✓
 - ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 100 คน ๆ ละ 30 บาท/มื้อ จำนวน 2 มื้อ เป็นเงิน 6,000.-บาท
 - ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 5 ชั่วโมง ๆ ละ 600.- บาท เป็นเงิน 3,000.- บาท ✓
 - ค่าวัสดุการสาธิตในการฝึกอบรม (เอกสารแนบท้าย)
 - การบูร หัวไหลแก้ว เมินทอล ฯลฯ เป็นเงิน 5,875.-บาท ✓
 - ค่าใช้จ่ายอื่นที่จำเป็นในการฝึกอบรม
 - ค่าป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ (ป้ายไวนิล) ขนาด 1.20 ตารางเมตร x 2.40 ตารางเมตร
- จำนวน 1 ป้าย เป็นเงิน 600.-บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 22,475.- บาท (สองหมื่นสองพันสี่ร้อยเจ็ดสิบห้าบาทถ้วน)

10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ(ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

- 10.1 ผู้สูงอายุได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพส่งเสริมเพื่อป้องกันการเกิดโรค เช่น โรคเหน็บชา
- 10.2 ผู้สูงอายุมีความคล่องตัวและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข
- 10.3 ผู้สูงอายุได้รู้ทักษะการนวดแผนไทยในลักษณะการนวดเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยขยายผลสู่ครอบครัวและชุมชน



11.คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นางสาวสมศรี ศรีสว่าง ตำแหน่ง คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปริกผู้รับผิดชอบ
แผนงาน/โครงการ หน่วยงาน ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปริก หมายเลขโทรศัพท์ 0922837964 ในฐานะของผู้เสนอ
แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุน
หลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

☒ ไม่ได้ซ้ำซ้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น

☒ สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท.

☒ รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกัน
สุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุน
หลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว

ลงชื่อ



ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางสาวสมศรี ศรีสว่าง)

ตำแหน่ง คณะกรรมการชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปริกผู้รับผิดชอบแผนงาน/โครงการ

วันที่-เดือน-พ.ศ. 17 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2566

- เห็นชอบ/อนุมัติ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ



หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(นายชาญณรงค์ ศรีสว่าง)

ตำแหน่ง ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปริก

วันที่-เดือน-พ.ศ. 17 เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2566



กำหนดการ

โครงการส่งเสริมการนวดแผนไทยแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ 2567

ชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ

ระหว่างเดือนมกราคม – สิงหาคม 2567

ณ ศาลาการเปรียญวัดสุวรรณาราม ตำบลห้วยปรือ อำเภอดงหลวง จังหวัดนครศรีธรรมราช

เวลา	รายละเอียด	หมายเหตุ
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน	
09.00 – 10.00 น.	-พิธีเปิดโครงการ โดย จ.ส.ต.นาคินทร์ จิตธรรม นายกองค์การบริหารส่วนตำบลห้วยปรือ และกล่าวรายงานโดย นายชาญณรงค์ ศรีสว่าง ประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลห้วยปรือ	
10.00 – 10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	
10.15 – 12.00 น.	-บรรยายให้ความรู้ในเรื่องทักษะในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง การนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพได้อย่างถูกต้องปลอดภัย โดยวิทยากร.....	
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 – 15.00 น.	-บรรยายให้ความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ การนวดเพื่อคลายกล้ามเนื้อแบบวิธีต่าง ๆ -สาธิตการทำน้ำมันโพลเพื่อปฏิบัติการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพ โดยวิทยากร	
15.00 - 15.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	
15.15 -16.00 น.	-สาธิตการนวดแผนไทย และกิจกรรมสันทนาการ (ต่อ) โดยวิทยากร.....	
16.30 น.	-สรุปและพิธีปิดการฝึกอบรม	

หมายเหตุ กำหนดการสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม



วัสดุสาริต เป็นเงิน 5,875 บาท (ห้าพันแปดร้อยเจ็ดสิบบาทถ้วน)

1. ไพลสดหั่นละเอียด กิโลกรัมละ 75 บาท เป็นเงิน 75 บาท
2. น้ำมันคาร์เนชั่น ลิตรละ 200 บาท จำนวน 300 ซีซี เป็นเงิน 200 บาท
3. พิมเสน กิโลกรัม ละ 1,300 บาท จำนวน 1 กิโลกรัม เป็นเงิน 1,300 บาท
4. การบูรณ กิโลกรัม ละ 750 บาท จำนวน 1 กิโลกรัม เป็นเงิน 750 บาท
5. เมนทอล กิโลกรัม ละ 1,350 บาท จำนวน 1 กิโลกรัม เป็นเงิน 1,350 บาท
6. น้ำมันระกำ ขวดละ 250 บาท จำนวน 1 ขวด เป็นเงิน 250 บาท
7. พาราฟิน กิโลกรัม ละ 200 บาท จำนวน 1 กิโลกรัม เป็นเงิน 200 บาท
8. วาสลิน กิโลกรัม ละ 250 บาท จำนวน 1 กิโลกรัม เป็นเงิน 250 บาท
9. น้ำมันยูคาลิปตัส ขวดละ 900 บาท จำนวน 1 ขวด เป็นเงิน 900 บาท
10. ขวดขนาด 20 CC ลูกละ 6 บาท จำนวน 100 ลูก เป็นเงิน 600 บาท



