

1. โครงการสูงวัย สุขภาพจิตดี ชีวิตมีสุข

2. ความสอดคล้องกับนโยบายและจุดเน้นของกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

- วิสัยทัศน์ ประชาชนได้รับการส่งเสริมการเรียนรู้ที่มีคุณภาพพร้อมเข้าสู่สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต
- พันธกิจ ข้อ 1. จัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองและการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณวุฒิตามระดับที่มีคุณภาพเพื่อพัฒนาทักษะการเรียนรู้และยกระดับการศึกษาของประชาชนให้สามารถปรับตัวในการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมและมีสมรรถนะความรับการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่
- จุดเน้นการดำเนินงานประจำปีงบประมาณ 2567 ข้อ 3 ส่งเสริมสนับสนุนการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต 3.6 พัฒนาทักษะฝีมือพัฒนาทางร่างกายและจิตใจกลุ่มผู้สูงอายุไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้สามารถดำเนินชีวิตได้เต็มศักยภาพ
- สอดคล้องกับพันธกิจของ ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอลานกระบือ ข้อ 1 จัดและส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยที่มีคุณภาพ เพื่อยกระดับการศึกษา พัฒนาทักษะการเรียนรู้ของประชาชนทุกกลุ่มเป้าหมายให้เหมาะสมทุกช่วงวัย และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงบริบททางสังคม และสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต

3. หลักการและเหตุผล

ผู้สูงอายุถือว่าเป็นปวงชนวัยบุคคลของสังคมที่มีคุณค่ายิ่งเนื่องจากผ่านประสบการณ์มากมาย ได้เคยเป็นกำลังสำคัญของสังคมมาก่อน มีความ มีทักษะ อนุรักษ์ และสืบทอด ประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่น วิถีชีวิตดั้งเดิม และได้ทำคุณประโยชน์แก่สังคมมาแล้วมากมาย จำเป็นอย่างยิ่งที่คนรุ่นหลังจะต้องให้ความสำคัญ ในการยกย่องให้การดูแลผู้สูงอายุเหล่านี้ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สุขภาพจิต สุขภาพกายเป็นการเชิดชูเกียรติให้ผู้สูงอายุ สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข เนื่องจากจำนวนและสัดส่วนประชากรสูงอายุมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นเช่นนี้ เนื่องมาจากการพัฒนาด้านสาธารณสุขและทางการแพทย์ ทำให้อัตราการตายลดลง ผู้สูงอายุจึงมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น แต่ผู้สูงอายุก็ยังได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย หรืออาจมีอาการสมองเสื่อม ทำให้ต้องอาศัยพึ่งพาเป็นภาระแก่ผู้ดูแล เกิดภาวะทุพพลภาพในที่สุด สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มีความสุข ผู้สูงอายุจึงควรให้ความสนใจดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรงมีคุณภาพชีวิตที่ดี ป้องกันการเกิดโรคต่าง ๆ รวมทั้งฟื้นฟูสุขภาพเมื่อมีภาวะของโรค และควบคุมให้ภาวะของโรคเหล่านั้นมีอาการคงที่ไม่กำเริบรุนแรงหรือเสื่อมถอยมากกว่าเดิมซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุมีชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าสามารถทำประโยชน์ให้แก่สังคมและมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอลานกระบือ จึงได้ให้ความสำคัญในการดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เช่น ให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพจิต ส่งเสริมการออกกำลังกาย ส่งเสริมการเล่นดนตรีและเต้นรำสำหรับผู้สูงอายุส่งเสริมกิจกรรมประดิษฐ์ดอกไม้ ถือว่าการจัดกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ผู้สูงอายุได้มีความสุขและได้มีกิจกรรมดี ๆ ที่จัดทำร่วมกันอย่างต่อเนื่อง เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ นั้น

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอลานกระบือ จึงได้จัดโครงการสูงวัย สุขภาพจิตดี ชีวิตมีสุข เพื่อให้ประชาชนมีทักษะชีวิตที่จำเป็น และสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขพัฒนาทักษะชีวิตพื้นฐานที่จำเป็นด้านสุขภาพอนามัยและการป้องกันโรค

4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ประชาชนมีทักษะชีวิตที่จำเป็น และสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข
2. เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตพื้นฐานที่จำเป็นด้านสุขภาพอนามัยและการป้องกันโรค

5. เป้าหมาย

5.1 เสิ้งปริมาณ

- ประชาชนตำบลหนองหลวง จำนวน 6 คน
- ประชาชนตำบลลานกระบือ จำนวน 6 คน
- ประชาชนตำบลโนนพลวง จำนวน 6 คน
- ประชาชนตำบลช่องลม จำนวน 5 คน
- ประชาชนตำบลประชาสุขสันต์ จำนวน 5 คน
- ประชาชนตำบลจันทิมา จำนวน 5 คน
- ประชาชนตำบลบึงทับแรต จำนวน 5 คน

รวม จำนวน 38 คน

5.2 เสิ้งคุณภาพ

- ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ
- ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์ และตระหนักถึงความสำคัญในการอยู่ร่วมกัน ภายใต้สังคมผู้สูงอายุและครอบครัว ประชาชนผู้สูงอายุเข้มแข็งและมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

6. วิธีการดำเนินงาน

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
1. สสำรวจข้อมูลพื้นฐานและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย	เพื่อตรวจสอบยืนยันว่าเป็นความต้องการที่แท้จริงและทราบจำนวนผู้สนใจร่วมกิจกรรม	ประชาชนทั่วไปและผู้สูงวัยในเขตอำเภอลานกระบือ	38 คน	องค์การบริหารส่วนตำบลโนนพลวง	5 กรกฎาคม 2567	-
2. รวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลจัดทำแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ 2567	จัดทำโครงการเสนอ สกร. จังหวัดและ สกร.อำเภอ	บุคลากร สกร.อำเภอ ลานกระบือ	14 คน	สกร.ระดับอำเภอ ลานกระบือ	8 กรกฎาคม 2567	-
3. จัดทำ/พัฒนาหลักสูตร/แผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และสื่อประกอบการอบรม	เตรียมหลักสูตร/แผนการเรียนรู้/สื่อประกอบการอบรม	บุคลากร สกร.อำเภอ ลานกระบือ	14 คน	สกร.อำเภอ ลานกระบือ	8-16 กรกฎาคม 2567	-
4. ดำเนินการกิจกรรมการศึกษาเพื่อเรียนรู้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง การดูแล สุขภาพจิต 4.1 วิทยากรบรรยายให้ความรู้หัวข้อ ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจิต	เพื่อจัดกิจกรรมตามแผนที่กำหนด	ประชาชนทั่วไปในเขตอำเภอ ลานกระบือ	38 คน	องค์การบริหารส่วนตำบลโนนพลวง	17 กรกฎาคม 2567	3,220

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
4.2 กิจกรรมเล่นดนตรีและเต้นรำสำหรับผู้สูงอายุ 4.3 กิจกรรมประดิษฐ์ดอกไม้จากขวดก้ามะหยี่						
5. นิเทศติดตามและประเมินผล - แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ กศ.ตน. 10) - บันทึกการนิเทศการศึกษาต่อเนื่อง (แบบ กศ.ตน.30)	เพื่อทราบปัญหาอุปสรรค ความสำเร็จ คืบหน้าของงาน ดำเนินงานและแนวทางแก้ไข	ประชาชนทั่วไปในเขตอำเภอ ลานกระบือ	38 คน	องค์การบริหารส่วนตำบลโนนพลวง	17 กรกฎาคม 2567	
6. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผลการจัดกิจกรรม	ได้ข้อมูลผลการดำเนินงานและเสนอรายงานต่อผู้บริหาร	ครู กศน. ตำบล	7 คน	สกร.อำเภอ ลานกระบือ	24 กรกฎาคม 2567	-

7. งบประมาณทั้งโครงการ

งบประมาณประจำปี 2567 แผนงาน พื้นฐานด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ผลผลิตผู้รับบริการการศึกษานอกระบบ กิจกรรมการศึกษานอกระบบ งบดำเนินงาน เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบ รหัสงบประมาณ 20334350002002000000 รหัสกิจกรรมหลัก 203346700002000000 แหล่งของเงิน 6711200 จำนวนเงิน 3,220 บาท รายละเอียดดังนี้

7.1 ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 38 คน ๆ ละ 25 บาท จำนวน 1 มื้อ เป็นเงิน 950 บาท

7.2 ค่าวิทยากร จำนวน 3 ชั่วโมง ๆ ละ 200 บาท เป็นเงิน 600 บาท

7.3 ค่าวัสดุ เป็นเงิน 1,670 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 3,220 บาท (-สามพันสองร้อยยี่สิบบาทถ้วน-)

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ 1 (ต.ค.-ธ.ค.66)	ไตรมาสที่ 2 (ม.ค.-มิ.ค.67)	ไตรมาสที่ 3 (เม.ย.-มิ.ย.67)	ไตรมาสที่ 4 (ก.ค.-ก.ย.67)
ดำเนินการจัดกิจกรรมตามแผนปฏิบัติการประจำปี 2567 1. สำรวจข้อมูลพื้นฐานและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย 2. ดำเนินการจัดกิจกรรมอบรมให้ความรู้และปฏิบัติการตามแผนการจัดกิจกรรมฯ (อบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการ) 3. นิเทศติดตามและประเมินผล 4. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผลการจัดกิจกรรมเสนอต่อผู้บริหาร			3,220 .-	

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

- ว่าที่ ร.ต.จิรวัดณ์ อุดมสุข ตำแหน่ง ครู กศน.ตำบลโนนพลวง

10. เครือข่าย

- 10.1. อบต.โนนพลวง
- 10.2. ผู้นำท้องถิ่นตำบลโนนพลวง
- 10.3. รพ.สต.อินทราอนุสรณ์ ต.โนนพลวง

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

- โครงการ การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

12. ผลลัพธ์ (Outcomes)

- ประชาชนทั่วไปและผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ มีปฏิสัมพันธ์ และตระหนักถึงความสำคัญในการอยู่ร่วมกัน ภายใต้สังคมผู้สูงอายุ และครอบครัว ประชาชนผู้สูงอายุเข้มแข็งและมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

13. ดัชนีตัวชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต (Output)

- ร้อยละ 80 ของกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมโครงการ
- ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการฯ มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง การดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ มีความพึงพอใจ ระดับดี ขึ้นไป

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์ (Outcome)

- ร้อยละ 80 ของผู้เข้าร่วมโครงการความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่อง การดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง การฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกายและจิตใจ

14. การติดตามและประเมินผลโครงการ

- ประเมินผลระหว่างดำเนินการ โดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจ (แบบ กศ.ตน.10) และบันทึกการนิเทศการศึกษาต่อเนื่อง (แบบ กศ.ตน.30)

ลงชื่อ ว่าที่ ร.ต.....ผู้เสนอโครงการ ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(จิรวัดณ์ อุดมสุข) (นายศิวกร แสงแก้ว)
ครู กศน.ตำบลโนนพลวง ครู

ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ ลงชื่อ.....ผู้เห็นชอบโครงการ
(นายณัฐพงศ์ แก้วทุ่ง) (นายวิโรจน์ ปานสุขसार)
ครู กรรมการสถานศึกษา

ลงชื่อ.....ผู้อนุมัติโครงการ
(นายกำจร หัดไทย)
ผู้อำนวยการ กศน.อำเภอพรานกระต่าย
รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการ กศน.อำเภอลานกระบือ
ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการสถานศึกษา สกร.ระดับอำเภอลานกระบือ

กำหนดการจัดกิจกรรมฝึกอบรมประชาชน

โครงการสูงวัย สุขภาพจิตดี ชีวิตมีสุข

วันที่ 17 กรกฎาคม พ.ศ. 2567 ณ อาคารธรรมภิบาล องค์การบริหารส่วนตำบลโนนพลวง
หมู่ที่ 5 ตำบลโนนพลวง อำเภอลานกระบือ จังหวัดกำแพงเพชร

- | | |
|---------------------|---|
| 13.00 น. - 13.15 น. | - ลงทะเบียน |
| 13.15 น. - 13.30 น. | - พิธีเปิดการอบรม |
| 13.30 น. - 14.30 น. | - บรรยายเรื่อง ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพจิต
โดย นายวิโรจน์ สังข์ยก ผอ.รพ.สต.อินทรานุสรณ์ |
| 14.30 น. - 14.45 น. | - พักรับประทานอาหารว่าง |
| 14.45 น. - 15.20 น. | - กิจกรรมเล่นดนตรีและเต้นรำสำหรับผู้สูงอายุ |
| 15.20 น. - 17.00 น. | - กิจกรรมประดิษฐ์ดอกไม้จากขวดน้ำมะหี
- สรุปกิจกรรม
- ประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรม |

หมายเหตุ - กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม