

1.ชื่อโครงการ โครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสปาเท้าเพื่อสุขภาพ

2.ความสอดคล้องกับนโยบายจุดเน้นการขับเคลื่อนงาน สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้

นโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ นโยบายและจุดเน้นการดำเนินงาน สำนักงาน สกร.ส่งเสริมและสนับสนุนการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิต

พัฒนากระบวนการส่งเสริมให้ประชาชนมีนิสัยรักการเรียนรู้ มีกระบวนการทางสังคม ที่ส่งเสริม ให้บุคคล กลุ่ม บุคคล และชุมชนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ส่งเสริมการสร้างสภาพแวดล้อม ของ ชุมชน ท้องถิ่น สังคม ที่เอื้อต่อการเรียนรู้ และสนับสนุนการสร้างกลไกการขับเคลื่อนชุมชนในการปลูกฝัง และ พัฒนาทักษะ การเรียนรู้ของประชาชน

2.2 ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความมั่นคง การสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง ในการ ปกครองระบอบประชาธิปไตย การเรียนรู้ที่ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม สร้างวินัย จิตสาธารณะ อุดมการณ์ ความ ยึดมั่นในสถาบันหลักของชาติ การเรียนรู้ประวัติศาสตร์ของชาติและท้องถิ่น เสริมสร้างวิถีชีวิตของความ เป็น พลเมืองและมีศีลธรรมที่เข้มแข็ง รวมถึงการมีจิตอาสา โดยผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ที่เป็นการเพิ่มทักษะที่ จำเป็น ต่อ การดำรงชีวิต

3.หลักการและเหตุผล

การใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ เป็นหนึ่งในภูมิปัญญาไทยที่สืบทอดกันมา ซึ่งมีหลักฐานทาง ประวัติศาสตร์ ที่ระบุถึงการใช้พืชพรรณสมุนไพรตั้งแต่สมัยพุทธกาล การนำสมุนไพรมาใช้ได้ทั้งในแง่การนำมา รับประทานเป็นอาหาร เช่น การรับประทานพืชผัก หรือนำมาประกอบเป็นอาหาร นอกจากนั้นยังนำมาใช้เป็นยา รักษาโรคเวลาเกิดอาการเจ็บป่วย การใช้ลูกประคบสมุนไพรและการทำสมุนไพรสปาเท้าเพื่อสุขภาพ ก็เป็นหนึ่ง ในภูมิปัญญาไทยที่คนไทยเรานำมาใช้ในการรักษาในการคลายกล้ามเนื้อ ลดอาการปวดเมื่อย การทำลูกประคบ และการทำน้ำสมุนไพรสพามีพืชสมุนไพรเป็นส่วนประกอบหลัก อย่างน้อย ๓ ชนิด ได้แก่ ไพล ขมิ้นชันและ ตะไคร้ อาจผสมสมุนไพรชนิดอื่นๆ เช่น ผิวมะกรูด ใบมะขาม การบูร พิมเสน ลูกประคบสมุนไพรอยู่ด้วยกัน หลายสูตรทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละภูมิภาคของประเทศ ซึ่งจะใช้สมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ เป็นส่วนประกอบ การ ทำลูกประคบสมุนไพรแบบแห้ง โดยนำสมุนไพรมาทำความสะอาดแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ทำให้แห้งโดยการอบหรือ ตากแดด และห่อสมุนไพรแห้งด้วยผ้าดิบหรือผ้าฝ้าย แล้วมัดให้แน่นเป็นลูกกลมๆ ส่วนการทำน้ำสมุนไพรสปาเท้า เพื่อสุขภาพนำสมุนไพรที่เหลือจากการทำลูกประคบมาต้มเพื่อการแช่เท้าทำให้รู้สึกผ่อนคลาย นอนหลับง่าย ช่วย ให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยลดอาการอักเสบของจมูกและลำคอ และช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิต

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร จึงได้จัดโครงการอบรมการทำสมุนไพร ลูกประคบและสมุนไพรสปาเท้าเพื่อสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะมีความรู้และเข้าใจเรื่องการทำสมุนไพร ลูกประคบและการทำน้ำสมุนไพรสปาเท้าเพื่อสุขภาพ ที่ก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมระหว่างชุมชนในสังคม ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมปฏิบัติ ในชุมชนต่อไป

4.วัตถุประสงค์

- 1.เพื่อส่งเสริมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ
- 2.เพื่อให้ประชาชนที่เข้ารับการอบรมมีการอนุรักษ์พืชสมุนไพรพื้นบ้านสำหรับใช้ในการรักษาโรค
- 3.เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนที่รับการอบรมฟื้นฟูภูมิปัญญาและองค์ความรู้ในการนำสมุนไพรมาใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

5.เป้าหมาย

เชิงปริมาณ

ประชาชน อำเภอเมืองกำแพงเพชร 4 ตำบล รวมทั้งสิ้น 30 คน ดังนี้
-ตำบลชำรงค์/ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล / ตำบลเทพนคร /ตำบลคณทิ

เชิงคุณภาพ

ประชาชนทั่วไปในอำเภอเมืองกำแพงเพชร ได้รับความรู้ในการใช้การสมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

6. ขั้นตอนการดำเนินงาน

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบ ประมาณ
1. สำรวจความต้องการและรับสมัครนักศึกษาที่สนใจสมัครเข้าร่วมโครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสพาทเพื่อสุขภาพ	เพื่อตรวจสอบยืนยันความต้องการของกลุ่มเป้าหมายและทราบจำนวนผู้สนใจในการเข้าร่วมโครงการฯ	ประชาชนอำเภอเมืองกำแพงเพชรจำนวน 4 ตำบล	30 คน	พื้นที่อำเภอเมือง กพ. จำนวน 4 ตำบล	มิถุนายน 2568	-
2. ประสานงานผู้เข้าร่วมโครงการฯ เพื่อจัดทำแผนปฏิบัติงานตามโครงการฯ	เพื่อจัดทำโครงการฯเสนอ สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	ประชาชนแต่ละตำบล (4 ตำบล)	5 คน	สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	มิถุนายน 2568	-
3. เสนอโครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสพาทเพื่อสุขภาพ	เพื่อจัดเตรียมโครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสพาทเพื่อสุขภาพ	ครู สกร.	1-2 คน	สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	กรกฎาคม 2568	-
4. ดำเนินกิจกรรมตามโครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสพาทเพื่อสุขภาพ	เพื่อจัดกิจกรรมโครงการฯ ตามตารางที่กำหนดไว้	ประชาชนอำเภอเมืองกำแพงเพชรจำนวน 4 ตำบล	30 คน	ห้องประชุมเทศบาลตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล หมู่ที่ 15 บ้านวังทองตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อำเภอเมืองจังหวัดกำแพงเพชร	22 กรกฎาคม 2568	3,335.-บาท

5. นิเทศติดตามและประเมินผล	เพื่อทราบปัญหาอุปสรรคความคืบหน้าการดำเนินงานและแนวทางแก้ไข	ครู ศกร.	5 คน	ห้องประชุมเทศบาลตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล หมู่ที่ 15 บ้านวังทอง ตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล อำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร	22 กรกฎาคม 2568	-
6. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผล	เพื่อนำข้อมูล ผลการดำเนินงานและเสนอรายงานต่อผู้บริหาร	ครู ศกร.	4-5 คน	สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	กรกฎาคม 2568	-

7. งบประมาณ

งบประมาณประจำปี 2568 แผนงาน : ยุทธศาสตร์พัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ ผลผลิต ผู้รับบริการการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต กิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง งบรายจ่ายอื่น เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดกิจกรรมการศึกษาต่อเนื่อง ไตรมาส 3-4 รหัสงบประมาณ 20334332005002000000 รหัสกิจกรรม 20334680003200000 แหล่งของเงิน 6811200 จำนวนเงิน 3,335.- บาท (สามพันสามร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน) รายละเอียดดังนี้

- | | |
|--|-------------------|
| 1.ค่าตอบแทนวิทยากร จำนวน 1 คนคนละ 3 ชั่วโมงๆ ละ 200.-บาท | เป็นเงิน 600.-บาท |
| 2.ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน 30 คนๆละ 30.- บาท | เป็นเงิน 900.-บาท |
| 3.ค่าวัสดุ จำนวนเงิน 1,835.- บาท | |
| -ไขมันชั้นสด จำนวน 7 กิโลกรัมๆละ 120.-บาท | เป็นเงิน 840.-บาท |
| -โพสสด จำนวน 7 กิโลกรัมๆละ 35.-บาท | เป็นเงิน 245.-บาท |
| -มะกรูดสด จำนวน 10 กิโลกรัมๆละ 20.-บาท | เป็นเงิน 200.-บาท |
| -ตะไคร้หอม จำนวน 9 กิโลกรัมๆละ 50.-บาท | เป็นเงิน 450.-บาท |
| -เกลือ ขนาด 500 กรัม จำนวน 10 ถุงๆละ 10.- บาท | เป็นเงิน 100.-บาท |

รวมทั้งสิ้นเป็นเงิน 3,335.- บาท (สามพันสามร้อยสามสิบห้าบาทถ้วน)

****ขอถัวเฉลี่ยค่าใช้จ่ายทุกรายการตามที่จ่ายจริง****

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ ๑	ไตรมาสที่ ๒	ไตรมาสที่ ๓	ไตรมาสที่ ๔
ดำเนินการจัดโครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสปาเท้าเพื่อสุขภาพ	-	-	3,335.- บาท	-

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร

10. เครือข่าย/ผู้เกี่ยวข้องและความร่วมมือ

1. ผู้นำชุมชน
2. โรงพยาบาลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล
3. เทศบาลตำบลนิคมทุ่งโพธิ์ทะเล

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

1. งานการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ
2. งานจัดการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต
3. โครงการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา

12. ผลลัพธ์ (Outcome)

ประชาชนที่เข้ารับการอบรม ได้รับความรู้เรื่องการทำลูกประคบและสมุนไพรสพาท้าเพื่อสุขภาพได้อย่างเหมาะสม

13. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต(Output) ร้อยละ ๘๐ ของผู้รับการอบรมได้รับความรู้เรื่องการทำลูกประคบและสมุนไพรสพาท้าเพื่อสุขภาพ

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์(Outcome) ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมประชาชนทั่วไปได้รับความรู้เรื่องการทำลูกประคบและสมุนไพรสพาท้าเพื่อสุขภาพที่ถูกต้องเหมาะสมได้

14. การติดตามและประเมินโครงการ

- 14.1 ประเมินจากแบบสอบถามความพึงพอใจ
- 14.2 ประเมินจากรายงานสรุปผลการดำเนินโครงการฯ