

1.ชื่อโครงการ โครงการอบรมการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ

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 ก็เป็นหนึ่งใน ภูมิปัญญาไทยที่คนไทยเรานำมาใช้ในการรักษาในการคลายกล้ามเนื้อ ลดอาการปวดเมื่อย การทำลูกประคบ และการทำน้ำสมุนไพรสพามีพืชสมุนไพรเป็นส่วนประกอบหลัก อย่างน้อย ๓ ชนิด ได้แก่ ไพล ขมิ้นชันและ ตะไคร้ อาจผสมสมุนไพรชนิดอื่นๆ เช่น ผิวมะกรูด ใบมะขาม การบูร พิมเสน ลูกประคบสมุนไพรมีอยู่ด้วยกัน หลายสูตรทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละภูมิภาคของประเทศ ซึ่งจะใช้สมุนไพรที่มีอยู่ในท้องถิ่นนั้นๆ เป็นส่วนประกอบ การ ทำลูกประคบสมุนไพรแบบแห้ง โดยนำสมุนไพรมาทำความสะอาดแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ทำให้แห้งโดยการอบหรือ ตากแดด และห่อสมุนไพรแห้งด้วยผ้าดิบหรือผ้าฝ้าย แล้วมัดให้แน่นเป็นลูกกลมๆ ส่วนการทำน้ำสมุนไพรสปาเท้า เพื่อสุขภาพนำสมุนไพรที่เหลือจากการทำลูกประคบมาต้มเพื่อการแช่เท้าทำให้รู้สึกผ่อนคลาย นอนหลับง่าย ช่วย ให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ช่วยกระตุ้นภูมิคุ้มกันของร่างกาย ช่วยลดอาการอักเสบของจมูกและลำคอ และช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิต

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร จึงได้จัดโครงการอบรมการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะมีความรู้และเข้าใจเรื่องการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อ สุขภาพ ที่ก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมระหว่างชุมชนในสังคม ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมปฏิบัติ ในชุมชนต่อไป

4.วัตถุประสงค์

- 1.เพื่อส่งเสริมการใช้สมุนไพรในการดูแลสุขภาพ
- 2.เพื่อให้ประชาชนที่เข้ารับการอบรมมีการอนุรักษ์พืชสมุนไพรพื้นบ้านสำหรับใช้ในการรักษาโรค
- 3.เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนที่รับการอบรมฟื้นฟูภูมิปัญญาและองค์ความรู้ในการทำสมุนไพรมาใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

5.เป้าหมาย

เชิงปริมาณ

ประชาชน อำเภอเมืองกำแพงเพชร 4 ตำบล รวมทั้งสิ้น 24 คน ดังนี้

-ตำบลอ่างทอง/ตำบลวังทอง / ตำบลคลองแม่ลาย /ตำบลไตรตรึงษ์

เชิงคุณภาพ

ประชาชนทั่วไปในอำเภอเมืองกำแพงเพชร ได้รับความรู้ในการใช้การสมุนไพรเพื่อดูแลสุขภาพ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

6. ขั้นตอนการดำเนินงาน

กิจกรรมหลัก	วัตถุประสงค์	กลุ่มเป้าหมาย	เป้าหมาย	พื้นที่ดำเนินการ	ระยะเวลา	งบประมาณ
1. สสำรวจความต้องการและรับสมัครนักศึกษาที่สนใจสมัครเข้าร่วมโครงการอบรมการทำสมุนไพรอบตัวและสปาตัวเพื่อสุขภาพ	เพื่อตรวจสอบยืนยันความต้องการของกลุ่มเป้าหมายและทราบจำนวนผู้สนใจในการเข้าร่วมโครงการฯ	ประชาชน อำเภอเมือง กำแพงเพชร จำนวน 4 ตำบล	24 คน	พื้นที่อำเภอเมือง กพ. จำนวน 4 ตำบล	มิถุนายน 2568	-
2. ประสานงานผู้เข้าร่วมโครงการฯ เพื่อจัดทำแผนปฏิบัติงานตามโครงการฯ	เพื่อจัดทำโครงการฯเสนอ สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	ประชาชน แต่ละตำบล (4 ตำบล)	4 คน	สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	มิถุนายน 2568	-
3. เสนอโครงการอบรมการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ	เพื่อจัดเตรียมโครงการอบรมการทำสมุนไพรลูกประคบและสมุนไพรสปาเท้าเพื่อสุขภาพ	ครู สกร.	1-2 คน	สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร	กรกฎาคม 2568	-
4. ดำเนินกิจกรรมตามโครงการอบรมการทำสมุนไพรอบตัวและสปาตัวเพื่อสุขภาพ	เพื่อจัดกิจกรรมโครงการฯ ตามตารางที่กำหนดไว้	ประชาชน อำเภอเมือง กำแพงเพชร จำนวน 4 ตำบล	24 คน	รพ.สต.มอสำราญ หมู่ที่ 15 บ้านมอสำราญ ตำบลอ่างทองอำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร	22 กรกฎาคม 2568	2,760.- บาท

5. นิเทศติดตามและประเมินผล	เพื่อทราบปัญหาอุปสรรคความคืบหน้าการดำเนินงานและแนวทางแก้ไข	ครู ศกร.	5 คน	รพ.สต.มอสำราญ หมู่ที่ 15 บ้านมอสำราญ ตำบลอ่างทองอำเภอเมือง จังหวัดกำแพงเพชร	22 กรกฎาคม 2568	-
6. สรุปผลการดำเนินงานและรายงานผล	เพื่อนำข้อมูล ผลการดำเนินงานและเสนอรายงานต่อผู้บริหาร	ครู ศกร.	4-5 คน	สกร.ระดับอำเภอ เมืองกำแพงเพชร	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 24 คนๆละ 30.- บาท เป็นเงิน 720.-บาท
- 3.ค่าวัสดุ จำนวนเงิน 1,440.- บาท
 - ขมิ้นชันสด จำนวน 4 กิโลกรัมๆละ 120.-บาท เป็นเงิน 480.-บาท
 - ไพลสด จำนวน 2 กิโลกรัมๆละ 35.-บาท เป็นเงิน 75.-บาท
 - มะกรูดสด จำนวน 5 กิโลกรัมๆละ 20.-บาท เป็นเงิน 100.-บาท
 - ตะไคร้หอม จำนวน 4 กิโลกรัมๆละ 50.-บาท เป็นเงิน 200.-บาท
 - เกลือ ขนาด 500 กรัม จำนวน 4 ถุงๆละ 10.- บาท เป็นเงิน 40.-บาท
 - ผ้าขาวบางขนาด 1 เมตร จำนวน 5 เมตร ๆ ละ 50.-บาท เป็นเงิน 250.-บาท
 - พืชมะนาวขนาด 100 กรัม จำนวน 2 ถุงๆละ 150.-บาท เป็นเงิน 300.-บาท

รวมทั้งสิ้นเป็นเงิน 2,760.- บาท (สองพันเจ็ดร้อยหกสิบบาทถ้วน)

****ขออภัยด้วยค่าใช้จ่ายทุกรายการตามที่จ่ายจริง****

8. แผนการใช้จ่ายงบประมาณ

กิจกรรมหลัก	ไตรมาสที่ ๑	ไตรมาสที่ ๒	ไตรมาสที่ ๓	ไตรมาสที่ ๔
ดำเนินการจัดโครงการอบรมการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ	-	-	2,760.- บาท	-

9. ผู้รับผิดชอบโครงการ

สกร.ระดับอำเภอเมืองกำแพงเพชร

10. เครือข่าย/ผู้เกี่ยวข้องและความร่วมมือ

1. ผู้นำชุมชน
2. โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลมอสำราญ
3. องค์การบริหารส่วนตำบลอ่างทอง

11. โครงการที่เกี่ยวข้อง

1. งานการเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิตามระดับ
2. งานจัดการศึกษาเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต
3. โครงการประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา

12. ผลลัพธ์ (Outcome)

ประชาชนที่เข้ารับการอบรม ได้รับความรู้เรื่องการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ ได้อย่างเหมาะสม

13. ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

13.1 ตัวชี้วัดผลผลิต(Output) ร้อยละ ๘๐ ของผู้รับการอบรมได้รับความรู้เรื่องการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ

13.2 ตัวชี้วัดผลลัพธ์(Outcome) ร้อยละ ๘๐ ของผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรมประชาชนทั่วไปได้รับความรู้เรื่องการทำสมุนไพรอบตัว และสปาตัวเพื่อสุขภาพ ที่ถูกต้องเหมาะสมได้

14. การติดตามและประเมินโครงการ

1. ประเมินจากแบบสอบถามความพึงพอใจ
2. ประเมินจากรายงานสรุปผลการดำเนินโครงการฯ