



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ.....ฝ่ายพัฒนาชุมชน สำนักปลัดเทศบาลตำบลเกาะคา.....
ที่...สป...๕๒๑๐๑/พช ๐๓๒.....วันที่.....๒๕.....ตุลาคม....๒๕๖๒.....
เรื่อง.....ขออนุมัติโครงการ.....

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลเกาะคา

ตามแผนการดำเนินงานของ ฝ่ายพัฒนาชุมชน สำนักปลัดเทศบาลตำบลเกาะคา ในส่วนของแผนงาน สร้างความเข้มแข็งของชุมชน ได้จัดทำ โครงการผู้สูงอายุสุขใจสุขภาพกายแข็งแรง ประจำปี ๒๕๖๒ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพร่างกายของตนเอง เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ลดอัตราการป่วยด้วยโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ เช่น โรคความดันโลหิตสูง, โรคเบาหวาน, โรคข้อเข่าเสื่อม และการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เกิดความปลอดภัยและภูมิคุ้มกัน ซึ่งจะส่งผลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดี เหมาะสมกับวัย อยู่ในครอบครัวและชุมชนได้อย่างมีความสุข

ในการนี้ ฝ่ายพัฒนาชุมชน เทศบาลตำบลเกาะคา จึงขอเสนอโครงการผู้สูงอายุสุขใจสุขภาพกายแข็งแรง ประจำปี ๒๕๖๒ รายละเอียดตามโครงการที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

เรียน ปลัดเทศบาล

เห็นควรอนุมัติให้ดำเนินการ
โดย ก.ค.ค.๒๖

(นางกมลรัตน์ ศิริมงคลลาวัลย์)
หัวหน้าสำนักปลัด

(นางสาวมนทิชา เสริมสุข)

นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

(นางภาณุกุล ฉัตรแก้ว)

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชน

-อนันต์

แผนงาน

สร้างความเข้มแข็งของชุมชน

ชื่อโครงการ

ผู้สูงอายุสุขใจสุขภาพกายแข็งแรง ประจำปี ๒๕๖๒

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ฝ่ายพัฒนาชุมชน สำนักปลัด เทศบาลตำบลเกาะคา

ปีงบประมาณ

๒๕๖๒

หลักการและเหตุผล

ตามพระราชบัญญัติเทศบาล พ.ศ. ๒๔๙๖ แก้ไขเพิ่มเติมจนถึงปัจจุบัน มาตรา ๕๐ ภายใต้บังคับแห่งกฎหมาย เทศบาลตำบลมีหน้าที่ต้องทำในเขตเทศบาล ดังนี้ (๗) ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็กเยาวชน ผู้สูงอายุ และผู้พิการ พระราชบัญญัติกำหนดแผน และขั้นตอนการกระจายอำนาจให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. ๒๕๔๒ มาตรา ๑๖ ให้เทศบาล เมืองพัทยา และองค์การบริหารส่วนตำบลมีอำนาจ และหน้าที่ในการจัดระบบการบริการสาธารณะเพื่อประโยชน์ของประชาชนในท้องถิ่นของตนเองดังนี้ (๑๐) การสังคมสงเคราะห์ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส

ผู้สูงอายุ ถือว่าเป็นปุชนิยบุคคลของสังคมที่มีคุณค่ายิ่ง จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องให้ความสำคัญในการดูแลผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ทั้งสุขภาพจิต และ สุขภาพกาย เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ซึ่งในปัจจุบันการพัฒนาด้านสาธารณสุข และทางการแพทย์มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ทำให้อัตราการตายลดลง ผู้สูงอายุจึงมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้น แต่ผู้สูงอายุก็ยังได้รับผลกระทบจากการเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย รวมทั้งผลของโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคกระดูกพรุน ฯลฯ หรืออุบัติเหตุต่าง ๆ จึงนำไปสู่ความถดถอยของร่างกาย เกิดภาวะพึ่งพา ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ทำให้ต้องเป็นภาระแก่ผู้ดูแล เกิดภาวะทุพพลภาพ ในที่สุดสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างไม่มีความสุข ดังนั้นจึงควรให้ความสนใจดูแล และส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้สมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นให้สามารถดำรงชีวิตอยู่กับครอบครัว บุตรหลาน และสังคมได้อย่างปกติสุข และมีสุขภาพสมบูรณ์ตามควรแก่วัย

เทศบาลตำบลเกาะคา ได้เล็งเห็นถึงปัญหาดังกล่าว จึงได้จัดทำ “โครงการผู้สูงอายุสุขใจสุขภาพกายแข็งแรง” ขึ้น เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องในการดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพใจ โดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การให้ความรู้ในการปฏิบัติตนในวิธีการเลือกรับประทานอาหารที่เหมาะสมและดีต่อสุขภาพ กิจกรรมสันทนาการ และการออกกำลังกาย ช่วยในการผ่อนคลายลดความตึงเครียด ด้วยเหตุผลดังกล่าว เทศบาลตำบลเกาะคาจึงได้จัดทำ “โครงการผู้สูงอายุสุขใจสุขภาพกายแข็งแรง” ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๒ ขึ้น

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อตนเอง ได้รับสารอาหารที่ครบถ้วน เพื่อลดอัตราการป่วยด้วยโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ (ความดันโลหิตสูง, โรคเบาหวาน, โรคข้อเข่าเสื่อม)

๒. เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจในการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เกิดความปลอดภัย และถูกวิธี

เป้าหมาย

ผู้สูงอายุ ในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา จำนวน ๑๕๐ คน

วิธีดำเนินการ

๑. กำหนดแนวทางการดำเนินงานโครงการ ร่วมกับ คณะกรรมการ ศพอส.เทศบาลตำบลเกาะคา
๒. ดำเนินงานตามโครงการ
 - จัดกิจกรรมส่งเสริมความรู้ความเข้าใจเรื่องการรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย และการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ
๓. ติดตามผลการดำเนินงานและรายงานเสนอต่อผู้บังคับบัญชาทราบ

ระยะเวลาดำเนินการ

วันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๒

สถานที่ดำเนินการ

ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลเกาะคา

งบประมาณ

เบิกจ่ายจากงบประมาณรายจ่ายประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๒ แผนงาน สร้างความเข้มแข็งของชุมชน งาน ส่งเสริมและสนับสนุนความเข้มแข็ง หมวด ค่าใช้สอย ประเภท รายจ่ายเกี่ยวกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่นๆ (โครงการผู้สูงอายุสุขใจสุขภาพกายแข็งแรง) ตั้งไว้ ๓๐,๐๐๐ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าใช้จ่าย ดังนี้:

๑. ค่าอาหารพร้อมเครื่องดื่ม (๑๕๐ คน x ๖๐ บาท x ๑ มื้อ)	จำนวน	๙,๐๐๐.-บาท
๒. ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม (๑๕๐ คน x ๒๕ บาท x ๒ มื้อ)	จำนวน	๗,๕๐๐.-บาท
๓. ค่าตอบแทนวิทยากร	จำนวน	๓,๖๐๐.-บาท
๔. ค่าวัสดุอุปกรณ์	จำนวน	๓,๕๐๐.-บาท
๕. ค่าป้ายโครงการ	จำนวน	๓๖๐.-บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น (สองหมื่นสามพันเก้าร้อยหกสิบบาทถ้วน) **๒๓,๙๖๐.- บาท**

(ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้)

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อตนเอง ได้รับสารอาหารที่ครบถ้วน เพื่อลดอัตราการป่วยด้วยโรคเรื้อรังในผู้สูงอายุ (ความดันโลหิตสูง, โรคเบาหวาน, โรคข้อเข่าเสื่อม)

๒. ผู้สูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจในการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย เกิดความปลอดภัย และถูกวิธี และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ลงชื่อ



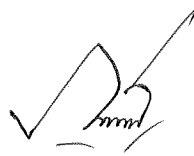
ผู้เขียนโครงการ

(นางสาวมนทิชา เสริมสุข)

ตำแหน่ง

นักจัดการงานทั่วไปชำนาญการ

ลงชื่อ



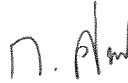
ผู้เสนอโครงการ

(นางภาณุกุล จิตรแก้ว)

ตำแหน่ง

หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชน

ลงชื่อ



ผู้ตรวจสอบโครงการ

(นางกมลรัตน์ ศิริมงคลวัลย์)

ตำแหน่ง

หัวหน้าสำนักปลัด

ลงชื่อ



ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายชาล แก้วลือ)

ตำแหน่ง

รองปลัดเทศบาลตำบลเกาะคา

ลงชื่อ



ผู้อนุมัติโครงการ

(นางสาวเพ็ญภักดิ์ รัตนคำฟู)

ตำแหน่ง

นายกเทศมนตรีตำบลเกาะคา