



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ ศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ โทร. ๐๔๒ ๑๒๙ ๕๘๗

ที่ สธ ๐๙๑๘.๐๗/ ๐๕๑

วันที่ ๑๑ ตุลาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ขออนุมัติโครงการ

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี (ผ่านหัวหน้ากลุ่มขับเคลื่อนยุทธศาสตร์และพัฒนากำลังคน)

ตามที่ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ ได้จัดทำโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี ๒๕๖๖ มีวัตถุประสงค์เพื่อขับเคลื่อนแนวทางการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเชิงป้องกันระยะยาว (Preventive Long Term Care) การส่งเสริมสุขภาพช่องปากในชุมชน และสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพกลุ่มวัยสูงอายุ โดยได้รับงบประมาณ จำนวน ๓๔๕,๖๖๐ บาท (สามแสนสี่หมื่นห้าพันหกร้อยหกสิบบาทถ้วน) นั้น

ในการนี้ กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ จึงขออนุมัติโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี ๒๕๖๖ ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาอนุมัติ จะเป็นพระคุณ

(นางเพ็ญภัทร ศิริกันฐรัตน์)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

หัวหน้ากลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ

เรียน ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี

-เพื่อโปรดทราบ ได้ตรวจสอบแล้ว

-เพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

(นายวิรุท นนสรณ์)

นักโภชนาการชำนาญการพิเศษ

หัวหน้ากลุ่มขับเคลื่อนยุทธศาสตร์และพัฒนากำลังคน

(นางสุภาภรณ์ ลมูลศิลป์)

นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ

รองผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี

(นายกฤษฎา ศิริชัยสิทธิ์)

นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรมสาขาอายุรกรรม)

ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ ๘ อุตรธานี

1. ชื่อโครงการ : โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566
2. ยุทธศาสตร์ : ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 ส่งเสริมสุขภาพกลุ่มวัยและอนามัยสิ่งแวดล้อมสู่เมืองสุขภาพดี
3. ตัวชี้วัดยุทธศาสตร์ : 3.1 ร้อยละ 50 ของผู้สูงอายุมีแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan)
3.2 ร้อยละ 63 ของผู้สูงอายุมีฟันแท้ใช้งานอย่างน้อย 20 ซี่
4. cluster : ผู้สูงอายุ
5. ภายใต้กิจกรรมสำคัญ/โครงการ :

โครงการ	กิจกรรมสำคัญ
โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว ปี 2566	พัฒนาระบบการเฝ้าระวังและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแบบบูรณาการ
	สร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุ (Health literacy)
	ขับเคลื่อนดำเนินงานชุมชน/เมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - friendly Communities)
โครงการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพช่องปากผู้สูงอายุ ปี 2566	ขับเคลื่อนการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลในการเฝ้าระวังทันตสุขภาพในชุมชนและจัดบริการให้เชื่อมต่อกัน
	พัฒนาช่องทางและสื่อสารเพื่อสร้างความรอบรู้ให้มีพฤติกรรมด้านทันตสุขภาพที่พึงประสงค์
	พัฒนาระบบฐานข้อมูลการส่งเสริมป้องกันด้านทันตสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

6. แผนการจัดสรรงบประมาณ : (ตามเอกสารงบประมาณ)

งบประมาณศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี

7. หลักการและเหตุผล :

สถานการณ์ปัจจุบัน พบว่า ผู้สูงอายุมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นทั่วโลก ในปี 2562 ประชากรโลกมีจำนวนทั้งสิ้น 7,713 ล้านคน และจะเพิ่มเป็น 9,700 ล้านคน ในปี 2050 โดยมีประชากรอายุ 60 ปี เป็นร้อยละ 13 (หนึ่งพันล้านคน) และคาดการณ์ว่าภายในปี ค.ศ. 2050 ประชากรที่อายุมากกว่า 65 ปี จะเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่าจากปี 2019 (คาดว่าจะมีผู้สูงอายุที่อายุเกิน 65 ปี มากกว่า 1,500 ล้านคน) ทั้งนี้ ในแต่ละประเทศมีอัตราเร่งของ

หน่วยงาน ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566 จำนวนเงิน 345,660 บาท

11 ต.ค. 65

การเป็นสังคมสูงวัยที่ต่างกัน โดยประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่มีอัตราการเปลี่ยนผ่านของสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มเป็นสองเท่าภายในระยะเวลาที่รวดเร็ว

จากรายงานการศึกษาพยากรณ์อายุเฉลี่ยที่มีสุขภาพของประชากรไทย พ.ศ. 2558 – 2573 สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ กระทรวงสาธารณสุข พบว่า อายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิดและอายุคาดเฉลี่ยของการมีสุขภาพดีเพิ่มขึ้น โดยอายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิดเป็น 74.9 ปี และคาดว่าใน พ.ศ. 2573 อายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิดจะเป็น 77.5 ปี (เพศชาย 75.0 เพศหญิง 80.3) ส่วนอายุคาดเฉลี่ยของการมีสุขภาพดีเป็น 67.7 ปี (เพศชายเพิ่มจาก 65.5 ปี ใน พ.ศ.2557 เป็น 68.0 ปี ใน พ.ศ.2563 และเพศหญิงเพิ่มจาก 70.8 ปี ใน พ.ศ.2557 เป็น 72.3 ปี ใน พ.ศ.2563) เมื่อเปรียบเทียบในกลุ่มประเทศอาเซียนทั้งอายุคาดเฉลี่ยเมื่อแรกเกิดและอายุคาดเฉลี่ยของการมีสุขภาพดี ประเทศไทยจัดอยู่ในลำดับที่ 4 รองจากประเทศสิงคโปร์ บรูไน และเวียดนาม แม้ว่าคนไทยจะมีอายุยืนยาวมากขึ้น แต่พบว่าผู้สูงอายุมากกว่าครึ่งมีสุขภาพที่ไม่สมบูรณ์ แสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุจะต้องอยู่กับสุขภาพที่ไม่สมบูรณ์ยาวนานมากขึ้นจนกว่าจะสิ้นอายุขัย ซึ่งโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการใช้ชีวิต เป็นสาเหตุหลักที่ส่งผลให้คนส่วนใหญ่มีสุขภาพที่ไม่สมบูรณ์จนเสียชีวิต และกลุ่มที่มีภาวะพึ่งพิงที่มีความต้องการผู้ดูแลผู้สูงอายุจะเพิ่มมากกว่า 3 เท่าในอีก 30 ปีข้างหน้า จำเป็นต้องเน้นการส่งเสริมสุขภาพประชาชนทุกกลุ่มวัย เพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรงและสามารถดูแลตนเองได้เมื่ออายุมากขึ้น เพื่อลดภาวะพึ่งพิงในการดูแลผู้สูงอายุของประเทศ

เขตสุขภาพที่ 8 มีประชากรทั้งหมด 4,349,306 คน (ข้อมูลจาก HDC กระทรวงสาธารณสุข ณ วันที่ 10 กันยายน 2565) โดยมีประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 812,372 คน คิดเป็นร้อยละ 18.68 ของประชากรทั้งหมด จากการคัดกรองความเสี่ยงด้านสุขภาพผู้สูงอายุ 10 เรื่อง พบว่าผู้สูงอายุในเขตสุขภาพที่ 8 มีความเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดหัวใจสูงถึงร้อยละ 44.5% ค่าดัชนีมวลกายเกินร้อยละ 31.3% เสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูงรายใหม่ร้อยละ 12.1 และเสี่ยงต่อโรคเบาหวานรายใหม่ร้อยละ 11.5

ความต้องการเป็นคนมีอายุยืน มีความสุข มีสุขภาพแข็งแรงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ นับว่าเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา แต่การจะบรรลุความต้องการดังกล่าวจำเป็นต้องมีการสร้างทักษะความรู้ด้านสุขภาพเพื่อให้บุคคลสามารถที่จะประเมิน วางแผน ดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี จึงได้จัดทำโครงการโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566 เพื่อสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพกลุ่มผู้สูงอายุใน 6 ประเด็นสำคัญ ได้แก่ โภชนาการ การเคลื่อนไหว สุขภาพช่องปาก สิ่งแวดล้อมดี สมองดี และมีความสุข

8. วัตถุประสงค์ :

- 8.1 เพื่อเตรียมความพร้อมการเข้าสู่สังคมสูงวัย ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า ดูแลตนเองได้ มีสุขภาพดี อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมและมีคุณภาพชีวิตที่ดี
- 8.2 เพื่อพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนแบบบูรณาการ และสนับสนุนการนำระบบไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับศักยภาพของผู้สูงอายุตามบริบท
- 8.3 เพื่อส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ (Health Literacy) สามารถจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) ได้ด้วยตนเอง และมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์

- 8.4 เพื่อส่งเสริม สนับสนุนภาคีเครือข่ายในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุและพัฒนาชุมชนที่เป็นมิตรกับ
ผู้สูงอายุ (Age – friendly Communities)
- 8.5 เพื่อให้ผู้สูงอายุทุกกลุ่ม เข้าถึงบริการผสมผสาน เพื่อคงสภาพการใช้งานของอวัยวะในช่องปาก

9. เป้าหมายและตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ:

9.1 เป้าหมายโครงการ	จำนวน	หน่วยนับ
1. ผู้สูงอายุมีแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan)	50	ร้อยละ
2. ผู้สูงอายุมีฟันแท้ใช้งาน	63	ร้อยละ
9.2 ตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ	จำนวน	หน่วยนับ
เชิงปริมาณ : ผู้สูงอายุมีแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan)	14,748	ฉบับ
: พื้นที่ต้นแบบชุมชนที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุผ่านเกณฑ์	7	แห่ง
: ชมรมผู้สูงอายุด้านสุขภาพผ่านเกณฑ์	35	แห่ง
: ผู้สูงอายุได้รับการตรวจสุขภาพช่องปาก	42	ร้อยละ
: ชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพช่องปาก	14	แห่ง
เชิงคุณภาพ : ผู้สูงอายุมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์	52	ร้อยละ
เชิงเวลา : การดำเนินโครงการระหว่างเดือนตุลาคม 2565 - กันยายน 2566		

10. วิธีการดำเนินงาน :

กิจกรรมที่ 1 - 2 พัฒนาชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส) และ เยี่ยมเสริมพลังการดำเนินงาน
พัฒนาชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส)

1. ประสานสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด/กลุ่มเป้าหมาย ในการประชุม
2. วางแผนและจัดเตรียมการประชุม
3. ทำหนังสือเชิญกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมประชุมตามวัน เวลา ที่กำหนด
4. ลงพื้นที่ดำเนินการจัดประชุมตามแผน และสรุปรายงานการจัดประชุม

กิจกรรมที่ 3 ฝึกอบรมวิทยากร (ครู ก) โปรแกรมออกกำลังกาย E-75

1. ทำหนังสือแจ้งให้สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดรับสมัครแกนนำเข้าร่วมการฝึกอบรม
2. ประชุมทีมวิทยากร และผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุ เพื่อวางแผนการฝึกอบรม
3. จัดทำหนังสือแจ้งกำหนดการจัดอบรมฯ ให้สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดดำเนินการส่งกลุ่มเป้าหมาย

เข้ารับการอบรม

5. จัดฝึกอบรมวิทยากร (ครู ก) ผู้นำโปรแกรมออกกำลังกาย E-75
6. สรุปรายงานการอบรมและรวบรวมรายชื่อผู้ผ่านการฝึกอบรมจัดทำเป็นทำเนียบวิทยากร

กิจกรรมที่ 4 ประชุมชี้แจงผู้รับผิดชอบงาน เมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities) ทุกจังหวัด (Online)

1. ประสาน สสจ. เทศบาลนคร เทศบาลเมือง และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย ในการประชุม

2. วางแผนและจัดเตรียมการประชุม
3. ทำหนังสือเชิญกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมประชุมตามวัน เวลา ที่กำหนด
4. ดำเนินการจัดประชุมตามแผน และสรุปรายงานการจัดประชุม
5. สรุปการประชุมและรายงานผลการประชุม

กิจกรรมที่ 5 - 6 ขับเคลื่อนการดำเนินงานเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)

1. ประสาน สสจ. และ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ที่สมัครเข้าร่วมดำเนินการขับเคลื่อนเมืองที่เป็นมิตร กับผู้สูงอายุ

2. ลงพื้นที่ดำเนินการพัฒนาเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ
3. แต่งตั้งคณะกรรมการประเมินเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ ระดับเขตสุขภาพที่ 8
4. ลงพื้นที่ประเมินผลการดำเนินงานเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ
5. ประกาศเกียรติคุณ เชิดชูเกียรติ เมือง/ชุมชน ที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ เขตสุขภาพที่ 8

กิจกรรมที่ 7 พัฒนาศักยภาพทันตบุคลากรในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

1. ประสานผู้รับผิดชอบงานทันตสาธารณสุข
2. วางแผนและจัดเตรียมการประชุม
3. ทำหนังสือเชิญกลุ่มเป้าหมายเข้าร่วมประชุมตามวัน เวลา ที่กำหนด
4. ดำเนินการจัดประชุมตามแผน และสรุปรายงานการจัดประชุม
5. สรุปการประชุมและรายงานผลการประชุม
6. จัดซื้อวัสดุ อุปกรณ์สาธิตการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก สนับสนุนการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุรอบรู้

ด้านสุขภาพช่องปาก

กิจกรรมที่ 8 ติดตามการดำเนินงานและประเมินผลการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่องปาก

1. ประชุมวางแผนเพื่อ ติดตาม ประเมินผล และเยี่ยมเสริมพลัง
2. ประสานพื้นที่เป้าหมายในการลงติดตาม
3. จัดประชุมการติดตามและนำเสนอผลงานการขับเคลื่อนงานสุขภาพช่องปากเขตสุขภาพที่ 8
4. สรุปผลการนิเทศ ติดตาม และเยี่ยมเสริมพลัง

11. กิจกรรม/เป้าหมาย และประมาณการงบประมาณ

ลำดับ	กิจกรรม	เป้าหมาย/ กิจกรรม	ระยะเวลา ดำเนินการ	ประมาณการ	งบประมาณ (บาท)
1	ประชุมเชิงปฏิบัติการ พัฒนา ชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส) (1ครั้ง/จังหวัด)	ผู้สูงอายุมี แผน ส่งเสริม สุขภาพดี รายบุคคล	ธ.ค. 65 - มี.ค. 66	*ค่าอาหารกลางวัน 120 บาท x 40 คน x 7 จังหวัด = 33,600 บาท ✓ *ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 35 บาท x 2 มื้อ x 40 คน x 7 จังหวัด = 19,600 บาท ✓ *ค่าเบี้ยเลี้ยง 240 บาท x 6 คน x 7 วัน = 10,080 บาท *ค่าที่พัก 800 บาท x 6 คน x 4 วัน = 19,200 บาท *ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง/ค่าเช่ารถยนต์ = 8,000 บาท	90,480
2	ประชุมเยี่ยมเสริมพลังการ ดำเนินงานพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ รอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส) (1ครั้ง/จังหวัด)	ชมรม ผู้สูงอายุ ด้าน สุขภาพ ผ่านเกณฑ์ จังหวัดละ 5 ชมรม	เม.ย. - มิ.ย. 66	*ค่าอาหารกลางวัน 120 บาท x 40 คน x 7 จังหวัด = 33,600 บาท ✓ *ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 35 บาท x 2 มื้อ x 40 คน x 7 จังหวัด = 19,600 บาท ✓ *ค่าเบี้ยเลี้ยง 240 บาท x 6 คน x 7 วัน = 10,080 บาท *ค่าที่พัก 800 บาท x 6 คน x 4 วัน = 19,200 บาท *ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง/ค่าเช่ารถยนต์ = 8,000 บาท	90,480
3	ฝึกอบรมวิทยากร (ครู ก) โปรแกรมออกกำลังกาย E-75	ผู้นำออก กำลังกาย E-75 อำเภอละ 1 คน	ธ.ค. 65 - ก.พ. 66	*ค่าอาหารกลางวัน 350 บาท x 90 คน x 1 วัน = 31,500 บาท ✓ *ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 50 บาท x 2 มื้อ x 90 คน x 1 วัน = 9,000 บาท ✓ *ค่าสมนาคุณวิทยากร 600 บาท x 8 ชั่วโมง = 4,800 บาท *ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง = 1,000 บาท	46,300
4	ประชุมชี้แจงผู้รับผิดชอบงาน เมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities) ทุกจังหวัด	องค์กร ปกครอง ส่วนท้องถิ่น	พ.ย. - ธ.ค. 65	จัดร่วมกับโครงการ Long Term Care	0
5	ขับเคลื่อนการดำเนินงานเมืองที่ เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)	เมือง/ ชุมชน ที่ เป็นมิตรกับ ผู้สูงอายุ 7 แห่ง	ม.ค. - มี.ค. 66	*ค่าเบี้ยเลี้ยง 240 บาท x 5 คน x 7 วัน = 8,400 บาท *ค่าที่พัก 800 บาท x 5 คน x 6 วัน = 24,000 บาท ค่าเช่ารถ/ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง = 10,000 บาท	42,400
6	ประเมินรับรองเมืองที่เป็นมิตร กับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)	เมือง/ ชุมชน ที่ เป็นมิตรกับ ผู้สูงอายุ 7 แห่ง	เม.ย. - มิ.ย. 66	*ค่าเบี้ยเลี้ยง 240 บาท x 5 คน x 7 วัน = 8,400 บาท *ค่าที่พัก 800 บาท x 5 คน x 6 วัน = 24,000 บาท *ค่าเช่ารถ/ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง = 10,000 บาท *ค่าโล่ประกาศเกียรติคุณ 1,200 บาท x 3 อัน = 3,600 บาท	46,000
7	พัฒนาศักยภาพต้นบุคลากรใน การขับเคลื่อนงานส่งเสริม สุขภาพช่องปาก	ต้นต บุคลากร และชมรม ผู้สูงอายุ	ต.ค. - ธ.ค. 65	*ค่าจัดซื้อวัสดุ อุปกรณ์สาธิต การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก สนับสนุนการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ ช่องปาก	30,000

หน่วยงาน ศูนย์อนามัยที่ 8 อุตรดิตถ์ โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีววัยยืนยาว และพัฒนาระบบการ
ส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566 จำนวนเงิน 345,660 บาท

11 ต.ค. 65

8	ติดตามการดำเนินงานและ ประเมินผลการดำเนินงาน ส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	ทันต บุคลากร	ก.พ. - ส.ค. 66	จัดร่วมกับโครงการ Long Term Care	0
รวมเป็นเงิน					345,660

หมายเหตุ 1. ค่าใช้จ่ายทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยจ่ายได้ โดยรายการที่ถัวเฉลี่ยต้องผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากหัวหน้าหน่วยงาน
2. แผนแผนการดำเนินงานและการเบิกจ่ายเงินท้ายโครงการ
3. แผนแผนบริหารความเสี่ยง

12. งบประมาณ : 345,660 บาท (สามแสนสี่หมื่นห้าพันหกร้อยหกสิบบาทถ้วน)

12.1 เงินงบประมาณ 345,660 บาท

12.2 เงินนอกงบประมาณ.....-.....บาท

13. ระยะเวลาดำเนินการ : 1 ตุลาคม 2565 – 30 กันยายน 2566

14. พื้นที่เป้าหมาย / สถานที่ดำเนินโครงการ : 7 จังหวัดในเขตสุขภาพที่ 8 ประกอบด้วย จังหวัดอุดรธานี จังหวัดหนองบัวลำภู จังหวัดเลย จังหวัดหนองคาย จังหวัดบึงกาฬ จังหวัดสกลนคร และจังหวัดนครพนม

15. กลุ่มเป้าหมาย/ผู้ร่วมดำเนินการ :

1. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี
2. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองคาย
3. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเลย
4. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดหนองบัวลำภู
5. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบึงกาฬ
6. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสกลนคร
7. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครพนม
8. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

16. กลุ่มผู้ใช้ประโยชน์ / ผู้รับบริการ (ถ้ามี) :

1. ผู้สูงอายุและประชาชนทุกกลุ่มวัย
2. ผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Caregiver) และ อสม.
4. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
5. เจ้าหน้าที่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

17. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ :

17.1 ผู้สูงอายุกลุ่ม Active aging เตรียมพร้อมเข้าสู่สังคมสูงอายุ โดยมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ สามารถจัดทำแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) ได้ด้วยตนเอง เข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ ดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังอย่างต่อเนื่อง เพื่อลดการเกิดภาวะแทรกซ้อนและลดการพึ่งพิงผู้อื่น รวมไปถึงการมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่เกื้อหนุนและเหมาะสม บูรณาการความร่วมมือจากภาคีเครือข่าย ผ่านกลไกครอบครัว ชมรมผู้สูงอายุ/โรงเรียนผู้สูงอายุ และชุมชน เพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืน

17.2 ผู้สูงอายุเข้าถึงนวัตกรรมหรือบริการด้านการสร้างเสริมสุขภาพช่องปากเพิ่มขึ้น

18. ผู้รับผิดชอบโครงการ :

- 18.1 ชื่อ-สกุล นางเพ็ญภัทร ศิริกันธรัตน์ ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ
18.2 ชื่อ-สกุล นายชัชวาลย์ เพ็ชรทอง ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
18.3 ชื่อ-สกุล นายพลสินธุ์ พงษ์ประเทศ ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ
18.4 ชื่อ-สกุล นางสาววรรณพร สว่างบุญ ตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ
18.5 ชื่อ-สกุล นางชนกนันท์ ทองดอนบม ตำแหน่ง เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขปฏิบัติงาน

19. ผู้เสนอโครงการ

(นางเพ็ญภัทร ศิริกันธรัตน์)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

20. ผู้เห็นชอบโครงการ

(นางสุภาภรณ์ ลมูลศิลป์)

ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ

21. ผู้อนุมัติโครงการ

(นายกฤษฎา ศิริชัยสิทธิ์)

ตำแหน่ง นายแพทย์เชี่ยวชาญ (ด้านเวชกรรมสาขาอายุรกรรม)

ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการศูนย์อนามัยที่ 8 อุตรธานี

ลำดับ ที่ (1)	ชื่อโครงการ/กิจกรรม (2)	เป้าหมายโครงการ ตามแผน ปฏิบัติการ (3)	หน่วยนับ (4)	ช่วงเวลา ดำเนินการ (5)	แผนงาน/แผนเงิน (6)											แผนงาน/ งบประมาณรวม (7)	
					ไตรมาสที่ 1		ไตรมาสที่ 2			ไตรมาสที่ 3			ไตรมาสที่ 4				
					ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ษ.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ก.ย.		
1	โครงการส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566	1.ร้อยละ 50 ของผู้สูงอายุมีแผน ส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness) 2.ร้อยละ 63 ของผู้สูงอายุมีฟัน แท้ใช้งานอย่างน้อย 20 ซี่	ร้อยละ		-	-	121,540	-	-	-	87,640	-	136,480	-	-	345,660	
	กิจกรรมที่ 1 ประชุมเชิง ปฏิบัติการ พัฒนาศูนย์ผู้สูงอายุ รอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส) (1ครั้ง/จังหวัด)		บาท	ธ.ค. 65 - มี.ค. 66												90,480	
	กิจกรรมที่ 2 ประชุมเยี่ยมเสริม พลังการดำเนินงานพัฒนาชมรม ผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส) (1ครั้ง/จังหวัด)		บาท	เม.ย. - มิ.ย. 66			45,240				45,240					90,480	
	กิจกรรมที่ 3 ฝึกอบรมวิทยากร (ครู ก) โปรแกรมออกกำลังกาย E-75		บาท	ธ.ค. 65 - ก.พ. 66			46,300									46,300	
	กิจกรรมที่ 4 ประชุมชี้แจง ผู้รับผิดชอบงาน เมืองที่เป็น มิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)		บาท	พ.ย. - ธ.ค. 65													
	กิจกรรมที่ 5 ขับเคลื่อนการ ดำเนินงานเมืองที่เป็นมิตรกับ ผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)		บาท	ม.ค. - มี.ค. 66							42,400						42,400

17.9.65

ลำดับ ที่ (1)	ชื่อโครงการ/กิจกรรม (2)	เป้าหมายโครงการ ตามแผน ปฏิบัติการ (3)	หน่วยนับ (4)	ช่วงเวลา ดำเนินการ (5)	แผนงาน/แผนเงิน (6)											แผนงาน/ งบประมาณรวม (7)		
					ไตรมาสที่ 1		ไตรมาสที่ 2				ไตรมาสที่ 3						ไตรมาสที่ 4	
					ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ษ.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.		ก.ย.	
1	โครงการส่งเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบ การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566	1.ร้อยละ 50 ของผู้สูงอายุมีแผน ส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness)	ร้อยละ															
		2.ร้อยละ 63 ของผู้สูงอายุมีฟัน แท้ใช้งานอย่างน้อย 20 ซี่	ร้อยละ															
		งบประมาณ	บาท		-	-	121,540	-	-	87,640	-	-	136,480	-	-	-	345,660	
	กิจกรรมที่ 6 ประเมินรับรอง เมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)		บาท	เม.ย. - มิ.ย. 66												46,000	46,000	
	กิจกรรมที่ 7 พัฒนาศักยภาพ ทันตบุคลากรในการขับเคลื่อน งานส่งเสริมสุขภาพช่องปาก		บาท	ต.ค. - ธ.ค. 65														
	กิจกรรมที่ 8 ติดตามการ ดำเนินงานและประเมินผลการ ดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพช่อง ปาก		บาท	ก.พ. - ส.ค. 66													30,000	
																	-	

11 ๑๗.๑.๖๕

แผนการใช้วัสดุ/จ้างเหมาบริการ ปีงบประมาณ พ.ศ. 2566

กลุ่มพัฒนาการส่งเสริมสุขภาพวัยสูงอายุ

โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีววัยยืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพของปกา ปี 2566

กิจกรรมที่ 6 ประเมินรับรองเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ

ลำดับ ที่	กิจกรรม/รายการ	หน่วย นับ	ราคาต่อ หน่วย	งวดที่ 1			งวดที่ 2			งวดที่ 3			งวดที่ 4			รวมทั้งปี	
				ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	รวมวัสดุ	รวมเงิน
1	ค่าจ้างเหมาจัดทำโลโก้	อัน	1,200.00											3		3	3,600.00
	รวม																3,600

กิจกรรมที่ 7 พัฒนาศักยภาพทันตบุคลากรในการขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพของปกา

ลำดับ ที่	กิจกรรม/รายการ	หน่วย นับ	ราคาต่อ หน่วย	งวดที่ 1			งวดที่ 2			งวดที่ 3			งวดที่ 4			รวมทั้งปี	
				ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	รวมวัสดุ	รวมเงิน
1	ชุดแปรงสีฟัน + ยาสีฟัน	ชุด	60.00			300										300	18,000.00
2	ชุดกระจกส่องฟัน	ชุด	120.00			100										100	12,000.00
	รวม																30,000



๑๓.๙.๖๕

แผนปฏิบัติการ โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวียืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพชองปาก ปี 2566

ลำดับ	วิธีดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ										งบประมาณ (บาท)	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
1	อบรมพัฒนาศักยภาพชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (Wellness Plan Plus) /ชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 8	ชมรมผู้สูงอายุเจ้าหน้าที่สาธารณสุข 40 คน/จังหวัด (280 คน)	ค่าอาหารกลางวัน	จำนวน	40	คน x	120	บาทx	1	มื้อx	7	จังหวัด	33,600	ธ.ค. 65 - มี.ค. 66	Cluster สูงอายุ
			ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	จำนวน	40	คน x	35	บาทx	2	มื้อx	7	จังหวัด	19,600		
			ค่าเบี้ยเลี้ยง	จำนวน	6	คน x	240	บาทx	7	วัน			10,080		
			ค่าที่พัก	จำนวน	6	คน x	800	บาทx	4	วัน			19,200		
			ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง	จำนวน			8,000	บาท					8,000		
												รวมงบประมาณ	90,480		
2	เยี่ยมเสริมพลังการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (Wellness Plan Plus) /ชมรมผู้สูงอายุในพื้นที่เขตสุขภาพที่ 8	ชมรมผู้สูงอายุเจ้าหน้าที่สาธารณสุข 40 คน/จังหวัด (280 คน)	ค่าอาหารกลางวัน	จำนวน	40	คน x	120	บาทx	1	มื้อx	7	จังหวัด	33,600	เม.ย. - มิ.ย. 66	Cluster สูงอายุ
			ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	จำนวน	40	คน x	35	บาทx	2	มื้อx	7	จังหวัด	19,600		
			ค่าเบี้ยเลี้ยง	จำนวน	6	คน x	240	บาทx	7	วัน			10,080		
			ค่าที่พัก	จำนวน	6	คน x	800	บาทx	4	วัน			19,200		
			ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง	จำนวน			8,000	บาท					8,000		
												รวมงบประมาณ	90,480		

(Handwritten signature and date)
11 ต.ค. 65

แผนปฏิบัติการ โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวยืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566

ลำดับ	วิธีดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ										งบประมาณ (บาท)	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
3	ฝึกอบรมวิทยากร (ครู ก) โปรแกรมการออกกำลังกายเพื่อผู้สูงอายุแข็งแรง กระฉับกระเฉง (E-75) / จังหวัดอุดรธานี	เจ้าหน้าที่สาธารณสุข จำนวน 90 คน	ค่าอาหารกลางวัน	จำนวน	90	คน x	350	บาทx	1	มื่อ			31,500	ธ.ค. 65 - ม.ค. 66	Cluster สูงอายุ
			ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	จำนวน	90	คน x	50	บาทx	2	มื่อ			9,000		
			ค่าสมมนาคุณวิทยากร	จำนวน	8	ชั่วโมงx	600	บาท					4,800		
			ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง	จำนวน			1,000	บาท					1,000		
													รวมงบประมาณ		
4	ขับเคลื่อนการดำเนินงาน เมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)	องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น 7 แห่ง	ค่าเบี้ยเลี้ยง	จำนวน	5	คนx	240	บาทx	7	วัน			8,400	ก.พ. - มี.ค. 66	Cluster สูงอายุ
			ค่าที่พัก	จำนวน	5	คนx	800	บาทx	6	วัน			24,000		
			ค่าเช่ารถ/ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง	จำนวน			10,000	บาท					10,000		
													รวมงบประมาณ		
													42,400		
5	ประเมินรับรองเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)	องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น 7 แห่ง	ค่าเบี้ยเลี้ยง	จำนวน	5	คนx	240	บาทx	7	วัน			8,400	ก.พ. - มี.ค. 66	Cluster สูงอายุ
			ค่าที่พัก	จำนวน	5	คนx	800	บาทx	6	วัน			24,000		
			ค่าเช่ารถ/ค่าน้ำมันเชื้อเพลิง	จำนวน			10,000	บาท					10,000		
			ค่าโล่ประกาศเกียรติคุณ	จำนวน	3	อันx	1,200	บาท					3,600		
													รวมงบประมาณ		
													46,000		

11 ต.ค. 65

แผนปฏิบัติการ โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางของขจร ชีวียินยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพของปาก ปี 2566

ลำดับ	วิธีดำเนินการ/พื้นที่ดำเนินการ	กลุ่มเป้าหมาย	รายละเอียดงบประมาณ										งบประมาณ (บาท)	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ
6	จัดซื้อวัสดุสารพัดการส่งเสริมและดูแลสุขภาพของปากผู้สูงอายุ	ชมรมผู้สูงอายุ เขตสุขภาพที่ 8	ชุดแปรงสีฟัน+ยาสีฟัน	จำนวน	300	ชุดx	60	บาท					18,000		Cluster สูงอายุ
			ชุดกระจกส่องฟัน	จำนวน	100	ชุดx	120	บาท					12,000		
													รวมงบประมาณ		
													30,000		
													รวมงบประมาณโครงการ		
													345,660		


 U ๓.๗.๖๕

แนวทางการบริหารความเสี่ยง

หน่วยงาน ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี

โครงการ ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีวยืนยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพของปาก ปี 2566

ลำดับ (1)	กิจกรรมภายใต้โครงการ (2)	ปัจจัยเสี่ยง (3)	การประเมินความเสี่ยง			กลยุทธ์การจัดการ ความเสี่ยง (7)	แนวทางการจัดการความเสี่ยง (8)	ผู้รับผิดชอบ (9)
			โอกาส (4)	ผลกระทบ (5)	ระดับ (6)=(4)×(5)			
1	ประชุมเชิงปฏิบัติการ พัฒนาชมรม ผู้สูงอายุรอบรู้ด้านสุขภาพ (พลัส) (1ครั้ง/จังหวัด)	การเกิดภัยธรรมชาติ หรือ โรคระบาด ทำให้ ไม่สามารถลงพื้นที่ได้	2	3	6	หลีกเลี่ยง/กำจัดความ เสี่ยง	1. ปรับรูปแบบการดำเนินงาน ตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 2. ประสานงานล่วงหน้าก่อน การลงพื้นที่ทุกครั้ง	cluster ผู้สูงอายุ
2	ประชุมเยี่ยมเสริมพลังการ ดำเนินงานพัฒนาชมรมผู้สูงอายุรอบ รู้ด้านสุขภาพ (พลัส) (1ครั้ง/จังหวัด)							
3	ฝึกอบรมวิทยากร (ครู ก) โปรแกรม ออกกำลังกาย E-75	จำนวนกลุ่มเป้าหมาย เข้าร่วมไม่ครบตามแผน	2	2	4	หลีกเลี่ยง/กำจัดความ เสี่ยง	ประสานงานล่วงหน้าและ ติดตามการลงทะเบียนตอบรับ	cluster ผู้สูงอายุ
4	ขับเคลื่อนการดำเนินงานเมืองที่เป็น มิตรกับผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)	การเกิดภัยธรรมชาติ หรือ โรคระบาด ทำให้ ไม่สามารถลงพื้นที่ได้	2	3	6	หลีกเลี่ยง/กำจัดความ เสี่ยง	1. ปรับรูปแบบการดำเนินงาน ตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 2. ประสานงานล่วงหน้าก่อน การลงพื้นที่ทุกครั้ง	cluster ผู้สูงอายุ
5	ประเมินรับรองเมืองที่เป็นมิตรกับ ผู้สูงอายุ (Age - Friendly Communities)							


U ค. ๑-๖๕

แนวทางการบริหารความเสี่ยง

หน่วยงาน ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี

โครงการ ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามแนวทางชะลอชรา ชีววัยยาว และพัฒนาระบบการส่งเสริมสุขภาพช่องปาก ปี 2566

ลำดับ (1)	กิจกรรมภายใต้โครงการ (2)	ปัจจัยเสี่ยง (3)	การประเมินความเสี่ยง			กลยุทธ์การจัดการ ความเสี่ยง (7)	แนวทางการจัดการความเสี่ยง (8)	ผู้รับผิดชอบ (9)
			โอกาส (4)	ผลกระทบ (5)	ระดับ (6)=(4)x(5)			
6	พัฒนาศักยภาพทันตบุคลากรในการ ขับเคลื่อนงานส่งเสริมสุขภาพช่องปาก	การจัดซื้อวัสดุสัทธิติ มี ความล่าช้า ทำให้ส่งผล ต่อการใช้งบประมาณ	2	3	6	หลีกเลี่ยง/กำจัดความ เสี่ยง	เร่งดำเนินการจัดซื้อตาม ระเบียบพัสดุทันทีเมื่อได้รับ อนุมัติโครงการ	cluster ผู้สูงอายุ

(4) โอกาส ให้คะแนนดังนี้

- 1 = เกิดขึ้นน้อยมากหรือไม่เกิด
- 2 = เกิดขึ้นได้บ้าง
- 3 = เกิดขึ้นปานกลาง
- 4 = เกิดขึ้นบ่อย
- 5 = เกิดขึ้นประจำ

(5) ผลกระทบ ให้คะแนนดังนี้

- 1 = น้อยมากหรือไม่ส่งผลกระทบ
- 2 = น้อย
- 3 = ปานกลาง
- 4 = สูง
- 5 = สูงมาก

(7) กลยุทธ์ มีดังนี้

1. หลีกเลี่ยง/กำจัดความเสี่ยง
2. ควบคุมความเสี่ยง
3. ยอมรับความเสี่ยง
4. ถ่ายโอนความเสี่ยง


๗ ๗.๙.๖๕