

รายงานการประชุมคณะกรรมการ โครงการ Smart Eldery การเตรียมตัวผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตดี
วันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอราชสาส์น

รายชื่อคณะกรรมการร่วมประชุม

๑. นายจිරศักดิ์ พุทธนิยม	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	ประธานคณะกรรมการ
๒. นายกัมพล บุญวาทิ	กำนันตำบลเมืองใหม่	รองประธาน
๓. นายประธาน เดชพิบูลย์	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะกรรมการ
๔. นางจำเริญ เรียมศรี	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะกรรมการ
๕. นางสาวแสงนภา สุหนด	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะกรรมการ
๖. นางสาวณี วรรณศิริ	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	คณะกรรมการ
๗. นายอำนาจ เจริญพร	นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ	คณะกรรมการ
๘. นางสาวจตุรภา ชันอำเป้า	เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุขชำนาญงาน	คณะกรรมการ
๙. นางสาวมาลินี แจ่มศรี	แพทย์ประจำตำบลเมืองใหม่	คณะกรรมการ
๑๐. นางนภาพร เนรภูศรี	พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ	คณะกรรมการ/เลขานุการ

เริ่มประชุม ๐๙.๐๐ น.

วาระที่ ๑ ประธานแจ้ง

๑.๑ รายละเอียดโครงการ Smart Eldery ฯ (เอกสาร๑)

ประธานการประชุมแจ้ง รายละเอียดโครงการ Smart Eldery การเตรียมตัวผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตดี เป็นโครงการใช้งบประมาณอุดหนุนงบกองทุนสุขภาพตำบลเมืองใหม่ตำบลเมืองใหม่ ในส่วนเนื้อหา กิจกรรมที่ต้องดำเนินงาน ตามรายละเอียดโครงการ(เอกสาร๑) จะเป็นการดำเนินงานในกลุ่มประชาชน อายุ ๔๕ - ๕๙ ปี ในพื้นที่ตำบลเมืองใหม่ และกำหนดจัดกิจกรรม เป็น ๔ ระยะ ดังนี้

-Workshop ครั้งที่ ๑ การสำรวจต้นทุนชีวิต วันที่ ๒๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

-Workshop ครั้งที่ ๒ สร้างทักษะชีวิต วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔

-Workshop ครั้งที่ ๓ จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แשרประสบการณ์ ติดตามการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ ครั้งที่ ๑ วันที่ ๒ เมษายน ๒๕๖๔

-Workshop ครั้งที่ จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แשרประสบการณ์ ติดตามการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ ครั้งที่ ๒ วันที่ ๔ มิถุนายน ๒๕๖๔

มติที่ประชุม รับทราบ

วาระที่ ๒ รับรองรายงานการประชุมครั้งก่อน

มติที่ประชุม ไม่มี

วาระที่ ๓ เรื่องสืบเนื่อง
มติที่ประชุม ไม่มี

วาระที่ ๔ เรื่องเสนอเพื่อพิจารณา

๔.๑ การเลือกกลุ่มเป้าหมาย

ประธานมอบหมายเลขาฯ ทหาหรือเรื่องพิจารณา ดังนี้
กลุ่มเป้าหมายที่จะนำเข้าร่วมในโครงการ ที่ประชุมเสนอให้หากกลุ่มเป้าหมายที่มีอายุระหว่าง ๔๕ - ๕๙ ปีทั้ง
ประชาชนในพื้นที่ และผู้นำชุมชนในพื้นที่ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้
มติที่ประชุม เห็นด้วยตามเสนอ

๔.๒ กำหนดผู้รับผิดชอบ เวิร์คชอป ในส่วนเนื้อหาวิชาการ บรรยาย

ประธานแจ้ง เนื้อหาที่เป็นส่วนการบรรยาย ใน Workshop ครั้งที่ ๑ และ Workshop ครั้งที่ ๒
ได้เชิญวิทยากรภายนอก มาบรรยาย และเป็นวิทยากรกลุ่ม คือ นายสุรเดช วรรณศิริ และ นายเกษม พ่วงจีน
และคณะทำงานร่วมอำนวยความสะดวกในการดำเนินกิจกรรม
มติที่ประชุม เห็นด้วยตามเสนอ

๔.๓ การเตรียมเอกสารและประสานวิทยากรภายนอก

ประธานแจ้ง ในส่วนของการเชิญวิทยากรภายนอก ขอมอบให้ คุณจำเริญ เวียงศรี ดำเนินการ
มติที่ประชุม เห็นด้วยตามเสนอ

วาระที่ ๕ เรื่องอื่นๆ

๕.๑ไม่มี.....

เลิกประชุม เวลา ๑๑.๓๐ น.

ผู้บันทึกรายงานการประชุม

นภาพร เนรภูศรี
(นางนภาพร เนรภูศรี)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้ตรวจรายงานการประชุม

จิรศักดิ์ พุทธนิยม
(นายจิรศักดิ์ พุทธนิยม)
ผอ.รพ.สต.เมืองใหม่

วาระการประชุมคณะทำงาน โครงการ Smart Eldery การเตรียมตัวสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตดี
วันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔
สำนักงานสาธารณสุขอำเภอราชสาส์น

วาระที่ ๑ ประธานแจ้ง

๑.๑ รายละเอียดโครงการ Smart Eldery ฯ (เอกสาร๑)

มติที่ประชุม

วาระที่ ๒ รับรองรายงานการประชุมครั้งก่อน

มติที่ประชุม ไม่มี

วาระที่ ๓ เรื่องสืบเนื่อง

มติที่ประชุม ไม่มี

วาระที่ ๔ เรื่องเสนอเพื่อพิจารณา

๔.๑ การเลือกกลุ่มเป้าหมาย

มติที่ประชุม

๔.๒ กำหนดผู้รับผิดชอบ เวิร์คชอป ในส่วนเนื้อหาวิชาการ บรรยาย

มติที่ประชุม

๔.๓ การเตรียมเอกสารและประสานวิทยากรภายนอก

มติที่ประชุม

วาระที่ ๕ เรื่องอื่นๆ

๕.๑

ตารางสอน โครงการ Smart Elderly การเตรียมตัวสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตดี

Workshop ครั้งที่ 1 "สำรวจต้นทุนชีวิต" วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2569

เวลา	เรื่อง	ผู้รับผิดชอบ
08.30-09.00 น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	คณะทำงาน
09.00- 10.00 น.	บรรยาย เรื่องสุขภาพแบบองค์รวมในวัยผู้สูงอายุ และการเตรียมความพร้อมสู่การเปลี่ยนแปลง	คณะทำงาน
10.00-10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คณะทำงาน
10.15-11.00 น.	บรรยายเรื่อง กฎหมายและสิทธิประโยชน์ต่างๆของผู้สูงอายุ	คณะทำงาน
11.00-12.00 น.	บรรยาย เรื่องการออมและการเตรียมค่าใช้จ่ายให้หัวหน้าครอบครัวคนต่อไป	คณะทำงาน
12.00-13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	คณะทำงาน
13.00-15.00 น.	แบ่งกลุ่มฝึกภาคปฏิบัติ 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 สำรวจปัญหา/ความจำเป็น/ความต้องการด้านสุขภาพชุมชน กลุ่มที่ 2 ค้นหาต้นทุนในพื้นที่ วิเคราะห์สถานการณ์และ เพื่อออกแบบแผนการปรับชีวิต	วิทยากร 2 ชม.
15.00-15.15	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คณะทำงาน
15.15-16.00 น.	แลกเปลี่ยน ตอบข้อซักถาม	คณะทำงาน

Workshop ครั้งที่ 2 "สร้างทักษะชีวิต" วันที่ 25 กุมภาพันธ์ 2569

เวลา	เรื่อง	ผู้รับผิดชอบ
08.30-09.00 น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	คณะทำงาน
09.00- 10.00 น.	บรรยาย เรื่อง 30.2ส. เพื่อเสริมสร้างการมีสุขภาพดี	คณะทำงาน
10.00 -10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คณะทำงาน
10.15-12.00 น.	บรรยาย เรื่องทักษะการพัฒนาจิตใจ เพื่อเตรียมใจวัยผู้สูงอายุ	คณะทำงาน
12.00-13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	คณะทำงาน
13.00-16.00 น.	แบ่งกลุ่มฝึกภาคปฏิบัติ 2 กลุ่ม กลุ่มที่ 1 การจัดอาหารจานสุขภาพที่เหมาะสมกับวัย กลุ่มที่ 2 การออกกำลังกาย ไม่พลองเพื่อสุขภาพ	วิทยากร 3 ชม.
	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่มระหว่างกิจกรรมกลุ่ม	คณะทำงาน

สำเนาถูกต้อง



(นางจำเริญ เวีรณพร)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

Workshopครั้งที่ 3 "จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แสร้ประสบการณ์ ติดตามการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงการเตรียมตัวเข้าสู่
วัยสูงอายุครั้งที่ 1" วันที่ 2 เมษายน 2569

เวลา	เรื่อง	ผู้รับผิดชอบ
08.30-09.00 น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	คนทำงาน
09.00- 10.00 น.	ประเมินภาวะสุขภาพเบื้องต้น	คนทำงาน
10.00 -10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คนทำงาน
10.15-11.00 น.	ออกกำลังกายด้วยไม้พลองร่วมกัน	คนทำงาน
11.00-12.00 น.	แลกเปลี่ยน แสร้ประสบการณ์ การตัดสินใจเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยหลัก 3อ.2ส.	คนทำงาน
12.00-13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	คนทำงาน
13.00-14.30 น.	แลกเปลี่ยน แสร้ประสบการณ์ การตัดสินใจเปลี่ยนแปลงตนเองเรื่องการออมและการถ่ายโอนภาระค่าใช้จ่าย	คนทำงาน
14.30-15.00 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คนทำงาน
15.00-16.00 น.	วิเคราะห์สถานการณ์ตนเองเพื่อปรับแผนกิจกรรม	คนทำงาน

Workshopครั้งที่ 4 "จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แสร้ประสบการณ์ ติดตามการตัดสินใจเปลี่ยนแปลงการเตรียมตัวเข้าสู่
วัยสูงอายุครั้งที่ 2" วันที่ 4 มิถุนายน 2569

เวลา	เรื่อง	ผู้รับผิดชอบ
08.30-09.00 น.	ลงทะเบียนผู้เข้าร่วมกิจกรรม	คนทำงาน
09.00- 10.00 น.	ติดตามภาวะสุขภาพเบื้องต้น	คนทำงาน
10.00 -10.15 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คนทำงาน
10.15-12.00 น.	แลกเปลี่ยน แสร้ประสบการณ์การจัดการตนเอง เพื่อการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ	คนทำงาน
12.00-13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	คนทำงาน
13.00-14.30 น.	ร่วมสรุปผลการจัดการตนเองเรื่องการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ	คนทำงาน
14.30-14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม	คนทำงาน
14.45-15.30 น.	ตอบข้อซักถาม ออกกำลังกายด้วยไม้พลองร่วมกันปิดโครงการ	คนทำงาน

สำเนาถูกต้อง

(นางจำเริญ เวียงศรี)

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

รูปภาพประชุมคณะทำงานโครงการ Smart Elderly

