

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรมที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุน
หลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จสิ้นการดำเนินงาน

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๕๙

๑. ผลการดำเนินงาน

โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน ประจำปี ๒๕๕๙ มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๒๐ คน การจัดกิจกรรมประกอบด้วย ภาคเช้าร่วมกันออกกำลังกายไทเก็ก ซึ่งซึ่งเป็นการบริหารลมปราณ ปรับสมดุลของร่างกายช่วยให้กระแสโลหิตไหลเวียนดีทั่วร่างกาย ผักการหายใจเข้า-ออกอย่างถูกวิธี ช่วยให้จิตสงบ เพิ่มกำลังให้แก่อวัยวะกล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกาย และยังมีการออกกำลังกายด้วยรำมวยไทยประยุกต์อีกด้วยจากการจัดกิจกรรมพบว่านักเรียนผู้สูงอายุให้ความสนใจปฏิบัติตามจากต้นสัปดาห์ที่เรียนปฏิบัติกันไม่ถูกต้องพร้อมเพรียงเมื่อปฏิบัติไปอย่างต่อเนื่องพบว่านักเรียนผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและพร้อมเพรียงกันอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมให้ความรู้ตามความสนใจของผู้สูงอายุ เช่น การดูแลความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินสำหรับผู้สูงอายุ การบริโภคอาหารที่เหมาะสมกับวัย หลักประชาธิปไตยสำหรับผู้สูงอายุ เป็นต้น ซึ่งในบางสัปดาห์มีการพานักเรียนผู้สูงอายุทัศนศึกษาออกห้องเรียนไปยังสถานที่สำคัญภายในเขตเทศบาลเมืองลำพูน อาทิเช่น พิพิธภัณฑ์ชุมชนเมือง กู่ช้าง กู่มา พิพิธภัณฑ์แห่งชาติจังหวัดลำพูน จากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนผู้สูงอายุพบว่ามีความสนใจในการสอบถามเรื่องราวต่างๆเมื่อวิทยากรบรรยายและมีการแสดงความคิดเห็นตอบรับตามประสบการณ์ที่ตนเองได้ประสบมาในครั้งอดีตจนถึงปัจจุบัน จัดบันทึกเมื่อวิทยากรบรรยาย ภาคบ่ายกิจกรรมประกอบด้วยการให้ความรู้เรื่องประโยชน์ ข้อดีของการทำสมาธิและปฏิบัติการทำวิหิตสมาธิ (สมาธิอย่างง่าย ๕ นาทีโดยการนั่ง) การเดินสมาธิ จากการจัดกิจกรรมพบว่าผู้สูงอายุมีความสนใจสงบและร่วมกันปฏิบัติด้วยความตั้งใจ และกิจกรรมสุดท้ายในแต่ละสัปดาห์จะมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุด้วยกันเองโดยในแต่ละสัปดาห์นักเรียนผู้สูงอายุจะเสนอกิจกรรมที่จะดำเนินการในครั้งต่อไปและให้ความสนใจในการปฏิบัติร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อาทิเช่น การตัดคุง การทำโคมประดับจากกระดาษ การทำพวงกุญแจลูกบิด การทำขนมวันกะทิ การทำข้าวต้มมัด เป็นต้น จากการสังเกตพฤติกรรมพบว่าวิชานี้เป็นที่สนใจและชื่นชอบของนักเรียนผู้สูงอายุ ขณะปฏิบัติจะมีการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สอบถามข้อสงสัยและได้ผลงานจากการปฏิบัติกันทุกคนพร้อมทั้งเสนอความคิดเห็นในการดำเนินกิจกรรมในสัปดาห์ต่อไปเรื่อยๆ

นอกจากนี้มีการประเมินระดับความพึงพอใจ ความรู้ความเข้าใจและการนำความรู้ไปใช้ของผู้เข้าร่วมโครงการ ซึ่งผลการประเมินมีรายละเอียดดังนี้

ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่พบว่าเป็นผู้หญิงคิดเป็นร้อยละ ๖๖.๗ ผู้ชายคิดเป็นร้อยละ ๓๓.๓ ตามลำดับ ระดับอายุส่วนใหญ่พบว่ามีอายุ ๗๐-๗๔ ปี คิดเป็นร้อยละ ๕๐ อายุ ๖๕ - ๗๐ ปี คิดเป็นร้อยละ ๒๒.๒ อายุ ๖๐-๖๕ ปี คิดเป็นร้อยละ ๑๖.๗ และอายุ ๗๕-๘๐ ปี คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๑ ตามลำดับ ส่วนระดับการศึกษาพบว่าส่วนใหญ่มีระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ร้อยละ ๔๔.๔ ระดับประถมศึกษาตอนปลาย ร้อยละ ๒๗.๘ ระดับปริญญาตรี ร้อยละ ๑๖.๗ และ ระดับประถมศึกษาตอนต้น ร้อยละ ๑๑.๑

ระดับความพึงพอใจ

ด้านวิทยากร พบว่าด้านการถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน มีระดับความพึงพอใจมากที่สุดเป็นร้อยละ ๖๖.๗ และมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๓๓.๓ ตามลำดับ ด้านความสามารถในการอธิบายเนื้อหาพบว่าระดับความพึงพอใจมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๖๑.๑ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๗.๘ และปานกลาง คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๑ ตามลำดับ ด้านการเชื่อมโยงเนื้อหาในการฝึกอบรม พบว่าระดับความพึงพอใจมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๖๖.๗ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๒.๒ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๑๑.๑ ตามลำดับ ด้านความครบถ้วนของ

เนื้อหาในการฝึกอบรม พบว่าระดับความพึงพอใจมากคิดเป็นร้อยละ ๕๕.๖ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๗.๘ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๑๖.๗ ตามลำดับ ด้านการใช้เวลาตามที่กำหนดไว้ พบว่าระดับความพึงพอใจมากคิดเป็นร้อยละ ๗๒.๒ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๒.๒ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ และการตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม พบว่าระดับความพึงพอใจมากคิดเป็นร้อยละ ๖๑.๑ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๗.๘ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๑๑.๑ ตามลำดับ

ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / อาหาร สถานที่สะอาดและมีความเหมาะสม พบว่าระดับความพึงพอใจมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๕๕.๘ มากคิดเป็นร้อยละ ๓๘.๙ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์ พบว่าระดับความพึงพอใจมากคิดเป็นร้อยละ ๕๕.๖ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๓๘.๙ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม พบว่าระดับความพึงพอใจมากคิดเป็นร้อยละ ๕๕.๖ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๓๘.๙ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ และอาหาร มีความเหมาะสม พบว่าระดับความพึงพอใจมากคิดเป็นร้อยละ ๖๑.๑ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๗.๘ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๑๑.๑ ตามลำดับ

ระดับความรู้ความเข้าใจ

ด้านความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้ ก่อนการอบรม พบว่าระดับมากคิดเป็นร้อยละ ๖๑.๑ ระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๓๓.๓ และระดับน้อยคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ

ด้านความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้ หลังการอบรม พบว่าระดับมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๗๒.๒ และระดับมากคิดเป็นร้อยละ ๒๗.๘ ตามลำดับ

ระดับการนำความรู้ไปใช้

ด้านความสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้ พบว่าระดับมากคิดเป็นร้อยละ ๕๕.๖ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๓๘.๙ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ

ด้านความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้ พบว่าระดับมากคิดเป็นร้อยละ ๗๒.๒ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๒.๒ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๕.๖ ตามลำดับ

ด้านความสามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้ พบว่าระดับมากคิดเป็นร้อยละ ๖๖.๗ มากที่สุดคิดเป็นร้อยละ ๒๒.๒ และปานกลางคิดเป็นร้อยละ ๑๑.๑ ตามลำดับ

สรุปประโยชน์ที่ได้จากการฝึกอบรม

- ทำให้สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ดีมากและนำไปแนะนำคนข้างเคียงให้ทำตามได้
- มีความสุขมากที่ได้อบรมและมีความรู้ที่ได้เป็นอย่างดี ใช้เวลาว่างให้มีประโยชน์
- ทำให้มีความรู้และทำให้รู้จักเพื่อน ได้ฝึกสมาธิ เดินจงกรม ทำอาหาร ได้ความเบิกบาน เพลิดเพลิน คลายเครียด ได้เจอเพื่อนใหม่ ได้ออกกำลังกาย มีมนุษยสัมพันธ์ในหมู่คณะ ได้รับความสามัคคีในหมู่คณะของวัยเดียวกัน

- ได้รับเรียนรู้ของเก่าๆของเมืองลำพูนและได้ความรู้เรื่องๆเก่าแก่ของจังหวัดลำพูน

ข้อเสนอแนะและพิจารณา

- เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบมีอัตราค้ำเป็นกันเองรู้สึกอบอุ่นมาก อยากให้จัดทุกปี
- ควรมีข้อมูลมากกว่านี้ ให้มีการทำสมาธิและเรื่องพุทธศาสนาเรื่องอื่นๆ
- ควรประชาสัมพันธ์ให้คนมาร่วมกิจกรรมมากๆ
- การอบรมหลักสูตรการเรียนการสอนดีมากแล้วแต่เพิ่มวิชาการให้มากขึ้น
- อยากให้เปิดเรียนปีละ ๒ ครั้งๆละ ๓ เดือน
- อยากให้แนะนำเกี่ยวกับดูแลหรือปฏิบัติตัวให้ห่างไกลจากการเจ็บป่วยและอยากรู้เกี่ยวกับผู้สูงอายุ ควรจะอย่างไร ถ้ามีปัญหาในครอบครัว เรื่องกฎหมาย
- การออกกำลังกาย วิทยากรทำได้มีมาก การฝึกสมาธิ เป็นการฝึกจิตให้สงบ
- การฝึกอบรมครั้งนี้ได้ให้ความรู้แก่ผู้ฝึกอบรมในเวลาจำกัด

- ควรจัดตารางอบรมสัปดาห์ละ ๒ วัน
- อาคารสถานที่อบรมเหมาะสมดีมาก
- วิทยากรให้ความรู้เหมาะสมดีมาก
- หัวข้อที่อยากจัดอบรมครั้งต่อไป
- อยากให้เชิญวิทยากรจากสรรพากรมาให้ความรู้เรื่องการเสียภาษีรายได้บุคคล
- อยากให้สอนเรื่องสมาธิ พุทธศาสนาอื่นๆ
- อยากให้มีการอบรมบ่อยๆ เรื่องทำขนมไทย อาหารไทย เรื่องวิตามิน สารพิษ การรักษาสุขภาพ
- จัดกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่างกัน
- อยากรับรู้เกี่ยวกับสิทธิของผู้สูงอายุหรือกรรมสิทธิ์ที่ควรจะทำ
- อยากให้ฝึกทำอาหารประเภทยา เจ การแกะสลักผักและผลไม้
- การออกกำลังกายของผู้สูงอายุ (เน้นการทำอย่างจริงจังและต่อเนื่อง)
- ควรจัดทำน้ายาล้างห้องน้ำ
- ควรจัดทำการประดิษฐ์ดอกไม้แห้งที่ใช้ประดับครัวทาน
- ควรนำไปศึกษาศูนย์การเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงของดร.พงษ์พันธ์ นันทขว้างที่บ้านเวียงยอง

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
- ☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ดังนี้

ผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน ๒๐ คน

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ	๖๔,๐๐๐ บาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริง	๔๐,๐๐๐.๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๖๒.๕
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ	๒๔,๐๐๐.๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๓๗.๕

๔. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

☐ ไม่มี

☒ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

- จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการมีน้อย

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

- ควรประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่องเพื่อให้คนมาร่วมกิจกรรมจำนวนมากขึ้น

ลงชื่อ ผู้รายงาน

(นางสาววิจิตรา มณีขัติย์)

ตำแหน่ง พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

วันที่-เดือน-พ.ศ. ๕ สิงหาคม ๒๕๕๙

ภาพแสดงกิจกรรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน

ระหว่างเดือนมกราคม - มีนาคม ๒๕๕๙

ณ ศูนย์บริการผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน



ภาพแสดงพิธีเปิดโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูนโดยนายกเทศมนตรีเมืองลำพูน



ภาพแสดงกิจกรรมการสอนฝึกร่างกายประกอบด้วยไทเก๊ก จี้กง รำมวยไทย



ภาพแสดงกิจกรรมการให้ความรู้ตามความสนใจและกิจกรรมทัศนศึกษาโบราณสถานภายในเขตเทศบาลฯ

ภาพแสดงกิจกรรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน
ระหว่างเดือนมกราคม - มีนาคม ๒๕๕๙
ณ ศูนย์บริการผู้สูงอายุเทศบาลเมืองลำพูน



ภาพแสดงการให้ความรู้และฝึกสมาธิของนักเรียนผู้สูงอายุ



ภาพแสดงกิจกรรมการถ่ายทอดภูมิปัญญาโดยผู้สูงอายุอาทิเช่นตัดตุ๊ก ทำขนมถั่วเทียน ทำน้ำยาล้างจาน