



ที่ นม ๗๑๘๐๖ / ๔๖

องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า
อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา ๓๐๑๗๐

๕ มกราคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอเรียนเชิญร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “เมืองที่เป็นมิตรของคนสูงวัย ปี ๒๕๖๖”

เรียน กำนัน / ผู้ใหญ่บ้าน / สมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กำหนดการโครงการ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. แบบตอบรับเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า กำหนดจัดโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “เมืองที่เป็นมิตรของคนสูงวัย ปี ๒๕๖๖” มีวัตถุประสงค์เพื่อจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลด้านสุขภาพ และส่งเสริมคุณภาพชีวิตแบบครบวงจร มีเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ส่งเสริมและเชิดชูเกียรติผู้สูงอายุให้มีบทบาทและมีคุณค่าทางสังคม มีสุขภาพดีทั้งกายและใจนั้น โดยกำหนดจัดในวันที่ ๑๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๖ ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลมะเกลือเก่า บ้านวังรางน้อย หมู่ที่ ๙

ในการนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า จึงขอความอนุเคราะห์มายังท่าน เชิญผู้สูงอายุ หมู่บ้านละ ๕ คน เข้าร่วมโครงการดังกล่าว ในวันที่ **๑๑ มกราคม ๒๕๖๖** ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลมะเกลือเก่า บ้านวังรางน้อย ๙ ตำบลมะเกลือเก่า อำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา และส่งแบบตอบรับเข้าร่วมโครงการได้ที่ กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า ภายในวันที่ **๙ มกราคม พ.ศ.๒๕๖๖** รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดดำเนินการและขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายเอกชัย พรหมพันธ์ใจ)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม อบต.มะเกลือเก่า

โทร. ๐-๔๔๓๖-๙๙๒๘ ต่อ ๗

โทรสาร. ๐-๔๔๓๖-๙๙๒๘

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ Saraban@makluakao.go.th

ผู้ประสานงานโครงการ : นางสาวลลิตา ภาดากุล เจ้าหน้าที่งานสาธารณสุข ๐๙๘-๙๔๙๘๖๙๕๐



กำหนดการ

โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ “เมืองที่เป็นมิตรของคนสูงวัย ปี ๒๕๖๖” กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม องค์การบริหารส่วนตำบลมะเกลือเก่า วันพุธที่ ๑๑ มกราคม ๒๕๖๖ ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลมะเกลือเก่า

วัน เวลา	กิจกรรม
๐๘.๐๐ น.	ลงทะเบียน รับเอกสาร ชมวิดีโอทัศน์กิจกรรมการดำเนินงาน
๐๘.๓๐ น.	๑) กิจกรรมออกกำลังกาย (รำไม้พลอง) ๒) หลัก ๓ อ. ที่ยังสำคัญและจำเป็นในการดำเนินชีวิต (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์) ๓) สรุปกิจกรรมและแผนการดำเนินงานดูแลผู้สูงอายุตำบลมะเกลือเก่า โดย นายวิฑูรย์ จุลบท ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
๐๙.๓๐ น.	พิธีเปิดโครงการ โดยประธาน เปิดโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ เมืองที่เป็นมิตรของคนสูงวัย
๑๐.๐๐ น.	บรรยายเรื่อง การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ๑) การดูแลสุขภาพ กาย ใจ ๒) สังเกตตัวเองที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรค ๓) ความรู้เบื้องต้นการใช้ยาสำหรับผู้สูงวัย โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล
๑๑.๐๐ น.	เปิดศูนย์อุปกรณ์ช่วยเหลือผู้สูงอายุ ผู้พิการ ที่รักษาตัวที่บ้านและลงนามข้อตกลงในการดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ โดย นายกเอกชัย พรหมพันธ์ใจ ร่วมกับ ประธานศูนย์ ชมรมผู้สูงอายุ อาสาสมัครสาธารณสุขหมู่บ้าน Care Giver (CG) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล
๑๒.๐๐ น.	รับประทานอาหารกลางวัน
๑๓.๐๐ น.	บรรยายเรื่อง การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ (ต่อ) ๑) สุขภาพจิตดี มีพลัง ๒) กิจกรรมนันทนาการ สร้าง เสริมสุข ให้ผู้สูงอายุ โดย วิทยากรจาก โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
๑๕.๓๐ น.	ประเมินผลการดำเนินโครงการ นัดหมายเยี่ยมดูแลผู้สูงอายุติดบ้าน โดย กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

รับประทานอาหารว่าง เวลา ๑๐.๓๐ น.และเวลา ๑๔.๓๐ น.



แบบตอบรับเข้าร่วมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
เมืองที่เป็นมิตรของคนสูงวัย ปี ๒๕๖๖
วันที่ ๑๑ มกราคม ๒๕๖๖
ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลมะเกลือเก่า

ข้าพเจ้า นาย/นาง/นางสาว.....
ตำแหน่ง.....หน่วยงาน.....
หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail**.....

การเข้าร่วมโครงการฯ

- ยินดีเข้าร่วม
 ไม่สามารถเข้าร่วมได้เนื่องจากติดภาระกิจ
 ไม่สามารถเข้าร่วมโดยมอบผู้แทนดังนี้

๑. นาย/นาง/นางสาว.....
ตำแหน่ง.....หน่วยงาน.....
หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail**.....

๒. นาย/นาง/นางสาว.....
ตำแหน่ง.....หน่วยงาน.....
หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail**.....

๓. นาย/นาง/นางสาว.....
ตำแหน่ง.....หน่วยงาน.....
หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail**.....

๔. นาย/นาง/นางสาว.....
ตำแหน่ง.....หน่วยงาน.....
หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail**.....

๕. นาย/นาง/นางสาว.....
ตำแหน่ง.....หน่วยงาน.....
หมายเลขโทรศัพท์.....E-mail**.....