**โครงการธรรมะบำบัดวัยชราไม่ซึมเศร้าสร้างสุขภาพจิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ**

**เทศบาลตำบลห้วยหิน ตำบลห้วยหิน อำเภอหนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์**

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

1. **ชื่อโครงการ** โครงการธรรมะบำบัดวัยชราไม่ซึมเศร้าสร้างสุขภาพจิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ
2. **หลักการและเหตุผล**

ข้อมูลการคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ปี พ.ศ. 2561 พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าข่ายภาวะซึมเศร้ามีถึงร้อยละ 26.5 แต่ผู้สูงอายุในชุมชนที่มีอาการรุนแรงถึงขั้นเป็นโรคซึมเศร้าจริงๆ มีประมาณร้อยละ 5 เท่านั้น หากผู้สูงอายุอยู่ในภาวะซึมเศร้านานๆ โดยไม่ได้รับการรักษา จะกลายเป็นโรคซึมเศร้าและบางรายอาจมีโรคสมาธิความจำเสื่อมจนพัฒนาเป็นโรคสมองเสื่อมหรืออัลไซเมอร์ได้ และเพื่อเป็นแนวทางการดูแลจิตใจผู้สูงวัยที่สุ่มเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าในการดูแลผู้สูงอายุป้องกันไม่ให้เกิดภาวะซึมเศร้านั้นกระตุ้นให้ท่านหันมาสนใจดูแลตัวเองมากขึ้นด้วยการทำกิจกรรมต่างๆกับเพื่อนบ้านกิจกรรมร่วมกับชุมชนและกิจกรรมทางศาสนา เพื่อให้ได้มีโอกาสพบปะพูดคุยกับเพื่อนในวัยใกล้เคียงกันพร้อมกับร่วมทำกิจกรรม

จากหลักการดังกล่าว งานสวัสดิการสังคมและพัฒนาชุมชน สำนักปลัด เทศบาลตำบลห้วยหิน ได้ให้ความสำคัญและตระหนักถึงเรื่องนี้เป็นอย่างดีจึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้นมาเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบลห้วยหิน

**3. วัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด**

1.เพื่อให้ผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ออกมาร่วมทำกิจกรรมป้องกันโรคซึมเศร้า

2.เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับฟังธรรมะคลายเหงา และวิธีดูแลสุขภาพตนเอง

3.เพื่อให้ลูกหลานได้เห็นความสำคัญและใส่ใจผู้สูงอายุมากขึ้น

4.เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุเหงาและอยู่ในภาวะซึมเศร้า

-2-

**4. วิธีดำเนินการ**

1.จัดอบรมให้ความรู้การดูแลตนเองแก่ผู้สูงอายุ

2.จัดกิจกรรมทางศาสนา นิมนต์พระมาเทศนาให้แก่ผู้สูงอายุฟัง

3.จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุร่วมกิจกรรม

4.ประเมินผล และรายงานผลการดำเนินงานตามโครงการ

**5. ระยะเวลาดำเนินการ**

ระยะเวลาดำเนินการ 22-23 กรกฎาคม 2563

**6. สถานที่ดำเนินการ**

วัดโนนงิ้ว ตำบลห้วยหิน อำเภอหนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์

7. **วิธีดำเนินงาน / แผนปฏิบัติงาน**

1.เสนอโครงการต่อนายกเทศมนตรีตำบลห้วยหินพิจารณาอนุมัติ

2.แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินการรับผิดชอบหน้าที่ตามคำสั่ง

3.แจ้งให้ผู้เกี่ยวข้องดำเนินการรับผิดชอบหน้าที่ตามคำสั่ง

4.สรุปประเมินผลโครงการ

5.รายงานผลดำเนินงานต่อผู้บริหาร

**8. งบประมาณ**

จากข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2563 เทศบาลตำบลห้วยหิน หน้า165 ค่าใช้สอย รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่นๆ ค่าใช้จ่ายตาม  
โครงการธรรมะบำบัดวัยชราไม่ซึมเศร้าสร้างสุขภาพที่ดีแก่ผู้สูงอายุ **จำนวนเงิน 50,000 บาท** โดยประมาณค่าใช้จ่ายดังนี้ ตามเอกสารที่แนบท้าย (ภาคผนวก ข.)

หมายเหตุ # ผู้เข้าร่วมโครงการประกอบด้วยผู้สูงอายุหมู่บ้านละ 4 คนผู้นำหมู่บ้านละ 1 คน และเจ้าหน้าที่รับผิดชอบโครงการ ตามคำสั่งที่ได้มอบหมาย

-3-

**9. ผลที่คาดว่าจะได้รับ**

1.ผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ออกมาร่วมทำกิจกรรม

2.ผู้สูงอายุได้รับฟังธรรมะคลายเหงา และวิธีดูแลสุขภาพตนเอง

3.ให้ลูกหลานได้เห็นความสำคัญและใส่ใจผู้สูงอายุมากขึ้น

4.ป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุเหงาและอยู่ในภาวะซึมเศร้า

**10. ผู้รับผิดชอบโครงการ**

งานสวัสดิการสังคมและพัฒนาชุมชน เทศบาลตำบลห้วยหิน

**11. ผู้เสนอโครงการ**

ลงชื่อ...............................................................ผู้เสนอโครงการ

(นายปริญญา เดชสูงเนิน)

ตำแหน่งนักพัฒนาชุมชน

**12. ผู้เห็นชอบโครงการ**

ความเห็น...................................................................................................................................

ลงชื่อ................................................................ผู้เห็นชอบโครงการ

(นายประกาศิต วิวาโค)

ตำแหน่ง ปลัดเทศบาลตำบลห้วยหิน

13. ผู้อนุมัติโครงการ

ความเห็น.....................................................................................................................................

ลงชื่อ...............................................................ผู้อนุมัติโครงการ

(นายไพบูลย์ ธิติพิศุทธิ์กุล)

ตำแหน่ง นายกเทศมนตรีตำบลห้วยหิน

**บัญชีประมาณการแนบท้ายโครงการ**

โครงการธรรมะบำบัดวัยชราไม่ซึมเศร้าสร้างสุขภาพจิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ วันที่ 22-23 กรกฎาคม 2563 ณ วัดโนนงิ้ว ตำบลห้วยหิน อำเภอหนองหงส์ จังหวัดบุรีรัมย์

-------------------------------------

1. ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม 4 มื้อๆละ 25 บาทx 100 คน เป็นเงิน 10,000.- บาท

2. ค่าอาหารว่าง (น้ำปานะตอนเย็น) 1 มื้อ 25 X 100 บาท เป็นเงิน 2,500.- บาท

3. ค่าอาหารกลางวันและเครื่องดื่ม 3 มื้อๆละ 50 บาทX 100 คน เป็นเงิน 15,000.- บาท

4. ค่าจ้างเหมาจัดทำป้ายโครงการฯ ขนาด 2.5 X 5 เมตร จำนวน ๑ ป้าย เป็นเงิน 1,875.- บาท

5. ค่าวิทยากร จำนวน 2 วัน 12 ชั่วโมงๆละ 600 บาท เป็นเงิน 7,200.- บาท

6. ค่าวัสดุอุปกรณ์ ในการจัดสถานที่ (ธูป เทียน ดอกไม้ ลวด ตะปู ฯลฯ) เป็นเงิน 3,125.- บาท

7. ค่าวัสดุอุปกรณ์ใช้ในการอบรม

-กระเป๋าผ้าพร้อมสกรีนโครงการ 55 X 100 เป็นเงิน 5,500.- บาท

-ปากกา 10 X 100 เป็นเงิน 1,000.- บาท

-สมุด 10 X 100 เป็นเงิน 1,000.- บาท

-เอกสารประกอบใช้ในการอบรมโครงการ 28 X 100 เป็นเงิน 2,800.- บาท

**รวมจำนวน 7 รายการ เป็นเงินทั้งสิ้น 50,000.- บาท**

**หมายเหตุ : ค่าใช้จ่ายทุกรายการที่เกิดขึ้นสามารถถัวเฉลี่ยได้**