



# คู่มือการดำเนินงาน

## ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Bugrasang Day Care Center)

องค์การบริหารส่วนตำบลบุงกระสัง  
ตำบลบุงกระสัง อำเภอนองกี้  
จังหวัดบุรีรัมย์



สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 4 นครราชสีมา  
สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์  
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

เอกสารวิชาการ 2/2566

## คำนำ

ประเทศไทยกำลังเผชิญกับสถานการณ์ที่ครอบครัวและชุมชนต้องรับมือกับการดูแลผู้สูงอายุมากขึ้น เนื่องจากอายุคาดเฉลี่ยของประชากรสูงขึ้น และผู้สูงอายุมียุ้ยยืนยาวเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในขณะที่อายุสุขภาพนั้น อาจไม่ได้เป็นไปในทางเดียวกัน ส่งผลต่อความต้องการพึ่งพิงดูแลจากสมาชิกในครอบครัวและชุมชน และเมื่อกล่าวถึงสุขภาพนั้นไม่ได้หมายถึงแค่สภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปหรือมีภาวะความเจ็บป่วย เท่านั้น แต่ยังรวมถึงความเจ็บป่วยทางสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ การเผชิญกับสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม และส่งผลต่อสุขภาพและเมื่อเจ็บป่วยแล้วเป็นอุปสรรคทำให้ไม่สามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมได้

นอกจากนั้นปัญหาดังกล่าวส่งผลทำให้ผู้สูงอายุเป็นภาระในการดูแลมากขึ้น ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพัง ในครัวเรือนมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งปัญหาที่พบมากที่สุดคือ รู้สึกเหงา ไม่มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย และต้องการผู้ดูแลในการทำกิจกรรมประจำวัน ที่ผ่านมารูปแบบการดูแลผู้สูงอายุโดยทั่วไปนั้นมักจะมุ่งเน้น ให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเองเป็นหลัก โดยมีเครือข่ายของครอบครัวและชุมชนเป็นส่วนที่สนับสนุน แต่จากปัญหาทางเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนไปบุตรหลานของผู้สูงอายุจำเป็นต้องเคลื่อนย้ายแรงงาน เข้าไปทำงานต่างพื้นที่ ผลกระทบที่ตามมาคือผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยวและดำเนินชีวิตอยู่ตามลำพัง ในเวลาที่ลูกหลานจำเป็นต้องไปทำงาน เมื่อผู้สูงอายุที่มีความจำเป็นต้องความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ อาทิเช่น การให้ความช่วยเหลือในการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ดูแลเรื่องการรับประทานอาหาร รับประทานยา ความต้องการการดูแลเรื่องการฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจ และไม่มีผู้ให้ความช่วยเหลือได้ ซึ่งส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุ และญาติผู้ดูแลเป็นอย่างมาก

จากผลกระทบดังกล่าว ทำให้องค์การบริหารส่วนตำบลบุงกระสัง ได้ตระหนักถึงความสำคัญของ สถานการณ์ปัญหาดังกล่าว โดยการริเริ่มการดำเนินการ "ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน" หรือ "Bugrasang Day Care" เพื่อดูแลผู้สูงอายุระหว่างวัน เน้นการจัดกิจกรรม การดูแล ส่งเสริม และฟื้นฟู สุขภาพแก่ผู้สูงอายุ การทำกิจกรรมอย่างง่ายที่สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ส่งเสริมกิจกรรม สันทนาการที่เหมาะสมให้กับผู้สูงอายุ เพื่อแบ่งเบาภาระของครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งหากไม่มีการ ดำเนินการเพื่อรองรับปัญหาเหล่านี้ ในอนาคตอาจจะทำให้ส่งผลกระทบต่อภาระการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น

คู่มือการดำเนินงานฉบับย่อเล่มนี้ เป็นคู่มือที่จัดทำขึ้นเพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ปฏิบัติงานในการ ให้บริการ และเพื่อเผยแพร่ให้เป็นข้อมูลแก่สาธารณะที่สนใจในการพัฒนารูปแบบการดูแลในช่วงระยะ การทดลองเท่านั้น

ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือฉบับย่อนี้จะเป็นแนวทางในการดำเนินของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ ช่วงกลางวัน (Bugrasang Day Care) ในระยะทดลองให้มีประสิทธิภาพ และเพื่อถ่ายทอดข้อมูลความรู้ แก่หน่วยงานเครือข่ายและประชาชนทั่วไป ให้เข้าใจรูปแบบการให้บริการของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ ช่วงกลางวัน ได้อย่างถูกต้อง

กลุ่มการวิจัยและการพัฒนาระบบเครือข่าย

สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 4

สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

มิถุนายน 2566

# สารบัญ

## หน้า

ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวันองค์การบริหารส่วนตำบลบุกระสัง	1
แนวคิดการให้บริการ	6
แผนการดำเนินการ	7
คุณสมบัติของผู้ใช้บริการ	8
รูปแบบการให้บริการ	9
ปฏิทินกิจกรรม	10
การกำหนดโครงสร้าง	11
มาตรฐานการจัดบริการ	13
การรับ-ส่ง	14
บทบาทที่มิให้บริการประจำศูนย์ฯ Day Care	15
การประเมินการรับบริการ	19
กิจกรรมในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน	20
องค์การบริหารส่วนตำบลบุกระสัง	
การจัดกิจกรรม	21
แผนโปรโมท Day Care	25





## ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Bugrasang Day Care Center)

องค์การบริหารส่วนตำบลบุงกระสัง  
ตำบลบุงกระสัง อำเภอหนองกี่  
จังหวัดบุรีรัมย์



## ทำความรู้จักอำเภอหนองกี่



อำเภอหนองกี่ ตั้งอยู่ที่ทิศตะวันตกเฉียงใต้ของจังหวัดบุรีรัมย์ บนเส้นทางสายโชคชัย-เดชอุดม หรือทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 24 ห่างจากจังหวัดบุรีรัมย์ ประมาณ 83 กิโลเมตร หรือประมาณ 70 กิโลเมตร จากจังหวัดนครราชสีมา อำเภอหนองกี่มีเนื้อที่ 385 ตร.กม. คิดเป็นร้อยละ 3.73 ของเนื้อที่ทั้งหมดของจังหวัดบุรีรัมย์



### สถานที่ท่องเที่ยว



- โครงการชลประทานเขื่อนห้วยยาง ต.ดอนอระวาง สามารถใช้เป็นแหล่งท่องเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจได้



- หาดปราสาททอง ตั้งอยู่ที่ตำบลเข้ยปราสาท

### ศิลปวัฒนธรรมและขนบธรรมเนียม

ประเพณีที่สำคัญ เช่น งานมหกรรมมวยไทย เทศกาลกินไก่ ไหว้เจ้าพ่อขุนศรี งานแห่เทียนเข้าพรรษา งานประเพณีลอยกระทง งานประเพณีสงกรานต์ งานประเพณีบุญบั้งไฟ



# ตำบลบุกระสัง

เขตการปกครอง : 10 หมู่บ้าน

จำนวนครัวเรือน : 1,825 หลัง

จำนวนประชากร : 6,507 คน



กลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 1,139 ราย  
คิดเป็น 17.50% ของจำนวนประชากรทั้งหมดในพื้นที่

กลุ่มติดสังคม 1,014 คน

กลุ่มติดบ้าน 108 คน



89.03 %



9.48 %

กลุ่มติดเตียง 17 คน



1.49 %



# แผนผังโครงสร้าง Day Care



# Day Care

## การดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน

ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวอยู่กับลูกหลานได้  
อย่างมีความสุข ลดภาวะซึมเศร้า  
ในผู้สูงอายุ



ผู้สูงอายุมีความสามารถในการดูแล  
กิจกรรมประจำวันของตนเองเพิ่มขึ้น

ผู้สูงอายุ ได้รับการฝึกทักษะการบริหาร  
สมอง ชะลอการเกิดภาวะสมองเสื่อม



แบ่งเบาภาระลูกหลานในการดูแลพ่อแม่  
ผู้สูงอายุช่วงกลางวัน





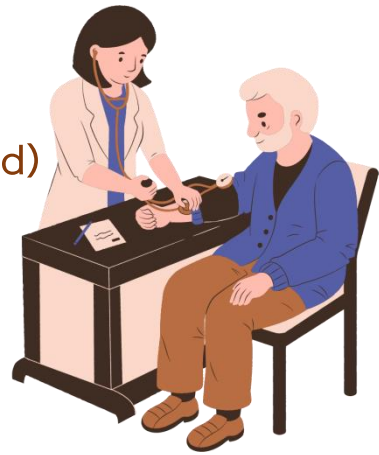
# แนวคิดการให้บริการ

เน้นการทำกิจกรรมประจำวันถึงพื้นฟู  
(Day care and Day service)



เน้นผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยง (Risk)  
เช่น เสี่ยงล้ม เสี่ยงซึมเศร้า สมองเสื่อม หกล้ม

เน้นกลุ่มผู้สูงอายุที่สมัครใจเข้ารับบริการ (need)



เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุที่มีชีวิตอย่าง  
เจียมเหนงา โดดเดี่ยวได้พบปะสังสรรค์กับ  
บุคคลวัยเดียวกันและกับบุคคลอื่น

เป็นบริการที่ช่วยแบ่งเบาภาระความรับผิดชอบ  
ของครอบครัว ในการดูแลผู้สูงอายุชั่วคราว  
โดยเฉพาะอย่างยิ่งการช่วยผ่อนคลายความตึง  
เครียดให้กับผู้ดูแลผู้สูงอายุ



# แผนการดำเนินการ

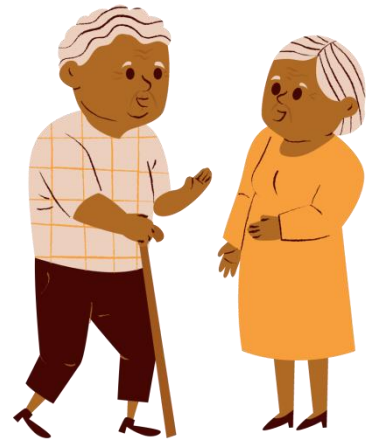
## วิสัยทัศน์



“ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวันแบบบูรณาการ  
โดยท้องถิ่น เพื่อรองรับสังคมสูงวัย”

## พันธกิจ

1. มุ่งเน้นการให้บริการครอบคลุม 4 มิติ  
(กาย จิต สังคม จิตวิญญาณ)



2. ประสานความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ  
ภาคประชาชน และภาคเอกชน ในการให้บริการ

3. เป็นศูนย์กลางแห่งการเรียนรู้ด้านบริการ  
ดูแลผู้สูงอายุแบบเข้าไป เย็นกลับ



# คุณสมบัติของผู้ใช้บริการ

## 1. การใช้แบบประเมิน ดังนี้

- ❖ แบบประเมินความพร้อมของครอบครัว (Family Readiness Assessment : F.R.A.)
- ❖ แบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale : TGDS)
- ❖ แบบประเมินการทำกิจวัตรประจำวัน (Activities of Daily Living : ADL)

## 2. เกณฑ์การพิจารณา

- ❖ ความพร้อมของครอบครัว
  - \* พิจารณาเรื่องการร่วมในการรับ-ส่งผู้สูงอายุ และความสนใจเข้ารับบริการ
- ❖ การประเมินการทำกิจวัตรประจำวัน ADL
  - \* ค่า ADL **5 - 11** ผู้สูงอายุที่ดูแลและช่วยเหลือตนเองได้บ้าง
  - \* ค่า ADL **12 คะแนนขึ้นไป** ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม อยู่ในเกณฑ์เข้ารับบริการ กรณีเป็นผู้ที่มีความเสี่ยงซึมเศร้าหรือซึมเศร้าเล็กน้อยและมีความสนใจเข้าใช้บริการ
- ❖ การประเมินภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ
  - \* มีคะแนน **0 - 8** คือ มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า

## 3. อายุผู้ให้บริการ

- ❖ มากกว่า 60 ปีขึ้นไป



# รูปแบบการให้บริการ

ระยะทดลองเปิดให้บริการสัปดาห์ละ 1 วัน (ทุกวันศุกร์)

ช่วงเวลาให้บริการ	09.00 น. – 15.00 น.
ช่วงเวลารับ – ส่ง	08.30 น. – 09.00 น. และ 15.00 – 15.30 น.
ผู้สูงอายุเข้ารับบริการ	15 คนต่อวัน



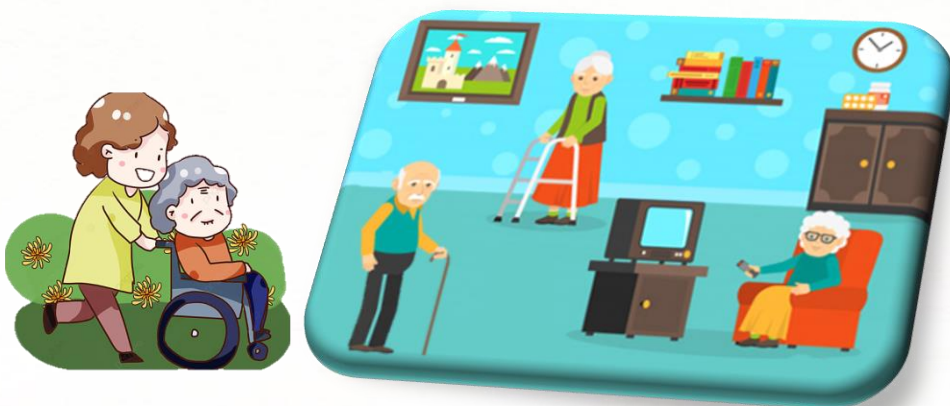
## ทีมบริการที่ประจำศูนย์ฯ Day Care

- พยาบาลวิชาชีพ จำนวน 2 คน
- นักวิชาการสาธารณสุข จำนวน 1 คน
- นักพัฒนาชุมชน จำนวน 1 คน
- นักกิจกรรมสร้างสรรค์และนันทนาการ (ชมรมผู้สูงอายุ)
- หมอนวดแผนไทย จำนวน 1 คน
- ผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Care Giver) จำนวน 15 คน
- อาสาสมัครประจำศูนย์ฯ จำนวน 6 คน



# ปฏิทินกิจกรรม

ปฏิทินกิจกรรมระยะทดลอง จำนวน 4 สัปดาห์

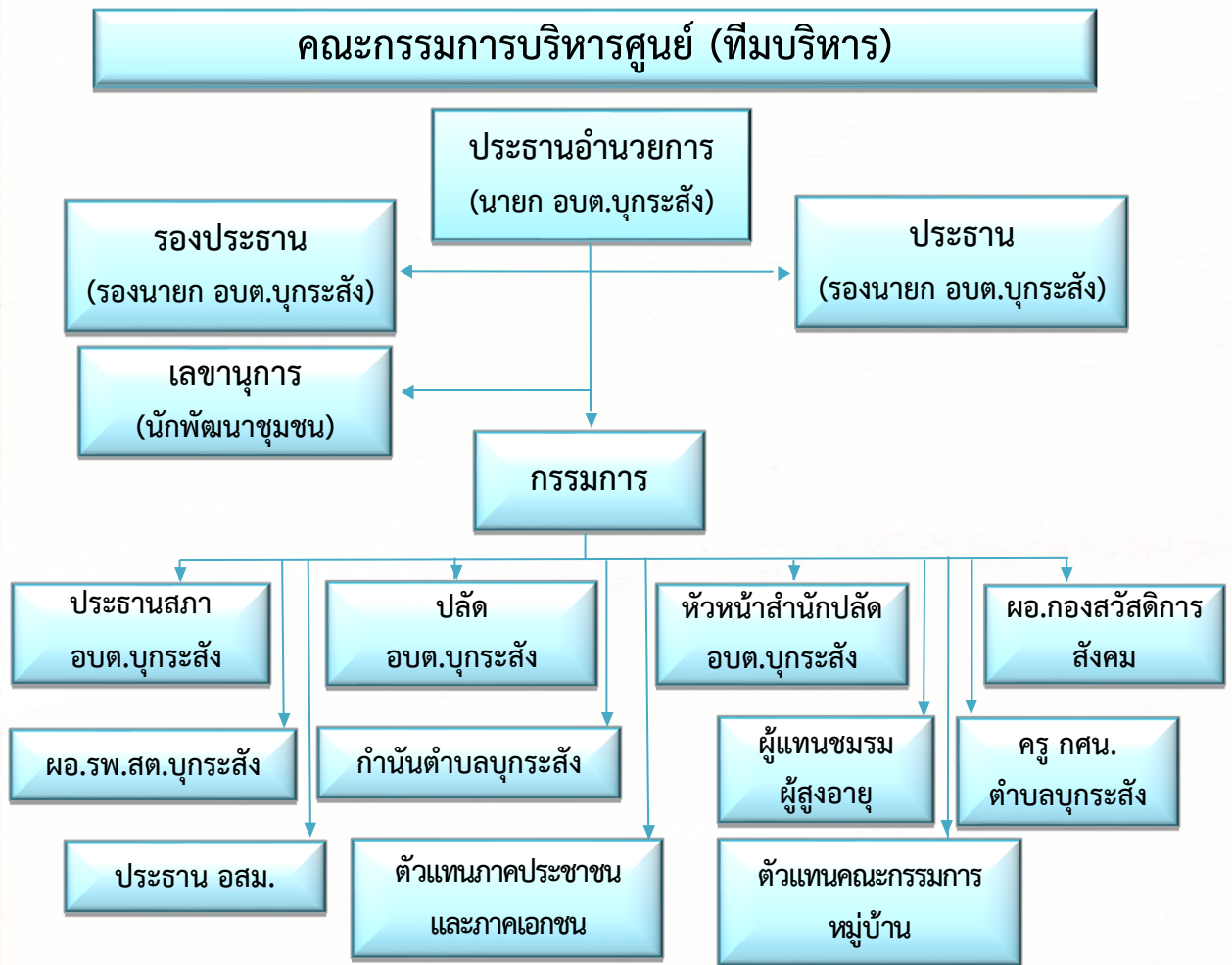


## มิถุนายน - กรกฎาคม

## 2566

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SUN
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	* เริ่ม 30 มิถุนายน - 21 กรกฎาคม 2566				

# การกำหนดโครงสร้าง



## อำนาจหน้าที่ ดังนี้

- (1) กำหนดนโยบาย และแนวทางในการบริหารจัดการ
- (2) กำกับ ติดตามการดำเนินงานของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Day Care)
- (3) ส่งเสริม และสนับสนุนให้เกิดการขับเคลื่อนการบริการและกิจกรรมของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Day Care)
- (4) แสวงหาความร่วมมือจากภาคี องค์กร เครือข่ายภายในชุมชน และภายนอกชุมชน
- (5) ดำเนินการอื่นๆ ตามที่เห็นสมควร เพื่อให้การดำเนินงานของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Day Care) บรรลุตามวัตถุประสงค์



# การกำหนดโครงสร้าง

## คณะกรรมการดำเนินงาน (ทีมปฏิบัติการ)



### อำนาจหน้าที่ ดังนี้

- (1) ออกแบบรูปแบบการบริการและกิจกรรมในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Day Care)
- (2) จัดทำแผนปฏิบัติการในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Day Care)
- (3) ปฏิบัติการตามแผน เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนการบริการและการดำเนินกิจกรรมของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน (Day Care) ตำบลบุงกระสัง
- (4) บูรณาการความร่วมมือจากภาคี องค์กร ชมรม เครือข่ายภายในชุมชน และภายนอกชุมชน
- (5) ดำเนินการอื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย เพื่อให้การดำเนินงานของศูนย์ฯ บรรลุตามวัตถุประสงค์



# มาตรฐานการจัดบริการ

## ความสะอาด



- ➔ อุปกรณ์ทำความสะอาด  
(เสร็จ 1 กิจกรรม ควรทำความสะอาดทันที)



## Personal Kit

- ➔ สมุดพกประจำตัว  
➔ กระเป๋าประจำตัว  
➔ ป้ายชื่อ





# การรับ - ส่ง

ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลบุงกระสัง

ผู้สูงอายุบางคนมีศักยภาพในการดูแลตนเอง  
สามารถเดินทางมาร่วม Day Care เองได้  
ผู้สูงอายุบางส่วนที่ไม่สามารถเดินทางมาเองได้  
อาสาสมัครต่างๆ เป็นผู้รับผิดชอบหลัก  
ในการรับ - ส่ง  
เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุ



# บทบาททีมให้บริการประจำศูนย์ฯ

## Day Care

### ผู้จัดการศูนย์

ทำหน้าที่ในการบริหารจัดการทรัพยากรบุคคลประจำศูนย์ กำกับและติดตามให้การดำเนินงานเป็นไปตามบทบาทหน้าที่และตามขอบเขตความรับผิดชอบของแต่ละคน นอกจากนี้ยังอำนวยความสะดวกให้เกิดการประชุมทีมเดือนละ 1 ครั้ง และมีบทบาทในการกำหนดตัวบุคคลในการรับผิดชอบศูนย์แต่ละวัน รวมถึงการบริหารจัดการงบประมาณในการดำเนินงานภายในศูนย์และการจัดกิจกรรมตามแผนงาน



### พยาบาลวิชาชีพ

มีบทบาทในการตรวจประเมินสุขภาพ ประเมินสภาพร่างกาย และดูอาการของโรคของผู้สูงอายุ และให้การรักษาตามอาการ รวมทั้งให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพ การส่งเสริมและป้องกันอาการต่างๆ ผ่านสื่อความรู้ การรับประสานยา การสาธิตและการให้คำแนะนำ และส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพ และการดูแลอาหารที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เป็นต้น



# บทบาททีมให้บริการประจำศูนย์ฯ

## Day Care

### นักวิชาการสาธารณสุข

มีบทบาทในการช่วยเหลือสนับสนุนการดูแลของทีมพยาบาล และส่งเสริมสุขภาพด้วยกิจกรรมต่างๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ เน้นการจัดกิจกรรม นันทนาการที่ส่งเสริมเรื่องอาหาร โภชนาการ สุขภาพ และการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในครอบครัว



### นักพัฒนาชุมชน

มีบทบาทหน้าที่ในการประเมินสถานะทางสังคมของผู้สูงอายุและความพร้อมของครอบครัว การดูแล ส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมที่มุ่งเน้นการสร้างสัมพันธภาพ การปรับตัวทางสังคม และกิจกรรมที่เน้นการมีทักษะทางสังคม มีบทบาทในการเชื่อมโยงการบริการกับครอบครัวและชุมชน รวมทั้งการทำความเข้าใจกับครอบครัวให้มีบทบาทในการดูแลสนับสนุนผู้สูงอายุ



# บทบาททีมให้บริการประจำศูนย์ฯ

## Day Care

นักกิจกรรมสร้างสรรค์และนันทนาการ  
(ชมรมผู้สูงอายุ)



มีบทบาทในการส่งเสริมให้เกิดการจัดกิจกรรมนันทนาการต่างๆ เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน มีความสุข ผ่อนคลายความตึงเครียด ทั้งร่างกายและจิตใจ และการฝึกอาชีพสำหรับผู้สูงอายุ



หมอนวดแผนไทย

มีบทบาทหน้าที่ในการช่วยเหลือ  
จัดระบบการดูแลร่างกายและการเคลื่อนไหว  
การนวดบำบัดการช่วยผ่อนคลายผู้สูงอายุ  
การสอนนวดผ่อนคลายด้วยตนเอง

# บทบาททีมให้บริการประจำศูนย์ฯ

## Day Care

### ผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Care Giver)

มีบทบาทในการสนับสนุนการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุในศูนย์ โดยเฉพาะในรายที่ต้องการช่วยเหลือและมีภาวะพึ่งพิงมากกว่าคนอื่น และเป็นผู้รับผิดชอบหลักในการรับ-ส่งผู้สูงอายุ และการสนับสนุนช่วยเหลือ เช่น การลุก การทรงตัวในทำนั้ง ยืน และการเดิน เป็นต้น



### อาสาสมัครประจำศูนย์ฯ



สนับสนุนการดำเนินงานของทีมให้บริการในเรื่องต่างๆ เช่น การเตรียมอาหาร การเตรียมสถานที่ และอุปกรณ์ในการจัดกิจกรรม และดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุในศูนย์

# การประเมิน การรับบริการ

การประเมิน	สี่ปดาศ์			
	1	2	3	4
การประเมินรูปแบบบริการ และกิจกรรม	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
การประเมินความพึงพอใจ ของ ผู้รับบริการ และ ครอบครัว				<input checked="" type="checkbox"/>



## กิจกรรม ในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน องค์การบริหารส่วนตำบลบุกระสัง

ผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวันนั้น จะได้รับการดูแลผ่านกิจกรรมที่เหมาะสม สอดคล้องกับความต้องการจำเป็นในการฟื้นฟูสมอง และสมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุจะทำกิจกรรมต่างๆ โดยทีมสหวิชาชีพผู้ดูแลและอาสาสมัคร โดยกิจกรรมจะแบ่งเป็นกิจกรรมหลัก และกิจกรรมเสริม

กิจกรรมหลัก	กิจกรรมเสริม
<p><b>1. กิจกรรมการดูแลสุขภาพ</b></p> <p>ผู้ดำเนินกิจกรรมพยาบาล นักวิชาการสาธารณสุข หมอนวดแผนไทย หรือ อสม. โดยให้การตรวจประเมิน และให้การดูแลสุขภาพองค์รวมได้ การตรวจคัดกรองสุขภาพ (ในครั้งแรกที่มาใช้บริการ) การวัดความดัน การสังเกตและติดตามอาการป่วยในระหว่างที่มาร่วมกิจกรรมในศูนย์ เป็นต้น</p>	<p><b>กิจกรรมสำหรับผู้ดูแลผู้สูงอายุ</b></p> <p>- กิจกรรมที่หน่วยงาน/องค์กร/สถานบันการศึกษาเข้ามาจัดให้กับผู้สูงอายุ โดยได้รับการพิจารณาทีมสหวิชาชีพในศูนย์ ว่ามีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ</p> <p><b>กิจกรรมที่สนับสนุนครอบครัวผู้สูงอายุ</b></p> <p>ถือเป็นกิจกรรมสนับสนุนสำหรับญาติผู้ดูแล เพื่อส่งเสริมความรู้ และสร้างความมั่นใจว่ามีรูปแบบแนวทางการดูแลอย่างเหมาะสม รวมถึงการมีช่องทางในการติดตามการใช้บริการของศูนย์ ซึ่งกิจกรรมต่างๆ เช่น</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การปฐมพยาบาลเบื้องต้น</li> <li>- กายภาพบำบัดที่บ้าน</li> <li>- แผ่นพับ โบชัวร์ให้ความรู้</li> <li>- CPR</li> <li>- สมุดบันทึก</li> <li>- การให้คำแนะนำในการปรับสภาพแวดล้อมภายในบ้าน (ห้องน้ำ การเปิดไฟ การเปิดหน้าต่าง)</li> </ul>
<p><b>2. กิจกรรมเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย</b></p> <p>โดยมีนักวิชาการสาธารณสุขเป็นผู้ให้บริการ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ฝึกการทรงตัว</li> <li>- การเอื้อมจับ หยิบของทิศทางต่างๆ</li> <li>- ลูก ยืน ชูมือ</li> </ul>	
<p><b>3. กิจกรรมฝึกสมอง</b></p> <p>มีพยาบาลและนักวิชาการสาธารณสุขให้บริการ</p>	
<p><b>4. กิจกรรมด้านจิต-สังคม</b></p> <p>ดำเนินกิจกรรมโดยนักพัฒนาสังคม ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- จับคู่/กลุ่ม แשרเรื่องราว</li> <li>- สิ่งที่ฉันทประทับใจที่สุดในชีวิต</li> </ul>	
<p><b>5. นันทนาการ</b></p> <p>เจ้าหน้าที่วิชาชีพ รวมถึงผู้ดูแล และอาสาสมัคร ดำเนินกิจกรรมต่างๆ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ดนตรีที่ชอบ</li> <li>- โดมิโน</li> </ul>	

# การจัดกิจกรรม ในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน



การให้บริการดูแลผู้สูงอายุของศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน องค์การบริหารส่วนตำบลบุกระสัง ให้บริการวันศุกร์ ตั้งแต่เวลา 09.00–15.00 น. ในระยะทดลอง โดยผู้สูงอายุที่มาใช้บริการจะได้รับการดูแลด้วยกิจกรรมด้านสุขภาพร่างกายทั่วไป การฝึกสมอง การดูแลด้านจิตสังคม ซึ่งมีการกำหนดกิจกรรมรายวัน ให้แก่ผู้สูงอายุจะได้รับการบริการแบบกลุ่ม และรายบุคคล ซึ่งขึ้นอยู่กับแผนการดูแล

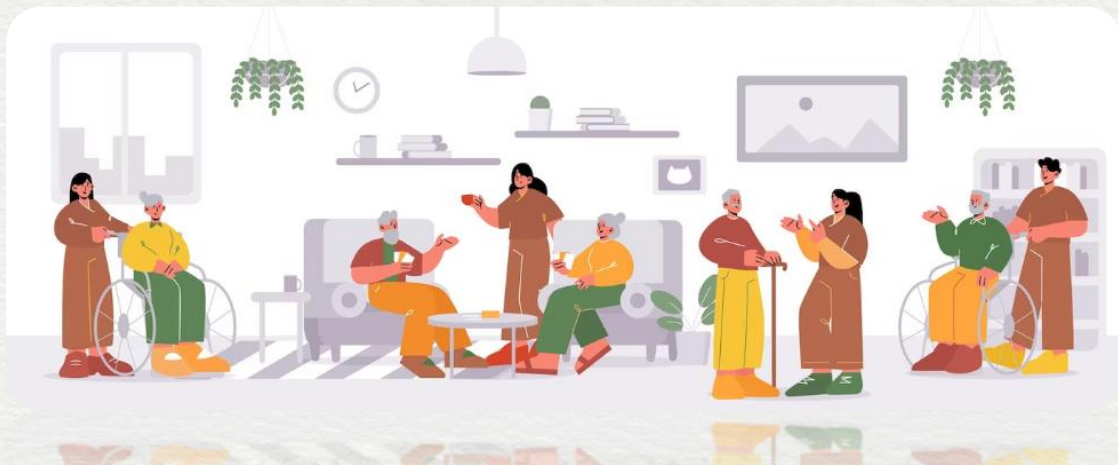
การให้บริการผู้สูงอายุตามแผนการดูแลนั้นเป็นสิ่งสำคัญในกระบวนการของการดูแล เมื่อผู้สูงอายุประสงค์เข้ามาใช้บริการของศูนย์ทีมสหวิชาชีพจะทำการประเมิน คัดกรองผู้สูงอายุเพื่อตรวจสอบว่าผู้สูงอายุมีจุดใดที่ต้องการฟื้นฟู ก่อนจะมา ร่วมกันกำหนดแผนการดูแล ซึ่งแผนการดูแลที่ทางศูนย์ได้จัดทำขึ้นนั้น ต้องประกอบด้วยมิติที่เกี่ยวข้องกับสภาพร่างกาย ความคิด ความจำ จิตใจ และสังคม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างเป็นองค์รวม





# ตารางกิจกรรม

## สำหรับผู้สูงอายุในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน



เวลา	กิจกรรม	ผู้รับผิดชอบ
09.00 น. – 09.30 น.	- ลงทะเบียน - ตรวจสอบสุขภาพ - บันทึกกระเบียนประวัติ	- ผู้ดูแลผู้สูงอายุ (Care Giver) - อสม.
09.30 น. – 10.30 น.	- กิจกรรมการแนะนำตัว และจำชื่อคน - การเตรียมตัวเพื่อร่วมกิจกรรม - สาธิตการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ - กิจกรรมบริหารสมอง ด้วยกิจกรรมกายสัมพันธ์ - เสี่ยงธรรมนำชีวิต	- ผอ.รพ.สต.บุกระสัง - พยาบาลวิชาชีพ รพ.สต. - เจ้าอาวาสวัดป่าอุดมธรรม
10.30 น. – 11.00 น.	- รับประทานอาหารว่าง	
11.00 น. – 12.00 น.	- บรรยายให้ความรู้ เรื่อง การดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ - บรรยายให้ความรู้ เรื่อง การดูแลสุขภาพช่องปาก และตรวจสุขภาพช่องปาก - การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	- พยาบาลวิชาชีพ รพ.สต. - นักวิชาการสาธารณสุข - ผอ.รพ.สต.ขามน้อย
12.00 น. – 12.30 น.	- รับประทานอาหารกลางวัน	
12.30 น. – 13.00 น.	- พักผ่อนนอริยาบถ	
13.00 น. – 14.30 น.	- กิจกรรมนันทนาการ - กิจกรรมเสริม เช่น ฝึกอาชีพ	- ชมรมผู้สูงอายุ - กลุ่มอาชีพผู้สูงอายุ
14.30 น. – 15.00 น.	- กิจกรรมพบปะ แลกเปลี่ยนความคิดเห็น	- นักพัฒนาชุมชน อบต.บุกระสัง

## ประเภทกิจกรรม ในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน

การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุต้องมีความหลากหลาย และสามารถนำไปสู่การฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม ซึ่งกิจกรรมที่ทีมสหวิชาชีพสามารถจัดให้แก่ผู้สูงอายุ ได้แก่

รายชื่อกิจกรรม	นันทนาการ	ฝึกสมอง	สุขภาพ	การให้ความรู้	ด้านจิตและสังคม
หมากฮอส	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			
จิ๊กซอว์	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			
เกมเศรษฐี	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			
บิงโก	<input checked="" type="checkbox"/>				
เล่นไพ่	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			
ระบายสี	<input checked="" type="checkbox"/>				
บล็อกไม้ (ตัวต่อ)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			
ตาราง 9 ช่อง	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		
กรรไกร ไข ฝ่าไหม	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>		
น้ำเต้า ปู ปลา	<input checked="" type="checkbox"/>				
ตั้งดอกไม้บาน			<input checked="" type="checkbox"/>		
จำชื่อเพื่อน		<input checked="" type="checkbox"/>			
การเล่าเรื่องราวของฉัน					
การจดจำสถานที่/แผนที่		<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>
ให้ความรู้การนวด			<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	

รายชื่อกิจกรรม	นันทนาการ	ฝึกสมอง	สุขภาพ	การให้ความรู้	ด้านจิตและสังคม
ขอบคุณตัวเอง					<input checked="" type="checkbox"/>
ทำลูกประคบ			<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
ความรู้สมุนไพรในบ้าน				<input checked="" type="checkbox"/>	
ดูหนัง	<input checked="" type="checkbox"/>				
สมาธิบำบัด	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
รับส่งบอล	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
ปลูกผัก	<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>		
ทำอาหารง่ายๆ	<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>
โชว์ความสามารถ	<input checked="" type="checkbox"/>				
การปรับสภาพแวดล้อมภายในบ้าน			<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
มองเห็นคุณค่าในตัวเอง					<input checked="" type="checkbox"/>
การฝึกการทรงตัว			<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	



# แผนโปรโมท Day Care

## การระดมทุน



เชิญชวนร่วมบริจาคสิ่งของ  
จำเป็นหรือสมทบเงินทุนให้กับ  
ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุช่วงกลางวัน

## การสื่อสาร



- ❖ ประชุมผู้สูงอายุ ประชุม อสม. ประชุมผู้นำชุมชน  
จัดประชุมทีมบริหาร และทีมปฏิบัติงาน
- ❖ Website องค์การบริหารส่วนตำบลบุกระสัง
- ❖ Facebook องค์การบริหารส่วนตำบลบุกระสัง



# ขอขอบคุณ

## คณะที่ปรึกษา

นางรชธร พูลสิทธิ์

นางดวงดาว ปรอยกระโทก

ผศ.ดร.ณัฐพัชร์ สโรบล

ผอ.สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 4

หัวหน้ากลุ่มการวิจัยและการพัฒนาระบบเครือข่าย

อาจารย์ประจำคณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



## คณะผู้จัดทำ

นางสาวชนิษฐา ตรากกลาง

นางสาวเสาวลักษณ์ ดวงรัตน์

นางสาวพลอยวาลี วินทะไชย

นางสาวกนกจันทร์ จันทรวารีย์

นางสาวอารยา จำโนนสูง

นางสาวณภัทร แสงวงผล

นักพัฒนาสังคมชำนาญการ

นักพัฒนาสังคมปฏิบัติการ

นักพัฒนาสังคมปฏิบัติการ

นักพัฒนาสังคมปฏิบัติการ

นักพัฒนาสังคม

พนักงานบริการ



## ผู้สนับสนุน

องค์การบริหารส่วนตำบลบุงกระสัง อำเภอนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบุงกระสัง อำเภอนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์



สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 4 นครราชสีมา  
สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์  
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์  
เลขที่ 211 หมู่ 1 ต.นิคมสร้างตนเอง อ.พิมาย จ.นครราชสีมา  
โทรศัพท์ : 0 4496 5501 โทรสาร : 0 4496 5500  
Website : <http://tpso-4.m-society.go.th>  
E-mail : [tpso-4@m-society.go.th](mailto:tpso-4@m-society.go.th)