



โครงการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุองค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ
กิจกรรม : โรงเรียนผู้สูงอายุ อำเภอสมเด็จ จังหวัดกาฬสินธุ์



โดยงาน งานสวัสดิการและพัฒนาชุมชน
สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
โรงเรียนผู้สูงอายุ	๓
แนวทางขั้นตอนการดำเนินงาน	๑๐
หลักสูตรของโรงเรียนผู้สูงอายุ	๑๑
รูปภาพประกอบกิจกรรม	๑๔

ส่วนที่ 1

โรงเรียนผู้สูงอายุ



ที่มาและความจำเป็น

ประเทศไทยได้เข้าสู่ "สังคมผู้สูงอายุ" มาตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ กล่าวคือ มีประชากรอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป เกินกว่าร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งประเทศ อันเป็นผลมาจาก อัตราการเกิดที่ลดลงและความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวขึ้นการที่ประชากรวัยสูงอายุมีแนวโน้มเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้ประเทศต้องมีรายจ่าย ด้านสวัสดิการเพื่อผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้น ครอบครัวต้องแบกรับภาระในการดูแลผู้สูงอายุมากขึ้นขณะที่ผู้สูงอายุเองเมื่อมีอายุยืนยาวขึ้นก็ยิ่งต้องเผชิญกับปัญหาการขาดแคลนรายได้หรือมีรายได้ไม่เพียงพอแก่การดำรงชีพ รวมถึงความเสี่ยงจากการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังต่าง ๆ ความพิการหรือทุพพลภาพ

นอกจากนี้ สภาพครอบครัวไทยที่เปลี่ยนแปลงไปจากอดีต จากที่มีคนหลายรุ่นอยู่ในครัวเรือนเดียวกัน กลายเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุต้องอยู่กันตามลำพังขาดผู้ดูแล และอาจเกิดความรู้สึกว่าชีวิตไร้ความหมาย สถานการณ์ของผู้สูงอายุไทย จึงนำวิถึการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงควรดำเนินการควบคู่กับมาตรการอื่น ๆ ของรัฐ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง ซึ่งผู้มีบทบาทสำคัญได้แก่ สมาชิกในครอบครัว ชุมชน และท้องถิ่นโดยเฉพาะองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ที่มีภารกิจโดยตรงในการดูแลผู้สูงอายุ รวมทั้งส่งเสริมสนับสนุน และแสวงหาความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีพื้นที่ในการเข้าร่วม กิจกรรมกับชุมชน ไม่ว่าจะเป็นการพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การถ่ายทอดภูมิปัญญาหรือการพัฒนาตนเองในด้านต่าง ๆ ซึ่งเป็นการยกระดับการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเอง และชุมชนประจักษ์ในศักยภาพและพลังของผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีความสุข

โรงเรียนผู้สูงอายุคือ

โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นรูปแบบหนึ่งในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การจัดการศึกษาการพัฒนาทักษะเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องที่น่าสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิต ที่จำเป็น โดยวิทยาการจิตอาสาหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพ โดยการถ่ายทอดภูมิความรู้ประสบการณ์ ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่น เพื่อสืบสาน ภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุหลายแห่งตั้งขึ้นโดยใช้อาคารเรียนเก่าของโรงเรียน ที่เลิกกิจการหรือตั้งอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ ภายในวัด บางแห่งใช้บ้านของผู้ริเริ่มก่อตั้งเป็นสถานที่ดำเนินการการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในระยะแรก อาจเป็นเพียงการรวมกลุ่มพบปะพูดคุยกันแล้วจึงค่อยๆ มีรูปแบบชัดเจนขึ้น มีกิจกรรมที่หลากหลายตามความต้องการของผู้สูงอายุหรืออาจเป็นการขยายกิจกรรมจากที่มีการดำเนินการอยู่แล้ว เช่น ศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสร้างสุข) ศูนย์สามวัย ธนาคารความดี เป็นต้น โรงเรียนผู้สูงอายุสามารถมีรูปแบบและกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับบริบทของพื้นที่ ความต้องการของผู้สูงอายุ การจัดการกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ จะกำหนดตารางกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ไว้ชัดเจน ระยะเวลาเปิดเรียนอาจเป็นตลอดปีหรือเปิดเป็นช่วงเวลาตามหลักสูตรที่จัดอบรม ส่วนใหญ่จะจัดกิจกรรมสัปดาห์ละ ๑ วัน



กรอบแนวคิดโรงเรียนผู้สูงอายุ

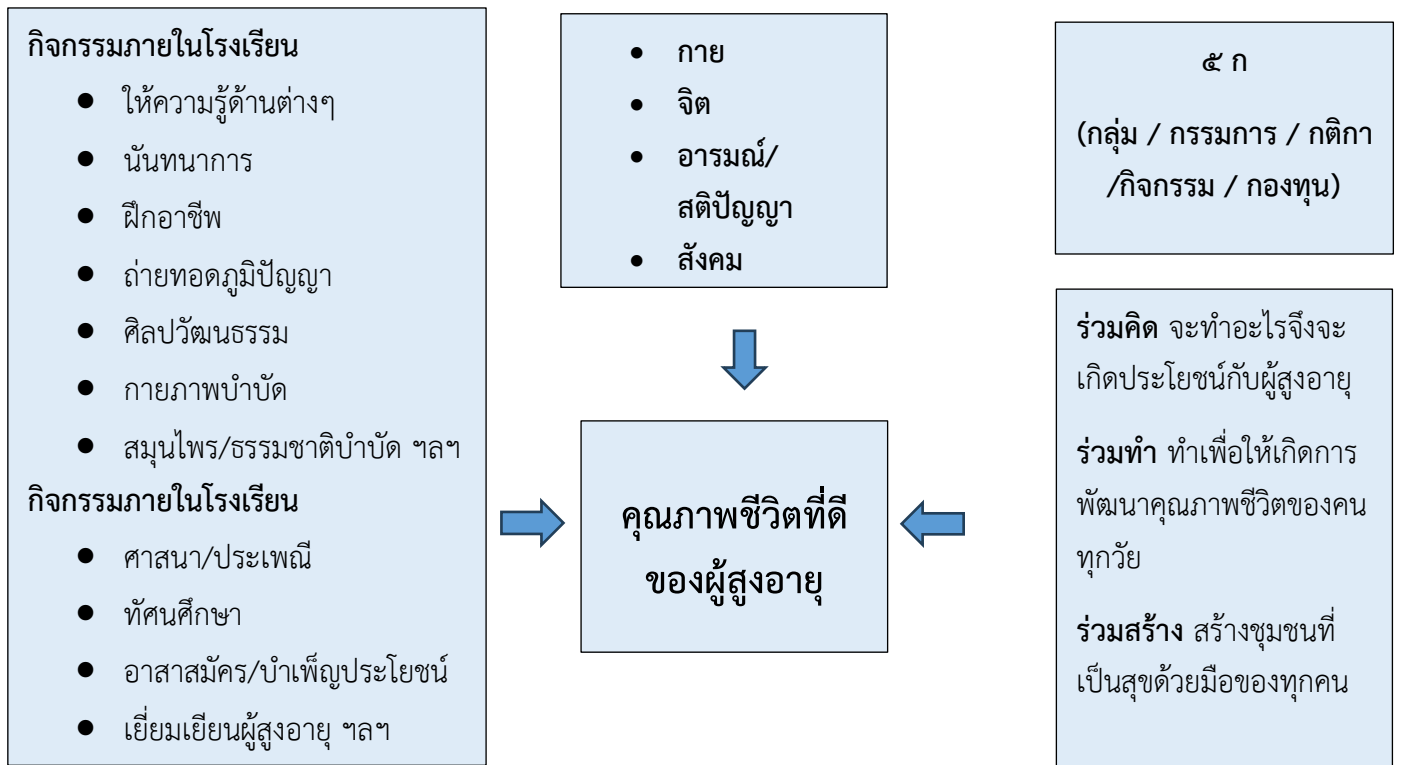
โรงเรียนผู้สูงอายุ ดำเนินการภายใต้แนวคิดการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ พัฒนาทักษะในการดูแลตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยอยู่บนพื้นฐานแนวคิดที่ว่า "ผู้สูงอายุมีคุณค่าและมีศักยภาพ ควรได้รับการส่งเสริม สนับสนุนให้มีส่วนร่วมทำประโยชน์ให้สังคมและส่งเสริมการเรียนรู้ให้ผู้สูงอายุโดยเชื่อมโยงกับประสบการณ์ของผู้สูงอายุ สารการเรียนรู้จะต้องทำให้ผู้สูงอายุสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตปัจจุบัน เพิ่มโอกาสในการรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน" การดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุแบบมีส่วนร่วม โดยทุกภาคส่วน "ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมสร้าง" และมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน การจัดการเรียนรู้ให้ผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุข เกิดทักษะในการดูแลตนเอง มีคุณภาพชีวิตที่ดี



ตัวแบบ (Model) โรงเรียนผู้สูงอายุ



- | | | | |
|---|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - พมจ. - กศน. - อำเภอ | <ul style="list-style-type: none"> - รพ,รพ.สต - ผู้นำทางศาสนา - ศพส.กongsongseerimkayaphasungay | <ul style="list-style-type: none"> - สนับสนุนความคิด - การทำงาน - การขับเคลื่อนกิจกรรมเครือข่าย | <ul style="list-style-type: none"> - สนับสนุนการดำเนินงาน - การประสานความร่วมมือ - อาสาสมัคร |
|---|--|--|---|



วัตถุประสงค์ของโรงเรียน

๑. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ
๒. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาตนเอง การดูแล ค้ำครอง และพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ
๓. เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
๔. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม
๕. เพื่อเสริมสร้างศักยภาพ คุณค่าภูมิปัญญาผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ
๖. เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญา และวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบทอดต่อไป

ประโยชน์ที่ได้รับ

ประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับจากโรงเรียนผู้สูงอายุ

๑. **ด้านสุขภาพร่างกาย** ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง กระฉับกระเฉง ลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วยลดระยะเวลาการพึ่งพาผู้อื่น อายุยืน
๒. **ด้านจิตใจ** ช่วยให้คลายเหงา จิตใจกระชุ่มกระชวย สดชื่น รู้สึกภาคภูมิใจและตระหนักในคุณค่าความสามารถของตนเอง มีมุมมองเชิงบวกต่อตนเอง
๓. **ด้านสังคม** มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนวัยเดียวกันและคนต่างวัย ได้รับการยอมรับในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
๔. **ด้านจิตปัญญา** รู้เท่าทันและเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามวัย
๕. **ด้านเศรษฐกิจ** เรียนรู้ทักษะทางด้านอาชีพ สามารถนำไปประกอบอาชีพสร้างงาน สร้างรายได้ช่วยเหลือตนเองต่อไป

ประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม

๑. โรงเรียนผู้สูงอายุเป็นพื้นที่เรียนรู้และถ่ายทอดประสบการณ์ ภูมิปัญญาและวัฒนธรรม ท้องถิ่น ให้ดำรงสืบทอดเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน
๒. โรงเรียนผู้สูงอายุเป็น "เวที" ที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการทำประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม รวมทั้งอาจเป็นแรงผลักดันให้เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครในชุมชน

๔. สถานที่ตั้งโรงเรียน

โรงเรียนผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ ตั้งอยู่ที่ องค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ หมู่ที่ ๗ ตำบลสมเด็จ อำเภอสมเด็จ จังหวัดกาฬสินธุ์ ๔๖๑๕๐

๕. คำขวัญประจำโรงเรียน

“ แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีศักดิ์ศรี จะขอทำความดีตลอดไป ”

๖. วิสัยทัศน์โรงเรียน

โรงเรียนผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ เน้นการสร้างความรู้ความสามัคคีกันหลายภาคส่วน เน้นการฝึกอบรมใช้ทักษะที่ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน สามารถช่วยเหลือตัวเองได้

๗. นโยบายหลักของโรงเรียน

๑. พัฒนาโรงเรียนศาสตร์ผู้สูงวัยให้เป็นองค์กรต้นแบบด้านการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุครบทุกด้าน
๒. พัฒนาระบบการบริหารจัดการด้านสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุ ให้มีคุณภาพได้มาตรฐาน มีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุขในบั้นปลายชีวิต
๓. สร้างเครือข่ายการทำงานด้านผู้สูงอายุให้มีความเข้มแข็ง ครอบคลุม และสังคมมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ

๘. ตราและสัญลักษณ์ของโรงเรียน



๙. สีประจำโรงเรียน

สีส้ม คือ พลัง ความกระตือรือร้น ความมีชีวิตชีวา ความสนุกสนาน การผจญภัย ความอบอุ่น ความยุติธรรมความรอบรู้ ความมีเสน่ห์ ความสุข ความมั่นใจ ความปรารถนา (สีส้ม คือ สีประจำองค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ และ สีประจำผู้สูงอายุ)

สีน้ำเงิน คือ ความรู้ ความน่าเชื่อถือ และการยึดมั่นหลักคุณธรรม

๑๐. ประโยชน์ที่ได้รับ

- ๑.) ด้านสุขภาพร่างกาย ทำให้มีสุขภาพแข็งแรง กระฉับกระเฉง ลดความเสี่ยงจากการเจ็บป่วยลดระยะเวลาการพึ่งพาผู้อื่น
- ๒.) ด้านจิตใจ ช่วยให้คลายเหงา จิตใจกระชุ่มกระชวย สดชื่น รู้สึกภาคภูมิใจและตระหนักในคุณค่าความสามารถตนเอง
- ๓.) ด้านสังคม มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนวัยเดียวกันและคนต่างวัย ได้รับการยอมรับในฐานะสมาชิกของกลุ่ม
- ๔.) ด้านจิตปัญญา รู้เท่าทันและเข้าใจสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามวัย
- ๕.) ด้านเศรษฐกิจ เรียนรู้ทักษะทางด้านอาชีพ สามารถนำไปประกอบอาชีพสร้างงานสร้างรายได้ช่วยเหลือตัวเองต่อไป

ส่วนที่ 2

แนวทางขั้นตอนการดำเนินงาน

โรงเรียนผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ

๑. ขั้นตอนการดำเนินงาน

- (๑) ประชาคมเพื่อสร้างความเข้าใจและความร่วมมือจากพื้นที่
- (๒) คัดเลือก และแต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนการดำเนินงานโรงเรียนศาสตร์ผู้สูงวัย
- (๓) จัดทำแผนการดำเนินงาน
- (๔) จัดตั้งโรงเรียนศาสตร์ผู้สูงวัยและขับเคลื่อนการดำเนินงาน
- (๕) ติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน

๒. โครงสร้างโรงเรียนผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบล

๑). ที่ปรึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ

เป็นฝ่ายทำให้การดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุมีความน่าเชื่อถือในการทำงาน และถือว่าการสร้างพันธมิตรในการทำงานชั้นเยี่ยม อาจเป็นฝ่ายสงฆ์ ฝ่ายมรราวาส เช่น นายอำเภอ ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นต้น

๒). ครูใหญ่ หรือประธาน หรือผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ

เป็นแกนนำที่เป็นผู้ริเริ่มงาน ได้รับการยอมรับและศรัทธาจากกลุ่มผู้สูงอายุด้วยกัน เป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการประสานงานและรังสรรค์กิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียน

๓). คณะกรรมการและแกนนำร่วมขับเคลื่อน

เป็นเงื่อนไขหลัก และเป็นกลไกหลักในการเคลื่อนงานโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยแบ่งตามหน้าที่ให้ประสบความสำเร็จ

๔). ทีมวิทยากรจิตอาสา

เป็นทีมให้ความรู้ จากหน่วยงาน องค์กรต่าง ๆ ในลักษณะเครือข่ายทางสังคม เช่น การศึกษานอกโรงเรียน โรงพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ศูนย์พัฒนาฝีมือแรงงาน สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นต้น

ส่วนที่ ๓

หลักสูตรการเรียนของโรงเรียนผู้สูงอายุ

องค์การบริหารส่วนตำบลสมเด็จ

วัตถุประสงค์ของโรงเรียนผู้สูงอายุ อบต.สมเด็จ

๑. เพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุ
๒. เพื่อส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุด้านอาชีพจากภูมิปัญญาท้องถิ่น
๓. เพื่อส่งเสริมและพัฒนาให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้อย่างต่อเนื่องในการดูแลสุขภาพกายและจิตใจ
๔. เพื่อส่งเสริมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุให้สร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม
๕. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ศิลปวัฒนธรรมประเพณีท้องถิ่น

ประเภทกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ อบต.สมเด็จ

๑. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่างกาย อารมณ์ สังคม จิตใจของผู้สูงวัย
๒. กิจกรรมประเภทการส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ
๓. กิจกรรมประเภทการส่งเสริมสวัสดิการในการดูแลตนเองของผู้สูงอายุและการทำประโยชน์เพื่อชุมชน
๔. กิจกรรมประเภทส่งเสริมความสามารถด้านวัฒนธรรม ภูมิปัญญาที่ผู้สูงอายุมีอยู่
๕. กิจกรรมประเภทการส่งเสริมการมีรายได้และการมีงานทำของผู้สูงอายุ

ข้อกำหนดการเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ อบต.สมเด็จ

ภาคทฤษฎี

- (๑) บรรยาย/อภิปราย
- (๒) ฝึกปฏิบัติ
- (๓) ศึกษาดูงาน

ภาคปฏิบัติ

- (๑) ฝึกปฏิบัติ
- (๒) ศึกษาดูงาน
- (๓) อบรม
- (๔) การสัมมนา

ผลที่คาดว่าจะได้รับจากการเรียนรู้

- ๑) ผู้สูงอายุอยู่ในชุมชน ได้เข้ามามีส่วนร่วม มีความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในวัยเดียวกันและคนต่างวัยได้รับยอมรับในฐานะสมาชิกของกลุ่ม ทำให้สุขภาพกายแข็งแรง จิตใจคลายเหงา และมีจิตปัญญารู้เท่าทันเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมตามวัย
- ๒) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น/องค์กรที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนภาคีเครือข่าย สามารถนำองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นไปเป็นแนวทางในการสร้างโรงเรียนผู้สูงอายุในชุมชน
- ๓) เกิดช่องทางการบูรณาการงานด้านผู้สูงอายุ ระหว่าง อบต. ชุมชน ภาคส่วนอื่นในท้องถิ่น ส่วนกลาง ในการร่วมพัฒนางานเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ

แผนการเรียนการสอนหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุ อบต.สมเด็จ

แผนการเรียนการสอน	กิจกรรมการเรียนการสอน	โดยวิทยากร
แผนการเรียนที่ ๑	กิจกรรมเข้าแถวเคารพธงชาติทุกเช้า ก่อนเข้าเรียน	อบต.สมเด็จ
แผนการเรียนที่ ๒	กิจกรรมออกกำลังกาย	อบต.สมเด็จ
แผนการเรียนที่ ๓	ถ่ายทอดความรู้แก่ผู้สูงอายุในแต่ละสัปดาห์ โดยวิทยากรที่รับผิดชอบ	วิทยากรจาก รพสต.บ้านหนองบัวโดน , รพ.สมเด็จ , สกร. อำเภอสมเด็จ
แผนการเรียนที่ ๔	กิจกรรมนันทนาการ	อบต.สมเด็จ , นักเรียนผู้สูงอายุ , และวิทยากร
แผนการเรียนที่ ๕	กิจกรรมอภัยแก่แบ่งปัน รับประทานอาหารร่วมกัน โดยการห่อข้าวมาทานร่วมกันในตอนกลางวัน	สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

ภาคผนวก

รูปภาพประกอบ กิจกรรมเคารพธงชาติและสวดมนต์ไหว้พระ





รูปภาพประกอบ กิจกรรมออกกำลังกาย





รูปภาพประกอบ กิจกรรมสันทนาการ







รูปภาพประกอบ กิจกรรมการเรียนรู้การสอน









รูปภาพประกอบ กิจกรรมการชักแพงแบ่งปัน



