

**โครงการพัฒนาศักยภาพภูมิปัญญาผู้สูงอายุเพื่อเป็นผู้นำในชุมชน  
(โรงเรียนผู้สูงอายุ อบจ.สิงห์บุรี)**

๑. ชื่อโรงเรียน : โรงเรียนผู้สูงอายุ อบจ.สิงห์บุรี
๒. สถานที่ตั้งโรงเรียน : ศูนย์พัฒนาศักยภาพผู้วัย ตม แข็งแรง ณ อุทยานแม่ลามหาราชาานุสรณ์ ตำบลทับยา อำเภออินทร์บุรี จังหวัดสิงห์บุรี
๓. ผู้ประสานงาน : นางสาวนันทน์พัชร โกสน  
หมายเลขโทรศัพท์ : ๐๘๕-๕๖๗๕๓๙๒
๔. วันที่เริ่มดำเนินการ : ๑๘ ธันวาคม ๒๕๖๖
๕. วิสัยทัศน์โรงเรียน : สิงห์บุรี คนดี เมืองน่าอยู่
๖. พันธกิจโรงเรียน : พัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในจังหวัดสิงห์บุรี
๗. ประวัติโดยย่อ : จังหวัดสิงห์บุรี ประสบกับสถานการณ์สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ ผู้สูงอายุของจังหวัดสิงห์บุรี มีสัดส่วนเมื่อเทียบกับประชากรกว่าร้อยละ ๒๘ องค์การบริหารส่วนจังหวัดสิงห์บุรี ได้เล็งเห็นถึงสภาพปัญหา ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จึงได้ร่วมกับสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดสิงห์บุรี สมาคมศูนย์ประสานงานภาคเอกชน และชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุ ร่วมมือกันจัดทำโครงการพัฒนาศักยภาพภูมิปัญญาผู้สูงอายุเพื่อเป็นผู้นำในชุมชน หรือโรงเรียนผู้สูงอายุ อบจ.สิงห์บุรี ขึ้น โดยเริ่มดำเนินการเป็นครั้งแรกในปีงบประมาณ ๒๕๖๖ และมีการพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับมาตรฐานการจัดการจัดบริการผู้สูงอายุ และมุ่งเน้นให้เป็นโรงเรียนที่ยกระดับและพัฒนา ศักยภาพผู้สูงอายุ ในระดับจังหวัด โดยมีการคัดเลือกผู้สูงอายุจากเครือข่ายผู้สูงอายุทั้ง ๖ อำเภอ เข้าร่วม การอบรมพัฒนาศักยภาพ ภายใต้ความร่วมมือขององค์กรต่างๆตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ อีก ๗ หน่วยงาน เพื่อมุ่งหวังให้มีการพัฒนาผู้สูงอายุ ที่มีคุณภาพในระดับจังหวัดและสามารถนำความรู้ ที่ได้รับไปพัฒนาเครือข่ายผู้สูงอายุทั้งในระดับอำเภอ ระดับตำบล และในชุมชนท้องถิ่นของตนเองได้ อย่างยั่งยืน
๘. ระยะเวลาที่เปิดโรงเรียน  
รุ่นที่ ๑ วันที่ ๑๘,๒๐,๒๒,๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๖ วันที่ ๕-๖,๘ มกราคม ๒๕๖๗  
รุ่นที่ ๒ วันที่ ๑๑,๑๔,๑๗,๒๐,๒๘,๒๙ มิถุนายน วันที่ ๓ กรกฎาคม ๒๕๖๗  
รุ่นที่ ๓ วันที่ ๑๗,๑๙,๒๓,๒๕,๒๗,๒๘ มิถุนายน วันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๘  
รุ่นที่ ๔ วันที่ ๑๐,๑๑,๑๓,๑๘,๑๙,๒๖,๒๗ กุมภาพันธ์ วันที่ ๔ มีนาคม ๒๕๖๙
๙. จำนวนนักเรียนต่อรุ่นที่เปิดสอน : ๔๐ คน
๑๐. จำนวนนักเรียนปัจจุบัน  
รุ่นที่ ๑ จำนวน ๕๐ คน , รุ่นที่ ๒ จำนวน ๔๕ คน , รุ่นที่ ๓ จำนวน ๔๐ คน , รุ่นที่ ๔ จำนวน ๔๐ คน

๑๑. กิจกรรม/หลักสูตร : ประกอบไปด้วยกิจกรรม ๕ ด้าน ดังนี้
๑. ด้านความรู้ ประกอบด้วย การถ่ายทอดความรู้ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น ความรู้ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายใกล้ตัว ความรู้เกี่ยวกับการเสนอโครงการ การพูดในที่ชุมชน ฯลฯ
  ๒. ด้านอาชีพ เป็นการเสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับทักษะด้านอาชีพ ทั้งเป็นอาชีพเสริม งานอดิเรก ตลอดจนการขยายความรู้ด้านอาชีพสู่ชุมชน ฯลฯ
  ๓. ด้านศาสนาและวัฒนธรรม ประกอบด้วย การนั่งสมาธิ การจัดกิจกรรมทางศาสนา การสืบสานอนุรักษ์ ศิลปะวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามของท้องถิ่น ฯลฯ
  ๔. ด้านสุขภาพ ประกอบด้วย กิจกรรมการตรวจสุขภาพ การให้ความรู้ด้านสุขภาพที่เหมาะสมกับวัย การพัฒนาจิตใจผู้สูงอายุ ฯลฯ
  ๕. ด้านกีฬาและนันทนาการ ประกอบด้วยกิจกรรมกีฬาที่เหมาะสมกับวัยเช่น กีฬาเปตอง การจัดนันทนาการ กิจกรรมเข้าจังหวะ การร้องเพลงและการรำ เป็นต้น
๑๒. จุดเด่นของโรงเรียนผู้สูงอายุ
๑. สอดคล้องกับสถานการณ์สังคมผู้สูงอายุ โดยสมบูรณ์ของจังหวัดสิงห์บุรี โดยที่จังหวัดสิงห์บุรี มีผู้สูงอายุ เป็นสัดส่วนเกินร้อยละ ๒๘ ของประชากร
  ๒. เป็นโรงเรียนที่เกิดจากการบูรณาการความร่วมมือของหน่วยงานท้องถิ่น ภาคข้าราชการ ภาคเอกชน และประชาชนในพื้นที่
  ๓. มีการเชื่อมโยงการดำเนินงานกิจกรรมระหว่างเครือข่ายผู้สูงอายุในระดับจังหวัด ระดับอำเภอ และระดับตำบล
  ๔. มีกลไกการบริหารจัดการที่เป็นรูปธรรม มีโครงสร้างของคณะกรรมการดำเนินงาน การมอบหมายภารกิจ ที่ชัดเจน ทั้งในด้านการบริหารจัดการโครงการ การบริหารจัดการหลักสูตร และการดำเนินการภายหลังการอบรม
  ๕. ผู้ผ่านโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุ มีการจัดตั้งเครือข่ายกลุ่มองค์กร มีการนำความรู้ที่ได้รับไปต่อยอดขยายผล ในการดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่
๑๓. แหล่งงบประมาณ : องค์กรบริหารส่วนจังหวัดสิงห์บุรี
๑๔. เครือข่ายที่ร่วมดำเนินการ : ๗ หน่วยงาน โดยร่วมมือกันภายใต้บันทึกข้อตกลงความร่วมมือ ในการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุของจังหวัดสิงห์บุรีร่วมกัน
๑. องค์กรบริหารส่วนจังหวัดสิงห์บุรี
  ๒. สำนักงานส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดสิงห์บุรี
  ๓. สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสิงห์บุรี
  ๔. สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดสิงห์บุรี
  ๕. ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดสิงห์บุรี
  ๖. ชมรม คลังปัญญา ผู้สูงอายุ จังหวัดสิงห์บุรี
  ๗. สมาคมศูนย์ประสานงานภาคเอกชนจังหวัดสิงห์บุรี
๑๕. ประโยชน์ที่ผู้สูงอายุได้รับ
๑. เกิดการรวมกลุ่มเครือข่าย และผู้นำด้านการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ ที่สามารถถ่ายทอดความรู้ และแนะนำแนวทางที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้
  ๒. ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมการเรียนรู้ พัฒนาตนเอง และพึ่งพาตนเองได้
  ๓. ผู้สูงอายุได้รับการส่งเสริมสุขภาพ ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ สามารถนำความรู้ที่ได้รับจากหลักสูตร ผู้นำ ชม แข็งแรง ไปพัฒนาตนเองและชุมชนได้อย่างเหมาะสม และสามารถปรับตัวได้ในสถานการณ์ สังคมผู้สูงอายุ
  ๔. มีสถานที่จัดกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ และมีการปรับปรุงสถานที่ในการจัดกิจกรรมให้มีความเหมาะสม

๑๖. รูปภาพกิจกรรมทุกมิติ  
กิจกรรมพิธีเปิดโครงการ

ลงทะเบียนเข้ารับการอบรม



กิจกรรมตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้น



กิจกรรมต้อนรับผู้เข้ารับการอบรมหลักสูตรผู้นำ ฒ แข็งแรง รุ่นที่ 3



กิจกรรมไหว้พระสวดมนต์



พิธีเปิดโครงการ



บทบาทหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนจังหวัดสิงห์บุรี กับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ



หลักสูตรการอบรม ประกอบไปด้วย กิจกรรม ๕ ด้าน  
ด้านที่ ๑ กิจกรรมด้านความรู้  
เรื่อง สิทธิประโยชน์และสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ



เรื่อง เทคโนโลยีสำหรับผู้สูงอายุ



### เรื่อง การบริหารจัดการกลุ่มองค์กรสาธารณสุขประโยชน์ และการเขียนโครงการขอรับการสนับสนุนงบประมาณ



### เรื่อง เทคนิคการพูดในที่ชุมชนสำหรับผู้นำ



### เรื่อง กฎหมายใกล้ตัว



### เรื่อง บทบาทหน้าที่และการเป็นผู้นำที่ดีในชุมชน



## ด้านที่ ๒ กิจกรรมด้านการส่งเสริมอาชีพ

### เรื่อง การส่งเสริมอาชีพเพื่อถ่ายทอดสู่ชุมชน





### ด้านที่ ๓ กิจกรรมด้านศาสนาและวัฒนธรรม

#### เรื่อง หลักธรรมคำสอนของศาสนากับการพัฒนาจิตใจ



#### กิจกรรมสวดมนต์ไหว้พระก่อนเข้าสู่การอบรม



### ด้านที่ ๓ กิจกรรมด้านสุขภาพ

#### เรื่อง การออกกำลังกายที่เหมาะสมเพื่อสุขภาพที่ดี



#### เรื่อง สุขภาพใจและการประเมินสุขภาพจิต/การดูแลสุขภาพกายของผู้สูงอายุ



### เรื่อง การนวดเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ



### ด้านที่ ๕ กิจกรรมกีฬาและนันทนาการ

#### เรื่อง กิจกรรมนันทนาการและกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์



### กิจกรรมศึกษาดูงาน

ศึกษาดูงาน เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ด้านการพัฒนา ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และโรงเรียนผู้สูงอายุ ณ ศูนย์การเรียนรู้และฝึกอบรมด้านผู้สูงอายุ จ.ชลบุรี



ศึกษาดูงาน ด้านการจัดสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลายสำหรับผู้สูงอายุ



กิจกรรมกลุ่ม “การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์เพื่อพัฒนาการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุจังหวัดสิงห์บุรี”  
ณ ห้องประชุม Meeting room โรงแรมโนโวเทล ระยอง ริมน้ำ รีสอร์ท



กิจกรรมกลุ่ม “สรุปกิจกรรมถอดบทเรียนการศึกษาดูงาน” ณ ห้องประชุม Meeting room  
โรงแรมโนโวเทล ระยอง ริมน้ำ รีสอร์ท



ศึกษาดูงาน สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี



### กิจกรรมการถอดบทเรียนและมอบเกียรติบัตร



