

ความร่วมมือขององค์กรท้องถิ่นเพื่อการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุ

องค์การบริหารส่วนตำบลไรมะขาม จังหวัดเพชรบุรี

ตำบลไรมะขาม มีผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในตำบลจำนวนกว่า 20 คน โดยมีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป บุคคลเหล่านี้เมื่ออายุเข้าสู่วัยชรา จะไม่ได้ทำงาน จึงอยู่เฝ้าบ้าน เลี้ยงหลาน บางคนที่ยังแข็งแรงอยู่ก็สามารถทำงานได้บ้างเล็กน้อย สำหรับผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 70-80 ปี ไม่สามารถทำงานได้ ก็ถูกทอดทิ้งให้โดดเดี่ยว ว่าเหว ไร้คุณค่า ประกอบกับในตำบลไรมะขามไม่มีวัดตั้งอยู่ภายในตำบล จึงขาดสถานที่ในการพบปะ พูดคุยระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน ภูมิปัญญาหรือความรู้ที่มีอยู่ ก็ไม่ได้รับการถ่ายทอดให้กับผู้อื่น ผู้สูงอายุยังขาดความรู้ ความเข้าใจ และการดูแลเอาใจใส่สุขภาพของตนเอง ทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ตลอดจนการปฏิบัติตัวเพื่อที่จะสามารถอยู่ร่วมกับลูกหลานได้อย่างมีความสุข

จากสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุในตำบล และจากการเดินทางไปศึกษาดูงานจากหลายพื้นที่ซึ่งมีสภาพปัญหาลักษณะคล้ายคลึงกัน หัวหน้าสถานีอนามัยประจำตำบล จึงเข้าหารือกับผู้บริหารขององค์การบริหารส่วนตำบลไรมะขาม และมีความเห็นชอบร่วมกันที่จะดำเนินการแก้ไขปัญห สุขภาวะของผู้สูงอายุร่วมกัน

ข้อมูลพื้นฐานปีปัจจุบัน
: ปี พ.ศ. 2546

อำเภอ: บ้านลาด

จังหวัด: เพชรบุรี

ประชากร: 2,883 คน

พื้นที่: 13.8 ตร.กม.

ประเภทท้องถิ่น :
องค์การบริหารส่วนตำบล

การเลือกตั้ง : ทางอ้อม

วิถีใหม่

ในปี 2545 อบต.ไรมะขาม จึงจัดให้มี “ความร่วมมือเพื่อการพัฒนาสุขภาวะของผู้สูงอายุ” ขึ้น ซึ่งเป็นความร่วมมือระหว่าง อบต.ไรมะขาม สถานีอนามัยประจำตำบลไรมะขาม ผู้นำชุมชน และกลุ่มผู้สูงอายุในตำบลไรมะขาม โดยการจัดตั้งเป็นชมรมผู้สูงอายุตำบลไรมะขาม

ผลงานที่ได้ดำเนินการ

- รวบรวมรายชื่อผู้สูงอายุในตำบลไรมะขาม เพื่อจัดตั้งเป็น “ชมรมผู้สูงอายุตำบลไรมะขาม” ทำการสำรวจโดยเจ้าหน้าที่อนามัยและเจ้าหน้าที่จาก อบต. มีวัตถุประสงค์ในการจัดตั้ง ดังนี้
 - เพื่อเป็นการเอาใจใส่ผู้สูงอายุให้เกิดการไปมาหาสู่พบปะกัน เพื่อสุขภาพจิตที่ดี
 - เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกายให้กับผู้สูงอายุ ด้วยการแนะนำการออกกำลังกายที่ถูกต้อง
 - เพื่อเป็นการส่งเสริมให้เกิดการรวมตัวกันของผู้สูงอายุ เป็นศูนย์กลางการพบปะ แลกเปลี่ยน เพื่อพัฒนาตนเอง และการดูแลซึ่งกันและกันระหว่างผู้สูงอายุ
- กำหนดวันที่จะดำเนินกิจกรรมแก่ผู้สูงอายุ ทุกวันที่ 22 ของเดือน สถานที่จัดกิจกรรมบริเวณหน้าสถานีอนามัยตำบลไรมะขาม ในแต่ละครั้งจะมีการกำหนดกิจกรรม สำหรับผู้สูงอายุ อาทิ
 - การตรวจสุขภาพประจำเดือน
 - การเล่นเกมดนตรี ฟ้อนรำพื้นบ้าน
 - เวทีประชุมพบปะสังสรรค์ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน
 - ให้ความรู้เกี่ยวกับภาวะโภชนาการ
 - รับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน
 - ออกกำลังกายร่วมกัน

- ฟังพระธรรมเทศนาด้วยกัน โดยนิมนต์พระจากภายนอกตำบลมาแสดงธรรม
- ประชุมกลุ่มประจำเดือน
- 3. กำหนดให้มี “วันกตัญญู” ทุกปี ในช่วงประมาณวันที่ 20 หรือ 21 หรือ 22 ของเดือนเมษายนของทุกปี เพื่อเป็นการเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างคนในครอบครัวกับผู้สูงอายุ โดยจัดให้มี พิธีสงฆ์ การตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ พิธีรดน้ำดำหัว และการละเล่นต่างๆ
- 4. จัดตั้งระเบียบการบริหารจัดการกลุ่ม และคัดเลือกกรรมการผู้สูงอายุ จำนวน 14 คน รับสมัครสมาชิกโดยขยายขอบเขตการรับสมาชิกที่มีอายุตั้งแต่ 40 ปี ขึ้นไป เป็นผู้สูงอายุในตำบลไร่มะขาม หรือตำบลใกล้เคียง ปัจจุบันมีสมาชิกทั้งสิ้น 400 คน
- 5. จัดระดมทุนเพื่อนำมาใช้ในด้านฌาปนกิจสงเคราะห์ โดยการจัดเก็บค่าธรรมเนียมแรกเข้าคนละ 120 บาท สำหรับจ่ายให้กับสมาชิกที่เสียชีวิตศพละ 50 บาท และเป็นเงินทุนหมุนเวียนในกลุ่ม ปัจจุบันมีเงินทุนประมาณ 40,000 บาท

การระดมทรัพยากร

ค่าใช้จ่าย/การลงทุน	งบประมาณของอบต.ไร่มะขาม ในปี 2545 จำนวน 20,000 บาท เพื่อเป็นค่าใช้จ่ายอาหารกลางวันและอาหารว่างของผู้สูงอายุ ในวันกิจกรรมประจำเดือน
การระดมทุน/การระดมทุน	1. ค่าธรรมเนียมการสมัครเข้าเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุไร่มะขาม คนละ 120 บาท ปัจจุบันมีเงินทุนหมุนเวียนประมาณ 40,000 บาท 2. บุคคลภายนอกหรือบุตรหลานของผู้สูงอายุ บริจาคทุนเป็นค่าอาหารกลางวันหรืออาหารว่าง
อุปกรณ์/เครื่องมือ	1. แก้วน้ำ จำนวน 150 – 200 ตัว 2. เครื่องดนตรีไทย 1 ชุด 3. เต็นท์ 1 หลัง 4. เครื่องเสียง 1 ชุด 5. อุปกรณ์ออกกำลังกายแบบง่ายๆ เช่น ไม้พลอง เป็นต้น
บุคลากร	1. เจ้าหน้าที่สถานีอนามัย ทำหน้าที่ซึ่่งน้ำหนัก วัดสวนสูง เจาะเลือด วัดความดันโลหิต ตรวจสุขภาพเบื้องต้น ให้คำแนะนำและตอบคำถามเกี่ยวกับสุขภาพของผู้สูงอายุ จำนวน 4 คน ทำงานวันที่ 22 ของทุกเดือน 2. ผู้สูงอายุในตำบลไร่มะขามและตำบลใกล้เคียง เข้าร่วมกิจกรรมทุกเดือน จำนวนประมาณ 250-400 คน/ 1 วันต่อเดือน 3. กรรมการชมรมผู้สูงอายุ ประสานงานจัดกิจกรรมทุกเดือน พร้อมทั้งจัดประชุมชมรมทุกเดือน จำนวน 14 คน/ 1 วันต่อเดือน 4. นายก อบต. ปลัดอบต. สมาชิกสภาอบต. ร่วมประชุมประสานงานการจัดกิจกรรมและเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 4 คน/ 1 วันต่อเดือน 5. เจ้าหน้าที่ อบต.ไร่มะขาม - ทำหน้าที่สำรวจจำนวนผู้สูงอายุในตำบล ในช่วงเริ่มต้นโครงการฯ จำนวน 2 คน/15 วัน - จัดเตรียมสถานที่ ตั้งโต๊ะ เต็นท์ เครื่องเสียง พร้อมสิ่งอำนวยความสะดวก จำนวน 2 คน/ 1 วันต่อเดือน

ขั้นตอนในการดำเนินการ

วัน เดือน ปี	กิจกรรมที่ทำ	ผู้รับผิดชอบ
ต้นปี 2545	หัวหน้าสถานีอนามัยตำบลไรมะขาม นำสถานการณ์ปัญหาผู้สูงอายุภายในตำบล ที่ขาดการเอาใจใส่ และการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง มานำเสนอต่ออบต.ไรมะขาม เพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหา และได้ข้อสรุปร่วมกันว่าจะร่วมมือกันพัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยการจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วม ตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้น ส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนกันระหว่างผู้สูงอายุในเรื่องต่างๆ และเพื่อเป็นศูนย์กลางสำหรับการถ่ายทอดความรู้ ประสบการณ์และภูมิปัญญาของผู้สูงอายุ	หัวหน้าสถานีอนามัยตำบลไรมะขาม
เมษายน 2545	-รวบรวมรายชื่อผู้สูงอายุในตำบลไรมะขาม โดยวิธีการเดินสำรวจจำนวนผู้สูงอายุตามบ้าน -คัดเลือกตัวแทนผู้สูงอายุเพื่อเป็นอาสาสมัคร ในการประชาสัมพันธ์และจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ มีตัวแทนผู้สูงอายุทุกหมู่บ้าน จำนวนทั้งสิ้น 14 คน	อบต.ไรมะขาม/ สถานีอนามัยตำบล
เมษายน 2545	-จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุตำบลไรมะขาม วางแผนการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุในแต่ละเดือน/ปี รับสมัครสมาชิก โดยการประชาสัมพันธ์ของผู้นำชุมชน ผ่านตามเสียงตามสาย และการชักชวนของเจ้าหน้าที่สถานีอนามัยตำบลไรมะขาม โดยผู้ที่สมัครเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุจะต้องมีอายุไม่ต่ำกว่า 40 ปี เป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ตำบลไรมะขามหรือตำบลใกล้เคียง มีสมาชิกเริ่มแรก 200 คน -จัดระดมทุนในรูปแบบฅาปนกิจสงเคราะห์สำหรับผู้สูงอายุด้วยกันเอง โดยเก็บค่าธรรมเนียมแรกเข้าคนละ 120 บาท สำหรับจ่ายให้กับสมาชิกที่เสียชีวิตศพละ 50 บาท -สนับสนุนงบประมาณ จำนวน 20,000 บาท เพื่อเป็นค่าอาหารกลางวันและอาหารว่างให้กับผู้สูงอายุ	- อบต./ กลุ่มตัวแทนผู้สูงอายุ - สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ - อบต.
ทุกวันที่ 22 ของทุกเดือน	จัดกิจกรรมผู้สูงอายุ เช่น การออกกำลังกายร่วมกัน การตรวจสุขภาพ ให้ความรู้ด้านโภชนาการ ทำกิจกรรมกลุ่ม ฅาปนกิจสงเคราะห์ ประชุมกลุ่มประจำเดือน ฟังพระธรรมเทศนา รับประทานอาหารกลางวันและของว่าง	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ/ สถานีอนามัยตำบลไรมะขาม/อบต.
ประมาณวันที่ 20 หรือ 21 หรือ 22 เดือนเมษายนของทุกปี	จัดกิจกรรมวันกตัญญู คือ การประกอบพิธีสงฆ์ พิธีรดน้ำดำหัว การละเล่นพื้นบ้านต่างๆ ตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ	สมาชิกชมรมผู้สูงอายุ/ สถานีอนามัยตำบลไรมะขาม/อบต.

หน่วยงานที่เข้าร่วมดำเนินการ

-- หน่วยงาน/องค์กร -- -- บทบาทความร่วมมือ --

สถานีอนามัยตำบลไรมะขาม

นำปัญหาของผู้สูงอายุในตำบลเข้าปรึกษากับอบต.ไรมะขาม ร่วมมือในการรวบรวมรายชื่อผู้สูงอายุในตำบล จัดกิจกรรมตรวจสุขภาพ ให้คำแนะนำด้านโภชนาการ จัดกิจกรรมนันทนาการ

โรงเรียนไร่มะขามวิทยา	ให้ยืมใช้อุปกรณ์ต่างๆ เช่น ไม้พลอง เครื่องดนตรีไทย โตะ เก้าอี้ เป็นต้น
บุคคลภายนอกและลูกหลานของผู้สูงอายุ	สนับสนุน สมทบงบประมาณเพิ่มเติมสำหรับค่าอาหารกลางวันและอาหารว่างแก่กลุ่มผู้สูงอายุ

ประเมินผลความสำเร็จ

ก่อนการดำเนินการ

1. ผู้สูงอายุถูกปล่อยทิ้งไว้ที่บ้าน ให้โดดเดี่ยว ไร้คุณค่า ขาดการไปมาหาสู่ระหว่างผู้สูงอายุที่เป็นวัยเดียวกัน เนื่องจากไม่มีสถานที่พบปะ และในตำบลไร่มะขามก็ไม่มีวัดภายในตำบลเพื่อให้ผู้สูงอายุนั่งปฏิบัติธรรม
2. ผู้สูงอายุขาดความรู้ความเข้าใจ การดูแลสุขภาพร่างกายของตนเองหรือได้รับการดูแลรักษาโรคอย่างไม่ถูกต้อง โรคที่เป็นกันมาก ได้แก่ ความดันโลหิตสูง ปวดขา ปวดข้อ หวัด โรคชรา มีปัญหาด้านสุขภาพจิตซึ่งเกิดจากการปฏิบัติตนกับบุตรหลานหรือคนในครอบครัวไม่ถูกต้อง และปัญหาด้านโภชนาการ
3. ในระยะแรกๆ ที่เริ่มมีการจัดกิจกรรมประจำเดือน ผู้สูงอายวยังมีความเคอะเขิน ไม่กล้าแสดงออก และไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่เจ้าหน้าที่อนามัยจัดให้
4. ภูมิปัญญาของผู้สูงอายุที่สั่งสมมาทั้งชีวิต ถูกเลาะเลาะและขาดความสนใจที่จะเรียนรู้และสืบทอด

หลังการดำเนินการ

1. ผู้สูงอายุมีกิจกรรมหรือชมรมที่จะร่วมทำกิจกรรมต่างๆ กับเพื่อนวัยเดียวกัน แก้ปัญหาความโดดเดี่ยวเหงาหงอยและเสริมสุขภาพจิตให้กับผู้สูงอายุ วัดได้จากผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมมีความสุข บางคนรอคอยให้ถึงวันกำหนดนัด
2. ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง การออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสมกับวัย ผู้สูงอายุบางคนกลับไปซื้อไม้พลองที่บ้านของตนเอง พร้อมทั้งได้รับการตรวจสุขภาพทุกเดือน หากผู้สูงอายุคนใดเป็นโรคเรื้อรังทางเจ้าหน้าที่สถานีอนามัยจะคอยติดตามดูแลและควบคุมอาการ และให้การรักษาที่ต่อเนื่อง และติดตามผลที่บ้านของผู้สูงอายุ
3. จากการสังเกตของเจ้าหน้าที่อนามัย เจ้าหน้าที่อนามัยต้องเอาใจใส่ โดยใช้กิจกรรมนันทนาการเป็นเครื่องมือละลายพฤติกรรม หลังจากจัดกิจกรรมประมาณ 3-4 เดือน ผู้สูงอายุก็ให้ความร่วมมือมากขึ้น ในช่วงแรกมีจำนวนผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกเพียง 200 คน แต่ในปัจจุบันมีสมาชิก 400 คน ซึ่งเกิดจากการชักชวนของกลุ่มผู้สูงอายุกันเองให้เข้าร่วมในชมรมผู้สูงอายุ
4. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีบทบาทมากขึ้นในการร่วมรณรงค์กิจกรรมต่างๆ เช่น กิจกรรมรณรงค์ป้องกันไข้เลือดออก ก็ช่วยประชาสัมพันธ์วิธีการทำลายแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายให้บ้านเรือนใกล้เคียงปฏิบัติอย่างถูกวิธี
5. อบต.ไร่มะขาม ร่วมกับสถานีอนามัยตำบลไร่มะขาม จัดเวทีการแสดงดนตรีพื้นบ้าน การรื้อฟื้นความหลังครั้งอดีต เป็นต้น

อุปสรรคและการแก้ไขปัญหา

อุปสรรค	การแก้ไขปัญหา
1. การประชาสัมพันธ์ชมรมยังไม่กว้างขวางพอ	1. สมาชิกชมรมช่วยกันประชาสัมพันธ์ โดยใช้การบอกเล่าปากต่อปากเป็นหลัก
2. ขาดอุปกรณ์ต่างๆ ที่จำเป็น สำหรับการจัดกิจกรรมทุกเดือน	2. ขอยืมจากหน่วยงานต่างๆ เช่น โรงเรียน สถานีอนามัย อบต.

ปัจจัยแห่งความสำเร็จ

1. การร่วมกันแก้ไขปัญหาระหว่างหน่วยงานภายในท้องถิ่น และสนับสนุนทรัพยากรที่จำเป็น เพื่อให้เกิดกิจกรรมที่เป็นรูปธรรมขึ้นทุกเดือน
2. การประชาสัมพันธ์งานของชมรมผู้สูงอายุเป็นสิ่งสำคัญที่สามารถจะสร้างกระแสให้เกิดความเห็นอกเห็นใจกัน เอาใจใส่กันทั้งกับบุตรหลานและบุคคลทั่วไป และเพื่อให้เกิดการทบทวนตนเองเพื่อปรับเปลี่ยนวิธีคิดเรื่องการดูแลพ่อกับมารีของตนเอง

ความเป็นไปได้ในการถ่ายทอดประสบการณ์

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอื่นสามารถนำวิธีใหม่ไปประยุกต์ใช้ได้ แต่มีข้อควรคำนึง คือ องค์กรที่จะเริ่มดำเนินการควรตรวจสอบข้อมูลส่วนตัวของผู้สูงอายุให้ละเอียด เช่น ความสามารถหรือความเชี่ยวชาญเฉพาะ ภูมิปัญญาของผู้สูงอายุส่งสมา เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการในการดำเนินการและพัฒนา

แหล่งข้อมูลเพิ่มเติม

ชื่อ-นามสกุล : นางสาวพัชรินทร์ เจิมสุวรรณ
ตำแหน่ง : ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล
หน่วยงาน : องค์การบริหารส่วนตำบลไร่มะขาม
ที่อยู่ : หมู่ที่ 6 ตำบลไร่มะขาม อำเภอบ้านลาด จังหวัดเพชรบุรี
โทรศัพท์ : (032) 586-100

ชื่อ-นามสกุล : นางศศิธร ฉิมเพชร
ตำแหน่ง : นักวิชาการสาธารณสุข 6
หน่วยงาน : สถานีอนามัยตำบลไร่มะขาม
ที่อยู่ : ตำบลไร่มะขาม อำเภอบ้านลาด จังหวัดเพชรบุรี
โทรศัพท์ : (032) 586-133

ข้อมูลเกี่ยวกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในปีที่มีการเริ่มวิถีใหม่ : พ.ศ. 2545

ประเภทของ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	องค์การบริหารส่วนตำบล
สถานที่ตั้ง	หมู่ที่ 6 ตำบลไรมะขาม อำเภอบ้านลาด จังหวัดเพชรบุรี 76150
ขนาดพื้นที่	13.8 ตารางกิโลเมตร
งบประมาณรายจ่าย	1,965,846.62 บาท (ปีงบประมาณ 2544)
งบประมาณรายได้	2,955,798.22 บาท (ปีงบประมาณ 2544)
จำนวนพนักงานและลูกจ้าง	7 คน 3 คน พนักงานท้องถิ่น 2 คน ลูกจ้างประจำ 2 คน ลูกจ้างชั่วคราว
จำนวนประชากร	2,883 คน
จำนวนครัวเรือน	605 ครัวเรือน
รายได้เฉลี่ยประชากร	40,000 บาท
ลักษณะของเมืองและ วิถีชีวิตชุมชน	ตำบลไรมะขาม มีผู้เล่าต่อกันมาว่า ชาวบ้านใน ตำบลนี้มีอาชีพทำไร่ และมีต้นมะขามใหญ่ซึ่งมีอายุ มากกว่า 100 ปี เมื่อมีการตั้งตำบลขึ้นมาชาวบ้านจึงใช้ สัญลักษณ์ คือ ต้นมะขาม และเรียกตำบลนี้ว่าเป็น ตำบลไรมะขาม ตั้งอยู่ในเขตการปกครองของตำบล บ้านลาด ประกอบไปด้วย 9 หมู่บ้าน สภาพพื้นที่เป็นที่ ราบลุ่มมีลำห้วยและคลองชลประทานไหลผ่าน จึง เหมาะแก่การทำเกษตร ประชากรทำการเกษตรคิด เป็นสัดส่วนถึงร้อยละ 69 ประชากรในตำบลไรมะขาม เป็นทั้งผู้ผลิตและจำหน่ายโดยเฉพาะผลผลิตที่เป็นทั้ง ผักและผลไม้ และจะนำไปขายที่ตลาดในกรุงเทพฯ เนื่องจาก การคมนาคมไปมาสะดวก