

## แหล่งเรียนรู้ : ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ (ทุกระดับตำบล)

### ส่วนที่ ๑ ข้อมูลแหล่งเรียนรู้

#### ๑.๑ ที่มาและความสำคัญ

แหล่งเรียนรู้ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลเวียงเทิง มีประธานศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ นำโดย นายทองสุข คำขาลี และเทศบาลตำบลเวียงเทิง นำโดย นายชาญชัย พงษ์มณี รองนายกเทศมนตรีตำบลเวียงเทิง เป็นเจ้าภาพหลักในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ โดยมีกลุ่มเป้าหมายในการทำงาน คือ ผู้สูงอายุในศูนย์การเรียนรู้ฯ จำนวน ๑๓๐ คน

เทศบาลตำบลเวียงเทิงกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จากข้อมูลมีผู้สูงอายุ (ช่วงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป) จำนวน ๙๐๑ คน (ข้อมูล : Tcnap พ.ศ. ๒๕๕๗) ซึ่งคาดว่าในอนาคตจะเกิดเป็นสังคมผู้สูงอายุมากขึ้นหรือเพิ่มขึ้นเกินร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งหมด กล่าวคือจะมีผู้สูงอายุ ๑ คน ในประชากรทุกๆ ๕ คน และประกอบกับในช่วงนั้นทางเทศบาลตำบลเวียงเทิงได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ประเด็นด้านผู้สูงอายุ ทำให้มีการจัดตั้งเป็นศูนย์การเรียนรู้ชื่อว่า “ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลเวียงเทิง” เมื่อวันที่ ๑๗ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๗ และได้มีการดำเนินงานจนมาถึงปัจจุบัน

#### ๑.๒ เส้นทางการพัฒนา



ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุเริ่มก่อตั้งเมื่อวันที่ ๑๗ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๗ โดยได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ประเด็นด้านผู้สูงอายุ ต่อมาปี พ.ศ. ๒๕๕๘ มีการประชาสัมพันธ์ให้ผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ที่สนใจมาเข้าสมัครเรียน โดยในช่วงเริ่มต้นนั้นมีการจัดการเรียนการสอนเดือนละ ๑ ครั้ง หลังจากได้รับการตอบรับจากผู้สูงอายุด้วยดีและผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะให้มีการเรียนการสอนที่บ่อยขึ้น

จึงได้มีการเปลี่ยนแปลงการเรียนการสอนจากเดือนละ ๑ ครั้ง เป็นสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง โดยในช่วงเริ่มต้นนั้นยังไม่มี การทำหลักสูตรขึ้นอย่างเป็นทางการ แต่จะได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างๆ เข้ามาจัดการเรียนการสอน ซึ่งในช่วง นั้นจะมีเรื่องของสุขภาพ ได้แก่ โยคะเพื่อผู้สูงวัย รำไม้พอง เป็นต้น นอกจากนี้ยังส่งเสริมงานประดิษฐ์เพื่อการทำ รายได้เสริม ได้แก่ การประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์ ต่อมาได้ใช้ตลอดเตอร์ที่ไม่ถูกรางวัลในการทำแทนกระดาษ และสามารถ ขายได้จริงในงานฌาปนกิจ ปี พ.ศ.๒๕๕๙ มีการประชุมคณะกรรมการและผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อจัดทำหลักสูตรการเรียนรู้อ สำหรับผู้สูงวัย ให้สอดคล้องกับบริบทผู้สูงอายุในพื้นที่ โดยการนำของนายชาญชัย พงษ์มณี รองนายกเทศมนตรี เทศบาลตำบลเวียงเทิง (อดีตผู้อำนวยการโรงเรียนเวียงเทิง เเทิงทำนุประชา) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุมี ความรู้ ความเข้าใจในการเตรียมตัวเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีคุณค่า เพื่อส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันการเจ็บป่วย และการ ดูแลตัวเองเบื้องต้น เข้าถึงข่าวสารและสื่อต่างๆ ได้ สามารถปรับตัวทันต่อความเปลี่ยนแปลงของโลก และการ ดำรงชีวิตอย่างมีความสุข โดยมีการเรียนการสอนทั้งเนื้อหาที่เป็นทฤษฎีและการปฏิบัติ มีโครงสร้างหลักสูตร ๕ รายวิชา ปัจจุบันได้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และร่วมทำกิจกรรมกับโรงเรียนผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ใกล้เคียง เพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังมีการสร้างความสัมพันธ์อันดีงามระหว่าง ผู้สูงอายุกับเด็กในโรงเรียนเทศบาลตำบลเวียงเทิง และในชุมชนอีกด้วย

### ๑.๓ กระบวนการดำเนินงาน

๑) แต่งตั้งคณะกรรมการศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัย โดยเชื่อมโยงทุนและศักยภาพในพื้นที่เพื่อเป็นข้อมูลในการ จัดการบริหารศูนย์การเรียนรู้ฯ ให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้และเกิดความเป็นเจ้าของศูนย์การเรียนรู้ฯ ร่วมกัน จากการมี การจัดตั้งโดยไม่มีโครงสร้างของโรงเรียน คือไม่มีผู้อำนวยการ ไม่มีครู ไม่มีนักเรียน มีแต่ผู้สูงอายุที่เป็นเจ้าของศูนย์ การเรียนรู้ฯ และทำกิจกรรมร่วมกัน โดยสร้างการเรียนรู้ การเรียนการสอนที่เกิดจากความต้องการของผู้สูงอายุเอง ให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ของศูนย์การเรียนรู้ฯ และมีการบูรณาการ ภาควิชาเครือข่าย เช่น โรงพยาบาล สาธารณสุขอำเภอ ชมรมผู้สูงอายุ ฯลฯ ในการมาให้ความรู้ในเรื่องต่างๆ ที่เป็น ประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในศูนย์การเรียนรู้ฯ

๒) จัดหาสถานที่ที่เหมาะสมกับสภาพร่างกายและการทำงานของผู้สูงอายุ ซึ่งปัจจุบันคือ อาคารเรียน โรงเรียนเทศบาลตำบลเวียงเทิง และมีการจัดตั้งคณะกรรมการศูนย์ฯ ซึ่งปัจจุบันมีนายทองสุข คำชาติ เป็นประธาน ศูนย์การเรียนรู้ฯ เพื่อเป็นตัวแทนของผู้สูงอายุในการเข้าร่วมการประชุม ทำกิจกรรมด้านต่างๆ

๓) มีการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับตำบลอื่น ทำให้ผู้สูงอายุมีเพื่อนเครือข่ายเพิ่มมากขึ้น และได้ เรียนรู้ความรู้ท้องถิ่นของแต่ละพื้นที่ด้วย

๔) มีการบัญชีรายรับรายจ่าย โดยมีตัวแทนผู้สูงอายุเป็นผู้รับผิดชอบ และมีการชี้แจงรายละเอียดให้กับ ผู้สูงอายุทุกๆ เดือน เพื่อแสดงถึงความโปร่งใส และสร้างความมั่นใจให้กับผู้สูงอายุในศูนย์การเรียนรู้ฯ

๕) ประชุมเพื่อจัดทำหลักสูตรสำหรับผู้สูงวัยขึ้น โดยนำหลักสูตรจากสถาบันพัฒนาการศึกษานอกระบบและ การศึกษาตามอัธยาศัยภาคใต้ มาปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุในพื้นที่ ซึ่งทำให้เกิดหลักสูตร “**การเรียนรู้ สำหรับผู้สูงวัย (๑๔๔ ชั่วโมง) ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัย เทศบาลตำบลเวียงเทิง**” มีโครงสร้างหลักสูตร ๕ รายวิชา ดังนี้

- รายวิชาที่ ๑ การดูแลสุขภาพที่จำเป็นของผู้สูงอายุ จำนวน ๒๗ ชั่วโมง โดยเน้นเรื่องการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุแบบองค์รวมโดยเน้นให้ตระหนักในการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันการเจ็บป่วยและการดูแลตนเองเบื้องต้น ให้ครอบครัวรวมทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ

- รายวิชาที่ ๒ นันทนาการและการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๓๙ ชั่วโมง เช่น กิจกรรมการออกกำลังกายประกอบดนตรี กิจกรรมงานประดิษฐ์ กิจกรรมรำไม้พอง รำวงย้อนยุค ฯลฯ

- รายวิชาที่ ๓ การพัฒนาจิตสำหรับผู้สูงวัย จำนวน ๓๙ ชั่วโมง โดยเน้นในเรื่องความรู้ ความเข้าใจ และ วิธีการปฏิบัติตนเองตามหลักศาสนา เพื่อพัฒนาความคิดเกิดความมั่นคงทางจิตใจและสุขภาวะทางจิต

- รายวิชาที่ ๔ การใช้ชีวิตอย่างมีความสุขสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๒๔ ชั่วโมง โดยการส่งเสริมการเรียนรู้ นอกสถานที่ เช่น การศึกษาดูงาน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นใกล้เคียง การออก เยี่ยมผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ด้วยตนเอง การใช้ชีวิตบั้นปลายอย่างมีความสุข ฯลฯ

- รายวิชาที่ ๕ เทคโนโลยีการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน ๑๕ ชั่วโมง เช่น การใช้คอมพิวเตอร์ เบื้องต้น การใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ระบบสมาร์ทโฟน (Smart Phone) ที่ถูกต้อง ฯลฯ

๖) ส่งเสริมการทำกิจกรรมความดี โดยผู้เรียนทุกคนจะมี “สมุดบันทึกความดี” ซึ่งเน้นให้มีการทำความดีใน ทุกๆ วันและบันทึกรายละเอียดลงสมุดเพื่อสะสมคะแนน ซึ่งจะมีเกณฑ์การให้คะแนนในกิจกรรมต่างๆ เช่น มาเรียนที่ ศูนย์การเรียนรู้ได้ ๑๐ คะแนน/ครั้ง บ้นจักรยานมาเรียนได้ ๑๐ คะแนน แยกขยะและนำขยะมารวบรวมขายได้ ๑๐ คะแนน/ครั้ง ฯลฯ ทั้งนี้จะรวมไปถึงการบริจาคทาน - ทำบุญ การร่วมงานบุญต่างๆ โดยได้รับความร่วมมือกับวัดต่างๆ ที่อยู่ในพื้นที่ ในการเป็นสถานที่ให้ความรู้และทำกิจกรรมสร้างความดีสำหรับผู้สูงอายุ และในทุกๆ สัปดาห์ จะมีการมอบ ของรางวัลเพื่อเป็นขวัญและกำลังใจให้กับผู้เรียนที่มีคะแนนความดีสูงสุด

๗) ผู้สูงอายุในศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัย มีการลงพื้นที่ออกเยี่ยมผู้สูงอายุที่ติดบ้านและติดเตียง โดยการนำ สิ่งของอุปโภค - บริโภคไปมอบเพื่อเป็นขวัญและกำลังใจให้กับผู้สูงอายุที่ติดบ้านติดเตียง นอกจากนี้ยังมีการนำ ผลิตภัณฑ์ที่ทำขึ้นจากศูนย์ฯ เช่น ดอกไม้จันทน์ ไปช่วยเหลืองานศพในชุมชน และทางเจ้าภาพงานจะมีการมอบเงิน สวัสดิการกลับคืนให้กับศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัยต่อไป

๘) เกิดความเชื่อมโยงกับแหล่งเรียนรู้อื่นที่ได้รับประโยชน์ร่วมกัน คือ แหล่งเรียนรู้การบริหารจัดการขยะ แบบครบวงจร, แหล่งเรียนรู้กลุ่มอาชีพเสริมเพิ่มเติมรายได้, แหล่งเรียนรู้กลุ่มร่วางย่อนยุค, แหล่งเรียนรู้โรงเรียน พอเพียง และแหล่งเรียนรู้กองทุนหลักประกันสุขภาพฯ

#### ๑.๔ ผลที่เกิดขึ้น

๑) ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่เหมาะสม ทั้งสุขภาพกาย จิต สังคมและอารมณ์ สร้างเสริมสัมพันธ์ภาพระหว่าง ผู้สูงอายุด้วยกัน มีความสามารถในการคิดและแก้ปัญหาได้เหมาะสมกับวัย และเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

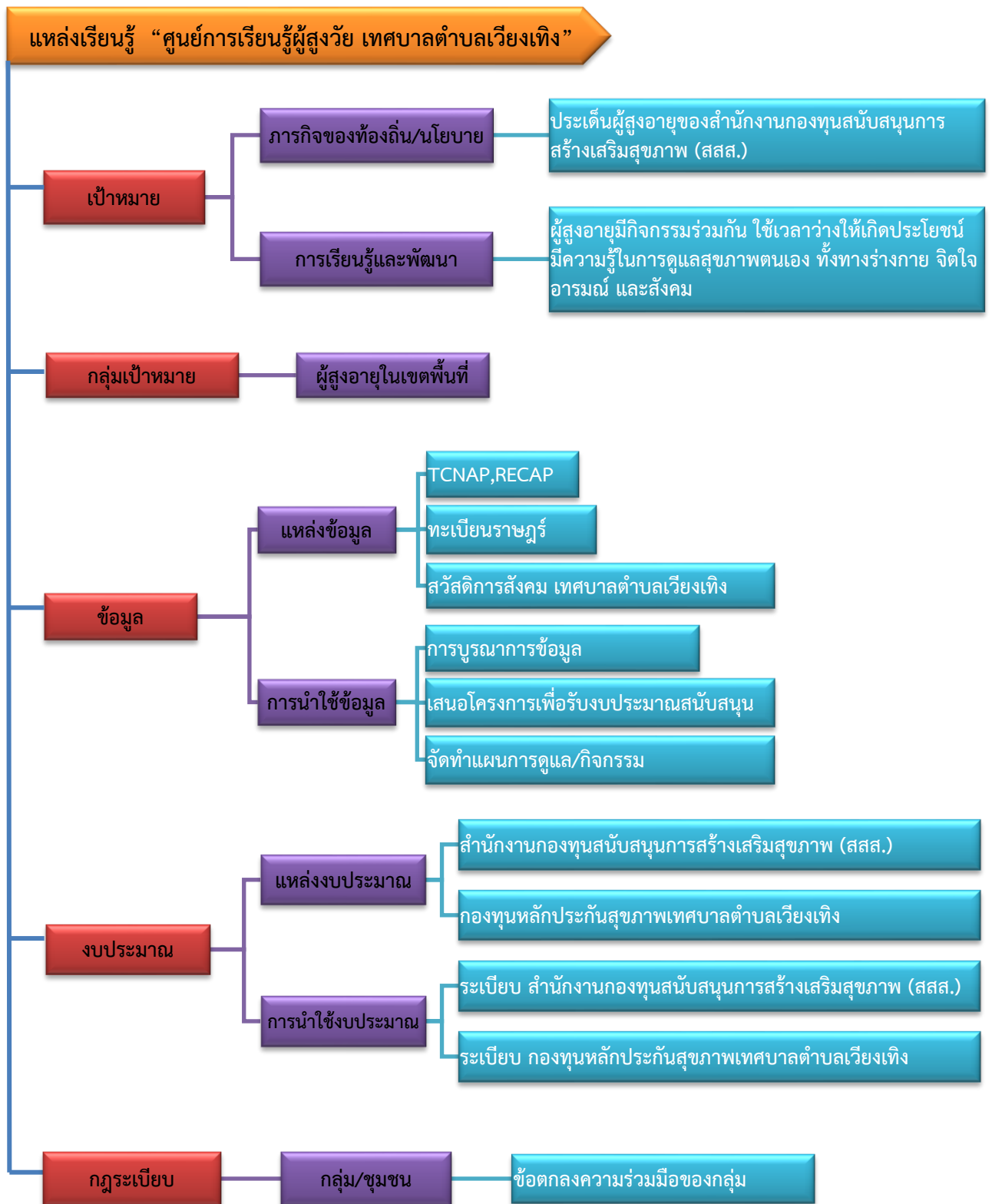
๒) มีการเรียนรู้ภายในศูนย์การเรียนรู้ฯ และสามารถให้ความรู้กับผู้อื่นได้ นอกจากนี้ยังสามารถแลกเปลี่ยน เรียนรู้ร่วมกับผู้สูงอายุในพื้นที่อื่นได้

๓) ผู้สูงอายุที่ได้รับความรู้จากศูนย์การเรียนรู้ สามารถนำไปประกอบอาชีพสร้างรายได้ให้กับตนเองได้

#### ๑.๕ การขยายผลการดำเนินงาน

ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงวัย เป็นสถานที่เตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตบั้นปลายอย่างมีความสุข ทั้ง ๔ มิติ มุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุมีพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ที่เหมาะสม

๑.๖ Typology



**ส่วนที่ ๒ กระบวนการเรียนรู้**  
**๒.๑ ชื่อวิทยากรแหล่งเรียนรู้**

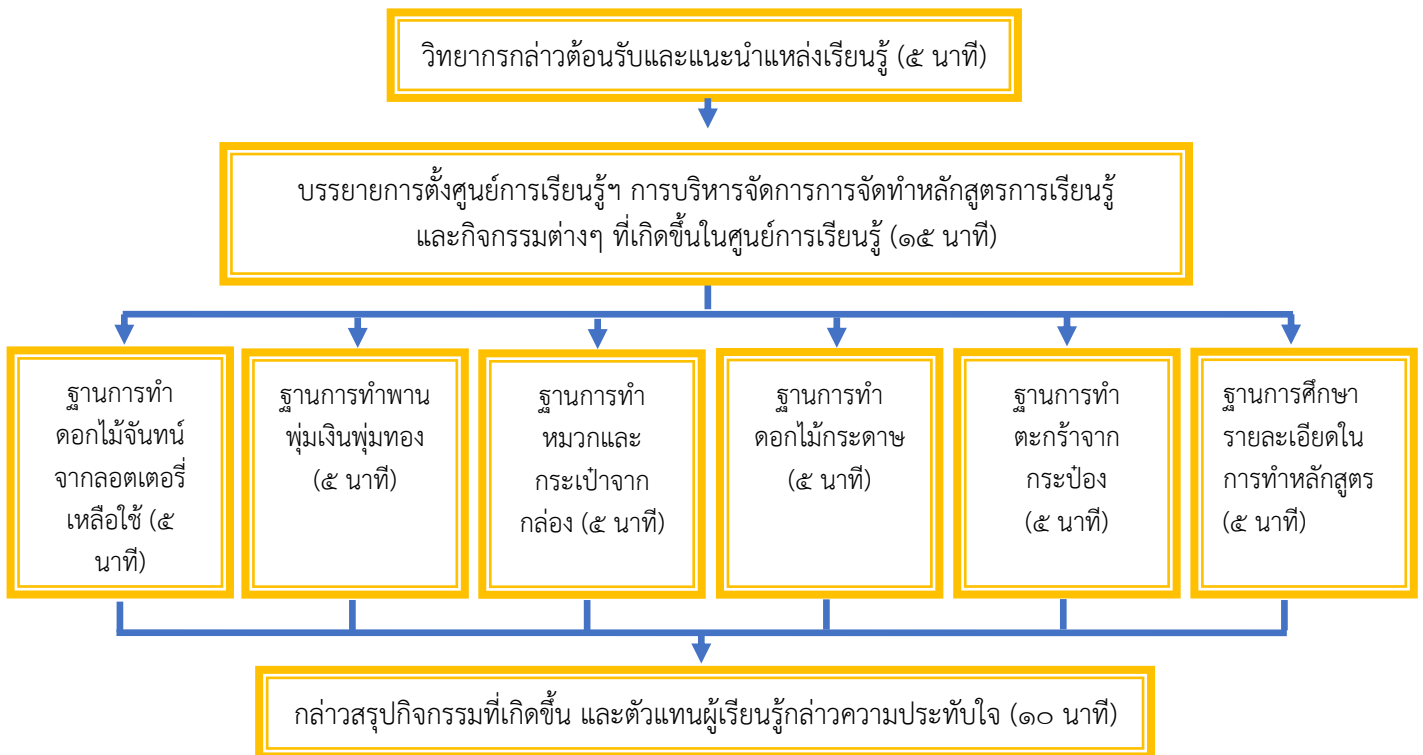
ชื่อ - สกุล	ตำแหน่ง	เบอร์โทรศัพท์
๑. นายชาญชัย พงษ์มณี	รองนายกเทศมนตรีตำบลเวียงเทิง	๐๙๐-๔๗๒๓๔๗๒
๒. นายทองสุข คำชาลี	ประธานแหล่งเรียนรู้	๐๘๑-๘๘๕๕๑๙๙
๓. นางประทีน ฦ น่าน	คณะกรรมการแหล่งเรียนรู้	๐๘๖-๑๑๔๑๒๕๕
๔. นางกัลยาณี เวียงเกตุ	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	๐๘๖-๙๑๐๒๘๐๙
๕. นางเล็ก ใจนวล	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	-
๖. นางบุญเรือน รอมสุข	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	-
๗. นางศรีเรียบ เพชรราช	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	๐๘๐-๔๕๒๙๕๙๑
๘. นางศรีวรรณ โนราช	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	-
๙. นางกิมเรียง เมืองอินทร์	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	-
๑๐. นางคณิต นันตา	สมาชิกศูนย์การเรียนรู้ฯ	-
๑๑. นางสาวทิตยา ปัญญายม	นวก.ประจำแหล่ง	๐๘๐-๑๓๓๖๕๕๐

**๒.๒ จุดประสงค์การเรียนรู้**

- ๑) ผู้เรียนได้แนวคิดในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในพื้นที่ของตนเอง
- ๒) เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้การดำเนินงานของศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ

**๒.๓ กิจกรรมการเรียนรู้ (เวลาที่ใช้ ๖๐ นาที)**

การเรียนรู้แหล่งเรียนรู้ ศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลเวียงเทิง ดังนี้



## ๒.๔ สื่อหรืออุปกรณ์ประกอบการเรียนรู้

- ๑) แผ่นพับแสดงประวัติความเป็นมา และรูปภาพกิจกรรมของแหล่งเรียนรู้
- ๒) บอร์ด ไวเนล แสดงกิจกรรมของแหล่งเรียนรู้
- ๓) วัสดุที่ใช้ประจำแต่ละงานในแต่ละฐานการเรียนรู้
- ๔) ไมโครโฟน/เครื่องขยายเสียง
- ๕) Timeline ศูนย์การเรียนรู้ฯ

## ๒.๕ กลุ่มเป้าหมายที่ต้องการสร้างการเรียนรู้ (ผู้เรียนจำนวน ๒๐ คน)

- ๑) ผู้บริหารหน่วยงาน/องค์กร เช่น นายก อบต./เทศบาล
- ๒) ผู้นำ แกนนำ เจ้าหน้าที่ภาครัฐ
- ๓) ผู้สนใจในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้
- ๔) เครือข่ายเทศบาลตำบลเวียงเทิง