



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

ภาพข่าวกิจกรรม

สำนักอนามัยผู้สูงอายุ กรมอนามัย

การประชุมปรึกษาหารือโครงการเสริมสร้างสมรรถนะผู้สูงอายุ ขยับกายดี ไม่มีหกล้ม

ภายใต้ประชุมพัฒนานวัตกรรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ กรมอนามัย ครั้งที่ 2/2567

วันที่ 19 เมษายน 2567 เวลา 09.30 – 14.30 น. ณ ห้องประชุมสำนักอนามัยผู้สูงอายุ อาคาร 7 ชั้น 4 กรมอนามัย และผ่านระบบออนไลน์ (ZOOM)



สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ได้จัดประชุมปรึกษาหารือโครงการเสริมสร้างสมรรถนะผู้สูงอายุ ขยับกายดี ไม่มีหกล้ม ภายใต้ประชุมพัฒนานวัตกรรมส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ กรมอนามัย ครั้งที่ 2/2567 ซึ่งเป็นโครงการมุ่งเน้น ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567 (6 เดือนหลัง) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุและความเสี่ยงต่อภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย และส่งเสริมการเคลื่อนไหว รวมทั้งการสร้างกล้ามเนื้อเพื่อเพิ่มสมรรถนะผู้สูงอายุให้แข็งแรง ผู้เข้าร่วมประชุมประกอบด้วย ผู้รับผิดชอบงานผู้สูงอายุจากหน่วยงานส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ได้แก่ สำนักโภชนาการ กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ สำนักอนามัยผู้สูงอายุ ศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง จำนวน 60 คน

ประเด็นสำคัญ และมติที่ประชุม :

- นำเสนอรายละเอียดโครงการเสริมสร้างสมรรถนะผู้สูงอายุ ขยับกายดี ไม่มีหกล้ม ในประเด็นที่สำคัญตามแนวทางแผนส่งเสริมสุขภาพดี (Wellness Plan) ด้านการเคลื่อนไหว และด้านโภชนาการให้ที่ประชุมทราบ เพื่อขับเคลื่อนแนวทางการดำเนินงาน รอบ 6 เดือนหลัง ให้บรรลุตามประเด็นที่มุ่งเน้นต่อไป
- ข้อเสนอแนะจากหน่วยงานส่วนกลางและส่วนภูมิภาค : เห็นด้วยว่าควรมีเครื่องมือประเมินและเสริมสร้างสมรรถนะกล้ามเนื้อผู้สูงอายุให้แข็งแรงไปใช้ในชุมชน ได้แก่ ชุดอุปกรณ์ประเมิน ชุดเสริมสร้างสมรรถนะและโมเดลเมนูอาหารสร้างกล้ามเนื้อ โดยให้สอดคล้องกับแบบประเมินการหกล้มและภาวะมวลกล้ามเนื้อน้อย และการฝึกสมรรถนะทางกาย 9 สถานที่ที่มีอยู่แล้ว โดยมีการจัดทำแนวทางการดำเนินงานที่ชัดเจน, รายการที่เกี่ยวข้องในการจัดซื้อ-จัดจ้างและนำเสนอในการประชุม คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มผู้สูงอายุ ในวันที่ 26 เมษายน 2567 ต่อไป

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

f www.anamai.moph.go.th