



รู้หรือไม่ว่า?

ปวดหัว
แพ้ฝุ่นละออง
นอนไม่หลับ
ท้องผูก, ท้องเสีย
หวัด, ไข้
ความจำเสื่อม
เป็นหวัด
ไอ, จาม
แผลในกระเพาะอาหาร
โรคของช่วง
ความดันโลหิตสูง

- กินปลา ผักต้มกับขิง จะช่วยบรรเทาอาการปวดหัว
- กินโยเกิร์ต หรือนมเปรี้ยว
- ดื่มน้ำผึ้ง สารในน้ำผึ้งมีฤทธิ์แก้ลมประสาท
- กินกล้วยช่วยได้
- กินข้าวโพด บรรเทาความเครียด ลดความวิตกกังวล
- กล้วยอบบางรม หอยแครง และหอยอื่นๆ สารสังกะสีช่วยบำรุงสมอง
- กินกระเทียม จะช่วยให้จมูกโปร่ง สมองโล่ง แกมลดไขมันในเลือดด้วย
- กินพริกแดง หรือสมุนไพรที่สกัดจากพริกแดง
- กินกะหล่ำปลี มีส่วนช่วยรักษาแผลเรื้อรัง
- กินแอปเปิ้ลสดทั้งเปลือก
- กินผักขึ้นฉ่าย

www.facebook.com/bebealthyonline



ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)
เขตที่ ๓ ถนนพญายอง ตำบลพระสิงห์ อำเภอเมืองเชียงใหม่
จังหวัดเชียงใหม่ ๕๐๒๐๐

ชำระค่าฝากกลางปีนรายเดือน
ใบอนุญาตฯ 1/2537
ไปรษณีย์โทรเลขทวงหนี้



ຈຸດກມາຍຂ່າວ

www.thaemapuko-n.go.th
E-mail : thaemapuko-n@dox.mail.go.th

இந்த ௨ இரவுகளில் மட்டுமே இந்த சிவனடியைக் கொள்ளுங்கள். சிவனாகிய இந்த சிவனடியைக் கொள்ளுங்கள்.

ศูนย์พัฒนาการป้องกันภัยพิบัติของชุมชนสูงค่าอุทยานธรรมชาติ (เชียงใหม่) ๑-๔๓๓๗-๔๔๓๗
เลขที่ ๑ ก.ม.๑๖๑๑ ส.๒๓๖๑๑๑ ส.๒๓๖๑๑๑ ส.๒๓๖๑๑๑ ส.๒๓๖๑๑๑



เมื่อวันที่ 19 มกราคม 2558 ศูนย์ฯ ร่วมกับภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน 9 องค์กร (คณะแพทยศาสตร์ คณะเทคนิคการแพทย์ คณะพยาบาลศาสตร์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รพ.มหาราชนครเชียงใหม่ ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่ รร.มจิตาประชารักษ์ และมูลนิธิพัฒนางานผู้สูงอายุ) ทำพิธีลงนามบันทึกความเข้าใจในความ ร่วมมือว่าด้วยการปฏิบัติร่วมกันเพื่อการจัดสวัสดิสังคมผู้สูงอายุ เป็นพันธสัญญาว่าเราจะ ขับเคลื่อนการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุร่วมกันเพื่อประโยชน์สูงสุดแก่ผู้สูงอายุ

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมแบบสถาบัน



เมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ นางณัฐณี โสฬสชัยฤทธิ์ หัวหน้าศูนย์ฯ ผู้สูงอายุ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) รับเงินบริจาค จากบริษัทพัฒนาขนส่งเชียงใหม่จำกัด มอบโดย ครอบครัว คุณพ่อคำรณ ทองคำคุณ



เดือนมกราคม ๒๕๕๙ คณะกรรมการศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย มอบของรางวัลให้กับเด็กนักเรียนในชุมชนศรีสวัสดิ์วิทยามูล



เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม ๒๕๕๘ นางนงขวัญ วีระชาติ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ เป็นประธานเปิด การแข่งขัน กีฬาเปิดทองสัมพันธ์ผู้สูงอายุ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวโรกาสเฉลิมพระชนมพรรษา ๘๘ พรรษา เพื่อเชื่อมความสัมพันธ์เครือข่ายผู้สูงอายุ ณ ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่)



เมื่อวันที่ ๒๙ มกราคม ๒๕๕๙ ศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย ประชุมประจำเดือน เพื่อรายงานผลการดำเนินงานของเดือนที่ผ่านมา และชี้แจงการจัดกิจกรรมในเดือน กุมภาพันธ์พร้อมกับจัดกิจกรรมสุขสันต์วันเกิดให้กับผู้สูงอายุที่เกิดในเดือนมกราคม และรับประทานอาหารร่วมกัน

ศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย



เดือนพฤศจิกายน 2558 ได้รับ ความอนุเคราะห์กำลังพลจากกองพลทหารบกที่ 33 จำนวน 12 นาย ทำความสะอาดและตกแต่งบริเวณรอบศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย ทางศูนย์ฯ ขอขอบคุณพระคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้



เมื่อวันที่ 28 ธันวาคม 2558 ข้าราชการ เจ้าหน้าที่และผู้สูงอายุร่วมกิจกรรม ตักบาตร ข้าวเตี๋ย เพื่อให้ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเรื้อรังและอยู่ในภาวะพึ่งพิงมีโอกาสได้ทำกิจกรรมทางศาสนา



เดือนมกราคม 2559 คณะอาจารย์และนักศึกษาคณะเทคโนโลยีการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดกิจกรรมชกกำลังกาย เล่นเกมฝึกสติ ความจำ พร้อมทั้งรับประทานอาหารร่วมกับผู้สูงอายุ ศูนย์บริการผู้สูงอายุปิยะมาลัย



เดือนธันวาคม 2558 ศูนย์ฯ จัดกิจกรรมงานสังสรรค์วันสงกรานต์ปีเก่าต้อนรับปีใหม่ให้กับผู้สูงอายุ พร้อมทั้งมอบของขวัญให้กับผู้สูงอายุ สร้างความสนุกสนานกันถ้วนหน้าทั้งผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ทุกท่าน



เมื่อวันที่ 17 มกราคม 2559 นายอนุสันต์ เตียนทอง อธิบดีกรมกิจการผู้สูงอายุ เยี่ยมเยือน พบปะพูดคุยและมอบผ้าห่มกันหนาวให้กับ คุณตาคุณยายบ้านธรรมปรกรณ์ เมืองในเทศกาลปีใหม่ และได้มอบนโยบายในการดำเนินงานให้คณะข้าราชการและเจ้าหน้าที่ โดยมีผู้อำนวยการศูนย์ฯ นางมิ่งขวัญ วีระชาติ ให้การต้อนรับและบรรยายสรุปผลการดำเนินงานของศูนย์ฯ

ศูนย์ข้อมูลและสารสนเทศ



ศูนย์ข้อมูลและสารสนเทศ

- ทำเนียบกร Back up ข้อมูลของแต่ละงานไว้ใน External เพื่อป้องกันข้อมูลสูญหาย
- บัณฑิตข้อมูลผู้สูงอายุที่ใช้บริการรายใหม่ เข้าสู่ระบบโปรแกรมฐานข้อมูลผู้สูงอายุ บ้านธรรมปรกรณ์ (เชียงใหม่)
- ให้บริการข้อมูลการบริการจัดการองค์กรและการศึกษาของหน่วยงาน แก่นักเรียน นักศึกษาและประชาชนทั่วไป

ศูนย์บริการให้คำแนะนำและสงต่อ



เดือนพฤศจิกายน 2558 - มกราคม 2559
บริการ ให้คำปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับระเบียบ
การเข้ารับบริการ และแนวทางการช่วยเหลือ
ผู้สูงอายุ จำนวน 44 ราย ดังนี้

- ติดต่อด้วยตนเอง จำนวน 13 ราย
- ทางโทรศัพท์ จำนวน 26 ราย
- ติดต่อผ่านแฟกซ์ จำนวน 3 ราย
- ส่งต่อหน่วยงานอื่น จำนวน 2 ราย

ศูนย์ฝึกอบบรมและพัฒนา



เดือนพฤศจิกายน 2558 ศูนย์ฯ ร่วมกับคณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จัดอบรมวิธีการจัดการแก้ไขปัญหาลุสสภาพลัทธิที่เกิดขึ้นกับผู้ดูแลผู้สูงอายุ ให้กับเจ้าหน้าที่ของศูนย์ฯ เพื่อนำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง



ศูนย์ฯ จัดโครงการอบรมหลักสูตร "ชีวนาฬิกาสำหรับ ผู้สูงอายุ" ตามแนวทางของพระธรรมมคธญาณ พระอาจารย์หลวงพ่อดิ่งศักดิ์ สิริบวร โดยมีวัตถุประสงค์ให้ผู้สูงอายุและบุคลากรทั่วไปที่มีเวลาศึกษาและปฏิบัติเพื่อ สามารถหาสมาธิ เพื่อส่งเสริมสุขภาพใจตนเอง เพื่อให้มีสมาธิและสติในการดำเนินชีวิต อยู่เสมอ เมื่อวันที่ 22-23 มกราคม 2559



เมื่อวันที่ 28 มกราคม 2559 ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) ร่วมกิจกรรมทำบุญไหว้พระ 9 วัด (วัดสวนดอก (พระอารามหลวง) วัดศรีโสดาพระอารามหลวง วัดพระสิงห์ วรมหาวิหาร วัดเจ็ดยอดวรวิหาร วัดชัยมงคล วัดคัมภีร์ วัดคองสี วัดเชียงใหม่ วัดลชยเสนาะ) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทำบุญและรับพรจากพระสงฆ์ เป็นสิริมงคลต่อตนเอง



เมื่อวันที่ 29 มกราคม 2559 ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) จัดกิจกรรมบรรยายพิเศษให้กับผู้สูงอายุ ในหัวข้อ "เราเกิดมาพร้อมกับโรคภัยไข้เจ็บ" โดยพระมหาชัยพร วัดสันตะชัยม อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

ศูนย์การเรียนรู้



เมื่อวันที่ 12 พฤศจิกายน 58 สถาบันแมคเคนเพื่อการฟื้นฟูสภาพ มูลนิธิแห่งสภาคริสตจักรในประเทศไทย เข้าศึกษาดูงานภารกิจของศูนย์ฯ และการดูแลผู้สูงอายุภายในศูนย์ฯ



เมื่อวันที่ 13 พฤศจิกายน 2558 นักศึกษาคณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เข้าศึกษาดูงานการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ พร้อมทั้งเยี่ยมชมและพูดคุยให้กำลังใจผู้สูงอายุในศูนย์ฯ



เมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2558 ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) เข้าร่วมชมรมการจัดทำอินโฟกราฟฟิคขั้นพื้นฐาน "One Page, One Day" เพื่อแลกเปลี่ยนและพัฒนาความรู้ด้านการจัดทำอินโฟกราฟฟิค และนำมาป รับใช้ในการปฏิบัติงานต่อไป

การประชุมสัมมนา



เมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2558 นางมิ่งขวัญ วีระชาติ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) ได้เข้าร่วมประชุมคณะที่ปรึกษานโยบายการพัฒนางานผู้สูงอายุจังหวัดเชียงใหม่ จัดโดยมูลนิธิพัฒนางานผู้สูงอายุ

การพัฒนาบุคลากร



เมื่อวันที่ 2 ธันวาคม 2558 คุณฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) ศึกษาผลงานสถาบัน
แมคเลนเพื่อการฟื้นฟูสภาพ มูลนิธิแห่งสภาคริสตจักรในประเทศไทย เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้
ประสบการณ์การทำงาน และนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานต่อไป



เมื่อวันที่ 9 ธันวาคม 2558 คุณฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) ศึกษาผลงานโรงเรียน
ธราภวภูมิวิทยาลัย ตำบลเชิงคอกย อำเภอคอกยสะแกก๊อ ขึ้นชมกับแนวคิดในการทำงานกับ ผู้สูงอายุ
ของเทศบาลตำบลเชิงคอกยและพลังผู้สูงอายุ ขอขอบคุณนายกเทศมนตรีเชิงคอกยที่ให้การต้อนรับ
และศึกษาผลงานต่อ ที่สถานดูแลผู้สูงอายุเอกชน "จีวี เบนท์ วิลเลจ" มีผู้รับบริการทั้งคนไทย
และชาวต่างชาติ ทางคุณฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) ประทับใจในการต้อนรับ
เป็นอย่างมาก



วันที่ 15 มกราคม 2559 คณะนักศึกษาจาก Miami University ศึกษาผลงาน
การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ พร้อมทั้งเรียนรู้ภูมิปัญญาการตัดตุ๊กตาและการพับ
ดอกไม้ใบเตยจากผู้สูงอายุ



เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2559 นักศึกษาพยาบาลจากประเทศฟินแลนด์ ศึกษาผลงานและ
ร่วมฝึกปฏิบัติการดูแล ผู้สูงอายุ ณ คุณฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ (เชียงใหม่) โดยพี่หัวหน้างาน
พยาบาลให้การต้อนรับ

ศูนย์การจัดสวัสดิการสังคมในชุมชน



เดือนพฤศจิกายน 2558 มอบเงินสงเคราะห์ผู้สูงอายุภาวะยากลำบาก จำนวน 7 พื้นที่ ในพื้นที่ตำบลยี่หว้า ตำบลสันป่าตอง ตำบลสันติสุข ตำบลคอกขยเหล็ก ตำบลบ้านภาค ตำบลทุ่งปี ตำบลทุ่งรวงทอง ตำบลแม่ว่าง ตำบลบ้านสหกรณ์ ตำบลแม่ฮอน และพื้นที่ศูนย์บริการผู้สูงอายุ ปีงบประมาณ 2558 รวม 120 ราย



เดือนพฤศจิกายน 2558 ศูนย์ฯ ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) ร่วมกิจกรรม ส่งเสริมการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลบ้านภาค อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่



เมื่อวันที่ 2 ธันวาคม 2558 นางมิ่งขวัญ วีระชาติ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ ลงพื้นที่ช่วยเหลือครอบครัว นางลำดวน ไชจันทร์ หัก อายุ 75 ปี อยู่บ้านเลขที่ 49 หมู่ที่ 8 ตำบลวังมุง อำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งประสบปัญหาไฟไหม้บ้าน ได้รับความเสียหายทั้งหมด ศูนย์ฯ ได้มอบเครื่องอุปโภคบริโภคเพื่อใช้ในชีวิตรประจำวัน



วันที่ 25 ธันวาคม 2558 ศูนย์ฯ บ้านธรรมปกรณ์ (เชียงใหม่) ได้จัดประชุมชี้แจง แนวทางการดำเนินงาน "โครงการเสริมพลังเครือข่ายคุณภาพ ประจำปี 2559" โดยมีเครือข่าย ผู้สูงอายุในพื้นที่ดำเนินการเข้าร่วมประชุม



เมื่อวันที่ 7 มกราคม 2559 นางมิ่งขวัญ วีระชาติ ผู้อำนวยการศูนย์ฯ เป็นประธานเปิดงาน วันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2559 ณ องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งรวงทอง อำเภอแม่ว่าง จังหวัด เชียงใหม่ ซึ่งเป็นพื้นที่เครือข่ายการดำเนินงาน โดยมี นายณัฏฐ์ ชื่นแก้ว นายกองค์การบริหาร ส่วนตำบลทุ่งรวงทอง เป็นผู้กล่าวรายงานและให้การต้อนรับ