

ใบลงทะเบียน

โครงการส่งเสริมสุขภาพสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ โรงพยาบาลตากใบ ปี ๒๕๖๗

ณ วัดชลธารารัตนเท ต.เจ๊ะเห อ.ตากใบ จ.นราธิวาส

ในวันที่ ...๗... เดือน ...มีนาคม..... พ.ศ. ...256๗... เวลา.....๕.30-1๕.00น.

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลงลายมือชื่อ		หมายเหตุ
			เข้า	ป่วย	
1	หม่อมราชวงศ์กมล มีนธกร	112 ม.4 อ.ตากใบ อ.ตากใบ	อ.กมล	อ.กมล	
2	คุณหญิง มณีทิพย์	147/2 ต.เจ๊ะเห			
3	นาย หงษ์ งาม	69/1 ม.4 ต.เจ๊ะเห อ.ตากใบ	หงษ์ งาม	หงษ์ งาม	
4	คุณหญิง อารีย์	140/38 ม.4 ต.เจ๊ะเห	อารีย์	อารีย์	
5	นาง นิตย วัลย์	104/24 ม.4 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
6	นางพนม พรสวรรค์	73/1 ม.4 ต.เจ๊ะเห	พนม	พนม	
7	นางสาวอดิศักดิ์	7 ม.4 ต.เจ๊ะเห			
8	น.ส. สายใจ ไถย	67/1 ม.4 ต.เจ๊ะเห	สายใจ	สายใจ	
9	นางจิรพร ดำทอง	191 ม.3 เจ๊ะเห	จิรพร	จิรพร	
10	นางอุษณีย์ งาม	112 ม.4 ต.เจ๊ะเห	อุษณีย์	อุษณีย์	
11	นางศรีนุช งาม	114/45 ม.4 ต.เจ๊ะเห	ศรีนุช	ศรีนุช	
12	นางสรนุช อินทนิล	161/1 ม.4 ต.เจ๊ะเห	สรนุช	สรนุช	
13	นาง นิตย งาม	89/16 ม.4 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
14	นาง นิตย งาม	90/2 ม.4 เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
15	นาง นิตย งาม	911 ม.4 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
16	น.ส. นิตย งาม	34 ม.4 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
17	นาง นิตย งาม	220/5 ม.3 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
18	นาง นิตย งาม	221/1 ม.3 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
19	นาง นิตย งาม	65/2/4	นิตย	นิตย	
20	นาง นิตย งาม	59 ม.2	นิตย	นิตย	
21	นาง นิตย งาม	65/2 ม.4 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
22	นาง นิตย งาม	220/1 ม.3 ต.เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	
23	นาง นิตย งาม	65/3 ม.4 เจ๊ะเห	นิตย	นิตย	



ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลงลายมือชื่อ		หมายเหตุ
			เข้า	ป่วย	
50	นางต้ม ศรีสวัสดิ์	106 ม.4	ต้ม	ต้ม	
51	นางนิตยา 100 อ่อน	163/5 ม.4	นิตยา	นิตยา	
52	นางนารี ราชแก้ว	90/3 ม.4	นารี	นารี	
53	นางละมัย นิลเพชร	104/1 ม.4	ละมัย	ละมัย	
54	นางสุวรรณี จันทร์ดี	161/1 ม.4	สุวรรณี	สุวรรณี	
55	น.ส. ดกชนก อินเพชร	140/9 ม.4	ดกชนก	ดกชนก	
56	น.ส. นิตยา ชัยชาญ	68/1 ม.4	นิตยา	นิตยา	
57	น.ส. จงรัก จันทร์ดี	66/20 ม.4	จงรัก	จงรัก	
58	นาง วิไลวรรณ 118 อ่อน	89/16 ม.4	วิไลวรรณ	วิไลวรรณ	
59	นางบุญพูนมา สิงห์คำ	53/4 ม.3	บุญพูนมา	บุญพูนมา	
60	นาง อ. ดอน 112 อ่อน	220 ม.3	ดอน	ดอน	
61	นางอนงค์ สักการ	53/3 ม.4	อนงค์	อนงค์	
62	นาง สว่างทอง ทองจันทร์	128/3 ม.3	สว่างทอง	สว่างทอง	
63	นาง อุษา อินหมอก	40 ม.4	อุษา	อุษา	
64	นาง เข้ม บงกช	14 ม.4	เข็ม	เข็ม	
65	นาง สุชาติ วัชรภาพจก	2/1 ม.3	สุชาติ	สุชาติ	
66	นาง พงษ์ 110 อ่อน	62/1 ม.4	พวง	พวง	
67	นางวิไล จำรัส	113/5 ม.4	วิไล	วิไล	
68	นางพรหม มยุณี	113/6 ม.4	พรหม	พรหม	
69	น.ส. อรุณี ใจดี	53/5 ม.3	อรุณี	อรุณี	
70	นาง อัมพร งาม	203 ม.7	อัมพร	อัมพร	
71	น.ส. นงนิตย์ ใจดี	150/3 ม.4	นงนิตย์	นงนิตย์	
72	นาง นนทิภา งาม	132 ม.4	นนทิภา	นนทิภา	
73	น.ส. กัญญา บงกช	217 ม.3	กัญญา	กัญญา	
74	นาง เสาวภา จันทร์ดี	114/4 ม.4	เสาวภา	เสาวภา	
75	นาง นงนิตย์ ใจดี	66/6 ม.4	นงนิตย์	นงนิตย์	



สรุปรายงานการจัดกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุโรงพยาบาลตากใบ

วันที่ 7 มีนาคม 2567

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 83 คน

มีการทำกิจกรรมดังนี้

- ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมและเก็บเงินสวัสดิการคนละ 20 บาท
- วัดความดันโลหิต ชั่งน้ำหนัก วัดรอบเอว และประเมิน BMI
  - มีค่าดัชนีมวลกาย 18.5 -22.9 น้ำหนักปกติ จำนวน 3 คน
  - 23.0-24.9 น้ำหนักเกินระยะเริ่มต้น จำนวน 36 คน
  - 25.0-29.9 น้ำหนักเกินมากระยะอ้วนเริ่มต้น จำนวน 34 คน
  - มากกว่า 30 น้ำหนักเกินมากโรคอ้วน จำนวน 7 คน
- สวดมนต์ไหว้พระ สงบนิ่งไว้อาลัยแก่สมาชิกชมรมเสียชีวิต 1 คนในเดือนที่ผ่านมา
- น.ส.สัจด์ ยอดคง ประธาน กล่าวทักทายและมอบเงินสวัสดิการชมรม แต่ ผู้สูงอายุที่นอนโรงพยาบาล จำนวน 3 คนเป็นเงิน 1,500 บาท
- นางเพ็ญศรี วิจิตรโสภา พิธีกร ทักทายและแจ้งรายละเอียดกิจกรรม และร้องเพลงประจำชมรมและให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมยืดเหยียดและฝึกการบริหารสมองโดยใช้ทำโป่งก้อย ทำกิจกรรมนันทนาการ
- น.ส.อานานี เจาะ นักโภชนาการ โรงพยาบาลตากใบ ให้ความรู้เรื่องโภชนาการในผู้สูงอายุ
- ออกกำลังกายการเต้นตาราง 9 ช่อง
- การแสดงรำโนราห์ โดยสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ทีมบ้านหัวสะพาน
- พักรับประทานอาหารกลางวัน

- น.ส.กุนรูไธณี พระพิทักษ์ ให้ความรู้เรื่องการสื่อสารออนไลน์อย่างปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ
- ประธานซักถามข้อเสนอแนะวางแผนนัดหมายการจัดกิจกรรมครั้งต่อไป
- รำวงและร้องเพลงลา



ผู้บันทึกรายงานการประชุม

(น.ส.นิรภัย ไชยชาญ)

ผู้ช่วยเลขานุการ



(นางมณี เทพจันทร์)

รองประธานชมรมผู้สูงอายุ

ผู้ตรวจทานและอนุมัติให้พิมพ์



(น.ส.สังัด ยอดคง)

ประธานชมรมผู้สูงอายุ

ผู้ตรวจทานและอนุมัติให้พิมพ์