

ที่ ยล ๐๐๒๓.๖/ว

- ☒ สำนักงานปลัด
☐ กองคลัง
☐ กองช่าง

ลงชื่อ.....



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น

อำเภอเมืองยะลา ถนนสุขุมวิท ตำบลหน้าถ้ำ

ยล ๙๕๐๐๐

๑๕ สิงหาคม ๒๕๖๓

เลขที่ ๑๗๐๘
วันที่ ๑๗ ส.ค. ๒๕๖๓
เรื่อง ๑๓.๕๐

เรื่อง เตรียมตัวให้พร้อมเป็นผู้สูงอายุคุณภาพ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบล ทุกแห่ง และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกตำบล

สิ่งที่ส่งมาด้วย หนังสือจังหวัดยะลา ที่ ยล ๐๐๒๓.๒/ว ๘๘๙ ลงวันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๓

พร้อมนี้ สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอเมืองยะลาขอส่งสำเนาหนังสือจังหวัดยะลา ที่ ยล ๐๐๒๓.๑/ว ๘๘๙ ลงวันที่ ๑๔ สิงหาคม ๒๕๖๓ เรื่อง เตรียมตัวให้พร้อมเป็นผู้สูงอายุคุณภาพ มาเพื่อทราบ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ซึ่งสามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.yalalocal.go.th หัวข้อ “หนังสือราชการส่วนท้องถิ่น”

จึงเรียนมาเพื่อทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นางกาญจนา วัชรนิรันดร์)

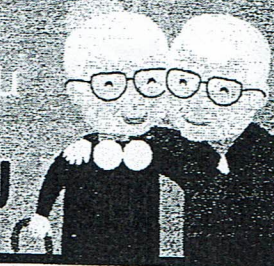
ท้องถิ่นอำเภอเมืองยะลา

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ

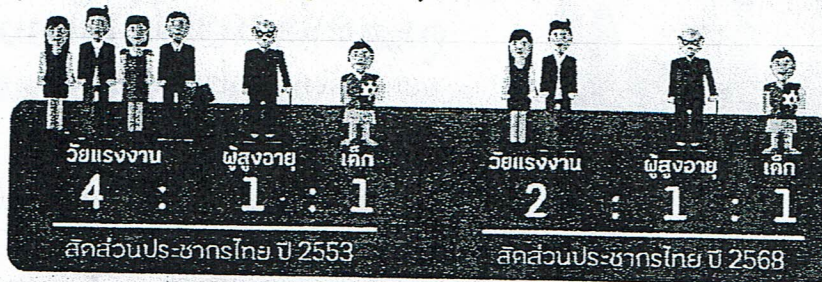
โทร/โทรสาร. ๐-๙/๓๒๑-๓๕๕๖

“ดำรงธรรมนำไทยใสสะอาด”

เตรียมตัว ให้พร้อมเป็น ผู้สูงอายุคุณภาพ



อีกไม่เกิน 6 ปี ลูกหลานวัยแรงงานจะต้อง
รับภาระดูแล ผู้สูงอายุและเด็ก เพิ่มขึ้นมากขึ้น



16.5% โรคเบาหวาน | โรคความดันเลือดสูง 33.6%
ผู้สูงอายุมีปัญหาสุขภาพ

ผู้สูงอายุ เพียง 40%
มีรายได้เพียงพอ
หลังเกษียณ



ที่มา : รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2560

หลักเตรียมตัวดี 4 ประการ

1

มีสุขภาพดี

- กาย ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ
- จิต ไม่มีอาการวิตกกังวล
- สังคม คุยกับคนรอบข้าง
- ปัญญา รู้ว่าควรหรือไม่ควร

2

มีการทำงานดี

- เพื่อตนเอง มีรายได้
- เพื่อสังคม ช่วยเหลือสังคม
- เพื่อผู้อื่น ช่วยเหลือเกื้อกูล
- เพื่อสิ่งแวดล้อม ดูแลรักษา

3

มีความมั่นคงดี

- ทางการเงิน มีจากการทำงานเพื่อตนเอง และมีรายได้สะสม
- ทางครอบครัว มีความรู้ สอนลูกหลานในสิ่งที่ดีงาม

4

มีสิ่งแวดล้อมที่ดี

- ที่พักอาศัย ช่วยในการส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต
- ในการเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ



ดาวน์โหลดคู่มือการดูแลผู้สูงอายุ

