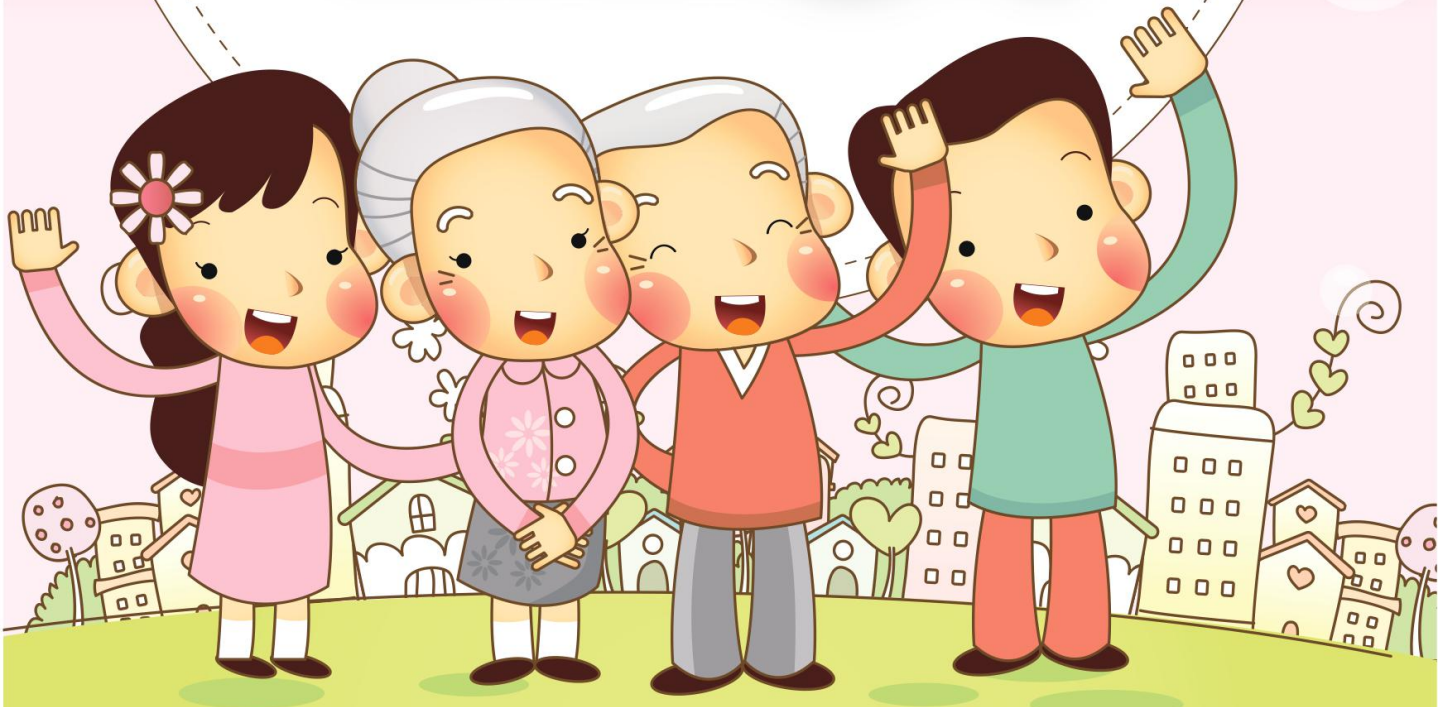


**คู่มือ**  
**การดำเนินงาน**  
**อาสาสมัครพัฒนาสังคม**  
**และความมั่นคงของมนุษย์**  
**(เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)**



## กรมกิจการผู้สูงอายุ

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์



# คำนำ

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมสูงอายุ (Aged society) ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๘ เนื่องจากมีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุ มากกว่าร้อยละ ๑๐ ของประชากรทั้งประเทศ ในปี พ.ศ. ๒๕๖๔ ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุ ในระดับสมบูรณ์ (Complete-aged society) คือมีประชากรผู้สูงอายุ ร้อยละ ๒๐ ของประชากรทั้งประเทศ และในปี พ.ศ. ๒๕๗๔ ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่สังคม สูงอายุในระดับสุดยอด (Super-aged society) โดยมีประชากรสูงอายुर้อยละ ๒๘ ของประชากรทั้งประเทศ ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่าสถานการณ์ประชากรสูงอายุ เป็นปรากฏการณ์สำคัญที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต

ในทุกด้าน โดยเฉพาะในระดับชุมชน แต่รวมถึงในระดับประเทศและโลกด้วย





กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ได้จัดประชุมทบทวนหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุขั้นเบื้องต้น จำนวน 18 ชั่วโมง คู่มือการปฏิบัติงานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ (อผส.) และสมุดบันทึกกิจกรรมของอาสาสมัคร เมื่อวันที่ 21 - 23 เมษายน 2562 ณ โรงแรมอีสติน มัคกะสัน กรุงเทพมหานคร เพื่อทบทวนแนวทางการปฏิบัติงานให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบันมากขึ้น โดยเปลี่ยนนามเรียกขานจาก “อาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้าน (อผส.)” เป็น “อาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)” ตามข้อเสนอของที่ประชุมฯ และประกาศกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ลงวันที่ 3 มีนาคม พ.ศ. 2559 กำหนดให้อาสาสมัครอื่นเป็นอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (อพม.) จึงได้จัดทำคู่มือการดำเนินงานอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) ฉบับนี้ เพื่อให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) และอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) ใช้เป็นแนวทางการดำเนินงานด้านการดูแลผู้สูงอายุให้ครอบคลุมในทุกด้านสุขภาพกายสุขภาพจิต ปัญญาและความทรงจำ เศรษฐกิจ สังคม ที่อยู่อาศัยสภาพแวดล้อม เทคโนโลยีและนวัตกรรม ทำให้เกิดความเข้าใจบทบาทหน้าที่ของผู้ปฏิบัติงาน ซึ่งนำไปสู่การดำเนินงานอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืนของแต่ละพื้นที่ ส่งผลให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป





# สารบัญ

## Content

### ส่วนที่ 1

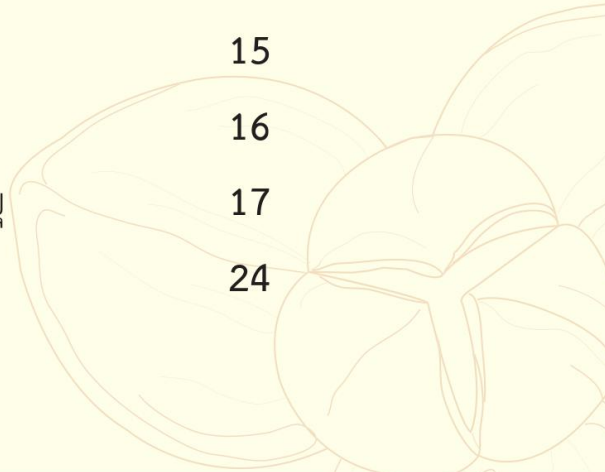
บทบาททั่วไปของอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคง  
ของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) หน้า

การแบ่งกลุ่มของผู้สูงอายุ	8
สภาพปัญหาของผู้สูงอายุ	10
การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	11
อัตราส่วนการดูแลผู้สูงอายุของอาสาสมัคร	12
ระยะเวลาการปฏิบัติงานของอาสาสมัคร	12

### ส่วนที่ 2

หน้าที่หลักของอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคง  
ของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) หน้า

หน้าที่หลักของอาสาสมัคร 3 ประการ	14
การดูแลผู้สูงอายุทุกคนในชุมชน	15
การเฝ้าระวังเตือนภัย	16
การจัดบริการและสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุ	17
20 กิจกรรมของอาสาสมัคร	24





การจัดทำข้อมูลสถิติผู้สูงอายุของชุมชน	หน้า 26
ความสำเร็จของงานอาสาสมัครในพื้นที่	28
เลขประจำใจอาสาสมัคร 3 3 7 20	29
สูตรการทำงานของอาสาสมัครที่ดี	29
รายชื่อ - เบอร์โทรศัพท์	30
หน่วยงานที่ประสานงานและการส่งต่อ	
ตัวชี้วัดความสำเร็จของอาสาสมัครในแต่ละปี	32

หลักสูตรอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) จำนวน 18 ชั่วโมง	หน้า 34
---	------------

<b>ภาคผนวก</b>	หน้า
บทบาทหน้าที่ของอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)	40
การประเมินความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living: ADL)	42

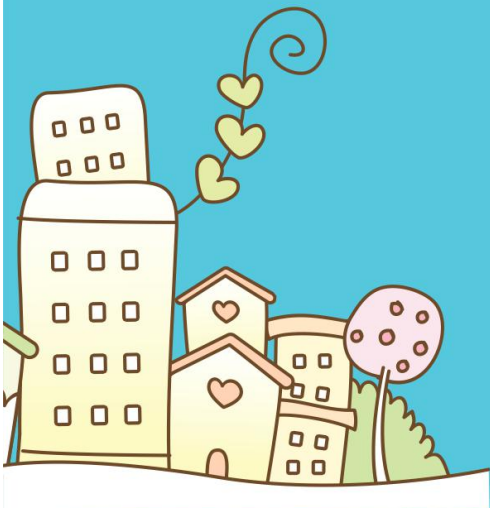






# ส่วนที่ 1

บทบาททั่วไปของอาสาสมัครพัฒนาสังคม  
และความมั่นคงของมนุษย์  
(เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)





## การแบ่งกลุ่มของผู้สูงอายุ

การแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุ โดยการพิจารณาจากองค์ประกอบด้านความสามารถและความต้องการของผู้สูงอายุ ตามแบบประเมินผู้สูงอายุตามกลุ่มศักยภาพและความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living: ADL) แบ่งได้เป็น 3 กลุ่มใหญ่ๆ คือ

**1) กลุ่มที่ 1** ผู้สูงอายุติดสังคม Social Bound (สีเขียว) คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ดี ดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างอิสระสามารถทำกิจวัตรประจำวันพื้นฐานและกิจวัตรประจำวันต่อเนื่องได้เป็นผู้มีความสุขภาพทั่วไปดี ไม่มีโรคเรื้อรังหรือเป็นเพียงผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรค หรือเป็นผู้ที่มีโรคเรื้อรัง 1 - 2 โรคที่ยังควบคุมโรคได้ สามารถช่วยเหลือผู้อื่น สังคม ชุมชนได้ และมักเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม (คะแนน ADL ตั้งแต่ 12 ขึ้นไป)



2) **กลุ่มที่ 2** ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน Home Bound (**สีเหลือง**) คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่พอช่วยเหลือตนเองได้บ้าง หรือต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นเพียงบางส่วน มีความจำกัดในการดำเนินชีวิตในสังคมและเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีโรคเรื้อรังที่ควบคุมไม่ได้ มีภาวะแทรกซ้อนด้านร่างกายหรือจิตใจ จนส่งผลต่อการรู้คิด การตัดสินใจ การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันพื้นฐาน (คะแนน ADL ระหว่าง 5 - 11)

3) **กลุ่มที่ 3** ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง Bed Bound (**สีแดง**) กลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันพื้นฐานได้ ต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นในการเคลื่อนย้าย การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันมีโรคประจำตัวหลายโรคที่ควบคุมไม่ได้ มีการเจ็บป่วยเรื้อรังมายาวนานและมีภาวะแทรกซ้อนจากโรคที่เป็นอยู่ เป็นกลุ่มที่ป่วยและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิกัดหรือคุณภาพ (คะแนน ADL ระหว่าง 0 - 4)



## สภาพปัญหาของผู้สูงอายุ

สภาพปัญหาผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม เช่น อาศัยอยู่เพียงลำพังรับภาระเลี้ยงดู บุตรหลาน รายได้ไม่เพียงพอ ไม่ได้ ประกอบอาชีพ ติดสื่อออนไลน์ เป็นต้น



สภาพปัญหาผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน เช่น อาศัยอยู่เพียงลำพัง มีปัญหา ด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต (เคลื่อนไหว ลำบาก ซึมเศร้า หลงลืม สมองเสื่อม) ไม่ชอบออกสังคม รายได้ไม่เพียงพอ ไม่ได้ประกอบอาชีพ เป็นต้น



สภาพปัญหาผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง เช่น อาศัยอยู่เพียงลำพัง รายได้ไม่เพียงพอ ไม่ได้ประกอบอาชีพ มีอาการเจ็บป่วยเรื้อรัง เกิดภาวะซึมเศร้า ไม่สามารถช่วยเหลือ ตนเองในการดำรงชีวิตประจำวัน ทุกพลาภาพ เป็นต้น





# การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ครอบคลุม ทั้ง 7 ด้าน ดังนี้



ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม



ด้านสุขภาพกาย



ด้านสุขภาพจิต



ด้านที่อยู่อาศัยและ  
สภาพแวดล้อม



ด้านปัญหาและความทรงจำ



ด้านเศรษฐกิจ



ด้านสังคม

## อัตราส่วนการดูแลผู้สูงอายุของอาสาสมัคร

ดูแลช่วยเหลือ ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน และกลุ่มติดเตียง

1 คน ต่อผู้สูงอายุ 5 คน



ดูแลสอดส่อง ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม

1 คน ต่อผู้สูงอายุ 15 คน



## ระยะเวลาการปฏิบัติงานของอาสาสมัคร

ตามความต้องการและจำเป็นของผู้สูงอายุแต่ละคนที่อาสาสมัครให้การดูแล





## ส่วนที่ 2

หน้าที่หลักของอาสาสมัครพัฒนาสังคม  
และความมั่นคงของมนุษย์  
(เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)





## หน้าที่หลักของอาสาสมัคร 3 ประการคือ

- 1) การดูแลผู้สูงอายุทุกคนในชุมชน ทั้ง 3 กลุ่ม ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (สีเขียว)  
ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (สีเหลือง) ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (สีแดง)
  - 1.1 ดูแลผู้สูงอายุที่ทุกข์ยาก เดือดร้อน
  - 1.2 ดูแลพัฒนาคุณภาพชีวิต ความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ
- 2) การเฝ้าระวังและเตือนภัย
- 3) การจัดบริการและสวัสดิการสังคม

## การดูแลผู้สูงอายุทุกคนในชุมชน

- 1) ดูแลผู้สูงอายุตามความจำเป็น
- 2) พัฒนาคุณภาพชีวิต
- 3) ให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ
- 4) ให้ความรู้แก่ครอบครัวและชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุในเรื่องเกี่ยวกับการดำรงชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ คือ



การรับประทานอาหาร



การอาบน้ำ



การแต่งตัว สวมใส่เสื้อผ้า



การเคลื่อนที่ภายในบ้าน



การใช้ห้องน้ำ/ห้องส้วม



การเดิน เคลื่อนที่นอกบ้าน



การทำหรือการเตรียมอาหาร



การทำความสะอาดบ้าน ภูบ้าน

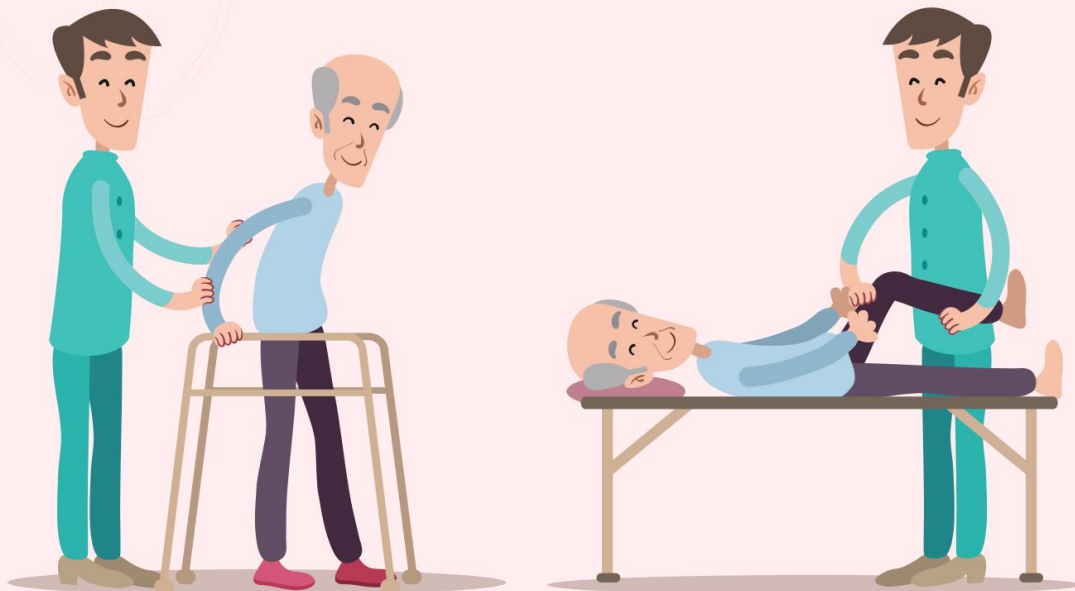


การทอนเงิน/แลกเงิน/ใช้เงิน



การใช้บริการสาธารณะในการเดินทาง





## การเฝ้าระวังเตือนภัย

- 1) รวบรวมข้อมูลผู้สูงอายุทั้งรายบุคคลและทุกคนในชุมชนตามการแบ่งกลุ่มของผู้สูงอายุ
- 2) วิเคราะห์สภาพปัญหา ความจำเป็น และความต้องการของผู้สูงอายุเป็นรายบุคคล
- 3) วางแผนให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุ หรือประสานหน่วยงานเพื่อดำเนินงานในส่วนที่เกี่ยวข้อง
- 4) ปฏิบัติป้องกันและบรรเทาภัย
- 5) แจ้งเตือนภัยล่วงหน้าแก่ผู้สูงอายุ และผู้ที่เกี่ยวข้อง
- 6) เฝ้าระวังและเตือนภัยด้านเทคโนโลยี เช่น การรับและส่งต่อข้อมูลที่ไม่เป็นความจริงบนสื่อออนไลน์ การถูกหลอกลวงทางทรัพย์สิน



## การจัดบริการและสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุ บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.)

### 1. ด้านการศึกษา การเรียนรู้ ข้อมูล ข่าวสาร

- 1.1 การให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการดูแลตนเอง
- 1.2 การให้ความรู้การดูแลผู้สูงอายุแก่สมาชิกในครอบครัว
- 1.3 การเรียนรู้ตามอัธยาศัย
- 1.4 การให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิของผู้สูงอายุ
- 1.5 การใช้ภูมิปัญญาผู้สูงอายุ ทำให้ประโยชน์ให้แก่ชุมชน
- 1.6 การให้ความรู้และการเตือนภัยด้านเทคโนโลยี การใช้สื่อสังคมออนไลน์
- 1.7 การให้ความรู้เพื่อการป้องกันการหลอกลวงทางทรัพย์สิน



## 2. ด้านอาชีพ รายได้

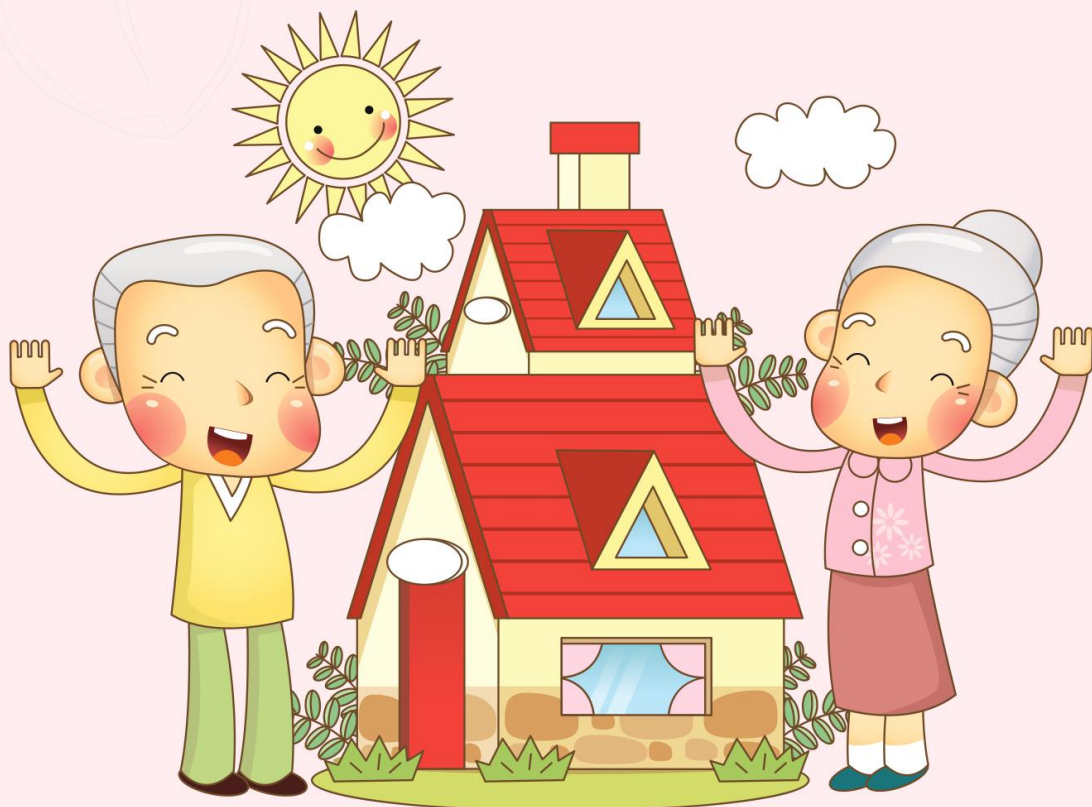
- 2.1 การส่งเสริมการประกอบอาชีพรายบุคคลแก่ผู้สูงอายุ
- 2.2 การรวมกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อประกอบอาชีพ
- 2.3 ส่งเสริมการออมเงินสำหรับผู้สูงอายุ





### 3. ด้านสุขภาพอนามัย

- 3.1 ดูแลเรื่องการรับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- 3.2 การรับประทานยาตามแพทย์สั่ง
- 3.3 การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- 3.4 การพาผู้สูงอายุไปพบแพทย์ตามนัดหมาย
- 3.5 การพาผู้สูงอายุไปพบแพทย์แบบฉุกเฉิน
- 3.6 การพาแพทย์มาตรวจรักษาที่บ้านผู้สูงอายุ
- 3.7 จัดอบรมให้ความรู้การดูแลสุขภาพอย่างองค์รวม



#### 4. ด้านที่อยู่อาศัย อาคารสถานที่

- 4.1 ทำความสะอาดบริเวณบ้านผู้สูงอายุ เปลี่ยนหลอดไฟ
- 4.2 ร่วมกับ อปท. ในการระดมทรัพยากรในพื้นที่เพื่อการซ่อม/สร้างบ้าน  
ให้แก่ผู้สูงอายุ
- 4.3 ให้ความรู้ ในการปรับบ้านและสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- 4.4 ดำเนินการร่วมกับ อปท. ในการปรับบ้านและสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม  
สำหรับผู้สูงอายุ

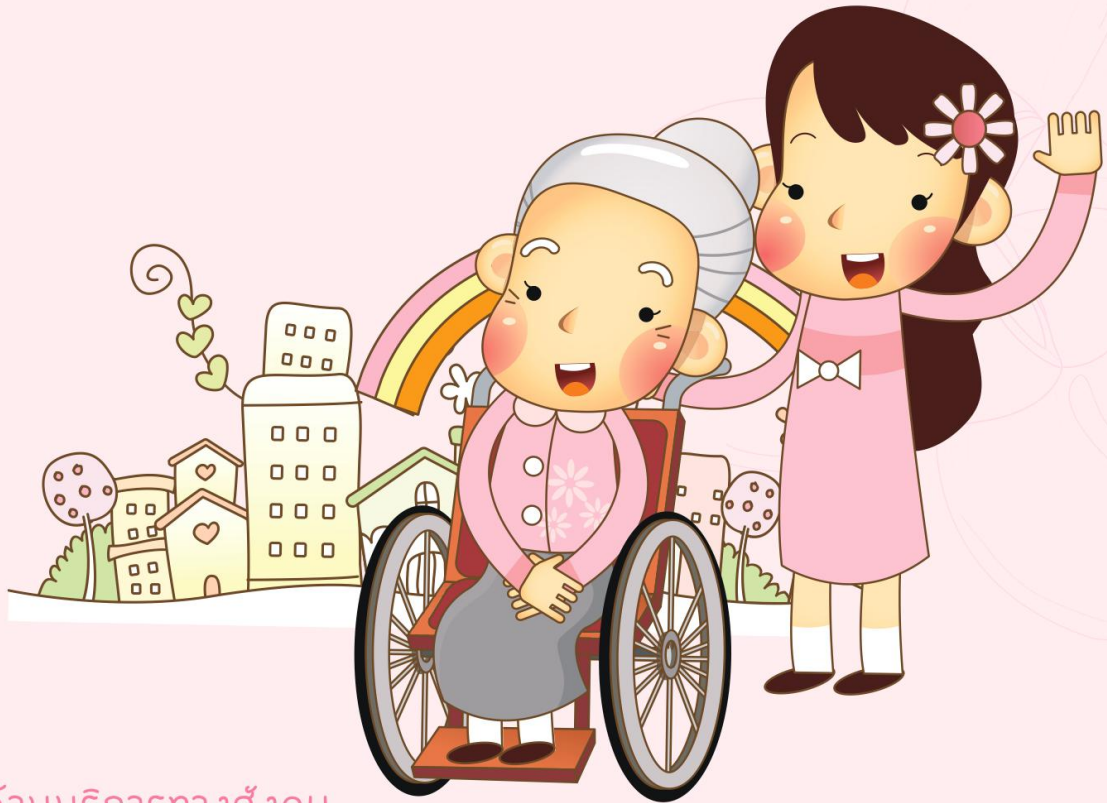


## 5. ด้านนันทนาการ

- 5.1 พาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมในชุมชน
- 5.2 จัดงานวันผู้สูงอายุ
- 5.3 จัดการแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ
- 5.4 พาผู้สูงอายุไปประกอบกิจกรรมทางศาสนา
- 5.5 จัดงานประเพณีท้องถิ่นเขตชุมชนของผู้สูงอายุ







## 7. ด้านบริการทางสังคม

- 7.1 ประสานหน่วยงานจัดรถรับ - ส่งผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยกรณีฉุกเฉิน
- 7.2 ไปติดต่อทำธุรกรรมผู้สูงอายุ
- 7.3 ให้คำแนะนำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุและครอบครัวเมื่อประสบปัญหาทางสังคม
- 7.4 ประสานหน่วยงานต่างๆ ให้บริการแก่ผู้สูงอายุ
- 7.5 ประสานหน่วยงานจัดหน่วยบริการเคลื่อนที่
- 7.6 ประสานช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาสังคมกับสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (พมจ.) และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
- 7.7 สนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมของอาสาสมัครและผู้สูงอายุ
- 7.8 จัดทำข้อมูลผู้สูงอายุ
- 7.9 ส่งเสริมการจัดตั้งกลุ่มของผู้สูงอายุ (ชมรมผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ)
- 7.10 จัดทำแผนชุมชนเพื่อการดูแลและพัฒนาผู้สูงอายุ



## 20 กิจกรรมของอาสาสมัคร

ที่ทำให้เกิดการดูแลเฝ้าระวัง จัดบริการ และสวัสดิการสังคมให้แก่ผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม และมีความครอบคลุมต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้ง 7 ด้าน

- 1) เยี่ยมเยียนดูแลทุกข์สุข
- 2) ประชาสัมพันธ์ข้อมูลข่าวสารในชุมชนที่เป็นประโยชน์ให้กับผู้สูงอายุ
- 3) ให้ความรู้เรื่องภัยทางสังคมของผู้สูงอายุ (การถูกหลอกลวงทางทรัพย์สิน/ การถูกทำร้ายร่างกาย/ การถูกทำร้ายจิตใจ/ การถูกทอดทิ้ง/ การถูกล่วงละเมิดทางเพศ)
- 4) ให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิการเข้าถึงสิทธิและบริการต่างๆที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ
- 5) ให้คำแนะนำปรึกษาแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว
- 6) ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ/ พาไปออกกำลังกาย
- 7) ดูแลเรื่องการรับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- 8) ดูแลเรื่องการใช้ยาของผู้สูงอายุ (ประเภทของยา/ การรับประทานยาตามแพทย์สั่ง)



- 9) ประสานหมอครอบครัว/โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.)  
มาตรวจเยี่ยมผู้สูงอายุที่บ้าน
- 10) พาผู้สูงอายุไปพบแพทย์(ตามแพทย์นัดและกรณีฉุกเฉิน)
- 11) พาผู้สูงอายุไปทำธุระหรือทำธุระแทนผู้สูงอายุ
- 12) พาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรม/การประชุมในชุมชน
- 13) พาผู้สูงอายุไปร่วมพิธีกรรมทางศาสนา (การสวดมนต์ไหว้พระ/พิธีเวียนเทียน/  
พิธีตักบาตร ฯลฯ)
- 14) พาผู้สูงอายุไปพักผ่อนนอกบ้าน (เดินเล่น/ไปสวนสาธารณะ ฯลฯ)
- 15) ปรับสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับการเคลื่อนไหวและการดำรงชีวิต  
ของผู้สูงอายุ
- 16) ประสานหน่วยงานให้ความช่วยเหลือแก่ผู้สูงอายุ
- 17) รวมกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน
- 18) เผื่อระวังปัญหาและเตือนภัยที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ
- 19) เก็บข้อมูลสถิติผู้สูงอายุในชุมชน (จำนวน/อายุ/สภาพปัญหา ฯลฯ)
- 20) จัดงานประเพณีท้องถิ่นเชิดชูเกียรติของผู้สูงอายุ



## การจัดทำข้อมูลสถิติผู้สูงอายุของชุมชน

สำรวจข้อมูลผู้สูงอายุในชุมชน ให้กับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) เป็นผู้จัดทำข้อมูลและจัดแสดงให้ประชาชนในชุมชนทราบ ณ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) หรือโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) โดยเฉพาะข้อมูลเกี่ยวกับประเภทกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวนผู้สูงอายุ สภาพปัญหา ความต้องการ จำนวนผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาความทุกข์ยากเดือดร้อน ทั้งนี้ ต้องเคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีของผู้สูงอายุ โดยไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลอันเป็นการละเมิดสิทธิของผู้สูงอายุ และคำนึงถึงประโยชน์สูงสุดที่ผู้สูงอายุจะได้รับ



# ตัวอย่างการจัดทำบอร์ดข้อมูลผู้สูงอายุในชุมชน

## ข้อมูลผู้สูงอายุ หมู่ 1 ปี 2562



เพศชาย 212 คน

เพศหญิง 257 คน

จำนวนผู้สูงอายุ  
ทั้งหมด 469 คน



สภาพปัญหา	ชาย	หญิง	รวม
ยากจน	182	222	404
พิการ	8	13	21
อยู่ตามลำพัง	13	7	20
ถูกทำร้ายร่างกาย	9	12	21
พลัดหลง	-	3	3



## ความสำเร็จของงานอาสาสมัครในพื้นที่ สามารถตรวจสอบได้ ดังต่อไปนี้

งานอาสาสมัครทุกเขตองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ต้องมี

- 1) แผนชุมชนเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- 2) แผนชุมชนเกี่ยวกับอาสาสมัคร



### วิธีการ

- 1) ค้นหาปัญหาและความต้องการ  
ของผู้สูงอายุ/อาสาสมัคร
- 2) วิเคราะห์สาเหตุและการแก้ไข
- 3) ทำเป็นแผนตอบสนองต่อผู้สูงอายุ/อาสาสมัคร
- 4) เสนอทั้ง 2 แผน
- 5) ดำเนินการตามทั้ง 2 แผน
- 6) ประเมินผลการปฏิบัติงานที่ตอบสนองต่อผู้สูงอายุ/อาสาสมัคร

หมายเหตุ อปท. คือ เทศบาล หรือองค์การบริหารส่วนตำบล

# เลขประจำใจอาสาสมัคร 3 3 7 20

สูตรการทำงานของอาสาสมัครที่ดี

3 = ผู้สูงอายุแบ่งเป็น 3กลุ่ม



ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม

(สีเขียว)



ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน

(สีเหลือง)



ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง

(สีแดง)

3 = หน้าที่หลักของอาสาสมัคร

1) ดูแลผู้สูงอายุ

- กลุ่มสีแดง อย่างน้อย 5 คน

- กลุ่มสีเขียวและสีเหลือง อย่างน้อย 15 คน

2) เฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคมแก่ผู้สูงอายุ

3) จัดบริการและสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุ



7 = ดูแลผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทั้ง 7ด้าน

1) ด้านสุขภาพกาย 2) ด้านสุขภาพจิต 3) ด้านปัญญาและความจำ

4) ด้านเศรษฐกิจ 5) ด้านสังคม 6) ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม

7) ด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรม

20 = กิจกรรม 20 อย่างในการดูแล เฝ้าระวังเตือนภัยทางสังคม และจัดบริการสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุทั้ง 3กลุ่ม และครอบคลุมต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุครบทั้ง 7ด้าน

## รายชื่อ - เบอร์โทรศัพท์ หน่วยงานที่ประสานงานและการส่งต่อ

แจ้งเหตุด่วนเหตุร้าย	191
ศูนย์เตือนภัยพิบัติแห่งชาติ	192
แจ้งเหตุไฟไหม้	199
ศูนย์บริการข้อมูลภาครัฐเพื่อประชาชน	1111
แจ้งอุบัติเหตุ (จส.100)	1137
อุบัติเหตุทางน้ำ	1199
ศูนย์ประชาบดี	1300
หน่วยแพทย์กู้ชีวิต วชิรพยาบาล	1554
ศูนย์ดำรงธรรม	1567
ศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็กและครอบครัว	1579
ฮอทไลน์คลายเครียด	1667
สายด่วนเจ็บป่วยฉุกเฉินหรืออุบัติเหตุ	1669
ศูนย์สวัสดิภาพเด็ก เยาวชนและสตรี	02-282-3892
ศูนย์ปรึกษาปัญหาชีวิต	02-713-6793
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม	02-413-1140
ผู้สูงอายุบ้านบางแค	



ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี	038-241-121
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุบ้านธรรมปกรณ์ เชียงใหม่	053-278-573
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุบ้านทักษิณ จังหวัดยะลา	073-274-487
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุวาสนะเวศม์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา	035-743-077
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุภูเก็ต	076-529-699 ถึง700
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุขอนแก่น	043-332-922
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุบ้านบุรีรัมย์	044-182-560ถึง1
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุจังหวัดนครพนม	042-050-055
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุจังหวัดลำปาง	054-825-576ถึง7
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุจังหวัดสงขลา	074-531-642
ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคม ผู้สูงอายุจังหวัดปทุมธานี	02-577-1958

## ตัวชี้วัดความสำเร็จของงานอาสาสมัครในแต่ละปี

- 1) อาสาสมัครสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างต่อเนื่อง
- 2) ชุมชนต้องมีแผน/โครงการเกี่ยวกับอาสาสมัครและผู้สูงอายุ
- 3) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) มีแผนงบประมาณด้านการจัดสวัสดิการให้กับผู้สูงอายุ



หมายเหตุ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) คือ เทศบาล  
หรือองค์การบริหารส่วนตำบล

The background is a solid light green color. It features several faint, white line-art illustrations of leaves and flowers. There are four main clusters: one in the top left, one in the top right, one in the bottom left, and one in the bottom right. The text is centered in the middle of the page.

หลักสูตรอาสาสมัครพัฒนาสังคม  
และความมั่นคงของมนุษย์  
(เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)



# หลักสูตรอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) จำนวน 18 ชั่วโมง ระยะเวลาการอบรม 3 วัน

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมนำความรู้ไปใช้กับบุคคลในครอบครัวและชุมชน โดยไม่ประกอบอาชีพ
2. เพื่อให้อาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) มีความรู้ ทักษะ ทศนคติที่ดีต่อผู้สูงอายุและสามารถดูแลผู้สูงอายุ เบื้องต้นได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อพัฒนาอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (อพม.) ให้เป็นอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ) เพื่อดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวหรือชุมชน

## คุณสมบัติ

เป็นผู้ผ่านการอบรมอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (อพม.)





## หมวดวิชา

1. ความรู้ทั่วไปของผู้สูงอายุ	จำนวน 2 ชั่วโมง
2. การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	จำนวน 3 ชั่วโมง
3. ทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ	จำนวน 8 ชั่วโมง
4. การปฐมพยาบาลและการส่งต่อ	จำนวน 2 ชั่วโมง
5. โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการผู้สูงอายุ	จำนวน 2 ชั่วโมง
6. ผู้ดูแล	จำนวน 1 ชั่วโมง

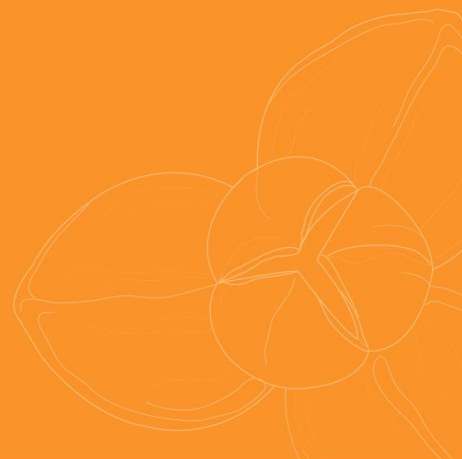
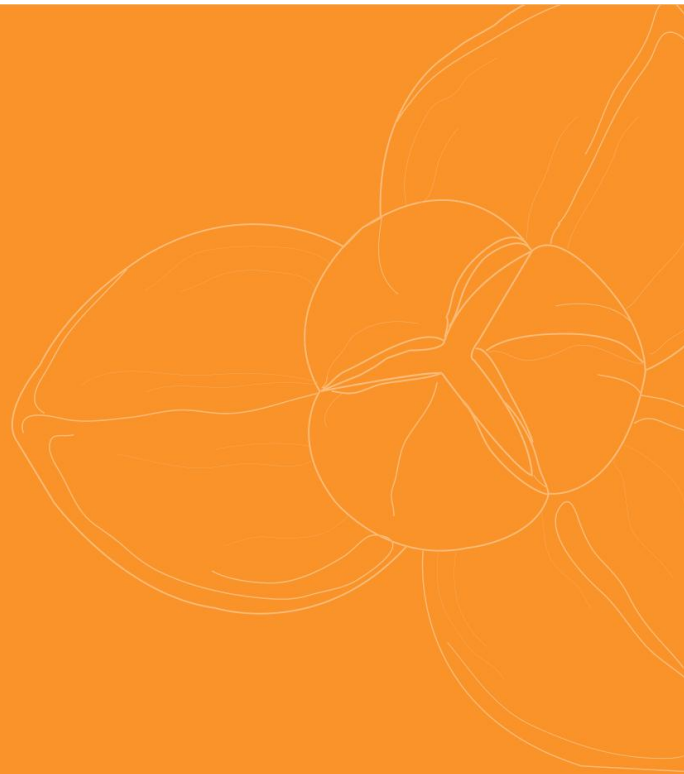
ลำดับ	หมวดวิชา	วัตถุประสงค์	เนื้อหาวิชา	วิธีการ / สื่อ	จำนวน (ชั่วโมง)	การประเมินผล
1	ความรู้ทั่วไปของผู้สูงอายุ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ</li> <li>- เพื่อให้มีความรู้และทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับภาวะการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ และมีทักษะสามารถให้การดูแลตอบสนองความต้องการพื้นฐานของผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม</li> <li>- เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการชีวิตและสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุ</li> <li>- เพื่อให้มีเจตคติที่ดีต่อผู้สูงอายุ</li> <li>- เพื่อให้มีความรู้เกี่ยวกับสถานการณ์ผู้สูงอายุในภาพรวมของประเทศ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุทางร่างกาย จิตใจ สังคม และความ ต้องการพื้นฐาน</li> <li>• ข้อมูลหน่วยงานและการจัดการบริการสิทธิและสวัสดิการ การรักษาพยาบาลเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เบี้ยความพิการ กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ การรู้เท่าทันเทคโนโลยี 4.0 การออม/กองทุนการออมแห่งชาติ (กอช.) การสร้างอาชีพและรายได้สำหรับผู้สูงอายุ ของภาครัฐภาคเอกชน และภาคประชาสังคม</li> <li>• เจตคติต่อผู้สูงอายุ</li> <li>• การอยู่ร่วมกันและความเข้าใจซึ่งกันและกัน (การสื่อสารที่เหมาะสม ทักษะการฟัง)</li> <li>• สถานการณ์และปัญหาผู้สูงอายุ</li> <li>• การคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิผู้สูงอายุ</li> <li>• การเฝ้าระวังและเตือนภัยทางสังคมของผู้สูงอายุ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การบรรยาย</li> <li>- อภิปรายกลุ่ม</li> </ul>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกต</li> <li>- การซักถาม</li> </ul>
2	การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เพื่อให้สามารถส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การส่งเสริมสุขภาพ (๘ อ. อาหาร และโภชนาการ ออกกำลังกาย อารมณ์ อนามัย อากาศ อุจจาระ อุบัติเหตุ อติเรก)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การบรรยาย</li> <li>- อภิปรายกลุ่ม</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกต</li> <li>- การซักถาม</li> </ul>



ลำดับ	หมวดวิชา	วัตถุประสงค์	เนื้อหาวิชา	วิธีการ / สื่อ	จำนวน (ชั่วโมง)	การประเมินผล
		- เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ	(สุขสนุก สุขสง่า สุขสบาย สุขสว่าง สุขสงบ) • การจัดการสิ่งแวดล้อม	- ฝึกปฏิบัติ - สาริต		- ผลการฝึกปฏิบัติ
3	ทักษะพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ	- เพื่อให้สามารถดูแลสุขอนามัยขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุได้ - เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจคุณลักษณะของผู้สูงอายุสภาพการณ์ต่างๆ และสามารถให้การดูแลได้อย่างเหมาะสม - เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจต่อบทบาทความรับผิดชอบของครอบครัวและชุมชนในการดูแลผู้สูงอายุ	• การคัดแยกประเภทผู้สูงอายุในลักษณะต่างๆ โดยแบบประเมินผู้สูงอายุ การจำแนกผู้สูงอายุตามกลุ่มศักยภาพ ตามความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL) เช่น ผู้สูงอายุที่พึ่งพาตนเองไม่ได้ ผู้สูงอายุที่พอช่วยเหลือตนเองได้ ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ฯลฯ • การดูแลส่วนบุคคล • การวัดสัญญาณชีพ • การฟื้นฟูสมรรถภาพและกายภาพบำบัดเบื้องต้น • การเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุและการใช้อุปกรณ์ช่วยเดิน • การใช้ยา (หลักการใช้ยาที่ถูกต้อง 7R) • การชะลอความเสื่อมถอย • การป้องกันการติดเชื้อ • ความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับพัฒนาการผู้สูงอายุระยะท้าย/ พินัยกรรมชีวิต	- การบรรยาย - อภิปรายกลุ่ม - ฝึกปฏิบัติ - การแสดงบทบาทสมมติ	8	- การสังเกต - การซักถาม - การแสดงบทบาทสมมติ - ผลการฝึกปฏิบัติ

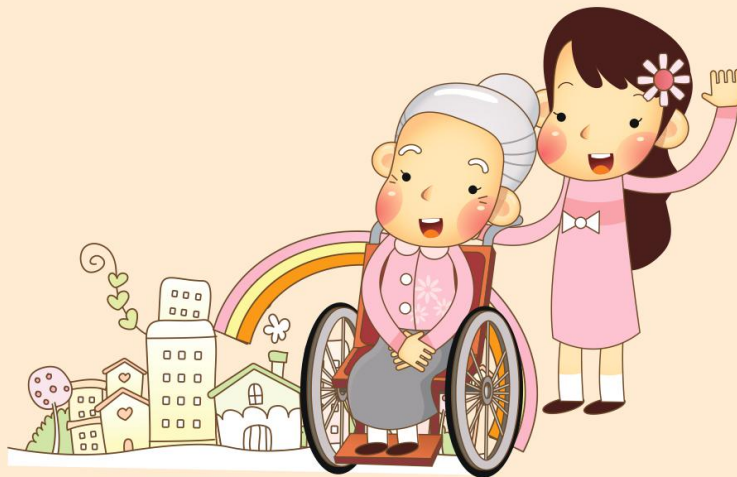
ลำดับ	หมวดวิชา	วัตถุประสงค์	เนื้อหาวิชา	วิธีการ / สื่อ	จำนวน (ชั่วโมง)	การประเมินผล
4	การปฐมพยาบาล และการส่งต่อ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เพื่อให้สามารถปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้</li> <li>- เพื่อให้สามารถประเมินภาวะวิกฤตเบื้องต้นได้</li> <li>- เพื่อให้สามารถประสานงานส่งต่อผู้สูงอายุได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การดูแลที่พบบ่อย (ฟกช้ำ แผลถลอก แผลไฟไหม้ มีบาด สัตว์กัดต่อย การทำแผล)</li> <li>• การประเมินภาวะวิกฤตเบื้องต้น</li> <li>• การส่งต่อ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การบรรยาย</li> <li>- อภิปรายกลุ่ม</li> <li>- สาคิต</li> <li>- ฝึกปฏิบัติ</li> </ul>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกต</li> <li>- การซักถาม</li> <li>- ผลการฝึกปฏิบัติ</li> </ul>
5	โรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการผู้สูงอายุ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เพื่อให้สามารถสังเกตอาการโรคที่พบบ่อยและกลุ่มอาการของผู้สูงอายุได้</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ</li> <li>• กลุ่มอาการผู้สูงอายุ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การบรรยาย</li> <li>- อภิปรายกลุ่ม</li> </ul>	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกต</li> <li>- การซักถาม</li> </ul>
6	ผู้ดูแล	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เพื่อให้เข้าใจสถานะการเป็นผู้ดูแลและสามารถดูแลตนเองได้</li> <li>- เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ ต่อคุณธรรม จริยธรรม ในการดูแลผู้สูงอายุ</li> <li>- เพื่อให้เข้าใจบทบาทหน้าที่ของ อาสาสมัคร และทัศนคติที่ดีต่อการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• การจัดการความเครียดของผู้ดูแล</li> <li>• การดูแลทดแทน</li> <li>• การดูแลตนเอง</li> <li>• บทบาทผู้ดูแล เทคนิคการประสานและการส่งต่อทางสังคม</li> <li>• จริยธรรมผู้ดูแล</li> <li>• ทูทางสังคม</li> <li>• ทักษะการสื่อสาร</li> <li>• การเขียนบันทึก การเขียนรายงานเบื้องต้น</li> <li>• เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพ</li> <li>• การประสานทรัพยากรในการทำงานกับเครือข่าย (เบอร์โทรศัพท์)</li> <li>• การจัดทำข้อมูลผู้สูงอายุ และการนำไปใช้ประโยชน์</li> <li>• การบันทึกรายงานการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การบรรยาย</li> <li>- อภิปรายกลุ่ม</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การสังเกต</li> <li>- การซักถาม</li> </ul>

# ກາດພຸນງາກ





# บทบาทหน้าที่ของอาสาสมัครพัฒนาสังคม และความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)



อาสาสมัคร

START

- ดูแลผู้สูงอายุตามความจำเป็น
- พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
- ให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ
- ให้ความรู้แก่ครอบครัว

การดูแลผู้สูงอายุ

การเฝ้าระวัง

## สิทธิผู้สูงอายุ

- การมีอายุยืน
- การคุ้มครอง
- การส่งเสริม



จ้างและเตือนภัย

- รวบรวมข้อมูล
- วิเคราะห์
- วางแผน
- ปฏิบัติ ป้องกัน  
บรรเทาภัย
- แจ้งเตือนภัย

การจัดสวัสดิการสังคม

- ป้องกัน
- แก้ไข
- ฟื้นฟู
- พัฒนา
- สร้างหลักประกันชีวิต



## การประเมินความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน ข้อแนะนำ

- เป็นการวัดว่าผู้สูงอายุทำอะไรได้บ้าง (ทำอยู่จริง)
- เป็นการสอบถามถึงกิจกรรมที่ปฏิบัติในระยะเวลา 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา
- เป็นการวัดระดับการฟังฟัง หากต้องมีคนคอยดูแลหรือเผื่อระวังเวลาปฏิบัติกิจให้ถือว่าไม่ได้คะแนนเต็ม
- ถ้าหมดสติให้ 0 คะแนนทั้งหมด





## 1. Feeding (รับประทานอาหารเมื่อเตรียมสำหรับไว้ให้เรียบร้อยต่อหน้า)

- 0 ไม่สามารถตักอาหารเข้าปากได้ ต้องมีคนป้อนให้
- 1 ตักอาหารเองได้แต่ต้องมีคนช่วย เช่น ช่วยใช้ช้อนตักเตรียมไว้ให้ หรือตัดเป็นเล็กๆไว้ล่วงหน้า
- 2 ตักอาหารและช่วยตัวเองได้เป็นปกติ

คะแนน

## 2. Grooming (ล้างหน้า หวีผม แปรงฟัน โกนหนวด ในระยะเวลา 24 - 48 ชั่วโมงที่ผ่านมา)

- 0 ต้องการความช่วยเหลือ
- 1 ทำเองได้ (รวมทั้งทำได้เองถ้าเตรียมอุปกรณ์ไว้ให้)

คะแนน

### 3. Transfer (ลุกนั่งจากที่นอน หรือจากเตียงไปยังเก้าอี้)

- 0 ไม่สามารถนั่งได้ (นั่งแล้วจะล้มเสมอ) หรือต้องใช้คนสองคนช่วยกันยกขึ้น
- 1 ต้องการความช่วยเหลืออย่างมากจึงจะนั่งได้ เช่น  
ต้องใช้คนที่แข็งแรงหรือมีทักษะ 1 คน หรือใช้คนทั่วไป 2 คน  
พยุงหรือดันขึ้นมาจึงจะนั่งอยู่ได้
- 2 ต้องการความช่วยเหลือบ้าง เช่น บอกให้ทำตามหรือช่วยพยุง  
เล็กน้อยหรือต้องมีคนดูแลเพื่อความปลอดภัย
- 3 ทำเองได้

คะแนน

### 4. Toilet use (ใช้ห้องน้ำ)

- 0 ช่วยตัวเองไม่ได้
- 1 ทำเองได้บ้าง (อย่างน้อยทำความสะอาดตัวเองได้หลังจากเสร็จธุระ)  
แต่ต้องการความช่วยเหลือในบางสิ่ง
- 2 ช่วยตัวเองได้ดี (ขึ้นนั่งและลงจากโถส้วมเองได้ ทำความสะอาด  
ได้เรียบร้อยหลังจากเสร็จธุระ ถอดใส่เสื้อผ้าได้เรียบร้อย)

คะแนน

## 5. Mobility (การเคลื่อนที่ภายในห้องหรือบ้าน)

- 0 เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้
- 1 ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองให้เคลื่อนที่ได้เอง (ไม่ต้องมีรถเข็นให้) และจะต้องเข้าออกมุมห้องหรือประตูได้
- 2 เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย เช่น พยุง หรือบอกให้ทำตาม หรือต้องให้ความสนใจ ดูแลเพื่อความปลอดภัย
- 3 เดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง

คะแนน

## 6. Dressing (การสวมใส่เสื้อผ้า)

- 0 ต้องมีคนสวมใส่ให้ ช่วยตัวเองแทบไม่ได้หรือน้อย
- 1 ช่วยตัวเองได้ประมาณร้อยละ 50 ที่เหลือต้องมีคนช่วยเหลือ
- 2 ช่วยตัวเองได้ดี (รวมทั้งการติดกระดุม รูดซิป หรือใช้เสื้อผ้าที่ดัดแปลงให้เหมาะสมก็ได้)

คะแนน



## 7. Stairs (การขึ้นลงบันได 1 ชั้น)

- 0 ไม่สามารถทำได้
- 1 ต้องการคนช่วย
- 2 ขึ้นลงได้เอง (ถ้าต้องใช้เครื่องช่วยเดิน เช่น walker จะต้องเอาขึ้นลงได้ด้วย)

คะแนน

## 8. Bathing (การอาบน้ำ)

- 0 ต้องมีคนช่วยหรือทำให้
- 1 อาบน้ำเองได้

คะแนน

## 9. Bowels (การกลั่นการถ่ายอุจจาระในระยะ 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา)

- 0 กลั่นไม่ได้ หรือต้องการการสวนอุจจาระอยู่เสมอ
- 1 กลั่นไม่ได้บางครั้ง (เป็นน้อยกว่า 1 ครั้งต่อสัปดาห์)
- 2 กลั่นได้เป็นปกติ

คะแนน

## 10. Bladder (กลั้นปัสสาวะในระยะ 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา)

- 0 เคลื่อนที่ไปไหนไม่ได้
- 1 ต้องใช้รถเข็นช่วยตัวเองให้เคลื่อนที่ได้เอง (ไม่ต้องมีรถเข็นให้) และจะต้องเข้าออกมุมห้องหรือประตูได้
- 2 เดินหรือเคลื่อนที่โดยมีคนช่วย เช่น พยุง หรือบอกให้ทำตาม หรือต้องให้ความสนใจ ดูแลเพื่อความปลอดภัย
- 3 เดินหรือเคลื่อนที่ได้เอง

คะแนน

