



สมุดบันทึกกิจกรรม
อาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
(เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)

ชื่อ – สกุล.....(อาสาสมัคร)

ชื่อ – สกุล.....(ผู้สูงอายุที่ดูแล)

กรมกิจการผู้สูงอายุ
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์



สมุดบันทึกกิจกรรม
อาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
(เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)

อาสาสมัคร

นาย นาง นางสาว

ชื่อ - นามสกุล.....อายุ.....ปี

ที่อยู่ เลขที่.....หมู่ที่.....ตำบล.....

อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

โทรศัพท์เคลื่อนที่.....โทรศัพท์บ้าน.....

ผู้สูงอายุที่ให้การดูแล

นาย นาง นางสาว

ชื่อ - นามสกุล.....อายุ.....ปี

ที่อยู่ เลขที่.....หมู่ที่.....ตำบล.....

อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

โทรศัพท์เคลื่อนที่.....โทรศัพท์บ้าน.....



ข้อมูลผู้สูงอายุที่อาสาสมัครดูแล

ชื่อ (นาย,นาง,นางสาว)..... นามสกุล.....
อายุ.....ปี ศาสนา.....เชื้อชาติ.....สัญชาติ.....
ที่อยู่ เลขที่.....หมู่ที่.....ตำบล.....
อำเภอ.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....
โทรศัพท์เคลื่อนที่.....โทรศัพท์บ้าน.....

สถานภาพ

- โสด
- แต่งงาน
- หม้าย/หย่าร้าง

ระดับการศึกษา/สูงสุด

- ไม่ได้รับการศึกษา/ไม่จบชั้น
- ประถมศึกษาตอนต้น
- ประถมศึกษาตอนปลาย
- มัธยมศึกษาตอนต้น
- มัธยมศึกษาตอนปลาย
- ปวช.
- ปวส./อนุปริญญา
- ปริญญาตรี
- สูงกว่าปริญญาตรี

ความสามารถพิเศษ.....

อาชีพ

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> ไม่มีอาชีพ/ว่างงาน | <input type="checkbox"/> ข้าราชการ (บำนาญ) |
| <input type="checkbox"/> รับจ้างทั่วไป | <input type="checkbox"/> พนักงานรัฐวิสาหกิจ |
| <input type="checkbox"/> ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว | <input type="checkbox"/> พนักงานบริษัท |
| <input type="checkbox"/> ภิกษุ/สามเณร/แม่ชี | <input type="checkbox"/> อื่นๆ(ระบุ)..... |
| <input type="checkbox"/> เกษตรกร (ทำไร่/นา/สวน/เลี้ยงสัตว์/ประมง) | |

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน..... บาท

ที่มาของรายได้ ด้วยตนเอง ผู้อื่นให้

หนี้สินในระบบ..... บาท

หนี้สินนอกระบบ..... บาท

รายได้เฉลี่ยของครอบครัว.....บาทต่อเดือน

รายได้/เงินสำหรับใช้จ่ายของผู้สูงอายุมาจากแหล่งใด (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ไม่ได้ประกอบอาชีพ
- เกษตรกรรม
- รับจ้างทั่วไป
- ค้าขาย
- บุตรหลานช่วยเหลือ
- เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ
- เบี้ยความพิการ
- บัตรสวัสดิการแห่งรัฐ
- อื่นๆ (ระบุ).....



กิจกรรมของชุมชนที่ผู้สูงอายุมักเข้าร่วม (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

- กิจกรรมของชุมชน เช่น ประจําหมู่บ้าน ร่วมประชาคมตำบล
บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ พัฒนาหมู่บ้าน ฯลฯ
- กิจกรรมทางศาสนา เช่น การไปวัดฟังธรรม ทำบุญใส่บาตร ฯลฯ
- ร่วมงานประเพณีต่างๆ เช่น สงกรานต์ ลอยกระทง ฯลฯ
- เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ (ระบุ).....
- กลุ่มอาชีพต่างๆ (ระบุ).....
- อื่นๆ (ระบุ).....

สภาพปัญหาของผู้สูงอายุ (ในแต่ละข้อสามารถเลือกได้มากกว่า 1 อย่าง
ตามสภาพที่เป็นจริง)

1. สุขภาพกาย

- ปกติ
- เจ็บป่วยเรื้อรัง (ระบุ).....
- พิการ
 - บกพร่องทางการมองเห็น
 - บกพร่องทางการได้ยิน
 - บกพร่องทางพฤติกรรมและอารมณ์
 - ปัญหาทางการเรียนรู้
 - บกพร่องทางร่างกายหรือสุขภาพ
 - บกพร่องทางสติปัญญา
 - บกพร่องทางการพูดและภาษา

- ออทิสติก
- พิการซ้ำซ้อน
- อื่นๆ (ระบุ).....

2. สุขภาพจิต

- มีความวิตกกังวล
- ซึมเศร้า
- หวาดระแวง กลัว
- ซ้ำโมโห ฉุนเฉียว
- ไม่พูดจากับคนในครอบครัว
- นอนไม่หลับ
- ความจำเสื่อม หลงลืม
- อื่นๆ(ระบุ).....

3. ทางด้านสังคม

- อยู่ตามลำพังไม่มีผู้ดูแลและมีปัญหาในการดำรงชีวิต
- ไม่มีผู้ดูแลในตอนกลางคืน ผู้ดูแลต้องออกไปทำงานนอกบ้าน
- ไม่มีผู้ดูแลในตอนกลางวัน ผู้ดูแลต้องออกไปทำงานนอกบ้าน
- ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ด้านร่างกาย
- ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ด้านเพศ
- ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ด้านจิตใจ
- ถูกทอดทิ้ง



- ครอบครัวยากจน
- ครอบครัวมีภาระเลี้ยงดูผู้ประสบปัญหา (อาทิ เด็ก คนพิการ ผู้ติดเชื้อเอดส์ ผู้ติดยาเสพติด)
- ไม่สามารถเข้าถึงบริการของรัฐ
- ไม่มีสถานะทางทะเบียนราษฎร
- เคยต้องโทษ/ประสบปัญหาการใช้ชีวิตในสังคม
- เคยได้รับผลกระทบจากภัยพิบัติภัยแล้ง/ภัยหนาว/วาตภัย/อุทกภัย/อัคคีภัย/แผ่นดินไหว
- ได้รับผลกระทบจากมลภาวะ/สภาพแวดล้อม
- อื่นๆ (ระบุ).....

4. ทางด้านเศรษฐกิจ

- ขาดทุน
- ขาดทักษะในการประกอบอาชีพ
- ถูกเลิกจ้าง/ว่างงาน
- ถูกนายจ้างเอารัดเอาเปรียบ
- ไม่มีการออม
- ไม่มีรายได้
- ไม่มีที่ดินทำกิน
- ไม่มีงานทำ
- ไม่มีอาชีพ
- ไม่มีเงินทุนประกอบอาชีพ



- รายได้ไม่แน่นอน
- รายได้ไม่พอใช้จ่าย
- มีหนี้สิน
- ยากจน / ไร้ที่พึ่ง
- อื่น ๆ (ระบุ).....

5. สภาพที่อยู่อาศัย

- ไม่มีกรรมสิทธิ์ในที่อยู่อาศัย
- สภาพที่อยู่อาศัยไม่เหมาะสมต่อการพักอาศัย
- ไม่มีที่อยู่อาศัย
- เร่ร่อน

6. ความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (ADL)

- กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุติดสังคม Social Bound (สีเขียว)

กลุ่มผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ดี ดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างอิสระสามารถทำกิจวัตรประจำวันพื้นฐานและกิจวัตรประจำวันต่อเนื่องได้เป็นผู้มีสุขภาพทั่วไปดี ไม่มีโรคเรื้อรัง หรือเป็นเพียงผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรค หรือเป็นผู้ที่มีโรคเรื้อรัง 1 - 2 โรคที่ยังควบคุมโรคได้ สามารถช่วยเหลือผู้อื่น สังคมชุมชนได้และมักเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม (คะแนน ADL ตั้งแต่ 12 ขึ้นไป)



กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน Home Bound (สีเหลือง)

กลุ่มผู้สูงอายุที่พอช่วยเหลือตนเองได้บ้าง หรือต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นเพียงบางส่วน มีความจำกัดในการดำเนินชีวิตในสังคมและเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ ที่มีโรคเรื้อรังที่ควบคุมไม่ได้ มีภาวะแทรกซ้อน ทางด้านร่างกายหรือทางจิตใจ จนส่งผลต่อการรู้คิด การตัดสินใจ การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันพื้นฐาน (คะแนน ADL ระหว่าง 5-11)

กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง Bed Bound (สีแดง)

กลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันพื้นฐานได้ ต้องการความช่วยเหลือจากผู้อื่นในการเคลื่อนย้าย การปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน มีโรคประจำตัวหลายโรคที่ควบคุมไม่ได้ มีการเจ็บป่วยเรื้อรังมายาวนานและมีภาวะแทรกซ้อนจากโรคที่เป็นอยู่ เป็นกลุ่มที่ป่วยและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิกัดหรือคุณภาพ (คะแนน ADL ระหว่าง 0-4)

7. ความต้องการของผู้สูงอายุ เมื่อเริ่มแรกที่อาสาสมัครเข้าไปให้การดูแล พบว่าผู้สูงอายุมีความจำเป็นต้องได้รับการดูแล ช่วยเหลือ หรือมีความต้องการ คือ

- ต้องการผู้ดูแลช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด เนื่องจากไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้
- ต้องการได้พักอาศัยกับสมาชิกในครอบครัวของตนเอง
- ต้องการที่พักอาศัยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- ต้องการได้รับการรักษาพยาบาลที่ถูกต้อง
- ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน

- ต้องการเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ/โรงเรียนผู้สูงอายุ/ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ (ศพอส.)
- ต้องการค่าเครื่องอุปโภคบริโภค
- ต้องการค่าใช้จ่ายในการครองชีพตามความจำเป็น
- ต้องการค่ารักษาพยาบาล เช่น ค่ายา ค่าอุปกรณ์การรักษา ค่าอาหารที่โรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลของราชการ สั้รวมถึงค่าพาหนะ ค่าอาหาร ระหว่างติดต่อรักษาพยาบาล
- ต้องการค่าซ่อมแซมที่อยู่อาศัย
- ต้องการค่าอาหาร
- ต้องการค่าเครื่องนุ่งห่ม
- ต้องการค่าพาหนะเดินทาง ค่าอาหาร ค่าเครื่องนุ่งห่ม หรือค่ารักษาพยาบาลเบื้องต้นแก่ผู้สูงอายุที่ถูกทารุณกรรม หรือถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมาย หรือถูกทอดทิ้ง
- ต้องการต้องการเงินทุนประกอบอาชีพ
- ต้องการเงินทุนประกอบอาชีพ รวมถึงการรวมกลุ่ม
- ต้องการส่งไปทำกายภาพบำบัด
- ต้องการส่งเข้ารับการรักษา/บำบัด
- ต้องการติดตามหาญาติ
- ต้องการเข้ารับบริการในศูนย์บริการผู้สูงอายุ หรืออยู่ในความอุปการะของสถานสงเคราะห์คนชรา หรือสถานที่อื่นที่เหมาะสม
- อื่นๆ (ระบุ).....



8. ความเห็นของอาสาสมัครจากการเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุพบสภาพปัญหา และความต้องการ สมควรให้การช่วยเหลือ แผนการช่วยเหลือรายบุคคล (Social Care Plan)

- ให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว เรื่อง การรับประทานอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- ให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว เรื่อง การรับประทานยาตามแพทย์สั่ง
- ให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว เรื่อง การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- ให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว เรื่อง การปรับบ้านและสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- ให้ความรู้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว เรื่อง การลดรายจ่ายเพิ่มรายได้และการออมสำหรับผู้สูงอายุ
- ให้คำปรึกษาที่เกี่ยวข้องกับคดีและเรื่องสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุ
- แยกผู้สูงอายุที่ถูกทารุณกรรมไปพักอาศัยในสถานที่อื่นซึ่งมีความปลอดภัย
- นำผู้สูงอายุไปตรวจสุขภาพกาย สุขภาพจิต
- แจ้งความต่อพนักงานสอบสวนเพื่อดำเนินคดีต่อผู้กระทำความทารุณกรรม
- ให้การฟื้นฟูสภาพร่างกาย สภาพจิตใจของผู้สูงอายุ ให้กลับไปสู่สภาวะปกติและสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับครอบครัวหรือบุคคลที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ด้วย

- ให้คำแนะนำแก่ครอบครัว หรือบุคคลที่ผู้สูงอายุอยู่ด้วย เพื่อทำความเข้าใจ ให้สามารถดูแลผู้สูงอายุมิให้ถูกทารุณกรรมอีก
- อื่นๆ (ระบุ).....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ข้อแนะนำสำหรับอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ)

นำผู้สูงอายุไปพบแพทย์ทันทีเมื่อมีอาการดังนี้

1. ตัวร้อนจัด เป็นไข้ หนาวสั่นติดต่อกันหลายวัน ปวดมึนท้ายทอย ร่วมกับปวดหัวและมีอาการคลื่นไส้อาเจียน
2. มีอาการทางระบบหายใจ ไอมีเสมหะ หรือมีเสมหะปนเลือด หายใจหอบ
3. มีอาการทางระบบทางเดินอาหาร อาเจียนเป็นอาหาร หรือน้ำ หรือเลือดหลายครั้ง ถ่ายเป็นสีดำ ถ่ายอุจจาระเป็นมูกปนเลือดหรือสีดำ
4. มีอาการทางระบบอวัยวะทางสืบพันธุ์ เลือดออกทางช่องคลอด หรือบริเวณอวัยวะสืบพันธุ์
5. มีอาการทางระบบทางเดินปัสสาวะ ปัสสาวะบ่อย กะปริบกะปรอย กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ แสบขัด มีเลือดปน
6. มีอาการทางระบบหัวใจ เจ็บหน้าอก ไม่สามารถนอนราบได้
7. มีอาการทางตา ปวดกระบอกตา เจ็บระคายเคืองนัยน์ตา
8. มีอาการทางหู ปวดในหู มีน้ำหนวก มีสิ่งแปลกปลอมเข้าหู
9. มีอาการทางปากและคอ กลืนอาหารลำบาก
10. มีอาการทางระบบกล้ามเนื้อ ข้อ และกระดูก ปวดข้อ มีอาการปวดบวมแดง ร้อนบริเวณข้อต่อ และกล้ามเนื้อ
11. มีอาการทางอารมณ์และจิตใจ ซึมเศร้า หวาดระแวงว่าคนอื่นจะทำร้าย เบื่อหน่ายชีวิต

ถ้าผู้สูงอายุมีอาการเหล่านี้เกิน 7 วัน ให้ไปพบแพทย์ หรือเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข

1. ตัวร้อนรุ่ม ๆ ปวดหัว
2. มีน้ำมูกใส ๆ ไอแห้ง ๆ
3. ปวดท้อง แน่นอึดอัด เบื่ออาหาร คลื่นไส้ ท้องผูก
4. ตกขาวมีอาการคัน ตกขาวมีกลิ่นเหม็น
5. ปัสสาวะมีสีชาแก่ หรือปัสสาวะขุ่นมีตะกอน
6. เหนื่อยง่าย เหงื่อออกตามฝ่ามือฝ่าเท้า
7. นอนไม่หลับ วิตก กังวล

คำแนะนำการปฏิบัติตนของผู้สูงอายุ

1. รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบ 5 หมู่
2. ดื่มน้ำสะอาดวันละ 6-8 แก้ว
3. ออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน หรืออย่างน้อยอาทิตย์ละ 3 ครั้ง
4. พักผ่อนและนอนหลับให้เพียงพอ
5. ฝึกสมาธิและจิตใจให้สดชื่น แจ่มใส
6. งดสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ผสม
7. พบปะสังสรรค์ญาติมิตร เพื่อนฝูงเป็นประจำ
8. ห้ามซื้อยารับประทานเอง หากมีปัญหาการใช้ยาให้ปรึกษาแพทย์ หรือ
เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
9. หมั่นสังเกตอาการผิดปกติของตัวเอง และรีบไปพบเจ้าหน้าที่
สาธารณสุข หรือพบแพทย์
10. พบเจ้าหน้าที่สาธารณสุข หรือพบแพทย์ เพื่อตรวจสุขภาพทุก 6 เดือน



สิทธิผู้สูงอายุตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

มาตรา 11 แห่งพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 กำหนดให้ผู้สูงอายุ มีสิทธิได้รับการคุ้มครอง การส่งเสริม และการสนับสนุนในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1) มาตรา 11 (1) การบริการทางการแพทย์ การสาธารณสุขที่จัดไว้ โดยให้ความสะดวกและรวดเร็วเป็นพิเศษ



- 1.1 มีช่องทางเฉพาะอำนวยความสะดวก รวดเร็ว
- 1.2 มีเจ้าหน้าที่คอยให้ความช่วยเหลือแก่ผู้สูงอายุ
- 1.3 จัดอุปกรณ์ให้ความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ

2) มาตรา 11 (2) การศึกษา การศาสนา และข้อมูลข่าวสาร ที่เป็นประโยชน์ ต่อการดำเนินชีวิต

- จัดศูนย์การเรียนรู้ในชุมชน และให้มีหลักสูตร การศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุตั้งแต่การศึกษาขั้นพื้นฐาน ถึงขั้นอุดมศึกษา อย่างต่อเนื่อง ทั้งในระบบ นอกระบบ และตามอัธยาศัย และมี รายการต่าง ๆ เพื่อผู้สูงอายุ



3) มาตรา 11 (3) การประกอบอาชีพหรือฝึกอาชีพที่เหมาะสม

- 3.1 บริการจัดหางานที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
- 3.2 ให้คำปรึกษาแนะนำข้อมูลการอบรม

ฝึกทักษะอาชีพตามอัธยาศัย



3.3 ให้ข้อมูล คำปรึกษา ข่าวสารตลาดแรงงาน การจัดหางาน รับสมัครงาน บริการข้อมูลทางอาชีพ ตำแหน่งว่างงาน การอบรมและฝึกอาชีพ โดยมีศูนย์กลางข้อมูลทางอาชีพและตำแหน่งงานสำหรับผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะ ที่สำนักงานจัดหางานทุกแห่ง

4) มาตรา 11 (4) การพัฒนาตนเองและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม การรวมกลุ่มในลักษณะเครือข่ายหรือชุมชน

- การส่งเสริมและสนับสนุนกลุ่มหรือชมรมผู้สูงอายุ ให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมภายในชุมชน และ/หรือระหว่างชุมชน และส่งเสริมการใช้ศักยภาพผู้สูงอายุ โดยเพิ่มการจัดกิจกรรมทางกีฬานันทนาการ และการถ่ายทอดภูมิปัญญา



5) มาตรา 11 (5) การอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยในอาคาร สถานที่ ยานพาหนะหรือการบริการสาธารณะอื่น

5.1 การจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

5.2 การดูแล ช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่

5.3 การบริการสะดวก รวดเร็ว ปลอดภัย

5.4 การจัดพาหนะอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ



6) มาตรา 11 (6) การช่วยเหลือด้านค่าโดยสารยานพาหนะตามความเหมาะสม

6.1 ขสมก. ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจะได้รับส่วนลดจากองค์การขนส่งมวลชนกรุงเทพ สำหรับค่าโดยสารครั้งราคา โดยแสดงบัตรประชาชนทุกครั้งที่ใช้บริการ

6.2 รถไฟฟ้า BTS ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป สามารถซื้อบัตรแรบบิทสำหรับผู้สูงอายุได้ ซึ่งจะมีสิทธิประโยชน์ลดราคาโดยสารรถไฟฟ้า



6.3 รถไฟ ผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จะได้รับสิทธิโดยสารครึ่งราคา สามารถซื้อตั๋วโดยสารที่สถานีรถไฟทั่วประเทศ ระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน – 30 กันยายน ของทุกปี

6.4 รถไฟใต้ดิน MRT ผู้สูงอายุสามารถขึ้น MRT โดยได้รับส่วนลด 50% ของค่าโดยสารปกติในทุกเส้นทาง สำหรับผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป สามารถซื้อบัตรผู้สูงอายุได้ โดยจะต้องออกบัตรขั้นต่ำครั้งแรกราคา 180 บาท (ประกอบด้วย มูลค่าการเดินทาง 100 บาท ค่ามัดจำบัตร 50 บาท และค่าธรรมเนียมการออกบัตร 30 บาท)

6.5 รถไฟฟ้าแอร์พอร์ตเรลลิงก์ ผู้สูงอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ที่ถือบัตร Senior Citizen Smart Pass จะได้รับส่วนลดค่าโดยสาร 50% จากราคาปกติ 15 - 45 บาท

6.6 รถทัวร์ (บขส.) ผู้สูงอายุจะได้รับส่วนลด 50% ของราคา ค่าโดยสาร (ลดเฉพาะค่าโดยสารไม่ลดค่าธรรมเนียม) ที่ใช้บริการรถโดยสารประจำทางหมวด 2 และหมวด 3 เฉพาะรถโดยสารของ บขส.เท่านั้น โดยผู้สูงอายุจะต้องแสดงบัตรประจำตัวต่อพนักงานจำหน่ายตั๋วเพื่อรับสิทธิ

6.7 เครื่องบิน

6.8 บางกอกแอร์เวย์ส ผู้สูงอายุจะได้รับส่วนลด 10% จากราคาบัตรโดยสารราคาปกติ สำหรับทุกเส้นทางบินทั้งภายในและระหว่างประเทศ ได้เลยโดยไม่ต้องรอโปรโมชั่น นอกจากนี้

6.9 ยังสะดวกสบายขึ้นไปอีกด้วยการขอรับเก้าอี้รถเข็นแบบฟรี เพียงแค่ แจ้งล่วงหน้า 24 ชั่วโมงก่อนวันที่ออกเดินทาง

6.10 การบินไทย ลดหย่อนค่าโดยสารเครื่องบินในเส้นทางบินภายในประเทศ ร้อยละ 15 ชั้นธุรกิจ ร้อยละ 35 ของอัตราค่าโดยสารปกติ ในชั้นประหยัด สำหรับการเดินทาง วันจันทร์ - พฤหัสบดี และร้อยละ 30 ของอัตราค่าโดยสารปกติในชั้นประหยัด สำหรับการเดินทางวันศุกร์ - อาทิตย์ (เที่ยวบินการบินไทย TG 3 DIGITS ONLY)

6.11 เรือ กรมเจ้าท่าได้ลดหย่อนค่าโดยสารครึ่งราคาสำหรับผู้สูงอายุ ผู้มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป สำหรับเรือประจำทางในแม่น้ำเจ้าพระยา ทั้งเรือด่วนเจ้าพระยา เรือในคลองแสนแสบ และเรือข้ามฟาก เพียงแสดงบัตรสิทธิที่กรมเจ้าท่าออกให้ผู้สนใจสามารถทำบัตรได้ที่สำนักมาตรฐานทะเบียนเรือ

7) มาตรา 11 (7) การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ

- การยกเว้นค่าเข้าชมสถานที่ของรัฐ เช่น อุทยานแห่งชาติ อุทยานประวัติศาสตร์ พิพิธภัณฑ์ สถานที่แห่งชาติ สวนสัตว์ สถานที่ท่องเที่ยวในความรับผิดชอบขององค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ และองค์การสวนพฤกษศาสตร์ เป็นต้น

8) มาตรา 11 (8) ด้านการช่วยเหลือผู้สูงอายุ ซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกรุณกรรม หรือถูกแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมายหรือถูกทอดทิ้ง

8.1 การให้คำแนะนำ ปรีกษา และให้ความช่วยเหลือ

8.2 กรณีผู้สูงอายุที่ถูกรุณกรรม แสวงหาผลประโยชน์โดยมิชอบด้วยกฎหมายและถูกทอดทิ้ง จะได้รับการช่วยเหลือตามประกาศ



กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการและเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริมและการสนับสนุนการช่วยเหลือ ผู้สูงอายุซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกละเมิดหรือถูกแสวงหาผลประโยชน์ โดยมีขอบด้วยกฎหมายหรือถูกทอดทิ้ง และการให้คำแนะนำปรึกษา ดำเนินการ อื่นที่เกี่ยวข้อง ในทางการแก้ไขปัญหาคอครบถ้วน โดยช่วยเหลือเป็นเงิน ได้ตามความจำเป็นและเหมาะสม ครั้งละไม่เกิน 500 บาท

**9) มาตรา 11 (9) ด้านการให้คำแนะนำ
ปรึกษา ดำเนินการอื่นที่เกี่ยวข้องในทางคดี**



9.1 การให้คำแนะนำ ปรึกษา และ
ให้ความช่วยเหลือ

9.2 กรณีผู้สูงอายุที่ถูกละเมิดหรือถูกแสวงหาผลประโยชน์ โดยมีขอบด้วยกฎหมายและถูกทอดทิ้ง จะได้รับการช่วยเหลือตามประกาศ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์เรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการและเงื่อนไขการคุ้มครอง การส่งเสริมและการสนับสนุนการช่วยเหลือ ผู้สูงอายุ ซึ่งได้รับอันตรายจากการถูกละเมิดหรือถูกแสวงหาผลประโยชน์ โดยมีขอบด้วยกฎหมายหรือถูกทอดทิ้ง และการให้คำแนะนำปรึกษา ดำเนินการอื่น ที่เกี่ยวข้องในทางการแก้ไขปัญหาคอครบถ้วน

**10) มาตรา 11 (10) การจัดที่พักอาศัยอาหารและเครื่องนุ่งห่ม
ให้ตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง**

- กรณีผู้สูงอายุที่เดือดร้อน จะได้รับการช่วยเหลือตามประกาศกระทรวง การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เรื่อง กำหนดหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไข



การคุ้มครองการส่งเสริมและการสนับสนุนการจัดที่พักอาศัย อาหารและเครื่องนุ่งห่ม ให้ผู้สูงอายุตามความจำเป็นอย่างทั่วถึง โดยช่วยเหลือตามความจำเป็นและเหมาะสม ไม่เกินวงเงินครั้งละ 2,000 บาท และจะช่วยเหลือได้ไม่เกิน 3 ครั้ง ต่อคนต่อปี

11) มาตรา 11 (11) การสงเคราะห์เบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนอย่างทั่วถึงและเป็นธรรม

- ผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์สัญชาติไทย ไม่เป็นผู้ได้รับสวัสดิการหรือสิทธิประโยชน์อื่นใดจากหน่วยงานของรัฐ รัฐวิสาหกิจ หรือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ที่ได้จัดให้เป็นประจำ จะได้รับการช่วยเหลือเงินเบี้ยยังชีพเป็นรายเดือนตลอดชีวิต โดยแบ่งตามช่วงอายุแบบขั้นบันได ดังนี้



- (1) อายุ 60 – 69 ได้รับเดือนละ 600 บาท
- (2) อายุ 70 – 79 ได้รับเดือนละ 700 บาท
- (3) อายุ 80 – 89 ได้รับเดือนละ 800 บาท
- (4) อายุ 90 ปีขึ้นไป ได้รับเดือนละ 1,000 บาท

12) มาตรา ๑๑ (๑๒) การสงเคราะห์ในการจัดการศพตามประเพณี

12.1 ผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ (1) มีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ขึ้นไป (2) มีสัญชาติไทย (3) อยู่ในครอบครัวที่ยากจนตามข้อมูลความจำเป็นพื้นฐาน (จปฐ.) กรมการพัฒนาชุมชนกระทรวงมหาดไทย หรือกรุงเทพมหานครหรือเมืองพัทยา (4) ไม่มีญาติ หรือมีญาติ แต่มีฐานะยากจนไม่สามารถจัดการศพตามประเพณีได้ กรณีที่ผู้สูงอายุยากจนและไม่ได้รับการสำรวจ



ข้อมูลความจำเป็นพื้นฐาน (จปฐ.) กรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย
หรือกรุงเทพมหานครหรือเมืองพัทยา

12.2 ต้องให้นายกเทศมนตรี หรือนายกองค์การบริหาร
ส่วนตำบล หรือกำนัน หรือผู้ใหญ่บ้าน หรือประธานชุมชน หรือผู้อำนวยการ
สำนักงานเขต หรือนายอำเภอ หรือนายกเมืองพัทยาเป็นผู้ออกหนังสือรับรอง
โดยยื่นคำขอภายใน 30 วัน นับตั้งแต่วันที่ออกใบมรณบัตร หากผ่านคุณสมบัติ
จะได้รับการช่วยเหลือรายละ 2,000 บาท

13) มาตรา 11 (13) การอื่นตามที่คณะกรรมการประกาศกำหนด

13.1 การจัดบริการเพื่ออำนวยความสะดวกด้านพิพิธภัณฑ
โบราณสถาน หอจดหมายเหตุแห่งชาติ และการจัดกิจกรรมด้านศาสนา ศิลปะ
และวัฒนธรรม

13.2 การจัดบริการสถานที่ท่องเที่ยว การจัดกิจกรรมกีฬาและ
นันทนาการ

13.2.1 การจัดบริการเพื่ออำนวยความสะดวกด้าน
พิพิธภัณฑ โบราณสถาน หอจดหมายเหตุแห่งชาติ และการจัดกิจกรรม
ด้านศาสนา ศิลปะ และวัฒนธรรม ตามที่คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ
ประกาศกำหนด

- (1) จัดบริการโดยตรงสำหรับผู้สูงอายุ เช่น ลิฟต์ พื้นเรียบ
- (2) ราวบันได ทางลาด ราวจับในห้องน้ำ
- (3) จัดเจ้าหน้าที่อำนวยความสะดวกและปลอดภัย
สำหรับผู้สูงอายุ
- (4) จัดบริการรถเข็น

13.2.2 การจัดบริการสถานที่ท่องเที่ยว การจัดกิจกรรม กีฬาและนันทนาการ ตามที่คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติประกาศกำหนด

(1) ด้านการท่องเที่ยว การจัดกิจกรรมโครงการนันทนาการ สำหรับผู้สูงอายุ เช่น นันทนาการสัจจรผู้สูงอายุนรมย์ (ไหว้พระ ๙ วัด)

(2) ด้านกีฬาและนันทนาการ

- การบริการตรวจสุขภาพ ทดสอบสมรรถภาพ ทางร่างกาย
- ใช้บริการในสนามกีฬา สวนสุขภาพ ลานกีฬาแอโรบิค สนามเปตอง ห้องออกกำลังกาย
- เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ เช่น การแข่งขันกีฬา การลีลาศ
- การรับสมัครเป็นสมาชิกชมรม

13.2.3 การประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับสิทธิที่ได้รับ

(1) จัดทำคู่มือสิทธิผู้สูงอายุ

(2) โปสเตอร์สิทธิผู้สูงอายุ

(3) Animation สิทธิผู้สูงอายุ

13.3 การประชาสัมพันธ์ให้ทราบเกี่ยวกับสิทธิที่ได้รับ

13.3.1 นอกจากสิทธิผู้สูงอายุทั้ง 13 อนุมาตราแล้วยังมี สิทธิผู้สูงอายุตามมาตรา 13 ด้านกองทุนผู้สูงอายุเป็นการให้บริการเงินทุน สำหรับผู้สูงอายุ 2 ประเภท ได้แก่

(1) การให้บริการเงินทุนกู้ยืมประกอบอาชีพ ประเภท รายบุคคล คนละไม่เกิน 30,000 บาท และประเภทรายกลุ่ม กลุ่มละไม่เกิน 5 คน ได้กลุ่มละไม่เกิน 100,000 บาท โดยต้องชำระคืนเป็นรายงวด ภายในระยะเวลาไม่เกิน 3 ปี โดยไม่มีดอกเบี้ย



เอกสารที่ใช้ประกอบในการยื่นกู้

- สำเนาบัตรประชาชนของผู้กู้ยืมฯ และผู้ค้ำประกัน
- สำเนาทะเบียนบ้านของผู้กู้ยืมฯ และผู้ค้ำประกัน
- สำเนาบัตรประจำตัวคู่สมรส และทะเบียนบ้าน (ถ้ามี)
- หนังสือรับรองเงินเดือน (ซึ่งออกให้ไม่เกิน 90 วัน) หรือสลิปเงินเดือนเดือนล่าสุดของผู้ค้ำประกัน

(2) ให้การสนับสนุนเงินอุดหนุนองค์กรที่ดำเนินงานเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ โดยแบ่งเป็นโครงการขนาดเล็ก ในวงเงินไม่เกิน 50,000 บาท โครงการขนาดกลางวงเงินไม่เกิน 50,000 – 300,000 บาท และโครงการขนาดใหญ่ วงเงิน 300,000 บาท ขึ้นไป

มาตรา 17 การลดหย่อนภาษี กรมสรรพากร ได้มีการยกเว้นภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาสำหรับผู้มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป ที่อยู่ในประเทศไทย เฉพาะเงินได้ที่ได้รับส่วนที่ไม่เกิน 190,000 บาท ในปีภาษีนั้น ยกเว้นภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาจากเงินบำเหน็จดำรงชีพ มาตรการนี้ช่วยเหลือผู้สูงอายุที่รับบำนาญ แต่ต้องการใช้เงินที่เป็นบำเหน็จตกทอดขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ผู้สูงอายุที่รับบำเหน็จดำรงชีพตามกฎหมาย ว่าด้วยบำเหน็จบำนาญข้าราชการ และกฎหมายว่าด้วยกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ จำได้รับการยกเว้นภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาจากเงินบำเหน็จดำรงชีพนั้นลดหย่อนภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาสำหรับบุตรที่เลี้ยงดูบิดาหรือมารดา ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป โดยบิดาหรือมารดาจะต้องไม่มีเงินได้พึงประเมินเกิน 30,000 บาท ในปีภาษีนั้น ๆ และหักค่าลดหย่อนเงินหรือทรัพย์สินที่บริจาคให้แก่กองทุนผู้สูงอายุ