

ชื่อโครงการ สัมมนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร /  
หน่วยงานที่รับผิดชอบ กองบำเหน็จบำนาญ สำนักงานการคลัง  
ปีงบประมาณ ๒๕๖๐

### ๑. หลักการและเหตุผล

ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร ถือเป็นปูชนียบุคคลของสังคม มีประสบการณ์ชีวิตที่ยาวนาน มีความรู้ ความสามารถ ความสุขุมรอบคอบ และยังเป็นคลังสมองที่สำคัญในการทำคุณประโยชน์ให้แก่สังคมและประเทศชาติ ปัจจุบันกรุงเทพมหานครมีจำนวนข้าราชการบำนาญประมาณ ๑๘,๐๐๐ คนเศษ ซึ่งชีวิตหลังเกษียณอายุ ส่วนใหญ่ต้องอยู่กับบ้านบางครั้งขาดการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว รู้สึกว่าตนเองหย่อนคุณภาพในสังคม เป็นสาเหตุให้วิตกกังวล เศร้าซึม เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพกายและใจ จึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด

ด้วยตระหนักในคุณค่าของข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร กองบำเหน็จบำนาญจึงจัดโครงการสัมมนา เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานครขึ้น เพื่อให้ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร มีโอกาสพบปะ สังสรรค์ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยเชิญวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ มาบรรยายให้ความรู้ด้านคุณภาพชีวิตที่ดี และการรักษาสุขภาพกายและใจของผู้สูงอายุ

### ๒. วัตถุประสงค์

๒.๑ เพื่อให้ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานครได้รับความรู้เรื่องวิธีการรักษาสุขภาพกายและใจตลอดจน แนวทางปฏิบัติตนเองให้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงเหมาะสมกับวัย

๒.๒ เพื่อให้ข้าราชการบำนาญได้พบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เป็นการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตให้ยืนยาวและมีความสุขยิ่งขึ้น

### ๓. กลุ่มเป้าหมาย

ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร ข้าราชการครูบำนาญกรุงเทพมหานคร และเจ้าหน้าที่ดำเนินการ จำนวน ๓,๐๐๐ คน โดยแบ่งเป็น ๓ รุ่น ๆ ละ ๑,๐๐๐ คน

รุ่นที่ ๑ - ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร , ข้าราชการครูบำนาญกรุงเทพมหานคร จำนวน ๙๕๔ คน  
- เจ้าหน้าที่ดำเนินการ จำนวน ๔๖ คน

รุ่นที่ ๒ - ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร , ข้าราชการครูบำนาญกรุงเทพมหานคร จำนวน ๙๕๔ คน  
- เจ้าหน้าที่ดำเนินการ จำนวน ๔๖ คน

รุ่นที่ ๓ - ข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร , ข้าราชการครูบำนาญกรุงเทพมหานคร จำนวน ๙๕๔ คน  
- เจ้าหน้าที่ดำเนินการ จำนวน ๔๖ คน

### ๔. ระยะเวลาดำเนินการ

ดำเนินการระหว่างเดือน เมษายน - มิถุนายน ๒๕๖๐ โดยแบ่งเป็น ๓ รุ่น ๆ ละ ๑,๐๐๐ คน รุ่นที่ ๑ วันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๐ รุ่นที่ ๒ วันที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐ และรุ่นที่ ๓ วันที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐ ณ โรงแรมปรีซ์ พาเลซ มหานาค เขตป้อมปราบฯ กรุงเทพมหานคร



/๕. ลักษณะโครงการ...

#### ๕. ลักษณะโครงการ

เป็นโครงการสัมมนาแบบไป-กลับ

#### ๖. แนวทางการดำเนินงาน

- ๖.๑ ขออนุมัติโครงการเพื่อขออนุมัติเงินประจำงวด
- ๖.๒ ประสานกับสถานที่จัดทำโครงการ วิทยากรจากหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง
- ๖.๓ จัดทำคำสั่งแต่งตั้งเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานตามโครงการ
- ๖.๔ ดำเนินการตามโครงการ
- ๖.๕ ประเมินผลโครงการ

#### ๗. ค่าใช้จ่ายของโครงการ

เบิกจ่ายจากงบประมาณประจำปี ๒๕๖๐ หมวดรายจ่ายอื่นแผนงานบริหารการคลัง งานบำเหน็จบำนาญ เป็นเงิน ๑,๙๐๖,๗๐๐.- บาท (หนึ่งล้านเก้าแสนหกพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน) โดยมีรายละเอียดค่าใช้จ่าย ดังนี้

|                                                                                                           |          |                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------|
| ๗.๑ ค่าสมนาคุณวิทยากร                                                                                     | เป็นเงิน | ๔๓,๒๐๐.- บาท    |
| วิทยากรที่มีใบบุคลากรของรัฐ จำนวน ๓ คน<br>(๑,๒๐๐.- บาท x ๓ ชั่วโมง x ๓ คน x ๓ วัน ) เป็นเงิน ๓๒,๔๐๐.- บาท |          |                 |
| วิทยากรที่เป็นบุคลากรของรัฐ จำนวน ๒ คน<br>(๖๐๐.- บาท x ๓ ชั่วโมง x ๒ คน x ๓ วัน ) เป็นเงิน ๑๐,๘๐๐.- บาท   |          |                 |
| ๗.๒ ค่าอาหาร อาหารว่างและเครื่องดื่ม ไม่ครบมื้อ<br>(๖๐๐.-บาท x ๓,๐๐๐ คน)                                  | เป็นเงิน | ๑,๘๐๐,๐๐๐.- บาท |
| ๗.๓ ค่าวัสดุ เครื่องเขียน และอุปกรณ์                                                                      | เป็นเงิน | ๙,๕๐๐.- บาท     |
| ๗.๔ ค่าใช้จ่ายในการติดต่อสื่อสาร( ค่าไปรษณียากร)<br>(๑๘,๐๐๐ คน x ๓.- บาท)                                 | เป็นเงิน | ๕๔,๐๐๐.- บาท    |

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑,๙๐๖,๗๐๐.- บาท  
(หนึ่งล้านเก้าแสนหกพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน)

ทั้งนี้ ให้ถือว่าได้ทำตามความเป็นจริง กรณียอดโดยยอดหนึ่งไม่พอจ่ายแต่ไม่เกินวงเงินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติ

#### ๘. ปัญหาและอุปสรรค

การขาดความสนใจและตระหนักรู้ของข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร มีผลทำให้ไม่สามารถบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการฯ ได้



/๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ...

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- ๙.๑ ข้าราชการบำนาญได้รับความรู้ความเข้าใจในเรื่องการดูแลสุขภาพกายและใจสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อนำไปปรับใช้กับชีวิตประจำวัน ซึ่งจะส่งผลให้มีการใส่ใจดูแลสุขภาพกายและสุขภาพใจมากขึ้น
- ๙.๒ ข้าราชการบำนาญได้พบปะสังสรรค์แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดียิ่งขึ้น

๑๐. การประเมินผล

กองบำเหน็จบำนาญ สำนักงานคลัง เป็นผู้ประเมินผลเมื่อเสร็จสิ้นโครงการ



ลงชื่อ ..... ผู้เสนอโครงการ  
(นางศิรินทรีย์ คำตา)  
ผู้อำนวยการกองบำเหน็จบำนาญ  
สำนักงานคลัง

ลงชื่อ ..... ผู้อนุมัติโครงการ  
(นายกฤษฎา ศิริพิบูลย์)  
ผู้อำนวยการสำนักงานคลัง

แผนการใช้จ่ายเงินงบประมาณรายจ่ายประจำปี 2560

หมวดรายจ่ายอื่น รายการค่าใช้จ่ายในการสัมมนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร

วงเงินงบประมาณ 1,906,700.-/บาท

งานบำเหน็จบำนาญ กองบำเหน็จบำนาญ สำนักงานการคลัง

| ที่ | รายละเอียดค่าใช้จ่าย                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | จำนวนเงิน    | ต.ค. 59 | พ.ย. 59 | ธ.ค. 59 | ม.ค. 60 | ก.พ. 60 | มี.ค. 60 | เม.ย. 60 | พ.ค. 60 | มิ.ย. 60 | ก.ค. 60 | ส.ค. 60 | ก.ย. 60 | หมายเหตุ |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|----------|---------|----------|---------|---------|---------|----------|
| 1   | กิจกรรม สัมมนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการบำนาญ-<br>กรุงเทพมหานคร<br>วันที่ 1 วันศุกร์ ที่ 16 มิถุนายน 2560<br>- ค่าสมนาคุณวิทยากร 14,400.- บาท<br>- ค่าอาหาร อาหารว่างและเครื่องดื่ม ไม่ครบมือ 600,000.- บาท<br>- ค่าวัสดุ เครื่องเขียน และอุปกรณ์ 9,500.- บาท<br>- ค่าใช้จ่ายในการติดต่อสื่อสาร (ค่าไปรษณียากร) 54,000.- บาท<br>รวมเป็นเงิน 677,900.-/บาท<br>วันที่ 2 วันศุกร์ ที่ 23 มิถุนายน 2560<br>- ค่าสมนาคุณวิทยากร 14,400.- บาท<br>- ค่าอาหาร อาหารว่างและเครื่องดื่ม ไม่ครบมือ 600,000.- บาท<br>รวมเป็นเงิน 614,400.-/บาท<br>วันที่ 3 วันศุกร์ ที่ 30 มิถุนายน 2560<br>- ค่าสมนาคุณวิทยากร 14,400.- บาท<br>- ค่าอาหาร อาหารว่างและเครื่องดื่ม ไม่ครบมือ 600,000.- บาท<br>รวมเป็นเงิน 614,400.-/บาท<br>รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 1,906,700.-/บาท<br>(หนึ่งล้านเก้าแสนหกพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน) | 1,906,700.00 |         |         |         |         |         |          |          | →       | →        |         |         |         |          |

รับรองข้อมูลถูกต้อง

หัวหน้าหน่วยงาน/ผู้ได้รับมอบอำนาจ

(นางศิรินทรีย์ ทรัพย์สุตว)  
ผู้อำนวยการกองบำเหน็จบำนาญ  
สำนักงานการคลัง

(นายธนชัย ทุนนิวัฒน์)  
รองผู้อำนวยการสำนักงานการคลัง  
ปฏิบัติราชการแทนผู้อำนวยการสำนักงานการคลัง  
ผู้รับรอง

ประมาณการค่าใช้จ่าย  
โครงการสัมมนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร  
ณ สถานที่ของเอกชนในกรุงเทพมหานคร  
.....

ผู้เข้าร่วมโครงการเป็นข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร และเจ้าหน้าที่ดำเนินการ จำนวน ๓,๐๐๐ คน  
งบประมาณในการดำเนินการเป็นเงิน ๑,๙๐๖,๗๐๐.- บาท (หนึ่งล้านเก้าแสนหกพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน) มีรายละเอียด ดังนี้

|                                                                                                                                                                                                                         |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| ๗.๑ ค่าสมนาคุณวิทยากร                                                                                                                                                                                                   | เป็นเงิน ๔๓,๒๐๐.-/บาท    |
| วิทยากรที่มีใช้เป็นบุคลากรของรัฐ จำนวน ๓ คน<br>(๑,๒๐๐.- บาท x ๓ ชั่วโมง x ๓ คน x ๓ วัน ) เป็นเงิน ๓๒,๔๐๐.-บาท<br>วิทยากรที่เป็นบุคลากรของรัฐ จำนวน ๒ คน<br>(๖๐๐.- บาท x ๓ ชั่วโมง x ๒ คน x ๓ วัน ) เป็นเงิน ๑๐,๘๐๐.-บาท |                          |
| ๗.๒ ค่าอาหาร อาหารว่างและเครื่องดื่ม ไม่ครบมื้อ<br>(๖๐๐.-บาท x ๓,๐๐๐ คน)                                                                                                                                                | เป็นเงิน ๑,๘๐๐,๐๐๐.-/บาท |
| ๗.๓ ค่าวัสดุ เครื่องเขียน และอุปกรณ์                                                                                                                                                                                    | เป็นเงิน ๙,๕๐๐.-/บาท     |
| ๗.๔ ค่าใช้จ่ายในการติดต่อสื่อสาร ( ค่าไปรษณียากร)<br>(๑๘,๐๐๐ คน x ๓.- บาท)                                                                                                                                              | เป็นเงิน ๕๔,๐๐๐.-/บาท    |

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น ๑,๙๐๖,๗๐๐.- บาท  
(หนึ่งล้านเก้าแสนหกพันเจ็ดร้อยบาทถ้วน)

.....

## กำหนดการ

โครงการ สัมมนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการบำนาญกรุงเทพมหานคร

รุ่นที่ ๑ วันศุกร์ ที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๖๐

รุ่นที่ ๒ วันศุกร์ ที่ ๒๓ มิถุนายน ๒๕๖๐

รุ่นที่ ๓ วันศุกร์ ที่ ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๐

ณ โรงแรมปรีซ์พาลเลซ महानาค เขตป้อมปราบฯ กรุงเทพมหานคร

\*\*\*\*\*

เวลา ๐๘.๐๐ - ๐๙.๐๐ น.

ลงทะเบียน

เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

บรรยายความรู้เรื่อง สุขวัย สุขภาพดีและการดูแลตนเอง  
โดยวิธีปรับสมดุลธรรมชาติ  
( วิทยากรที่เป็นบุคลากรของรัฐ )

เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.

รับประทานอาหารกลางวัน

เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

บรรยายความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม  
ตามหลักอายุรเวท และกิจกรรมสาระสร้างสรรค์  
( วิทยากรที่มีใช้บุคลากรของรัฐ )

\*\*\*\*\*

หมายเหตุ รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๓๐ น. และ ๑๔.๓๐ น.