

แนวทางการจัดกิจกรรม นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ



10041553

ห้องสมุด วทบ. สุรินทร์

การประชุม สำนักนันทนาการ กรมพลศึกษา
กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
๑ ความเป็นมาและสถานการณ์ประชากรผู้สูงอายุ	๑
๒ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ	๗
๓ ครอบครัวและชุมชนกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ	๑๙
๔ ความรู้เกี่ยวกับนันทนาการ	๒๙
๕ ความต้องการของผู้สูงอายุ	๓๙
๖ การจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	๔๕
๗ แหล่งจัดกิจกรรมนันทนาการ	๖๓
๘ ข้อเสนอแนะในการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	๖๙
บรรณานุกรม	๙๑
ภาคผนวก	๙๕
อาหารเพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ	๙๗
ความต้องการพลังงานและสารอาหารของผู้สูงอายุ	๑๐๕
การดัดแปลงอาหารสำหรับผู้สูงอายุ	๑๑๓
การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	๑๑๗