

การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมสูงวัยของประชากรก่อนวัยสูงอายุ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง

Preparedness of the Pre-Aging Population Entering an Aging Society, Mae Tha District, Lampang Province

กฤษณะพงษ์ ดวงสุภา* วท.บ. (สาธารณสุขศาสตร์)
สยามภู ใสทา** ประ.ด. (อายุรศาสตร์เขตร้อน)

Kritsanapong Duangsupa* B.Sc. (Public Health)
Sayambhu Saita** Ph.D. (Tropical Medicine)

* โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาคต Ban Na Kot Sub-District Health Promoting Hospital

** คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์ลำปาง

Faculty of Public Health, Thammasat University, Lampang Campus

Received: May 10, 2021

Revised: Jun 13, 2021

Accepted: Jun 22, 2021

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของประชากรก่อนวัยสูงอายุ รวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างอายุ 55-59 ปี ตำบลป่าตัน อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง จำนวน 245 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ Chi-square test ผลการศึกษาพบว่า การเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.35 ระดับต่ำ ร้อยละ 28.16 และระดับสูง ร้อยละ 24.49 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและด้านสังคมอยู่ระดับสูง ร้อยละ 62.45 และ 56.33 ตามลำดับ ด้านสุขภาพอยู่ระดับปานกลางร้อยละ 44.08 ส่วนด้านเศรษฐกิจอยู่ระดับต่ำ ร้อยละ 55.51 ปัจจัยด้านจำนวนบุตรอาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน รายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือน และการมีเงินออมของครัวเรือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ดังนั้นประชากรก่อนวัยสูงอายุควรได้รับการส่งเสริมให้มีรายได้ที่มั่นคงและมีเงินออม ควรส่งเสริมให้มีการออม การตรวจสุขภาพประจำปี การตรวจสุขภาพช่องปาก และการวางแผนการอยู่ร่วมกันในครอบครัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ

คำสำคัญ: การเตรียมความพร้อม, สังคมสูงวัย, ประชากรก่อนวัยสูงอายุ

ABSTRACT

The cross-sectional study aimed to explore factors relating to preparedness of pre-aging population to enter the aging society in Lampang province. The method of the study took data from an interview with a questionnaire from 245 samples aged between 55-59 years old in Pa Tan sub-district, Mae Ta district. Analysis of the data described statistically relationships of variables by Chi-square tests. Results of the study declared that readiness to the aging society engagement were in different levels of a high 24.49%, a moderate 47.35% and a low 28.16%. Factors of housing and social preparations were at high levels of 62.45% and 56.33%, respectively. While health and economic circumstances were in different levels of a moderate 44.08% and a low 55.51% respectively. Factors related to overall preparedness for the aging society at statistical significance (p -value<0.05) were the number of children raised, occupation, average monthly income, average monthly family income, and family savings. Suggested that the aged persons in the community should be encouraged to hold steady their incomes and savings, to maintain health status such as consume milk and good foods, checkup physical and oral health regularly, and keep a family tie peacefully when entering an older age.

Key words: Preparedness, Aging Society, Pre-aging population

บทนำ

ประเทศไทยได้มีการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรที่สำคัญโดยเข้าสู่สังคมผู้สูงวัย (Aging society) ซึ่งในปี 2564 ประเทศไทยจะเข้าสู่ภาวะสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) โดยผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปี มีมากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรในประเทศ ซึ่งในปี 2562 ประเทศไทยมีผู้สูงอายุร้อยละ 16.7 จังหวัดที่มีร้อยละผู้สูงอายุมากที่สุดในประเทศ ได้แก่ สิงห์บุรี ลำปาง ลำพูน แพร่ และสมุทรสงคราม (กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2562) จังหวัดลำปางได้เข้าสู่สังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์และมีแนวโน้มสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น โดยในปี 2562 มีผู้สูงอายุร้อยละ 23.6 เมื่อเปรียบเทียบกับปี 2558 ที่มีผู้สูงอายุร้อยละ 20.3 (สำนักงานสถิติจังหวัดลำปาง, 2562) โดยอำเภอแม่ทะมีประชากรสูงอายुर้อยละ 30.4 และมีประชากรก่อนวัยสูงอายุก่อนวัย 55-59 ปี ร้อยละ 11.0 (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง, 2563) จากรายงานการคัดกรองสุขภาพผู้สูงอายุอำเภอแม่ทะปี 2563 พบว่าผู้สูงอายุมีความเสี่ยงด้วยโรคความดันโลหิตสูงร้อยละ

15.3 โรคเบาหวานร้อยละ 7.45 โรคหัวใจและหลอดเลือดร้อยละ 46.6 มีดัชนีมวลกายอยู่ระดับเริ่มอ้วน-อ้วนอันตรายร้อยละ 15.1 เคยมีการหกล้มร้อยละ 2.4 เป็นผู้สูงอายุติดบ้านร้อยละ 2.6 ติดเตียงร้อยละ 0.3 (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง, 2563) ผลการสำรวจข้อมูลด้านเศรษฐกิจพบว่าสัดส่วนคนจนในจังหวัดลำปางร้อยละ 5.3 และนอกจากนี้ยังมีผู้สูงอายุที่ไม่ได้ทำงานมากถึงร้อยละ 65.0 (สำนักงานสถิติจังหวัดลำปาง, 2562)

จะเห็นได้ว่าสถานการณ์ข้างต้นเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งการเตรียมความพร้อมประชากรที่กำลังจะเข้าสู่วัยสูงอายุ และการพัฒนาส่งเสริมประชากรก่อนวัยสูงอายุให้เกิดการปรับตัวจะช่วยลดผลกระทบและภาวะเสี่ยงจากปัญหาการดำรงชีวิต และจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับสังคมสูงวัยที่ครอบคลุมและมีประสิทธิภาพ ควรมีการเตรียมความพร้อมใน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านสังคม (กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวง

การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2561) โดยพบว่าปัจจัยระดับบุคคลและระดับครัวเรือนมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย (ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ, 2560; อารีย์ สงวนชื่อ และคณะ, 2561) ดังนั้นการศึกษานี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของประชากรก่อนวัยสูงอายุ เพื่อใช้ในวางแผนการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ตรงความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปางต่อไป

วิธีการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง ดำเนินการรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนตุลาคม-ธันวาคม 2563 ประชากร คือ ผู้ที่มีอายุ 55-59 ปี อาศัยใน 9 หมู่บ้านของตำบลป่าตัน อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง จำนวน 529 คน โดยคำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อประมาณค่าสัดส่วนของประชากรกรณีทราบจำนวนประชากรที่ศึกษา และกำหนดค่าสัดส่วนประชากรในการศึกษาเชิงสำรวจที่ให้จำนวนขนาดตัวอย่างมากที่สุดเท่ากับ 0.50 และกำหนดค่าความคาดเคลื่อนที่ยอมให้เกิดขึ้นได้ เท่ากับ 0.05 (จุฬาลักษณ์ โกมลตรี, 2555) คำนวณกลุ่มตัวอย่างได้เท่ากับ 223 คน ทั้งนี้ป้องกันความไม่ครบถ้วนของข้อมูลจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 10 ทำให้ได้กลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้นจำนวน 245 คน จากนั้นคำนวณกลุ่มตัวอย่างแต่ละหมู่บ้านโดยคิดเป็นสัดส่วนกับประชากรแต่ละหมู่บ้าน สุ่มตัวอย่างในแต่ละหมู่บ้านด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยการจับสลากชื่อของผู้ที่มีอายุ 55-59 ปี แยกตามหมู่บ้าน เมื่อสุ่มตัวอย่างได้แล้วผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล หากกลุ่มตัวอย่างที่ไม่สะดวกให้ข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการเดิมและดำเนินการเก็บข้อมูลกับผู้ที่ถูกสุ่มเลือกใหม่

ขั้นตอนการเก็บข้อมูล

ดำเนินการหลังจากได้รับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยทำหนังสือขออนุญาตเก็บข้อมูลถึงผู้นำชุมชน และอบรมผู้ช่วยวิจัยในพื้นที่ เพื่อชี้แจง

วัตถุประสงค์ของการศึกษา ขั้นตอนการเก็บข้อมูล โดยการสัมภาษณ์ ทดลองใช้แบบสอบถาม พร้อมทั้งตรวจสอบความถูกต้อง ดำเนินการสุ่มตัวอย่างและแจ้งรายชื่อกลุ่มตัวอย่างให้แก่ผู้ช่วยวิจัย เพื่อนัดหมายและดำเนินการเก็บข้อมูล หลังจากได้รับการยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างด้วยความสมัครใจ ตรวจสอบความถูกต้องของแบบสอบถามก่อนนำมาลงรหัสและวิเคราะห์ข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา เป็นแบบสอบถามประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ จำนวนบุตร อาชีพ บทบาทหรือตำแหน่งในชุมชน ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามครัวเรือน จำนวน 3 ข้อ ประกอบด้วย จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้ของครัวเรือน การออมเงินของครัวเรือน

ส่วนที่ 3 การเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุ 4 ด้าน จำนวนทั้งหมด 40 ข้อประกอบด้วย

1. ด้านเศรษฐกิจ เป็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับการจัดแบ่งเงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่าย การสะสมเงินจากการประกอบอาชีพ การประเมินรายรับ-รายจ่าย การสะสมเงินกับสถาบันการเงินในรูปแบบต่างๆ การชำระหนี้สิน การประกอบอาชีพเสริม การแสวงหาข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิสวัสดิการต่างๆ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ การวางแผนซื้อกรรมธรรม์ประกันส่วนบุคคล และการจัดทำพินัยกรรมเพื่อแบ่งทรัพย์สิน จำนวน 13 ข้อ

2. ด้านสุขภาพ เป็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับการมีกิจกรรมทางกาย การรับประทานอาหาร การดื่มนม การดื่มน้ำ การหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การตรวจสุขภาพ การแปรงฟัน การนอนหลับ การจัดการความเครียด และการแสวงหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ จำนวน 14 ข้อ

3. ด้านที่อยู่อาศัย เป็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับการมีที่ดินและบ้านเป็นของตนเอง การปรับปรุงบ้านให้มีความมั่นคงแข็งแรงและมีสิ่งอำนวยความสะดวก การจัดเตรียมที่อยู่อาศัยให้ปลอดภัยจากอุบัติเหตุ และการเตรียมบ้านให้มีรั้วรอบขอบชิด จำนวน 4 ข้อ

4. ด้านสังคม เป็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับการวางแผนและการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันภายในครอบครัว การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านในชุมชน การมีส่วนร่วมกับกิจกรรมในชุมชน และการติดตามข่าวสารรอบตัว จำนวน 9 ข้อ ซึ่งลักษณะคำถามทั้ง 4 ด้าน เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) โดยแบ่งการเตรียมความพร้อมเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนน	หมายถึง
0	ไม่ได้เตรียมความพร้อม
1	การเตรียมความพร้อมเล็กน้อย
2	การเตรียมความพร้อมพอประมาณ
3	การเตรียมความพร้อมเป็นอย่างดี

โดยคะแนนเต็มการเตรียมความพร้อมภาพรวมเท่ากับ 120 คะแนน แบ่งเป็นด้านเศรษฐกิจเท่ากับ 39 คะแนน ด้านสุขภาพเท่ากับ 42 คะแนน ด้านที่อยู่อาศัยเท่ากับ 12 คะแนน และด้านสังคมเท่ากับ 27 คะแนน การแปลผลระดับการเตรียมความพร้อมภาพรวมและรายด้านจากคะแนนรวมของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้เกณฑ์ของ Bloom (1971) โดยแบ่งคะแนนออกเป็น 3 ช่วง ดังนี้

- คะแนนตั้งแต่ร้อยละ 80 ขึ้นไป ระดับการเตรียมความพร้อมสูง
- คะแนนร้อยละ 60-79 ระดับการเตรียมความพร้อมปานกลาง
- คะแนนต่ำกว่าร้อยละ 60 ระดับการเตรียมความพร้อมต่ำ

ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้เครื่องมือการเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุของภาณุวัฒน์ มีชนะและคณะ (2560) โดยการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.75-0.85 วิเคราะห์ความเชื่อมั่นโดยหาความสอดคล้องภายในด้วยสูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach's alpha) มีค่าเท่ากับ 0.91

การวิเคราะห์ข้อมูล

โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงวิเคราะห์เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือนกับระดับการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมสูงวัยทั้งภาพรวมและรายด้าน โดยใช้สถิติ Chi-square กำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากที่ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยเกี่ยวกับมนุษย์วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง จังหวัดลำปาง เอกสารรับรองเลขที่ E 2563-134 โดยมีผลการพิจารณาเมื่อวันที่ 13 สิงหาคม 2563

ผลการศึกษา

1. ลักษณะส่วนบุคคลและครัวเรือน

กลุ่มตัวอย่าง 245 คน เป็นเพศหญิง ร้อยละ 53.88 เพศชาย ร้อยละ 46.12 อายุ 55-57 ปีมากที่สุด ร้อยละ 61.63 ระดับการศึกษาประถมศึกษา ร้อยละ 65.31 และมีจำนวนบุตรมากกว่า หรือเท่ากับ 2 คน ร้อยละ 60.00 ประกอบอาชีพเกษตรกรและรับจ้างทั่วไปมากที่สุด ร้อยละ 71.42 ส่วนใหญ่ไม่มีบทบาทหรือตำแหน่งในชุมชน ร้อยละ 73.10 มีรายได้น้อยกว่า 6,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 70.20 ครัวเรือนมีจำนวนสมาชิก 3-4 คน ร้อยละ 57.96 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ครัวเรือนเฉลี่ยน้อยกว่ารายได้ครัวเรือนเฉลี่ยของจังหวัดลำปาง (23,929 บาท) ร้อยละ 75.91 และครัวเรือนส่วนใหญ่มีการออมเงิน ร้อยละ 83.27 ดังตารางที่ 1

2. การเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

กลุ่มตัวอย่างมีระดับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 47.35 ระดับสูง ร้อยละ 24.49 และระดับต่ำ ร้อยละ 28.16 ดังภาพที่ 1 โดยมีการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในแต่ละด้านดังนี้

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n=245)

ปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือน	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	113	46.12
หญิง	132	53.88
อายุ		
55-57 ปี	151	61.63
58-59 ปี	94	38.37
Mean=56.97, S.D.=1.39, Min=55, Max=59		
ระดับการศึกษา		
ไม่ได้ศึกษา	7	2.85
ประถมศึกษา	160	65.31
มัธยมศึกษาขึ้นไป	78	31.84
จำนวนบุตร		
ไม่มีบุตร	17	6.94
มีบุตร 1 คน	81	33.06
มีบุตร ≥ 2 คน	147	60.00
อาชีพ		
ค้าขายและรับราชการ	52	21.22
เกษตรกรและรับจ้าง	175	71.42
ว่างงาน	18	7.36
การมีบทบาทหรือตำแหน่งในชุมชน		
มี	66	26.90
ไม่มี	179	73.10
รายได้เฉลี่ย (ต่อเดือน)		
< 6,000 บาท	172	70.20
≥ 6,000 บาท	73	29.80
Mean=5,785.24, S.D.=20,050.23, Min=0, Max=43,500		
จำนวนสมาชิกในครัวเรือน		
1-2 คน	21	8.57
3-4 คน	142	57.96
≥ 5 คน	82	33.47
รายได้ครัวเรือนเฉลี่ย (ต่อเดือน)		
< รายได้ครัวเรือนเฉลี่ยของจังหวัดลำปาง*	186	75.91
≥ รายได้ครัวเรือนเฉลี่ยของจังหวัดลำปาง*	59	24.09
Mean=21,147.76, S.D.=35,745.99, Min=1,200, Max=300,000		
การมีเงินออมของครัวเรือน		
มี	204	83.27
ไม่มี	41	16.73

* รายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือนของจังหวัดลำปางปี 2562 เท่ากับ 23,929 บาท (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2562)

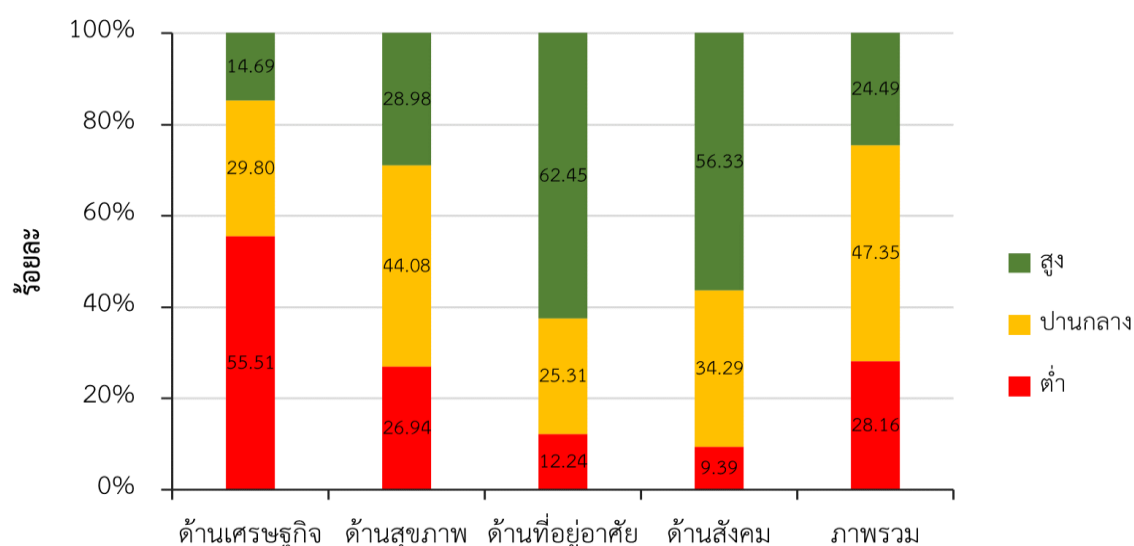
2.1 ด้านเศรษฐกิจ มีการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยด้านเศรษฐกิจภาพรวม อยู่ในระดับต่ำร้อยละ 55.51 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมพอประมาณในด้านการจัดแบ่งเงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายร้อยละ 44.49 การประเมินรายรับรายจ่ายทุกเดือนร้อยละ 40.82 การศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสิทธิสวัสดิการต่างๆ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายुर้อยละ 39.18 และการสะสมเงินจากการประกอบอาชีพทุกเดือนเพื่อไว้ใช้ในวัยสูงอายुर้อยละ 38.37 กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเป็นอย่างดีในด้านการจัดทำพินัยกรรมเพื่อแบ่งทรัพย์สินมรดกอย่างให้กับบุคคลที่ตั้งใจให้ผลประโยชน์ร้อยละ 33.88 อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมด้านการสะสมเงินในรูปแบบกลุ่มแชร์กับเพื่อนบ้านในชุมชนร้อยละ 44.49 และการซื้อกรมธรรม์ประกันส่วนบุคคลร้อยละ 26.53

2.2 ด้านสุขภาพ มีการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในภาพรวม อยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 44.08 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่าร้อยละ 50.00 มีการเตรียมความพร้อมเป็นอย่างดีด้านการดื่มน้ำวันละ 6-8 แก้ว การรับประทานอาหารที่มีกากใยสูงประเภทผักและผลไม้ การแปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง การนอนหลับอย่างน้อยวันละ 6 ชั่วโมง และกลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อม

เล็กน้อยในด้านการดื่มนมอย่างน้อยวันละ 1-2 แก้ว ร้อยละ 32.65 และตรวจสุขภาพช่องปากอย่างน้อยปีละ 1 ครั้งร้อยละ 30.61

2.3 ด้านที่อยู่อาศัย มีการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในภาพรวม อยู่ในระดับสูงร้อยละ 62.45 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเป็นอย่างดีทั้งในด้านการมีที่ดินและบ้านเป็นของตัวเองร้อยละ 72.65 การเตรียมบ้านให้มีรั้วรอบขอบชิดร้อยละ 64.08 การจัดเตรียมที่อยู่อาศัยให้ปลอดภัยจากอุบัติเหตุร้อยละ 60.00 และการปรับปรุงบ้านให้มีความมั่นคงแข็งแรงและมีสิ่งอำนวยความสะดวกพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายुर้อยละ 55.10

2.4 ด้านสังคม มีการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในภาพรวม อยู่ในระดับสูงร้อยละ 56.33 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเป็นอย่างดีทั้งในด้านการมาพบปะญาติพี่น้องในวันเทศกาลหรือวันสำคัญต่างๆ และการช่วยดูแลเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัวร้อยละ 67.35 การเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนหรือสังคมร้อยละ 57.14 และการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาและประเพณีต่างๆ ร้อยละ 56.73 และกลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมพอประมาณในด้านการวางแผนการอยู่ร่วมกันในครอบครัวเมื่อต้องเข้าสู่วัยสูงอายुर้อยละ 46.94



ภาพที่ 1 ระดับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

3. ความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือนกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัย

ปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือนที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ จำนวนบุตร อาชีพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน รายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือน และการมีเงินออมของครัวเรือน โดยพบว่า

กลุ่มตัวอย่างที่มีบุตรจำนวนหนึ่งคนมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับสูงและระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 32.10 และ 58.02 ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่มีบุตรตั้งแต่สองคนขึ้นไป มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 41.50

กลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพค้าขายและรับราชการ มีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับสูงมากที่สุด ร้อยละ 44.23 ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพเกษตรกรและรับจ้างทั่วไปมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลาง และระดับต่ำมากที่สุด ร้อยละ 50.86 และ 31.43 ตามลำดับ

กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนตั้งแต่ 6,000 บาทขึ้นไปมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับสูงและระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 35.62 และ 47.95 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า 6,000 บาทมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 47.09

กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือนสูงกว่ารายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือนของจังหวัดลำปางมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับสูงและระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 27.12 และ 57.63 ตามลำดับ ส่วนรายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่ารายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือนจังหวัดลำปางมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 32.26

กลุ่มตัวอย่างที่ครัวเรือนมีเงินออมมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับสูงและระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 27.45 และ 50.00 ในขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่ครัวเรือนไม่มีเงินออมมีการเตรียมความพร้อมอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด ร้อยละ 56.10 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือนกับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวม (n=245)

ปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือน	ระดับการเตรียมความพร้อม						χ^2	p-value
	ต่ำ		ปานกลาง		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
เพศ								
ชาย	30	26.55	59	52.21	24	21.24	2.148	0.342
หญิง	39	29.55	57	43.18	36	27.27		
อายุ								
55-57 ปี	40	26.49	76	50.33	35	23.18	1.408	0.495
58-59 ปี	29	30.85	40	42.55	25	26.60		
จำนวนบุตร								
ไม่มีบุตร	5	29.41	8	47.06	4	23.53	20.711	<0.001*
มีบุตร 1 คน	8	9.88	47	58.02	26	32.10		
มีบุตร ≥ 2 คน	56	38.10	61	41.50	30	20.40		
อาชีพ								
ค้าขายและรับราชการ	11	21.15	18	34.62	23	44.23	16.807	0.002*
เกษตรกรและรับจ้าง	55	31.43	89	50.86	31	17.71		
ว่างงาน	3	16.67	9	50.00	6	33.33		

ตารางที่ 2 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือนกับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวม
(n=245) (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคลและ ครัวเรือน	ระดับการเตรียมความพร้อม						χ^2	p-value
	ต่ำ		ปานกลาง		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
การมีบทบาทหรือตำแหน่งในชุมชน								
มี	14	21.21	36	54.55	16	24.24	2.541	0.281
ไม่มี	55	30.73	80	44.69	44	24.58		
ระดับการศึกษา								
ไม่ได้ศึกษา	1	14.29	4	57.14	2	28.57	5.722	0.221
ประถมศึกษา	53	33.13	71	44.37	36	22.50		
มัธยมศึกษาขึ้นไป	15	19.23	41	52.56	22	28.21		
รายได้เฉลี่ย (ต่อเดือน)								
< 6,000 บาท	57	33.14	81	47.09	34	19.77	10.340	0.006*
≥ 6,000 บาท	12	16.43	35	47.95	26	35.62		
จำนวนสมาชิกในครัวเรือน								
1-2 คน	9	42.86	7	33.33	5	23.81	8.162	0.086
3-4 คน	32	22.54	69	48.59	41	28.87		
≥ 5 คน	28	34.15	40	48.78	14	17.07		
รายได้ครัวเรือนเฉลี่ย (ต่อเดือน)								
< รายได้ครัวเรือน เฉลี่ยของจังหวัดลำปาง	60	32.26	82	44.08	44	23.66	6.552	0.038*
≥ รายได้ครัวเรือน เฉลี่ยของจังหวัดลำปาง	9	15.25	34	57.63	16	27.12		
การมีเงินออมของครัวเรือน								
มี	46	22.55	102	50.00	56	27.45	19.820	<0.001*
ไม่มี	23	56.10	14	34.15	4	9.75		

* p-value<0.05

อภิปรายผล

1. การเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

การเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 47.35 แสดงให้เห็นว่าประชากรก่อนวัยสูงอายุตำบลป่าตันมีการเตรียมความพร้อมในระดับหนึ่ง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมและรับจ้างทั่วไปที่ต้องใช้แรงงาน มีสภาพร่างกายที่

แข็งแรงสามารถทำงานหาเลี้ยงชีพได้ ประกอบกับศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลตำบลป่าตันนาครี อำเภอมะเข มีการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุ และให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมของประชาชนก่อนวัยสูงอายุ ทั้งด้านการบริการสุขภาพ การส่งเสริมอาชีพ และการวางแผนครอบครัว ซึ่งผลการศึกษาเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของ

วรรณรา ชื่นวัฒนา และชูชีพ เปียดนอก (2555) ที่พบว่า การเตรียมความพร้อมสู่วัยสูงอายุในประเทศไทย ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 72.60

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและด้านสังคมส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูงมากที่สุด ร้อยละ 62.45 และ 56.33 ตามลำดับ ด้านที่อยู่อาศัยมีที่ดินและบ้านเป็นของตัวเอง การเตรียมบ้านให้มีรั้วรอบขอบชิด และการดูแลเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัว การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านที่อยู่อาศัยและด้านสังคมอยู่ในระดับสูง อาจเนื่องจากการมีบ้านและที่ดินเป็นของตัวเองเป็นผลของการสะสมรายได้จากการประกอบอาชีพและทรัพย์สินของครอบครัวเพื่อเป็นหลักประกันในบั้นปลายของชีวิต (ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ, 2560; ดลนภา ไชยสมบัติ และบัวบาน ยะนา, 2562) อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสมาชิกในครัวเรือนหลายคนจึงจำเป็นต้องมีบ้านเป็นของตนเองเพื่อความสะดวกสบายในการอยู่อาศัยของคนในครัวเรือน มีรั้วรอบขอบชิดปลอดภัยต่อการอยู่อาศัย และเป็นมรดกให้แก่ลูกหลาน นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างมีการช่วยดูแลเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัวเป็นอย่างดี เนื่องจากตำบลป่าตันเป็นพื้นที่กึ่งเมืองกึ่งชนบทและยังมีการอยู่อาศัยแบบครอบครัวขยายมีความสัมพันธ์กับแบบเครือญาติ จึงทำให้เกิดการดูแลเอาใจใส่กันในครอบครัว เกิดความรักใคร่และช่วยเหลือพึ่งพากันได้ ซึ่งการอยู่อาศัยในครอบครัวขยายจะทำให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี เพราะได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัวทั้งด้านการดำรงชีวิต และการดูแลสุขภาพ (ชลธิชา อัครนิรันดร์ และวิราภรณ์ โพธิศิริ, 2558; บัณฑิตา อินสมบัติ, 2558)

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

ปัจจัยส่วนบุคคลและครัวเรือนที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวม ได้แก่ จำนวนบุตร อาชีพ รายได้เฉลี่ย รายได้ครัวเรือนเฉลี่ย และการมีเงินออมของครัวเรือน สามารถอภิปรายผลการศึกษาได้ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างที่มีบุตรจำนวน 1 คน มีการเตรียมความพร้อมระดับปานกลาง การมีบุตรคนเดียวอาจ

ทำให้บุตรต้องอยู่อาศัยร่วมกันกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อดูแลและเกื้อกูลบิดามารดาของตนเอง และบิดามารดายังสามารถเกื้อกูลด้านการเงินแก่บุตรได้อย่างเพียงพอ จึงทำให้สามารถเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัยได้มากกว่า สอดคล้องกับการศึกษาของชลธิชา อัครนิรันดร์ และวิราภรณ์ โพธิศิริ (2558) ที่พบว่าผู้สูงอายุมีโอกาสแบ่งปันให้สมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะบุตรที่อยู่ครัวเรือนเดียวกัน ถึงแม้จะมีบุตรจำนวนหลายคน เมื่อกลุ่มตัวอย่างเข้าสู่วัยสูงอายุแล้วโอกาสที่จะได้รับการดูแลในการทำกิจวัตรประจำวันจากบุตรมีแนวโน้มลดลง แต่ยังคงต้องช่วยเหลือด้านเศรษฐกิจแก่บุตร

การประกอบอาชีพและรายได้เป็นปัจจัยที่สนับสนุนให้เกิดการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัยที่ดี โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพค้าขายและรับราชการซึ่งเป็นอาชีพที่มีรายได้ประจำ อาจทำให้สามารถจัดสรรเงินในการสะสมการใช้จ่าย และการปรับปรุงที่พักอาศัยรวมถึงสภาพแวดล้อมให้ดีต่อการดำรงชีวิตเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ สอดคล้องกับการศึกษาของกอบปรกมล ศรีภิรมย์ และสหพัฒน์ บัณฑิตรักษ์ (2563) ที่พบว่า การมีรายได้เฉลี่ยที่มากมีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่วัยสูงอายุด้านที่อยู่อาศัยที่ดีกว่า การมีรายได้ครัวเรือนเฉลี่ยต่อเดือนมากกว่า รายได้ครัวเรือนเฉลี่ยของจังหวัดลำปางมีการเตรียมความพร้อมในระดับปานกลาง เนื่องจากครัวเรือนสามารถวางแผนรายรับรายจ่ายให้สมดุลต่อการครองชีพภายในจังหวัด และลดความเสี่ยงของการใช้จ่ายที่ไม่คาดคิด เช่น ค่ารักษาพยาบาลหรือค่าใช้จ่ายฉุกเฉินของสมาชิกในครัวเรือน รายได้ครัวเรือนยังส่งผลต่อการมีเงินออมของครัวเรือนทั้งรูปแบบสถาบันการเงินและความถี่ของการออม ซึ่งถือเป็นการสร้างความมั่นคงทางการเงินเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ (ญภัทรา ภูรภัทเกียรติกุล และธีรเดช สมองทวีพร, 2562; Lyons *et al.*, 2018)

3. ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยภาพรวม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา จำนวนสมาชิกในครัวเรือน และการมี

บทบาทหรือตำแหน่งในชุมชน สามารถอธิบายได้ว่า เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างใกล้เคียงวัยสูงอายุ มีความถดถอยของการทำงานทางด้านร่างกายเหมือนกัน ทั้งเพศหญิงและเพศชาย อาจมีความตระหนักต่อ ความความถดถอยที่เกิดขึ้นและส่งผลให้การเตรียมความพร้อมในระยะเริ่มต้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ (2560) และกรีซ เกียรติญาณ และธันสถา โรจนตระกูล (2564) ที่พบว่า เพศและอายุไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมสูงวัย

ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอาจเนื่องจากการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านต่างๆ ในปัจจุบันมีความสะดวกมากขึ้นหลากหลายช่องทาง ทำให้ของกลุ่มตัวอย่างรับรู้ข่าวสารที่ทันเหตุการณ์ แลกเปลี่ยนข้อมูลกับเพื่อนบ้านอย่างสม่ำเสมอ และนำมาสู่การตัดสินใจด้วยตนเอง ซึ่งผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาของ ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ (2560) และตลนภ ไชยสมบัติ และบัวบาน ยะนา (2562) ที่พบว่าระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมสูงวัย แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของอารีย์ สงวนชื่อ และคณะ (2561) ที่พบว่า ระดับการศึกษาที่สูงกว่าหรือเท่ากับมัธยมศึกษาตอนปลาย มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

นอกจากนี้ผลการศึกษาพบว่า จำนวนสมาชิกในครัวเรือนไม่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ อาจเนื่องจากสมาชิกในครัวเรือนส่วนใหญ่มีผู้สูงอายุหรือเด็กอยู่ด้วย ตามบริบทของชุมชนในปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานะเป็นปู่-ย่า-ตา-ยาย มักเลี้ยงดูหลาน และต้องดูแลบิดามารดาที่เป็นผู้สูงอายุ อาจส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างไม่ได้คำนึงถึงการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยมากนัก อย่างไรก็ตาม ชลธิชา อัครวินันดร และวิราภรณ์ โพธิศิริ (2558) กล่าวว่าสมาชิกในครัวเรือนอาจเป็นแรงสนับสนุนทางบุคคลที่สำคัญในดูแลและช่วยเหลือแก่บุคคลที่อยู่ร่วมกัน การมีบทบาทหรือตำแหน่งในชุมชนไม่มีความสัมพันธ์การเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

ในภาพรวม อาจเป็นเพราะส่วนใหญ่มีการเตรียมความพร้อมด้านสังคมอยู่ในระดับสูง โดยกลุ่มตัวอย่างได้มีส่วนร่วมกับชุมชนและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มต่างๆ ในชุมชน ทำให้กลุ่มตัวอย่างเห็นคุณค่าของตนเองที่สามารถสร้างคุณประโยชน์แก่สังคม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดกิจกรรมทางสังคมที่เน้นสัมพันธภาพในเชิงบวกในการทำกิจกรรมที่หลากหลาย ก็จะสามารถปรับตัวได้มากขึ้น และความพึงพอใจในชีวิตทำให้เกิดความสุขในดำเนินชีวิต

ข้อเสนอแนะ

1. ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุควรกำหนดแผนยุทธศาสตร์ในด้านการส่งเสริมอาชีพ เช่น การทำขนม การจักสาน เพื่อสร้างรายได้ และส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการสะสมเงินในรูปแบบต่างๆ และการสร้างหลักประกันโดยการซื้อกรมธรรม์ประกันส่วนบุคคล และควรให้ความสำคัญในการส่งเสริมการวางแผนการอยู่ร่วมกันในครอบครัว โดยการจัดกิจกรรมหรือสนับสนุนกิจกรรมในชุมชนให้มีการพูดคุยแลกเปลี่ยน แสดงความเห็นร่วมกันระหว่างผู้ที่มีอายุ 55-59 ปี และสมาชิกในครัวเรือน และการปรับปรุงที่อยู่อาศัยภายในบ้านให้มีความปลอดภัย เพื่อสร้างคุณค่าและเข้าสู่สังคมสูงวัยได้อย่างมีคุณภาพ

2. โรงพยาบาลและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ควรแนะนำและให้ความสำคัญของการดื่มนม การออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพประจำปี และการตรวจสุขภาพช่องปาก อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณสาธารณสุขอำเภอมะแมร์ จังหวัดลำปาง ที่สนับสนุนและผลักดันให้เกิดการพัฒนางานวิจัยเพื่อพัฒนาระบบสุขภาพชุมชน ขอขอบคุณผู้ช่วยวิจัยและกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี ทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จตามวัตถุประสงค์

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2562). สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย 77 ณ.วันที่ 31 ธันวาคม 2562 [ออนไลน์]. [สืบค้นเมื่อ 31 มกราคม 2563]; แหล่งข้อมูล: URL: <http://www.dop.go.th/th/know/1/275>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2561). แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2546-2564) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 2 พ.ศ. 2561. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สมิตดา.
- กอปกรมล ศรีภิรมย์ และสหพัฒน์ บัณฑิตวงศ์. (2563). การเตรียมความพร้อมด้านการเงินและที่อยู่อาศัยของประชากรก่อนวัยสูงอายุ. วารสารเทคโนโลยีภาคใต้, 13(1), 46-55.
- กริช เกียรติญาณ และธณัฐ โรจนตระกูล. (2564). การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ กรณีศึกษา ตำบลวัดไทรย์ อำเภอเมืองนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์. Journal of Modern Learning Development, 6(2), 59-74.
- จุฬาลักษณ์ โกมลตรี. (2555). การคำนวณขนาดตัวอย่าง. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย, 20(3), 192-198.
- ชลธิชา อัครนิรันดร์ และวิราภรณ์ โพธิศิริ. (2558). การแลกเปลี่ยนการเกี่ยวพันระหว่างผู้สูงอายุกับบุตรในประเทศไทย: สถานการณ์ แนวโน้ม และความแตกต่างทางเพศและอายุ. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์, 41(1), 105-120.
- ญภัทรา ภูริภักดิ์เกียรติกุล และธีรเดช สอนองทวีพร. (2562). สภาวะการออมของประชาชนเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนวัยผู้สูงอายุ. วารสารวิชาการและวิจัย มทร.พระนคร สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 4(2), 1-14.
- ดลนภา ไชยสมบัติ และบัวบาน ยะนา. (2562). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรวัยก่อนสูงอายุ. วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข, 29(3), 131-143.
- บัณฑิตา อินสมบัติ. (2558). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบางมูลนาก อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร. การประชุมสัมมนาวิชาการนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ เครือข่ายบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือ ครั้งที่ 15; วันที่ 23 กรกฎาคม 2558; นครสวรรค์.
- ภาณุวัฒน์ มีชนะ, นิชาภัทร ชันสาคร, ทศนีย์ ศิลาวรรณ, ทศนีย์ รวีวรกุล และเพ็ญศรี พิชัยสนธิ. (2560). การเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุคุณภาพ ตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอหนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, 11(1), 259-271.
- วรรณรา ชื่นวัฒนา และชูชีพ เปียดนอก. (2555). การรับรู้และการเตรียมความพร้อมสำหรับประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุ. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี. 4(2), 197-208.
- สำนักงานสถิติจังหวัดลำปาง. (2562). วิเคราะห์และสรุปสถานการณ์ผู้สูงอายุจังหวัดลำปาง [online]. [สืบค้นเมื่อ 31 มกราคม 2563]; แหล่งข้อมูล: URL: http://lampang.nso.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=423:2020-09-14-21-39-28&catid=105:2012-01-09-07-07-49&Itemid=657.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2562). รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครัวเรือน เป็นรายภาค และจังหวัด พ.ศ. 2545 - 2562 [online]. [สืบค้นเมื่อ 10 มิถุนายน 2564]; แหล่งข้อมูล: URL: <http://statbbi.nso.go.th/staticreport/page/sector/th/08.aspx>

- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง. (2563). การคัดกรองผู้สูงอายุ 10 เรื่อง เขตสุขภาพที่ 1 จังหวัดลำปาง ปีงบประมาณ 2564 [online]. [สืบค้นเมื่อ 31 มกราคม 2563]; แหล่งข้อมูล: URL: https://lpg.hdc.moph.go.th/hdc/reports/report.php?source=pformatted/format1.php&cat_id=6966b0664b89805a484d7ac96c6edc48&id=df0700e8e3c79802b208b8780ab64d61
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำปาง. (2563). ประชากรแบ่งตามเพศและกลุ่มอายุ [online]. [สืบค้นเมื่อ 31 มกราคม 2563]; แหล่งข้อมูล: URL: https://lpg.hdc.moph.go.th/hdc/main/index_pk.php
- อารีย์ สงวนชื่อ, พิษสุตา เดชบุญ, รัตนาภรณ์ อาษา, พิษณุวดี ศรีธนต์, ศศิธร นวนเทศ และณัฏชา คงมัน. (2561). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุในเขตโรงงานอุตสาหกรรม อำเภอकिनทร์บุรี จังหวัดปราจีนบุรี. วารสารกรมการแพทย์, 43(4), 105-109.
- Bloom, B. S. (1971). Handbook on formative and summative evaluation of student learning. New York: McGraw-Hill.
- Lemon, B. W., Bengtson, V. L., & Peterson, J. A. (1972). An exploration of the activity theory of aging: Activity types and life satisfaction among in-movers to a retirement community. Journal of gerontology, 27(4), 511-523.
- Lyons, A. C., Grable, J. E., & Joo, S. H. (2018). A cross-country analysis of population aging and financial security. The Journal of the Economics of Ageing, 12, 96-117.