

โมเดลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมของเทศบาล ตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่*

Model of Quality of Life Development of the Elderly in HarnKaew Sub-district Municipality, Hang Dong District, Chiang Mai Province.

Received:	February	6, 2019
Revised:	July	19, 2019
Accepted:	July	23, 2019

อัษฎิชา รุ่งแสง (Anthicha Rungsang)**

วรญา จตุพัฒน์รังสี (Woraya Jatuphatrangsii)***

บทคัดย่อ

บทความเรื่อง “โมเดลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ และ 2) เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมด้านกิจกรรมผู้สูงอายุในชุมชน โดยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รวมทั้งการใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research- PAR) คณะผู้วิจัยได้ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และการกำหนดแก่นสารจากการตีความ (Thematic Analysis) โดยนำข้อมูลที่รวบรวมได้จากการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม การจัดเวที และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม จากการใช้ชุมชนในเขตเทศบาลตำบลหารแก้วเป็นพื้นที่ในการศึกษา

ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 3 ด้านคือ ด้านสุขภาพกาย, ด้านสุขภาพจิตและด้านการพัฒนาอาชีพ

* บทความชิ้นนี้เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ภายใต้โครงการวิจัยและพัฒนาการจัดการตนเองของชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่ (นวัตกรรมจัดการตนเองของชุมชนด้านผู้สูงอายุ) โดยได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

This Article is presented as a part of research of Development of Quality of Life of the elderly people by the Community Participating in HarnKaew Sub-district Municipality, Hang Dong District, Chiang Mai Province. Under Research and Development of innovative self-management of Local communities Project. Scholarship supported by Thai Health Promotion Foundation.

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำสาขาวิชาการเมืองและการปกครอง คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง (Assistant Professor Department of Politics and Government, Faculty of Humanities and Social Sciences, Lampang Rajabhat University) E-mail. Anthicha_m@hotmail.com

*** อาจารย์ประจำสาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง (Lecturer Department of Public Administration, Faculty of Humanities and Social Sciences, Lampang Rajabhat University) E-mail. j.worraya@gmail.com

1) ด้านสุขภาพกาย การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเอง โดยการปรับปรุงสภาพแวดล้อมและความจำเป็นทางกายภาพให้เหมาะกับวัยของผู้สูงอายุ ให้ความรู้เกี่ยวกับดูแลสุขภาพ การแนะนำหรือแนะนำการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุที่ติดสังคม ติดบ้าน หรือติดเตียงเพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรง มีความสุขตามวัย

2) ด้านสุขภาพจิต การพัฒนาคุณภาพด้านจิตใจ โดยการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุให้เกิดความสุขเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการความเครียดและความวิตกกังวล และยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุ ตระหนักถึงคุณค่าในตัวเองและกิจกรรมที่ใช้ความรู้จากปราชญ์ในชุมชนเน้นการให้ความรู้ที่มีอยู่ในชุมชน การส่งเสริมสนับสนุนการในชุมชน

3) ด้านการส่งเสริมอาชีพ การพัฒนาอาชีพที่เหมาะสมกับศักยภาพของผู้สูงอายุภายใต้การสนับสนุนของเทศบาลตำบลหารแก้วและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

คำสำคัญ : การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม, การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ, องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น, เทศบาลตำบลหารแก้ว

Abstract

Model of Quality of Life Development of the Elderly in HarnKaew Sub-district Municipality, Hang Dong District, Chiang Mai Province. aim to

1) Study Social engagement and elderly health in Harnkeaw Municipality, Hang Dong District, Chiang Mai Province and

2) Improve quality of life for the elderly and guide to activities which can boost their health. This study included qualitative research as well as Participatory Action Research (PAR) conducted by Content Analysis and Thematic Analysis. The data were collected from an interview, a discussion group, conference, proceedings and a participative observation in Hankaew Municipality, The study finding shows that social participation towards life development of the elderly in Harnkaew Municipality can be divided into 3 aspects as follows;

2.1) Physical health : encourage self – dependence in the elderly by creating a safe living environment, providing health advice and giving healthcare recommendations to the elderly who are social able, solitary or bed – ridden.

2.2) Mental health : prevent mental disorder in older adults by increasing their social participation, helping them cope with the aging process, improving their self – esteem, getting them involved in the community activities.

2.3) Career support : help the elderly back into work by applying their local wisdom into practice, which can be achieved by the cooperation between local administrative organizations and related agencies.

Keywords: Participatory Action Research, , Local Government, Development of Quality of Life of the elderly people, HarnKaew Municipality.

บทนำ

ปัจจุบันโลกในทศวรรษนี้กำลังเผชิญหน้ากับการเปลี่ยนแปลงทางประชากรครั้งยิ่งใหญ่ คือ การเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุ โดยพบว่าสัดส่วนประชากรโลกในปี พ.ศ.2559 มีประชากรทั้งสิ้น 7,433 ล้านคน ในจำนวนนี้มีประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปอยู่ถึง 929 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 12.5 ของประชากรทั้งหมด (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559) นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุซึ่งเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจกันเป็นอย่างยิ่งทั้งในระดับโลกและระดับชาติ โดยในระดับโลกนั้นองค์การสหประชาชาติ (UN) ได้มีการกำหนดว่าประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นสัดส่วนเกินร้อยละ 10 หรืออายุ 65 ปีขึ้นไปเกินร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศให้ถือว่าประเทศนั้นก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) และจะก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อมีสัดส่วนของประชากรในประเทศที่อายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 20 หรืออายุ 65 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 14 (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559) ประเทศไทยถือเป็นหนึ่งประเทศที่เริ่มเผชิญปัญหาการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในปี พ.ศ. 2545 โดยพบว่าประเทศไทยมีประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปอยู่ร้อยละ 9.4 (เจริญญา วงษ์พรหม และคณะ, 2558) และในปี พ.ศ. 2559 พบว่าจำนวนผู้สูงอายุของประเทศไทยคิดเป็นร้อยละ 16.5 ของประชากรทั้งหมดของประเทศ และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นโดยคาดการณ์ว่า ในอีกประมาณ 5 ปีข้างหน้าเมื่อสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงถึงร้อยละ 20 จำนวนประชากรสูงอายุที่จะเพิ่มสูงขึ้นอย่างมากในอนาคตเห็นได้ชัดเจนจากการที่ประชากรรุ่นที่เกิดเกินกว่าล้านคนต่อปี ระหว่างปี 2506 – 2526 (ซึ่งขณะนี้จะมีอายุ 33 – 53 ปี) กำลังจะกลายเป็นผู้สูงอายุในอีกไม่ช้า อีก 20 ปีข้างหน้า คลื่นประชากรลูกใหญ่จะมีอายุ 53-73 ปี เมื่อนั้นสัดส่วนของประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปในประเทศไทยจะสูงถึงร้อยละ 30 ของประชากรทั้งหมด (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2559) ฉะนั้นอาจกล่าวได้ว่าประเทศไทยกำลังจะเปลี่ยนจากการเป็นสังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) กลายเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) ภายในเวลาอีก 20 ปีข้างหน้าเท่านั้น

สภาพสังคมในปัจจุบันกำลังก้าวเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุ โดยวิถีชีวิตของผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ตามลำพัง ผู้สูงอายุในชนบทบางส่วนฐานะไม่ดี ไม่มีบุตรหลานดูแล อุปการะเลี้ยงดู ทำให้มีความลำบากในการดำรงชีวิต แม้ว่ารัฐบาลจะมีสวัสดิการเบี้ยยังชีพให้ผู้สูงอายุแต่ ไม่เพียงพอต่อการยังชีพเนื่องมาจากราคาสินค้าที่เพิ่ม สูงขึ้น และปัญหาด้านสุขภาพต่างๆ ในขณะที่สังคมไทย ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แล้ว ทั้งนี้จาก ข้อมูลสถิติประชากรผู้สูงอายุของไทย พบว่ามีแนวโน้ม การเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ปี 2533 จำนวน 4,017 คน สัดส่วนประชากรสูงอายุต่อประชากรรวม อยู่ระดับร้อยละ 7.36 ซึ่งในปี 2583 จะเพิ่มขึ้นเป็น 20,519 คน สัดส่วนประชากรสูงอายุต่อประชากร รวมร้อยละ 32.12 ด้วยสถานการณ์ของการเป็นสังคม ผู้สูงอายุดังกล่าว รัฐบาลจึงกำหนดกรอบวิสัยทัศน์และ เป้าหมายทิศทางของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ ฉบับที่ 12 ในประเด็นการพัฒนาศักยภาพคน ให้สนับสนุนการเจริญเติบโตของประเทศและการสร้าง สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560) เพื่อแก้ปัญหาความยากจน

ตลอดจนการพัฒนาอาชีพเพื่อเพิ่มรายได้และยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ สามารถพึ่งตนเองได้ จำเป็นต้องมีการรวมตัวผนึกกำลังกันในชุมชนผู้สูงอายุ (ทงศักดิ์ ยิ่งรัตนสุข, 2558) อีกทั้งได้นำการบริการทั้ง ด้านสวัสดิการและการบริการสุขภาพ เพื่อความอยู่ดีมีสุขของผู้สูงอายุมากขึ้นโดยสามารถมองเห็นเป็นรูปธรรมแต่ เนื่องจากสังคมเปลี่ยนแปลง การให้บริการไม่ทั่วถึง หน่วยงานให้บริการซ้ำซ้อน ลำช้าและที่สำคัญไม่ตอบสนอง ต่อความต้องการของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง (ศิริวรรณ สิริบุญ, 2543) ดังนั้นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยแท้จริง จึงขึ้นอยู่กับความสามารถของปัจเจกบุคคล ซึ่งเป็นพลังขับเคลื่อนสู่ความผาสุกของชีวิตได้ โดยมี องค์กร/หน่วยงานต่าง ๆ เป็นปัจจัยสนับสนุน หรืออาจกล่าวได้ว่าภาครัฐได้เห็นความสำคัญของผู้สูงอายุนับตั้งแต่ อดีตถึงปัจจุบัน

การร่วมมือของทุกภาคส่วนเป็นสิ่งสะท้อนให้สังคมรู้ว่าผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรทางปัญญา (สมโภชน์ อเนกสุขและคณะ, 2548) และทรงคุณค่าควรแก่การดูแลรักษาเพราะ “เขาคือที่พึ่งทางใจ” ของบุตร หลานเป็นที่เคารพนับถือของบุคคลในวงศาคณาญาติคุณภาพชีวิตนั้นมาจากคำสองคำประกอบด้วยคุณภาพ และ ชีวิตหมายรวมถึงลักษณะที่ดี หรือความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล (ราชบัณฑิตยสถาน, 2539) ได้มีผู้ให้ความหมายของ คุณภาพชีวิตไว้หลายลักษณะที่คล้ายคลึงและแตกต่างกันเช่น ความพึงพอใจในชีวิต(life satisfaction)ความสุข (happines) และผาสุก(well-being) (Campbell, 1976) และในอีกลักษณะหนึ่งคุณภาพชีวิตคือการรับรู้ สถานการณ์ในด้านต่างๆ ของชีวิตเป็นการรับรู้ของบุคคลที่ได้รับการสนองต่อความต้องการด้านร่างกาย จิตใจและสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข ด้วยการมีสุขภาพดี มีรายได้ พอเพียง ไม่มีภาวะกดดันด้านจิตใจและการได้รับการเกื้อหนุนจากครอบครัวและเพื่อน

บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในฐานะที่เป็นหน่วยงานของรัฐใน ระดับท้องถิ่นที่อยู่ใกล้ชิดกับประชาชนในพื้นที่มากที่สุด เทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ตามพระราชบัญญัติเทศบาล (ฉบับที่ 10) พ.ศ. 2542 มาตรา 50 (7) กำหนดให้มีเทศบาลตำบลมีบทบาทในการ ส่งเสริมการพัฒนาสตรี เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ และผู้พิการ ดังนั้นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในฐานะหน่วยงาน เจ้าภาพหลักต้องมีการประสานความร่วมมือเพื่อให้การดูแลผู้สูงอายุกับหน่วยงาน องค์กร และภาคีอื่นๆ โดย สามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างหลากหลาย เช่น กิจกรรมด้านสังคม กิจกรรมด้านสุขภาพ กิจกรรมด้าน นันทนาการ (เกรียงศักดิ์ ซื่อเลื่อม, 2552) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีลักษณะเด่นคือ ให้ความสำคัญในการ ดำเนินกิจการด้านผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง และได้เห็นถึงความสำคัญของผู้สูงอายุที่มีจำนวนมากขึ้นในสังคม เทศบาลตำบลหารแก้วจึงได้พัฒนากิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อให้สอดคล้อง กับบริบทของชุมชน และวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

ดังนั้น จากประเด็นความสำคัญดังกล่าวจึงเป็นเรื่องจำเป็นเร่งด่วนที่ต้องรีบดำเนินการให้เกิดการ พัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างจริงจัง ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการวิจัยจากการศึกษาในเรื่องโมเดลการพัฒนา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ ซึ่งจะเกิดประโยชน์ในระดับชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเพื่อนำมาใช้ในการ พัฒนาการเรียนรู้ตลอดชีวิตโดยที่เทศบาลตำบลหารแก้ว ให้ความสำคัญควบคู่ไปกับการดำเนินนโยบายในระดับ

ท้องถิ่นที่สอดคล้องกับระดับชาติ โดยที่ผู้สูงอายุในชุมชนทั้งหมดมีจำนวน 1,359 คนจากจำนวนประชากรทั้งหมดจำนวน 5,847 คน คิดเป็นร้อยละ 23.24 และแต่ละคนย่อมมีประสบการณ์ ภูมิปัญญา สิ่งสร้างสรรค์ที่สามารถทำประโยชน์ให้แก่ชุมชนได้ รวมทั้งสามารถทำให้เทศบาลตำบลहारแก้วได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพและมีความสุขได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลहारแก้ว อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่
- 2) เพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมด้านกิจกรรมผู้สูงอายุในชุมชน

จริยธรรมการวิจัย

โครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมของเทศบาลตำบลहारแก้ว อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยได้รับได้รับการอนุมัติรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครลำปาง (เลขอนุมัติ E2560/019)

การดำเนินการวิจัย

การดำเนินการวิจัย “โมเดลการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนอย่างมีส่วนร่วมของเทศบาลตำบลहारแก้ว อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ ”ได้ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research: PAR) มีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลและดำเนินการวิจัยแยกตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 คือ การศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลहारแก้ว อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ โดยมีขั้นตอนดังนี้

- 1) ข้อมูลที่ได้จากเอกสาร เอกสารข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลहारแก้ว อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับข้อมูลผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลहारแก้ว
- 2) การจัดเวทีระดมความคิดเห็นจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 30 คน เพื่อศึกษาบริบท พื้นที่ชุมชนและความต้องการเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) โดยผู้วิจัยใช้เกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มโดยวิธีสุ่มตามเกณฑ์ (Criterion Sampling) โดยผู้วิจัยได้กำหนดกำหนดตามเกณฑ์วัตถุประสงค์ที่ศึกษา (จุมพล หนีพานิช, 2550) เพื่อใช้ในการระดมความคิดเห็นเกี่ยวกับรูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และศึกษาปัญหาและความต้องการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ
- 3) การสนทนากลุ่ม (Focus Groups Discussion) แบ่งเป็นกลุ่มย่อยจากผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลहारแก้ว จำนวน 42 คน ประกอบด้วย ตัวแทนชุมชน กลุ่มองค์กรภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุจำนวน 5 คนและผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และข้าราชการที่ปฏิบัติหน้าที่ด้านผู้สูงอายุจำนวน 5 คน

4) การสัมภาษณ์ (Interview) จากกลุ่มเป้าหมายได้แก่ ตัวแทนผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหารแก้ว จำนวน 20 คน, ตัวแทนชุมชน กลุ่ม องค์กรภาครัฐที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้สูงอายุจำนวน 5 คนและผู้บริหาร องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและข้าราชการที่ปฏิบัติหน้าที่ด้านผู้สูงอายุจำนวน 5 คน

ขั้นตอนที่ 2 ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 คือ การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมด้านกิจกรรมผู้สูงอายุในชุมชนของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัด เชียงใหม่โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) โดยมีขั้นตอน ดังนี้

1) การวางแผน โดยมีกลไกในการเตรียมความพร้อมร่วมกับชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และ เครือข่ายผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อวิเคราะห์สถานภาพชุมชน และสร้างกิจกรรมเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ ผู้สูงอายุ

2) การดำเนินการ โดยมีกลไกหลักในการจัดเวทีชุมชน ที่มีผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (Stakeholder) หลักใน ชุมชนที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินการ โดยเวทีชุมชนประกอบไปด้วย ผู้แทนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจำนวน 5 คน บุคลากรด้านสาธารณสุข จำนวน 2 คน ผู้สูงอายุในชุมชนจำนวน 42 คน ทีมคณะผู้วิจัยจำนวน 2 คน และ นักศึกษาสาขาวิชาการเมืองและการปกครอง มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง ชั้นปีที่ 3 จำนวน 26 คน

3) การสร้างกิจกรรมเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ ดำเนินการโดยทีมคณะผู้วิจัยและกลุ่ม วิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญในการดูแลผู้สูงอายุร่วมกับเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่

4) สรุปผล รูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและกิจกรรมเสริมสร้าง คุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมด้านกิจกรรมผู้สูงอายุในชุมชนของเทศบาล ตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ และคืนข้อมูลแก่ชุมชนท้องถิ่น

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) รวมทั้งการใช้กระบวนการวิจัยเชิง ปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) ผู้วิจัยได้ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และการกำหนดแก่นสารจากการตีความ (Thematic Analysis) โดยคณะผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่รวบรวม ได้จากการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม การจัดเวที และการสังเกตแบบมีส่วนร่วมนำมาวิเคราะห์เป็นข้อมูล สนับสนุนในประเด็นต่าง ๆ โดยผู้ศึกษาเป็นผู้วิเคราะห์ข้อมูลด้วยตนเอง โดยใช้วิธีการจำแนกข้อมูลต่าง ๆ ที่เก็บ รวบรวมมาได้มาพิจารณาเชื่อมโยงประเด็นในการวิจัย

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยจากขั้นตอนที่ 1) การศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ จากการลงพื้นที่และการรวบรวมข้อมูลที่ได้จากเอกสาร เอกสารข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว การจัดเวทีระดมความคิดเห็นจากกลุ่มตัวอย่างตามกระบวนการการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research : PAR) ผ่านกิจกรรมและกระบวนการการเรียนรู้ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจเลือกรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุผ่านกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนอย่างแท้จริง โดยพบว่าเมื่อใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และการจัดเวทีเพื่อแลกเปลี่ยนแล้วมีการวิเคราะห์ร่วมกันเพื่หารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า รูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 3 ด้านคือ ด้านสุขภาพกาย, ด้านสุขภาพจิต และด้านการพัฒนาอาชีพ ซึ่งสามารถพัฒนาเป็น Model การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว ดังนี้



ภาพที่ 1 แสดงถึงรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว
ที่มา : จากการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (PAR) (2561)

1. ด้านสุขภาพกาย เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความเข้าใจในหลักโภชนาการที่ดี การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และการจัดการอารมณ์ในวัยสูงอายุ การพัฒนาองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพการแนะแนวหรือแนะนำการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุที่ติดสังคม ติดบ้าน หรือติดเตียงเพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรงได้ การออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ การดูแลร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ตามวัย การดูแลสุขภาพโดยที่การเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเอง โดยการปรับปรุงสภาพแวดล้อมและความจำเป็นทางกายภาพให้เหมาะกับวัยของผู้สูงอายุ และการพัฒนาระบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในรูปแบบที่หลากหลาย ทั้งในด้านการจัดบริการสุขภาพและสวัสดิการสังคมอย่างบูรณาการ โดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนอย่างต่อเนื่องรวมทั้งพัฒนาชุมชนที่มีศักยภาพและความพร้อมให้เป็นต้นแบบของการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อขยายผลไปสู่ชุมชนอื่น โดยเทศบาลตำบลหารแก้วมีอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านบรรยายให้ความรู้แก่สมาชิกตลอดจนให้ความรู้เกี่ยวกับดูแลสุขภาพ การแนะแนวหรือแนะนำการปฏิบัติตัวของผู้สูงอายุที่ติดสังคม ติดบ้าน หรือติดเตียงเพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรง มีความสุขตามวัย ตลอดจนการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ การตรวจสุขภาพทั่วไป การตรวจคัดกรองโรคโดยโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพชุมชน ตลอดจนมีการจัดโครงการพัฒนาให้กับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ การจัดให้มีสถานที่พบปะแลกเปลี่ยนกันระหว่างผู้สูงอายุ การทำกิจกรรมศูนย์สามวัย การจัดกิจกรรมออกกำลังกายให้กับผู้สูงอายุ ซึ่งรูปแบบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย คือ

1) บริการเยี่ยมบ้านโดยบุคลากรสุขภาพเป็นประจำและสม่ำเสมอ อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง โดยมีทีมแพทย์หรือพยาบาลมาให้บริการตรวจรักษาที่บ้านร่วมกับ ส่วนอาสาสมัครควรได้รับการ พัฒนาให้มีศักยภาพ ที่นอกเหนือจากการวัดความดันโลหิตหรือการพูดคุยให้คำแนะนำ

2) บริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้วและที่โรงพยาบาลหางดง อำเภอดงจังหวัดเชียงใหม่ ควรมีการฉีดยารักษาความเจ็บป่วย

3) เพิ่มจำนวนบุคลากรประจำโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้วและโรงพยาบาลหางดง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่

4) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้วควรเปิดบริการ ตลอด 24 ชั่วโมงและมีแพทย์หรือพยาบาลประจำ

5) บุคลากรของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้วและโรงพยาบาลหางดง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ควรมีบริการเยี่ยมบ้านบ่อยขึ้น

6) การให้บริการของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้วและโรงพยาบาลหางดง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ควรมีการจัดบริการเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุโดยเป็นบริการจุดเดียวไม่ต้องไปปะปนกับผู้ป่วยกลุ่มอื่นๆ

7) ขณะรอรับการตรวจรักษาควรมีการให้ความรู้ด้านสุขภาพ หรือแจกแผ่นพับ หรือเอกสารให้ความรู้ซึ่งควรจัดทำในรูปแบบที่อ่านง่ายสำหรับผู้สูงอายุและควรคำนึงถึงข้อจำกัดด้าน ภาษาด้วย

8) แพทย์ผู้ตรวจรักษาหรือพยาบาลประจำโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้วและโรงพยาบาลหางดง อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ควรพุดจาให้ไพเราะ และใช้เวลาในการตรวจนานขึ้นเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ซักถาม

2. ด้านสุขภาพจิต การพัฒนาคุณภาพด้านจิตใจ โดยการสร้างการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุให้เกิดความสุขเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถจัดการความเครียดและความวิตกกังวล ป้องกันไม่ให้เกิดภาวะซึมเศร้า ยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุ ตระหนักถึงคุณค่าในตัวเองและกิจกรรมที่ใช้ความรู้จากปราชญ์ในชุมชนเน้นการให้ความรู้ที่มีอยู่ในชุมชน เช่น การปั้นหม้อดินเผา การทอผ้า การจักสาน การทำดอกไม้จันทน์ การส่งเสริมสนับสนุนการในชุมชน และการส่งเสริมสุขภาพจิตเป็นด้านที่ได้รับความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมที่เกี่ยวข้องของผู้สูงอายุ และกิจกรรมเกี่ยวกับการเสริมสร้างสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันเพื่อไม่ให้เกิดความวิตกกังวล ความเหงา ความโดดเดี่ยวหรือคิดน้อยใจว่าถูกทอดทิ้ง ซึ่งอาจจะจัดเป็นกิจกรรมส่งเสริมให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมดูแลรับผิดชอบผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้สูงอายุกับคนทุกวัยในชุมชน เพื่อลดปัญหาช่องว่างระหว่างวัย ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมด้านสังคมและกิจกรรมทางพุทธศาสนา เช่น การอบรมธรรมะ การเข้าวัดฟังธรรม การจัดโครงการต่างๆ เกี่ยวกับพุทธศาสนา รวมถึงการเป็นปราชญ์ชาวบ้านในการเป็นวิทยากรหรือสืบทอดองค์ความรู้ด้านขนบธรรมเนียมประเพณีท้องถิ่น ซึ่งผู้สูงอายุเป็นผู้ที่สะสมประสบการณ์ชีวิตและมีความสามารถด้านต่างๆ เพื่อสืบทอดให้กับคนรุ่นหลังได้นำไปใช้ประโยชน์ และควรส่งเสริมให้มีกิจกรรมสร้างสานสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว บุตรหลาน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาด้านจิตใจให้เกิดความรู้สึกเพลิดเพลินในวันสำคัญต่างๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่ วันสงกรานต์ การจัดแข่งขันกีฬาที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ รวมถึงการจัดกิจกรรมนันทนาการ เช่น การฟ้อนรำ การออกกำลังกาย การก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุ

3. ด้านการพัฒนาอาชีพ การนำภูมิปัญญาท้องถิ่นและการสืบสานวัฒนธรรมของชุมชนในท้องถิ่นตำบลหารแก้ว ให้เกิดการพัฒนาเป็นอาชีพผ่านการเสริมทักษะการดำรงชีวิต ทักษะอาชีพในการหารายได้ มีงานทำที่เหมาะสมกับศักยภาพ โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาระในการดูแลครอบครัว โดยส่วนใหญ่มีอาชีพทำไร่ ทำนา หรือการทำอาชีพหัตถกรรมและพบว่าผู้สูงอายุในชุมชนส่วนใหญ่มีปัญหาด้านเศรษฐกิจ ค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือนสูงขึ้น รายได้ลดลง โดยผู้สูงอายุมีความต้องการพัฒนาอาชีพ การส่งเสริมให้มีการหาตลาดรองรับสินค้าชุมชน หรือการสร้างตราสินค้าเพื่อแข่งขันในตลาด ส่งเสริมและสนับสนุนการฝึกหัดอาชีพที่เหมาะสมตามความถนัดของผู้สูงอายุ การอบรมให้ความรู้เรื่องอาชีพ การศึกษาดูงานสถานที่จริง และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นควรสนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมในการพัฒนาอาชีพให้กับผู้สูงอายุ

บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีความเข้มแข็ง โดยพบว่า เทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ให้ความสำคัญกับการดำเนินกิจกรรมผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหารแก้วเป็นอย่างมาก โดยมีกิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการดูแลผู้สูงอายุพิการ ผู้สูงอายุป่วยติดเตียง ติดบ้าน มีการจัดให้มีบุคลากรดูแลรับผิดชอบงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุโดยตรงและมีความต้องการที่จะพัฒนาให้เกิดเป็นการรวมตัวของผู้สูงอายุในชุมชนเพื่อดำเนินกิจกรรมด้านผู้สูงอายุมากขึ้น โดยปลัดเทศบาลตำบลหารแก้ว ได้ให้ความคิดเห็นว่า จะนำองค์ความรู้จากการดำเนินงานวิจัยในครั้งนี้ไปพัฒนาต่อยอดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยจะเน้นการดำเนินโครงการที่เน้นการมีส่วนร่วมของชุมชนและการพัฒนาอาชีพ การพัฒนาทักษะที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุในตำบลเพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีต่อไป รวมถึงองค์ความรู้ที่ผู้สูงอายุมีอยู่ในตนเองจะนำไปถ่ายทอดให้กับคนรุ่นหลัง

ผลการวิจัยจากขั้นตอนที่ 2) การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมด้านกิจกรรม เกิดจากกระบวนการตัดสินใจจากชุมชน และการเสนอแนะแก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นไปกำหนดเป็นยุทธศาสตร์ด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

การดำเนินการตามวัตถุประสงค์การสร้างกิจกรรมเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ การวิจัยโดยกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PAR) คณะที่มนักวิจัยได้ดำเนินการโดยทีมคณะผู้วิจัยและกลุ่มวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญในการดูแลผู้สูงอายุร่วมกับเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ นำนักกิจกรรมบำบัดมาเสริมกิจกรรมการพัฒนาด้านสุขภาพกาย การออกกำลังกายในวัยผู้สูงอายุ สุขภาพจิต ตลอดจนการให้คำปรึกษาการใช้ชีวิตในสังคมผู้สูงอายุ โดยวิทยากรคือ ดร.สุภัทร ชูประดิษฐ์ อาจารย์ประจำสาขาวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่และคุณปิยะนุช ภูมิ ชูประดิษฐ์ นักจิตวิทยาการปรึกษาและวิทยากรกระบวนการเป็นนักศึกษาสาขาวิชาการเมืองและการปกครอง โดยมีผู้สูงอายุเข้าร่วมจำนวน 42 คน โดยวิทยากรได้นำเข้าสู่บทเรียนการละลายพฤติกรรมของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และนำเข้าสู่บทเรียนดังต่อไปนี้

- การปรับตัวเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุและการใช้ชีวิตที่เหมาะสมในวัยผู้สูงอายุ
- โภชนาการที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
- การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และการจัดการอารมณ์ในวัยผู้สูงอายุ
- การพักผ่อน สันทนาการที่เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ
- การให้คำปรึกษาปัญหาด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ
- การให้คำแนะนำด้านการพัฒนาอาชีพที่เหมาะสมสำหรับวัยผู้สูงอายุ
- การรู้เท่าทันและห่างไกลโรคร้าย
- แนวทางการหลีกเลี่ยงหรือป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ
- การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อเกิดการเจ็บป่วย, ประสบอุบัติเหตุ
- ช่องทางในการการแจ้งข้อมูลขอรับการช่วยเหลือของผู้สูงอายุ

ซึ่งผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมสามารถนำความรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ ประกอบกับผู้สูงอายุมีการปรึกษาปัญหาด้านต่าง ๆ เช่น การออกกำลังกาย การใช้ชีวิตที่โดดเดี่ยวเนื่องจากบุตรหลานได้ออกไปประกอบอาชีพนอกพื้นที่ นาน ๆ ครั้งจะกลับมาเยี่ยมเยียน หรือกลับมาในช่วงเทศกาลสำคัญเช่น วันสงกรานต์ วันขึ้นปีใหม่ ฯลฯ เท่านั้น ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกโดดเดี่ยว มีความรู้สึกถูกละทิ้ง บุตรหลานไม่ใส่ใจ และมีความคิดว่าไม่มีใครรักตนเอง ซึ่งเคยมีเหตุการณ์ผู้สูงอายุในตำบลหารแก้วฆ่าตัวตายเนื่องจากถูกละทิ้ง บุตรหลานไม่ใส่ใจ ซึ่งวิทยากรได้แนะนำในเรื่องการใช้ชีวิต การให้เห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ซึ่งผู้สูงอายุในตำบลมีความสามารถในด้านงานฝีมือ เช่น การปั้นรูปเหมือน การจักสานผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่ การจ้อยขอ การประกอบอาชีพพื้นถิ่นต่าง ๆ ซึ่งเทศบาลสามารถนำองค์ความรู้ของผู้สูงอายุไปถ่ายทอดให้กับคนรุ่นถัดไปได้ จากนั้นวิทยากรกระบวนการได้นำเข้าสู่บทเรียนบูรณาการการเรียนการสอนกับงานวิจัย โดยนักศึกษาสาขาวิชาการเมืองและการปกครอง ซึ่งศึกษาในรายวิชาการเมืองการปกครองท้องถิ่นไทยในภาค

การศึกษาที่ 2/2560 จำนวน 26 คน ได้แบ่งกลุ่มออกเป็น 5 กลุ่มนำเข้าสู่บทเรียนการถ่ายทอดประสบการณ์ชีวิต เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกถึงคุณค่าที่องค์ความรู้ของตนเองสามารถถ่ายทอดให้กับเด็กและเยาวชนได้

ซึ่งกิจกรรมการถ่ายทอดองค์ความรู้จากผู้สูงอายุในครั้งนี้ ยังมีเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลธารแก้ว เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมการใช้ชีวิต การให้คำปรึกษาด้านสุขภาพและการแนะนำการรักษาโรคเบื้องต้นการปฐมพยาบาลหากเจ็บป่วยหรือประสบอุบัติเหตุ และบุคลากรของเทศบาลตำบลธารแก้ว คือ นักพัฒนาชุมชน นักวิเคราะห์นโยบายและแผน ตลอดจนปลัดเทศบาลตำบลธารแก้ว เข้าร่วมกิจกรรม โดยให้ความรู้และแนะนำแนวทางในด้านการพัฒนาอาชีพ อาชีพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เช่น จักสานผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่ การประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์ และส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการตามที่ผู้สูงอายุต้องการ เช่น กิจกรรมศึกษาดูงาน การสอนประดิษฐ์ผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้เสริม ซึ่งผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมจะได้รับเบี้ยยังชีพจากรัฐบาลเป็นประจำทุกเดือน และจากบุตรหลาน ซึ่งบางครั้งไม่เพียงพอต่อการยังชีพ จำเป็นต้องออกไปประกอบอาชีพนอกชุมชน เช่น งานรับจ้างก่อสร้าง งานรับจ้างทั่วไป ตามแต่จะมีผู้ว่าจ้าง ซึ่งผู้สูงอายุที่ต้องการให้เทศบาลตำบลธารแก้วตลอดจนหน่วยงานต่างๆ จะให้การพัฒนาและช่วยเหลือให้ผู้สูงอายุมีรายได้เพิ่มขึ้น เพื่อให้เพียงพอต่อการใช้จ่ายในการดำรงชีพและไม่ให้เป็นภาระแก่บุตรหลาน

คณะผู้วิจัยได้ให้การสนับสนุนวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิในด้านสุขภาพกายสุขภาพจิต และด้านนันทนาการการขยับร่างกาย การกำหนดลมหายใจเข้าออกให้กับผู้สูงอายุเทศบาลตำบลธารแก้ว รวมถึงวิธีปฏิบัติตนเมื่อร่างกายเกิดสภาวะเครียด ซึ่งกิจกรรมที่ได้ดำเนินการสามารถดำเนินการได้ตรงกับความต้องการของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมด้านร่างกายและด้านจิตใจ

บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการจัดการการเรียนรู้ และภารกิจสัมพันธ์ระหว่างเทศบาลตำบลธารแก้ว กับหน่วยงานเจ้าภาพหลักต้องมีการประสานความร่วมมือเพื่อให้การดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งเทศบาลตำบลธารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ในฐานะเป็นหน่วยงานของรัฐในระดับท้องถิ่นได้เข้ามามีบทบาทอย่างยิ่งในการสนับสนุนการดำเนินการด้านโครงสร้างพื้นฐาน และการเสริมสร้างศักยภาพแก่ภารกิจด้านผู้สูงอายุ เนื่องด้วยเทศบาลตำบลธารแก้ว ได้ตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับกิจการของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง เป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีความเข้มแข็ง การได้รับการสนับสนุนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและหน่วยงานภาคีในพื้นที่ ไม่ว่าจะเป็น สำนักงานเกษตร สำนักงานพัฒนาชุมชน ศูนย์การศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) ล้วนเป็นปัจจัยแห่งความสำเร็จในการดำเนินกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมในชุมชนเป็นอย่างมาก

สรุป และอภิปรายผล

การสรุป และอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1) การศึกษาสภาพบริบทของชุมชนทางด้านกายภาพและความต้องการของผู้สูงอายุ สามารถสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอดง จังหวัดเชียงใหม่ มีจำนวนมากถึงร้อยละ 23.24 ซึ่งทำให้เทศบาลตำบลหารแก้วเริ่มเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มตัว พื้นที่ในเขตเทศบาลมีลักษณะกึ่งเมืองกึ่งชนบท โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม รับจ้างทั่วไป มีกลุ่มอาชีพเช่น กลุ่มจักรยาน กลุ่มปั่นหม้อดินเผาโบราณ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาระในการเลี้ยงดูครอบครัว ประสบปัญหาด้านเศรษฐกิจ ภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มมากขึ้นในขณะที่รายรับคงเดิมหรือลดลงหากไม่สามารถประกอบอาชีพได้เนื่องจากเจ็บป่วยหรือร่างกายไม่เอื้ออำนวย นอกจากนั้นยังมีผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพ ผู้ป่วยติดเตียง และผู้สูงอายุพิการ ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีภาวะซึมเศร้า เนื่องจากไม่ได้รับการดูแลจากบุตรหลาน ผู้สูงอายุบางรายพักอาศัยเพียงลำพัง ดังนั้น รูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลตำบลหารแก้ว สามารถสรุปเป็นโมเดล (Model) โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมตั้งแต่การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การวิเคราะห์บริบทชุมชน การนำเสนอข้อมูลต่อเวทีชุมชนเพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น โดยเน้นรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย,ด้านจิตใจและด้านการพัฒนาอาชีพ

ด้านร่างกาย พบว่าส่วนมากผู้สูงอายุไม่ค่อยมีความรู้ในเรื่องการดูแลสุขภาพ เพราะส่วนใหญ่ได้รับการศึกษาน้อย ทั้งยังไม่เชื่อและปฏิบัติตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ โดยมีความเชื่อมั่นตามแนวทางของตนเองหรือทางไสยศาสตร์และมั่นใจในตนเองมากกว่าที่จะทำตามคำแนะนำของบุคลากรทางการแพทย์ ซึ่งสอดคล้องกับงานของสุทธิชัย จิตะพันธุ์กุล (2543) พบว่า ปัญหาในด้านร่างกายของผู้สูงอายุที่เกิดจากความผิดปกติของร่างกายนั้นสืบเนื่องจากเมื่อมีอายุมากขึ้นและขาดความรู้ในการดูแลสุขภาพจนกลายเป็นปัญหาที่ก่อให้เกิดโรคเรื้อรัง ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเกี่ยวกับกระดูกและข้อนอกจากนี้โรคเรื้อรังต่างๆ คือ โรคเบาหวาน โรคสมองเสื่อมเป็นโรคที่เป็นปัญหาสำคัญในผู้สูงอายุไทย โดยพบว่าเป็นปัญหาในเขตเมืองมากกว่าเขตชนบทโดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานคร ปัญหาการกลืนปัสสาวะไม่ได้ การหกล้ม และโรคซึมเศร้าเป็นปัญหาที่พบบ่อยและมีความสำคัญเช่นเดียวกันทั้งต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตผู้สูงอายุ มีโรคหรือปัญหาสุขภาพมากกว่า 2 ชนิดขึ้นไป มีโรคที่ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติกิจที่เคยและควรจะทำได้ (ทุพพลภาพระยะยาว) และต้องพึ่งพาผู้อื่นในการดูแลกิจส่วนตัว เช่น การอาบน้ำ การสวมเสื้อผ้า หรือการรับประทานอาการ ซึ่งนับได้ว่าเป็นโรคที่เป็นปัญหาสำคัญในผู้สูงอายุไทย นอกจากนั้นยังพบว่าผู้สูงอายุเป็นโรคเรื้อรัง ความดันโลหิตสูงและเบาหวาน ซึ่งผู้สูงอายุและผู้ดูแลรับรู้ถึงโรคและภาวะแทรกซ้อนของโรคเป็นอย่างดี ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุดูแลตนเองได้น้อยลง มีปัญหาอุปสรรคในการเดินทางออกนอกบ้านเพียงลำพัง และบางครั้งหลงลืมไม่รับประทานยาสม่ำเสมอตามที่แพทย์สั่งรวมถึงพฤติกรรมในการรับประทานอาหารซึ่งบางครั้งรับประทานอาหารที่แพทย์สั่งห้ามเนื่องจากมีผลต่อโรคที่เป็นอยู่ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของเพลินพิศ ฐานิวัฒนานนท์และคณะ (2543) ที่พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รับรู้ภาวะสุขภาพของตนเอง โดยผู้ที่มีปัญหาสุขภาพเรื้อรังจะมีความสามารถในการทำงานและช่วยเหลือตนเองลดลง และมีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์ เช่น การออกกำลังกาย และการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เป็นต้น

ด้านจิตใจ จากการศึกษากลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้สูงอายุมีความวิตกกังวลทุกชั่วครั้งชั่วครู่ในบุตรหลานกลัวจะถูกทอดทิ้ง กังวลว่าจะไม่มีคนดูแล ตลอดจนถึงมีความรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวหมดกำลังใจหรือเศร้าใจบ่อย ทั้งนี้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับปัจจัยแวดล้อม เช่น การที่ผู้สูงอายุได้รับความเคารพนับถือและเชื่อฟังของบุตรหลาน การได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน ซึ่งสอดคล้องกับงานของพัชรีย์ เขียวสะอาด (2549) และวิลาวัลย์ ต่อปัญญา (2547) ซึ่งพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีกังวลใจ มีอารมณ์กังวลง่ายและกลัวในสิ่งที่ไม่เคยกลัวมาก่อน มีอาการหลงลืมรวมถึงกลัวถูกทอดทิ้งและกลัวความตาย นอกจากนี้ยังรู้สึกหงอยเหงาเป็นนิมิตใจน้อยและสะเทือนใจง่าย บางคนกลายเป็นคนหงุดหงิดโมโหง่าย ขอบแยกตัว บางคนก็มีอารมณ์เศร้า ต้องการตายเร็วหรืออยากฆ่าตัวตาย

ด้านการพัฒนาอาชีพ การนำภูมิปัญญาท้องถิ่นและการสืบสานวัฒนธรรมของชุมชนในท้องถิ่น ตำบลหารแก้ว ให้เกิดการพัฒนาเป็นอาชีพผ่านการเสริมทักษะการดำรงชีวิต ทักษะอาชีพในการหารายได้ มีงานทำที่เหมาะสมกับศักยภาพ การส่งเสริมให้มีการตลาดรองรับสินค้าชุมชน หรือการสร้างตลาดสินค้าเพื่อแข่งขันในตลาดสินค้า ส่งเสริมและสนับสนุนการฝึกหัดอาชีพที่เหมาะสมตามความถนัดของผู้สูงอายุ ซึ่งแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (2560 – 2564) ได้กำหนดยุทธศาสตร์ด้านการสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ โดยมีเป้าหมายให้คนในสังคมทุกช่วงวัยมีทักษะ ความรู้ และความสามารถเพิ่มขึ้น ซึ่งให้มีการยกระดับคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต และปรับปรุงแหล่งเรียนรู้ในชุมชนให้เป็นแหล่งเรียนรู้เชิงสร้างสรรค์ และมีชีวิต อาทิ พิพิธภัณฑ์ ห้องสมุด โบราณสถาน อุทยานประวัติศาสตร์ โรงเรียนผู้สูงอายุ รวมทั้งส่งเสริมให้มีระบบการจัดการความรู้ที่เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่น (แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12)

การสรุป และอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2) การเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุและนำไปสู่แนวทางการพัฒนาและส่งเสริมด้านกิจกรรมผู้สูงอายุในชุมชนของเทศบาลตำบลหารแก้ว พบว่า บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการจัดการการเรียนรู้ และภารกิจสัมพันธ์ระหว่างเทศบาลตำบลหารแก้ว กับหน่วยงานเจ้าภาพหลักต้องมีการประสานความร่วมมือเพื่อให้การดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ในฐานะเป็นหน่วยงานของรัฐในระดับท้องถิ่น ได้เข้ามามีบทบาทอย่างยิ่งในการดำเนินการสนับสนุนการดำเนินการด้านโครงสร้างพื้นฐาน และการเสริมสร้างศักยภาพแก่ภารกิจด้านผู้สูงอายุ เนื่องด้วยเทศบาลตำบลหารแก้ว ได้ตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับกิจการของผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับงานของชวกร ชมพุดา (2555) ที่ได้ศึกษาเรื่อง นโยบายสร้างหลักประกันรายได้ผู้สูงอายุกับคุณภาพชีวิตของคนในเขตเทศบาลตำบลบ้านกลาง อำเภอสันป่าตอง จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งผลการวิจัยด้านรายได้ พบว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการให้เทศบาลตำบลบ้านกลางจัดหาอาชีพให้เหมาะสมกับความต้องการและความถนัดของผู้สูงอายุ เช่นเดียวกันกับการศึกษาการขยายผลโครงการอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านของตำบลสระคู จังหวัดร้อยเอ็ด ที่ประสบผลสำเร็จ โดยที่โครงการสามารถดำเนินการต่อเนื่องได้ พบว่ามาจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามามีส่วนร่วม และสนับสนุน งบประมาณในการดำเนินงาน และค่าตอบแทนต่างๆ สำหรับผู้ปฏิบัติงานเพื่อดูแลผู้สูงอายุในชุมชน (สำนักงานส่งเสริมและฝึกอบรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2549) ซึ่งผู้สูงอายุจะขอความช่วยเหลือ เทศบาลจะเป็นหน่วยงานแรกที่จะขอความช่วยเหลือ ซึ่งจะทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้สูงอายุที่มีศักยภาพเพื่อให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาไปสู่การมีชีวิตบนพื้นฐานของ

ผู้สูงอายุที่มีคุณค่า ความต้องการของผู้สูงอายุจากหลักสูตรผู้สูงอายุดังกล่าวสามารถทำให้ผู้สูงอายุเกิดศักยภาพในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม และเกิดความตระหนักถึงคุณค่าของตนเองสามารถแสดงศักยภาพได้อย่างเต็มที่ สังคมยอมรับและเป็นประชากรในวันที่มีคุณภาพ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2559 และณัฐจิรา เทวเลิศสกุล และคณะ, 2559)

ข้อเสนอแนะ

ข้อมูลจากการดำเนินการวิจัยพบว่าผู้สูงอายุยังมีความต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ โดยจากผลการศึกษา ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหารแก้ว อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ ดังนี้

1. จัดให้สนามกีฬา สถานที่ออกกำลังกาย ลานกิจกรรม อุปกรณ์กีฬาที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ และบุคลากรในการแนะนำการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ในทุกหมู่บ้าน โดยใช้ชุมชนเป็นฐานโดยเทศบาลตำบลหารแก้วเป็นหน่วยงานรับผิดชอบหลัก

2. จัดให้มีโครงการตรวจเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการตรวจสุขภาพเชิงรุก และจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปี โดยเป็นการตรวจสุขภาพทั่วไป และเป็นการตรวจคัดกรองโรค โดยบูรณาการกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่นโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลหารแก้ว

3. ก่อตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ หรือจัดทะเบียนกลุ่มองค์กรชุมชน เพื่อให้สามารถขอสนับสนุนงบประมาณจากหน่วยงานภาครัฐได้ ตามพระราชบัญญัติสภาองค์กรชุมชน เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้ต่าง ๆ สู่ชุมชน เช่น การสอนจักสานผลิตภัณฑ์จากไม้ไผ่ การปั้นเครื่องปั้นดินเผา แกะเยวชนหรือประชาชนทั่วไป

4. เทศบาลตำบลหารแก้วเป็นหน่วยงานรับผิดชอบหลัก ในการจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุระดับหมู่บ้านหรือตำบล และจัดให้มีการทบทวนแผนอยู่เป็นประจำทุกปี

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการถอดบทเรียนการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุร่วมกับชุมชน เพื่อให้เกิดรูปแบบของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่หลากหลาย และควรเผยแพร่ที่เป็นตัวอย่างที่ดี (Best Practices) นำไปสู่การขยายผลและปรับใช้ในพื้นที่ต่างๆ ภายใต้บริบทที่คล้ายคลึงกัน

2. การวิจัยด้านผู้สูงอายุในอนาคต ควรต้องเป็นการวิจัยในลักษณะสหสาขาวิชาบูรณาการศาสตร์ต่างๆ เข้าด้วยกัน เพราะประเด็นเกี่ยวกับผู้สูงอายุมีความหลากหลาย เพื่อให้การศึกษาครอบคลุมและมีคุณภาพ

3. การศึกษาวิจัยที่นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตในช่วงสูงวัย โดยศึกษาการเตรียมความพร้อมในกลุ่มวัยอื่นๆ เช่น วัยเด็ก วันแรงงาน วัยเตรียมสูงอายุ เป็นต้น

4. ในอนาคตผู้สูงอายุจะอยู่เดี่ยวนมากขึ้น เพราะครอบครัวเล็กลง การศึกษาแนวทางสร้างหลักประกันในชีวิตเมื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุจึงมีความจำเป็น เพราะยังมีผู้สูงอายุอีกมากที่ไม่มีหลักประกันเมื่อสูงอายุ มีเพียงเบี้ยผู้สูงอายุที่จำนวนน้อยและยังไม่สามารถเป็นหลักประกันในชีวิตได้อย่างมั่นคง

References

- Anegasukha,S. (2005) . rūpbāep kām damrong chīwit khōng phū sūng wai ‘āyū koēn nungroī pī chāngwat Chon Burī. [The way of life of the over 100 years elderly in Chonburi Province]. College of Population Studies, Bangkok:Chulalongkorn University.
- Chumphon,N. (2007). kāmwichai choēng khunnaphāp nai thāng ratthasāt lāe ratthaprasāsanasāt . [Qualitative research in political science & public administration]. Bangkok:Chulalongkorn University.
- Chompookom,C.(2012). nayōbāi sāng lakprakan raīdai phū sūng‘āyū kap khunnaphāp chīwit phū sūng‘āyū nai khēt thēsaban tāmbon bānklāng ‘amphōe san pā tōng chāngwat Chāng Mai. [The Elderly income insurance policy and the quality of life of the elderly in Ban Klang Tambon Municipality, San Pha Tong District, Chiang Mai Province]. Master of Public Administration. Chiang Mai University.
- Campbell, R. F. (1976). **Administration Behavior in Education**. New York: McGraw – Hill.
- Department of Older Persons. (2016). khūmū rōngriān phū sūng‘āyū .[Elderly school guide]. Retrieved on 18 January 2018. from <http://www.dop.go.th/th/know/5/24>.
- Devalersakul,N. (2016). nāethāng kāmphatthana phū sūng‘āyū chāk phāra hai pen phalang kōrānī suksā thēsaban nakhōn Rangsit . [The Development of the Elderly as a Burden to Power: Case Study of Rangsit City Municipality] Veridian E-Journal, Silpakorn University. Thai version Social science and art , 9,1 (January – April): 529 – 544.
- Extension and Training Office Kasetsart University.(2006). kānsuksā kāmnamnōen ngān khayāi phon khōngkān ‘āsāsamak dūlāe phū sūng‘āyū thī bān. [The study of the implementation of the expansion project for elderly care volunteers at home]. Kasetsart University.
- Jitapunkul,S. (2000). sathanakhōngprachākōnsūng‘āyūThai nai patchuban lāe kāmnamnōen kām tāng tāng khōng prathēt Thai. [Status of the current Thai elderly population and various actions of Thailand]. Bangkok:Chulalongkorn University.
- Khuea Saad,P. (2006). panhā lāe khwāmtoṅkān dān songsoēm sukkhaphāp lāe sangkhom khōng phū sūng‘āyū nai khēt thēsaban mūang sī rāchā chāngwat Chon Burī. [Problems and needs for health promotion And the society of the elderly in the area Sriracha Municipality Chonburi province]. Master of Public Administration Thesis :Burapha University.

- Mahidol University Institute for Population and Social Research (IPSR). (2009). sathanākān phū sūng'āyū Thai Phō.Sō. sōngphanhārōjāsīpkāo. [The situation of Thai elderly in 2016]. Nakhon Pathom: Printery Co.,Ltd.
- Office of the National Economic and Social Development Council. (2018). phāēn phatthana sēthakit læ sangkhom hāēng chāt chabap thī sipsōng.[The Twelfth National Economic and Social Development Plan (2017-2021)]. Retrieved on 28 June 2018. from http://www.nesdb.go.th/ewt_dl_link.php?nid=6422
- Siriboon,S. (2000) . kāntōpsanōng tō panhā læ khwāmtoṅkān khōng phū sūng'āyū : suksā kōrānī tuāyāng kānchat tang sūn bōrīkān thāng sangkhom samrap phū sūng'āyū . [Responding to the problems and needs of the elderly: a case study of the establishment of a social service center for the elderly]. College of Population Studies, Bangkok:Chulalongkorn University.
- Royal Institute.(1996). Photchana nok rom chabap rāchabanthittayasathan Phō.Sō. sōngphanhārōjāsāmsīpkāo. [Department of the Royal Institute, 1996]. Bangkok:. Alphabet Charoenrat .
- Thaniwattananon,P.(2000). rūpbāp kān songsoēm sukkhaphāp læ kānhai kāndulāe phū sūng'āyū phāitai nguānkhai kānmī sūanrūām khōng chumchon læ trong kap khwāmtoṅkān khōng phū sūng'āyū : kōrānī suksā nai chāngwat song khla. [Health promotion model And providing care for the elderly under the conditions of participation Of the community and the needs of the elderly: a case study in Songkhla Province]. Faculty of Nursing Prince of Songkla University.
- Topanya,W. (2004). panhā læ khwāmtoṅkān dān kitchakam songsoēm sukkhaphāp læ sangkhom khōng phū sūng'āyū nai chomrom phū sūng'āyū chāngwat lam pāng. [Problems and needs for health and social promotion activities of Elderly in the elderly club in Lampang Province. Lampang: Boromarajonani]. College of Nursing, Lampang Province.
- Sueluerm, K.(2009). 'ongkōn pokkhōng sūan thōngthin kap kānkam kap dulāe læ hai khwām chuāilūākāephūsūng'āyū..[ExceptionCouldn'tresolvehost'datamarket.accesscontrol.windows.net']. Nakhon Pathom:Asean Institute for Health Development.

- Wongprom,J.(2015) . kāmī sūanruām khōng chumchon phūa phatthana khunnaphāp chiwit phū sūng wai .[Community Participation in the development of Older Persons' Quality of Life]. Veridian E-Journal, Silpakorn University. Thai version Social science and art , 8,3 (September – December): 41 – 54.
- Yingratanasuk,T. (2015) . kāmphatthana kām rianrū lāe ‘āchīp khōng phū sūng‘āyu : kānthotsōp rūpbāep kām rianrū khōng phū sūng‘āyu phūa songsoēm phāwa phrut phalang . [Learning and career development of the elderly: testing of learning styles of the elderly to promote the condition of power]. Burapha university, Chonburi.