

การพัฒนารูปแบบเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย*

ดวงกมล ภูวนาล¹ พัทธรินทร์ ลิขสุนทร²

เสรี พงศ์พิศ³ ศุภสิทธิ์ พรธรรมาโรจน์⁴

¹ กลุ่มงานสุขศึกษา โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ² คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

³ ผู้อำนวยการสถาบันการเรียนรู้เพื่อปวงชน ⁴ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

บทคัดย่อ

การวิจัยและพัฒนานี้เป็นการพัฒนารูปแบบ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ประกอบ คุณลักษณะ การพัฒนารูปแบบ และแนวทางการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย โดยประยุกต์เทคนิคการวิจัยแบบผสมผสาน ประกอบด้วย 1) การวิจัยเอกสาร 2) การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ได้แก่ ประชาพิชญ Soft Systems Method และแผนที่ผลลัพธ์ และ 3) การวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาประกอบด้วย ผู้สูงอายุ ครอบครัวผู้สูงอายุ ตัวแทนครัวเรือน ผู้แทนหน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย ประกอบด้วย 1) ด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ที่อยู่อาศัย และสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะ 2) ด้านสังคม ได้แก่ ด้านสิทธิของผู้สูงอายุ/สิทธิการเป็นพลเมือง ด้านการมีส่วนร่วมในการพัฒนาตามระบอบประชาธิปไตย ด้านเศรษฐกิจ ด้านบริการสุขภาพ ด้านบริการสาธารณะ ด้านการออกแบบแนวนโยบายสำหรับผู้สูงอายุ ด้านความปลอดภัย ด้านการสนับสนุนทางสังคม และด้านการเป็นสมาชิกกลุ่ม/ชมรม/เครือข่าย ส่วนคุณลักษณะการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายคือ การมีกิจกรรมทางสังคม อาทิ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การร่วมกำหนดวิสัยทัศน์และค่านิยมร่วมกัน การสร้างสำนึกทางสังคมและประวัติศาสตร์ ความปลอดภัย และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข โดยคนในชุมชนมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน/กิจกรรมการพัฒนารูปแบบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายประกอบด้วย 5 กระบวนการ 1) กระบวนการระบุพื้นที่เป้าหมาย 2) กระบวนการสร้างสำนึกทางประวัติศาสตร์ 3) กระบวนการพัฒนาการมีส่วนร่วม 4) กระบวนการสร้างจินตนาการทางสังคมวิทยา และ 5) กระบวนการตรวจสอบความถูกต้อง

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ สำหรับชุมชนควรนำกระบวนการประชาพิชญมาใช้ในการศึกษา ประวัติศาสตร์ และบริบทชุมชน เพื่อช่วยให้ชุมชนรู้จักตนเอง เกิดความภูมิใจ เชื่อมมั่นในตนเอง และควรกระตุ้นให้เกิดสำนึกทางประวัติศาสตร์อย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง สำหรับหน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้อง ควรเปิดโอกาสให้ประชาชนมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนเพื่อช่วยให้ชุมชนแก้ปัญหา และพึ่งตนเองได้อย่างแท้จริง ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ประเด็นผู้สูงอายุควรเป็นประเด็นเชิงนโยบายลำดับต้น ๆ โดยบูรณาการกระบวนการทำงานเชิงรุก ผสมผสาน ระหว่างการปฏิบัติระดับบุคคลกับโครงสร้างของภาคสุขภาพ การศึกษา เศรษฐกิจ และสังคม

คำสำคัญ: เมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย การพัฒนารูปแบบ

Corresponding author: นางดวงกมล ภูวนาล, กลุ่มงานสุขศึกษา โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ โทรศัพท์ 055-410-164

* วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

Email: duang66@hotmail.com

A Development of Healthy Ageing City Model*

Duangkamol Poonual¹Patcharin Sirasoonthorn²

Seri Phongphit³Supasit Puanarunuthai⁴

¹ Health Education Group, Uttaradit Hospital ² Faculty of Social Science, Naresuan University

³ Director, Learning Institute for Everyone ⁴ Faculty of Medicine, Naresuan University

ABSTRACT

This research and development is a model development activity applying multi-methodology approach to study the elements, qualities, and the means of a ‘Healthy Ageing City’. The multi-methods include: 1) documentary research 2) participatory action research and 3) qualitative research. The subjects include senior respondents, older relatives, household, government and NGO agencies. These include institutions such as government/private organizations, local administration and the other organizations pertaining to the elderly. Data analysis was done by computing frequencies, percentages, means and content analysis.

Results show that the elements of Healthy Ageing City include: 1) Environmental aspects composed of residence and public facilities; 2) Social aspects composed of the elderly rights/citizens rights, the participation of democratic development, economic, health service, public service, designing policy for the elderly, safety, social support, and membership in groups/clubs/networks. The qualities of a Healthy Ageing City include knowledge sharing, sharing vision and values, creating social and historical consciousness, community participation, a safe community and coexisting happily. The Healthy Ageing City Model is composed of five process: 1) Identifying the target area; 2) Creating history realization; 3) promoting participation; 4) Creating Sociological Imagination; and 5) Investigating validity.

The recommendations for practice include the concept that the community should apply ‘People Research and Development’ for community members to study history and community context. This will help them understand themselves, feel proud and have historical identity. The community should also encourage people to have history realization. In addition, the involved organizations should offer opportunity for involving actors and organizations to participate in every development process. These include thinking, deciding, planning, managing, evaluation, solution development and having self-reliance. Furthermore the connectivity between practices and structure should be created by introducing involved sectors to exchange learning and solve the problems to develop quality of life. To achieve these goals the system needs to be more pro-active. The various systems including health, education, economic and social sectors need to be closely and continually connected.

KEY WORDS: HEALTHY AGEING CITY, MODEL DEVELOPMENT

Corresponding author: Mrs. Duangkamol Poonual, Health Education Group, Uttaradit Hospital

โทรศัพท์ 055-410-164 Email: duang66@hotmail.com

* Thesis of Ph.D. in Social Development, Faculty of Social science, Naresuan University

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปได้เพิ่มขึ้นในทุกเมืองทั่วโลก จากข้อมูลประชากรผู้สูงอายุทั่วโลก ขององค์การสหประชาชาติ พบว่า ในปี พ.ศ.2549 ผู้สูงอายุมีจำนวนถึง 688 ล้านคนหรือคิดเป็นร้อยละ 11 ของประชากรโลก แต่ในปี พ.ศ.2593 คาดว่า จะเพิ่มขึ้นเป็นสามเท่าหรือ ประมาณ 2,000 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 22¹ สังคมไทยเป็นสังคมหนึ่งที่เข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว ในปีพ.ศ.2550 ประเทศไทยมีประชากรผู้สูงอายุอยู่ประมาณ 7 ล้านคนของพลเมืองทั้งประเทศ คาดว่าในปี พ.ศ. 2563 ผู้สูงอายุจะเพิ่มจำนวนเป็น 11 ล้านคน หรือเท่ากับร้อยละ 17 ของคนไทยทั้งประเทศ²

จังหวัดอุดรธานีอยู่ในเขตภาคเหนือตอนล่าง มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปี จากร้อยละ 11.9 ในปี พ.ศ. 2546 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 12.8 ในปี พ.ศ. 2549 และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 13.8 ในปี พ.ศ. 2552 การศึกษาข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับปัญหาความต้องการ และองค์ประกอบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายในจังหวัดอุดรธานี พบว่า ปัญหาของผู้สูงอายุ ได้แก่ 1) ปัญหาสุขภาพ สุขภาพกาย

ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง ภาวะไขมันในเลือดสูง โรคหัวใจ โรคกระดูกและข้อ และโรคเบาหวาน สุขภาพจิต ได้แก่ วิตกกังวล/เครียด เนื่องจากขาดการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลในครอบครัวและสังคม ขาดความเคารพนับถือ และมองไม่เห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ 2) ปัญหาเศรษฐกิจ ได้แก่ มีหนี้สิน และบางรายยังต้องรับภาระเลี้ยงดูลูกหลาน และ 3) ปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัยไม่เหมาะสม ด้านความต้องการของผู้สูงอายุ ได้แก่ 1) มีครอบครัวที่อบอุ่น ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน 2) มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ 3) ต้องการเพื่อน เช่น เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน 4) สังคมเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีโอกาสแสดงความคิดเห็น แสดงความสามารถ และถ่ายทอดประสบการณ์ 5) มีเงิน ไม่มีหนี้สิน 6) ลูกหลานมีอาชีพมั่นคง และ 7) มีที่อยู่อาศัยมั่นคงถาวร³⁻⁵

สำหรับองค์ประกอบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย ได้แก่ 1) ระดับบุคคลคือผู้สูงอายุมีสุขภาพกายที่แข็งแรง ช่วยเหลือตนเองได้ในชีวิตประจำวัน สามารถดูแลและพึ่งพาตนเองได้เมื่อเจ็บป่วย อยู่กับโรคโดยไม่ทุกข์ มีงาน มีรายได้ 2) ระดับ

ครอบครัว ได้แก่ ครอบครัวอบอุ่น การดูแลพบปะสังสรรค์ เข้าร่วมกิจกรรมของครอบครัว/ชุมชน และ 3) ระดับชุมชน/ภาครัฐ มีการรวมกลุ่ม/ชมรมในชุมชน ปรับสิ่งแวดล้อมได้แก่ ทางเดิน การจราจร ไม่มีมลพิษ/อยู่ในระดับที่ปลอดภัย ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน การให้บริการตามบ้านในด้านสุขภาพและการดำเนินชีวิตประจำวัน มีศูนย์ดูแลผู้สูงอายุกลางวัน มีบ้านพักผู้สูงอายุที่ป่วยด้วยโรคเรื้อรัง⁵

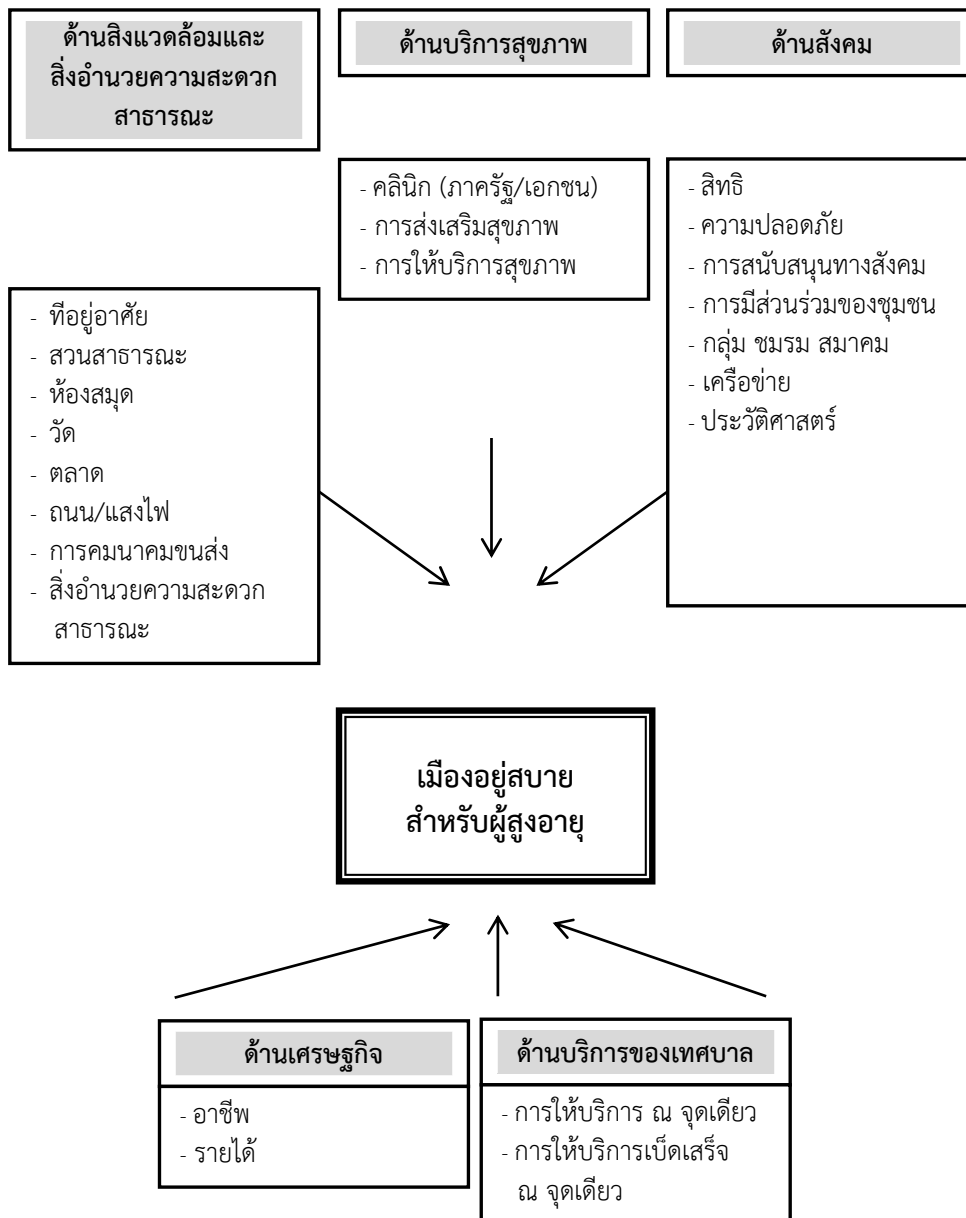
จากข้อเท็จจริงดังกล่าว สะท้อนให้เห็นถึงปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุที่ยังไม่ได้รับการตอบสนอง และหากพิจารณาถึงแนวโน้มของการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรของจังหวัดอุดรธานี ในอนาคตก็คาดว่าจะได้ว่าสภาพปัญหาจะทวีความรุนแรงขึ้นและกลายเป็นอุปสรรคสำคัญของการพัฒนา ดังนั้นผู้วิจัยเกิดความสนใจที่จะศึกษารูปแบบการพัฒนาเมืองให้เป็นเมืองที่ผู้สูงอายุอยู่

เอาใจใส่จากลูกหลานและสังคม มีเพื่อนแล้วสบาย โดยนำแนวคิดกระบวนการเป็นเมือง แนวคิดเมืองน่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุ แนวคิดทฤษฎีสังคมวิทยาผู้สูงอายุ และแนวคิดผู้แสดงทางสังคมมาประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเกิดความสนใจที่จะศึกษารูปแบบการพัฒนาเมืองให้เป็นเมืองที่ผู้สูงอายุอยู่แล้วสบาย โดยนำแนวคิดกระบวนการเป็นเมือง แนวคิดเมืองน่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุ แนวคิดทฤษฎีสังคมวิทยาผู้สูงอายุ และแนวคิดผู้แสดงทางสังคมมาประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาองค์ประกอบคุณลักษณะ และแนวทางการพัฒนาการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย
2. เพื่อพัฒนารูปแบบเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายที่สอดคล้องกับความต้องการสภาพปัญหา และบริบททางสังคมวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีการดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) โดยประยุกต์รูปแบบและเทคนิคการวิจัยแบบผสมผสาน (Multi methodological Method) ประกอบด้วย 1) การวิจัยเอกสาร (Documentary Research) 2) การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

ด้านนโยบายและแผน
- วิสัยทัศน์ เป้าหมาย - ยุทธศาสตร์ - แผน - โครงการ/กิจกรรม

ได้แก่ ประชาพิจัย (People Research and Development-PR&D) Soft Systems Method และ แผนที่ผลลัพธ์ (Outcome Mapping) และ 3) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ได้แก่ การสังเกต และการสัมภาษณ์เชิงลึก

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ครั้วเรือนในชุมชนท่าอิฐล่าง ชุมชนท่าอิฐล่างมี 202 หลังคาเรือน 248 ครั้วเรือน วิธีการเลือก ตัวอย่าง โดยเลือก ครั้วเรือนที่สมัครใจตอบแบบสัมภาษณ์ จำนวน 120 ครั้วเรือน คิดเป็นร้อยละ 50 ของครั้วเรือนทั้งหมด

2. ผู้สูงอายุ โดยการศึกษาวิถีชีวิต เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงจากกลุ่มอายุเป็นหลัก แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ อายุระหว่าง 60-74 ปี และอายุ 75 ปีขึ้นไป และเลือกจากอาชีพ คือ ผู้สูงอายุที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ ผู้สูงอายุที่ทำการเกษตร ผู้สูงอายุที่เป็นข้าราชการบำนาญ จำนวน 17 คน หลังจากนั้นศึกษาองค์ประกอบคุณลักษณะ และแนวทางการเป็นเมือง ผู้สูงอายุอยู่สบาย เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงเฉพาะตามกลุ่มอายุ อาชีพ และภาวะเศรษฐกิจ จำนวน 34 คน โดยใช้กลุ่มอายุเป็นหลัก แบ่งเป็นกลุ่มเตรียมสุวัย ผู้สูงอายุ (อายุระหว่าง 45-59 ปี) จำนวน 11 คน กลุ่มผู้สูงอายุวัยต้น (อายุ 60-74 ปี) จำนวน 12 คน และกลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย (อายุ 75 ปีขึ้นไป) จำนวน 11 คน

3. ครอบครัวผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่าง เลือกแบบเจาะจงจากครอบครัวที่มีผู้สูงอายุ อายุ 70 ปีขึ้นไป จำนวน 12 ครอบครัว แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มคือ 1) ครอบครัวที่ผู้สูงอายุ มีบทบาทร่วมกิจกรรมของชุมชน 2) ครอบครัวที่ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพที่ต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด 3) ครอบครัวที่ผู้สูงอายุที่มีฐานะยากจน

4. ผู้แทนของหน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย องค์กรภาครัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

องค์กรเอกชน องค์กรภาคประชาชน
องค์กรอื่นๆ ที่ดำเนินงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
จำนวน 25 คน

ขั้นตอนการวิจัย แบ่งออกเป็น 3
ขั้นตอน มีรายละเอียดดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ทบทวนวรรณกรรม
เป็นการวิพากษ์เอกสาร และงานวิจัยที่มี
อยู่หรือที่สามารถเข้าถึงได้ โดยเก็บ
รวบรวมข้อมูล สำนวณสภาพความเป็นจริง
ของเหตุการณ์ทั้งในอดีตและปัจจุบัน
วิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสารสิ่งพิมพ์
รวมทั้งข้อมูลในรูปแบบต่างๆ ที่มีบุคคลอื่น
ได้บันทึกหรือตีพิมพ์เผยแพร่ ผู้วิจัยได้
กรอบแนวคิดเชิงทฤษฎี (Theoretical
Framework) และพัฒนาเป็นกรอบแนวคิด
ในการวิจัย (Research Conceptual
Framework)

**ขั้นตอนที่ 2 พัฒนารูปแบบการ
เป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย**

การพัฒนารูปแบบการเป็นเมือง
ผู้สูงอายุอยู่สบาย ประกอบด้วย 4
กระบวนการ คือ

**1. ศึกษาบริบททางสังคม
เศรษฐกิจ ประวัติศาสตร์** ด้วยการวิจัยเชิง
ปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม และการประชา
พิชญ์ กิจกรรมประกอบด้วย การให้ข้อมูล
ความรู้เกี่ยวกับประชาพิชญ์ โดยจัดประชุม

วิชาการแก่คณะทำงานประชาพิชญ์ และ
แกนนำชุมชนทำอิฐล่อง เก็บรวบรวมข้อมูล
เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ บริบททางสังคม
วัฒนธรรม เศรษฐกิจ โดยคณะทำงานประชา
พิชญ์ของชุมชนทำอิฐล่อง จำนวน 15 คน ใช้
แบบสัมภาษณ์เพื่อสืบค้นข้อมูลครัวเรือน
ประวัติความเป็นมา สุขภาพของคนใน
ชุมชนและผู้สูงอายุ และให้ตัวแทน
ครัวเรือนบันทึกรายจ่ายครัวเรือนในช่วง
1 เดือน พร้อมทั้งจัดแลกเปลี่ยนเรียนรู้
เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ชุมชน และศึภย-
ภาพชุมชน โดยมีผู้สูงอายุเล่าประวัติชุมชน
วิถีชีวิตของคนในอดีต ประเพณี วัฒน-
ธรรม ความสามารถของผู้สูงอายุและคน
ในชุมชน

**2. ศึภษาองค์ประกอบ
คุณลักษณะของเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย**
ด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative
Research) ใช้ Soft Systems Method
โดยสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุ ด้วยแบบ
สัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง ศึกษาการดูแลและ
สนับสนุนของครอบครัวผู้สูงอายุ โดยแบบ
สัมภาษณ์สภาพปัญหาและความต้องการ
ของผู้สูงอายุ และศึภษาสภาพแวดล้อม
และสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะใน
เขตเทศบาลเมืองอุดรดิตถ์ ด้วยแบบบันทึก
การสังเกตสภาพแวดล้อม และสิ่งอำนวยความสะดวก
ในอาคาร สำหรับผู้พิการหรือ

ทุพพลภาพ และคนชรา (ตามกฎหมายกระทรวง พ.ศ. 2548)

3. ระบุหน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้อง ข้อ/ผู้แสดงทางสังคม

3.1 สัมภาษณ์เชิงลึกผู้แทนของ หน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ด้วยแบบสัมภาษณ์ผู้บริหาร/นักพัฒนา/ ผู้เชี่ยวชาญ องค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชนจังหวัดอุดรดิตถ์

3.2 การประชุมเพื่อระบุหน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้อง ผู้แสดงทางสังคม และหาแนวทางการพัฒนาเมืองผู้สูงอายุ อยู่สบาย ด้วยการประยุกต์ใช้กระบวนการ สร้างอนาคตร่วมกัน (Future Search Conference) และนำแผนที่ผลลัพธ์มาใช้ในการระบุภาคีหุ้นส่วน กำหนดผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ของแต่ละภาคีหุ้นส่วน ผู้เข้าร่วมประกอบด้วย แกนนำชุมชน กลุ่ม/ ชุมรมต่างๆ เยาวชนในชุมชน และภาคีหุ้นส่วนที่เกี่ยวข้องกับชุมชน จำนวน 60 คน

3.3 การประชุมปรึกษาหารือ ร่วมกับภาคีหุ้นส่วนที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย เทศบาลเมืองอุดรดิตถ์ องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ สำนักงานส่งเสริมวัฒนธรรมจังหวัด

อุดรดิตถ์ สำนักงานเกษตรอำเภอเมือง อุดรดิตถ์ โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ศูนย์สุขภาพชุมชนหน้าวัดท้ายตลาด องค์กรเอกชน ได้แก่ สาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยประจำจังหวัดอุดรดิตถ์ โดยประชุมร่วมกับตัวแทนกลุ่ม/ชมรม/ องค์กรชุมชนทำอิฐถ่าง จำนวนทั้งหมด 30 คน

4. สืบค้นปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ โดยใช้ Soft Systems Method และแนวคิดจินตนาการทางสังคมวิทยา ด้วยการศึกษาวีธีชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนทำอิฐถ่าง โดยการสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้างด้วยแนวทางการสนทนาเกี่ยวกับวิถีชีวิตผู้สูงอายุ การศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการของผู้สูงอายุ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก ด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การสัมภาษณ์ตัวแทนครัวเรือนชุมชนทำอิฐถ่าง ด้วยแบบสัมภาษณ์สืบค้นเกี่ยวกับรากเหง้า ประวัติความเป็นมา สุขภาพของคนในชุมชนและผู้สูงอายุ และการสัมภาษณ์องค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ด้วยแบบสัมภาษณ์ผู้บริหาร/ นักพัฒนา/ผู้เชี่ยวชาญ องค์กรภาครัฐ เอกชน และภาคประชาชน

ขั้นตอนที่ 3 ตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือ

การตรวจสอบความถูกต้อง และความน่าเชื่อถือของข้อมูล ที่ได้จากการวิจัยในเรื่อง องค์ประกอบ คุณลักษณะ แนวทาง และรูปแบบการพัฒนาเมือง ผู้สูงอายุอยู่สบาย ผู้วิจัยใช้วิธีการคืนข้อมูลให้แก่ชุมชน และภาคีหุ้นส่วนที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ด้วยวิธีการประชานิยม และตรวจสอบข้อมูลด้วยผู้เชี่ยวชาญในเวทีระดับประเทศ และระดับนานาชาติ

ผลการวิจัย

1. องค์ประกอบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย มี 6 องค์ประกอบหลักดังนี้

ด้านสภาพสิ่งแวดล้อม มีองค์ประกอบย่อยได้แก่ **ที่อยู่อาศัย** ประกอบด้วย ตัวบ้านเป็นบ้านชั้นเดียว ทำจากวัสดุแข็งแรงมั่นคงปลอดภัย ไม่มีธรณีประตู บันไดพื้นผิวไม่ลื่น มีราวจับห้องนอนอยู่ชั้นล่างไม่ต้องขึ้นบันได แสงสว่างภายในบ้านเพียงพอ อากาศภายในบ้านไม่มีมลพิษ พื้นภายในบ้านไม่ลื่น ไม่มีสิ่งกีดขวาง มีพื้นที่สำหรับนั่งหรือนอนเล่น ช่วยให้ผ่อนคลาย ห้องน้ำ/ห้องส้วมพื้นทำด้วยวัสดุไม่ลื่น โถส้วมเป็นชนิดนั่งห้อยขา มีราวเกาะบริเวณที่นั่งขับถ่าย **สวน**

สาธารณะ อยู่ใกล้แหล่งชุมชน มีสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ เช่น ที่จอดรถ ทางลาด มีราวเกาะตลอดเส้นทางเดิน พื้นกันลื่น ไม่มีสิ่งกีดขวาง มีเก้าอี้ ห้องน้ำเพียงพอ เหมาะสมกับผู้สูงอายุ มีพื้นที่ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ มีพื้นที่เอนกประสงค์สามารถจัดกิจกรรมได้หลากหลาย **ห้องสมุด** มีที่จอดรถผู้สูงอายุ มีป้ายแจ้งข้อมูล/แผนที่ มีทางลาดหรือลิฟต์ มีเก้าอี้ และห้องน้ำที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ **วัด** มีที่จอดรถผู้สูงอายุ มีทางลาด บันไดมีราวจับทั้งสองด้าน มีเก้าอี้ และห้องน้ำที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ **ตลาด** มีที่จอดรถผู้สูงอายุ มีทางลาด พื้นไม่ลื่น มีห้องน้ำผู้สูงอายุ **ถนน** มีการออกแบบถนนที่ปลอดภัย มีป้าย/สัญญาณจราจรตามทางแยกทางข้าม มีสัญญาณไฟสำหรับคนเดินข้ามถนนมีระยะเวลานานเพียงพอสำหรับผู้สูงอายุ **ทางเท้า** พื้นเรียบไม่ลื่น ไม่มีสิ่งกีดขวาง มีทางลาดที่ขอบถนน **แสงไฟ** มีความสว่างอย่างสม่ำเสมอและเพียงพอ **การคมนาคมขนส่ง** ประกอบด้วย การบริการรถสาธารณะมีเพียงพอ บริการทั่วถึงทุกพื้นที่ พาหนะมีความปลอดภัยต่อผู้สูงอายุ คนขับรถสุภาพ ปฏิบัติตามกฎหมายจราจร **สถานีขนส่งผู้โดยสารและสถานีรถไฟ** มีทางลาด มีที่นั่งพัก ห้องน้ำ และที่จอดรถผู้สูงอายุ สะอาด ปลอดภัย พนักงาน

ให้ความช่วยเหลือ/เคารพผู้สูงอายุ สิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะ ประกอบด้วย มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกทางลาดและลิฟต์ บันได ประตู ห้องส้วม ที่จอดรถที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

ด้านสังคม การพัฒนาด้านสังคมของผู้สูงอายุ เมืองค์ประกอบย่อย ได้แก่ **ด้านสิทธิของประชาชนและผู้สูงอายุ** ประกอบด้วย สวัสดิการสังคมขั้นพื้นฐาน และสิทธิของประชาชนตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 การรับรู้เกี่ยวกับสิทธิ ผู้ให้ข้อมูลมีการประเมินการรับรู้และความต้องการของผู้สูงอายุ ใช้เทคนิคการสร้าง ความสนใจ และเพิ่มความบอยในการให้ข้อมูล ข้อมูลมีเนื้อหาที่เข้าใจง่าย ดึงดูดความสนใจ การได้รับสิทธิ ผู้ให้บริการมีบริการตามกฎหมายกำหนด มีคุณภาพ เพื่อให้สามารถเข้าถึงได้อย่างเท่าเทียม เป็นธรรม **ความปลอดภัยในชุมชน** ได้แก่ ไม่มีมลพิษต่างๆ มีระบบการดูแลเฝ้าระวัง สิ่งอันตรายที่จะเกิดขึ้นแก่ผู้สูงอายุและคนในชุมชน **การสนับสนุนทางสังคม** มีระบบการสนับสนุนด้านวัตถุ สิ่งของ มีระบบการดูแลเมื่อเจ็บป่วย มีระบบการดูแลสนับสนุนด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม

การมีส่วนร่วมในชุมชน ประกอบด้วย **การมีส่วนร่วมในการปกครองตามระบอบประชาธิปไตย**

องค์กรภาครัฐให้การศึกษา/ข้อมูลข่าวสาร สื่อสารสองทาง เปิดโอกาสให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจทางการเมือง ร่วมตรวจสอบการใช้อำนาจรัฐ ภาคประชาชน สำนัก/ต้นตวทางการเมือง ตระหนักถึงสิทธิบทบาทหน้าที่ มีการรวมกลุ่มเพื่อร่วมกันแสดงความคิดเห็นเสนอต่อหน่วยงานหรือองค์กรภาครัฐ **การมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชน** ปรับทัศนคติ/การรับรู้ องค์กรภาครัฐ/เอกชนว่าชุมชนเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเป็นเจ้าของ ผู้ปฏิบัติงานมีบทบาทเป็นภาคีหุ้นส่วน และเป็นผู้ที่ทำงานร่วมกันกับผู้แสดงทางสังคมอื่นๆ ด้านประชาชน มีจิตสำนึกในการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ร่วมคิด ตัดสินใจ วางแผน ดำเนินการ และร่วมรับผลประโยชน์ มีส่วนร่วมกิจกรรมด้าน ศาสนา ประเพณี และวัฒนธรรมชุมชน การเป็นสมาชิกกลุ่ม/ชมรมและการเข้าร่วมกิจกรรม การสร้าง/เป็นเครือข่ายกับกลุ่ม/ชมรม/หน่วยงาน/องค์กรอื่นๆ และการสร้างสำนึกทางประวัติศาสตร์

ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ปรับกระบวนทัศน์ของประชาชนให้มีวิถีคิด วิถีปฏิบัติให้สอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จัดระเบียบชีวิตให้อยู่อย่างมีเป้าหมาย มีแบบแผน มีทิศทาง พัฒนาอาชีพ และส่งเสริมรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุ ประสานงาน

หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มอาชีพที่ผู้สูงอายุสนใจ ส่งเสริมการดำรงชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียงให้แก่คนในชุมชน เพื่อลดหนี้สิน จากการใช้จ่ายทรัพย์สินสิ้นเปลืองของครัวเรือน

ด้านบริการสุขภาพ ประกอบด้วย การส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ มีการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของสถานบริการสาธารณสุข และมีการนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติ มีการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพผู้สูงอายุ มีการสร้างความเข้มแข็งให้แก่ชุมชน และชมรมผู้สูงอายุ มีการพัฒนาทักษะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ มีการปรับระบบบริการเพื่อเอื้อต่อการบริการผู้สูงอายุ การป้องกันโรค ได้แก่ การค้นหาผู้ป่วย การเฝ้าระวัง การให้ความรู้ และกระตุ้นให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม การตรวจสุขภาพประจำปี การป้องกันไม่ให้โรคที่ลุกลามต่อไป หรือเกิดภาวะแทรกซ้อน การรักษาพยาบาล ได้แก่ การดูแลปัญหาสุขภาพทั่วไป/โรคเรื้อรัง การดูแลที่บ้าน การพัฒนาระบบบริการและพฤติกรรมบริการ การฟื้นฟูสุขภาพ ได้แก่ การติดตามดูแลต่อเนื่องจากโรงพยาบาล ค้นหาปัญหาผู้สูงอายุเพื่อส่งต่อรักษา/ฟื้นฟู

ด้านบริการของเทศบาลเมืองอุตรดิตถ์ การให้บริการข้อมูลข่าวสาร ณ จุดเดียว (One Stop Information) และการให้บริการเบ็ดเสร็จ ณ จุดเดียว (One Stop Service) ได้แก่ การกระจายอำนาจการ

ตัดสินใจ จัดทำนโยบาย กลยุทธ์ แผนปฏิบัติงานเพื่อพัฒนาหน่วยงาน ดำเนินการปรับปรุงโครงสร้าง/รูปแบบการทำงานเพื่อลดขั้นตอน/คน/งาน/เอกสาร/เวลา ปรับปรุงวัฒนธรรม/ทัศนคติการทำงาน ปรับปรุงอาคารสถานที่ให้เอื้อต่อการทำงานและให้บริการที่เป็นผู้สูงอายุ มีเจ้าหน้าที่รับเรื่องที่จุดบริการให้ข้อมูลข่าวสารเบื้องต้น มีบริการเชิงรุกและอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ จัดทำแผนภูมิขั้นตอนระยะเวลาดำเนินการ สำรวจ/วิเคราะห์ผลการดำเนินงาน/ความพึงพอใจ และนำผลมาปรับปรุงพัฒนา

ด้านนโยบายและแผน หน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ มีการกำหนดวิสัยทัศน์ เป้าหมาย ยุทธศาสตร์ แผนงาน โครงการ และกิจกรรมการพัฒนาไปสู่การเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายที่สอดคล้องกับบริบททางเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมในแต่ละพื้นที่

2. รูปแบบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย ประกอบด้วย 5 กระบวนการ คือ

2.1 กระบวนการระบุพื้นที่เป้าหมาย เป็นกระบวนการระบุองค์กร/ผู้แสดงทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ การสืบค้นบริบททางสังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม ด้วยกระบวนการประชาธิปไตย การศึกษาวิถีชีวิตผู้สูงอายุ การระบุปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ การศึกษาองค์ประกอบ

คุณลักษณะ ความเป็นไปได้ของการพัฒนา เป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย การสังเกต สภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวก สาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ

2.2 กระบวนการสร้างสำนึก ทางประวัติศาสตร์ ประกอบด้วย การถ่ายทอด/แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องประเพณี ศึกษาศาสตร์ชุมชน ด้วยการศึกษา ประวัติศาสตร์ชาติ ประวัติศาสตร์ของจังหวัด อุตรดิตถ์ และการรวบรวมข้อมูลประวัติศาสตร์ชุมชน โดยคณะทำงานประเพณี ศึกษาศาสตร์ชุมชน ทำให้ผู้ร่วมแลกเปลี่ยนมีความคิดเห็น ว่า ผู้สูงอายุเป็นบุคคลที่มีคุณค่าต่อครอบครัว ชุมชน สังคม ประวัติศาสตร์ชุมชน มีความ สำคัญต่อการพัฒนาชุมชน จะทำให้คนใน ชุมชนมีความรัก สามัคคีกันมากขึ้น มีผลต่อ การสร้างจิตสำนึกรักท้องถิ่น

2.3 กระบวนการพัฒนาการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย การร่วมเก็บข้อมูลด้าน บริบทความเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย ปัญหา ความต้องการ รูปแบบ และองค์ประกอบของเมือง การร่วมสร้างภาพฝันเมือง ผู้สูงอายุอยู่สบายด้วยการประยุกต์ใช้ กระบวนการสร้างอนาคตร่วมกัน การร่วมคิด ด้วยการประชุมปรึกษาหารือกับภาคีที่ เกี่ยวข้อง มีการนำเสนอโครงการเพื่อให้ภาคี ที่เกี่ยวข้องแสดงความคิดเห็น ให้ข้อเสนอแนะในการพัฒนาเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายๆ การร่วมวิพากษ์วิจารณ์และวางแผนผ่าน

กระบวนการประชาพิจารณ์ โดยการนำเสนอ ข้อมูลบริบทชุมชน เป้าหมาย วิสัยทัศน์ แผนงาน โครงการให้แก่ประชาชนในชุมชน แบ่งกลุ่มย่อยเพื่อให้ผู้ร่วมประชุมได้แสดง ความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์ แก้ไขเพิ่มเติม และหาข้อสรุป/ข้อตกลงร่วมกัน

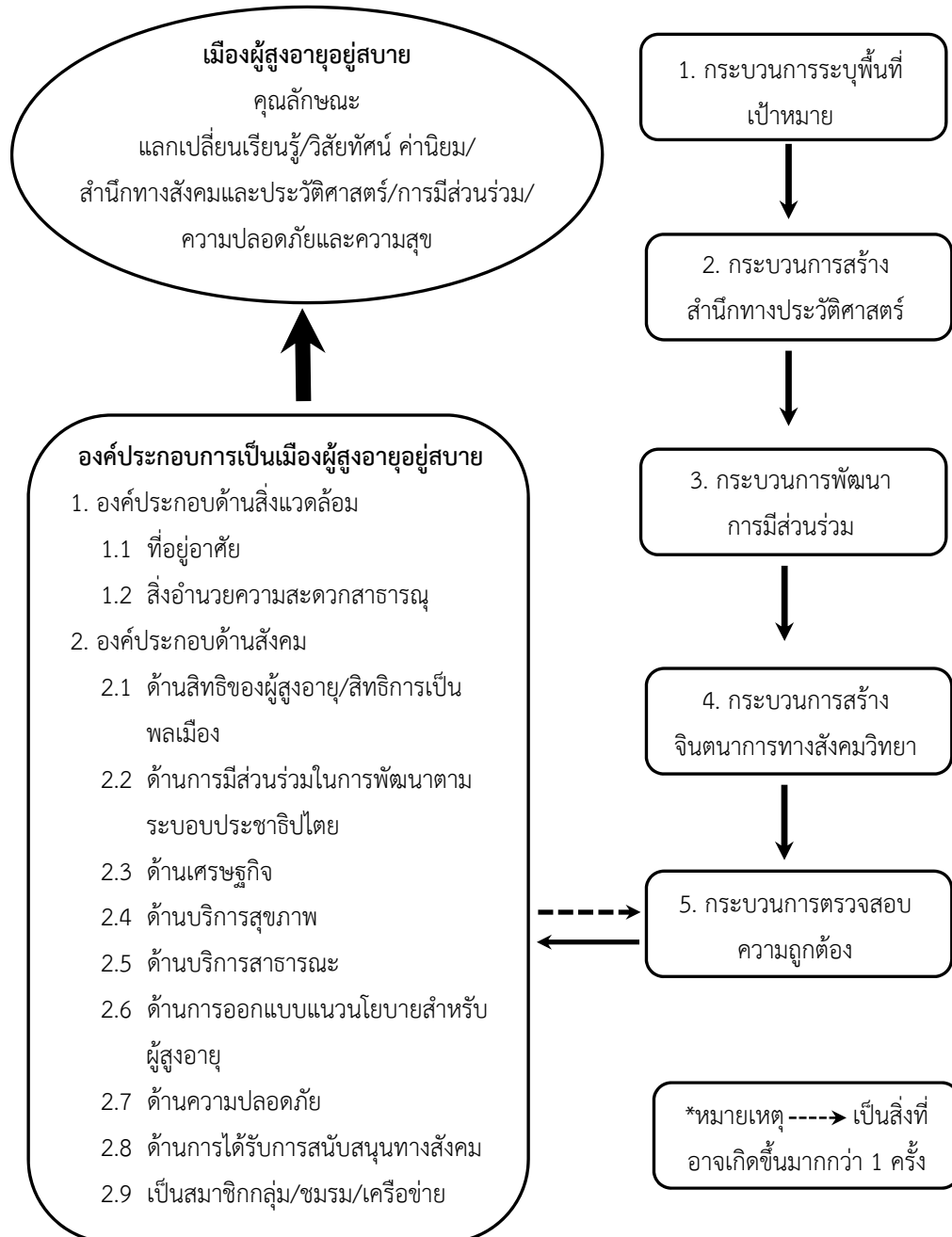
2.4 กระบวนการสร้างจินตนาการ ทางสังคมวิทยา ประกอบด้วย การสร้าง อนาคตร่วมกัน ด้วยการย้อนรำลึกจากอดีตถึง ปัจจุบันด้วยกิจกรรมสายธารชีวิต กำหนด องค์ประกอบ เป้าหมาย วิสัยทัศน์ร่วมกันด้วย กิจกรรมรวมพลังสานฝันสู่อนาคต และ กำหนดแผน แนวทาง/วิธีการ โครงการ พัฒนาเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายด้วยกิจกรรม เส้นทางสร้างฝันให้เป็นจริง การจัดทำแผนที่ ผลลัพธ์ ด้วยการนำขั้นตอนการระบุนา คี หุ่นส่วน และการกำหนดผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ มาใช้ในการพัฒนาการมีส่วนร่วมของภาคี หุ่นส่วน การศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมี ส่วนร่วมที่เน้นการเรียนรู้จากประสบการณ์ ด้วยการทำประชาพิจารณ์ของคนในชุมชน การบูรณาการองค์ความรู้ 3 มิติ ได้แก่ ประวัติศาสตร์ สังคมวิทยา และปรัชญา ด้วย กระบวนการสร้างอนาคตร่วมกัน

2.5 กระบวนการตรวจสอบความ ถูกต้อง ประกอบด้วย การตรวจสอบตนเอง ด้านความต้องการ ความจำเป็นของคนใน ชุมชนเป้าหมาย การเสริมสร้างความเข้มแข็ง ของพลังเครือข่ายในชุมชน การประเมินผล ประโยชน์ที่ได้รับจากการเป็นเมืองผู้สูงอายุ

อยู่สบาย การประชุมกลุ่มร่วมกับผู้แสดงทาง
สังคมทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้อง การประชา

พิจารณา และการตรวจสอบยืนยันโดย
ผู้เชี่ยวชาญทั้งระดับชาติและระดับนานาชาติ

รูปแบบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย



อภิปรายผลการวิจัย

องค์ประกอบความเป็นเมือง ผู้สูงอายุอยู่สบาย

ด้านสิ่งแวดล้อม ที่อยู่อาศัย การออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ มีหลักการดังนี้

- 1) มีความปลอดภัยทางกายภาพคือ ปลอดภัยทางด้านร่างกายและสุขภาพอนามัย เช่น มีที่พักเพียงพอแยกเป็นสัดส่วน มีแสงสว่างเพียงพอบริเวณบันไดและทางเข้า มีราวจับในห้องน้ำ พื้นกระเบื้องไม่ลื่น เป็นต้น
- 2) สามารถเข้าถึงได้ง่าย คือ มีทางลาดสำหรับรถเข็น ความสูงของคู่มือสำหรับผู้สูงอายุหยิบจับได้สะดวก จัดที่พักอาศัยให้อยู่ใกล้แหล่งบริการต่างๆ เช่น วัด ห้องสมุด สวนสาธารณะ บริการด้านสุขภาพ ใกล้ระบบขนส่งมวลชน เป็นต้น
- 3) สามารถสร้างแรงกระตุ้น คือ เลือกใช้สีที่เหมาะสม มีความสว่าง ชัดเจน ตกแต่งสภาพแวดล้อมให้น่าสนใจ มีชีวิตชีวา ไม่ซีมเศร้า เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความสามารถให้เกิดประโยชน์แก่ชุมชน เช่น จัดที่อยู่อาศัยไว้ใกล้กับโรงเรียนสอนเด็กหรือห้องสมุด
- 4) ดูแลรักษาง่าย บ้านโดยทั่วไปควรจะเล็ก ออกแบบให้ดูแลรักษาง่าย อาจมีบานเลื่อนอลูมิเนียม

ป้องกันพายุ สนามหญ้ามีพุ่มไม้เตี้ยๆ เพื่อลดงานสนาม⁶

ด้านสังคม สวัสดิการสังคมขั้นพื้นฐาน และสิทธิของประชาชนตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังขาดการรับรู้ การใช้ และการเข้าถึงสิทธิดังกล่าว ประเด็นที่ควรให้ความสำคัญได้แก่ การจัดบริการการศึกษา การให้คำปรึกษาทางคดี กองทุนผู้สูงอายุ และการมีคลินิกเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้นควรเร่งรัดการประชาสัมพันธ์ และอบรมให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่ทุกระดับให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับสิทธิที่ถูกต้อง ควรปรับปรุงวิธีการที่จะให้ผู้สูงอายุเข้าถึงบริการได้อย่างทั่วถึง การจัดกิจกรรมกลุ่มควรเพิ่มการให้ความรู้เกี่ยวกับกฎหมายและสิทธิของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น⁷ การรับรู้เกี่ยวกับสิทธิผู้สูงอายุและสวัสดิการสังคมขั้นพื้นฐาน ผู้ให้ข้อมูลควรมีการประเมินการรับรู้และความต้องการของผู้สูงอายุ ใช้เทคนิคการสร้าง ความสนใจ และเพิ่มความบ่อยในการให้ข้อมูล ข้อมูลมีเนื้อหาที่เข้าใจง่าย ดึงดูดความสนใจ ด้านการได้รับสิทธิ องค์การภาครัฐ เอกชน และผู้ให้บริการควรจัดให้มีบริการตามที่กฎหมายกำหนดอย่างมีคุณภาพ

เพื่อให้สามารถเข้าถึงได้อย่างเท่าเทียมและเป็นธรรม

ด้านเศรษฐกิจ ความต้องการด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุพบว่า ส่วนใหญ่ต้องการอาชีพที่มั่นคง มีรายได้แน่นอน โดยเฉพาะกลุ่มเกษตรกรที่มีปัญหาหนี้สิน และผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังขาดการออมทรัพย์ เพื่อใช้ในยามฉุกเฉินและชรา ดังนั้น การส่งเสริมอาชีพและรายได้ ควรพิจารณาตามความถนัด ความต้องการ ความเหมาะสมกับวัยของผู้สูงอายุ และควรครอบคลุมไปถึงกลุ่มผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาสด้วย การส่งเสริมด้านอาชีพสำหรับผู้สูงอายุที่รวมตัวกันเป็นกลุ่ม/ชมรม หน่วยงานหรือองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น แรงงานจังหวัด หน่วยจัดงาน ศูนย์ฝึกอาชีพ เป็นต้น ควรเข้ามาสนับสนุน ช่วยเหลือ โดยส่งเสริมความรู้ พัฒนาทักษะเกี่ยวกับการประกอบอาชีพ และการบริหารจัดการภายในกลุ่มให้มีศักยภาพสามารถพึ่งตนเองได้ เช่น การจัดทำบัญชี การจัดระบบการทำงาน หน่วยงานภาครัฐ และองค์กรที่เกี่ยวข้อง ควรช่วยหาตลาดรองรับสินค้าให้ผู้สูงอายุในระดับชุมชนควรส่งเสริมการออมทรัพย์ ซึ่งมีตัวอย่าง ได้แก่ ชุมชนเจริญธรรม ที่มีการออมเงินเพื่อที่อยู่อาศัยของคนในชุมชนในโครงการบ้านมั่นคง เป็นต้น

นอกจากนี้ควรปรับกระบวนการทัศน์ของประชาชนให้มีวิธีคิด วิธีปฏิบัติให้สอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จัดระเบียบชีวิตให้อยู่อย่างมีเป้าหมาย มีแบบแผน มีทิศทาง เพื่อลดการเป็นหนี้สิน จากใช้จ่ายเพื่อทรัพย์สินสิ้นเปลืองของครัวเรือน

ด้านการได้รับการสนับสนุนทางสังคม สิ่งที่สูงอายุต้องการการสนับสนุนทางสังคม 3 อันดับแรก ได้แก่ 1) การดูแลด้านจิตใจ เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนหนึ่งมีความวิตกกังวล ห่วงใยเกี่ยวกับ ลูก หลาน หนี้สิน ความเจ็บป่วยของผู้สูงอายุและคนในครอบครัว 2) การดูแลเมื่อผู้สูงอายุเจ็บป่วย เช่น พาไปรักษาที่คลินิกหรือโรงพยาบาล ดูแลช่วยเหลือในชีวิตประจำวัน 3) สนับสนุนด้านการเงิน สำหรับใช้ส่วนตัว ค่าใช้จ่ายในครอบครัว ค่ารักษาพยาบาล สำหรับทำบุญ ให้ทาน และเก็บไว้ใช้ในยามฉุกเฉิน สอดคล้องกับการศึกษาของ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร⁸ พบว่า บทบาทของครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุแบ่งได้เป็น 4 บทบาท คือ 1) การดูแลด้านร่างกาย เป็นการดูแลกิจวัตรประจำวัน 2) ดูแลด้านอารมณ์และจิตใจ บทบาทส่วนใหญ่เป็นเรื่องของค่านิยมในการเคารพผู้อาวุโส 3) การดูแลด้านเศรษฐกิจ และ 4)

ด้านสังคม ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วม ในกิจกรรมของครอบครัว ส่วนการ เกื้อหนุนเพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมทาง สังคม ส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมทางศาสนา มากกว่าด้านอื่นๆ

รูปแบบการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย

1. กระบวนการระบุพื้นที่เป้าหมาย
การนำ Soft Systems Method ในขั้นตอนที่ 1 การอธิบายสถานการณ์ปัญหาแบบไม่มี โครงสร้างมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาวิถี ชีวิตผู้สูงอายุ การระบุปัญหาและความ ต้องการของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้ให้ข้อมูล สามารถมองเห็นสถานการณ์/ปัญหาได้ อย่างรอบด้าน มีอิสระในการคิดและแสดง ความรู้สึก สามารถมองสถานการณ์/ ปัญหาได้อย่างชัดเจนมากขึ้น โดยเปิด โอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าเรื่องราวในอดีต วิถีชีวิตประจำวัน ความรู้สึกต่อปัญหา ความต้องการ นอกจากนี้ Soft Systems Method มีความยืดหยุ่นบนพื้นฐานของ การคิดเชิงระบบและการมีส่วนร่วมการ ถกเถียงเป็นการส่งเสริมให้บุคคลสามารถ ทดลอง สำรวจ และตีความสภาพที่เป็น จริงและข้อเท็จจริงทางสังคม ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงสังคมในทิศทางที่พึง ประสงค์⁹

2. กระบวนการสร้างสำนึกทาง ประวัติศาสตร์ การศึกษาประวัติศาสตร์ ชุมชน/ท้องถิ่นด้วยกระบวนการประชา พิจัย โดยเปิดโอกาสให้ประชาชนได้เข้ามา มีส่วนร่วมในกระบวนการศึกษาเพื่อสร้าง องค์ความรู้ร่วมกัน จะทำให้คนในชุมชน ทราบเรื่องราวว่าตนเองเป็นใคร มาจาก ไหน ทำให้รู้จักตนเอง รู้จุดอ่อน จุดแข็ง ข้อจำกัดต่างๆ เห็นศักยภาพ และภูมิ ปัญญา ความรู้เหล่านี้จะช่วยฟื้นฟูสำนึก ประวัติศาสตร์ในชุมชนขึ้นมาใหม่ ให้ กลับคืนมามีความเชื่อมั่นในตัวเอง กล้า แสดงออก เกิดความภูมิใจในการต่อสู้ของ บรรพบุรุษ และมีศักยภาพที่จะนำเอาภูมิ ปัญญาต่างๆ ของบรรพบุรุษมาประยุกต์ ใช้ในชีวิตประจำวันมากขึ้น อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มพลังที่เข้มแข็งให้คนในชุมชน เกิด สายสัมพันธ์ที่โยงใยให้คนในท้องถิ่นเกิด ความรัก ความสามัคคีกลมเกลียว พร้อมทั้ง จะปกป้องรักษาชุมชน ทำให้สามารถฟื้นฟู วัฒนธรรมประเพณีที่ดีงามให้กลับมามี ชีวิตชีวาอีกครั้ง พร้อมทั้งสามารถเลือก แนวทางการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับ ตนเองได้อย่างหลากหลาย^{10, 11}

3. กระบวนการพัฒนาการมีส่วนร่วม การร่วมคิดด้วยการ ประชุม ปรึกษาหารือกับภาคีที่เกี่ยวข้อง มีการ นำเสนอวิสัยทัศน์ แผนงาน/โครงการของ

ชุมชนท่าอิฐล่าง เพื่อให้ภาคีที่เกี่ยวข้อง แสดงความคิดเห็น ให้ข้อเสนอแนะในการ พัฒนาเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายๆ ได้แก่ โครงการฟื้นฟูวัฒนธรรมชุมชน โครงการ ใส่ใจผู้สูงอายุ โครงการปลอดภัยในชุมชน และโครงการกลุ่มเกษตรพอเพียง ภายหลัง การประชุมปรึกษาหารือกับภาคีที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยพบว่า ชุมชนท่าอิฐล่าง ร่วมกับเจ้าหน้าที่ของเทศบาลเมืองมีการ สำนวญจุดเสี่ยงในชุมชน มีการติดตั้งกระ จกทางโค้ง ไฟกระพริบเตือน เป็นต้น สถานี รถไฟอุตรดิตถ์ มีปรับปรุงสถานที่ โดยจัด ทำทางลาดสำหรับรถเข็น และจัดทำ ห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุ กลุ่มเกษตรกรได้ รับการตอบสนองเกี่ยวกับการเลี้ยงโคขุน การเลี้ยงปลาในครัวเรือน ซึ่งสร้างความพึง พอใจแก่กลุ่มเกษตรกรเป็นอย่างมาก การ มีส่วนร่วมเป็นหัวใจของการเสริมสร้างการ ทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะการทำให้รู้สึกว่าเขาเป็นส่วน หนึ่งของกลุ่ม องค์กร จะส่งผลให้เกิดการ อุทิศตนในการดำเนินงาน เพื่อให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงและพัฒนาไปตามแนวทางที่ ได้วางไว้¹²

4. กระบวนการสร้างจินตนาการทางสังคมวิทยา ผู้วิจัยนำกระบวนการ สร้างอนาคตร่วมกันมาประยุกต์ใช้ในการ หาแนวทางการพัฒนาเมืองผู้สูงอายุอยู่ สบาย ใช้วิธีการทำกิจกรรมกลุ่มย่อยให้ สมาชิกกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็น ใช้ จินตนาการย้อนรำลึกถึงเหตุการณ์ในอดีต เชื่อมโยงถึงปัจจุบัน และสานฝันถึงอนาคต นำเสนอความคิดเห็นด้วยแผนภาพที่ ประกอบด้วยการ์ตูน สัญลักษณ์ ตัวหนังสือ หรือภาพที่ใช้กระดาษสีปะติด โดยให้สมาชิกทุกคนช่วยกันวาด และต่อ เต็มให้ครบถ้วนตามที่แต่ละคนนำเสนอ ผู้วิจัยพบว่า สมาชิกที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม มีทั้งวัยเด็ก วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ บรรยายภาคในการเล่าเรื่อง พูดคุย แลกเปลี่ยน ดุมิชีวิตชีวา สนุกสนานกับ การเล่าเรื่อง และการวาดภาพ ระบายสี ปะติดกระดาษ จะเห็นได้ว่ากิจกรรมการ สร้างอนาคตร่วมกันช่วยสร้างให้สมาชิก กลุ่มทุกวัย เกิดจินตนาการในย้อนรำลึกถึง เหตุการณ์ในอดีต เชื่อมโยงถึงปัจจุบัน สานฝันถึงอนาคตร่วมกันอย่างมีความสุข มีชีวิตชีวา ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องการให้ ความฝันหรือสิ่งที่หวังไว้ในการทำกิจกรรม ครั้งนี้เกิดขึ้นจริง ซึ่งต้องได้รับความร่วมมือ อย่างแท้จริงจากทุกคนในชุมชน และทุก หน่วยงาน/องค์กรที่เกี่ยวข้อง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

สำหรับชุมชน

1. การศึกษาบริบทความเป็นเมือง ผู้สูงอายุอยู่สบาย ควรนำกระบวนการประชาพิจารณ์มาใช้ เพื่อให้ประชาชนรู้จักตนเอง เกิดความภาคภูมิใจ และเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น สามารถนำข้อมูลมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ วางแผนพัฒนา เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ สามารถแก้ปัญหาและพัฒนาชุมชนได้อย่างต่อเนื่อง คณะทำงานประชาพิจารณ์ของชุมชน ควรได้รับการถ่ายทอด/แลกเปลี่ยนเรียนรู้ พัฒนาแนวคิด ทักษะ และฝึกปฏิบัติในการทำประชาพิจารณ์

2. การกระตุ้นให้เกิดสำนึกประวัติศาสตร์อย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง ชุมชนควรมีการศึกษา ทบทวน ปรับปรุงแก้ไข สื่อสาร และถ่ายทอดเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ชุมชน วิถีชีวิต ประเพณี ศิลปวัฒนธรรมของชุมชนเป็นระยะๆ อย่างต่อเนื่อง

3. การพัฒนาชุมชนควรมุ่งเน้นการสร้างสัมพันธภาพที่แน่นแฟ้นของคนในชุมชน โดยเฉพาะเยาวชนกับผู้สูงอายุ โดยใช้พื้นที่ของชุมชนเป็นฐานในการพัฒนา ได้แก่ บ้าน วัด โรงเรียน

สำหรับหน่วยงาน/องค์กรภาครัฐ

เอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

1. ในการพัฒนาชุมชน องค์กรภาครัฐ เอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ต้องเปิดโอกาสให้ประชาชนมีส่วนร่วมตัดสินใจ ร่วมคิด วางแผน ดำเนินการ ประเมินผล

2. หน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ควรมีการสร้างความรู้เข้าใจแก่ผู้บริหารขององค์กรว่าการพัฒนาผู้สูงอายุไม่ใช่การสงเคราะห์ ควรมีการสร้างองค์ความรู้แก่ผู้นำท้องถิ่นให้ได้เรียนรู้ และเห็นต้นแบบหรือแบบอย่างที่ดีแล้วนำไปพัฒนาในท้องถิ่นของตนเอง

3. หน่วยงาน/องค์การด้านสาธารณสุข ควรมีการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพอย่างเป็นระบบและเป็นรูปธรรม ได้แก่ 1) มีการกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุของสถานบริการสาธารณสุข และมีการนำนโยบายไปสู่การปฏิบัติ 2) มีการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพผู้สูงอายุ ได้แก่ จัดมุมเรียนรู้หรือศูนย์เรียนรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. การออกแบบแนวนโยบายสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีการศึกษาข้อมูลพื้นฐานองค์ประกอบ และปัจจัยที่ครอบคลุมทุกด้าน ทุกระดับของการบริหาร ดึงการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายมาร่วมกันแสดงความคิดเห็น และวางแผนร่วมกัน

2. ภาครัฐ เอกชน สถาบันทางสังคมอื่น ๆ ควรให้ความสำคัญนำประเด็นของผู้สูงอายุมาอยู่ในลำดับแรกหรือลำดับต้น ๆ ของการแก้ปัญหาและการพัฒนาไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ

3. หน่วยงานภาครัฐควรปรับระบบการทำงานที่เน้นบริการเชิงรุกแบบบูรณาการ มีการเชื่อมโยงการให้บริการจากสถานบริการภาครัฐ/เอกชนไปสู่บ้านและชุมชนอย่างครบวงจร

4. ภาครัฐควรสนับสนุนความรู้เกี่ยวกับการจัดสภาพแวดล้อมและที่อยู่อาศัย และมีการกำหนดมาตรฐานในการจัดที่อยู่อาศัยให้กับผู้สูงอายุ โดยมีการร่วมมือระหว่างภาครัฐ เอกชน องค์กรส่วนท้องถิ่นและชุมชนของผู้สูงอายุ ควรกระตุ้นให้หน่วยงานภาครัฐและเอกชนจัดสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะสำหรับผู้สูงอายุตามสิทธิของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัย

1. การนำรูปแบบการพัฒนาเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายไปทดลองใช้ทั้งในระดับชุมชน หรือระดับเทศบาลเมือง เพื่อพัฒนารูปแบบและกระบวนการให้สอดคล้องกับบริบททางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมในแต่ละพื้นที่ และพัฒนารูปแบบเมืองผู้สูงอายุอยู่สบายให้มีประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

2. การพัฒนาตัวชี้วัดการเป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย หรือเมืองน่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุและคนทุกวัย

3. การพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน เรื่อง ประวัติศาสตร์ชุมชน ประเพณี วัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่นในด้านต่าง ๆ ของโรงเรียนในชุมชน/ท้องถิ่น

เอกสารอ้างอิง

1. United Nation. Population ageing 2006. 2006. Available at <http://www.un.org/esa/population/publications/ageing/ageing2006chart.pdf> (cited June 10, 2008)
2. ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรและคณะ. สุขภาพคนไทย 2550. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550.

3. ดวงกมล ภูวนล. การสำรวจความต้องการการพัฒนาความรู้และทักษะด้านการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุจังหวัดอุดรดิตถ์. จังหวัดอุดรดิตถ์: กลุ่มงานสุศึกษา โรงพยาบาลอุดรดิตถ์, 2551.
4. สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดอุดรดิตถ์ ร่วมกับสาขาวิชาการพัฒนาชุมชน คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์. รายงานการวิเคราะห์ข้อมูลปัญหาสังคมจังหวัดอุดรดิตถ์ พ.ศ. 2551 แผนปฏิบัติการพัฒนาสังคมจังหวัดอุดรดิตถ์ พ.ศ. 2551-2555. ม.ป.ท.: ม.ป.พ, 2551.
5. ดวงกมล ภูวนล. ปัญหา ความต้องการของผู้สูงอายุ และองค์ประกอบที่เป็นเมืองผู้สูงอายุอยู่สบาย. อุดรดิตถ์: กลุ่มงานสุศึกษา โรงพยาบาลอุดรดิตถ์, 2552.
6. สำนักส่งเสริมพิทักษ์ผู้สูงอายุ. คู่มือจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ: สำนักงานส่งเสริมสวัสดิการและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาสและผู้สูงอายุ, ม.ป.ป.
7. ศศิพัฒน์ ยอดเพชร และวรรณลักษณ์ เมียนเกิด. การเข้าถึงสิทธิตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 (ฉบับสมบูรณ์). กรุงเทพฯ: มิสเตอร์ก๊อปปี้, 2552.
8. ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. ระบบการดูแลระยะยาวและกำลังคนในการดูแลผู้สูงอายุ: ทิศทางประเทศไทย. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.), 2552.
9. พชรินทร์ สิริสุนทร. แนวคิด ทฤษฎีเทคนิค และการประยุกต์เพื่อการพัฒนาสังคม. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2556
10. ยงยุทธ ชูแว่น. คริสต์ศตวรรษแห่งการค้นหาและเส้นทางสู่อนาคตประวัติศาสตร์ท้องถิ่นไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.), 2551.
11. ทวีศิลป์ สืบวัฒนะ. แนวคิดและแนวทางการศึกษาประวัติศาสตร์ท้องถิ่น (พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: อินทนิล, 2554.
12. โกวิท พวงงาม. การจัดการตนเองของชุมชนและท้องถิ่น. กรุงเทพฯ: บพิธการพิมพ์, 2551.