

**แนวทางการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน  
ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ ของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย  
อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย**

**ชำนาญ สุคันธภักดิ์\* เจสดา ธนวิภาคนนท์\*\***

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาปัญหาและหาแนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ประชาชนชุมชนบ้านคลองยาว ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัยอายุตั้งแต่ คน โดยการสุ่มแบบบังเอิญ เก็บรวบรวมข้อมูล 201 ปี จำนวน 60-18 โดยใช้แบบสอบถาม และจากการสนทนากลุ่ม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

**ผลการวิจัยพบว่า**

1. ปัญหาการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้แก่ 1) ทุกในครัวเรือนได้กินอาหารที่มีคุณภาพและพอเพียง 2) ชุมชนมีห้องสมุดประชาชนหรือห้องสมุดสถาบันการพลศึกษา ห้องสมุดโรงเรียน หรือห้องสมุดวัดอย่างเพียงพอ 3) สถาบันการพลศึกษาได้จัดทำเอกสารด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เผยแพร่ในชุมชนอย่างเพียงพอ 4) คนในชุมชนเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

2. แนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้แก่ 1) ควรจัดให้มีกิจกรรมการเรียนที่ถูกต้องและควรมีการจัดทำตารางโภชนาการที่ถูกต้องให้กับครอบครัวที่มีภาวะโภชนาการที่น่าเป็นห่วง มีการติดตามผลเป็นระยะอย่างต่อเนื่องเพื่อติดตามความคืบหน้า 2) ควรมีการจัดกิจกรรมรักการอ่านสำหรับคนในชุมชนอย่างน้อยปีละครั้ง 3) ควรมีการจัดทำเอกสารด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เผยแพร่ในชุมชนอย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง 4) ผู้นำชุมชนควรมีการจัดตั้งชมรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพขึ้นในชุมชนตามความต้องการและความถนัดของคนในชุมชน และจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ สมาชิกชมรมสามารถเข้าร่วมได้อย่างทั่วถึง

**คำสำคัญ:** การมีส่วนร่วม, การส่งเสริมสุขภาพ, ชุมชน

\* นักศึกษาหลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, 2556

\*\* รองศาสตราจารย์ ประจำคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์, ที่ปรึกษา

---

**Participation Between the Institute of physical Education Sukhothai Campus and the  
Community in the Enhance Sanitary of Community Ban Klong Yang,  
BanKlouty Meung District Sukhothai Province**

**Chamnan Sukoupakdee\* Jessada Thanavipakanon\*\***

---

**Abstract**

This research were to study the problem and find soulutions for the Instiute of Physical Education Sukhothai Campus and the community in the Enhance to Sanitary of Ban Klong Yang community in Tambon Ban Kluay Muang district, Sukhothai. The sample used in this study comprised 201 people of Ban Khlontg Yang, Tambon Ban Kluay, Muang, Sukhothail. A questionnaire and group discussion were used in this research. Data analysis was done by using the percentage, standard deviation, and content analysis.

The results showed that problems of participation between the institute of Physical Education Sukhothai campus and the community in the engance of sanitary of Ban Klong Yang community were whether 1) everyone in the household had diet quality and standards sufficiently, 2) public library, or community library, education at institutions of school library or temple library were adequate, 3) the Institute of Physical Education produced the health, exercise and sport documents for the. community adequately, 4) people in the community join ed the sports, health and exercise club constantly. Solutions for the Institute of Physieal Education Sukhothai Campus and the community regarding the health of the community, Ban Khlontg Yang, Tambon Ban Klugy, Muang, Sukhothai are in the following 4 aspects: 1) Should provide the project / activity, knowledge about proper nutrition and prepare the proper nutritional schedule for their families that nutrition is concerned. Include monitoring to track progress. 2) Reading activities should be held for the community to read at least 3 times a year. 3) Documentation should include exercise and healthy sport. Publish in the community thoroughly and continuously. 4) Community leaders should establish exercising club in community that suit the needs and aptitudes of the community. Activities and opportunities are provided for members to participate equally.

**Keyword:** Paticipation, health promotion, community

---

\* Student in Master of Education degree in Health Promotion program, Nakhon Sawan Rajabhat University, 2013

\*\* Associate Professor in Faculty of Education in Nakhon Swan Rajabhat University, Advisor

## บทนำ

สุขภาพ ถือเป็นเป้าหมายสูงสุดของชุมชนและสังคมเป็นทั้งอุดมการณ์และหลักประกันความมั่นคงของชาติ จากสาระสำคัญสำคัญในมาตรา 6 บัญญัติว่าการพัฒนาประเทศอย่างยั่งยืนคือการพัฒนาที่มุ่งสร้างสุขภาพของประชาชนและสังคม การบรรลุสุขภาพซึ่งเป็นสิทธิขั้นพื้นฐานของบุคคลจึงมีความจำเป็นที่บุคคลจะต้องตระหนักในความรับผิดชอบต่อสุขภาพ มีวิถีชีวิตเพื่อสุขภาพ อีกทั้งมีสมรรถนะในการควบคุมสุขภาพของตนเอง การส่งเสริมสุขภาพดูเหมือนจะจำกัดอยู่ในวงแคบๆ ที่แทรกอยู่ในสาขาอื่นและการจัดโครงสร้างของทางราชการเองก็เหมือนจะจำกัดงานส่งเสริมสุขภาพไว้เพียงแต่หน่วยงานของสาธารณสุขในการบริการด้านสุขภาพ โดยประชาชนส่วนใหญ่จะเข้าใจความหมายของสุขภาพทั่วไปในเรื่องของโรคภัยไข้เจ็บและการใช้บริการของโรงพยาบาลเท่านั้น

ในปี พ.ศ. 2520 องค์การอนามัยโลกได้จัดให้มีการประชุมเพื่อสนับสนุนเป้าหมายสุขภาพดีถ้วนหน้า (Health for all) ขึ้นและต่อมามีการประชุมนานาชาติเรื่อง “การสาธารณสุขมูลฐาน” (Primary Health Care) ซึ่งจัดโดยกองทุนสงเคราะห์เด็กแห่งสหประชาชาติ (The United Nations Children’s Fund) ร่วมกับองค์การอนามัยโลก (WHO: World Health Organization) ณ กรุงอัลมาอะตาประเทศในปี พ.ศ. 2521 จากการประชุมครั้งนี้ งานส่งเสริมสุขภาพหรืออีกนัยหนึ่งเรียกว่า “การสาธารณสุขยุคใหม่” (New Public Health) ได้ประกาศเจตนารมณ์จากการประชุมได้กำหนดนโยบายสุขภาพใหม่โดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน ความร่วมมือระหว่างภาพต่าง ๆ ของสังคมโดยมีการสาธารณสุขมูลฐานเป็นพื้นฐาน

จากความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพประกอบกับความต้องการในการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชน ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาแนวทางการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมืองจังหวัดสุโขทัย เนื่องจากที่ผ่านมามีการให้บริการด้านสุขภาพของสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย มักถูกคนส่วนใหญ่มองข้ามเพราะคิดว่าเป็นหน้าที่ของสถานอนามัยหรือหน่วยงานสาธารณสุขเท่านั้น ประกอบกับเมื่อสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย ได้เข้าไปมีบทบาทและมีส่วนร่วมในการให้บริการด้านสุขภาพกับชุมชนแล้วทำให้ชุมชนรู้สึกว่าการส่งเสริมสุขภาพชุมชน ไม่ใช่เรื่องของตนชุมชนจึงยังไม่เห็นคุณค่าและความสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพเท่าที่ควร ส่งผลให้ชุมชนไม่มีการจัดทำแผนแม่บทชุมชนพึ่งตนเองที่มุ่งเน้นด้านการส่งเสริมสุขภาพภายในชุมชน ซึ่งแผนแม่บทชุมชนพึ่งตนเองนี้จัดเป็นเครื่องมือสำคัญในการบริหารจัดการชุมชนและนำไปสู่ชุมชนเข้มแข็ง ดังนั้นงานวิจัยดังกล่าวจะเป็นส่วนช่วยให้สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้มีบทบาทต่อการส่งเสริมสุขภาพร่วมกัน ก่อให้เกิดการมี

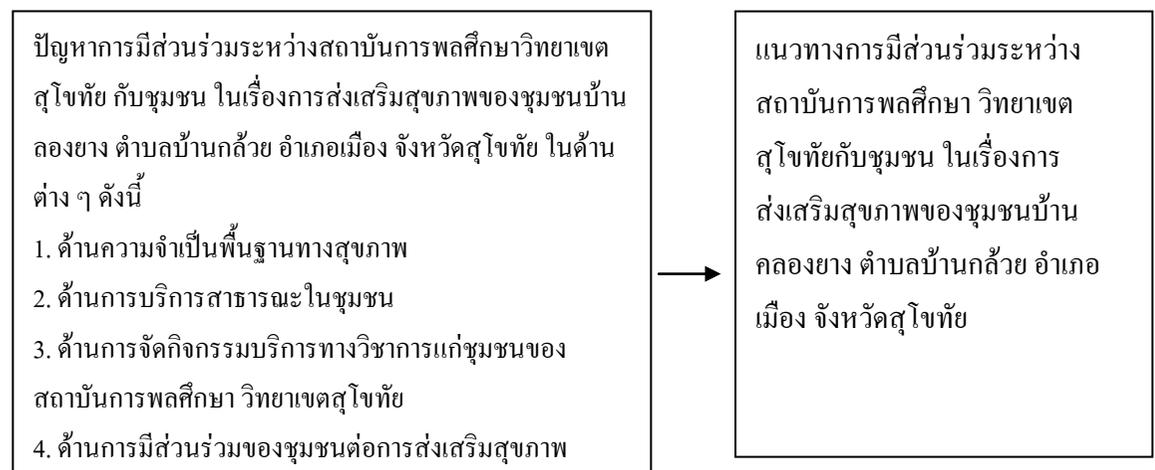
ส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพอย่างแท้จริง เต็มรูปแบบและมีประสิทธิภาพอันก่อให้เกิดประสิทธิภาพที่ดีต่อชุมชนในอนาคตและถือได้ว่าเป็นการดำเนินงานที่สำคัญอันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชนซึ่งเป็นกำลังในการพัฒนาสังคมไทยให้ยั่งยืนต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย
2. เพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชนในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

### แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า แนวคิด ทฤษฎี หลักการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการมีส่วนร่วมของชุมชน ตามแนวคิดของ อकिन ริพีพัฒนา สามารถสรุปเป็นกรอบแนวคิดของการวิจัย เรื่อง แนวทางการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชน บ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย แสดงกรอบแนวคิดการวิจัยดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

### ประเภทงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) ผู้วิจัยได้แบ่งขั้นตอนการวิจัยเป็น 2 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นการวิเคราะห์ปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยกับชุมชนในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมืองจังหวัดสุโขทัย

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นหาแนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ประชาชนในชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ที่มีอายุตั้งแต่ 18-60 ปี จำนวน 409 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ประชาชนในชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ที่มีอายุตั้งแต่ 18-60 ปี จำนวน 201 คน โดยการเปิดตารางของเครชีและมอร์แกน การสุ่มใช้วิธีการสุ่มแบบบังเอิญ

ผู้ให้ข้อมูล ได้แก่ ผู้ที่มีความรู้และประสบการณ์และมีส่วนเกี่ยวข้องในด้านการส่งเสริมสุขภาพชุมชน ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย จำนวน 9 คน ประกอบด้วย นายกเทศบาลตำบลบ้านกล้วย จำนวน 1 คน สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านกล้วย จำนวน 1 คน ผู้ใหญ่บ้านตำบลบ้านกล้วย จำนวน 4 คน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านกล้วย จำนวน 1 คน บุคลากรสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย จำนวน 2 คน

### เครื่องมือที่ใช้วิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ฉบับดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยกับชุมชนในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ซึ่งมีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ตอนดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยข้อความที่เกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยกับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

ฉบับที่ 2 แบบบันทึกการสนทนาเพื่อหาแนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ซึ่งมีสมาชิกสนทนากลุ่ม ผู้ดำเนินรายการ ผู้จัดบันทึกและผู้บันทึกภาพและเลขานุการในการร่วมสนทนากลุ่ม

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังต่อไปนี้

ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ ถึงรองอธิการบดีสถาบันการพลศึกษาประจำวิทยาเขตสุโขทัย และนายกเทศบาลตำบลบ้านกล้วยเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง

### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป เพื่อหาค่าสถิติต่าง ๆ ของคะแนนรายข้อของแต่ละด้านและรวมทุกด้านแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์การประเมินระดับความคิดเห็น โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เป็นรายข้อและรายด้าน เสนอเป็นตารางประกอบการแปลความหมายรายข้อหลายด้าน รวมทุกด้าน โดยใช้เกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ยดังต่อไปนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2554: 100-102)

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มีปัญหาในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มีปัญหาในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.51 – 2.50 หมายถึง มีปัญหาในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง มีปัญหาในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง มีปัญหาในระดับน้อยที่สุด

2. วิเคราะห์แนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยกับชุมชนในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง

จังหวัดสุโขทัย โดยการสนทนากลุ่ม ระหว่างผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่มจำนวน คน โดยพิจารณาจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลขั้นตอนที่อันดับแรกของ 3 และเลือกประเด็นที่เป็นปัญหา 1 แต่ละด้านมาเป็นประเด็นสำหรับการสนทนากลุ่ม โดยการวิเคราะห์เนื้อหา

### สรุปผลการวิจัย

ปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้แก่

1. ทุกคนในครัวเรือนได้กินอาหารที่มีคุณภาพและได้มาตรฐานอย่างพอเพียง
2. ชุมชนมีห้องสมุดประชาชนหรือห้องสมุดสถาบันการพลศึกษา ห้องสมุดโรงเรียนหรือห้องสมุดวัดอย่างพอเพียง
3. สถาบันการพลศึกษาได้จัดทำเอกสารด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เผยแพร่ในชุมชนอย่างเพียงพอ
4. คนในชุมชนเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่องเนื่องแนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชน ในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย ได้แก่

4.1 ควรจัดให้มีโครงการกิจกรรมให้ความรู้เรื่องโภชนาการที่ถูกวิธีและควรมีการจัดทำตาราง/มีภาวะโภชนาการที่น่าเป็นห่วง รวมถึงมีการติดตามผลเป็นระยะอย่าง โภชนาการที่ถูกต้องให้กับครอบครัวที่ต่อเนื่อง เพื่อติดตามความคืบหน้า

4.2 ควรมีการจัดกิจกรรมรณรงค์การอ่านสำหรับคนในชุมชนอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง

4.3 ควรมีการจัดทำเอกสารด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เผยแพร่ในชุมชนอย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง ซึ่งอาจจะจัดทำในรูปแบบวารสารรายสัปดาห์ วารสารรายเดือนหรือจดหมายข่าว

4.4 ผู้นำชุมชนควรมีการจัดตั้งชมรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพขึ้นในชุมชนตามความต้องการและความถนัดของคนในชุมชน และจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้สมาชิกชมรมสามารถเข้าร่วมได้อย่างทั่วถึง

### อภิปรายผล

ปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชนในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ยาง ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

1. ด้านความจำเป็นพื้นฐานทางสุขภาพ ผลการศึกษา พบว่า ทุกคนในครัวเรือนได้กินอาหารที่มีคุณภาพและได้มาตรฐานอย่างพอเพียงมีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับ หนังสือเรียน สุขศึกษากลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ที่กล่าวว่า คนเรามีสุขภาพที่ดีนั้น การรับประทานอาหารนับเป็นปัจจัยแรกๆ ซึ่งจำเป็นต้องมีความรู้ด้านโภชนาการและอาหาร เพื่อจะได้เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ได้สัดส่วนที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย อันเป็นการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีให้ห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ สำหรับด้านการบริการสาธารณะในชุมชน ผลการศึกษาพบว่า ชุมชนมีห้องสมุดประชาชนหรือห้องสมุดสถาบันการศึกษา ห้องสมุดโรงเรียน หรือห้องสมุดวัดอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับ กาญจนา เชื้อมศรีจันทร์ (2552) ที่กล่าวว่า การอ่านเป็นวิธีการส่งเสริมให้คนมีความคิด ความอ่านและฉลาดรอบรู้ เพราะประสบการณ์ที่ได้จากการอ่านเมื่อเก็บสะสมเพิ่มพูนนานเข้าจะทำให้เกิดความคิดเกิดสติปัญญาหาเป็นคนฉลาดรอบรู้ได้ นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับ สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ที่กล่าวว่า วิธีการช่วยเหลือดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ ที่สำคัญประการหนึ่ง คือการให้ความสนใจต่อปัญหาหรือเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้น โดยอ่านจากหนังสือ ฟังข่าวจากวิทยุ จากโทรทัศน์ เพื่อให้มีความรู้ ถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคม อีกทั้งยังเป็นการบริหารความคิดและสมองไม่ให้เสื่อมถอยลง

2. ด้านการจัดกิจกรรมบริการทางวิชาการแก่ชุมชน ของสถาบันการศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย ผลการศึกษา พบว่า สถาบันการศึกษา ได้จัดทำเอกสารด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เผยแพร่ในชุมชนอย่างเพียงพอ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก ดังเช่น Desimone, Werner & Harris (2002) ได้กล่าวถึงพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในองค์กรว่า เป็นกิจกรรมการวางแผนอย่างเป็นระบบ เพื่อให้บุคลากรในองค์กรมีโอกาสเรียนรู้และเพิ่มพูนทักษะที่จำเป็นตามความต้องการ ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยของ จงกลพรรณ ศรีคำ (2553) ที่พบว่า การให้ข้อมูลข่าวสาร การจัดอบรม การประชุมชี้แจง และการประชาสัมพันธ์โดยวิธีการต่างๆ เป็นวิธีการส่งเสริมสุขภาพ ที่มีความต่อเนื่องในการจัดกิจกรรม และด้านการมีส่วนร่วมของชุมชนต่อการส่งเสริมสุขภาพ ผลการศึกษา พบว่า คนในชุมชนเข้าร่วมเป็นสมาชิกชมรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับ โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ (2552) ที่กล่าวว่า เครื่องอสาสมัครสาธารณสุข ภาพถือเป็นยุทธศาสตร์สำคัญของการสร้างการมีส่วนร่วมในการพัฒนาสุข (ชมรม) และเป็นทุนสะสมอยู่ในระบบการสาธารณสุขไทย นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของจงกลพรรณ ศรีคำ (2553) ที่พบว่า ขั้นตอนการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพของหน่วยงาน ได้แก่ การสร้างทีมงานส่งเสริม สุขภาพ ซึ่งจะ มี อสม. เป็นเครือข่ายในการทำงาน เป็นหลัก โดยจะชี้แจงในเรื่องการให้ความสนใจในเรื่อง

สุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชน เพื่อเป็นแบบอย่างด้านสุขภาพให้กับคนในชุมชน รวมทั้งความสามารถกระตุ้นและชักจูงให้ชุมชนเห็นถึงความสำคัญของสุขภาพให้ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาของชุมชน และสามารถเป็นผู้นำในกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพของชุมชน

3. แนวทางการแก้ไขปัญหาการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชนในเรื่องการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนบ้านคลองยาง ใน 4 ด้าน คือ ด้านความจำเป็นพื้นฐานทางสุขภาพ ควรจัดให้มีโครงการรณรงค์โภชนาการที่ถูกต้องและควรกิจกรรมให้ความรู้ มีการจัดทำตารางโภชนาการที่ถูกต้องให้กับครอบครัวที่มีภาวะโภชนาการที่น่าเป็นห่วง รวมถึงมีการติดตามผลเป็นระยะอย่างต่อเนื่อง ด้านการบริการสาธารณสุขในชุมชน สถานศึกษาในชุมชน ควรมีการจัดกิจกรรมรณรงค์การอ่านสำหรับคนในชุมชนอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง ด้านการจัดกิจกรรมบริการทางวิชาการแก่ชุมชน ของสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย ควรมีการจัดทำเอกสารด้านการออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ เผยแพร่ในชุมชนอย่างทั่วถึงและต่อเนื่อง ซึ่งอาจจะจัดทำในรูปแบบวารสารรายสัปดาห์วารสารรายเดือนหรือจดหมายข่าว และด้านการมีส่วนร่วมของชุมชนต่อการส่งเสริมสุขภาพ ผู้นำชุมชนควรมีการจัดตั้งชมรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพขึ้นในชุมชนตามความต้องการและความถนัดของคนในชุมชน และจัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้สมาชิกชมรมสามารถเข้าร่วมได้อย่างทั่วถึง เช่น จัดตั้งชมรมแอโรบิคประจำหมู่บ้านและจัดให้มีการประกวดหรือแข่งขันระหว่างหมู่บ้านภายในตำบล ซึ่งการดำเนินการดังกล่าวเป็นไปตามหลักการมีส่วนร่วมที่ Newstrom and Davis (1997) ได้อธิบายว่าการมีส่วนร่วมเป็นการเกี่ยวข้องกันของด้านจิตใจ และอารมณ์ ความรู้สึกของบุคคลในสถานการณ์กลุ่มที่จะกระตุ้นให้เกิดการสร้างสรรค์จะทำในสิ่งที่บรรลุเป้าหมายของกลุ่ม

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย ควรมีการกำหนดนโยบาย รวมถึงมีการจัดทำแผนงาน/กลุ่มทุกชุมชนในเขตจังหวัดสุโขทัย โครงการที่เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนให้ครอบครัว กิจกรรมเพื่อเป็นการส่งเสริมสุขภาพของชุมชนอย่างทั่วถึง โดยสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย มีหน้าที่จัดส่งบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเพื่อทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาให้กับชุมชน
2. ควรให้การสนับสนุนงบประมาณเพื่อจัดหาวัสดุอุปกรณ์ให้เพียงพอต่อจำนวนประชากรในพื้นที่โครงการที่เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพของชุมชน
3. ควรมีการส่งเสริมสนับสนุนและให้ความรู้กับชุมชนในเรื่องของการมีสุขภาพที่ดี เพื่อให้ประชาชนในชุมชนได้เห็นคุณค่าและตระหนักในความสำคัญของสุขภาพทั้งของตนเองและบุคคลรอบข้างเพื่อนำไปสู่ชุมชนที่เข้มแข็งต่อไป

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาแนวทางการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัย กับชุมชนอื่นในจังหวัดสุโขทัย เพื่อเป็นข้อมูลในการส่งเสริมสุขภาพของประชาชนในจังหวัดสุโขทัย
2. มีการศึกษาแนวทางการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยกับหน่วยงานอื่นในจังหวัดสุโขทัย เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ชัดเจน ถูกต้อง ตรงตามความต้องการในการส่งเสริมสุขภาพของหน่วยงานนั้น
3. ควรมีการศึกษาแนวทางการมีส่วนร่วมระหว่างสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุโขทัยกับสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตอื่นๆ เพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนาส่งเสริมสุขภาพของประชาชน

### เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2551). หนังสือเรียนสาระการเรียนรู้พื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรขั้นพื้นฐาน. 2551. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์
- กาญจนา เชื้ออมศรีจันทร์. (2552). ความสำคัญของการอ่าน. สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 1 [ออนไลน์]: <http://www.thailgoodview.com>. [23 มกราคม 2555].
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ และคณะ. (2552). วิถีชุมชน คู่มือการเรียนรู้ที่ทำให้งานชุมชนง่ายได้ผล และสนุก. พิมพ์ครั้งที่ 8. นนทบุรี สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ (สวสส).
- จกมลพรรณ ศรีคำ. (2553). การมีส่วนร่วมของคนในชุมชน กับหน่วยงานภาครัฐ ด้านการส่งเสริมสุขภาพกรณีศึกษา หมู่บ้านพระนั่งดิน หมู่ที่ 7 ตำบลเวียง อำเภอเชียงคำ จังหวัดพะเยา วิทยานิพนธ์. (การบริหารการศึกษา). เชียงราย: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2545). การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- \_\_\_\_\_. (2546). การวิจัยเบื้องต้น. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- อกิน รพีพัฒน์. (2527). การมีส่วนร่วมของชุมชนในการพัฒนาชนบทในสภาพสังคมและวัฒนธรรมไทย. กรุงเทพฯ. ศักดิ์โสภณาการพิมพ์.
- Desimone, RL., Werner, J.M., & Harris, D.M. (2002). **Human resource development** (3<sup>rd</sup> ed.) Orlando: Harcourt College Publishers.
- Newstrom, J.W. and Davis, K. (1997). **Organizational behavior: Human behavior at work.**(10<sup>th</sup> ed.) New York: McGraw-Hill

\*\*\*\*\*