

กิจกรรมและปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานโรงเรียน ผู้สูงอายุ กรณีศึกษา: ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง Activities and Physical Factors Influencing Elderly School Use, Case Study: Bang Pao Subdistrict, Kantang District, Trang Province

พรทิพย์ กิมนวน^{1*} และ มลชฎากร สุกการ²

¹อาจารย์ สำนักวิชาสถาปัตยกรรมศาสตร์และการออกแบบ
มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช 80160

²อาจารย์ สำนักวิชาพหุภาษาและการศึกษาทั่วไป
มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จังหวัดนครศรีธรรมราช 80160

Pornthip Kimnuan^{1*} and Monchadapon Sukkan²

¹Lecturer, School of Architecture and Design, Walailak University,
Nakorn Si Thammarat, Thailand, 80160

²Lecturer, School of Languages and General Education,
Walailak University, Nakorn Si Thammarat, Thailand, 80160

*Email: Pornthip.landtect@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความนิยมกิจกรรมและปัจจัยทางกายภาพที่มีผลต่อการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง โดยศึกษาแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับ รูปแบบกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานของผู้สูงอายุทั้งในด้านขนาดพื้นที่ใช้สอย ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ จากนั้นทำการเก็บข้อมูลแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ 60 - 69 ปี ในตำบลบางเป้า ที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดีตามหลักการช่วยตนเองในกิจวัตรประจำวัน (ADL) จำนวน 100 ตัวอย่าง โดยดำเนินการเก็บตัวอย่างในช่วงเดือนพฤษภาคม 2564 เพื่อสำรวจความนิยมทำกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ ผลการวิจัยพบว่า 1) ความนิยมกิจกรรมในผู้สูงอายุ นิยมทำกิจกรรมเชิงสังคม คือ การพบปะ พูดคุยกับ คนที่รู้จัก รองลงมาคือใช้เป็นพื้นที่สำหรับกิจกรรมหลักหรือจำเป็น 2) ปัจจัยทางกายภาพด้านพื้นที่ใช้สอยโรงเรียนผู้สูงอายุปัจจุบันมีขนาดไม่เพียงพอต่อกิจกรรมตามแผนการเรียนรู้ของโรงเรียนผู้สูงอายุ 3) ปัจจัยองค์ประกอบทางกายภาพเพื่ออำนวยความสะดวกที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานผู้สูงอายุในระดับมากที่สุด คือ องค์ประกอบเพื่อความปลอดภัย ประกอบด้วย ห้องน้ำมีอุปกรณ์เอื้อต่อการใช้งาน ทางลาดเอื้อ

ในพื้นที่ต่างระดับ ตามลำดับ และองค์ประกอบอำนวยความสะดวกในการใช้งานและเข้าถึงพื้นที่ ประกอบด้วยทางเดินภายในอาคารที่มีความกว้างเพียงพอต่อการใช้งาน รวมถึงพื้นผิวต่างสัมผัสที่พื้นเอื้อประโยชน์ขณะสัญจรตามลำดับ

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, โรงเรียนผู้สูงอายุ, กิจกรรมผู้สูงอายุ, องค์ประกอบทางกายภาพ

Abstract

This research aims to study the popularity of activities and physical factors that affect the use of the elderly school in Bang Pao Subdistrict, Kantang District, Trang Province. The study investigates concepts and theories about activity patterns and physical factors that influence the use of space size and facilities for the elderly. We collected questionnaires from 100 elderly people aged 60 to 69 in Bang Pao Subdistrict who can take care of themselves well, based on the principle of daily self-help (ADL). We conducted the sampling during May 2021 to explore the popularity of activities and physical factors that affect the use of the elderly school. According to the results, 1) The popularity of social activity among the elderly is meeting and talking with acquaintances, followed by using the space for main or necessary activities. 2) The usable space factor in the elderly school is insufficient for the activities according to the school's learning plan for the elderly. 3) The physical factors that influence the convenience of using the elderly school at the highest level are safety components, including bathrooms equipped with supportive devices, ramps to support different levels, and elements to facilitate use and access to areas, such as walkways within the building that are wide enough for use, and different surfaces that touch the ground to enhance the benefits while traveling.

Keywords: Elderly, School of Elderly, Elderly Activities, The Physical Elements

Received: June 6, 2022; **Revised:** September 2, 2022; **Accepted:** November 17, 2022

1. บทนำ

องค์การสหประชาชาติได้ประเมินสถานการณ์เกี่ยวกับผู้สูงอายุโลกในช่วง พ.ศ. 2544-2643 ถึงการเป็นศตวรรษแห่งผู้สูงอายุ เนื่องจากสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ปัจจุบันประเทศไทยได้กลายเป็นประเทศที่มีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วเป็นอันดับ 3 ของโลก อันดับ 2 ในอาเซียน และจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในปี 2568 (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564) จากสถานการณ์ดังกล่าวจึงได้มีการเตรียมรับมือโดยการกำหนดแผนยุทธศาสตร์ และการเตรียมความพร้อมในการก้าวสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ โดยมีแผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ที่มุ่งเน้นให้ความสำคัญในด้านสุขภาพและสังคม (นลินดา สุวรรณประเสริฐ และ นิจ ตันติศิริพันธ์, 2563) โดยมีมาตรการที่ได้กล่าวถึง ส่งเสริมการเข้าถึง และพัฒนาการจัดการบริการการศึกษา และการเรียนรู้ต่อเนื่องตลอดชีวิตทั้งการศึกษาในระบบ นอกกระบบ ตลอดจนการศึกษาตามอัธยาศัย ซึ่งโรงเรียนผู้สูงอายุจึงเป็นทางเลือกหนึ่งตอบวัตถุประสงค์จากมาตรการดังกล่าว

ปัจจุบันโครงสร้างประชากรจังหวัดตรังมีแนวโน้มเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ เป็นผลให้เกิดภาวะพึ่งพิงสูงขึ้น ซึ่งจากสถานการณ์ผู้สูงอายุในจังหวัดตรัง พบว่า ช่วงปี พ.ศ. 2559-2563 ผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 13.8 คิดเป็น ร้อยละ 16.5 ของประชากรทั้งหมด อีกทั้ง การเตรียมพร้อมเพื่อรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุยังมีน้อย (กรมกิจการผู้สูงอายุ สำนักงานสถิติจังหวัดตรัง, 2563) โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง จึงถูกจัดตั้งขึ้นเพื่อรองรับการเตรียมพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และตามมาตรการในแผนยุทธศาสตร์ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลพึ่งพาตนเองได้ในระดับสูง (เทศบาลตำบลบางเป้า, 2563) ทั้งนี้ จากการเข้าร่วมกิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง (ดังภาพที่ 1) พบว่า อาคารโรงเรียนผู้สูงอายุไม่สามารถรองรับกิจกรรมการใช้งาน กิจกรรมการเรียนการสอนแบบบรรยายและปฏิบัติภายในอาคารเพื่อผู้สูงอายุ ที่เพียงพอต่อความต้องการได้ ซึ่งพื้นที่อาคารโรงเรียนผู้สูงอายุดังกล่าวเป็นเสมือนศูนย์กลางกิจกรรมของผู้สูงอายุในตำบลบางเป้า แต่ปัจจุบันขนาดพื้นที่อาคารโรงเรียนผู้สูงอายุไม่สอดคล้องกับกิจกรรม เป็นผลให้ต้องใช้บางส่วนของอาคารอเนกประสงค์ของเทศบาลตำบลบางเป้าเพื่อดำเนินการกิจกรรมตามหลักสูตรแทน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญ และความจำเป็นในการวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมผู้สูงอายุ รวมถึงปัจจัยทางกายภาพที่เหมาะสมสำหรับรองรับการใช้งานต่อไป



ภาพที่ 1 บรรยากาศการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า

2. การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

2.1 แนวคิดสังคมผู้สูงอายุและการแบ่งประเภทผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป โดยมีการแบ่งเกณฑ์ผู้สูงอายุตามสภาพการมีอายุเพิ่มขึ้นลักษณะการแบ่งช่วงอายุของประเทศไทย ดังนี้ ผู้สูงอายุ (elderly) คือ อายุระหว่าง 60-69 ปี คนชรา (old) คือ อายุระหว่าง 70-79 ปี คนชรามาก (very old) คือ อายุตั้งแต่ 80 ปีขึ้นไป (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2556) ทั้งนี้ นอกเหนือจากการแบ่งโดยช่วงอายุแล้ว ได้มีการแบ่งผู้สูงอายุตามหลักการดูแลตนเองในกิจวัตรประจำวัน (Activity Daily Living : ADL) (นิลปัทม์ ศรีโสภภาพ และ เปรมยุดา ชมภูคำ, 2564) ซึ่งสามารถจัดกลุ่มตามลักษณะทางสุขภาพ และสังคมของผู้สูงอายุได้ 3 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มที่ช่วยตนเองได้ดี (ติดสังคม) สุขภาพทั่วไปดี ช่วยเหลือตนเองได้ อาจมี โรคเรื้อรังแต่ควบคุมได้ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมช่วยเหลือคนอื่นได้ 2) กลุ่มที่พอช่วยเหลือตนเองได้บ้าง (ติดบ้าน) ช่วยตนเองได้ในบางเรื่อง ต้องการความช่วยเหลือบางส่วน อาจมีโรคเรื้อรัง และโรคที่มีผลต่อการเคลื่อนไหว มีข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม 3) กลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ (ติดเตียง) ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ มีโรคประจำตัวหลายโรค โรคแทรกซ้อนหรือเจ็บป่วยระยะสุดท้าย ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2556; อลงกต ดังคะวานิช, 2563) การทบทวนวรรณกรรมดังกล่าวจะเป็นส่วนหนึ่งในการกำหนดเกณฑ์ช่วงอายุของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างในตำบลบางเป้าที่มีอายุ 60-69 ปี (elderly) ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างหลักในการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง และเป็นผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี ตามหลักการช่วยตนเองในกิจวัตรประจำวัน (ADL)

2.2 แนวคิดการแบ่งประเภทกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

การทำกิจกรรมทางกายอย่างเพียงพอส่งผลดี และเป็นปัจจัยสำคัญของการมีสุขภาพดีหรือคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งมีผลต่อการลดปัจจัยเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอย่างมีนัยสำคัญ (ปิยะภัทร เดชพระธรรม, 2552) โดยกิจกรรมที่เกิดขึ้นหากเป็นกิจกรรมทางสังคมจะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากการที่ผู้สูงอายุมีความคล่องแคล่ว และบทบาทที่ดีทางสังคม สามารถเข้าร่วมกิจกรรม หรือสร้างสรรค์ได้จะส่งผลให้เกิดทัศนคติภาพพจน์ที่ดีแก่ตนเอง (ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์, 2535) ทั้งนี้ รูปแบบกิจกรรมทางกายภาพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 3 รูปแบบ (ณัชศพา หลงผาสุข, 2562) คือ 1) กิจกรรมการทำงาน เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถทำเป็นกิจวัตรประจำวันด้วยตนเองได้ โดยถือเป็นกิจกรรมจำเป็น เช่น การทำงาน การทำงานบ้าน เลี้ยงหลาน และการยกสิ่งของ 2) กิจกรรมการเดินทาง เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นขณะเดินทางจากบ้านไปอีกสถานที่หนึ่ง หรือจากสถานที่หนึ่งไปอีกสถานที่หนึ่ง เช่น การเดินไปซื้อกับข้าวที่ตลาด การแวะพักระหว่างเดินทางไปทำงาน หรือทำกิจกรรมอื่น 3) กิจกรรมสังคมและนันทนาการ เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นในช่วงยามว่าง เพื่อผ่อนคลาย ลดความตึงเครียดทางร่างกาย ส่งเสริมสุขภาพจิตใจ และสมองให้กับผู้สูงอายุจากการเว้นว่างกิจกรรมประจำวันอื่น ๆ เช่น การละเล่นพื้นถิ่น ร้องเพลง เดินรำ การทำงานศิลปะ และงานฝีมือ การออกกำลังกาย เล่นกีฬา

จากการทบทวนวรรณกรรมด้านแนวคิดการแบ่งประเภทกิจกรรมผู้สูงอายุดังกล่าว มีส่วนช่วยสนับสนุนการกำหนดกรอบคำถามของแบบสอบถามเกี่ยวกับความต้องการใช้งานกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่โรงเรียน นอกเหนือจากแผนและนโยบายเดิมของโรงเรียน

2.3 แนวคิดปัจจัยทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุ

การมีสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ดี สามารถเข้าถึงบริการ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกได้นับเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ โดย ชุมเขต แสงเจริญ (2562) ได้กล่าวว่า การปรับสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีการปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพดี ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมียืนยาว ความเป็นอยู่ที่ดี และปลอดภัยภายในชุมชนซึ่งเป็นสิ่งสำคัญมาก ซึ่งแนวทางการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ (สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ, 2558) ได้กล่าวถึงหลัก 4 ประการ ประกอบด้วย ความปลอดภัยทางกายภาพ การเข้าถึงง่าย ความสามารถสร้างแรงกระตุ้นผ่านสภาพแวดล้อมที่น่าสนใจ และการดูแลรักษาง่าย ขณะที่ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2557) อ้างถึงใน สุขน ยัมรัตน์บวร (2560) ได้อธิบายถึง ความสะดวกในการดำรงชีวิตในอาคาร และสิ่งแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 7 ประการคือ ความเสมอภาค เท่าเทียมกัน ความยืดหยุ่นในการใช้งานที่ง่าย และเข้าใจง่าย ข้อมูลชัดเจน ระบบป้องกันอันตราย (ใช้แรงน้อย) และมีขนาด และพื้นที่ใช้งานที่เหมาะสมกับการเข้าถึงและใช้สอยได้ง่าย โดยขนาดพื้นที่ใช้งานสำหรับผู้สูงอายุเพื่อการเรียน จากการศึกษาการใช้ประโยชน์พื้นที่ใช้สอยภายในอาคารเรียนของ ชฎาพร ประสพถิ่น และ เอมอร พิทยายน (2558) ได้อธิบายว่า พื้นที่ใช้สอยตามเกณฑ์สำหรับห้องบรรยายควรมีขนาด 1.5 ตร.ม.ต่อคน ขณะที่พื้นที่ส่วนกลางหรือพื้นที่กิจกรรมนันทนาการ ควรมีขนาด 4.1 ตร.ม.ต่อคน (Department of Health, 2000) ซึ่งยังไม่รวมระยะปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งนี้ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2556) ได้กล่าวถึง ระยะปลอดภัยนอกเหนือจากพื้นที่ใช้งานปกติสำหรับให้วีลแชร์เข้าถึงได้ ด้านละ 0.90 เมตร ซึ่งสามารถสรุปได้ว่า พื้นที่การเรียนเพื่อบรรยายสำหรับผู้สูงอายุใช้พื้นที่อย่างน้อย 69.3 ตร.ม.ต่อ 30 คน และพื้นที่การเรียนเพื่อทำกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ มีความต้องการใช้พื้นที่อย่างน้อย 123 ตร.ม. ต่อ 30 คน ซึ่งรวมระยะปลอดภัยแล้ว

สำหรับองค์ประกอบของสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ ตามกฎกระทรวง กำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพพื้น และคนชรา พ.ศ. 2548 ได้กำหนดการออกแบบสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อให้เอื้อต่อผู้พิการ และผู้สูงอายุโดยมีรายละเอียด ดังนี้ 1) ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก ซึ่งควรมีการระบุสัญลักษณ์ เครื่องหมายที่ชัดเจนเพื่ออำนวยความสะดวกในการใช้งานแก่ผู้พิการ และคนชรา 2) ทางลาด และลิฟต์ขึ้นอาคาร ต้องมีความกว้างเป็นตามมาตรฐาน วัสดุพื้นผิวต้องไม่ลื่น ลิฟต์มีตัวเลข โทรศัพท์ฉุกเฉิน และเสียงแจ้งเตือนที่ชัดเจน 3) บันได ต้องคำนึงถึงความกว้างของชานพัก ราวจับ ลูกตั้ง และพื้นผิวที่ไม่ก่อให้เกิดอันตราย 4) ที่จอดรถ ควรคำนึงถึงที่จอดรถพิเศษสำหรับผู้พิการ และคนชรา 5) ทางเข้าอาคาร ทางเดิน และทางเชื่อมระหว่างอาคารโดยคำนึงถึงด้านพื้นผิวเป็นหลักให้ไม่ลื่น ไม่เป็นหลุมเป็นบ่อ หรือมีสิ่งกีดขวาง นอกจากนี้ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2556) ได้กล่าวเพิ่มเติมเกี่ยวกับ ทางเดินภายในอาคารว่า ควรมีความกว้างเพียงพอสำหรับสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ ไม่มีสิ่งกีดขวาง กรณีที่มีสิ่งกีดขวาง ต้องจัดให้อยู่แนวเดียวกันโดยไม่กีดขวางทางเดินรวม ทั้งนี้ พื้นผิวทำจากวัสดุไม่ลื่น หากเป็นพื้นผิวลื่นควรมีการติดแผ่นกันลื่น โดย ธนาศรี สัมพันธารักษ์ เพ็ชรยิ้ม และคณะ (2560) ได้กล่าวว่า ทางเดินดังกล่าวควรมีขนาด 1.50 เมตร หรือไม่ควรมากกว่า 1.20 เมตร

การทบทวนวรรณกรรมดังกล่าว เป็นการสรุปเกี่ยวกับปัจจัยทางกายภาพที่มีความสำคัญของการใช้งานของผู้สูงอายุ ทั้งด้านขนาดพื้นที่ใช้สอยซึ่งมีระยะปลอดภัยเหมาะสม องค์ประกอบเพื่ออำนวยความสะดวกทั้งภายใน และภายนอกอาคาร ซึ่งสามารถนำไปต่อยอดเพื่อการสำรวจความสำคัญ ระยะที่เหมาะสมขององค์ประกอบทางกายภาพที่จำเป็นในโรงเรียนสำหรับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่ต่อไป

2.4 แผนและนโยบายการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ

โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง เรียกอีกชื่อว่า ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางเป้า ได้มีการจัดทำแผนการเรียนรู้โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลบางเป้า ประจำปีงบประมาณ 2563 เพื่อนำมาใช้เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ การสอนหลักภายในอาคารโรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งมีเป้าหมายเป็นผู้สูงอายุภายในชุมชนบางเป้าที่เข้าร่วมหลักสูตรแต่ละรุ่นโดยเฉลี่ย 30 คน โดยมุ่งเน้นกลุ่มผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป รวมถึงผู้ที่เตรียมเข้าสู่ผู้สูงอายุที่สนใจ มีสุขภาพแข็งแรง สามารถช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน หรือการประกอบอาชีพได้ตามหลัก (ADL)

แผนการเรียนรู้ตามหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุ มุ่งเน้นทักษะ 3 ด้าน คือ วิชาชีวิต วิชาชีพ และวิชาการ ในสัดส่วนความสำคัญของเนื้อหา 50:30:20 ซึ่งมีรายละเอียดแผนการเรียนรู้แต่ละด้าน ดังนี้ 1) วิชาชีวิต มุ่งเน้นการส่งเสริมทักษะที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในการนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย กิจกรรมบันไดพลองหยึก ฝึกปฏิบัติกิจวัตรประจำวันให้มีคุณค่า สูงวัยภูมิใจในถิ่นเกิด สูงวัยยุคใหม่กินอย่างไร ภัยภัยวันละนิด ชีวิตปลอดภัย หนังสือลูกบ้านเรา สุขภาพจิตต้องดีไว้ เครียดทำไมยังไม่ต้องชรา ผักสมอง ประลองปัญญา 10 อ. คืออะไรมารู้กันใหม่ สุขกายสุขใจ กายภาพบำบัดเป็นอย่างไร รวบรวมยุค กิจกรรมกลุ่ม และการศึกษาดูงาน 2) วิชาชีพ มุ่งเน้นแนวทางเพื่อส่งเสริมความรู้ ทักษะด้านอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุในท้องถิ่น ประกอบด้วย กิจกรรมการฝึกอาชีพ เรียนรู้แบบพึ่งพา ทำผลิตภัณฑ์จักสาน การทำหน้ากากอนามัยและเจลล้างมือ การเรียนรู้แบบพึ่งพา 3) วิชาการ มุ่งเน้นการเสริมสร้างองค์ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การบรรยายเรื่อง สูงวัยใจอาสาพัฒนาถิ่น สูงวัย 2020 กับเรื่องราวเทคโนโลยี กฎหมายใหม่ ๆ สูงวัยเข้าใจเข้าถึงทำบัญชีครัวเรือนกัน วางแผนการเงินอย่างไร สุขใจยามชรา เรียนรู้โรคใหม่ ๆ สูงวัยไม่ประมาท (เทศบาลตำบลบางเป้า, 2563)

จากการทบทวนแผน และนโยบายการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นการแจกแจงรายละเอียดกิจกรรมที่ภายในโรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งรายละเอียดดังกล่าวสามารถนำไปต่อยอดในการวิเคราะห์รูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมต่อพื้นที่ภายใน และภายนอกอาคาร ตลอดจนการวิเคราะห์ถึงขนาดพื้นที่ ระยะ รวมทั้งองค์ประกอบทางกายภาพเพื่ออำนวยความสะดวก และมีความปลอดภัย

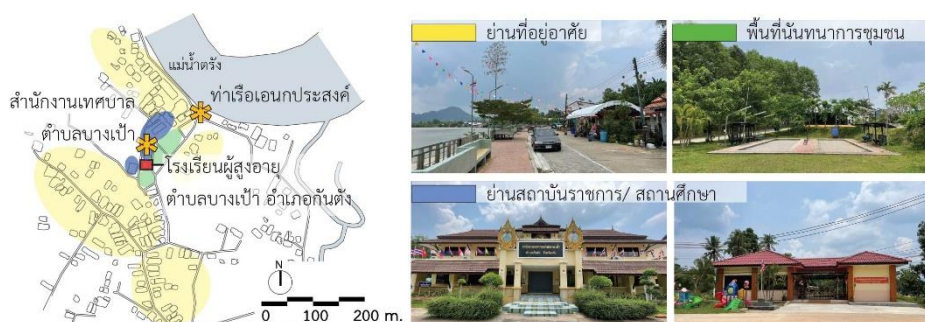
จากการทบทวนวรรณกรรมข้างต้น ทำให้เห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ 3 รูปแบบ องค์ประกอบของสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ 9 ปัจจัย รวมถึงลักษณะกิจกรรมที่เกิดขึ้นตามแผนการเรียนรู้ของโรงเรียน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการกำหนดกรอบแนวคิด ด้านกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพเพื่อให้ตอบสนองความต้องการใช้งานจริงของผู้สูงอายุ

3. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความนิยมกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ และปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานพื้นที่โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป่า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง

4. ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านพื้นที่ คือ โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป่า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง (ดังภาพที่ 2) และขอบเขตด้านเนื้อหา คือ การศึกษารูปแบบกิจกรรม แผนการเรียนรู้โรงเรียน และปัจจัยทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุ



ภาพที่ 2 ตำแหน่งที่ตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ

5. วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) ร่วมกับการวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative Research) เพื่อวิเคราะห์กิจกรรมและปัจจัยทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งมีขั้นตอนศึกษา (ดังภาพที่ 3) ดังนี้

5.1 การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ และปัจจัยทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุ

5.2 การกำหนดแนวคิด และเครื่องมือการวิจัย

ได้จากการทบทวนวรรณกรรมเพื่อนำไปสู่การกำหนดโครงสร้างเครื่องมือการวิจัย ในประเด็นความนิยมกิจกรรม ปัจจัยทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุสำหรับแบบสอบถาม และแบบสำรวจ

5.3 การเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างในโรงเรียนผู้สูงอายุ

ได้กำหนดวิธีการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามด้านลักษณะความนิยมกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพขององค์ประกอบเพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ สำหรับงานวิจัยนี้กำหนดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 100 ตัวอย่างที่ระดับความเชื่อมั่น 95% (Yamane, 1973) จากจำนวนผู้สูงอายุในตำบลบางเป่า (elderly) ซึ่งมีอายุระหว่าง 60 - 69 ปี ที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี เป็นผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ดี ตามหลักการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวัน (ADL) ซึ่งการแจกแบบสอบถามใช้วิธีการสุ่มเพื่อสำรวจความคิดเห็นการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุแบบเจาะจง (purposive sampling)

จากเก็บข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่ประกอบด้วย เพศหญิง ร้อยละ 72 เพศชาย ร้อยละ 28 ประกอบอาชีพ รับจ้าง ร้อยละ 26 ค้าขาย ธุรกิจส่วนตัว ร้อยละ 21 แม่บ้าน ร้อยละ 18 เกษตรกร ร้อยละ 16 เกษียณราชการ ร้อยละ 13 ไม่ได้ทำงาน ร้อยละ 6

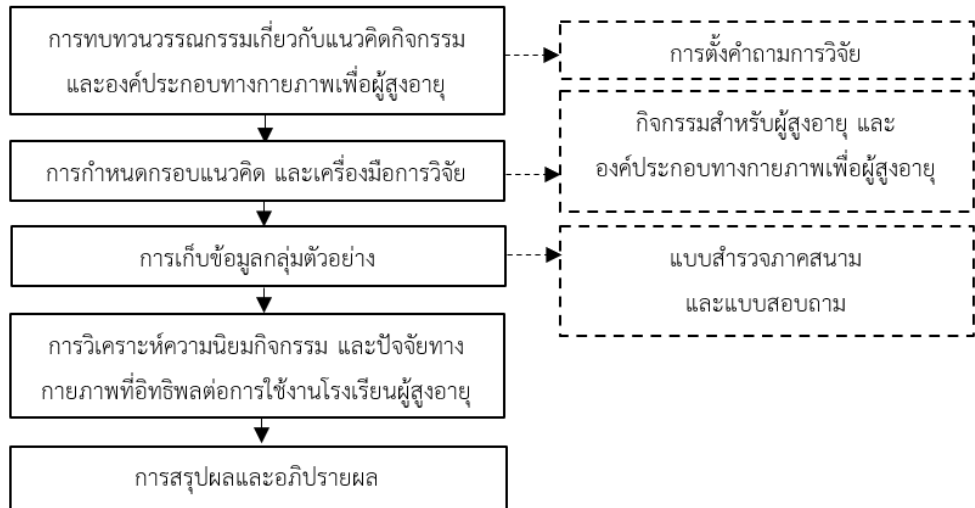
สำหรับการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างเพื่อสำรวจความนิยมกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพของโรงเรียนผู้สูงอายุ กำหนดรูปแบบการตอบแบบสอบถามด้วยระดับค่าคะแนนของการเลือกทำกิจกรรมในพื้นที่ และปัจจัยทางกายภาพขององค์ประกอบเพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นข้อมูลระดับช่วงชั้น (interval scale) เพื่อรวบรวมข้อมูลทั้งกิจกรรมและองค์ประกอบทางกายภาพ เพื่อนำมาวิเคราะห์ความนิยมกิจกรรมและปัจจัยทางกายภาพขององค์ประกอบเพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ

5.4 การวิเคราะห์ความนิยมกิจกรรมและปัจจัยทางกายภาพของโรงเรียนผู้สูงอายุ

การนำผลการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างและการสำรวจภาคสนาม วิเคราะห์ถึงความนิยมกิจกรรมและการประเมินปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) เพื่ออธิบายผลการวิเคราะห์และสรุปถึงปัจจัยเกี่ยวข้องเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาเชิงกายภาพต่อไป

5.5 การสรุปผลและข้อเสนอแนะ

การอภิปรายและสรุปผลตามลักษณะความนิยมกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อเสนอแนะแนวทางการต่อยอดเพื่อพัฒนางานวิจัยต่อไป



ภาพที่ 3 กรอบแนวคิดวิธีการวิจัย

6. ผลการศึกษา

6.1 การสำรวจพื้นที่ใช้สอยปัจจุบันกับแผนการเรียนรู้โรงเรียนผู้สูงอายุ

การเก็บรวบรวมผลจากการสำรวจภาคสนามพื้นที่ใช้สอยโรงเรียนผู้สูงอายุ เมื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับกิจกรรมตามแผนการเรียนรู้ของโรงเรียนฯ และขนาดพื้นที่เพื่อรองรับการใช้งานด้านการเรียนการสอนตามเกณฑ์

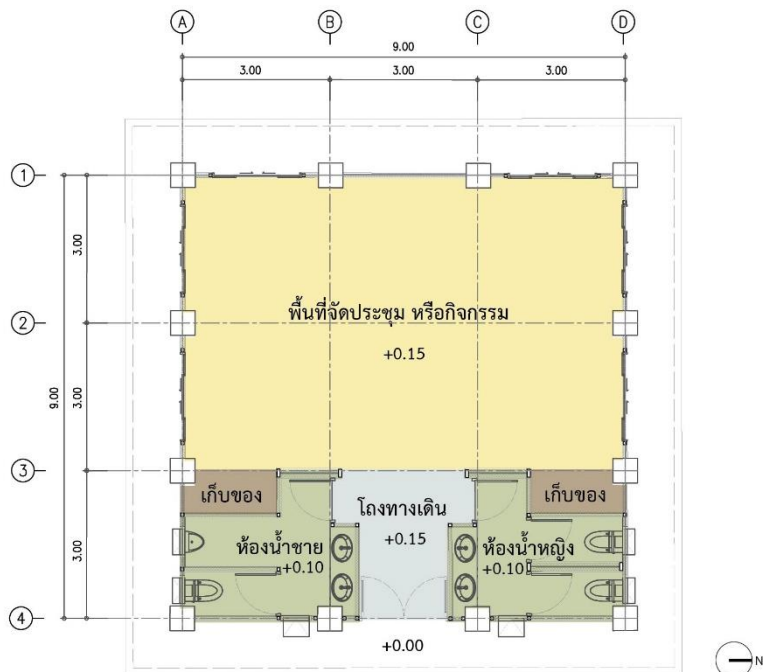
พบว่า ลักษณะการใช้พื้นที่ตามแผนการเรียนรู้ของโรงเรียน มีรูปแบบกิจกรรมที่เกิดขึ้นในอาคารเป็นส่วนใหญ่ โดยเมื่อทำการวิเคราะห์ขนาดพื้นที่กิจกรรมเชิงบรรยาย ในหมวดของวิชาชีพ และวิชาการ ซึ่งมีความต้องการใช้พื้นที่อย่างน้อย 69.3 ตร.ม. และกิจกรรมปฏิบัติในหมวดวิชาชีพ มีความต้องการใช้พื้นที่อย่างน้อย 123 ตร.ม. ตามเกณฑ์มาตรฐาน ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยตามแผนการเรียนรู้โรงเรียนผู้สูงอายุ

หลักสูตร/ กิจกรรม	การใช้พื้นที่		กิจกรรม	ประมาณการพื้นที่ใช้สอยตามเกณฑ์	จำนวนผู้ใช้งาน/ครั้ง
	ภายในอาคาร	ภายนอกอาคาร			
1. วิชาชีวิต					
บันปลายชีวิตนี้อยู่อย่างไรให้มีคุณค่า	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
สูงวัยภูมิใจในถิ่นเกิด	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
สูงวัยยุคใหม่กินอย่างไร	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
ขยับกายวันละนิด ชีวิตปลอดภัย		●	ปฏิบัติ	ปรับเปลี่ยนตามพื้นที่ภายนอก	30
หนึ่งตระกูลบ้านเรา	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
สุขภาพจิตต้องดีไว้ เครียดทำไมยังงัดต้องขรา	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
ฝึกสมองประลองปัญญา	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
10อ. คืออะไรมารู้กัน	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
กายภาพบำบัดเป็นอย่างไร	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
ร่ายวัยอ่อนยุค	●		ปฏิบัติ	123 ตร.ม.	30
กิจกรรมกลุ่ม	●		ปฏิบัติ	123 ตร.ม.	30
ศึกษาดูงาน	-	-	-	ไม่มีการใช้พื้นที่	30
2. วิชาชีพ					
การฝึกอาชีพ	●		ปฏิบัติ	123 ตร.ม.	30
เรียนรู้แบบพึ่งพ	●		ปฏิบัติ	123 ตร.ม.	30
ทำผลิตภัณฑ์จักสาน	●		ปฏิบัติ	123 ตร.ม.	30
การทำหน้ากากอนามัย เจลล้างมือใช้เอง	●		ปฏิบัติ	123 ตร.ม.	30
เรียนรู้แบบพึ่งพ		●	ปฏิบัติ	ปรับเปลี่ยนตามพื้นที่ภายนอก	30

หลักสูตร/ กิจกรรม	การใช้พื้นที่		กิจกรรม	ประมาณการพื้นที่ใช้สอยตามเกณฑ์	จำนวนผู้ใช้งาน/ครั้ง
	ภายในอาคาร	ภายนอกอาคาร			
3. วิชาการ					
สูงวัยใจอาสาพัฒนาถิ่น	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
สูงวัย 2020 กับเทคโนโลยี	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
กฎหมายใหม่ สูงวัยเข้าใจเข้าถึง	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
ทำบุญชีคร้วเรือนกัน	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
วางแผนการเงินอย่างไร	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
สุขใจยามชรา	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30
เรียนรู้โรคใหม่ๆ	●		บรรยาย	69.3 ตร.ม.	30

ที่มา: เทศบาลตำบลบางเป้า (2563)



ภาพที่ 4 ผังและบรรยากาศภายในโรงเรียนผู้สูงอายุ



ภาพที่ 5 ลักษณะทางกายภาพโรงเรียนผู้สูงอายุ

6.2 ความนิยมกิจกรรมในผู้สูงอายุ

การเก็บข้อมูลพฤติกรรมการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุจากแบบสอบถาม พบว่า ความถี่ที่กลุ่มตัวอย่างเข้ามาใช้พื้นที่โรงเรียนผู้สูงอายุ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 46 ถัดมาคือใช้งาน 1-2 ครั้งต่อเดือน จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 30 และใช้งานมากกว่า 2 ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นจำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 21

ความนิยมกิจกรรม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความนิยมเข้ามาทำกิจกรรมเพื่อใช้พื้นที่อาคารทำ กิจกรรมจำเป็น ได้แก่ การมาทำงานอดิเรก หรือจัดสถานที่ประชุม คิดเป็นร้อยละ 55 การมาติดต่อเจ้าหน้าที่ คิดเป็นร้อยละ 37 และการมาดูแลทำความสะอาดพื้นที่ คิดเป็นร้อยละ 17 ตามลำดับ ถัดมากิจกรรมการเดินทาง ได้แก่ การเป็นจุดแวะพักระหว่างออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 42 การเป็นจุดแวะพักระหว่างเดินทางไปตลาด ซื้อของ คิดเป็นร้อยละ 17 และจุดแวะพักระหว่างเดินทางไปทำงาน คิดเป็นร้อยละ 1 ตามลำดับ สุดท้ายคือ กิจกรรมเชิงสังคม ได้แก่ การจัดมาประชุม อบรม คิดเป็นร้อยละ 67 การรวมกลุ่มทางสังคมเพื่อทำงานพื้นบ้าน ศิลปะ หรืองานฝีมือ คิดเป็นร้อยละ 41 และการมาออกกำลังกาย หรือกายบริหาร คิดเป็นร้อยละ 35 ตามลำดับ

6.3 ปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานผู้สูงอายุ

การเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่ เกี่ยวกับปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลการใช้งานผู้สูงอายุ โดยกำหนดให้ระดับค่าคะแนนแก่ปัจจัยที่ส่งผลมากน้อย ตามลำดับ ซึ่งแปลงผลด้วยการกำหนดความกว้างของอันตรภาคชั้น คือ 1.00-1.80 คือ มีอิทธิพลน้อยที่สุด 1.81-2.60 มีอิทธิพลน้อย 2.61-3.40 มีอิทธิพลปานกลาง 3.41- 4.20 มีอิทธิพลมาก และ 4.21- 5.00 มีอิทธิพลมากที่สุด โดยมีผลการศึกษา ตามตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 การประเมินระดับปัจจัยองค์ประกอบทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ

ลำดับ	ปัจจัย	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับความสำคัญ
1	ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกชัดเจน	3.32	.909	มาก
2	ทางลาดเอื้อในพื้นที่ต่างระดับ	4.21	.729	มากที่สุด
3	บันได และมีการติดตั้งราวจับบันได	4.20	.739	มาก
4	ห้องน้ำ/ ห้องส้วม มีอุปกรณ์เอื้อต่อการใช้งาน	4.23	.790	มากที่สุด
5	ประตูเข้า-ออก ใช้งานสะดวก	3.39	.695	มาก

ลำดับ	ปัจจัย	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ระดับความสำคัญ
6	พื้นผิวต่างสัมผัสที่พื้นเอื้อประโยชน์ขณะสัญจร	4.24	.653	มากที่สุด
7	ทางเดินภายในอาคาร มีความกว้างที่เพียงพอ	4.34	.699	มากที่สุด
8	ทางเชื่อมภายนอกอาคาร และบริเวณโดยรอบ	3.96	.710	มาก
9	ลานจอดรถ ที่เอื้อให้เข้าถึงอาคารสะดวก	3.30	.644	ปานกลาง

7. สรุปผลและอภิปรายผล

บทความวิจัยนี้แสดงให้เห็นถึงกระบวนการวิเคราะห์ถึงความนิยมกิจกรรม และปัจจัยทางกายภาพภายในโรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถตอบวัตถุประสงค์การวิจัยได้ 2 ประเด็นหลัก คือ

1) ความนิยมกิจกรรมในโรงเรียนผู้สูงอายุ พบว่า ประเภทของกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญ คือ การทำกิจกรรมเชิงสังคม คือ การพบปะ พูดคุยกับ คนที่รู้จัก รองลงมาคือใช้เป็นพื้นที่สำหรับกิจกรรมหลักหรือจำเป็น คือ การเข้ามาทำกิจกรรมการเรียนการสอน และเตรียมพร้อมจัดพื้นที่สำหรับการประชุม ตามลำดับ โดยกิจกรรมเชิงสังคม ดังกล่าวจะช่วยสร้างความคล่องแคล่ว การมีส่วนร่วมในกิจกรรมเกิดทัศนคติ และคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุได้ สอดคล้องกับ ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์ (2535) และ ปิยะภัทร เดชพระธรรม (2556) ที่ได้กล่าวถึง กิจกรรมทางกายที่เป็นรูปแบบของกิจกรรมทางสังคมจะส่งผลดีต่อผู้สูงอายุ ทั้งนี้ แม้พฤติกรรมความถี่ของการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุจะนิยมใช้เพียง 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์ แต่นับได้ว่าพื้นที่ดังกล่าวพื้นที่โรงเรียนดังกล่าวมีศักยภาพบทบาทหลักในการทำให้เกิดรวมกลุ่มเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุในตำบลบางเป่าร่วมกัน

2) ปัจจัยทางกายภาพที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานโรงเรียนผู้สูงอายุ สามารถอภิปรายปัจจัยทางกายภาพที่เกี่ยวข้องแบ่งได้ 2 ปัจจัย ประกอบด้วย (1) ปัจจัยทางกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายในโรงเรียนผู้สูงอายุ เมื่อเปรียบเทียบการวิเคราะห์ขนาดพื้นที่ตามรูปแบบกิจกรรมของแผนการเรียนรู้ตามหลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางเป่า พบว่า พื้นที่ใช้สอยโรงเรียนผู้สูงอายุไม่สอดคล้องกับความต้องการใช้งานพื้นที่ตามแผนเนื่องจากมีพื้นที่สำหรับการบรรยายและจัดปฏิบัติกิจกรรมในชั้นเรียน ซึ่งมีส่วนพื้นที่จัดประชุมหรือกิจกรรมรองรับเพียงส่วนเดียว (ดังภาพที่ 4) มีขนาดพื้นที่ใช้สอยโดยรวม 51.81 ตร.ม. (ไม่รวมส่วนเก็บของ และห้องน้ำ) ซึ่งมีขนาดเล็กกว่าความต้องการใช้งานจริง โดยจากการวิเคราะห์เพื่อจัดสรรองค์ประกอบกายภาพของ และรองรับกิจกรรมการใช้งานเหมาะสมของผู้สูงอายุ ควรมีขนาดสำหรับพื้นที่ใช้สอยเพื่อการบรรยาย 69.3 ตร.ม. และกิจกรรมปฏิบัติเชิงวิชาชีพ หรือการบริหารควรมีขนาด 123 ตร.ม. ซึ่งระยะดังกล่าวเป็นไปตาม ขุภาพร ประสพ ถิ่น และเอมอร พิทยานน (2558) และ Department of Health (2000) ที่ได้กล่าวถึง ขนาดพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับห้องบรรยาย และพื้นที่เพื่อการทำกิจกรรมนันทนาการ ทั้งนี้ ขนาดดังกล่าวยังสอดคล้องตาม ไตรรัตน์ จารุทัศน์ (2556) ได้กล่าวถึงการเพิ่มระยะปลอดภัยแก่พื้นที่ทำกิจกรรม หรือพื้นที่ใช้งานของผู้สูงอายุ (2) ปัจจัยองค์ประกอบทางกายภาพของสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อผู้สูงอายุ ที่มีอิทธิพลต่อการใช้งานมากที่สุด พบว่ามี 2 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบเพื่อความปลอดภัย ประกอบด้วย ห้องน้ำมีอุปกรณ์เอื้อต่อการใช้งานทางลาดเอื้อในพื้นที่ต่างระดับ ตามลำดับ และองค์ประกอบอำนวยความสะดวกในการใช้งานและเข้าถึงพื้นที่ประกอบด้วย ทางเดินภายในอาคารที่มีความกว้างเพียงพอต่อการใช้งาน รวมถึงพื้นผิวต่างสัมผัสที่พื้นเอื้อประโยชน์

ขณะสัญจร ตามลำดับ สอดคล้องกับ สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ และสำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ (2564) ที่ได้กล่าวถึง หลักแนวคิดที่ควรคำนึงของการออกแบบสภาพแวดล้อม และที่พำนักของผู้สูงอายุ เนื่องจากกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งเป็นผู้ใช้งานภายในพื้นที่ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มคนที่ยังช่วยเหลือตนเองได้และเน้นการใช้งานภายในโรงเรียนเป็นหลักมากกว่าพื้นที่ภายนอก องค์ประกอบดังกล่าวจะมีส่วนช่วยทำให้การทำการกิจกรรมภายในโรงเรียนมีความสะดวก ปลอดภัยมากขึ้น ปัจจัยที่มีอิทธิพลรองลงมาอยู่ในระดับมาก พบว่า มี 4 ปัจจัย ได้แก่ การมีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกชัดเจน การมีบันได และมีการติดตั้งราวจับบันได ประตูเข้า-ออกใช้งานง่ายสะดวก ซึ่งลักษณะทางกายภาพดังกล่าวเป็นกายภาพที่เอื้อต่อความสะดวกในการใช้งานและการเข้าถึง ประกอบกับ ลักษณะกายภาพอาคารมีความซับซ้อนของพื้นที่ใช้สอย หรือมีการเปลี่ยนแปลงระดับพื้นที่น้อย ปัจจัยดังกล่าวจึงเป็นการสร้างทางเลือกให้กับผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ สุขน ยัมรัตนบรร (2556) ที่ได้กล่าวถึง การสร้างทางเลือกเพื่อเน้นการอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ ซึ่งกายภาพโรงเรียนผู้สูงอายุในปัจจุบันยังไม่มีติดตั้งสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุดังกล่าว (ดังภาพที่ 4 และภาพที่ 5)

ดังนั้น จากการอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การศึกษาในด้านกิจกรรม และกายภาพพื้นที่โรงเรียนผู้สูงอายุ ทำให้พบช่องว่างของกายภาพอาคารและรูปแบบกิจกรรมที่เกิดขึ้น 2 ประเด็น คือ 1) การพัฒนาอาคารโรงเรียนผู้สูงอายุปัจจุบันมีพื้นที่ใช้สอยไม่สอดคล้องกับความต้องการกิจกรรมเชิงสังคมของผู้สูงอายุ และกิจกรรมตามแผนการเรียนรู้ของโรงเรียน กายภาพพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารควรมีการคำนึงถึงพื้นที่ใช้งานจริงรวมถึงระยะปลอดภัยของผู้สูงอายุแต่ละคน เพื่อทำให้อาคารสามารถรองรับกิจกรรมทั้งเพื่อการบรรยายและปฏิบัติได้ 2) การพัฒนาองค์ประกอบทางกายภาพเพื่อผู้สูงอายุสำหรับโรงเรียนผู้สูงอายุบางเป้า มุ่งเน้นองค์ประกอบทางกายภาพเพื่อสร้างความปลอดภัย และเอื้อต่อการเข้าถึงในพื้นที่เป็นหลัก เพื่อทำให้เกิดความเสมอภาค ความเท่าเทียมในการใช้งาน

ผลการศึกษา และทบทวนวรรณกรรมจากงานวิจัยดังกล่าว ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์ถึงความเหมาะสมของกิจกรรมผู้สูงอายุในชุมชนบางเป้ากับกายภาพพื้นที่จริงในปัจจุบัน ซึ่งแสดงถึงจุดเริ่มต้นในการเปลี่ยนผ่านข้อมูลดังกล่าวไปสู่การพัฒนาที่เป็นรูปธรรมต่อไป เพื่อส่งเสริมการใช้งานของผู้สูงอายุให้คุณภาพที่ดีขึ้น และสอดคล้องกับความต้องการพฤติกรรมการใช้งานจริง

8. ข้อเสนอแนะ

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการอธิบายถึงภาพรวมของความนิยม ความสอดคล้องของกิจกรรมและกายภาพพื้นที่ใช้สอยตามหลักแนวคิดและทฤษฎี ควรมีการต่อยอดโดยการวิเคราะห์ถึงพฤติกรรม ผู้สูงอายุในโรงเรียนอย่างละเอียด ซึ่งมุ่งหวังให้เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาปรับปรุงต่อยอดรูปแบบทางสถาปัตยกรรมที่เหมาะสมของโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลบางเป้า อำเภอกันตัง จังหวัดตรัง ต่อไป อันก่อให้เกิดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุเชิงสังคมมากขึ้น เช่น การมีพื้นที่ทำการกิจกรรมร่วมกันภายในชุมชน การมีกายภาพที่ปลอดภัยช่วยเสริมสร้างสภาวะทางจิตใจของผู้สูงอายุ

ทั้งนี้ ผลการวิจัยดังกล่าวสามารถต่อยอด ด้านความนิยมกิจกรรมเชิงสังคม และกิจกรรมตามแผนโรงเรียนของผู้สูงอายุเพื่อการพัฒนาสภาพแวดล้อมภายนอกโดยรอบโรงเรียนผู้สูงอายุได้ อันเป็นประโยชน์

ต่อการบูรณาการร่วมกับศาสตร์ภูมิสถาปัตยกรรม และการวางผังออกแบบชุมชนเมือง เพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุในระดับชุมชน หรือระดับเมืองต่อไป

9. กิตติกรรมประกาศ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของทุนวิจัยจากโครงการ “การพัฒนาและวิจัยเพื่อการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่น” ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ผ่านการดำเนินงานโดย “ศูนย์จัดการเครือข่ายสุขภาวะชุมชนเพื่อการดูแลผู้สูงอายุมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์” เลขที่รับรองโครงการวิจัยในมนุษย์ WUEC-20-188-01

10. เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2556). คู่มือ “ความสุข 5 มิติสำหรับผู้สูงอายุ” ฉบับปรับปรุง. สำนักส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. <https://dmh-elibrary.org/items/show/1236>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ สำนักงานสถิติจังหวัดตรัง. (2563). สถิติผู้สูงอายุ ปีพ.ศ. 2559 – 2563. <https://dlink.me/rCvHg>.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). สังคมผู้สูงอายุในปัจจุบันและเศรษฐกิจในประเทศไทย. <https://www.dop.go.th/th/know/15/926>.
- ชญาพร ประสพถัน และ เอมอร พิทยายน. (2558). การใช้ประโยชน์พื้นที่ในอาคาร คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2555. *Journal of Professional Routine to Research*, 2015(2), 63-80
- ชุมเขต แสงเจริญ. (2562). *ปรับเมืองเพื่อคนทั้งมวล (Universal Design) สำหรับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น*. สถาบันพระปกเกล้า. บริษัท ศูนย์การพิมพ์แก่นจันทร์ จำกัด.
- ณัชศพา หลงผาสุข. (2562). กิจกรรมทางกายในผู้สูงอายุ: ประยุกต์ใช้ทฤษฎีการรับรู้สมรรถนะแห่งตน. *วารสารของวารวชิรสารการพยาบาล*, 21(2), 67-72.
- ไทรรัตน์ จารุทัศน์. (2557). *คู่มือการจัดสิ่งอำนวยความสะดวก โครงการการจัดการความรู้ – อาคารสถานที่ ที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ.
- เทศบาลตำบลบางเป้า จังหวัดตรัง. (2563). *แผนการเรียนรู้โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลบางเป้า ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 หลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลบางเป้า รุ่นที่ 1*. ตรัง
- ธนาศรี สัมพันธ์รักษ์ เพ็ชรยิ้ม, สุปรียา หวังพัชรพล, ขวัญชัย กาแก้ว และ สุพิชญา ศุภพิพัฒน์. (2560). *Age-friendly Built Environments สุขตามวัย: สิ่งแวดล้อมสรรค์สร้างที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). บริษัท อี.ที. พับลิชชิ่ง จำกัด.

- นลินดา สุวรรณประสพ และ นิจ ตันติศิริพันธ์. (2563). การประเมินความเหมาะสมและแนวทางการพัฒนาพื้นที่เมืองให้เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุทางด้านกายภาพ: กรณีศึกษาเทศบาลนครรังสิต. *Journal of Architectural/Planning Research and Studies*, 17(1), 157-172.
- นิลปัทม์ ศรีโสภภาพ และ เปรมยุดา ชมภูคำ. (2564). บทบาทของงานสถาปัตยกรรมต่อผู้ป่วยกลุ่มโรคสมองเสื่อม. *วารสารสถาปัตยกรรม การออกแบบและการก่อสร้าง*, 3(2), 31-43.
- ปัทมา อมรสิริสมบุรณ์. (2535). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะการทำงานของผู้สูงอายุในประเทศไทย. [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล]. <http://cms.dru.ac.th/jspui/bitstream/123456789/1006/7/Unit%202.pdf>
- ปิยะภัทร เดชพระธรรม. (2552). การออกกำลังกายในผู้สูงอายุ. ใน ประเสริฐ อัสสันตชัย (บ.ก), *ปัญหาสุขภาพที่พบบ่อยในผู้สูงอายุและการป้องกัน*. ยูเนี่ยน ศรีเอช.
- สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ. (2558). คู่มือการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ.ม.ป.ท. https://www.dop.go.th/download/knowledge/th1614847949-577_0.PDF
- สุชน ยัมรัตน์บวร. (2560). เสนอแนะการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุโครงการแบบบ้านยืมเพื่อประชาชนระยะที่ 3 สำนักการโยธา กรุงเทพมหานคร. *วารสารวิชา การคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สจล*. 24(1). 50-64.
- อลงกต ดังคะวานิช. (2563). รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว ตำบลเหล่าแดง อำเภอดอนมดแดง จังหวัดอุบลราชธานี. *วารสารสุขภาพและสิ่งแวดล้อมศึกษา*, 5(2), 28-35.
- Department of Health. (2000). *Care Homes for Older People National Minimum Standards and The Care Homes Regulations 2001*. (3rd ed.). The United Kingdom for the Stationery Office.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis*. (3rd ed.). Harper and Row Publication.