

พฤติกรรมการใช้พื้นที่และแนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย เพื่อคุณภาพชีวิต: การสูงวัยในที่เดิมในเมืองเชียงใหม่ Spatial Practices and Housing Adaptation Design Guidelines for Quality of Life: Aging-in-Place in Chiang Mai

Article Type: Research Article

กนกวรรณ คชสีห์^{1*} และ วรณิก พิชญากานต์²

¹⁻² อาจารย์

คณะศิลปกรรมและสถาปัตยกรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา จังหวัดเชียงใหม่ 50300

Kanokwan Kotchasee^{1*} and Wannick Pichayakan²

¹⁻² Lecturer

Faculty of Arts and Architecture

Rajamangala University of Technology Lanna, Chiangmai 50300

*Email: kkanokwan@rmutl.ac.th

บทคัดย่อ

งานวิจัยมุ่งศึกษาลักษณะทางกายภาพของที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้าน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้พื้นที่กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ภายใต้กรอบแนวคิดการสูงวัยในที่เดิม (Aging in Place: AIP) ในชุมชนพวกแต้ม ซึ่งเป็นชุมชนดั้งเดิมที่เผชิญข้อจำกัดด้านกายภาพจากการขยายตัวของเมือง และการท่องเที่ยว โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วยแบบสอบถามกึ่งโครงสร้าง การสัมภาษณ์เชิงลึก การสำรวจภาคสนาม และการตรวจวัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมจำนวน 19 คน จากบ้านพักอาศัย 9 หลัง ที่คัดเลือกแบบเจาะจง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา การจัดหมวดหมู่ และการสังเคราะห์เชิงอุปนัย ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุร้อยละ 80 มีอายุมากกว่า 70 ปี และพักอาศัยในบ้านไม้ดั้งเดิมที่มีอายุเกิน 50 ปี โดยร้อยละ 95 ใช้พื้นที่ชั้นล่างเป็นพื้นที่หลักในการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการใช้พื้นที่สะท้อนความเชื่อมโยงอย่างมีนัยสำคัญระหว่างพื้นที่อยู่อาศัย พื้นที่ทางสังคม และการสร้างรายได้ โดยร้อยละ 67 ใช้พื้นที่หน้าบ้านและเฉลียงในการทำกิจกรรม (ร้อยละ 44) และการค้าขาย (ร้อยละ 22) ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า การสูงวัยในที่เดิมไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการปรับปรุงทางกายภาพของที่อยู่อาศัย แต่ครอบคลุมถึงระบบนิเวศทางสังคมและวัฒนธรรมที่หล่อหลอมวิถีชีวิตของผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจึงขึ้นอยู่กับการปรับปรุงพื้นที่ที่เอื้อต่อการประกอบอาชีพ การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการดำรงบทบาทในชุมชน งานวิจัยเสนอแนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้าน โดยเน้นความสะดวก ปลอดภัย และการรักษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม เพื่อสนับสนุนการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิมอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: การสูงวัยในที่เดิม; พฤติกรรมการใช้พื้นที่; ที่อยู่อาศัย; คุณภาพชีวิต; ชุมชนดั้งเดิม

Abstract

This study aims to investigate the physical characteristics of housing and neighborhood environments and to analyze the relationship between spatial practices and the quality of life of older adults, grounded in the concept of Aging in Place (AIP). The study focuses on Puak Tam, a traditional community in Chiang Mai that faces physical constraints due to urban expansion and tourism development. A qualitative research methodology was employed, comprising semi-structured questionnaires, in-depth interviews, field surveys, and physical environmental measurements. The sample consisted of 19 socially active older adults from nine purposively selected households. Data were analyzed using content analysis, categorization, and inductive synthesis. The findings reveal that 80% of participants are over 70 years of age and reside in traditional wooden houses aged more than 50 years. Approximately 95% primarily use the ground floor as their main living space. Spatial practices demonstrate significant interconnections between dwelling, social spaces, and income-generating activities. Specifically, 67% of participants use front yards and verandas for handicraft production (44%) and small-scale trading (22%). These findings indicate that Aging in Place extends beyond physical adaptation to encompass socio-cultural ecosystems that shape everyday life. The quality of life of older adults depends on spatial adaptations that support livelihood activities, social interaction, and continued participation in the community. This study proposes housing and neighborhood adaptation guidelines that emphasize accessibility, safety, and the preservation of cultural identity, thereby supporting sustainable aging in traditional urban communities.

Keywords: aging-in-place; spatial practices; housing; quality of life; traditional communities

Received: January 9, 2026; **Revised:** March 23, 2026; **Accepted:** April 1, 2026

1. บทนำ

ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ (Complete Aged Society) โดยมโนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปร้อยละ 21.44 ของประชากรทั้งหมด ผู้สูงอายุของจังหวัดเชียงใหม่มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 25.3 ในขณะที่ผู้สูงอายุที่สุขภาพแข็งแรงและมีแรงงานร้อยละ 51.5 เป็นผู้หารายได้เลี้ยงดูครอบครัวหรือดำรงชีวิตด้วยตนเองร้อยละ 43.5 (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2024) รายได้จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ (ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และคณะ, 2557) ขณะเดียวกัน ผู้สูงอายุยังมีความต้องการทางสังคม การร่วมกิจกรรมชุมชน และการใช้เวลาอยู่กับครอบครัว สะท้อนถึงความจำเป็นในการสนับสนุนคุณภาพชีวิตที่เหมาะสม เพื่อยืดเวลาการพึ่งพาหรือเป็นภาระแก่บุตรหลาน (วัลย์พร วรพรพงษ์ และคณะ, 2020)

แนวคิด Ageing in Place (Lecovich, 2014) สนับสนุนความต่อเนื่องของวิถีชีวิตในบริบทเดิม ทั้งในระดับครัวเรือนและชุมชน ไม่ใช่เพียงแนวคิดด้านที่อยู่อาศัยแต่เป็นประเด็นเชิงระบบที่ต้องอาศัยการบูรณาการระหว่างบุคคล สภาพแวดล้อม และโครงสร้างการบริการ ซึ่งยังคงเป็นช่องว่างสำคัญของการพัฒนาเชิงนโยบาย และการออกแบบพื้นที่ รวมถึงการใช้ชีวิตในบ้านเดิมของตนเอง (Age at Home) ด้วยเหตุผลด้านความรู้สึกเป็นเจ้าของ ความคุ้นเคยกับพื้นที่ และการพึ่งพาอาศัยในครอบครัวและชุมชน (ธีรณรงค์ สกุลศรี, 2565) อย่างไรก็ตาม การเตรียมพร้อมเพื่อรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุยังมีน้อย โดยพบว่า มีเพียงร้อยละ 7.1 ของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านที่มีสภาพแวดล้อมเหมาะสม และกว่าร้อยละ 50.7 ต้องการปรับปรุงที่อยู่อาศัย (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2025) ภายใต้สภาพแวดล้อมที่สะดวกสบาย ปลอดภัย และรองรับการเปลี่ยนแปลงตามวัย

การเติบโตอย่างต่อเนื่องของเมืองเชียงใหม่ โดยเฉพาะพื้นที่ศูนย์กลางเมือง ซึ่งเป็นพื้นที่เขตเมืองเก่าเชียงใหม่ เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งรูปแบบการอยู่อาศัย สภาพแวดล้อม และปัจจัยการดำรงชีพของผู้คน ตามพลวัตของเมืองที่มีการเปลี่ยนผ่านเป็นพื้นที่ย่านเศรษฐกิจเพื่อการท่องเที่ยว ทำให้เกิดการละเลยในมิติทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มคนดั้งเดิมในชุมชน (อัมพิกา ชุมมธยา และ วนิทย อ่องแสงชัย, 2018) ราคาที่ดินสูงขึ้น การอยู่อาศัยที่ขนาดเล็กลง หนาแน่นมากขึ้น ตอบรับบริบทของเมืองที่เปลี่ยนไป รวมถึงการขับเคลื่อนเมืองให้รองรับการท่องเที่ยว ส่งผลกระทบต่อชุมชนดั้งเดิมที่มีคุณค่าทางวัฒนธรรม ทั้งด้านวิถีชีวิตพื้นถิ่น ภูมิปัญญา ที่อยู่อาศัย และเศรษฐกิจชุมชน โดยเฉพาะกรณีศึกษา "ชุมชนพวงแตร" ซึ่งเป็นชุมชนดั้งเดิมที่มีความโดดเด่นทางวัฒนธรรม แม้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังคงสืบสานภูมิปัญญาและสร้างรายได้จากการทำหัตถกรรมในบ้านพักอาศัยและการค้าขายหน้าบ้าน แต่อาคารไม้ที่มีอายุกว่า 50 ปี และสภาพแวดล้อมละแวกบ้านกลายเป็นอุปสรรคสำคัญ เนื่องจากการออกแบบที่รองรับการเปลี่ยนแปลงตามวัยและความต้องการพื้นที่

ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงศึกษาพฤติกรรมการใช้พื้นที่ในชีวิตประจำวันที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เชื่อมโยงกับบริบทชุมชนดั้งเดิมที่เปลี่ยนแปลงไป มีข้อจำกัดทางกายภาพและสังคม ชุมชนพวงแตร จึงเป็นกรณีศึกษาที่สะท้อนปัญหาผู้สูงอายุที่มีบทบาททางสังคม-เศรษฐกิจ และเป็นผู้สูงอายุในถิ่นเดิม อีกทั้งสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัย และพื้นที่ชุมชนยังไม่รองรับการเปลี่ยนแปลงตามวัย ช่องว่างสำคัญจึงอยู่ที่การขาดแนวทางการออกแบบปรับปรุงสภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้านที่บูรณาการแนวคิด Ageing in Place และ Universal Design เข้ากับบริบทวัฒนธรรมและวิถีชีวิตดั้งเดิม ตอบสนองต่อมิติทางกายภาพ สังคม เศรษฐกิจเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างยั่งยืน

2. วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

(1) ศึกษาลักษณะทางกายภาพของที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้านของผู้สูงอายุ และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้พื้นที่ ความสะดวกสบายทางกายภาพและคุณภาพชีวิต

(2) เสนอแนวทางการออกแบบปรับปรุงพื้นที่ที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้านให้สอดคล้องกับบริบทวัฒนธรรม วิถีชีวิต ความต้องการของผู้สูงอายุในบริบทชุมชนดั้งเดิม

3. บรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 แนวคิดการสูงวัยในถิ่นเดิม (Ageing in Place: AIP)

ให้ความสำคัญกับการที่ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ในบ้านและชุมชนเดิม โดยเน้นความเหมาะสมระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อม (Person-Environment Fit) ซึ่งเป็นเงื่อนไขสำคัญที่ส่งผลต่อความสามารถในการใช้ชีวิตอย่างปลอดภัยและเป็นอิสระ มองความสัมพันธ์เชิงปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจเจกบุคคลกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ สังคม และบริการสนับสนุน โดยชี้ให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมมีบทบาทอย่างมีนัยสำคัญต่อความสามารถของผู้สูงอายุในการดำรงชีวิตอย่างอิสระ เน้นการคงอยู่ในถิ่นที่อยู่อาศัยเดิมควบคู่กับคุณภาพชีวิตและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ (Lecovich, 2014) งานวิจัยสากลในช่วงหลังได้ขยาย AIP จากมุมมองเชิงกายภาพไปสู่มิติเชิงปฏิบัติการและพลวัตของพื้นที่ Winship et al. (2026) เสนอกรอบวิเคราะห์ AIP โดยมองพื้นที่ผ่าน 3 มิติที่เชื่อมโยงกัน ได้แก่ (1) พื้นที่ในชีวิตประจำวัน (Daily Life Settings) สะท้อนความต่อเนื่องของวิถีชีวิตและพื้นที่ที่มีความหมายทางสังคม (2) การกำกับเชิงอาณาเขต (Territorial Regulation) ผลกระทบจากนโยบาย การเปลี่ยนโครงสร้างพื้นฐานต่อรูปแบบชีวิตของผู้สูงอายุ และ (3) การปฏิบัติการเชิงพื้นที่ (Spatial Practices) รูปแบบการเลือกใช้พื้นที่ หลีกเลี่ยงพื้นที่เสี่ยง การสูงวัยในถิ่นเดิมจึงเป็นกระบวนการที่ตั้งอยู่ในบริบทและมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ซึ่งสอดคล้องกับวิถีชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิมที่ใช้พื้นที่หน้าบ้านและทางเท้าเป็นพื้นที่กึ่งสาธารณะเพื่อการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการทำกิจกรรม การสร้างรายได้ การเข้าใจ AIP จึงไม่ใช่เพียงการปรับปรุงพื้นที่ ห้องนั่งเล่น ห้องนอนหรือห้องน้ำ แต่คือการรักษาพลวัตของพื้นที่ชีวิต

การสูงวัยในถิ่นเดิมมุ่งเน้นการอยู่อาศัยในบ้านและชุมชนเดิม มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาวะทางด้านการร่างกายและทางจิตใจ รวมถึงส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน (Social Inclusion) การสานสัมพันธ์หลากหลายวัย (Multi-Generational Living) การดำเนินการมักปรากฏทั้งในรูปแบบการปรับปรุง ซ่อมแซมที่พักอาศัย (Home Modification) และการปรับปรุงสภาพแวดล้อมตามแนวคิดการออกแบบเพื่อคนทั้งมวล (Universal Design) เพื่อเพิ่มสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านและส่งเสริมให้สามารถอยู่อาศัยได้จนชั่วชีวิต (ปราโมทย์ ประสาทกุล และ ณปภัชสังนกุล, 2021) การสูงวัยในถิ่นเดิมจึงไม่ได้ขึ้นอยู่กับโครงสร้างทางกายภาพเพียงอย่างเดียว แต่พิจารณาการปรับตัวและความหมายที่ผู้สูงอายุมีต่อพื้นที่ต่าง ๆ ซึ่งเป็นเงื่อนไขเชิงสังคม-วัฒนธรรมที่กำหนดพฤติกรรมการใช้พื้นที่ (Spatial Behavior) และส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ในบริบทไทยกรอบแนวคิด AIP เป็นฐานในการออกแบบเชิงพื้นที่ที่สนับสนุนความต่อเนื่องของชีวิตในบริบทเดิมทั้งในระดับครัวเรือนและชุมชน โดยการจัดสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุจะช่วยให้อยู่อาศัยในสถานที่เดิมได้อย่างปลอดภัยและยาวนานขึ้น มีความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและเพื่อนบ้าน ส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีและกระฉับกระเฉง (วัลย์พร วรพรพงษ์ และคณะ, 2020)

3.2 การออกแบบเพื่อคนทั้งมวล (Universal Design: UD)

เป็นการออกแบบที่ทุกคนสามารถใช้ประโยชน์ได้อย่างไม่มีข้อจำกัด ด้านอายุ และสภาพร่างกาย เป็นหลักการออกแบบที่เน้นความปลอดภัย (Safety) การเข้าถึง (Accessibility) และการใช้งานได้โดยสะดวก (Usability) เท่าเทียมสำหรับคนทุกกลุ่ม เป็นแนวทางให้คนทุกวัยทุกกลุ่มเข้าถึงการใช้พื้นที่ (Accessible Design) ได้สะดวก ปลอดภัย และคุณภาพชีวิตที่ดี (ไตรรัตน์ จารุทัศน์, 2558) โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้มีข้อจำกัดทางกายภาพ แนวคิด UD ประยุกต์ใช้ในระดับบ้าน พื้นที่ละแวกบ้าน และการวางผังระดับชุมชนและเมืองในหลายประเทศ

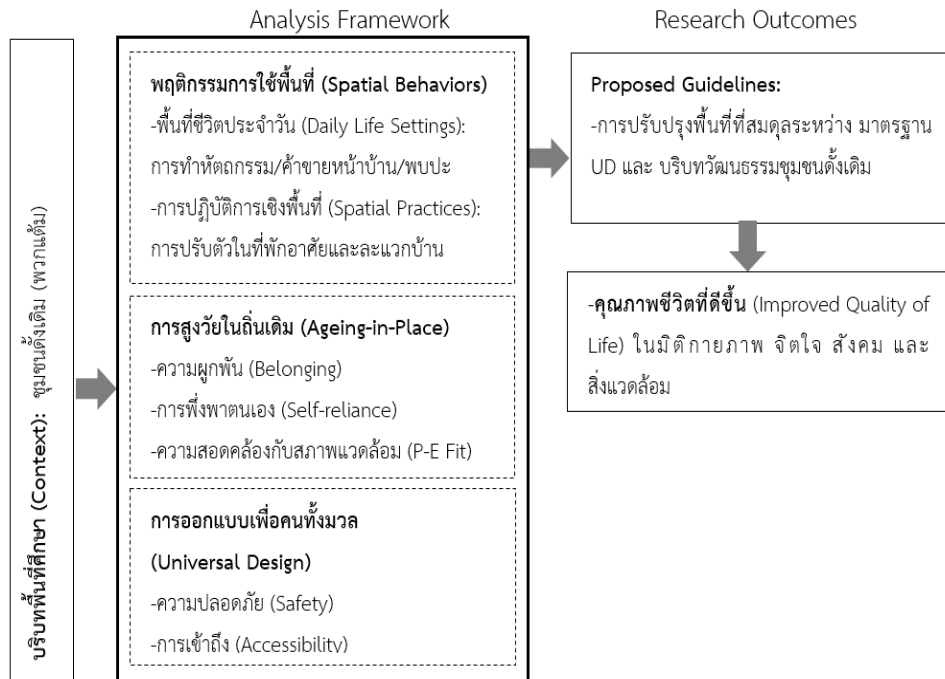
โดยมีการพัฒนาเกณฑ์เชิงประจักษ์และแนวคิดการออกแบบสำหรับประชากรสูงวัยอย่างต่อเนื่อง สร้างสภาพแวดล้อมที่เข้าถึงได้อย่างเท่าเทียมและการทำงานง่าย ทั้งในพื้นที่สาธารณะและพื้นที่อยู่อาศัย โดยจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุที่พิจารณาพื้นที่และปรับปรุงพื้นที่ให้เหมาะสมสำหรับการอยู่ร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุและครอบครัว (นิภาพรณ เจนสันติกุล, 2022) รวมถึงงานวิจัย Duman & Asilsoy (2022) เสนอกรอบปฏิบัติการ (Framework) ที่บูรณาการสถาปัตยกรรม ภูมิสถาปัตยกรรม การมีส่วนร่วมของชุมชน เพื่อให้เกิดการออกแบบที่ยืดหยุ่น รองรับการใช้งานที่หลากหลาย และ Watchorn et al. (2023) ชี้ว่า UD มีบทบาทสำคัญในการลดอุปสรรคทางกายภาพและสนับสนุนการใช้พื้นที่อย่างเท่าเทียม โดยเน้นการประเมินจากผู้ใช้งานจริง ซึ่งสอดคล้องกับการพัฒนาพื้นที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิมที่ต้องการเกณฑ์ออกแบบที่ใช้งานได้จริง ในสภาพแวดล้อมเฉพาะพื้นที่ การประยุกต์ใช้ UD ในชุมชนดั้งเดิมต้องเผชิญกับความท้าทายทางด้านอัตลักษณ์ทางสถาปัตยกรรม (เช่น บ้านไม้ใต้ถุนสูง หรือบันไดชัน) ดังนั้น UD ในงานวิจัยนี้จึงมุ่งเน้นความสมดุลระหว่างความสะดวก ปลอดภัย และการรักษาคุณค่าทางกายภาพของอาคาร

3.3 แนวคิดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ (Quality of Life: QoL)

องค์การอนามัยโลก (Harper et al. 1998) ระบุว่า เป็นการรับรู้ของบุคคลต่อสถานะชีวิตของตนเองภายใต้บริบททางวัฒนธรรม ค่านิยม และความคาดหวัง 4 มิติหลัก คือ สุขภาพกาย การเคลื่อนไหวและกิจกรรมประจำวัน ด้านจิตใจ ความรู้สึกเชิงบวก-ลบ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความสัมพันธ์ทางสังคม: ความสัมพันธ์ส่วนบุคคล การสนับสนุนทางสังคม และ ด้านสิ่งแวดล้อม ความปลอดภัย สภาพบ้าน การเข้าถึงบริการสุขภาพ การเงิน นันทนาการ และการคมนาคม ดังนั้นคุณภาพชีวิตเป็นผลลัพธ์จากการบูรณาการด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสิ่งแวดล้อมเข้าด้วยกันอย่างสมดุล โดย QoL ของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับการออกแบบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย ทั้งความปลอดภัย การเข้าถึง การมีส่วนร่วม และความสามารถในการใช้ชีวิตในพื้นที่การมองสภาพแวดล้อมในฐานะปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสามารถในการกระทำและกำหนดชีวิตของตนเอง และความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งและการยึดโยงกับสถานที่ ซึ่งตั้งอยู่บนรากฐานแรงจูงใจ (Wahl et al. 2012) คุณภาพชีวิต เป็นการรับรู้ระดับการมีชีวิตที่ดี สุขภาพ และความสุข และความพึงพอใจในชีวิตที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อมภายใต้บริบททางวัฒนธรรม ค่านิยม และเป้าหมายของชีวิต (เนตรนภา พันเล็ก และ กฤติยา ขาสวรรณ, 2024) ซึ่งสอดคล้องกับกรอบของ WHO ที่สนับสนุนบทบาทสภาพแวดล้อมทางกายภาพในกระบวนการสูงวัยอย่างมีคุณภาพ

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิมไม่ได้เป็นผลจากปัจจัยด้านกายภาพเพียงอย่างเดียว จากปฏิสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมทางกายภาพ พฤติกรรมการใช้พื้นที่ และบริบททางสังคม-วัฒนธรรม ใช้ AIP เป็นกรอบอธิบายความต่อเนื่องของการอยู่อาศัย ขณะที่ UD ทำหน้าที่เป็นกลไกเชิงการออกแบบเพื่อสนับสนุนการเข้าถึงและความปลอดภัย และ QoL เป็นตัววัดผลลัพธ์ของการปรับตัว รวมถึงแนวคิด UD ในเชิงมาตรฐานสากลอาจไม่สอดคล้องกับบริบททางวัฒนธรรมของชุมชนดั้งเดิมเสมอไป จึงจำเป็นต้องตีความใหม่ผ่านกรอบ AIP และพฤติกรรมการใช้พื้นที่ เพื่อให้เกิดความสมดุลทั้งความปลอดภัยและอัตลักษณ์เชิงพื้นที่

3.4 กรอบแนวคิด ดังแสดงในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดงานวิจัย

กรอบแนวคิดงานวิจัยนี้บูรณาการ 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ (1) พฤติกรรมการใช้พื้นที่ (Spatial Practices) ในชีวิตประจำวัน (2) การสูงวัยในถิ่นเดิม (Aging in Place: AIP) ที่สะท้อนความผูกพันกับสถานที่และการพึ่งพาตนเอง และ (3) การออกแบบเพื่อคนทั้งมวล (Universal Design: UD) ที่เน้นความปลอดภัยและการเข้าถึง โดยทั้งสามองค์ประกอบทำหน้าที่เป็นกรอบในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมทางกายภาพกับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ และนำไปสู่การสังเคราะห์แนวทางการปรับปรุงพื้นที่ที่เหมาะสมกับบริบทชุมชนดั้งเดิม เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

4. วิธีการศึกษา

ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเครื่องมือหลายประเภทเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกและหลากหลาย ดังนี้

4.1 การเลือกพื้นที่และกลุ่มเป้าหมาย (Purposive Sampling)

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง คือ ผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ในชุมชนพวกแถม "กลุ่มติดสังคม" (Active Ageing) และอาศัยในพื้นที่ต่อเนื่องมากกว่า 40 ปี จากที่พักอาศัยที่มีผู้สูงอายุเป็นเจ้าของ 9 หลัง ซึ่งมีผู้สูงอายุ 19 คน เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สะท้อนถึงการใช้พื้นที่และวิถีชีวิตในระยะยาว

4.2 เครื่องมือและการเก็บข้อมูลตามกรอบแนวคิด (Data Collection) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความเชื่อมโยงประเด็นการศึกษาตามกรอบแนวคิดและวิธีจัดเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ

ปัจจัยที่ศึกษา	ประเด็นการจัดเก็บข้อมูล	เครื่องมือที่ใช้
พฤติกรรมการใช้พื้นที่ (Spatial Behaviors)	พื้นที่กิจกรรมพักผ่อน/ค้าขาย, การเคลื่อนที่ในบ้านและละแวกบ้าน	Behavioral Mapping, การสังเกตพฤติกรรม, แบบสอบถามถึงโครงสร้าง
การสู่วัยในถิ่นเดิม (AIP)	ความผูกพันต่อสถานที่, การพึ่งพาตนเอง, ประสบการณ์การอยู่อาศัย	การสัมภาษณ์เชิงลึก
การออกแบบเพื่อทุกคน (UD)	อุปสรรคทางกายภาพ, ความปลอดภัย, การเข้าถึงพื้นที่	การสำรวจภาคสนาม, ภาพถ่าย, การวัดระยะทางกายภาพ
คุณภาพชีวิต (QoL)	ความสบายทางกาย (อุณหภูมิ/ลม), ความพึงพอใจในที่อยู่อาศัย, การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	การตรวจวัดสภาพแวดล้อม (Environmental Measurement), การสัมภาษณ์

จากตารางที่ 1 การบูรณาการปัจจัยหลักจากวรรณกรรม ได้แก่ การสู่วัยในถิ่นเดิม (AIP) การออกแบบเพื่อคนทั้งมวล (UD) และคุณภาพชีวิต (QoL) เข้ากับเครื่องมือวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้การจัดเก็บข้อมูลครอบคลุมทั้งมิติด้านกายภาพ พฤติกรรม และความหมายทางสังคมของผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิมอย่างเป็นระบบ

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูล (Data Analysis)

ใช้วิธีการสังเคราะห์เชิงอุปนัย (Inductive Synthesis) ผ่านกระบวนการลงรหัส (Coding) เพื่อเชื่อมโยงข้อมูลสู่ข้อเสนอแนะ การใช้ Open Coding ถอดรหัสจากการสัมภาษณ์เพื่อระบุประเด็นปัญหาพื้นฐาน เช่น จุดที่เกิดอุบัติเหตุ หรือพื้นที่ที่รู้สึกอึดอัดเกินไป และใช้ Axial Coding เชื่อมโยงรหัสข้อมูลเข้ากับหมวดหมู่หลัก โดยวิเคราะห์ลักษณะกายภาพ (UD) ที่ส่งผลต่อความสามารถในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ (AIP) และความพึงพอใจ (QoL) รวมถึงการ Selective Coding: สังเคราะห์ผลเพื่อสร้าง "แนวทางการออกแบบ" (Design Guidelines) ที่ตอบโจทย์ทั้งมิติความปลอดภัยและอัตลักษณ์วัฒนธรรม

ใช้การตรวจสอบสามเส้า (Triangulation) ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลด้วยวิธีการเปรียบเทียบ ข้อมูลจากการสำรวจ พฤติกรรมที่สังเกตเห็น แบบสอบถาม การตรวจวัดด้วยเครื่องมือ และความรู้สึกจากการสัมภาษณ์ เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่รอบด้าน

4.4 การรับรองจริยธรรมการวิจัย (Ethical Considerations)

ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากสำนักงานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เลขที่ RMUTL-IRB-081/2024 ลงวันที่ 6 กันยายน 2567 โดยผู้วิจัยได้ขอความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนการเก็บข้อมูล และรักษาความลับของข้อมูลส่วนบุคคลตามหลักจริยธรรมวิจัย

4.5 คัดเลือกพื้นที่ศึกษาแบบเจาะจง

ผู้สูงอายุในถิ่นเดิมจากชุมชนพวงเต๊ม เป็นชุมชนดั้งเดิมในเมืองเชียงใหม่ มีผู้สูงอายุเกินร้อยละ 20 มีวิถีชีวิตแบบพื้นถิ่น มีวัดเป็นศูนย์กลางทางด้านสังคม ดังแสดงในภาพที่ 2



ภาพที่ 2 ที่ตั้งชุมชน ขอบเขตชุมชนพุกแต้มและตำแหน่งกลุ่มตัวอย่างบ้านผู้สูงอายุ
ปรับปรุงจากแผนที่ชุมชนในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่
ที่มา: เทศบาลนครเชียงใหม่

5. ผลการศึกษา

5.1 บริบทชุมชนดั้งเดิมและสภาพแวดล้อมของชุมชนพุกแต้ม

เป็นชุมชนขนาดเล็กที่ตั้งอยู่ในเขตเมืองเก่าชั้นใน เทศบาลนครเชียงใหม่ ขนาดพื้นที่ประมาณ 54 ไร่ 286 ตารางวา และมีประชากร 786 คน เป็นผู้สูงอายุจำนวน 160 คน หรือร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด มีวิถีชีวิตแบบพื้นถิ่น มีวัดพุกแต้มเป็นศูนย์กลางกิจกรรมศาสนา สังคม และวัฒนธรรม มีภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านงานหัตถกรรม งานควตอง งานทองเหลือง

การสำรวจบ้านผู้สูงอายุจำนวน 9 หลัง พบว่า มีผู้อยู่อาศัย 28 คน เป็นผู้สูงอายุ 19 คน (ร้อยละ 68) ที่มีอายุระหว่าง 64–86 ปี โดยร้อยละ 80 อายุ 70 ปีขึ้นไป ประกอบด้วยครัวเรือน 2–3 รุ่นที่มีผู้สูงอายุ จำนวน 5 หลัง ครัวเรือนที่มีแต่ผู้สูงอายุอยู่ร่วมกัน จำนวน 3 หลัง และครัวเรือนที่มีผู้สูงอายุอยู่คนเดียวจำนวน 1 หลัง โดยรวมร้อยละ 80 อาศัยอยู่ในชุมชนตั้งแต่เกิด และร้อยละ 20 อาศัยอยู่ในชุมชนมากกว่า 30 ปี ธรรมเนียมที่ถือปฏิบัติส่วนใหญ่เป็นบ้านตนเอง ผู้สูงอายुर้อยละ 67 มีบทบาทในชุมชนทั้งเชิงเศรษฐกิจและสังคม เป็นทั้ง พ่อครู แม่ครู งานหัตถกรรม กรรมการชุมชน สมาชิกกลุ่ม สะท้อนทุนทางสังคมเข้มแข็ง และเศรษฐกิจในครัวเรือน โดยใช้พื้นที่หน้าบ้านในการประกอบอาชีพ เช่น ค้าขาย ทำงานหัตถกรรมและงานควตอง

5.2 ลักษณะที่พักอาศัยในชุมชนพุกแต้ม

รูปแบบบ้านเรือนเป็นความต่อเนื่องของการอยู่อาศัยและการสืบทอดรูปแบบบ้านดั้งเดิมในชุมชน จากกลุ่มตัวอย่าง เป็นบ้านแบบพื้นถิ่นครึ่งตึกครึ่งไม้ จำนวน 6 หลัง (หลังที่ 1,2,3,4,5,7) อายุบ้าน 30-50 ปี และอีก 3 หลังเป็นอาคารคอนกรีตร่วมสมัย (หลังที่ 6,8,9) อายุบ้าน 20-30 ปี โดยเป็นบ้าน 2 ชั้น 6 หลัง (หลังที่ 1,2,4,5,6,7) และบ้านชั้นเดียว 3 หลัง (หลังที่ 3,8,9) ดังแสดงในภาพที่ 3



หลังที่ 1
ค้าขาย



หลังที่ 2
ค้าขาย



หลังที่ 3
ทำงานหัตถกรรม



หลังที่ 4
ทำงานหัตถกรรม



หลังที่ 5
ทำงานหัตถกรรม



หลังที่ 6 ทำงานหัตถกรรม



หลังที่ 7



หลังที่ 8



บ้านหลังที่ 9

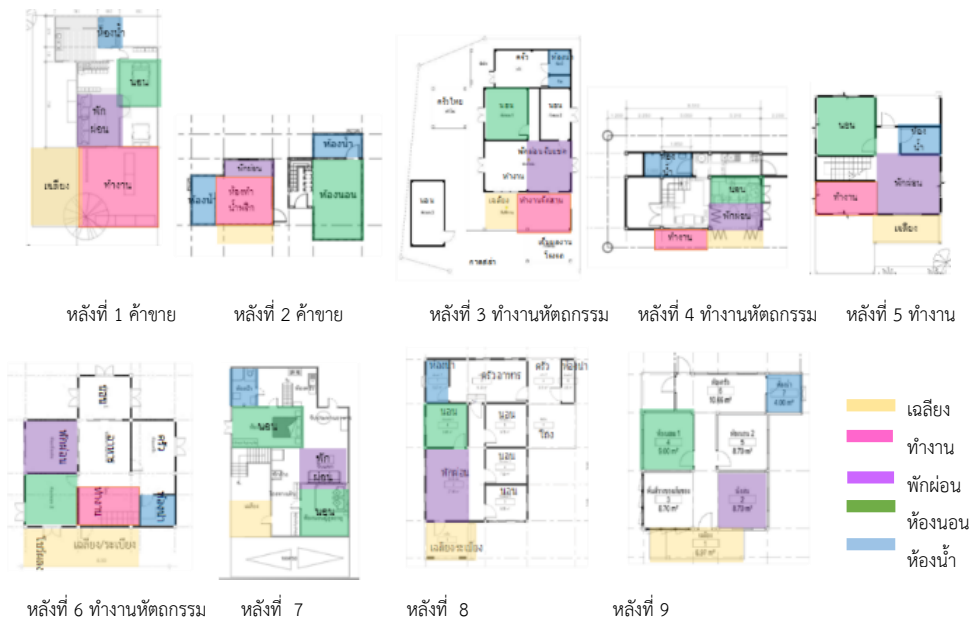
ภาพที่ 3 กลุ่มตัวอย่างบ้านพักอาศัยผู้สูงอายุ 9 หลัง ในชุมชนพวงแต้ม

ด้านสภาพแวดล้อมและการเข้าถึงชุมชน ความกว้างของถนนหน้าบ้าน มีทั้งซอยแคบซึ่งรถยนต์เข้าถึงไม่ได้ กว้าง 1.5-2.5 เมตร และถนนหลักในชุมชน กว้าง 4-6 เมตร ระยะทางจากบ้านไปยังวัดพวงแต้มอยู่ระหว่าง 100-500 เมตร ซึ่งถือว่าเป็นระยะทางที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้สะดวก การเดินทางภายในชุมชนส่วนใหญ่ใช้การเดินเท้า รองลงมาคือจักรยานและจักรยานยนต์

บ้านพักอาศัยในชุมชนมีลักษณะการใช้พื้นที่ในการอยู่อาศัยและการสร้างรายได้อย่างชัดเจน โครงสร้างบ้านส่วนใหญ่เป็นบ้านเก่าที่ยังคงใช้งานต่อเนื่อง การใช้พื้นที่เฉลียงและหน้าบ้านเป็นพื้นที่ทำงานแสดงถึงการปรับตัวตามวิถีชีวิตและบริบทของชุมชน ขณะเดียวกันการเดินทางภายในชุมชนยังคงพึ่งพาการเดินทางเท้าเป็นหลัก ในระยะทางที่สามารถเดินไปมาหาสู่กันได้ ทั้งหมดนี้เป็นความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบบ้านพักอาศัย วิถีชีวิต และสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ยังคงรักษาความเป็นชุมชนดั้งเดิมไว้

5.3 พฤติกรรมการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุในระดับครัวเรือน

รูปแบบผังพื้นที่และองค์ประกอบของพื้นที่ในชีวิตประจำวัน ใช้อาคารประกอบของบ้านชั้นล่างเป็นพื้นที่หลักในการใช้ชีวิตประจำวัน การนอน พักผ่อน กินข้าว พุดคุย และทำงาน เช่น การทำงานหัตถกรรมและการค้าขาย ส่วนพื้นที่ชั้นบนผู้สูงอายุไม่ได้ขึ้นไปใช้งาน (จากข้อจำกัดทางร่างกาย) โดยมีบ้านจำนวน 6 หลัง ใช้พื้นที่เฉลียงหรือพื้นที่หน้าบ้านเป็นพื้นที่ทำงานและสร้างรายได้ องค์ประกอบของพื้นที่จึงสะท้อนถึงวิถีชีวิตที่ผสมผสานการอยู่อาศัยควบคู่กับการประกอบอาชีพ เช่น การทำงานหัตถกรรมหรือการค้าขาย แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่อยู่อาศัยและพื้นที่ทำงานที่ยังคงมีบทบาทสำคัญในชุมชนดั้งเดิม ในขณะที่อีก 3 หลังใช้เพื่อการพักอาศัยเพียงอย่างเดียว แต่ก็มีพื้นที่หน้าบ้านเพื่อพบปะพุดคุย สะท้อนมิติ AIP (Ageing-in-Place) การใช้พื้นที่หน้าบ้านเชื่อมต่อกับชุมชน สนับสนุนเรื่อง ความผูกพัน (Belonging) และการดำรงชีวิตในบริบทเดิม ดังแสดงในภาพที่ 4



ภาพที่ 4 ผังพื้นที่ชั้นล่างที่พักอาศัยของผู้สูงอายุที่ใช้ในชีวิตประจำวัน กลุ่มตัวอย่าง 9 หลัง

รูปแบบผังพื้นที่ชั้นล่างที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ ภาพที่ 4 ประกอบด้วย พื้นที่ทำงาน (สีชมพู) ส่วนใหญ่ตั้งอยู่บริเวณเฉลียงหน้าบ้านหรือพื้นที่หน้าบ้านติดถนน เพื่อรองรับการทำงานหัตถกรรมและเปิดให้ผู้สนใจเข้ามาชมผลงานหรือเรียนรู้และการค้าขาย พื้นที่พักผ่อน (สีม่วง) อยู่ใกล้ทางเข้าหรือเชื่อมต่อกับพื้นที่ทำงาน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถพักผ่อนระหว่างทำกิจกรรมได้ง่ายหรือการนอนกลางวัน พื้นที่ห้องน้ำ (สีเขียว) อยู่ในพื้นที่สงบ ส่วนตัวอยู่ใกล้ห้องน้ำและห้องพักผ่อน เฉลียงหน้าบ้าน (สีเหลือง) อยู่ติดถนนในชุมชน ใช้เป็นพื้นที่พูดคุยเชื่อมต่อทางสังคม หรือเป็นพื้นที่นั่งทำงานร่วมด้วย แสดงถึงมิติพฤติกรรมการใช้พื้นที่ (Spatial Behaviors) ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน ไม่ใช่แค่ห้องทำงานแยกส่วน พื้นที่ห้องน้ำ (สีฟ้า) ที่เข้าถึงง่ายจากห้องน้ำและพื้นที่พักผ่อน

5.4 ขนาดพื้นที่ใช้งานของบ้านพักอาศัยชั้นล่าง ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ขนาดพื้นที่ใช้งานของผู้สูงอายุในบ้านพักอาศัยชั้นล่าง (หน่วย: ตารางเมตร)

กลุ่มตัวอย่าง	หลังที่ 1	หลังที่ 2	หลังที่ 3	หลังที่ 4	หลังที่ 5	หลังที่ 6	หลังที่ 7	หลังที่ 8	หลังที่ 9
เฉลียงหน้าบ้าน	10	4	20	8	8	16	16	12	9
พื้นที่ทำงาน	25	9	25	8	8	9	-	-	-
ห้องพักผ่อน	15	9	16	16	24	28	30	16	24
ห้องครัว-อาหาร	12	6	12	7	8	9	12	16	15
ห้องน้ำ/ต่อห้อง	4	4	4	5	6	4	6	6	4
ห้องน้ำ/ต่อห้อง	12	14	15	8	16	16	16	12	12
รวมการใช้พื้นที่	78	46	92	70	70	82	80	65	64

พื้นที่ใช้สอยของบ้านพักอาศัยชั้นล่าง มีขนาด 46-92 ตารางเมตร เฉลี่ย 72 ตารางเมตร โดยมีพื้นที่เฉลียงขนาด 4-20 ตารางเมตร เฉลี่ย 12 ตารางเมตร ทำหน้าที่เป็นพื้นที่ยึดหยุ่น (Buffer Zone) ที่รองรับการเปลี่ยนผ่านจากวิถีส่วนตัวไปสู่วิถีการทำงาน การหารายได้และเชิงสังคม ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงบทบาททางเศรษฐกิจในถิ่นเดิมได้ (AIP) และใช้พื้นที่ทำงานให้เชื่อมโยงกับชุมชน การผสมผสานเป็นลักษณะสำคัญของชุมชนที่ยังคงรักษาวิถีการผลิตและการดำรงชีพในครัวเรือน การมีพื้นที่กึ่งสาธารณะนี้แสดงถึงบทบาทของบ้านในการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการสนับสนุนวิถีชีวิตแบบชุมชนดั้งเดิมและรูปแบบการดำรงชีวิตของครัวเรือน ซึ่งการจัดสรรพื้นที่ใช้งานของบ้านพักอาศัยชั้นล่าง มีความหลากหลายและสะท้อนถึงการปรับตัวตามวิถีชีวิตของครัวเรือน โดยเฉพาะการผสมผสานพื้นที่ที่อยู่อาศัยกับพื้นที่ทำงานที่สร้างรายได้ โดยพื้นที่กึ่งสาธารณะ เช่น เฉลียงหน้าบ้าน เอื้อต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุและสมาชิกครัวเรือนในบริบทชุมชนดั้งเดิม การมีพื้นที่สำหรับพักผ่อน ห้องนอนที่สงบ รวมถึงการเข้าถึงห้องครัวและห้องน้ำที่เหมาะสม ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่สนับสนุนการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพของผู้สูงอายุ

5.5 พฤติกรรมการใช้เวลาในพื้นที่ของผู้สูงอายุในบ้านพักอาศัยและละแวกบ้าน ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 พฤติกรรมการใช้เวลาในพื้นที่ตามวิถีชีวิตของผู้สูงอายุเฉลี่ยใน 1 วัน (หน่วย: ชั่วโมง)

กลุ่มตัวอย่าง	หลังที่ 1	หลังที่ 2	หลังที่ 3	หลังที่ 4	หลังที่ 5	หลังที่ 6	หลังที่ 7	หลังที่ 8	หลังที่ 9
9 หลัง	1	2	3	4	5	6	7	8	9
เฉลียงหน้าบ้าน	1	1	2	1	2	2	2	3	4
พื้นที่ทำงาน	6	4	4	5	4	5	-	-	-
นั่งเล่น-พักผ่อน	3	4	4	5	6	5	8	8	5
ห้องครัว-อาหาร	3	4	2	2	2	2	4	2	2
ห้องน้ำ	1	1	1	1	1	1	1	1	1
พื้นที่ละแวกบ้าน	2	4	3	2	1	1	1	1	4

พฤติกรรมการใช้เวลาในพื้นที่ของผู้สูงอายุในบ้านพักอาศัย เป็นรูปแบบการใช้ชีวิตที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่อยู่อาศัยและกิจกรรมประจำวัน ทั้งในเชิงสังคมและเศรษฐกิจ โดยผู้สูงอายุในชุมชนใช้เวลา 9-16 ชั่วโมงต่อวัน ในการพักผ่อนและการนอนเป็นหลัก ขณะเดียวกัน ยังคงมีการใช้พื้นที่ทำงานและพื้นที่กึ่งสาธารณะ เช่น เฉลียงและพื้นที่หน้าบ้าน เพื่อดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจและสังคม ใช้เวลาเฉลี่ย 4-6 ชั่วโมงต่อวัน โดยเฉพาะบ้านที่ประกอบอาชีพหัตถกรรมหรือค้าขาย (หลังที่ 1, 2, 3, 4, 5 และ 6) เป็นความแตกต่างด้านบทบาททางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในชุมชน การจัดสรรเวลาในวิถีชีวิตเป็นการปรับตัวตามวิถีชีวิตที่สอดคล้องกับแนวคิด AIP ซึ่งเน้นการดำรงชีวิตในบ้านและชุมชนเดิมอย่างต่อเนื่อง มีการใช้พื้นที่อยู่อาศัยเพื่อรองรับทั้งกิจกรรมส่วนตัว กิจกรรมครัวเรือน และกิจกรรมทางสังคมในระดับชุมชน การใช้เวลาในพื้นที่ละแวกบ้าน เฉลี่ย 1-4 ชั่วโมงต่อวัน ทำให้เห็นถึงการมีส่วนร่วมทางสังคมและการเชื่อมต่อกับชุมชน จะเห็นได้ว่า การได้ใช้เวลา 4-6 ชั่วโมงในพื้นที่ทำงานหรือเฉลียงหน้าบ้าน ส่งผลต่อคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem) หรือคุณภาพชีวิตด้านสังคมอีกด้วย

5.6 สภาพแวดล้อมภายในบ้านผู้สูงอายุ

การจัดวางเครื่องเรือนและข้าวของเครื่องใช้ภายในบ้านที่หนาแน่น ส่งผลกระทบต่อการใช้งานพื้นที่ กีดขวางทางเดินภายในบ้าน การสัญจรไม่สะดวกและไม่ปลอดภัยต่อการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ เกิดการบดบังแสงธรรมชาติและลม ทำให้พื้นที่ภายในบ้านมืดและอากาศถ่ายเทไม่สะดวก (จากการตรวจวัดด้วยเครื่องวัดความชื้นสัมพัทธ์และอุณหภูมิ, เครื่องวัดความเร็วลม) ซึ่งส่งผลต่อสภาวะสบายในการทำงานหัตถกรรม และการค้าขาย ด้านสภาพวัสดุและความเสื่อมสภาพของอาคาร วัสดุหลักภายในบ้านเป็นไม้ที่ใช้มานานเป็นเวลานาน มีความเสื่อมสภาพและไม่แข็งแรง อาจส่งผลต่อความปลอดภัยและความมั่นคงของโครงสร้าง รวมถึงวัสดุปูพื้นในบริเวณเฉลียง ห้องน้ำและห้องครัวใช้กระเบื้องเคลือบผิวมันและมีพื้นผิวต่างระดับ เพิ่มความเสี่ยงต่อการลื่นล้ม ขาดสิ่งอำนวยความสะดวกต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ ในพื้นที่ห้องน้ำ เช่น ราวจับ เก้าอี้นั่งอาบน้ำ แผ่นกันลื่น รวมถึงประตูที่ไม่ได้ขนาด และเปิด-ปิดไม่สะดวก ส่งผลต่อความปลอดภัยและการเข้าถึง รวมถึงในพื้นที่ทำงานไม่มีโต๊ะและเก้าอี้ที่เหมาะสมกับสรีระ แต่ใช้เครื่องเรือนตามความคุ้นเคย การขาดแสงสว่างเฉพาะจุด ซึ่งอาจส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจากการใช้งานระยะยาว ชี้ให้เห็นถึงมิติ UD (Universal Design) ระหว่างกายภาพปัจจุบันกับความต้องการจริง

สภาพแวดล้อมของพื้นที่ในวิถีชีวิตและข้อจำกัดทางกายภาพของที่อยู่อาศัย โดยพื้นที่เฉลียงและพื้นที่หน้าบ้าน มีศักยภาพสูงในการรองรับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมตามแนวคิด AIP และการทำงานสร้างรายได้ ในส่วนพื้นที่พักผ่อน พื้นที่ทำงาน และพื้นที่ห้องน้ำ ห้องครัว ยังพบอุปสรรคสำคัญตามหลัก UD ได้แก่ ความหนาแน่นของเครื่องเรือนที่กีดขวางทางสัญจร การบดบังทิศทางแสงและลมธรรมชาติ พื้นผิวต่างระดับ และการขาดสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน (เช่น ราวจับพยุงตัว) ซึ่งเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อความปลอดภัยและสภาวะในการดำรงชีวิตอย่างอิสระของผู้สูงอายุในระยะยาว ดังแสดงในภาพที่ 5



สภาพแวดล้อมของพื้นที่เฉลียงและพื้นที่หน้าบ้านเป็นพื้นที่พุดคุยและพบปะเชิงสังคม



สภาพแวดล้อมของพื้นที่ทำงาน-สร้างรายได้ของผู้สูงอายุ



สภาพแวดล้อมของพื้นที่พักผ่อนภายในบ้าน



สภาพแวดล้อมของพื้นที่ครัวและอาหาร



สภาพแวดล้อมของพื้นที่ห้องน้ำ

ภาพที่ 5 สภาพแวดล้อมภายในที่พักอาศัย

5.7 ความสบายตามอุณหภูมิอากาศต่อผู้สูงอายุ

ข้อมูลเชิงอุณหภูมิอากาศจากเครื่องวัดความชื้นสัมพัทธ์และอุณหภูมิ, เครื่องวัดความเร็วลม ในช่วงเดือนมีนาคม ซึ่งกลุ่มตัวอย่างมีสภาพแวดล้อมใกล้เคียงกัน จึงเลือกเก็บข้อมูลบ้านชั้นเดียวและบ้านสองชั้น พื้นที่ภายในบ้านและนอกบ้านพบว่าอุณหภูมิเฉลี่ย $25.3-27.8^{\circ}\text{C}$ อุณหภูมิอยู่ช่วงสบาย (สำหรับผู้สูงอายุอาจสูงกว่าคนทั่วไป) เนื่องจากมีร่มเงาและการระบายอากาศ ด้านความเร็วลมบางจุดอาจมีลมน้อยเนื่องจากบ้านอยู่ชิดกับบ้านข้างเคียง ความชื้นสัมพัทธ์ $51.3-55.7\%$ อยู่ช่วงสบายที่ยอมรับได้ (สำหรับผู้สูงอายุ) ความเร็วลมอยู่ระหว่าง $0.5-1.56\text{ m/s}$ ถือว่ารับลมดี เหมาะสมกับสุขภาพของผู้สูงอายุ การระบายอากาศช่วยเพิ่มความรู้สึกสบาย (แม้อุณหภูมิจะสูงขึ้นเล็กน้อย)

ดังนั้น สภาพแวดล้อมที่มีการระบายอากาศดีและอุณหภูมิอยู่ในช่วงสบาย ส่งผลให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่องโดยไม่รู้สึกอึดอัด แต่หากอุณหภูมิสูงขึ้นและการระบายอากาศต่ำจะทำให้อบอ้าวและเกิดความร้อนสะสม ความชื้นสัมพัทธ์สูงอาจทำให้รู้สึกอึดอัด

5.8 พฤติกรรมการใช้พื้นที่ละแวกบ้านในชุมชนของผู้สูงอายุ

(1) การใช้พื้นที่ละแวกบ้าน ผู้สูงอายุใช้พื้นที่ลานวัด ทางสัญจร ลานหน้าบ้าน และสวน สาธารณะในชีวิตประจำวัน มีความถี่เฉลี่ย 1-4 ครั้งต่อสัปดาห์ เพื่อพบปะและร่วมกิจกรรมชุมชน โดยพื้นที่ลานวัดมีบทบาทสูงที่สุดในการพบปะและสนทนา รองลงมาคือพื้นที่หน้าบ้านและทางสัญจรในชุมชน

(2) ความหมายเชิงพื้นที่ในมิติทางสังคมและวัฒนธรรม ผู้สูงอายุเลือกพื้นที่วัดพวกแต่มเป็นศูนย์กลางทางวัฒนธรรม และจิตใจของผู้สูงอายุ รองลงมา คือ ทางสัญจรและสวนสาธารณะเป็นพื้นที่เชิงสังคม ที่ส่งเสริมความสัมพันธ์และความร่วมมือในชุมชน

(3) พฤติกรรมการใช้พื้นที่ละแวกบ้านที่ส่งเสริมการใช้งานเชิงสังคม โดยเฉพาะพื้นที่ลานวัด ลานหน้าบ้าน ทางเดิน เป็นพื้นที่สาธารณะระดับชุมชนที่เข้าถึงง่าย อบอุ่น ปลอดภัย รองรับกิจกรรมที่หลากหลายของผู้สูงอายุ ความต่อเนื่องระหว่างพื้นที่ส่วนตัวและพื้นที่สาธารณะเอื้อต่อการมีปฏิสัมพันธ์ เพื่อส่งเสริมความสัมพันธ์ทางสังคม และสุขภาพทางจิตใจ สะท้อนให้เห็นว่าวิถีชีวิตดั้งเดิมช่วยเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์

5.9 แนวทางการออกแบบปรับปรุงพื้นที่อยู่อาศัยให้สอดคล้องกับวิถีชีวิต วัฒนธรรม

(1) การออกแบบปรับปรุง คำนึงถึงอัตลักษณ์และบริบทของพื้นที่ ส่งเสริมการออกแบบปรับปรุงบ้านที่รักษารูปแบบเรือนพื้นถิ่นเดิม คงเอกลักษณ์ของชุมชนที่สอดคล้องกับบริบทเมืองเก่า

(2) การจัดพื้นที่ใช้งานที่ตอบโจทย์ชีวิตผู้สูงอายุ ควรจัดพื้นที่ใช้งานที่ชั้นล่างเป็นหลัก รองรับวิถีชีวิตที่มีข้อจำกัดด้านการเคลื่อนไหว ให้สะดวกปลอดภัย มีขนาดเหมาะสม มีความยืดหยุ่น

(3) พื้นที่ทำงานและเศรษฐกิจในครัวเรือน สนับสนุนการมีพื้นที่ทำงานกึ่งสาธารณะ เช่น เถลิงหรือหน้าบ้าน สำหรับงานหัตถกรรม ค้าขาย หรือถ่ายทอดองค์ความรู้ เชื่อมต่อกับพื้นที่พักผ่อนเพื่อการพักระหว่างวัน ส่งเสริมการใช้พื้นที่บ้านเพื่อประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ มีพื้นที่เพียงพอ มีเก้าอี้นั่งและโต๊ะที่เหมาะสมกับการนั่งทำงาน

(4) พื้นที่ครัว-อาหาร ควรออกแบบตามพฤติกรรมการใช้งานเฉพาะบุคคล โดยเฉพาะในบ้านที่มีการทำอาหารหรือประกอบอาชีพด้านอาหาร ให้ปลอดภัยและเหมาะสมต่อการใช้งาน

(5) พื้นที่เชื่อมต่อทางสังคม ได้แก่ เถลิงหน้าบ้าน ควรรองรับทั้งกิจกรรมส่วนตัวและเชื่อมต่อกับชุมชน พื้นที่ละแวกบ้าน เช่น ถนนหน้าบ้าน ลานวัด หรือทางเดินในชุมชน ควรออกแบบให้ปลอดภัย มีร่มเงา รองรับกิจกรรมเดินเล่นหรือพบปะ พูดคุย พัฒนาเส้นทางเดินเท้าและพื้นที่สาธารณะให้มีความต่อเนื่อง เชื่อมโยงกับศูนย์กลางชุมชน (วัด) เพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคม

(6) พื้นที่ศูนย์กลางชุมชน (ลานวัดหรือศาลาชุมชน) ควรออกแบบให้เป็น พื้นที่หลากหลายมิติ เป็น ลานวิถีชีวิตที่ผสมผสานวัฒนธรรม ประเพณี เศรษฐกิจและการพักผ่อนเข้าด้วยกัน โดยมีความยืดหยุ่นในการใช้งาน เข้าถึงง่าย ปลอดภัย มีร่มเงา และเป็นจุดเชื่อมโยงระหว่าง บ้าน-ชุมชน-วัด เพื่อให้ผู้สูงอายุและทุกคนในชุมชนมีส่วนร่วมได้อย่างแท้จริง

5.10 ข้อเสนอเชิงออกแบบ (Design Guidelines) ระดับครัวเรือนและละแวกบ้านระดับชุมชน ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ข้อเสนอเชิงออกแบบ (Design Guidelines) ระดับครัวเรือนและละแวกบ้านระดับชุมชน

รายละเอียดข้อเสนอเชิงออกแบบ	แนวทางการออกแบบ
พื้นที่พักอาศัย (Residential Space) - ควรเป็นแบบไร้ระดับ (Barrier-Free) มีราวจับและวัสดุกันลื่น - ภายในบ้านจัดวางเครื่องเรือน ให้เป็นระเบียบ มีทางเดินสะดวก มีพื้นที่เพียงพอสำหรับอุปกรณ์ช่วยเดิน - ใช้ประตู-หน้าต่างบานเลื่อน เปิด-ปิดได้ง่าย ลดการใช้แรงที่ข้อมือ - วัสดุปูพื้นใช้แบบกันลื่น เช่น ไวนิล กระเบื้องผิวด้าน ไม้ลามิเนต - สีภายในควรเป็นโทนอ่อน เพื่อลดการสะสมความร้อน - ห้องน้ำควรติดตั้งสุขภัณฑ์นั่งราบ พร้อมราวจับและพื้นกันลื่น - ติดตั้งระบบไฟอัตโนมัติ และ แสงสว่างเฉพาะจุดที่สำคัญ - จัดพื้นที่ทำงานให้ มีเก้าอี้และโต๊ะ ที่เหมาะสมกับสรีระ เพื่อความความสะดวก ปลอดภัย ในการเคลื่อนไหว และส่งเสริมความเป็นอิสระของผู้สูงอายุภายในบ้าน	 
พื้นที่หน้าบ้าน (Semi-Public Area) - จัดให้มีพื้นที่ร่มเงาและที่นั่งพักผ่อน - เปิดมุมมองเชื่อมโยงกับทางเดินชุมชนที่สื่อสารระหว่างบ้านและชุมชนเพื่อส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและลดความโดดเดี่ยว	
ทางเดินและตรอกซอยในชุมชน (Walkway and Alleyways) - พื้นทางเดินเรียบ ปลอดภัย ไม่มีหลุม เพิ่มแสงสว่างเวลากลางคืน - จัดที่นั่งพักเป็นระยะและปลูกต้นไม้ให้ร่มเงา - มีพื้นที่จุดแวะพักเพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางสังคม เพื่อเพิ่มความปลอดภัยและส่งเสริมการเดินเท้าในชุมชน	
พื้นที่ลานวัดและลานกิจกรรม (Temple and Activity Space) - ปรับพื้นที่ให้ปลอดภัย มีทางลาดและราวจับตามจุดต่างระดับ - จัดที่นั่งและพื้นที่ร่มสำหรับการพบปะ - จัดลานเอนกประสงค์สำหรับกิจกรรมและการออกกำลังกาย - ใช้พื้นที่วัดเป็นพื้นที่เรียนรู้ ถ่ายทอดภูมิปัญญาผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมบทบาทผู้สูงอายุและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน	

รายละเอียดข้อเสนอเชิงออกแบบ	แนวทางการออกแบบ
พื้นที่นันทนาการ (Public and Recreational Space) - ปรับปรุงทางเดินให้ปลอดภัย - เพิ่มจุดพัก ศาลาไม้ ม้านั่งไม้ต้นไม้ - จัดพื้นที่ออกกำลังกายเบา ๆ สำหรับผู้สูงอายุ - ส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการ เช่น รำวงพื้นบ้าน ศิลปะ เพื่อสร้างพื้นที่พักผ่อนและส่งเสริมสุขภาพกาย-ใจของผู้สูงอายุ	
เชื่อมพื้นที่ส่วนตัวกับพื้นที่สาธารณะ (Private–Public Interface) - ปรับปรุงพื้นที่หน้าบ้านให้เชื่อมต่อกับชุมชน - สนับสนุนให้บ้านพ่อบุญ แม่ครูเป็นพื้นที่เรียนรู้ เช่น บ้านครัวตอง - มีพื้นที่จัดกิจกรรม เช่น ฐานเรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อสร้างรายได้และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในชุมชน	

6. อภิปรายผล

6.1 ผู้สูงอายุในชุมชนพวกแถมมีพฤติกรรมการใช้พื้นที่สัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับลักษณะทางกายภาพของบ้านเรือนพื้นที่ถิ่น

โดยการปรับพื้นที่ชั้นล่างให้เป็นพื้นที่หลักสำหรับการดำรงชีวิต เช่น พื้นที่พักผ่อน ห้องนอนห้องน้ำ และพื้นที่สร้างรายได้ สะท้อนการปรับตัวของผู้อยู่อาศัยต่อข้อจำกัดทางกายภาพที่เกิดขึ้นตามวัย ขณะเดียวกันพื้นที่หน้าบ้านและเฉลียงมีบทบาทสำคัญในฐานะพื้นที่เชื่อมต่อทางเศรษฐกิจและสังคม การใช้พื้นที่หน้าบ้านเป็นพื้นที่ทำงานหัตถกรรม ค่าขายและพื้นที่ทางสังคม เป็นการสร้างคุณค่าเชิงประสบการณ์ (Experiential Value) จากการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่มีความหมาย ซึ่งส่งผลต่อความพึงพอใจและการรับรู้คุณค่าของตนเองของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับแนวคิดของ Wong et al. (2015) ที่เสนอว่า การออกแบบกิจกรรมและพื้นที่ซึ่งเอื้อต่อการมีส่วนร่วมของผู้ใช้สามารถเพิ่มการรับรู้คุณค่า และเสริมสร้างผลลัพธ์เชิงบวกต่อประสบการณ์และคุณภาพชีวิต โดยเฉพาะในกรณีบ้านของพ่อครู-แม่ครูงานหัตถกรรม การเปิดพื้นที่หน้าบ้านสู่ถนนชอยในชุมชนไม่เพียงสร้างรายได้ แต่ยังเป็นกลไกสำคัญในการลดความโดดเดี่ยว เสริมสร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และการแสดงอัตลักษณ์ของผู้สูงอายุ เช่นเดียวกับงานของ กนกวรรณ คชสีห์ และ เอกรินทร์ อนุกุลยุทธ (2019) ที่อธิบายว่า พื้นที่หน้าบ้านในชุมชนหัตถกรรมทำหน้าที่เป็นพื้นที่กึ่งสาธารณะซึ่งเชื่อมโยงระหว่างพื้นที่ส่วนตัวกับพื้นที่สาธารณะ และเป็นกลไกสำคัญในการเชื่อมโยงผู้สูงอายุเข้ากับชุมชน

6.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่-พฤติกรรม-คุณภาพชีวิต

พื้นที่อยู่อาศัย และพื้นที่ชุมชนมีบทบาทต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในหลายมิติ สอดคล้องกับแนวคิดของ Rogers et al. (2020) ที่อธิบายความสัมพันธ์เชิงซ้อนระหว่างพื้นที่ บุคคลและเวลา ซึ่งร่วมกันกำหนดประสบการณ์การสูงวัยในถิ่นเดิม ขณะเดียวกัน Lecovich (2014) ชี้ให้เห็นว่า Ageing in Place ไม่ได้หมายถึงเพียงการอยู่อาศัยโดยไม่ย้ายถิ่น แต่รวมถึงการคงไว้ซึ่งวิถีชีวิต ความสัมพันธ์ทางสังคม และความรู้สึกเป็นเจ้าของ

พื้นที่ สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยจึงไม่ได้ทำหน้าที่เป็นเพียงที่พักอาศัย หากแต่เป็นพื้นที่ทางสังคมที่หล่อหลอมความสัมพันธ์และสุขภาวะทางจิตใจ เช่นเดียวกับ Kuboshima & McIntosh (2022) ที่เน้นว่า ความสัมพันธ์ทางสังคมที่มีความหมายเป็นปัจจัยสำคัญต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การออกแบบพื้นที่ที่เปิดโอกาสให้เกิดการพบกันโดยบังเอิญ (Serendipitous Encounters) ในพื้นที่ชุมชนและพื้นที่สาธารณะสามารถช่วยลดความโดดเดี่ยวและเสริมสร้างการรับรู้คุณค่าของตนเอง โดยเฉพาะในบริบทของชุมชนดั้งเดิมที่มีทุนทางวัฒนธรรมและความสัมพันธ์ทางสังคมเข้มแข็ง เช่น ชุมชนพวงดัม

6.3 พื้นที่-กิจกรรม-อัตลักษณ์ และการใช้พื้นที่อย่างมีความหมาย

พฤติกรรมการใช้พื้นที่ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในชุมชนพวงดัมสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่กิจกรรม และอัตลักษณ์ที่ไม่สามารถแยกออกจากกันได้ การเปิดพื้นที่หน้าบ้านเป็นพื้นที่ทำงานและพื้นที่ทางสังคมในชุมชนหัตถกรรมเป็นตัวอย่งของการใช้พื้นที่อย่างมีความหมาย (Meaningful Space Use) ซึ่งช่วยสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับ Zhang et al. (2022) ที่ชี้ให้เห็นว่าการออกแบบพื้นที่สาธารณะให้เอื้อต่อการพบปะและการทำกิจกรรมร่วมกันสามารถลดความโดดเดี่ยวและส่งเสริมสุขภาวะทางกายและจิตใจของผู้สูงอายุได้อย่างมีนัยสำคัญ

6.4 แนวทางการออกแบบปรับปรุงพื้นที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้านของผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิม

ควรเน้นการสร้างพื้นที่ที่มีความหมายและเอื้อต่อการมีส่วนร่วมทางสังคม โดยบูรณาการหลักการ Inclusive and Adaptive Design ซึ่งผสมผสานแนวคิด Universal Design เข้ากับการทำความเข้าใจบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของชุมชน แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับ Grazuleviciute-Vileniske et al. (2020) ที่เสนอว่าการรองรับสังคมสูงวัยอย่างยั่งยืนจำเป็นต้องบูรณาการมิติทางสถาปัตยกรรม สิ่งแวดล้อมและสังคมเข้าด้วยกัน รวมถึงงานของ Duman & Asilsoy (2022) และ Watchorn et al. (2023) ที่เน้นการนำ Universal Design ไปประยุกต์ใช้บนฐานของหลักฐานเชิงประจักษ์และบริบทเฉพาะพื้นที่

6.5 ความสะดวกสบายและสุขภาวะในพื้นที่บ้านผู้สูงอายุ

นอกจากมิติทางสังคมและวัฒนธรรมแล้ว สภาพะสบายภายในบ้านยังเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อสุขภาวะและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่าความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่ใช้สอยกับสภาวะอุณหภูมิ ความชื้น และการระบายอากาศ มีผลต่อความพึงพอใจและความสามารถในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ กฤติน อัครวิชัย และคณะ (2015) ที่พบว่า ค่าความสบายเชิงอุณหภูมิของผู้สูงอายุไทยแตกต่างจากมาตรฐานทั่วไป โดยผู้สูงอายุมีความต้องการอุณหภูมิที่อุ่นกว่าเล็กน้อย ความชื้นที่สูงกว่าและความเร็วลมมากกว่าคนวัยอื่น สะท้อนถึงความจำเป็นในการออกแบบและปรับปรุงพื้นที่อยู่อาศัยให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและความต้องการเฉพาะทางกายภาพของผู้สูงอายุในบริบทท้องถิ่น

ดังนั้น การสูงวัยในถิ่นเดิมของผู้สูงอายุในชุมชนดั้งเดิมเป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงอย่างแนบแน่นระหว่างสภาพแวดล้อมทางกายภาพ พฤติกรรมการใช้พื้นที่ และคุณภาพชีวิต ภายใต้บริบททางสังคมและวัฒนธรรมเฉพาะพื้นที่ การใช้พื้นที่อยู่อาศัยและพื้นที่ละแวกบ้านอย่างมีความหมายสะท้อนความเหมาะสมระหว่างบุคคลกับสภาพแวดล้อม (Person-Environment Fit) และมีบทบาทสำคัญต่อสุขภาวะทั้งทางกาย ใจ และสังคม (Wahl et al. 2012) งานวิจัยนี้จึงชี้ให้เห็นว่า การออกแบบและปรับปรุงพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุควรบูรณาการแนวคิด Ageing

in Place และ Universal Design เข้ากับการทำความเข้าใจพฤติกรรมการใช้พื้นที่และบริบทชุมชน เพื่อส่งเสริมการสูงวัยอย่างมีคุณภาพและยั่งยืนในชุมชนดั้งเดิม

7. สรุป

พฤติกรรมการใช้พื้นที่และลักษณะกายภาพของบ้านพักอาศัยในชุมชนพวกแถมสะท้อนความสัมพันธ์แบบพึ่งพาอาศัยระหว่างคนและพื้นที่ (P-E Fit) โดยผู้สูงอายุเลือกปรับวิถีชีวิตมาอยู่ชั้นล่างเป็นหลักเพื่อลดอุปสรรคในการเคลื่อนไหว ขณะเดียวกัน เติลียงและพื้นที่หน้าบ้าน ทำหน้าที่เป็นพื้นที่ยึดเหนี่ยวอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรม ผ่านพฤติกรรมการใช้พื้นที่อย่างมีความหมาย (Meaningful Space Use) เช่น การทำงานหัตถกรรมและการปฏิสัมพันธ์กับชุมชน ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการรักษาบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุไว้ในที่อยู่อาศัยดั้งเดิม

แนวคิดในการออกแบบปรับปรุงพื้นที่และคุณภาพชีวิต จากการวิเคราะห์ผ่านกระบวนการลงรหัส (Coding) พบว่าสภาพแวดล้อมปัจจุบันมีความย้อนแย้งกันระหว่าง การสูงวัยในถิ่นเดิม (AIP) และการออกแบบเพื่อคนทั้งมวล (UD) ในขณะที่ผู้สูงอายุมีความผูกพันต่อสถานที่ (Place Attachment) ในระดับสูง แต่กลับต้องเผชิญกับอุปสรรคด้านความปลอดภัย (Safety) และสภาวะสบาย (Thermal Comfort) จากความเสื่อมสภาพของอาคารไม้ดั้งเดิม ซึ่งหากได้รับการปรับปรุงตามหลัก Inclusive and Adaptive Design ที่ยืดหยุ่นต่อบริบทพื้นที่ถิ่น จะสามารถยกระดับ คุณภาพชีวิต (QoL) ได้ครบทุกมิติ ทั้งทางกาย (ความปลอดภัย) ใจ (ความภาคภูมิใจในอาชีพ) และสังคม (ความผูกพันกับละแวกบ้าน)

แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม จึงเสนอแนะการปรับปรุงที่มุ่งเน้นการสร้างสมดุลระหว่าง "มาตรฐานสากล" และ "วิถีวัฒนธรรม" โดยการจัดโซนนิ่งพื้นที่ชั้นล่างให้เอื้อต่อการสัญจรที่สะดวก ปลอดภัย (Accessibility) ตามหลัก UD พร้อมกับการเปิดพื้นที่ถึงสาธารณะหน้าบ้านให้คงประสิทธิภาพในการทำกิจกรรมการค้า งานหัตถกรรมและเชิงสังคม เพื่อรองรับการดำรงชีวิตในถิ่นเดิมอย่างอิสระและทรงคุณค่า (Self-reliance) อันเป็นรากฐานสำคัญของการสูงวัยในถิ่นเดิมของชุมชนในเมืองเก่าอย่างยั่งยืน

8. ข้อเสนอแนะ

8.1 การนำไปใช้ประโยชน์

ควรส่งเสริมการปรับปรุงพื้นที่ชั้นล่างและพื้นที่หน้าบ้านโดยบูรณาการหลัก Universal Design ร่วมกับการรักษาพื้นที่กิจกรรมทางเศรษฐกิจและสังคม เพื่อสนับสนุนการสูงวัยในถิ่นเดิมและความสามารถในการพึ่งพาตนเองของผู้สูงอายุ

8.2 ข้อจำกัดของการวิจัย

การศึกษานี้มุ่งเน้นผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคมในชุมชนดั้งเดิมที่มีบริบทเฉพาะด้านหัตถกรรม ทำให้ผลการวิจัยอาจไม่สามารถอ้างอิงทั่วไปได้ อีกทั้งการเก็บข้อมูลด้านสภาวะอุณหภูมิมีระยะเวลาจำกัด

8.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

ควรมีการเก็บข้อมูลด้านสภาวะสบายเชิงอุณหภูมิในระยะยาวครอบคลุมทุกฤดูกาล และขยายการศึกษาไปยังชุมชนที่มีบริบทแตกต่าง เพื่อพัฒนาแนวทางการออกแบบที่ครอบคลุมและสามารถประยุกต์ใช้ได้ในระดับกว้าง

9. กิตติกรรมประกาศ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัย “รูปแบบการจัดการพื้นที่เพื่อผู้สูงอายุในชุมชนด้านสภาพแวดล้อมและด้านสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับชุมชนดั้งเดิมในเมืองเชียงใหม่” สนับสนุนงบประมาณจาก กองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (ประเภท Fundamental Fund) ปีงบประมาณ 2567 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา (ตุลาคม 2566 -มีนาคม 2568)

10. เอกสารอ้างอิง

- กนกวรรณ คชสีห์ และ เอกกรินทร์ อนุกุลยุทธธน. (2019). มิติการใช้พื้นที่สาธารณะและบทบาทความเป็นชุมชนดั้งเดิมในเมืองเชียงใหม่. *วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่*, 20(1), 5–18.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2024). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2566* (รายงานผลการวิจัย). กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2025). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2567* (รายงานผลการวิจัย). กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- กฤติน อัครวิชัย, อภิรัฐ เนติพงศ์ไพโรจน์ และ อรรถจัน เศรษฐบุต. (2015). สภาวะน่าสบายเชิงอุณหภูมิอากาศสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย. ใน *การประชุมทางวิชาการของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ครั้งที่ 53* (น. 656–664). สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.
- ไทรรัตน์ จารุทัศน์. (2558). *คู่มือการออกแบบเพื่อทุกคน* (พิมพ์ครั้งที่ 2). หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธีรพงศ์ สกฤศรี. (2565). *ที่ที่ใช่ สูงวัยในถิ่นที่อยู่: ทบทวนแนวคิดและการดำเนินการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุไทย* (พิมพ์ครั้งที่ 1). สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นิภาพรณ เจนสันติกุล. (2022). การออกแบบเพื่อทุกคน: แนวคิดและลักษณะการออกแบบที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มมร. วิทยาเขตอีสาน*, 3(2), 67–81.
- เนตรนภา พันเล็ก และ กฤติยา ชาสวรรณ. (2024). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง: การทบทวนวรรณกรรม. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุพรรณบุรี*, 7(2), 21–33.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล และ ฌบักษ์ สัจฉนกุล. (2021). ความจำเป็นของการสูงวัยในที่อยู่อาศัยเดิมในประเทศไทย. *วารสารธรรมศาสตร์*, 40(2), 1–23.
- วัลย์พร วรพรพงษ์, วรพนิต ศุกระแพทย์ และ วลัยนารี พรหมลา. (2020). ผู้สูงวัยในถิ่น. *วารสารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ*, 6(2), 540–549.
- ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, กาญจนา ตั้งชลทิพย์, เฉลิมพล แจ่มจันทร์ และ จรัมพร ไห้ลายอง. (2557). *คุณภาพชีวิตการทำงานและความสุข* (พิมพ์ครั้งที่ 2). สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อัมพิกา ชุมมธยา และ ฌนวิทย์ อ่องแสงชัย. (2018). การขยายตัวของเมืองกับการเปลี่ยนแปลงบริบทของย่านเมืองเก่าในจังหวัดเชียงใหม่. *เจ-ดี: วารสารวิชาการการออกแบบสภาพแวดล้อม*, 5(1), 61–81.

- Duman, Ü., & Asilsoy, B. (2022). Developing an evidence-based framework of universal design in the context of sustainable urban planning in Northern Nicosia. *Sustainability*, 14(20), Article 13377. <https://doi.org/10.3390/su142013377>
- Grazuleviciute-Vileniske, I., Seduikyte, L., Teixeira-Gomes, A., Mendes, A., Borodinecs, A., & Buzinskaite, D. (2020). Aging, living environment, and sustainability: What should be taken into account. *Sustainability*, 12(5), Article 1853. <https://doi.org/10.3390/su12051853>
- Kuboshima, Y., & McIntosh, J. (2022). Housing design and the quality of life for older people with care needs: Gaps in knowledge. *Journal of Aging and Social Change*, 12(1), 49–74. <https://doi.org/10.18848/2576-5310/cgp/v12i01/49-74>
- Lecovich, E. (2014). Aging in place: From theory to practice. *Anthropological Notebooks*, 20, 21–33. <https://anthropological-notebooks.zrc-sazu.si/Notebooks/article/view/200>
- Rogers, W. A., Ramadhani, W. A., & Harris, M. T. (2020). Defining aging in place: The intersectionality of space, person, and time. *Innovation in Aging*, 4(4), Article igaa036. <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa036>
- Wahl, H. W., Iwarsson, S., & Oswald, F. (2012). Aging well and the environment: Toward an integrative model and research agenda for the future. *The Gerontologist*, 52(3), 306–316. <https://doi.org/10.1093/geront/gnr154>
- Watchorn, V., Hitch, D., Tucker, R., Frawley, P., Aedy, K., & Grant, C. (2023). Evaluating universal design of built environments: An empirical study of stakeholder practice and perceptions. *Journal of Housing and the Built Environment*, 38(3), 1491–1510. <https://doi.org/10.1007/s10901-022-09981-x>
- WHOQOL Group. (1998). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological Medicine*, 28(3), 551–558. <https://doi.org/10.1017/S0033291798006667>
- Winship, P., Buffel, T., & May, V. (2026). Theorising ageing in place during urban regeneration: A spatial approach. *Tijdschrift voor Economische en Sociale Geografie*, 117(1), 27–43. <https://doi.org/10.1111/tesg.70030>
- Wong, I. A., Wan, Y. K. P., & Qi, S. (2015). Green events, value perceptions, and the role of consumer involvement in festival design and performance. *Journal of Sustainable Tourism*, 23(2), 294–315. <https://doi.org/10.1080/09669582.2014.953542>
- Zhang, Y., Chen, G., He, Y., Jiang, X., & Xue, C. (2022). Social interaction in public spaces and well-being among elderly women: Towards age-friendly urban environments. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), Article 746. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020746>