

แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมผู้สูงอายุในองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

Guidelines for promoting elderly activities in local administrative organizations

ดร.นิกร ยาอินตา ผศ.ดร.เสน่ห์ ใจสิทธิ์ และมาริสา ก้อนจำปา

คณะรัฐประศาสนศาสตร์ วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

nikornyainta@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการส่งเสริมกิจกรรมผู้สูงอายุเพราะผู้สูงอายุเป็นกลุ่มเป้าหมายสำคัญระดับประเทศซึ่งมีแนวโน้มที่เพิ่มสูงขึ้นและในหลายพื้นที่กำลังเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุในอนาคตอันใกล้ จึงจำเป็นต้องมีการเตรียมความพร้อมและออกแบบกิจกรรมส่งเสริมดูแลช่วยเหลืออย่างรอบด้าน เนื่องจากมีความต้องการการดูแลที่แตกต่างจากกลุ่มอื่น โดยมีแนวทางการส่งเสริมกิจกรรม 5 ประเภท ได้แก่ 1) กิจกรรมทางสังคม 2) การออกกำลังกาย 3) การท่องเที่ยว 4) งานอดิเรก 5) การส่งเสริมผู้สูงอายุเข้าศึกษาในโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุโดยใช้หลัก บวร (บ้าน วัด โรงเรียน) และเพื่อการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อผู้สูงอายุ การจัดตั้งกองทุนหรือสวัสดิการช่วยเหลือกัน และเพื่อศึกษาความสอดคล้องระหว่างความต้องการของผู้สูงอายุเกี่ยวกับแนวทางการส่งเสริมกิจกรรมทางสังคมให้กับผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมผู้สูงอายุ, องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

Abstract

This article aims to study guidelines for promoting elderly activities because the elderly are the target group The national importance. which has a tendency to rise and in many areas. is entering into an aging society in the near future Therefore needs to be prepared and designed to support activities to take care of all aspects as there are The need for care is different from other groups With guidelines for promoting 5 types of activities. including 1) social activities 2) exercise 3) tourism 4) hobbies 5) promotion of elderly people attending school For the elderly by using principle (home. temple. school) and for the development of an environment that is conducive to the elderly Setting up a fund or welfare to help each other And to study the consistency between the needs of the elderly about how to promote social activities for the elderly appropriately

Keywords: guidelines for promotion. activities. elderly

บทนำ

การเพิ่มขึ้นของประชากรวัยสูงอายุนั้น ได้เริ่มขึ้นมาร่วมสองทศวรรษแล้ว ประเทศต่างๆทั่วโลกได้ให้ความสนใจต่อการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรโลกเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากอัตราเกิดและภาวะเจริญพันธุ์ได้ลดลงอย่างมากพร้อมๆกับการลดลงของอัตราการตาย และการเพิ่มขึ้นของอายุขัยเฉลี่ยของประชากรที่เป็นผลมาจากความเจริญทั้งทางด้าน วิทยาศาสตร์ การแพทย์ การพัฒนาสภาวะโภชนาการ การดูแลด้านการบริการพื้นฐานทางสุขภาพ ตลอดจน ความสามารถในการควบคุมโรคติดต่อต่างๆได้เพิ่มขึ้น (United Nations, 1996)

ปัญหาจากการเพิ่มจำนวนของผู้สูงอายุดังกล่าวหลายประเทศหันมาร่วมมือกัน มีการประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยเรื่องผู้สูงอายุโดยเฉพาะการประชุมครั้งสำคัญจัดขึ้นที่กรุงมาดริด ประเทศสเปน เมื่อปี 2002 มีการลงมติยอมรับแผนปฏิบัติการนานาชาติ เกี่ยวกับผู้สูงอายุมาดริด ซึ่งเน้นเรื่องพัฒนาสิ่งต่างๆ เพื่อผู้สูงอายุเป็นหลัก ไม่ว่าจะเป็นการวางแผนเพื่อให้ประชากรมีสุขภาพและสภาวะที่ดีต่อเนื่องตั้งแต่แรกเกิดไปจนถึงผู้สูงอายุและสร้างความมั่นใจว่า จะมีสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนและเอื้ออำนวยที่ดี อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาสถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่น อังกฤษ ญี่ปุ่น และสิงคโปร์ ย่อมมีความแตกต่างไปจากประเทศอื่นๆ ในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก เช่น ผู้สูงอายุในประเทศออสเตรเลีย มีความต้องการให้รัฐดำเนินการเฉพาะเรื่องการจัดการทรัพยากร ซึ่งมีความมุ่งหมายอยู่ที่การจัดโครงการบำนาญ สำหรับผู้สูงอายุ การจัดการดังกล่าวจะสามารถแก้ไขปัญหาความยากจนและตรงตามความต้องการขั้น พื้นฐานของผู้สูงอายุ ส่วนการสอดแทรกเรื่องการดูแลผู้สูงอายุในโครงการต่างๆของครอบครัวไม่ได้รับความสนใจในประเทศออสเตรเลีย ขณะที่ในฮ่องกง มุ่งให้ความสนใจ เรื่องการให้ชุมชนรับภาระในการดูแล ผู้สูงอายุ และมีโครงการต่างๆในด้านผลประโยชน์และความมั่นคง ด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ด้านบริการสนับสนุนจากชุมชนและด้านการศึกษาโดยให้ชุมชนให้การศึกษแก่ผู้สูงอายุสิงคโปร์ มีนโยบายและโครงการที่ชัดเจนเกี่ยวกับผู้สูงอายุและมุ่งเน้นให้ครอบครัวดูแลผู้สูงอายุ โครงการระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุ เน้นมาตรการในการป้องกัน เพื่อชะลอและลดความเสี่ยงในการเจ็บป่วยและพิการ รัฐบาลสิงคโปร์มีนโยบายที่ชัดเจนที่จะต้องสนับสนุนและทำให้เศรษฐกิจและสังคมของประเทศมีความมั่นคงขึ้นพื้นฐาน ผสมผสาน และสอดแทรกให้ชุมชนรับภาระดูแลผู้สูงอายุได้โครงการที่มีชุมชนเป็นพื้นฐานในการบริการและดูแล ผู้สูงอายุ ได้แก่ โครงการที่อยู่อาศัย การฝึกอบรมเพื่อใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ต่างๆในชีวิตประจำวัน การอบรมผู้ให้บริการด้านการแพทย์แก่คนสูงอายุที่อ่อนแอและไม่สามารถลุกจากเตียงได้ รวมทั้งผู้ป่วยเรื้อรัง ส่วนโครงการเพื่อการป้องกันจะเป็นโครงการสำหรับคนหนุ่มสาวที่เน้นการปฏิบัติตน เพื่อให้มีชีวิตที่มีคุณภาพดี โครงการต่างๆโดยเฉพาะด้านสวัสดิการของประเทศได้รวมผู้สูงอายุเข้าไว้ในฐานะเป็นทรัพยากรที่สำคัญ และใน

ขณะเดียวกันก็ได้เสนอแนะให้ภาคเอกชนริเริ่มการให้ความสนับสนุนและร่วมมือมากขึ้นในการ
เกื้อหนุนต่อผู้สูงอายุ (วนิดา ทองปล้อง. 2546).

จำนวนผู้สูงอายุเพิ่มเป็นจำนวนมาก และกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเหล่านี้ไม่ค่อยมี
โอกาสได้พบปะสังสรรค์กัน ไม่มีกิจกรรมร่วมกันอย่างเป็นรูปธรรม ผู้สูงอายุไม่สนใจดูแลเอาใจใส่
สุขภาพตนเอง และไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัวและชุมชนแต่อย่างใด ส่งผลให้ ผู้สูงอายุ
ส่วนใหญ่มีปัญหาสุขภาพอนามัย นอกจากนี้เด็กรุ่นใหม่มักมองไม่เห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ ทำให้
วัฒนธรรมการให้ความเคารพผู้สูงอายุหรือผู้อาวุโสในชุมชนที่เคยมีมาแต่อดีตเสื่อมถอยลงเรื่อย ๆ ใน
ปัจจุบันได้มีแผนการส่งเสริมให้ ทุกอำเภอ และทุกตำบลมีชมรมผู้สูงอายุ แต่มีเพียงไม่กี่ตำบลที่มีการจัด
กิจกรรมให้กับผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง ดังนั้น จึงเป็นความจำเป็นเร่งด่วนที่ควร
จัดบริการเพื่อรองรับจำนวนผู้สูงอายุที่จะเพิ่มขึ้นในอนาคต จากบทบาทของผู้สูงอายุที่มีการ
เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว แต่ผู้สูงอายุยังสามารถมีส่วนร่วมสร้างประโยชน์ในระดับ ครอบครัว ชุมชน
และประเทศได้ โดยเฉพาะในระดับครอบครัว ผู้สูงอายุมีบทบาทมากในครอบครัวขยายในการการสืบ
ทอด ศิลปวัฒนธรรม และประเพณีสู่บุตรหลาน ส่วนในชุมชนนั้นผู้สูงอายุสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีของ
ชุมชน ในด้านการรักษาสีงามแวดล้อม การจัดการความยากจน และการป้องกันสิทธิมนุษยชน ผู้สูงอายุจึง
เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าของประเทศ ในการวางแผน สำหรับผู้สูงอายุในอนาคตจึงต้องคำนึงถึง
คุณลักษณะที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้สูงอายุ การดำเนินนโยบายเกี่ยวกับผู้สูงอายุ จะต้องเน้นประเด็นการ
พัฒนา ด้านกฎหมาย และคุ้มครองสิทธิประโยชน์ของผู้สูงอายุโดยเฉพาะนโยบายการเกษียณอายุ
และ นโยบายสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุในระดับประเทศรัฐควรจัดสรรงบประมาณในการดำเนิน
นโยบายสุขภาพอนามัยสำหรับ ผู้สูงอายุด้วย นอกจากนี้ผู้สูงอายุควรมีองค์กร หรือสมาคมใน
ระดับประเทศมาร่วมมือกับองค์กร หรือสมาคมในระดับท้องถิ่น เพื่อช่วยให้บริการต่าง ๆ สำหรับ
ผู้สูงอายุ (อุทัยวรรณ นพรัตน์. 2553.) แม้ภาครัฐตระหนักและเห็นความสำคัญการเปลี่ยนแปลง
โครงสร้างทางประชากรเป็นสังคม สูงวัย ซึ่งเห็นได้จากนโยบาย แผนงาน กฎหมายที่เกี่ยวข้อง แต่จาก
การเปลี่ยนแปลงที่ค่อนข้างเร็วหากเปรียบ เทียบกับประเทศที่พัฒนาแล้ว ทำให้ยังมีความพร้อมเชิง
นโยบาย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง ยังขาดความชัดเจน ในขณะที่ผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะ
พึ่งพิงมีแนวโน้มที่เพิ่มขึ้น ซึ่งมีสาเหตุจากการเจ็บป่วย หรือมีอายุมาก การดูแลผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะ
พึ่งพิงยังเป็นบทบาทของครอบครัว (ศิริณี ศรีหาภาค. โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ และ คณิศร เต็งรัง.
2556)

จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของขนาดครัวเรือน จาก 6 คน ในปี 2503 เหลือ 3 คน ในปี
2553 และมีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของผู้ที่อยู่คนเดียวสูงขึ้น (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม. 2557)
ย่อมส่งผลต่อความสามารถในการดูแลผู้สูงอายุของครอบครัวไทย ยิ่งขึ้น ขณะที่การดูแลผู้สูงอายุใน
ชุมชนของภาครัฐยังทำได้จำกัด ถึงแม้รัฐจะได้นำนโยบายในการดูแล ผู้สูงอายุให้ได้รับบริการอย่าง

ทั่วถึง โดยเฉพาะกระทรวงสาธารณสุขได้มีการขยายบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในระดับชุมชน ทั้งสถานเฝ้าระวัง โครงการจัดส่งเสริมสุขภาพการดูแลสุขภาพที่บ้าน (Home health care) ที่มีทีม แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ นักกายภาพบำบัดไปให้บริการ ถึงบ้าน รวมทั้ง อาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เพื่อให้คำแนะนำ ปรีกษาเฉพาะหน้า และส่งเสริมสุขภาพเบื้องต้น สำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งจะเป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุมีสภาพร่างกายและจิตใจดีขึ้น แต่การให้บริการสุขภาพ ในระดับชุมชนส่วนใหญ่ยังไม่สามารถให้บริการที่ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ เจ็บป่วยเรื้อรังและต้องการการฟื้นฟูให้อยู่ในสภาพที่เหมาะสมเนื่องจากบุคลากรด้านสาธารณสุขที่มีอยู่ อย่างจำกัด อีกทั้งส่วนใหญ่ยังขาดองค์ความรู้ทางด้าน สหสาขาวิชาและเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ ทำให้ไม่ สามารถถ่ายทอดองค์ความรู้แก่ครอบครัวและญาติได้ ส่วนบริการทางสังคมที่เป็นภารกิจของ กระทรวงมหาดไทยและกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ที่มีอยู่ในปัจจุบัน เป็นการให้บริการโดยอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุในชุมชน (อผส.) ซึ่งให้บริการเยี่ยมเยียน ให้คำแนะนำ และช่วยเหลือดูแลผู้สูงอายุในเบื้องต้น ส่วนการให้บริการในรูปแบบศูนย์เอนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุ และศูนย์บริการทางสังคม (Day care) ที่มีในปัจจุบัน ส่วนใหญ่จะเป็นการบริการภายในศูนย์ที่เอื้อ เฉพาะผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเอง ได้เท่านั้นทั้งออกกำลังกายและทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันแต่ ศูนย์บริการดังกล่าวก็ยังมีอยู่ค่อนข้างน้อยไม่ครอบคลุมทุกพื้นที่การทำกิจกรรมเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับ มนุษย์ทุกเพศทุกวัย กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยทั่วไป ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่ไม่มีเป้าหมายหรือเป็น ลักษณะกิจกรรมทางสังคมมากกว่าเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดผลผลิต (สุภาวดี พุฒิน้อย . 2547) ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่าง ถาวร จากนโยบายประชากรและการวางแผน ครอบครัวที่ ประสบความสำเร็จในอดีต รวมถึง ความเจริญก้าวหน้าในการพัฒนาประเทศทั้งด้าน เศรษฐกิจและ สังคม ส่งผลให้คนไทยมีสุขภาพที่ดีขึ้น มีอายุยืนยาวขึ้น มีการศึกษา ทักษะและความรู้ดีขึ้น ผลสำเร็จ ดังกล่าวมีผลให้ภาวะเจริญพันธุ์และอัตรา ประชากรวัยเด็กและวัยแรงงานมีแนวโน้มลดลง ขณะที่ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมีแนวโน้ม เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงปี 2573 คนไทยเกือบ 1 ใน 4 จะเป็นประชากรผู้สูงอายุ จะส่งผลกระทบต่อการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศชาติ ขณะเดียวกันภาวะพึ่งพิงของประชากรวัยแรงงานในการดูแลเด็กและผู้สูงอายุจะเพิ่มสูงขึ้น ผู้สูงอายุมี ความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในการ ดำรงชีวิตที่เหมาะสมกับช่วงวัยและสุขภาพมากขึ้น ทั้งด้าน สุขภาพ ความเจ็บป่วย อาชีพและรายได้ ซึ่งเป็นเหตุผลที่ผู้สูงอายุมีความต้องการและมีความจำเป็นใน การรับสวัสดิการสังคมจากรัฐและจากภาคส่วนอื่น ๆ เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีและดำรงอยู่อย่างสมศักดิ์ศรี (สุภารัตน์ สุดสมบูรณ์. 2557)

จากคำแถลงนโยบายของคณะรัฐมนตรี พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี แถลงต่อ สภานิติบัญญัติแห่งชาติ วันศุกร์ที่ 12 กันยายน 2557 โดยหนึ่งในนโยบายได้แสดงให้เห็นว่า รัฐบาลยัง ได้ให้ความสำคัญของการเตรียมความพร้อมของ ผู้สูงอายุเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตและการมีงานหรือ

กิจกรรมที่เหมาะสมเพื่อสร้างสรรค์และไม่ก่อภาระ ต่อสังคมในอนาคตโดยจัดเตรียมระบบการดูแลใน บ้าน สถานพักฟื้น และโรงพยาบาล ที่เป็นความร่วมมือของภาครัฐ ภาคเอกชนชุมชน และครอบครัว รวมทั้งพัฒนาระบบการเงินการคลัง สำหรับผู้สูงอายุ โดยสภาพัฒนาปฏิรูปแห่งชาติมีมติแต่งตั้ง คณะกรรมการปฏิรูประบบรองรับการเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุของประเทศไทย เพื่อดำเนินการตามวาระ ปฏิรูป พัฒนา ข้อเสนอการปฏิรูปตามวาระปฏิรูปที่ 30: การปฏิรูประบบเพื่อรองรับสังคมผู้สูงวัยของ ประเทศไทยด้านเศรษฐกิจ สภาพแวดล้อม สุขภาพ และสังคม โดยมีเป้าประสงค์การปฏิรูปรองรับ สังคมสูงวัย กล่าวคือ ประชากรไทย พึ่งตนเองได้ นานที่สุด มีหลักประกันทางรายได้ที่มั่นคงไปจนบั้น ปลายของชีวิต และมีส่วนร่วมเป็นพลังให้กับสังคมได้นานที่สุด รัฐ เอกชน ท้องถิ่น ภาคประชาชน มี ส่วนร่วมในการส่งเสริมความอยู่ดีมีสุขของประชากรทุกวัยตลอดจนเสริมสร้างศักยภาพของ ครอบครัว และชุมชนในการรองรับสังคมสูงวัย (สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎรปฏิบัติหน้าที่ สำนักงาน เลขาธิการสภาพัฒนาปฏิรูปแห่งชาติ. 2558)

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย (ฉบับชั่วคราว) พุทธศักราช 2557 ได้ตระหนักถึงเรื่องการ จัดสวัสดิการสังคม จึงได้บัญญัติไว้ในรัฐธรรมนูญภายใต้แนวคิด 4 ประการ คือ เป็นสวัสดิการที่ดูแลคน ไทยตั้งแต่เกิดจนตาย เป็นสวัสดิการที่ช่วยลดความเหลื่อมล้ำของสังคมไทยในระยะยาวและ เป็นระบบ สวัสดิการที่นำไปสู่ความเป็นสังคมของระบบ สวัสดิการ มีการมองเป็นภาพรวมโดยยึดองค์ประกอบ ของระบบสวัสดิการสังคม หรืออาจ เรียกว่า “เสาหลักของระบบสวัสดิการสังคม” (Pillars of Welfare System) ได้แก่ การให้บริการสังคม ระบบประกันสังคม ระบบการช่วยเหลือสังคมและระบบ การส่งเสริมสนับสนุนหุ้นส่วนทางสังคม ประการสุดท้ายคือ ต้องคำนึงถึงความเป็นไปได้ทางการเงิน และการบริหารจัดการว่าสังคมไทย ต้องรับภาระและพร้อมใจกันในการจัดการ โดยภาคส่วนต่าง ๆ ต้องเข้ามามีบทบาทไม่ว่าจะเป็นชุมชน ภาคธุรกิจ และองค์กรที่ไม่แสวงหาผลกำไร (นิชานี ฉุนฉลาด. (2558) ซึ่งระบบสวัสดิการที่จำเป็ดังกล่าวมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นอย่างยิ่งกรม สุขภาพจิต (2552) ได้ระบุถึง ความหมายของคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ คือ การที่ผู้สูงอายุมีสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม ที่มีความสุข การกินดีอยู่ดีมีเศรษฐกิจที่มั่นคง ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ และ มีการดำเนินชีวิต สภาพความเป็นอยู่ที่ดีได้อย่างเหมาะสมมีองค์ประกอบของผู้สูงอายุ 5 ด้าน ดังนี้ คือ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านสัมพันธภาพทางสังคม 4) ด้านสิ่งแวดล้อม 5) ด้านความมั่นคงใน ชีวิต แต่อย่างไรก็ตาม ยังพบว่าปัญหาของผู้สูงอายุที่สำคัญ คือปัญหา ทางด้านสุขภาพกาย ปัญหา ทางด้านเศรษฐกิจ การดูแลอุปการะเลี้ยงดู รายได้ไม่เพียงพอสำหรับการเลี้ยงชีพอาจจะไม่มีที่อยู่อาศัย ทำให้ได้รับความลำบาก ปัญหาทางด้านความรู้ ผู้สูงอายุไม่มีโอกาสได้รับความรู้เพื่อการพัฒนาตนเอง ให้เหมาะสมกับวัย ปัญหาทางด้านจิตใจที่ผู้สูงอายุจะไม่ได้ได้รับความเอาใจใส่ ทำให้รู้สึกเหงา อ้างว้าง และปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว ซึ่งโรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นอีกสถานที่ที่จะพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดย การมีส่วนร่วมจากทุกภาคส่วนเข้ามาร่วมขับเคลื่อนควบคู่ไปกับมาตรการอื่น ๆ ของรัฐ เพื่อให้ผู้สูงอายุ

ได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง ซึ่งผู้มีบทบาทสำคัญได้แก่ สมาชิกในครอบครัว ชุมชน โรงพยาบาล สาธารณสุขประจำตำบล วัดและท้องถิ่น โดยเฉพาะองค์การบริหารส่วนตำบล ที่มีภารกิจโดยตรงในการดูแลผู้สูงอายุรวมทั้งส่งเสริม สนับสนุน และแสวงหาความร่วมมือจากภาคี เครือข่ายเพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีพื้นที่ในการเข้าร่วมกิจกรรม กับชุมชน ไม่ว่าจะเป็น การพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ การถ่ายทอดภูมิปัญญา หรือ การพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ซึ่งเป็นการยกระดับ การจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน เพื่อให้ ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าและความสำคัญของตนเอง และชุมชน ให้ประจักษ์ในศักยภาพและพลังของ ผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้มีการเข้าร่วมกิจกรรม หรือให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมเป็นสิ่งที่หนึ่งซึ่งสามารถที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและใจที่ดี ถ้าบุคคลประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งจะทำให้บุคคลนั้นรับรู้ความสามารถของตนเองและส่งผลโดยตรงต่อการนับถือของตนเองการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมก็เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุประสบความสำเร็จในชีวิตเพื่อให้ผู้สูงอายุได้อยู่ในสังคมอย่างมีคุณค่าและมีความสุข การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุมาจากการที่ผู้สูงอายุเชื่อว่ากิจกรรม ต่างๆ สามารถนำมาชดเชยหน้าที่การงานที่พ้นจากความรับผิดชอบ และการหมดภาระที่ต้องเลี้ยงดูบุตรหลานหรือจากคนอื่นๆ ด้วยเหตุนี้การที่ผู้สูงอายุได้ร่วมประกอบกิจกรรมต่างๆ พบปะกับบุคคลอื่นๆ มีผลทำให้ สถานะทางสังคมประสบความสำเร็จ และได้รับการยอมรับ จากบุคคลอื่นๆ ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกที่ตนเองยังคงมีคุณค่าในสังคม นอกจากนั้น ทฤษฎีกิจกรรมยังได้รับ การยอมรับในฐานะที่มีความสอดคล้องกับค่านิยมทางสังคมที่มองการมีกิจกรรมในแง่บวก และ ถูกต้องตามหลักการที่ว่า การมีกิจกรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต และความเป็นสุข ในสังคม ในขณะที่การไม่มีกิจกรรม ไม่เป็นผลดีและถูกมองในแง่ลบ อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุ จำนวนหนึ่งอาจมีข้อจำกัดด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต เศรษฐกิจ และสังคม ในการคงไว้ ซึ่งกิจกรรมในสังคม อาจเกิดความคับข้องใจ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ต้องการคงกิจกรรมไว้เพื่อเสริมรายได้ผู้สูงอายุเหล่านี้จำเป็นต้องพิจารณามุมมองในการยอมรับข้อจำกัดดังกล่าว (นาริรัตน์ จิตรมนตรี. 2554).

กิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมที่ดำเนินการโดยชมรมผู้สูงอายุหรือที่ร่วม ดำเนินการกับชมรม หรือองค์กรอื่นๆ ในการสร้างสุขภาพผู้สูงอายุแนวคิดในการจัดกิจกรรม สำหรับผู้สูงอายุอยู่บนพื้นฐานความเชื่อว่าผู้สูงอายุเป็นบุคคลกลุ่มหนึ่งในสังคมซึ่งมีพลังความคิดมีความสามารถ และมีประสบการณ์สูงในการพัฒนาสังคมส่วนรวม ซึ่งลักษณะกิจกรรมที่ชมรม ผู้สูงอายุดำเนินการ (พิชิต ปลายน้ำเงิน. 2552)มีดังนี้

(1) **กิจกรรมทางศาสนา ประเพณีวัฒนธรรม** เป็นกิจกรรมที่ทำกันมาก ได้แก่ การจัดกิจกรรมสำคัญทางศาสนา และตามวัฒนธรรมประเพณีนิยม ของแต่ละท้องถิ่น มักนิยมกันมากสำหรับผู้สูงอายุในหมู่บ้าน หรือชุมชน เพราะทุกคนสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้

(2) **กิจกรรมนันทนาการ** เป็นการจัดกิจกรรม เพื่อความสนุกสนาน รื่นเริง ตามโอกาส และความพอใจของสมาชิก กิจกรรมประเภทนี้มักรวมเอาการร่วมรับประทานอาหารเข้าไป ด้วย หลังรับประทานอาหาร มีการแสดงเล็กๆ น้อยๆ และร่วมกันร้องเพลงตามอัธยาศัย กิจกรรม ชนิดนี้มักนิยมกันมาก ในชมรมในเมือง หรือชมรมข้าราชการบำนาญ บางชมรมทำทุกเดือน

(3) **กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพอนามัย** ได้แก่ การเชิญแพทย์พยาบาลผู้รู้ในเรื่อง สุขภาพ อนามัย มาบรรยายในเรื่องที่สมาชิกสนใจ การตรวจโรคประจำปีความรู้เรื่องยาสมุนไพร และโภชนาการเพื่อสุขภาพ ฯลฯ

(4) **กิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และกีฬา** เป็นกิจกรรมที่ต้องทำต่อเนื่องทุกวัน หรือวันเว้นวัน ในเวลาประมาณครึ่งชั่วโมงต่อวัน หรือต่อครั้ง กิจกรรมประเภทนี้เป็นประโยชน์ในทางสุขภาพ แต่ชมรมจะต้องจัดสถานที่ที่เหมาะสม มีผู้ดำเนินการที่เหมาะสม ทำได้ทุกชมรม

(5) **กิจกรรมเสริมรายได้** ได้แก่ กิจกรรมที่สมาชิกร่วมกันทำ หรือผลิตสิ่งของ แล้ว นำไปจำหน่ายเป็นการเสริมรายได้เหมาะสำหรับชมรมในหมู่บ้าน ที่สมาชิกต้องการเสริมรายได้ เช่น บางชมรมร่วมกันสานแข่งปลาทุทำไม้กวาด ทำดอกไม้จันทน์ ฯลฯ แล้วนำไปจำหน่าย

(6) **กิจกรรมเกี่ยวกับศิลปะต่างๆ ที่สมาชิกสนใจ** เช่น ศิลปะเกี่ยวกับการวาดรูป การดนตรี การขับร้อง การประพันธ์บทกลอน ฯลฯ เหมาะสำหรับชมรมที่มีสมาชิกที่มีศักยภาพทาง ศิลปะและรักทางศิลปะ

(7) **กิจกรรมท่องเที่ยว** เนื่องจากผู้สูงอายุมีเวลาว่างมาก การท่องเที่ยวในสถานที่และโอกาสอันควรโดยไปเป็นหมู่คณะ นอกจากจะก่อให้เกิดประโยชน์เรื่องความรักสามัคคี ในหมู่คณะแล้ว ยังได้ความรู้ความเท่าทันโลกอีกด้วย

(8) **กิจกรรมการกุศล รวมทั้ง สาธารณกุศล** ที่ชมรมสามารถจะช่วยเหลือและการกุศลที่ทำแก่เพื่อนร่วมชมรมที่ถึงแก่กรรม หรือการเยี่ยมไข้เมื่อเพื่อนสมาชิกเจ็บป่วย หรือการเยี่ยมเยียนยามเพื่อนสมาชิกโชคร้ายเป็นการแสดงถึงความเอื้ออาทรต่อกัน ที่ทำให้เกิดความรักสามัคคีในหมู่คณะได้มาก ทำให้สมาชิกมีความรู้สึกที่ตนไม่โดดเดี่ยว

(9) **กิจกรรมฌาปนกิจสงเคราะห์** เป็นกิจกรรมที่ให้การสงเคราะห์แก่สมาชิกที่ถึง แก่กรรม กิจกรรมประเภทนี้สมาชิกชมรมมีความนิยมค่อนข้างมาก แต่เป็นเรื่องเกี่ยวกับการเงิน และระเบียบทางราชการ ชมรมใดจะดำเนินการ กิจกรรมประเภทนี้ต้องมีความพร้อมในเรื่อง กำลังคน ความรู้ความเข้าใจ ความซื่อสัตย์ สุจริต

บทวิเคราะห์/ประเด็นวิเคราะห์แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมผู้สูงอายุ

แนวทางในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุนั้นต้องอาศัยกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผ่านการจัดเวทีระดมความคิดของแต่ละฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้วิเคราะห์ปัญหาในด้านการดูแลสุขภาพและ

การส่งเสริมสุขภาพร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุในท้องถิ่น กับ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และ เครือข่ายด้านสุขภาพเพื่อช่วยกันหาแนวทางในทางพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งเป็น กลวิธีที่สำคัญต่อการระดมทุนทางสังคมในการกระตุ้นให้เห็นความสำคัญด้านสุขภาพ และนอกจากนี้ยัง จำเป็นที่จะต้องอาศัยในกระบวนการอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อเนื่องกันเพื่อดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุใน ท้องถิ่น เช่น แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพ ภาคประชาชน แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ แนวคิดการสร้าง พลังอำนาจและแนวคิดการทำงานโดยอาศัยภาคีเครือข่ายซึ่งเป็นกระบวนการที่สำคัญในการเสริมสร้าง ความเข้มแข็ง และเกิดการพัฒนาสมรรถนะด้านการส่งเสริมสุขภาพด้วยตนเอง และสามารถถอด บทเรียนผ่านกระบวนการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ ตลอดจนภาคีเครือข่ายในชุมชนได้

สรุป/ข้อเสนอแนะ

การมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมผู้สูงอายุในท้องถิ่นนั้น ซึ่งแต่ละพื้นที่ที่จะเป็นผู้กำหนด แผนงานไปสู่การปฏิบัติในการจัดกิจกรรมทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ มีการจัดการ อย่างมีระบบ มุ่งเน้น ให้ผู้สูงอายุ ในทุกระดับมีสุขภาพที่แข็งแรง กิจกรรมเหมาะสมกับสภาพร่างกายของผู้สูงอายุในชุมชน โดยให้ผู้สูงอายุเป็นศูนย์กลางหมายความว่า การกำหนดทุกกิจกรรมทางสังคมต้องให้เกิดประโยชน์ สูงสุดกับผู้สูงอายุองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนั้น มีงบประมาณและสถานที่สนับสนุนในการจัดกิจกรรม ผู้สูงอายุ มีสมาคมแพทย์เป็นผู้รับผิดชอบตรวจรักษาผู้สูงอายุในชุมชน ผู้สูงอายุทุกคนจะมีแพทย์ ประจำตัว เมื่อเวลาเจ็บป่วยเป็นโรครื้อรัง แพทย์ประจำตัวจะตรวจอย่างละเอียดแล้วส่งต่อแพทย์ เฉพาะทาง มีการคัดกรองความ เสี่ยงของโรคต่างๆ ของผู้สูงอายุ โดยสมาคมแพทย์ของเขตนั้น ๆ พร้อมทั้งทางองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนั้นได้มีการสำรวจความสนใจการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ ในแต่ละกิจกรรม นอกจากนี้ยังมีการคัดผู้นำชุมชนที่มีศักยภาพที่มีความรู้ความสามารถเฉพาะสาขา อาชีพเข้ามาเป็นแกนนำ การมีส่วนร่วมช่วยเหลือชุมชน เป็นผู้ให้คำปรึกษา แก่ผู้สูงอายุในชุมชน คอยเฝ้าระวังโรคที่มีความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นในผู้สูงอายุ เช่น สมอเสื่อม ผู้นำชุมชนจะจัดกลุ่ม ผู้สูงอายุในชุมชนให้ความรู้และการดูแล มีกิจกรรมหลากหลายสำหรับผู้สูงอายุได้แก่ ประเภทกิจกรรม ดังนี้

1. กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่มีสุขภาพแข็งแรง เช่น การจัดให้ความรู้ประชุมสัมมนา การให้ คำปรึกษาการออกกำลังกาย เช่น โยคะ การเดิน การใช้อุปกรณ์ช่วยในการออกกำลังกาย เต้นรำ เป ตอง ตีกลอง
2. กิจกรรมที่ใช้อุปกรณ์ช่วยในการออกกำลังกาย เช่น สายยางยืด การฝึกเดิน เครื่องกระตุ้น กล้ามเนื้อสันสะเทือน
3. กิจกรรมตามความถนัดหรือความต้องการเช่น ร้องเพลง วาดภาพ พับกระดาษ เรียนการ ใช้คอมพิวเตอร์และอื่นๆ

4. กิจกรรมจิตอาสา โดยผู้สูงอายุในชุมชนได้รวมกลุ่มตั้งเป็น สมาคมผู้สูงอายุและชมรมผู้สูงอายุ ของแต่ละกลุ่ม และจัดกิจกรรมการมีส่วนร่วมทางสังคม

นอกจากจะมีกิจกรรม ร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น แล้วผู้สูงอายุในชุมชนยังมีกิจกรรมจิตอาสา ช่วยเหลืองานสาธารณ ประโยชน์ อาจเป็น งานของเขตและหน่วยงาน อื่นที่ร้องขอโดยไม่ได้รับค่าตอบแทน การสนับสนุนจากครอบครัว บุตรหลานใน ครอบครัวยินดีให้การสนับสนุนผู้สูงอายุให้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม ด้วยการช่วยเหลือทำงานบ้าน ในกิจวัตรประจำวันแทน จ่ายค่าบริการในการเข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมไปทัศนศึกษาสถานนอกสถานที่ด้วย ส่วนภาคเอกชนจะมีส่วนร่วมที่สำคัญในการช่วยเหลือผู้สูงอายุคือ ผู้ประกอบการทุกระดับจะสนับสนุนด้วย การรับผู้สูงอายุเข้าทำงานตามความเหมาะสมของสภาพร่างกาย ปัจจัยที่สนับสนุนการมีส่วนร่วมกิจกรรมทางสังคมของ ผู้สูงอายุประกอบด้วยปัจจัยด้านลักษณะส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในชุมชน ผู้สูงอายุที่สุขภาพดีสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้มากกว่าผู้สูงอายุที่สุขภาพไม่แข็งแรง ด้านการสนับสนุนของครอบครัวบุตรหลาน ให้การ สนับสนุนค่าใช้จ่ายการเข้าร่วมกิจกรรมและมีส่วนร่วมในบางกิจกรรมด้วยด้านชุมชน มีผู้นำชุมชนที่มีความรู้ ความสามารถ สร้างกลุ่มของชุมชนให้เข้มแข็ง และการสนับสนุนด้านสังคมเกี่ยวกับนโยบายการดำเนินการ ช่วยเหลือของภาครัฐ ซึ่งได้สนับสนุนงบประมาณและสถานที่ในการจัดกิจกรรม การให้ความร่วมมือซึ่งกันและกันของทั้ง 4 ปัจจัย ส่งผลให้การจัดกิจกรรมทางสังคมยั่งยืน ทำให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ อย่างต่อเนื่องส่งผลดีทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ของผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

References

- ณิชาณี ฉนวนลาด. (2558). การจัดสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย (Social Welfare for the Elderly in Thailand). สืบค้นเมื่อ 25 ธันวาคม 2559. จาก <http://library2.parliament.go.th/wichakarn/content-digest/digest021.pdf>
- นาริรัตน์ จิตรมนตรี.(2554). ใน วิไลวรรณ ทองเจริญ (บรรณาธิการ) . ศาสตร์และศิลป์การพยาบาลผู้สูงอายุ. โครงการตำราคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- พิชิต ลายนำเงิน . (2552). การจัดการแบบมีส่วนร่วมสำหรับการดำเนินงานชมรมผู้สูงอายุ อำเภอโคกเจริญจังหวัดลพบุรี.วิทยานิพนธ์ หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต (ส.ม.) สาขาการจัดการระบบสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- วนิดา ทองปล้อง. ปัจจัยที่ส่งผลพฤติกรรมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา ผู้สูงอายุ ในอำเภอกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. 2546.

- ศิริณี ศรีหาคาศ. โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ และ คณิศร เต็งรัง. (2556). ผลกระทบและการดูแลผู้สูง อายุระยะยาวภายใต้วัฒนธรรมไทย. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงสาธารณสุข.
- สุดารัตน์ สุดสมบูรณ์. (2557). สวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในประเทศไทย. วารสารเทคโนโลยีภาคใต้. 7(1): 73 – 82
- สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎรปฏิบัติหน้าที่ สำนักงานเลขาธิการสภาปฏิรูปแห่งชาติ. (2558). วาระ ปฏิรูปที่ 30: การปฏิรูประบบเพื่รองรับสังคมสูงวัย. กรุงเทพมหานคร: สำนักการพิมพ์สำนักงานเลขาธิการ สภาผู้แทนราษฎร.
- อุทัยวรรณ นพรัตน์. กิจกรรมนันทนาการผู้สูงอายุ. สำนักส่งเสริมและพัฒนานันทนาการ สำนักงานพัฒนาการกีฬา และนันทนาการ กระทรวงท่องเที่ยวและกีฬา. 2553.
- United Nations. (1996). *Population ageing in Asia and the Pacific*. New York: United Nations.