

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดเลย อย่างยั่งยืน ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัย ดังนี้

#### 4.1 บริบทชุมชน จังหวัดเลย

##### 4.1.1 ประวัติความเป็นมาจังหวัดเลย

ประวัติความเป็นมาของจังหวัดเลยเพ็จะมีปรากฏแน่ชัดในรัชกาลพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 4 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ครั้นโปรดเกล้าฯ ให้ตั้งเมืองเลยขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2396 ส่วนประวัติความเป็นมาของจังหวัดก่อนหน้านั้นเป็นเพียงประวัติศาสตร์ท้องถิ่นในระดับหมู่บ้าน และการสร้างบ้านแปลงเมืองซึ่งเป็นเมืองโบราณในท้องที่จังหวัดเลย อย่างไรก็ตาม หลักฐานที่เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของหมู่บ้านและเมืองเหล่านี้ก็เป็นหลักฐานที่ได้จากคำบอกเล่าสืบต่อกันมาโดยอาจ ได้รับการบันทึกไว้ในรูปของสมุดข่อยคัมภีร์โบราณ รวมทั้งพงศาวดาร ซึ่งย่อมจะมีสาระรายละเอียดที่ไม่ตรงกันนัก เพราะเป็นการบันทึกจากคำบอกเล่าสืบต่อกันมาหลายชั่วคน ตลอดทั้งหลักฐานประเภทจารึก เช่น ศิลาจารึก จารึกที่ฐานพระเจดีย์ เป็นต้น ก็มักเป็นจารึกที่จัดทำขึ้นใหม่ แทนของเก่าที่สูญหายไป

การตั้งเมืองเลย เมื่อ พ.ศ.2396 ในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 4 พระองค์ทรงพิจารณาเห็นว่าผู้คนในแขวงนี้มีปริมาณเพิ่มขึ้นมากกว่าแต่ก่อนสมควรจะได้ตั้งเป็นเมือง เพื่อประโยชน์ในการปกครองอย่างใกล้ชิด จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้พระยาทำนบน้ำออกมาสืบตรวจเขตแขวงต่าง ๆ แล้วได้พิจารณาเห็นว่า หมู่บ้านแฮ่ ซึ่งตั้งอยู่ริมฝั่งห้วยน้ำหมานและอยู่ใกล้กับแม่น้ำเลย มีภูมิประเทศที่เหมาะสมแก่การสร้างป้อมด้วย เพราะมีภูเขาล้อมรอบและพลเมืองหนาแน่น พอจะตั้งเป็นเมืองได้ จึงนำความขึ้นถวายบังคมทูลเพื่อทรงทราบพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว จึงได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้จัดตั้งเป็นเมือง เรียกชื่อตามนามของแม่น้ำเลยว่า "เมืองเลย" ต่อมา พ.ศ.2440 ได้มีการประกาศใช้พระราชบัญญัติปกครองท้องที่ ร.ศ.116 ได้เปลี่ยนแปลงการปกครองจากเดิมมาเป็นแบบเทศาภิบาล โดยแบ่งเป็นมณฑลเมืองอำเภอ ตำบล หมู่บ้าน เมืองเลยจึงแบ่งการปกครองอีกเป็น 4 อำเภอ อำเภอที่ตั้งตัวเมืองเรียกชื่อว่า

"อำเภอภูดป้องกัน" ต่อมาใน พ.ศ.2442-2449 ได้เปลี่ยนชื่อเมืองเลยเป็น "บริเวณลำน้ำเลย" ใน พ.ศ. 2449-2450 ได้เปลี่ยนชื่อบริเวณลำน้ำเลย เป็นบริเวณลำน้ำเหือง และใน พ.ศ.2450 จึงได้มีประกาศของกระทรวงมหาดไทย ลงวันที่ 4 มกราคม พ.ศ. 2450 ยกเลิกบริเวณลำน้ำเหืองให้คงเหลือไว้เฉพาะ "เมืองเลย" โดยให้เปลี่ยนชื่ออำเภอภูดป้องกัน เป็นอำเภอเมืองเลยด้วย สำหรับอำเภอภูดป้องกัน ซึ่งเป็นที่ตั้งตัวเมืองเลยนั้น เรียกตามตำบลซึ่งเป็นที่ตั้งอำเภอในครั้งนั้น เหตุที่เรียกตำบลแห่งนี้ว่า "ภูดป้องกัน" ก็เนื่องจากมีหนองน้ำอยู่แห่งหนึ่ง ซึ่งตั้งอยู่ ณ บริเวณที่ว่าอำเภอเมืองเลย ปัจจุบันนี้เกิดจากการเปลี่ยนทางเดินของแม่น้ำเลย มีลักษณะเป็นลำห้วยมีรูปโค้งเป็นรูปพระจันทร์ครึ่งซีก มีปากน้ำแยกออกจากลำแม่น้ำเลยทั้งสองด้าน มีน้ำขังอยู่ตลอดปี ตรงกลางเป็นเกาะมีเนื้อที่ประมาณ 90 ไร่ ปัจจุบันเป็นที่ตั้งของที่ว่าการอำเภอเมืองเลย ศาลาเทศบาลเมืองเลย และสถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย จังหวัดเลย (สำนักงานจังหวัดเลย, 2554)

#### 4.1.2 ข้อมูลพื้นฐานอำเภอเมืองเลย

อำเภอเมืองเลยตั้งอยู่ที่บริเวณส่วนกลางของจังหวัดเลย อยู่ห่างจากกรุงเทพฯโดยทางรถยนต์ประมาณ 520 กิโลเมตร อำเภอเมืองเลยมีเนื้อที่ประมาณ 1,480.49 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 925,307 ไร่ สภาพทั่วไปของพื้นที่ประกอบด้วยภูเขาที่เป็นที่ราบสูงเชิงเขาสลับกับพื้นที่ราบลุ่มระหว่างร่องเขา ซึ่งเกษตรกรปรับเพื่อเป็นพื้นที่ทำนา พื้นที่เป็นภูเขาประมาณร้อยละ 40 พื้นที่โดยทั่วไปสูงกว่าระดับน้ำทะเล ประมาณ 200-750 เมตร

อาณาเขตติดต่อ

ทิศเหนือ	ติดต่อกับ	อำเภอเชียงคาน และอำเภอปากชม
ทิศใต้	ติดต่อกับ	อำเภอวังสะพุง และอำเภอนาดูน
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับ	อำเภอนาดูน
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับ	อำเภอภูเรือ และอำเภอท่าลี่

ประวัติความเป็นมาของอำเภอเมืองเลย พ.ศ. 2440 ได้ประกาศใช้พระราชบัญญัติปกครองท้องที่ ร.ศ. 116 ได้จัดการปกครองเป็นแบบเทศาภิบาล โดยแบ่งออกเป็นมณฑล เมือง อำเภอ ตำบล หมู่บ้าน โดยเมืองเลยแบ่งการปกครองออกเป็น 5 อำเภอ โดยมีอำเภอที่เป็นที่ตั้งตัวเมืองชื่ออำเภอภูดป้องกัน ต่อมา ได้เปลี่ยนชื่อเป็นอำเภอเมืองเลย ตามประกาศของกระทรวงมหาดไทย (ยุทธนา ปาละนิติเสนา, (2548: 38-39)

แบ่งการปกครองออกเป็น 14 ตำบลดังนี้ ตำบลภูดป้องกัน ตำบลเมือง ตำบลนาอ้อ ตำบลกกตู ตำบลน้ำหมาน ตำบลเสี้ยว ตำบลนาอาน ตำบลนาโป่ง ตำบลนาดินดำ ตำบลน้ำสวย ตำบลชัยพฤกษ์ ตำบลนาแหม ตำบลศรีสองรัก และตำบลกกทอง

แบ่งการปกครองส่วนท้องถิ่นออกเป็น 15 แห่ง ประกอบด้วย เทศบาลเมืองเลย ครอบคลุมพื้นที่ตำบลกุดป่อง เทศบาลนาอ้อ ครอบคลุมพื้นที่ตำบลนาอ้อ เทศบาลตำบลน้ำสวย ครอบคลุมพื้นที่บางส่วนของตำบลน้ำสวย เทศบาลตำบลนาอาน ครอบคลุมพื้นที่ตำบลนาอาน เทศบาลตำบลนาโง่ง ครอบคลุมพื้นที่ตำบลนาโง่ง เทศบาลตำบลนาดินคำ ครอบคลุมพื้นที่ตำบลนาดินคำ องค์การบริหารส่วนตำบลเมือง ครอบคลุมพื้นที่ตำบลเมือง องค์การบริหารส่วนตำบลกกตู ครอบคลุมพื้นที่ตำบลกกตู องค์การบริหารส่วนตำบลน้ำหมาน ครอบคลุมพื้นที่ตำบลน้ำหมาน องค์การบริหารส่วนตำบลเสี้ยว ครอบคลุมพื้นที่ตำบลเสี้ยว องค์การบริหารส่วนตำบลน้ำสวย ครอบคลุมพื้นที่ตำบลน้ำสวย (เฉพาะนอกเขตเทศบาลตำบลน้ำสวย) องค์การบริหารส่วนตำบลชัยพฤกษ์ ครอบคลุมพื้นที่ตำบลชัยพฤกษ์ องค์การบริหารส่วนตำบลนาแวม ครอบคลุมพื้นที่ตำบลนาแวม องค์การบริหารส่วนตำบลศรีสองรัก ครอบคลุมพื้นที่ตำบลศรีสองรัก และองค์การบริหารส่วนตำบลกกทอง ครอบคลุมพื้นที่ตำบลกกทอง ผู้วิจัยใช้พื้นที่เทศบาลเมืองเลย ในการเก็บข้อมูลเนื่องจากเป็นพื้นที่ที่ชุมชนมีรูปแบบการดำเนินชีวิตหลากหลาย มีทั้งชุมชนเมือง ชุมชนชนบท และชุมชนใน ตลาด

#### 4.1.3 ข้อมูลพื้นฐานเทศบาลเมืองเลย

4.1.3.1 สภาพทั่วไป เทศบาลเมืองเลย มีพื้นที่ครอบคลุมตำบลกุดป่อง อำเภอเมือง จังหวัดเลย ประกอบด้วย 10 หมู่บ้าน คือบ้านดัว บ้านนาเงิน บ้านนาหนอง-ท่าแพ บ้านฟากเลย บ้านแฮ่ บ้านภูบ่อปิด บ้านกมม่วงสี บ้านใหม่ บ้านตลาดเมืองใหม่ และบ้านหนองผักก้าม มีพื้นที่ 12.41 ตารางกิโลเมตร หรือ 7,756 ไร่ ทิศเหนือติดต่อกับองค์การบริหารส่วนตำบลเมือง ทิศตะวันออกติดต่อกับองค์การบริหารส่วนตำบลชัยพฤกษ์ ทิศใต้ติดต่อกับองค์การบริหารส่วนตำบลนาอาน ทิศตะวันตกติดต่อกับองค์การบริหารส่วนตำบลเมือง

1) สภาพภูมิประเทศและลักษณะภูมิอากาศ เทศบาลเมืองเลยมีภูมิประเทศเป็นที่ราบลุ่ม มีแม่น้ำเลยและแม่น้ำหมานไหลผ่าน สภาพภูมิอากาศ อยู่ภายใต้อิทธิพลของลมมรสุม ตะวันตกเฉียงเหนือ อากาศร้อนในฤดูร้อน และหนาวจัดในฤดูหนาว อุณหภูมิสูงสุด 43.5 องศาเซลเซียส (25 เมษายน 2517 ) ต่ำสุด - 1.3 องศาเซลเซียส ปริมาณน้ำฝนเฉลี่ยระหว่างปี พ.ศ.2539 - 2540 จำนวน 1,272.38 มิลลิเมตรต่อปี บริเวณนั้นฝนมากที่สุดในปี พ.ศ.2542 วัดได้ 1,549.02 มิลลิเมตร ปริมาณน้อยที่สุดในปี พ.ศ.2540 วัดได้ 968.8 มิลลิเมตร

2) สภาพเศรษฐกิจและสังคมโดยภาพรวม ประชากรในเขตเทศบาล ประกอบอาชีพด้านพาณิชยกรรม ราชการ รับจ้าง และด้านเกษตรกรรม ที่ตั้งของชุมชนจะกระจายตัวตามอาชีพหลักของชุมชน ซึ่งชุมชนที่ประกอบอาชีพด้านการพาณิชย์ จะตั้งตามแนวถนนร่วมใจ

ถนนนกแก้ว ถนนเจริญรัฐ ถนนสถลเชียงคาน อาชีพด้านการเกษตรกรรมจะตั้งรอบนอก เช่นชุมชนกม ม่วงซี ชุมชนบ้านภูบ่อบิด ชุมชนนาเขิน ซึ่งจะมีความหนาแน่นของประชากรน้อย

#### 4.1.3.2 โครงสร้างพื้นฐาน

1) ด้านการคมนาคมขนส่ง เป็นการคมนาคมทางบก คือ ทางหลวงแผ่นดิน หมายเลข 201ใช้ในการเดินทางไปยังจังหวัดชัยภูมิ นครราชสีมา เชื่อมทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 2 ไป กรุงเทพมหานคร เชื่อมทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 12 ไปจังหวัดขอนแก่น หรือ เพชรบูรณ์ ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 203 ไปจังหวัดเพชรบูรณ์ เชื่อมทางหลวงจังหวัดหมายเลข 2013 ไปจังหวัด พิษณุโลกและจังหวัดทางภาคเหนือ ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 210 ไปจังหวัดหนองบัวลำภู และ จังหวัดอุดรธานี โดยการใช้รถบรรทุก รถยนต์ส่วนบุคคล รถจักรยานยนต์ ถนนในเขตเทศบาล สายหลักจะเป็นถนนคอนกรีตเสริมเหล็ก ถนนซอยจะเป็นคอนกรีตเสริมไม้ไผ่ ถนนลาดยาง ยังมีบางซอยที่เป็นถนนลูกรัง ส่วนการคมนาคมทางอากาศ ได้แก่ สายการบินบินแอร์ ให้บริการจากสนามบินจังหวัดเลย ไปยังสนามบินดอนเมือง เทียวไปและกลับวันละ 1 เทียว

2) ด้านไฟฟ้า เทศบาลเมืองเลย อยู่ในพื้นที่ให้บริการของสำนักงานไฟฟ้าจังหวัดเลย มีจำนวนผู้ใช้ไฟฟ้า เกินร้อยละ 98 ของจำนวนครัวเรือนในเขตเทศบาล ไฟฟ้าแสงสว่าง สาธารณะ มีการติดตั้งไฟฟ้าแสงสว่างสาธารณะ ครอบคลุมประมาณ ร้อยละ 75 ของถนนและถนน ซอย

3) ด้านการประปา เทศบาลเมืองเลย อยู่ในพื้นที่ให้บริการของสำนักงานประปาเลย ณ วันที่ 31 ตุลาคม 2545จำนวนครัวเรือนที่ใช้น้ำประปา จำนวน 8,613 ราย น้ำประปาที่ผลิต 9,720 ลบ.ม./วัน น้ำประปาที่ใช้ 8,077.77 ลบ.ม./วัน แหล่งน้ำดิบที่ใช้ผลิตน้ำประปาจำนวน 2 แห่ง และแหล่งน้ำดิบสำรองอีก 1 แห่ง

4) ด้านการสื่อสารและโทรคมนาคม ในเขตเทศบาลเมืองเลย มีที่ทำการไปรษณีย์โทรเลข จำนวน 1 แห่ง สำนักงานโทรศัพท์ จำนวน 1 แห่ง สถานีโทรคมนาคม 1 แห่ง ครัวเรือนที่มีเครื่องรับวิทยุ - โทรทัศน์ เกินร้อยละ 95 ของจำนวนครัวเรือนในเขตเทศบาล มีจำนวนหมายเลขโทรศัพท์ ส่วนบุคคลในพื้นที่ 8,881 เลขหมาย แยกเป็นขององค์กรโทรศัพท์ จำนวน 4,256 เลขหมาย ของบริษัท TT & T จำกัด จำนวน 4,625 เลขหมาย มีโทรศัพท์สาธารณะ จำนวน 150 เลขหมาย และในพื้นที่เทศบาลสามารถใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ทุกระบบ ข่ายวิทยุสื่อสารมีข่ายของเทศบาลเมืองเลย ข่ายวิทยุสมัครเล่น ข่ายของกรมการปกครอง ข่ายของกรมตำรวจ ข่ายกรมสามัญ กรมอาชีวศึกษา เป็นต้น

5) ด้านการใช้ที่ดิน เทศบาลเมืองเลย มีพื้นที่รวมทั้งหมดประมาณ 7,756 ไร่ อยู่ในเขตผังเมืองรวมเมืองเลย มีลักษณะการใช้ที่ดินโดยประมาณในปัจจุบันจำแนกได้ดังนี้

- (1) ที่อยู่อาศัยและการพาณิชย์กรรม ประมาณ 3,800 ไร่
  - (2) ที่อยู่อาศัยและการเกษตรกรรม ประมาณ 800 ไร่
  - (3) พื้นที่การเกษตรกรรม ประมาณ 1,700 ไร่
  - (4) การศึกษา ศาสนา สถานที่ราชการ ประมาณ 600 ไร่ พื้นที่ที่เหลือเป็นถนน แม่น้ำ หนองน้ำ และลำคลอง
- 6) ทรัพยากรธรรมชาติ ด้านทรัพยากรน้ำ แหล่งน้ำสำคัญในเขตเทศบาล ได้แก่ แม่น้ำเลย แม่น้ำหมาน กุดป่อง กุดเลยหลง กุดโง้ง ใช้ประโยชน์เป็นแหล่งรับน้ำฝน ในฤดูฝน และการเกษตร ด้านสภาพแวดล้อม คุณภาพสิ่งแวดล้อมโดยรวมของเทศบาลเมืองเลยยังไม่มีปัญหาในปัจจุบัน แต่มีแนวโน้มจะเป็นปัญหาในระยะเวลาย้อนใกล้ เนื่องจากประชาชนมีการทิ้งของเสียลงแหล่งน้ำสาธารณะ มีการเผาป่า มีปริมาณขยะเฉลี่ยเพิ่มขึ้น ด้านระบบระบายน้ำ เป็นระบบท่อที่ระบายน้ำฝนและน้ำเสียพร้อมกัน มีท่อระบายน้ำในถนนหลักในย่านธุรกิจ เส้นผ่าศูนย์กลาง 40 - 60 เซนติเมตร ยังไม่ครอบคลุมทั้งพื้นที่ มีปัญหาในการระบายน้ำในฤดูฝน ยังไม่มีระบบบำบัดน้ำเสียรวม

#### 4.2 ข้อมูลพื้นฐานของผู้สูงอายุ ที่ให้ข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เทศบาลเมืองเลย จำนวน 400 คน โดยการขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุหมู่บ้านละ 40 คน โดยมีรายละเอียดผู้ให้ข้อมูลดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ปรากฏผลดังตารางที่ 1 ถึงตารางที่ 7 ดังนี้

**ตารางที่ 1** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	153	38.30
หญิง	247	61.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 1 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 61.8 เป็นเพศชายคิดเป็นร้อยละ 38.3

**ตารางที่ 2** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านอายุ

อายุ (ปี)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อยู่ระหว่าง 60-74	267	66.80
ตั้งแต่ 75 ขึ้นไป	133	33.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 2 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 60-74 ปี คิดเป็นร้อยละ 66.8 อายุตั้งแต่ 75 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 33.3

**ตารางที่ 3** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านสถานภาพ สมรส

สถานภาพสมรส	จำนวน (คน)	ร้อยละ
โสด	17	4.30
หม้าย	118	29.50
หย่าร้าง	3	0.80
แยกกันอยู่	9	2.30
สมรสและคู่สมรสยังมีชีวิตอยู่	253	63.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 3 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่สมรสและคู่สมรสยังมีชีวิตอยู่ คิดเป็นร้อยละ 63.3 รองลงมาคือเป็นหม้าย คิดเป็นร้อยละ 29.5 และหย่าร้างมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.8

**ตารางที่ 4** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ได้เรียนหนังสือ	19	4.80
ประถมศึกษา	253	63.30
มัธยมศึกษาตอนต้น	32	8.00
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	37	9.30
อนุปริญญา/ปวส.	19	4.80
ปริญญาตรี	36	9.00
ปริญญาโท	3	0.80
ปริญญาเอก	1	0.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 4 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่ได้รับการศึกษาระดับประถมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 63.3 รองลงมาคือ จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช. คิดเป็นร้อยละ 9.3 และ จบการศึกษาระดับปริญญาเอก มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.3

**ตารางที่ 5** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านอาชีพหลัก ก่อนอายุ 60 ปี

อาชีพหลักก่อนอายุ 60 ปี	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ได้ทำงาน	68	17.00
รับจ้าง	68	17.00
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	102	25.50
พนักงานบริษัท/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	10	2.50
เกษตรกร/ชาวไร่/ชาวนา/ชาวสวน	78	19.50
ข้าราชการ/พนักงานของรัฐ	74	18.50
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 5 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัวเป็นอาชีพหลัก คิดเป็นร้อยละ 25.5 รองลงมาคือ เกษตรกร/ชาวไร่/ชาวนา/ชาวสวน คิดเป็นร้อยละ 19.5 และ น้อยที่สุดคืออาชีพพนักงานบริษัท/พนักงานรัฐวิสาหกิจ คิดเป็นร้อยละ 2.5

จากการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุมีอาชีพ ชายฝึกตามฤดูกาล ชายกับข้าว เช่นแกง อ่อม หมก ขายส้มตำ ขายขนม เป็นต้น

**ตารางที่ 6** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านอาชีพ ปัจจุบันหลังอายุ 60 ปี

อาชีพปัจจุบันหลังอายุ 60 ปี	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	215	53.80
รับจ้าง	36	9.00
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	88	22.00
เกษตรกร/ชาวไร่/ชาวนา/ชาวสวน	61	15.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 6 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่หลังอายุ 60 ปี ไม่ได้ประกอบอาชีพ คิดเป็นร้อยละ 53.8 รองลงมาคือ ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 22.0 และน้อยที่สุดคือ อาชีพรับจ้าง คิดเป็นร้อยละ 9.0

จากการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว รับจ้าง และเกษตรกร ชาวไร่ ชาวนา ชาวสวน หลังอายุ 60 ปี ก็ยังคงประกอบอาชีพเดิม ส่วนผู้สูงอายุที่ประกอบอาชีพรับราชการ ส่วนใหญ่จะปลูกผักสวนครัว ดูแลไร่นา สวนยาง เป็นงานอดิเรกและเป็นรายได้เสริม สำหรับผู้ไม่ได้ประกอบอาชีพหลังเกษียณส่วนใหญ่เป็นแม่บ้านที่มีสามีรับราชการ ซึ่งไม่เคยประกอบอาชีพมาก่อน หรือเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุมาก มีโรคประจำตัว ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ไม่สามารถทำงานประกอบอาชีพได้ แต่มีผู้สูงอายุบางคนทำงาน ปลูกผัก ตกปลา เป็นการพักผ่อน จักสานไว้ใช้ในครัวเรือน ไม่ใช่เพื่อประกอบอาชีพ

**ตารางที่ 7** แสดงจำนวนและร้อยละของสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ในด้านการเป็นสมาชิกกลุ่มหรือชมรม

อาชีพหลักก่อนอายุ 60 ปี	จำนวน (คน)	ร้อยละ
กลุ่มอาชีพ	11	2.80
ชมรมผู้สูงอายุ	137	34.30
โรงเรียนผู้สูงอายุ	35	8.80
กลุ่มออมทรัพย์	23	5.80
กลุ่มอาสาสมัคร	24	6.00
กลุ่มสหกรณ์	52	13.00
ไม่เป็นสมาชิก	117	29.30
ธนาคาร ธกส.	1	0.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 7 ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์ส่วนใหญ่ เป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 34.3 รองลงมาคือไม่เป็นสมาชิกของชมรมหรือกลุ่มใดๆ คิดเป็นร้อยละ 29.3 น้อยที่สุดคือเป็นสมาชิกของกลุ่มลูกค้าธนาคารเกษตรและสหกรณ์การเกษตร คิดเป็นร้อยละ 0.3

จากการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุหลายคนเป็นสมาชิกของกลุ่มหรือชมรมมากกว่า 1 ประเภท เช่นเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์ และอยู่ในกลุ่มอาสาสมัครด้วย บางคนเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ และเป็นนักเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุ บางคนเป็นสมาชิกกลุ่มออมทรัพย์ และเป็นสมาชิกกลุ่มสหกรณ์ด้วย เป็นต้น

### 4.3 รูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดเลย

ศึกษาในประเด็น ลักษณะความเป็นอยู่ที่แสดงถึงการใช้เวลาของผู้สูงอายุแต่ละคนว่าเป็นอย่างไร กิจกรรมในแต่ละวันหรือการใช้เวลาของแต่ละบุคคล รวมถึงการมีสัมพันธภาพกับเพื่อนฝูงญาติพี่น้อง ลูกหลานในชุมชน ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบการดำเนินชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดเลยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

#### 4.3.1 กลุ่มลูกหลานพึ่งพา

ผู้สูงอายุในกลุ่มนี้ มีสุขภาพแข็งแรง สามารถดูแลตัวเองเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวันได้เป็นอย่างดี เป็นผู้สูงอายุที่ไม่ได้ประกอบอาชีพหลังอายุ 60 ปี บางคนเคยเป็นข้าราชการหรือทำงานรัฐวิสาหกิจเกษียณอายุราชการ บางคนเป็นเกษตรกรที่มอบหมายภาระในการทำสวน ทำไร่ หรือทำนาให้กับลูกชายลูกสาว ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ติดสังคม มีเพื่อนฝูงเยอะ ส่วนใหญ่อยู่อาศัยในครอบครัว 3 รุ่น ซึ่งประกอบด้วยผู้สูงอายุซึ่งเป็นปู่ตายาย ลูกสาวลูกเขยหรือลูกชายลูกสะใภ้ และหลานๆ ผู้สูงอายุในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่มีรูปแบบการดำเนินชีวิตคล้ายคลึงกัน คือ เป็นผู้ใหญ่ในบ้านที่ลูกหลานยังให้ความเคารพ เกรงใจ เป็นที่ปรึกษาให้กับลูกหลานในด้านต่างๆ เช่น เกี่ยวกับการประกอบอาชีพ การเลี้ยงดูบุตร เป็นต้น และยังสามารถช่วยแบ่งเบาภาระของลูกหลานด้านการประกอบอาหาร ทำความสะอาดบ้าน รวมถึงเป็นผู้รับส่งหลานๆ ที่อยู่ในวัยเรียน รวมถึงเป็นกลุ่มที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมของชุมชนทั้งกิจกรรมด้านศาสนา และกิจกรรมของหน่วยงานในชุมชน โดยมีการทำกิจกรรมต่างๆในแต่ละวันโดยภาพรวม ประกอบด้วย การตัดบาตร สวดมนต์ การออกกำลังกาย การประกอบอาหารสำหรับครอบครัว การดูแลเกี่ยวกับการรับประทานและการแต่งตัวไปโรงเรียนของหลานในวัยเด็ก การรับส่งหลานไปโรงเรียน การทำความสะอาดบ้านและบริเวณรอบๆบ้าน การทำสวนปลูกผัก รดน้ำต้นไม้ การฟังเพลงหรือดูทีวี และการจับหลัก โดยแต่ละคนอาจจะมีช่วงเวลาในการทำกิจกรรมแตกต่างกัน เช่น บางคนตื่นมาเดินออกกำลังกายตอนเช้า แต่บางคนไปเดินแอโรบิก หรือรำไทเก๊ก กับเพื่อนๆ ในตอนเย็น เป็นต้น สำหรับสัมพันธภาพกับเพื่อนฝูงในวัยเดียวกันในชุมชนหรือเพื่อนบ้านใกล้เคียง ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านหรือเพื่อนในวัยเดียวกันเป็นอย่างดี เนื่องจากมีเวลาว่างและไม่มีปัญหาในการเคลื่อนไหว ไม่มีปัญหาในการมองเห็น และประกอบอาหารเองได้ ดังนั้นผู้สูงอายุบางคน จึงมีกิจกรรมการรับประทานอาหารกลางวันร่วมกับเพื่อนบ้านโดยประกอบอาหารมารับประทานร่วมกันคุยกัน ส่วนใหญ่เป็นอาหารง่ายๆที่หาได้ในสวน เช่น ผักสด ผักต้ม แก้วส้มตำ แกงหน่อไม้แกงอ่อม หมกปลา เป็นต้น รับประทานอาหารกับข้าวเหนียว หรือบางคนก็จะเดินไปพูดคุยกับเพื่อนบ้านในเวลาว่าง ในช่วงบ่ายหรือตอนเย็น เป็นการพักผ่อน ส่วนผู้ที่ไม่มีกิจกรรมร่วมกับเพื่อนบ้าน ก็จะมีกิจกรรมนัดหมายกับเพื่อนที่เคยทำงานด้วยกัน หรือเพื่อนที่เคยเรียนด้วยกัน ไปทานข้าวนอกบ้านบางคนสัปดาห์ละครั้งหรือบางคนเดือนละครั้ง นอกจากนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีลูกหลานที่ไป

ประกอบอาชีพหรือมีครอบครัวในชุมชนอื่น หรือจังหวัดอื่นมาเยี่ยมเยือนหรือผู้สูงอายุเป็นฝ่ายเดินทางไปเยี่ยมเยือนลูกหลานหรือเพื่อนฝูงเป็นประจำทุกปี เช่น เทศกาลสงกรานต์ วันเข้าพรรษา เป็นต้น สรุปรูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวันโดยภาพรวมของผู้สูงอายุกลุ่มลูกหลานพึ่งพา ได้ดังนี้

05.00 น. 06.00 น. เตรียมอาหารเช้า ทำกิจวัตรส่วนตัว (นั่งข้าว ล้างหน้า แปรงฟัน เดินออกกำลังกายบริเวณบ้าน ใส่บาตรหน้าบ้าน)

07.00-08.00 น. ทำกับข้าว ดูแลหลานกินข้าว ส่งหลานไปโรงเรียน

08.00 – 12.00 น. ทำความสะอาดบ้าน กวาดบ้าน ถูบ้าน ถางหญ้า รดน้ำ ต้นไม้ ปลุกดอกไม้ ปลุกผักสวนครัว ซักผ้า รีดผ้า เหนื่อยก็พัก ดูทีวี ฟังเพลง นอนพัก

12.00-13.00 น. ทำอาหารกลางวัน กินข้าวกลางวัน

13.00 – 15.00 น. พักผ่อน เดินไปคุยกับเพื่อนบ้าน เตรียมอาหารเย็น เก็บผักในสวน หรือไปตลาด

16.00 – 18.00 ไปรับหลานกลับจากโรงเรียน หรือไปออกกำลังกายกับกลุ่มผู้สูงอายุ ทำอาหารเย็น

18.00-24.00 น. อาบน้ำ รับประทานอาหารเย็นกับลูกหลาน พักผ่อนดูทีวี พุดคุย อบรมสั่งสอนพุดคุยหยอกล้อกับลูกหลานเข้านอน

#### 4.3.2 กลุ่มพึ่งพาลูกหลาน

ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ไม่มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เป็นภารกิจประจำวันของครอบครัว เช่น ประกอบอาหาร ทำความสะอาดบ้าน เป็นต้น ผู้สูงอายุกลุ่มนี้จะอยู่ติดบ้าน อยู่เฝ้าบ้านให้ลูกหลาน ส่วนใหญ่อายุมากกว่า 75 ปี มีสุขภาพไม่แข็งแรงสมบูรณ์ ไม่ได้ประกอบอาชีพ อยู่อาศัยกับลูกหลาน หรือญาติพี่น้องที่เป็นผู้ดูแล บางคนอยู่อาศัยในครอบครัว 3 รุ่น บางคนอยู่อาศัยกับครอบครัว 2 รุ่น คืออาศัยอยู่กับลูกสาว ลูกชาย หรือพี่สาวน้องสาว บางคนดูแลตัวเองเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวัน เช่น แปรงฟัน อาบน้ำ เข้าห้องน้ำ รับประทานอาหารเองได้ แต่เดินไม่สะดวก ลำบากในการเดินทาง หรือบางคนหูตึง ตาพร่ามัว การมองเห็นไม่ชัดเจน เป็นต้นไม่สามารถเดินทางไปไหนมาไหนตามลำพังได้ ไม่สามารถช่วยเหลือกิจกรรมของครอบครัวได้ และมีบางคนดูแลตัวเองไม่ได้ ลูกหลานจึงดูแลเรื่องกิจวัตรประจำวัน เช่น อาบน้ำ แปรงฟัน ซักผ้า การรับประทานอาหาร รวมถึงการช่วยเหลือในการออกกำลังกาย สำหรับสัมพันธภาพกับเพื่อนฝูงในวัยเดียวกันในชุมชนหรือเพื่อนบ้านใกล้เคียง ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านหรือเพื่อนในวัยเดียวกันน้อย เนื่องจากส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่อยู่ติดบ้าน

เนื่องจากเดินไม่สะดวก ตามองไม่เห็น ไปไหนมาไหนเองไม่ได้ แต่บางคนก็มีเพื่อนบ้านมาพูดคุยด้วย เป็นบางวัน และจะมีลูกหลานที่ไปประกอบอาชีพหรือมีครอบครัวในชุมชนอื่น หรือจังหวัดอื่นๆมา เยี่ยมเยือนเป็นประจำทุกปี เช่น เทศกาลสงกรานต์ วันเข้าพรรษา เป็นต้น สรุปรูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวันโดยภาพรวมของผู้สูงอายุกลุ่มพึ่งพาลูกหลาน ได้ดังนี้

5.00 น. – 6.00 น. ตื่นนอน สวดมนต์

6.30 น. – 7.00 น. ทำกิจวัตรประจำวัน เช่นล้างหน้า แปรงฟัน บางคนตัด ภาตรหน้าบ้าน เดินออกกำลังกาย ยกแข้งยกขา

7.00 น. – 8.00 น. กินข้าว กินยา

8.00 น. – 12.00 น. ใ้่าบ้าน พักผ่อน (นั่งเล่น ดูทีวี ฟังวิทยุ หรือทำงานจัก สาน ซ่อมแซมเสื้อผ้า เป็นต้น)

13.00 น. – 17.00 น. ใ้่าบ้าน พักผ่อน (นั่งเล่น นอนเล่น ดูทีวี ฟังวิทยุ เดินออกกำลังกาย นั่งเล่นหน้าบ้าน คุยกับเพื่อนบ้าน

17.00 น. – 20.00 น. อาบน้ำ กินข้าว กินยา ดูทีวี คุยกับสมาชิกใน ครอบครัว

20.00 น. สวดมนต์ เข้านอน

จากการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาลูกหลาน ที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเอง ได้ บางคนเจ็บป่วย หรือบางคนมีอายุมาก เดินไม่ได้ต้องนอนอยู่กับที่หรือเป็นกลุ่มผู้สูงอายุติดเตียง ใน เขตเทศบาลเมืองเลยมีประมาณ 0.1 เปอร์เซ็นต์

#### 4.3.3 กลุ่มพึ่งพาตนเอง

ผู้สูงอายุในกลุ่มนี้ส่วนใหญ่ยังคงประกอบอาชีพหลังอายุ 60 ปี อาศัยอยู่ในครอบครัว รุ่นเดียว บางคนอยู่ตามลำพัง บางคนอยู่กับพี่น้อง หรือกับสามีภรรยา ส่วนใหญ่ก่อนอายุ 60 ปี ประกอบอาชีพค้าขาย หรือรับจ้าง จึงยังคงทำอาชีพเดิม ด้วยเหตุผลว่ายังทำไหวและทำอย่างนี้เป็น ปกติมานานแล้ว เช่นค้าขาย ขับรถสามล้อเครื่อง ช่างไม้ช่างเฟอร์นิเจอร์ หมอนวดแผนโบราณ เป็นต้น แต่บางคนยังคงประกอบอาชีพเนื่องจากลูกหลานไปประกอบอาชีพ มีครอบครัวที่อื่น ไม่มีลูกหลาน ดูแล ไม่มีที่สวนที่นา เป็นของตนเอง เช่นรับจ้างทั่วไป เก็บของเก่าไปขาย เป็นต้น ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มี สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย เนื่องจากไม่มีเวลาว่าง ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการประกอบอาชีพ แต่มี สัมพันธภาพกับชุมชนค่อนข้างมาก จากการไปร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่วัดในวันพระและวันสำคัญ ทางศาสนา โดยส่วนใหญ่จะหยุดงานในวันพระหรือวันสำคัญทางศาสนา เพื่อไปร่วมทำบุญ ตักบาตร

และประกอบพิธีกรรมทางศาสนาที่วัด สรุปรูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวันโดยภาพรวมของผู้สูงอายุ กลุ่มพึ่งพาตนเอง ได้ดังนี้

04.00 น. – 5.00 น. ตื่นนอน เตรียมอาหารเช้า ทำกิจวัตรประจำวัน ล้างหน้า แปรงฟัน ทำความสะอาดบ้าน

6.00 น. – 8.00 น. ตักบาตร รับประทานอาหารเช้า ล้างถ้วยล้างจาน เตรียมตัวไปทำงานหรือประกอบอาชีพ (เปิดร้าน/ออกไปทำงานรับจ้าง งานเกษตร เป็นต้น)

8.00 – 17.00 น. ออกไปทำงาน หรือประกอบอาชีพ ในไร่นา ทำสวน ทำไร่ ปลุกผัก เก็บผักเตรียมไปขายที่ตลาด ขับสามล้อเครื่อง รับจ้างทั่วไป

17.00 - 21.00 น. อาบน้ำ รับประทานอาหารเย็น พักผ่อนดูทีวี สวดมนต์ เข้านอน

จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุทั้งสามกลุ่ม มีบทบาทและการเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนดังนี้

1) บทบาทการเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมทางศาสนา พบว่าผู้สูงอายุมีบทบาทในการเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมทางศาสนา คือ เป็นผู้นำทำวัตรสวดมนต์ (มรรคทายก) เป็นกรรมการชุมชนร่วมแสดงความคิดเห็น ส่งเสริมการจัดกิจกรรมทางศาสนาของชุมชน และเมื่อถึงกำหนดจัดกิจกรรมจะมีบทบาทในการเป็นจัดกิจกรรม เป็นผู้นำในการประกอบพิธีกรรมต่างๆ ประกอบอาหาร จัดเตรียมสถานที่ เช่น กางเตนท์ ทำความสะอาดสถานที่ เตรียมเวที รับลงทะเบียนผู้บริจาค เป็นผู้ประกอบอาหารสำหรับเลี้ยงพระและเลี้ยงผู้ที่มาร่วมงาน เป็นต้น ผู้สูงอายุที่มีบทบาทในการเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมทางศาสนาส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุในกลุ่มที่มีรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบลูกหลานพึ่งพาหรือกลุ่มติดสังคม เนื่องจากเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่มีเวลา มีความสะดวกในการเดินทาง มีสุขภาพแข็งแรง ไม่มีปัญหาทางเศรษฐกิจ มีความพร้อมในการทำกิจกรรมจิตอาสา เพื่อประโยชน์ของชุมชน

2) บทบาทการเป็นผู้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา โดยปกติผู้สูงอายุจังหวัดเลย ส่วนใหญ่ทั้งกลุ่มลูกหลานพึ่งพา กลุ่มพึ่งพาลูกหลาน และกลุ่มพึ่งพาตัวเองจะสวดมนต์ตักบาตรที่หน้าบ้านเป็นประจำ และผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่ไม่มีปัญหาในการเคลื่อนไหวสามารถเดินทางไปวัดได้จะไปร่วมประกอบพิธีกรรมทางศาสนาที่วัดในวันพระ 8 ค่ำ 15 ค่ำ และวันสำคัญทางศาสนา บางคนเดินทางไปได้ด้วยตนเอง บางคนให้ลูกหลานไปรับไปส่ง จะนั่งข้าวทำกับข้าว ไปทำบุญ ตักบาตร ฟังเทศน์ ที่วัดใกล้บ้าน คุยกับเพื่อนในชุมชนและรับประทานอาหารร่วมกันที่วัด ช่วยกันล้างถ้วยล้างจาน และพัฒนาทำความสะอาดบริเวณวัด ส่วนในวันสำคัญทางศาสนา เช่น เข้าพรรษา ออกพรรษา วันสงกรานต์ วันมาฆบูชา วิสาขบูชา จะไปร่วมกิจกรรม ทำบุญ บริจาคเงิน ร่วมขบวนแห่ ในช่วงเข้าพรรษาผู้สูงอายุบางคนจะนุ่งขาวห่มขาว ไปรักษาศีลที่วัด ส่วนวันสงกรานต์ จะจัดเตรียมอุปกรณ์สรงน้ำพระ จัดโต๊ะหมู่บูชา สรงน้ำพระ ร่วมขบวนแห่และเล่นเกมต่างๆที่ชุมชนจัดให้สำหรับผู้สูงอายุ

3) บทบาทและการเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของชุมชน เช่น งานบวช งานแต่งงาน งานศพ งานขึ้นบ้านใหม่ เป็นต้น หากไม่มีกิจกรรมเป็นประจำ ผู้สูงอายุจะเข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของชุมชนทุกกิจกรรมที่มีการจัดขึ้นในชุมชน เนื่องจากมีความคิดว่าการไปร่วมงาน เป็นการให้เกียรติเจ้าภาพ และเป็นการร่วมแรง ร่วมใจ ร่วมปัจจัย ของคนในชุมชน แสดงถึงความรักความสามัคคี ของคนในชุมชน

#### 4.4 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดเลย

ทำการศึกษาองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดเลย 5 ด้าน คือ 1) ด้านครอบครัว 2) ด้านสุขภาพ 3) ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ 4) ด้านมาตรฐานที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม และ 5) องค์ประกอบด้านการได้รับการสนับสนุนทางสังคม ดังนี้

##### 4.4.1 องค์ประกอบด้านครอบครัว

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านครอบครัว ปรากฏผลดังตารางที่ 8 - 16

**ตารางที่ 8** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านครอบครัว (คนในครอบครัวมีการปรึกษาหารือกันอยู่เสมอ)

องค์ประกอบด้านครอบครัว	ใช่ จำนวน คน (ร้อยละ)	ไม่ใช่ จำนวน คน (ร้อยละ)	รวม จำนวน คน (ร้อยละ)
ผู้สูงอายุและครอบครัวมีการปรึกษาหารือกันอยู่เสมอ	382 (95.50)	18 (4.50)	400 (100.00)
ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในกิจกรรมของครอบครัว	378 (94.50)	22 (5.50)	400 (100.00)

จากตารางที่ 8 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว พบว่าผู้สูงอายุและครอบครัวมีการปรึกษาหารือกันอยู่เสมอ คิดเป็นร้อยละ 95.50 มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ คิดเป็นร้อยละ 94.50

**ตารางที่ 9** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านครอบครัว (รูปแบบการอยู่อาศัยในครัวเรือน)

รูปแบบการอยู่อาศัยในครัวเรือน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
แบบครอบครัว 3 รุ่น (ในครอบครัวประกอบด้วย ผู้สูงอายุ ลูก และหลาน)	234	58.50
แบบครอบครัว 2 รุ่น (ในครอบครัวประกอบด้วย ผู้สูงอายุ ลูก หรือหลาน)	88	22.00
แบบครอบครัว 1 รุ่น (ในครอบครัวประกอบด้วย ผู้สูงอายุ ญาติพี่น้องหรือผู้ดูแล)	62	15.50
อยู่คนเดียว	16	4.00
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 9 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตด้านครอบครัว ประเด็นรูปแบบการอยู่อาศัยในครัวเรือน พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในครัวเรือนแบบครอบครัว 3 รุ่น คิดเป็นร้อยละ 58.50 รองลงมาคือ อยู่อาศัยในครัวเรือนแบบครอบครัว 2 รุ่น คิดเป็นร้อยละ 22.00 และน้อยที่สุดคือ อยู่คนเดียว คิดเป็นร้อยละ 4.00

#### 4.4.2 องค์ประกอบด้านสุขภาพ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ ปรากฏผลดังตารางที่ 10

**ตารางที่ 10** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านสุขภาพ (ความสามารถทางกาย การกิน การขับถ่าย และการอาบน้ำแต่งตัว)

การกิน การขับถ่าย และการอาบน้ำแต่งตัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ทำทุกอย่างได้โดยไม่มีปัญหา	360	90.00
มีปัญหาในการทำ 1 อย่าง	26	6.50
มีปัญหาในการทำ 2 อย่าง หรือมากกว่า	14	3.50
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 10 องค์ประกอบคุณภาพชีวิต ประเด็นด้านสุขภาพ ความสามารถทางกาย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ กินอาหาร ขับถ่าย และอาบน้ำแต่งตัวได้เองโดยไม่มีปัญหา คิดเป็นร้อยละ 90.00

รองลงมาคือ มีปัญหาในการกินอาหาร ขับถ่าย หรือการอาบน้ำแต่งตัว เองอย่างน้อย 1 อย่าง คิดเป็นร้อยละ 6.50 และมีปัญหาในการทำกิจวัตรดังกล่าวได้เอง ตั้งแต่ 2 อย่างขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 3.50

**ตารางที่ 11** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้าน  
สุขภาพ การออกกำลังกาย

การออกกำลังกายนอกเหนือจาก การประกอบอาชีพ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ออกกำลังกาย	285	71.30
ไม่ออกกำลังกาย	115	28.80
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 11 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประเด็นด้านสุขภาพ การออกกำลังกาย พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายคิดเป็นร้อยละ 71.30

**ตารางที่ 12** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้าน  
สุขภาพ (การรับประทานอาหาร อาหารรสจัด อาหารสุกๆดิบๆ อาหารจานด่วน)

อาหารรสจัด อาหารสุกๆดิบๆ อาหารจานด่วน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่บริโภคเลย	255	63.80
บริโภค 1 อย่าง	79	19.80
บริโภค 2 อย่าง หรือมากกว่า	66	16.50
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 12 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ การรับประทานอาหาร พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่บริโภคอาหารรสจัด อาหารสุกๆ ดิบๆ และอาหารจานด่วน เลย คิดเป็นร้อยละ 63.80 รองลงมาคือ บริโภค 1 อย่าง คิดเป็นร้อยละ 19.80 และบริโภค 2 อย่าง หรือมากกว่า คิดเป็นร้อยละ 16.50

ตารางที่ 13 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ (การสูบบุหรี่)

การสูบบุหรี่	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่สูบบุหรี่เลย	377	94.30
สูบบุหรี่สัปดาห์ละ 1 วัน/นานๆครั้ง	8	2.00
สูบบุหรี่สัปดาห์ละ 2-3 วัน	9	2.30
สูบบุหรี่สัปดาห์ละ 5-7 วัน	6	1.50
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 13 พบว่าองค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ การสูบบุหรี่ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่เลย คิดเป็นร้อยละ 94.30 รองลงมาคือ สูบบุหรี่สัปดาห์ละ 2-3 วัน คิดเป็นร้อยละ 2.30 และน้อยที่สุดคือสูบบุหรี่สัปดาห์ละ 5-7 วัน คิดเป็นร้อยละ 1.50

ตารางที่ 14 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ (การดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ เบียร์ เหล้า และยาตอง)

การดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ (เบียร์ เหล้า และยาตอง)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ดื่มเลย	356	89.00
ดื่มสัปดาห์ละ 1 วัน/นานๆครั้ง	37	9.30
ดื่มสัปดาห์ละ 2-4 วัน	7	1.80
ดื่มสัปดาห์ละ 5-7 วัน	0	0.00
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 14 พบว่าองค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ การดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์ (เบียร์ เหล้า และยาตอง) ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ไม่ดื่มเลย คิดเป็นร้อยละ 89.00 รองลงมาคือดื่มสัปดาห์ละ 1 วันหรือนานๆครั้ง คิดเป็นร้อยละ 9.30 และไม่มีผู้สูงอายุคนใดดื่มเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของแอลกอฮอล์สัปดาห์ละ 5-7 วัน

ตารางที่ 15 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้าน  
สุขภาพ (โรคประจำตัว)

โรคประจำตัว	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่มีโรคประจำตัว	173	43.30
มีโรคประจำตัว	227	56.80
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 15 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสุขภาพ โรคประจำตัว พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 56.80 และไม่มีโรคประจำตัว คิดเป็นร้อยละ 43.30

จากการสัมภาษณ์ พบว่าโรคประจำตัวที่พบในผู้สูงอายุ จังหวัดเลย คือ โรคความดัน เบาหวาน คอเลสเตอรอล ไขมัน หลอดเลือดตีบ หอบหืด หัวใจ มะเร็งต่อมลูกหมาก ภาวะอาหาร โรคเก๊า แขนขาอ่อนแรง เดินไม่ได้ เจ็บขา มะเร็งลำไส้ โรคไต กระดูกพรุน ไมเกรน ภูมิแพ้ ลิ้นหัวใจรั่ว ปวดเข่า ปวดเมื่อย อ้วน ข้อเข่าเสื่อม ต้อกระจก ข้อเสื่อม อัมพาต ระบบประสาท หูตึง การได้ยิน เจ็บตา ต่อมลูกหมาก

ตารางที่ 16 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้าน  
สุขภาพ (สิทธิ์ในการรักษาพยาบาล)

สิทธิ์ในการรักษาพยาบาล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่มีสิทธิ์ในการรักษาพยาบาล	3	0.80
บัตรทองผู้สูงอายุ	215	53.80
สิทธิ์ข้าราชการบำนาญ	76	19.00
สิทธิ์บุตรเป็นข้าราชการ	80	20.00
ประกันสุขภาพ	17	4.30
ประกันชีวิต	3	0.80
สิทธิ์คู่สมรส	4	1.00
บัตร อสม.	1	0.30
บัตรผู้พิการ	1	0.30
รวม	400	100.00

จากตารางที่ 16 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านสุขภาพ สิทธิในการรักษาพยาบาล พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้สิทธิบัตรทองผู้สูงอายุในการรักษาพยาบาล คิดเป็นร้อยละ 53.80 รองลงมาคือ ใช้สิทธิบัตรเป็นข้าราชการคิดเป็นร้อยละ 20.00 และน้อยที่สุดคือบัตรผู้พิการและบัตร อสม. คิดเป็นร้อยละ 0.30

#### 4.4.3 องค์ประกอบด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ปรากฏผลดังตารางที่ 17 – 18

ตารางที่ 17 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ (รายได้)

รายได้ต่อปีที่เกิดจากการทำงาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่มีรายได้เป็นของตนเอง	54	13.50
ต่ำกว่า 10,001 บาท	159	39.80
อยู่ระหว่าง 10,001-30,000 บาท	122	30.80
อยู่ระหว่าง 30,001-50,000 บาท	22	5.50
อยู่ระหว่าง 50,001-100,000 บาท	14	3.50
100,000 บาทขึ้นไป	28	7.00
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 17 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านรายได้ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 10,001 บาทต่อปี คิดเป็นร้อยละ 39.80 รองลงมาคือ มีรายได้อยู่ระหว่าง 10001 – 30,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 30.80 และน้อยที่สุดคือมีรายได้อยู่ระหว่าง 50,001-100,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 3.50

ตารางที่ 18 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ (ความพอเพียงของรายได้)

รายได้ต่อปีที่เกิดจากการทำงาน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่พอเพียง เป็นหนี้	35	8.80
ไม่พอเพียง ไม่เป็นหนี้	75	18.80
พอเพียง ไม่เป็นหนี้	245	61.30
พอเพียง เหลือเก็บ	45	11.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 18 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านความมั่นคงทางเศรษฐกิจ (ความพอเพียงของรายได้) พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่อปีพอเพียง ไม่เป็นหนี้ คิดเป็นร้อยละ 61.30 รองลงมาคือ มีรายได้ไม่พอ เพียง แต่ไม่เป็นหนี้ คิดเป็นร้อยละ 18.80 และน้อยที่สุดคือ มีรายได้พอเพียง เหลือเก็บ คิดเป็นร้อยละ 11.30

#### 4.4.4 องค์ประกอบด้านมาตรฐานที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลองค์ประกอบคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านความที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ปรากฏผลดังตารางที่ 19 - 22

ตารางที่ 19 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านมาตรฐานที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม (ด้านความมั่นคงถาวรของบ้าน)

ความมั่นคงถาวรของบ้าน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
มั่นคง	382	95.50
ไม่มั่นคง	18	4.50
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 19 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านความมั่นคงถาวรของบ้าน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่อาศัยในบ้านที่มีลักษณะมั่นคงถาวร คิดเป็นร้อยละ 95.50 และลักษณะที่อยู่อาศัยไม่มั่นคง คิดเป็นร้อยละ 4.50

**ตารางที่ 20** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย  
ด้านมาตรฐานที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม (ที่อยู่อาศัยมีความโปร่งสบาย)

ที่อยู่อาศัยมีความโปร่งสบาย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อับทึบ	3	0.80
ค่อนข้างอับทึบ	43	10.80
โปร่งสบาย	354	88.50
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 20 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านที่อยู่อาศัยมีความโปร่งสบาย พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีที่อยู่อาศัยที่มีความโปร่งสบาย คิดเป็นร้อยละ 88.50 รองลงมาคือ มีที่อยู่อาศัยที่มีลักษณะค่อนข้างอับทึบ คิดเป็นร้อยละ 10.80 และน้อยที่สุดคืออยู่ในที่อยู่อาศัยที่อับทึบ คิดเป็นร้อยละ 0.80

**ตารางที่ 21** แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย  
ด้านมาตรฐานที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม (ด้านการมีน้ำใช้พอเพียงตลอดปี)

การมีน้ำใช้พอเพียงตลอดปี	จำนวน (คน)	ร้อยละ
พอเพียง	399	99.80
ไม่พอเพียง	1	0.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 21 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านการมีน้ำใช้พอเพียงตลอดปี พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีน้ำใช้พอเพียงตลอดปี คิดเป็นร้อยละ 99.80 มีน้ำใช้ไม่พอเพียงตลอดปี คิดเป็นร้อยละ 0.30

ตารางที่ 22 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย  
ด้านมาตรฐานที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม (สภาพแวดล้อมที่ไม่มีมลพิษ)

เสียงดัง ควีน กลิ่น ฝุ่น น้ำเน่าเสีย ขยะ/ของเสีย ยุงและแมลง	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่ประสบปัญหาเลย	196	49.00
ประสบปัญหาเพียง 1 อย่าง	115	28.80
ประสบปัญหามากกว่า 1 อย่าง	89	22.30
<b>รวม</b>	<b>400</b>	<b>100.00</b>

จากตารางที่ 22 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านสภาพแวดล้อมที่ไม่มีมลพิษ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่อาศัยในสภาพแวดล้อมที่ไม่ประสบปัญหาเลยด้านเสียงดัง ควีน กลิ่น ฝุ่น น้ำเน่าเสีย ขยะ/ของเสีย ยุงและแมลง คิดเป็นร้อยละ 49.00 รองลงมาคือ ประสบปัญหาอย่างน้อย 1 อย่าง คิดเป็นร้อยละ 28.80 และน้อยที่สุดคือ ประสบปัญหามากกว่า 1 อย่าง คิดเป็นร้อยละ 22.30

#### 4.4.5 การได้รับการสนับสนุนทางสังคม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลองค์การได้รับการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุ  
จังหวัดเลย ปรากฏผลดังตารางที่ 23

ตารางที่ 23 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้าน  
การสนับสนุนทางสังคม

การได้รับการสนับสนุนทางสังคม	ใช่ จำนวน คน (ร้อยละ)	ไม่ใช่ จำนวน คน (ร้อยละ)	รวม จำนวน คน (ร้อยละ)
มีคนในครอบครัวที่รับฟังความคิดเห็นต่างๆทั้งเรื่องทุกข์สุข	387 (96.80)	13 (3.30)	400 (100.00)
มีลูกหลานไปมาหาสู่เป็นประจำ	385 (96.30)	15 (3.80)	400 (100.00)
ได้กินอาหารที่ชอบตามฤดูกาล	398 (99.50)	2 (0.50)	400 (100.00)
มีโอกาสดำเนินการขอความช่วยเหลือให้ลูกหลาน	377 (94.30)	23 (5.80)	400 (100.00)
มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วยหรือเมื่อต้องการ	393 (98.30)	7 (1.80)	400 (100.00)
มีโอกาสพูดคุยกับเพื่อนวัยเดียวกัน	383 (95.80)	17 (4.30)	400 (100.00)

ตารางที่ 23 แสดงจำนวนและร้อยละขององค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้าน  
การสนับสนุนทางสังคม (ต่อ)

การได้รับการสนับสนุนทางสังคม	ใช่ จำนวน คน (ร้อยละ)	ไม่ใช่ จำนวน คน (ร้อยละ)	รวม จำนวน คน (ร้อยละ)
มีโอกาสปฏิบัติหรือร่วมกิจกรรมทางศาสนาอย่างสม่ำเสมอ	354 (88.50)	46 (17.50)	400 (100.00)
ไม่มีภาระหนี้สินจนเกินกำลังจะชดใช้	372 (93.00)	28 (7.00)	400 (100.00)
ได้ดูรายการวิทยุหรือโทรทัศน์ที่ชอบ	397 (99.30)	3 (0.80)	400 (100.00)
ได้รับสิทธิที่พึงมีพึงได้ตามกฎหมายในฐานะผู้สูงอายุ	381 (95.30)	19 (4.80)	400 (100.00)
ได้รับความเคารพนับถือจากคนในชุมชนที่อยู่อาศัย	391 (97.80)	9 (2.30)	400 (100.00)
มีโอกาสให้คำปรึกษาแก่สมาชิกในครอบครัว	382 (95.50)	18 (4.50)	400 (100.00)
มีโอกาสช่วยเหลือแก่ผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ	368 (92.00)	31 (7.80)	400 (100.00)
มีสถานบริการใกล้บ้านที่ไปรับบริการได้เมื่อต้องการ	387 (96.80)	13 (3.3)	400 (100.00)
รู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินเมื่ออาศัยอยู่นชุมชนนี้	393 (98.30)	7 (1.8)	400 (100.00)
เมื่อเดือดร้อน จะมีหน่วยงานหรือคนในชุมชนมาช่วยเหลือ	367 (91.80)	33 (8.3)	400 (100.00)
ได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัวเมื่อมีปัญหา	389 (97.30)	11 (2.8)	400 (100.00)

จากตารางที่ 23 องค์ประกอบคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ด้านการสนับสนุนทางสังคม พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ได้กินอาหารที่ชอบตามฤดูกาลมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 99.50 รองลงมาคือ ได้ดูรายการโทรทัศน์หรือฟังรายการวิทยุที่ชอบ คิดเป็นร้อยละ 99.30 และน้อยที่สุดคือ เมื่อเดือดร้อน จะมีหน่วยงานหรือคนในชุมชนมาช่วยเหลือคิดเป็นร้อยละ 91.80

#### 4.4.6 ระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดเลย

ศึกษาจากความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่สุขภาพและเรื่องอื่นๆของผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ปรากฏผลดังตารางที่ 24

ตารางที่ 24 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของ  
ผู้สูงอายุจังหวัดเลย

ความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ สุขภาพและเรื่องต่างๆ	$\bar{X}$	SD	ความหมาย
รู้สึกว่าชีวิตความเป็นอยู่ของตนอยู่ในระดับ	3.85	0.69	มาก
ความพึงพอใจเกี่ยวกับสุขภาพ	3.86	0.80	มาก
อาการเจ็บปวดตามร่างกาย ทำให้ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ	2.82	0.80	ปานกลาง
ต้องการความช่วยเหลือในการดำเนินชีวิต	3.01	0.98	ปานกลาง
มีความสุขในชีวิต	3.75	0.74	มาก
ชีวิตมีความหมาย	3.94	0.73	มาก
มีสมาธิในการทำสิ่งต่างๆ	3.55	0.80	มาก
มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน	3.85	0.74	มาก
สภาพแวดล้อมรอบๆตัวมีผลต่อสุขภาพ	3.70	0.76	มาก
มีกำลังเพียงพอในการทำสิ่งต่างๆเพื่อการดำรงชีวิต	3.48	0.87	ปานกลาง
ยอมรับการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย	3.44	0.89	ปานกลาง
มีเงินเพียงพอกับความต้องการใช้จ่าย	3.27	0.93	ปานกลาง
ในแต่ละวันได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต	3.53	0.87	มาก
มีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด	3.62	0.82	มาก
สามารถไปไหนมาไหนได้ด้วยตัวเอง	3.62	1.02	มาก
พึงพอใจกับการนอนหลับ	3.52	0.77	มาก
พึงพอใจกับความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวัน	3.52	0.78	มาก
พึงพอใจกับความสามารถในการทำงาน	3.43	0.86	ปานกลาง
ภาคภูมิใจในตนเอง	3.88	0.78	มาก
พึงพอใจกับสัมพันธภาพของตนเอง (ความเป็นเพื่อน ปู่ย่า ตายาย)	3.82	0.80	มาก
ความพึงพอใจเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ สุขภาพ โดยภาพรวม	3.49	0.46	ปานกลาง

ตารางที่ 24 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของ  
ผู้สูงอายุจังหวัดเลย (ต่อ)

ความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ สุขภาพและเรื่องต่างๆ	$\bar{X}$	SD	ความหมาย
พึงพอใจกับความสุขทางเพศ/ชีวิตคู่	2.45	1.23	น้อย
พึงพอใจที่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนหรือคนรอบข้าง	3.51	0.77	มาก
พึงพอใจกับสภาพที่อยู่อาศัย	3.96	0.78	มาก
พึงพอใจกับการได้รับบริการจากโรงพยาบาล สถานือนามัย ฯลฯ	3.88	0.78	มาก
พึงพอใจกับความสะดวกในการเดินทางไปในที่ต่างๆที่ต้องการ	3.64	0.91	มาก
มีความรู้สึกไม่ดี เช่น หดหู่ ผิดหวัง วิตกกังวล ซึมเศร้า	2.00	0.79	น้อย
รวม	3.49	0.46	ปานกลาง

จากตารางที่ 24 พบว่าผู้สูงอายุจังหวัดเลย มีความรู้สึกเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่โดยภาพรวม อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.49 สำหรับการพิจารณาเป็นรายข้อปรากฏว่ามีค่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 3.96 – 2.00 ซึ่งสามารถเรียงลำดับค่าคะแนนเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ พึงพอใจกับสภาพที่อยู่อาศัย ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.96 รู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.94 มีความภาคภูมิใจในตนเอง และพึงพอใจกับการได้รับบริการจากโรงพยาบาล สถานือนามัย สถานบริการสุขภาพ ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.88 มีความพึงพอใจเกี่ยวกับสุขภาพของตนเอง อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.86 รู้สึกว่าชีวิตความเป็นอยู่ของตนอยู่ในระดับมาก และมีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.85 มีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด สามารถไปไหนมาไหนได้ด้วยตัวเองอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.62 ในแต่ละวันได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.53 พึงพอใจกับการนอนหลับ และพึงพอใจกับความสามารถในการทำกิจวัตรประจำวันอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.52 พึงพอใจที่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนหรือคนรอบข้างอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.51

และมีความพึงพอใจในระดับปานกลาง ต่อไปนี้ มีกำลังเพียงพอในการทำสิ่งต่างๆเพื่อการดำรงชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.48 ยอมรับการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย 3.44 พึงพอใจกับความสามารถในการทำงาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.43 มีเงินเพียงพอกับความต้องการใช้จ่าย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.27 ต้องการความช่วยเหลือในการดำเนินชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.01 และ อาการเจ็บปวดตามร่างกาย ทำให้ไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.82 และมีความพึงพอใจอยู่ในระดับ

น้อยเกี่ยวกับความสุขทางเพศ/ชีวิตคู่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.45 มีความรู้สึกไม่ดี เช่น หดหู่ ผิดหวัง วิตกกังวล ซึมเศร้า มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.00

#### 4.5 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดเลย

คณะผู้วิจัยมีกระบวนการในการหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย ดังนี้

##### 4.5.1 ศึกษาบริบทการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จังหวัดเลยในอดีต

จากการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจังหวัดเลยที่ผ่านมาพบว่า ผลจากแนวนโยบายของรัฐในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในประเทศไทย ในแผนพัฒนางานสวัสดิการสังคมและสังคมศาสตร์แห่งชาติ ฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2540-2542) ได้กำหนดมาตรการเกี่ยวกับผู้สูงอายุมาตรการหนึ่งคือ ส่งเสริมการจัดกิจกรรมและการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ โดยการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุให้เพียงพอ รวมทั้งสนับสนุนการดำเนินงานของเครือข่ายการประสานงานของผู้สูงอายุให้สามารถดำเนินงานได้อย่างกว้างขวางและมีประสิทธิภาพ ผลจากการกำหนดมาตรการดังกล่าวส่งผลให้จังหวัดเลยมีการก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้นในปี พ.ศ. 2547 แต่การก่อตั้งชมรมในครั้งนั้นไม่ประสบผลสำเร็จในด้านการจัดกิจกรรมรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ เนื่องจากขาดผู้นำในการขับเคลื่อนกิจกรรมผู้สูงอายุ ไม่มีคณะกรรมการในชุมชนทำหน้าที่ประสานการดำเนินงานในชุมชนอย่างต่อเนื่อง ทำให้ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดเลยไม่มีการเคลื่อนไหวด้านกิจกรรมผู้สูงอายุ ดังคำกล่าว

“ชมรมผู้สูงอายุจังหวัดเขาตั้งมาตั้งแต่ปี 47 แต่หาตัวตนไม่ได้ มีแต่ป้ายอยู่ที่วัดบ้านแย้...จึงเกิดแนวคิดตั้งเป็นโรงเรียน”

นายสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

นอกจากนี้รัฐยังมีนโยบายสนับสนุนให้ทุกหมู่บ้านมีชมรมผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมการจัดกิจกรรมและการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ จึงมีการจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในหมู่บ้านของจังหวัดเลย แต่ชมรมผู้สูงอายุในหมู่บ้านประสบปัญหาคือขาดทิศทางในการทำงาน ต่างคนต่างทำ บางหมู่บ้านที่มีสถานที่อำนวยก็จัดกิจกรรมการออกกำลังกาย โดยได้รับการสนับสนุนจากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บางหมู่บ้านยังมีกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง แต่บางหมู่บ้านขาดการจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

#### 4.5.2 ศึกษาชมรมผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ที่ประสบผลสำเร็จ

จากการศึกษาพบว่าชมรมผู้สูงอายุตำบลกุดป่อง ประสบผลสำเร็จในการจัดกิจกรรมรวมกลุ่มผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง และได้รับรางวัลที่ 1 ของจังหวัดเลย เป็นชุมชนผู้สูงอายุต้นแบบจังหวัดเลย

จากการศึกษาชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ สรุปข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุจังหวัดเลย ดังนี้

##### 4.5.2.1 องค์ประกอบในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดเลย

การส่งเสริมการจัดกิจกรรมหรือการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ ที่ประสบผลสำเร็จควรมีองค์ประกอบดังนี้

1) เกิดจากภาคประชาชน จากความต้องการของชุมชน หากเกิดจากการสั่งการจากภาครัฐ จะขาดพลังในการขับเคลื่อนกิจกรรม เนื่องกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นลักษณะกิจกรรมจิตอาสา ไม่มีค่าตอบแทน

“แนวคิดที่เห็นตรงกันคือ เราต้องทำเอง ไม่มีวรอหน่วยงานราชการ จะเรียกชื่อกลุ่มอะไรก็ได้ ขอให้เป็นที่เรียกขาน หมายถึงการรวมกลุ่มกิจกรรมของผู้สูงอายุ”

ผศ.แสวง สารสิทธิ์

2) มีผู้นำหรือแกนนำในชุมชน ที่มีความพร้อม มีจิตอาสา มีวิสัยทัศน์ในการพัฒนา

“เริ่มจากการรวมพลัง ข้าราชการไม่ค่อยสนใจ ส่วนใหญ่เขามีกลุ่มไป เขาไปกับกลุ่มของเขา ชาวบ้านเขาสนใจ เรารวมกลุ่มชาวบ้าน เขาไม่มีผู้นำ พอเราจัดเป็นรูปแบบมีผู้นำขึ้นมา เขาก็สนใจเข้าร่วมกิจกรรม”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

3) ได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานในพื้นที่ เช่น มหาวิทยาลัยราชภัฏ สธาธารณสุข องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงพยาบาล พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เป็นต้น

“ไม่ใช่ที่เราจะทำคนเดียวได้ ในพื้นที่มี เทศบาล มีโรงพยาบาล พัฒนาสังคม เขิญเขามามีส่วนร่วมด้วยนั้”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

“ทุกคนในชุมชนมีส่วนร่วมเท่าเทียมกัน อยากให้มีโอกาสเท่าๆกัน  
เป็นงานจิตอาสา ใครพร้อมให้มา ทำไปเท่าที่ตนเองทำได้”

คุณบุญชู ศรีชมพู

4) มีสถานที่อำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมร่วมกันของผู้สูงอายุ

“ครั้งแรก โดยเชิญ อาจารย์มลคล จินตาม่วง ผอ.โรงเรียนผู้สูงอายุ  
พิจิตร มาประชุมผู้สูงอายุ ตำบลกุดป่อง ใช้สถานที่ชมรมผู้สูงอายุ  
กุ่มชี ประชุมที่วัด”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

5) มีเครือข่ายสนับสนุนทั้งด้านงบประมาณ ความรู้ ข่าวสารที่เป็นประโยชน์  
กับผู้สูงอายุ จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งภาครัฐและเอกชน

“เขียนโครงการเสนอ พม. ขอเงินสนับสนุนในการจัดประชุม เชิญ  
ผู้ว่าราชการจังหวัดเป็นประธาน มีผู้เข้าร่วมประชุม 120 คน ประชุม  
ผู้ที่เกี่ยวข้องและหัวหน้าส่วนราชการ ให้รับรู้ว่าจะมีสิ่งนี้ที่เกิดขึ้นใน  
บ้านเมืองเรา แจ้งวัตถุประสงค์ และสิ่งที่จะเกิดขึ้นว่ามีอะไรบ้าง”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

“เมื่อเรามีการกลุ่ม เทศบาลมีอะไร หรือหน่วยงานไหนมีอะไร เขาก็  
ติดต่อเรา”

คุณปิยพร ผางสง่า

6) มีทีมงานที่เป็นรูปธรรม โดยการจัดตั้งกรรมการดำเนินงาน มอบหมาย  
ตำแหน่งหน้าที่ตามความพร้อมของแต่ละบุคคล

“ความพร้อมหมายถึง ใครทำอะไรได้ก็ทำ ใครถนัดทำอะไรก็ทำไป ไม่  
มีเจ้านายไม่มีลูกน้อง ทำตามความถนัด ตามความสบายใจ”

คุณสนธิ คามา

“หลังจากประชุมวันที่ 8 พฤษภาคม 2553 ก็ตั้งกรรมการ โดย  
ประธานชมรมของทุกชุมชน เป็นกรรมการโดยตำแหน่ง อาจารย์  
สมหมาย เป็นประธาน นอกนั้นเป็นผู้ที่เหมาะสม เช่นตัวแทนของ  
โรงพยาบาลเลย ตัวแทนสาธารณสุข ตัวแทนพม. ตัวแทนราชภัฏ

นายกพุทธสมาคม ให้ทุกคนมีส่วนร่วม ให้ลุงเขี้ยว ประธานสภา  
วัฒนธรรม แต่งเพลงมาร์ชผู้สูงอายุจังหวัดเลย เป็นประธานที่ปรึกษา  
รุ่นก่อตั้ง”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

7) ยึดหลักการมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน

“จะทำอะไร ก็ประชุมปรึกษาหารือกัน ถ้าเห็นร่วมกันจึงทำ...มติที่  
ประชุมของชมรมผู้สูงอายุทั้ง 10 แห่งตกลงร่วมกัน จะเอาตามนี้  
แหละ”

คุณวัชระ ลดาวัลย์

“มีการประชุมเลือกตั้งกรรมการ”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

8) มีกิจกรรมรวมกลุ่มผู้สูงอายุ อย่างต่อเนื่อง โดยการจัดกิจกรรมต้อง  
สอดคล้องกับวิถีชีวิต และความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุไม่ต้องปรับเปลี่ยนตัวเองมาก จะ  
เป็นการสร้างปัญหาและความเครียดให้กับผู้สูงอายุ

ตัวอย่าง กิจกรรมรวมกลุ่มอย่างต่อเนื่องของกลุ่มผู้สูงอายุต้นแบบ

(1) มีโครงการชมรมผู้สูงอายุสัญจร มีกิจกรรมคือ กิจกรรมสัญจรไปเยี่ยม  
เยือนชมรมผู้สูงอายุในแต่ละหมู่บ้าน เพื่อพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนกัน โดยผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกัน  
เป็นเจ้าภาพ เดือนละ 1 ครั้ง จำนวน 10 หมู่บ้าน ใช้เวลา 10 เดือน และอีก 2 เดือนเป็นเวลาที่ใช้ในการ  
สรุปผลการดำเนินกิจกรรมโครงการร่วมกันทั้ง 10 ชุมชน

(2) ทำบุญสัปดาห์วันพระร่วมกัน ทุกวันพระสมาชิกชมรมผู้สูงอายุจะนัด  
หมายไปทำบุญที่วัดร่วมกัน โดยผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันไปทำบุญที่วัดประจำหมู่บ้าน จนครบทุก  
หมู่บ้าน

จากโครงการสัญจรเยี่ยมเยือนเพื่อผู้สูงอายุ และกิจกรรมทำบุญสัปดาห์วันพระดังกล่าว ทำให้  
ผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มทำกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่องตลอดทั้งปี ทำให้ชมรมผู้สูงอายุมีความเข้มแข็ง

9) มีกิจกรรมส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยชมรม  
ผู้สูงอายุตำบลกุดป่องมีการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลกุดป่องขึ้น จากปัญหาและความต้องการของ  
ชุมชนดังนี้คือ

(1) การมีเครือข่ายผู้สูงอายุขนาดใหญ่ เช่นการรวมเป็นชมรมผู้สูงอายุระดับอำเภอ มีปัญหาในการขับเคลื่อนกิจกรรมเนื่องจากเครือข่ายมีขนาดใหญ่ พื้นที่ของเครือข่ายมีระยะทางไกลมากขึ้น การประสานงานและระยะทางไกลในการเดินทางมาพบประร่วมทำกิจกรรมผู้สูงอายุไม่สะดวกในการเดินทาง

“ทดลองรวมชมรมผู้สูงอายุอำเภอแล้ว...เดินไม่ไหว...ขับเคลื่อนไม่ได้”

ผศ. แสง สารสิทธิ์

(2) ผู้สูงอายุโดยทั่วไปมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ มีโรคประจำตัว

“จุดเริ่มต้นมีว่า ปี 2548 โรงพยาบาลเลยมีแผนกเวชกรรมสังคม แผนกนี้จะดูแลผู้สูงอายุ มีการสำรวจพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว เช่น ความดัน เบาหวาน โรคเกาต์ โรคหัวใจ ปวดหลัง ปวดขา เป็นต้น “

คุณพิพัฒน์ ลีปา

“ เห็นปัญหาแล้ว จึงร่วมกันหาแนวทางลดภาวะปัญหาสุขภาพผู้สูงอายุ”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

จึงเกิดแนวคิดจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ มีจุดมุ่งหมายเพื่อ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต และการมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ เรียกโรงเรียนเพื่อให้ง่ายต่อการติดต่อเรียกขานขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานต่างๆ มีวัตถุประสงค์ดังนี้

- 1) เพื่อชีวิตที่ดี (ให้ผู้สูงอายุ)
- 2) เพื่อมีสุขภาพกายและจิตดี
- 3) เพื่อการอยู่ดีกินดีของผู้สูงอายุ
- 4) เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญาของท้องถิ่น

โดยมีหลักการทำงานของโรงเรียนผู้สูงอายุคือ

- 1) การทำงานด้วยจิตอาสา
- 2) ภายใต้ความเท่าเทียม ไม่มีหัวหน้าไม่มีลูกน้อง
- 3) ทำงานตามความพร้อม และความถนัดของตนเอง
- 4) ช่วยเหลือตัวเองก่อน แล้วจึงไปขอความร่วมมือจากคนอื่น

“...มีหลักในการทำงานคือ มาทำงานด้วยกัน ไม่มีใครสั่งใคร ใครถนัดอันนี้ทำหน่อย ใครช่วยอะไรได้ก็ช่วย ให้ง่ายๆไม่มีอะไรมาก ในระบบราชการ เราทำอะไรมีสาระมาเยอะแล้ว ลองทำ

อะไรง่ายบ้าง...ทำอย่างมีความสุข พออยู่พอกิน ไม่เดือดร้อน คิดอยู่ในใจว่าอยู่เฉยๆได้เงินเดือน ควรจะตอบแทนแผ่นดินบ้าง ทำได้เล็กๆน้อยๆก็ทำไป...เรามองในเรื่องของหน่วยงานราชการที่จะมาช่วย มีขั้นตอนเยอะ เราจึงต้องเริ่มก่อน รวมตัวกันก่อน แล้วจึงไปขอความร่วมมือคนอื่น...”

ผศ. แสวง สารสิทธิ์

“...การเป็นผู้สูงอายุ ไม่ใช่ใครก็เป็นได้ ผู้ที่โชคดียุ่เท่านั้นที่จะเป็นผู้สูงอายุได้ มีหลายคนที่พลาดโอกาสในการเป็นผู้สูงอายุ จงภูมิใจที่เราเป็นผู้สูงอายุ”

“.....เราเท่ากันในความเป็นผู้สูงอายุ.....”

“...ผู้สูงอายุทำอะไรได้หมด แต่อย่าเครียด...”

ผศ. แสวง สารสิทธิ์

“โดยมีวิธีการคือ ให้การศึกษาตลอดชีวิต การให้ผู้สูงอายุได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ มีกิจกรรมพบกันทุกวันที่ 7 17 27 ของทุกเดือน โดยผู้สูงอายุจะมาทำกิจกรรมร่วมกัน มีการแจ้งข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์กับผู้สูงอายุ มีครูประจำชั้น ดูแลให้ทำกิจกรรมยืดเส้นยืดสาย ร้องเพลง แล้วทำกิจกรรมอะไรก็ได้ ภายใต้หลักการ ดังนี้คือ

“...สนุกดี มีสาระ ชนะโรครภัย ห่วงใยคนข้างเคียง...”

คุณสมหมาย ปักข์ชัยภูมิ

1) สนุกดี หมายถึงการให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมกรรมนันทนาการร่วมกัน ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสุขสนุกสนาน เช่นกิจกรรมเล่นิทาน ร้องเพลง รำวง เป็นต้น ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุได้พบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ได้ร่วมกิจกรรมบันเทิงกับเพื่อนๆผู้สูงอายุด้วยกัน ทำให้เกิดความผ่อนคลาย สนุกสนาน มีความสุข

“...ของกิน บักินมันเนา ของเก่าบ่เล่ามันลิม ของเก่าๆแก่ที่มันดีๆ เอามาเล่าให้ลูกหลานฟัง...”

คุณจอม ชรินทร์

“...ตอนมาให้ลูกหลานมาส่ง ถือไม้เท้ามา ตอนหลังไม่ต้องให้ลูกหลาน  
มาส่งแล้ว อยากมา มีความสุข สนุกสนาน

คุณเครื่อง ลำมะยศ

2) มีสาระ หมายถึงมีกิจกรรมให้ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับ  
ผู้สูงอายุ สิทธิของผู้สูงอายุตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย การรักษาสุขภาพกาย  
สุขภาพจิตของผู้สูงอายุ โดยประสานงานขอความร่วมมือกับหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแล  
ผู้สูงอายุ เป็นวิทยากร

“...รวมถึงภาษา ลุงสร้างหลักสูตรภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร ลุง  
ทำเองสอนเองเพราะเคยสอนมาก่อน สอนที่อื่นเคยอยู่ 2 ปี สอนชั้น  
ไฮสคูล...แม้ไม่รู้ภาษาอังกฤษแม้แต่ตัวเดียวก็สามารถใช้ภาษาอังกฤษ  
สื่อสารได้ ใช้เวลา 12 ชั่วโมง มีหนังสือให้เอากลับบ้าน มีลูกมีหลานก็  
ให้ช่วยสอน มีแนวคิดที่ว่าอาเซียนเข้ามาเราจะพูดแต่ภาษาไทย เขาไม่รู้  
เรื่อง...”

ผศ.แสวง สารสิทธิ์

3) ชนะโรคภัย มีกิจกรรมออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย การดูแลสุขภาพ  
เป็นต้น โดยขอความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

“...เราแก่แล้ว ในวัยผู้สูงอายุ จะต้องดูแลตัวเองเป็นหลัก...ผมอายุ 70  
ปีบริบูรณ์แล้ว ก็พอไปพอมมา ทำเองได้ทุกอย่าง คนอื่นดูแลเราก็ดู  
ห่างๆ เราต้องดูแลตัวเอง หมอท่านบอกว่า หมอที่ดีที่สุดก็คือตัวเรา  
เอง...”

ผศ.แสวง สารสิทธิ์

“...ผมอยู่ทุกวันนี้ ดูแลตัวเองครับ ยังไปได้ ดูแลตัวเองได้ สาธุครับ....  
ไม่ต้องหวังพึ่งพาลูก...”

คุณสุบิน ไช้โสดา

“...การออกกำลังกาย เอาอาจารย์นพพรมาแนะนำเกี่ยวกับการออก  
กำลังกาย จะวางสันเท้าอย่างไร หัวใจเต้นอย่างไร สนุกสนานมาก...”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

“...และก็มีหมอมาดูแลสุขภาพเป็นระยะๆ...ครั้งสุดท้าย หมอคือ ลูกสาวอาจารย์เข้ามาช่วย ดีมาก บางอย่างเราก็คิดไม่ถึง อย่างเช่น อายุ 70 แล้ว เพิ่งรู้ว่าแปรงฟันที่ถูกต้องทำอย่างไร อย่างนี้ก็มี...ตรวจสุขภาพฟัน สุขภาพกายปีละ 2 ครั้ง...”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

“...หมอบอกว่า คุณกินอะไร ก็ได้ อย่างนั้น...กินน้อยตายยาก กินมากตายง่าย...ขอเล่าเรื่องใกล้ตัว นิดหนึ่งครับ แม่ยายกับพ่อ ตาผมอยู่ในบ้านเดียวกัน แต่กินอาหารคนละอย่าง พ่อตากินข้าวเหนียว เป็นลาว กินได้สารพัด แต่แม่ยายกินอาหารไทยปลาแดก หน่อไม้กินไม่เป็น วันหนึ่งพ่อตาเป็นโรคหัวใจ อายุ 68 ปี หมอห้ามว่าอย่ากินเค็ม อย่ากินอะไรที่มีปลาร้าผสม แกดอดไม่ได้ครับ พ่อตาแกมีบ้านน้องสาวอยู่ใกล้ๆ กินอยู่บ้านกินไม่ได้ก็ให้น้องสาวทำให้กิน ปรากฏว่าท่านอยู่ไม่ได้นาน ทำเสียตอนที่ศูนย์หัวใจจังหวัดขอนแก่นยังไม่เกิดครับ...”

ผศ.แสวง สารสิทธิ์

“ในตำบลกุดป่องมีทั้งหมด 49 ชุมชน แต่ละชุมชน จะมีชมรมผู้สูงอายุ แต่ละชุมชนเขาจะสำรวจกันเอง มีประธานชมรม มีเลขา แต่ละชุมชนต้องมีกิจกรรม เช่นกิจกรรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุ โดยโรงพยาบาลเลยสนับสนุนงบประมาณเดือนละ 3000 บาท เขาก็มีโอกาสดำเนินงาน รำไทเก๊ก รำกระบี่กระบอง เป็นการให้ผู้สูงอายุได้ขยับเขยื้อน...”

คุณสมหมาย ปักษ์ชัยภูมิ

4) ใส่ใจดูแลกัน หมายถึงการไปเยี่ยมบ้าน ไปเยี่ยมผู้สูงอายุที่อยู่ติดบ้าน หรือผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย แบ่งประเภทของผู้สูงอายุจังหวัดเลย ออกเป็น 3 ประเภท คือ ประเภทที่1 ติดสังคม อยู่กับลูกหลาน ไปไหนมาไหนได้ตามสมควร ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ช่วยตัวเองได้ และมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมของชุมชนหรือมีกิจกรรมพบปะกับเพื่อนผู้สูงอายุด้วยกัน ประเภทที่2 ติดบ้าน ผู้สูงอายุกลุ่มนี้มีปัญหาเรื่องการเดินทาง ไม่สะดวกในการเดินทางตามลำพัง เนื่องจากมีปัญหาสุขภาพ เช่น หูตึง สายตามองเห็นไม่ชัดเจน มีปัญหาในการเดิน เป็นต้น แต่ยังช่วยเหลือตัวเองด้านกิจวัตรประจำวัน เช่น ขับถ่าย รับประทานอาหาร ออกกำลังกายได้เล็กน้อย ประเภทที่ 3 ติดเตียง ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ไม่

สามารถช่วยเหลือตนเองเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวันได้ เช่น การรับประทานอาหาร การขับถ่าย จำเป็นต้องมีลูกหลานดูแล

“...ในชุมชนจะรู้กันหมดว่าบ้านนั้นมีคนป่วย คนเจ็บ ไปไหนไม่ได้”

คุณปิยพร ผางสง่า

“เราศึกษาว่า ยูเนสโก สรุปว่า ประชากรทุกคนมีความต้องการอยู่ 4 ประการคือ อยากรีไทม์ ไม่ถูกทอดทิ้ง ได้รับสิทธิ์ตามสมควรที่ควรได้ ในความเป็นมนุษย์ และต้องการมีส่วนร่วมในสังคม”

ผศ. แสง สารสิทธิ์

“กิจกรรมที่จัดต้องตอบสนองความต้องการของเขา เช่น กิจกรรมการนวด คนแก่แค่นับก็มีประโยชน์แล้ว เพราะสมองไม่ได้ทำงาน คนอายุ 70-80 เขาไม่เหมือนพวกเรา และเขาสนุกสนานกัน ไม่นั่งวิชาการ คนที่มาเขามีความรู้ประสบการณ์มากแล้ว มาแลกเปลี่ยนกัน มีกิจกรรมร้องเพลงวันเกิด ให้ออกไม้ ให้ออกของขวัญ มีการไปเยี่ยมเยียนเพื่อน...”

คุณวิภาดา ตางจราช

“พอรู้ว่าใครติดบ้าน เราจะไปหาเลย บางคนเห็นเราไป เขาร้องไห้เลย ไม่มีเพื่อน ไม่มีโอกาส บางคนลูกไปทำงาน ปิดบ้าน อยู่แต่ในบ้าน”

คุณปิยพร ผางสง่า

“...เราไม่ยอมให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างถูกทอดทิ้ง โดดเดี่ยว เดี่ยวดาย...”

คุณสมหมาย ปักซ์ชัยภูมิ

4.5.2.2 แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดเลยอย่างยั่งยืน จากการคืนข้อมูลกับผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง และประชุมแสดงความคิดเห็นร่วมกัน ได้ข้อสรุปแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดเลย ดังนี้

1) ขยายเครือข่ายชมรมผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จ โดยมีขั้นตอนดังนี้

(1) นำประสบการณ์ความสำเร็จของชมรมผู้สูงอายุต้นแบบ มาขยายเครือข่าย

“โดยการตั้งโจทย์คำถามของชุมชนเองว่าทำอย่างไรจะมีกิจกรรมร่วมกับชุมชนอื่นได้”

(2) ประชุมสัมมนาผู้นำชมรมผู้สูงอายุ สร้างเครือข่ายกับหมู่บ้านที่มีความพร้อม และต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนให้มีแนวทางการดำเนินกิจกรรมในทิศทางเดียวกัน

(3) ค้นหาผู้นำของแต่ละชุมชนที่มีจิตอาสา มีความพร้อมในการดำเนินงานของผู้สูงอายุ และพร้อมที่จะเป็นผู้ประสานงานของเครือข่าย

(4) ขอความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่

(5) ประชุมผู้นำผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อปรึกษาหารือเกี่ยวกับโครงการกิจกรรมของชมรม ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุในแต่ละชุมชน

(6) แสวงหาทุนสนับสนุนจากหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น การเขียนโครงการ การจัดงานต่างๆ เพื่อนำรายได้หลังหักค่าใช้จ่าย มาเป็นงบประมาณในการจัดกิจกรรมโครงการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง และมีความหลากหลายเพิ่มขึ้น

2) แนวทางพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไปสู่ผู้สูงอายุรายบุคคล มีข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุรายบุคคลดังนี้

(1) ผู้สูงอายุต้องพยายามช่วยเหลือตัวเองในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่นการดูแลสุขภาพ การออกกำลังกาย รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ หางานอดิเรกทำ ไปวัดสวดมนต์ เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน เป็นต้น เพื่อสร้างเสริมทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตของตนเองให้สมบูรณ์แข็งแรง รวมถึงรับฟังข่าวสารที่เป็นประโยชน์อยู่เสมอ

(2) ครอบครัวควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมทางสังคม มีการพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น มีกิจกรรมนันทนาการกิจกรรมทางศาสนา รวมถึงกิจกรรมจิตอาสา ร่วมกับเพื่อนผู้สูงอายุ

(3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรให้ความรู้ ปลุกฝังจิตสำนึกให้ครอบครัวและเยาวชนในชุมชนเห็นคุณค่าของผู้สูงอายุ ให้ความเคารพนับถือ และดูแลเอาใจใส่ ให้ความอบอุ่นผู้สูงอายุที่เป็นปู่ย่า ตายาย และญาติผู้ใหญ่ของตน

(4) หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรสนับสนุน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมกับกิจกรรมของชุมชน เช่นเป็นผู้นำหรือเป็นที่ปรึกษาในกิจกรรมหรือโครงการต่างๆของชุมชน

เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดภูมิปัญญา รวมถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิตทั้งที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จให้แก่ชุมชนลูกหลาน เพื่อให้ชุมชนลูกหลานได้เรียนรู้ประสบการณ์ทั้งการใช้ชีวิตและประสบการณ์ในการทำงาน ชุมชนลูกหลานเกิดความภาคภูมิใจในผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจและรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง รวมทั้งเป็นการส่งเสริมให้เกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับชุมชนลูกหลาน