

แนวทางการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่ส่งเสริมสังคมและนันทนาการ
สำหรับผู้สูงอายุในพื้นที่เขตทุ่งครุ จังหวัดกรุงเทพมหานคร
(Design Guideline for Social Interaction and Recreations Space of Elderly in
Thungkru, Bangkok.)

ศจี วิจารณ์ศิริ

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และการผังเมือง มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

บทคัดย่อ

อัตราการเพิ่มจำนวนประชากรผู้สูงอายุเป็นไปอย่างต่อเนื่อง ทำให้ประเทศไทยก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการร่วมกิจกรรมกับสังคมและให้มีการทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ มีส่วนช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุได้ ซึ่งกระบวนการดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้อย่างสมบูรณ์ต้องประกอบไปด้วยรูปแบบกิจกรรม และบุคลากรที่มีความเหมาะสม รวมถึงถึงลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่เอื้ออำนวย ปัจจุบันงานสถาปัตยกรรมให้การคำนึงผู้ใช้ในกลุ่มนี้ ในแนวทางเพื่อการอำนวยความสะดวกหรือเพื่อความปลอดภัยในการใช้สอยเป็นสิ่งสำคัญ แต่การออกแบบเพื่อกิจกรรมเฉพาะด้านที่เหมาะสมกับลักษณะของผู้สูงอายุยังมีจำนวนน้อย ดังนั้นการศึกษาพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่การออกแบบลักษณะทางกายภาพที่ส่งเสริมสังคมและนันทนาการจึงมีความสำคัญ โดยการวิจัยนี้มุ่งเน้นการศึกษาพฤติกรรมและความต้องการด้านสังคมและนันทนาการ จากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในเขตเมืองจำนวน 100 คน ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตทุ่งครุ จังหวัดกรุงเทพมหานคร และเชื่อมโยงกับทฤษฎีการออกแบบทางสถาปัตยกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อสรุปผลเป็นแนวทางในการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ผลการวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาองค์ความรู้ทางสถาปัตยกรรม รวมถึงการจัดทำโครงการเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุต่อไป

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, การพัฒนาคุณภาพชีวิต, สังคมและนันทนาการ, สถาปัตยกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

Abstract

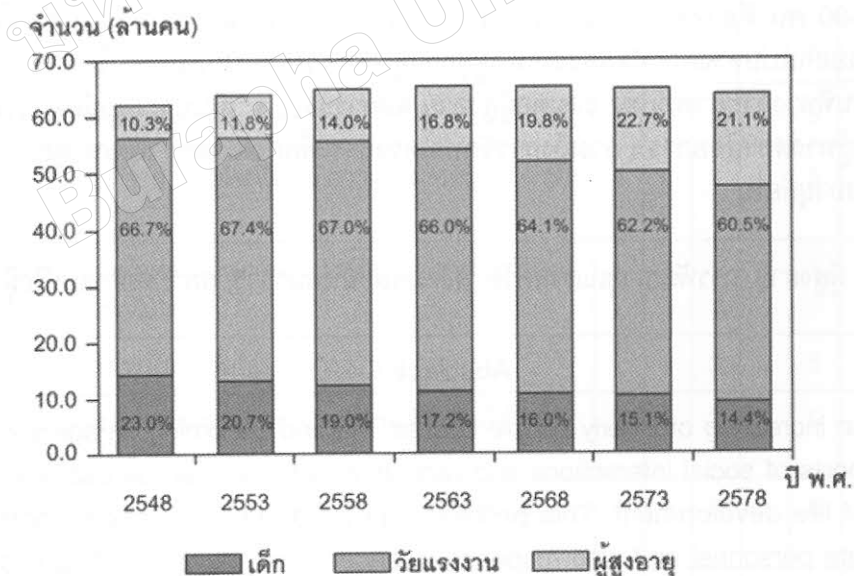
An increasing of elderly people causes Thailand becoming an aging society. The supports of social interactions and recreation activities can be useful for their quality of life development. This process can be done with specific activities, appropriate personnel and also responsive spaces. Nowadays, architectures have been used with greater concerns about the elderly by providing convenient functions and responsive spaces. However, there are only a few projects concerning improving specific activity space for elderly people. Therefore the study of elderly's behaviors and needs is essential for designing social interaction and recreation spaces. This paper concentrates in studying behaviors and needs related to social and

recreation activities. Data were collected from 100 elderly people who have been living in Thungkru Town, Bangkok, the concept of architectural design is used to examine the design and guidelines for an appropriate space for elderly. The research result has significant effects in architectural knowledge and design projects for developing elderly quality of life.

Keywords: elderly, quality of life development, social and recreation, architecture for elderly

บทนำ

อัตราการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องของจำนวนประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย เมื่อเปรียบเทียบกับอัตราส่วนประชากรในช่วงวัยอื่นๆ ดังแผนภูมิที่ 1 รวมถึงการสำรวจล่าสุดในปี 2550 จากสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่ามีจำนวนประชากรผู้สูงอายุถึงร้อยละ 10.7 ของจำนวนประชากรทั้งประเทศ ซึ่งองค์การสหประชาชาติได้นิยามประเทศที่มีอัตราส่วนประชากรผู้สูงอายุเกินกว่าร้อยละ 10 ของประชากรที่มี ถือเป็นประเทศที่กำลังสังคมผู้สูงอายุ (aging society) สารระสำคัญของข้อมูลชี้ให้เห็นถึงผลกระทบที่จะตามมาของกลุ่มประชากรผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยหลักที่อาจก่อให้เกิดอุปสรรคในการดำเนินชีวิตประจำวัน รวมถึงก่อให้เกิดผลกระทบในด้านอื่นๆ ตามมา การเตรียมพร้อมรับมือกับสถานการณ์ดังกล่าวจึงมีความสำคัญ



แผนภูมิที่ 1 อัตราส่วนประชากรในประเทศไทยในปี 2548-2578
ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2553

การก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุนำมาซึ่งความเสี่ยงต่อโรคภัยต่าง ๆ กิจกรรมเป็นกระบวนการหนึ่งที่มีส่วนช่วยกระตุ้นให้เกิดการบริหารร่างกาย เสริมสร้างสุขภาพจิตใจที่ดี รวมถึงสร้างแรงจูงใจในการร่วมกิจกรรมกับสังคมของผู้สูงอายุให้เกิดการตื่นตัวอยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ ที่กล่าวถึงการส่งเสริมกิจกรรมรวมถึงการเข้าร่วมสังคมที่เหมาะสมอย่างสม่ำเสมอตามช่วงวัยเป็นสิ่งที่ควรประพฤติปฏิบัติเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ (ศิริวรรณ ศิริบุญ, 2543) เพื่อนำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (active aging) คือ มีสุขภาพกายและจิตที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้ (self-reliance) ดูแลตนเองได้ (self-care) สามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ตามความต้องการและศักยภาพของตนเอง (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2542) รวมถึงการดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและลดภาระในการพึ่งพาบุคคลอื่น

แนวทางการส่งเสริมกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพต้องประกอบไปด้วยการจัดรูปแบบกิจกรรมและบุคลากรที่มีความเหมาะสม รวมไปถึงลักษณะของพื้นที่ทางกายภาพที่เอื้ออำนวย จึงจะทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ในปัจจุบันงานด้านสถาปัตยกรรมให้การคำนึงผู้ใช้ในกลุ่มนี้มากขึ้น โดยมุ่งเน้นแนวทางการออกแบบเพื่อความปลอดภัยและสะดวกต่อการใช้สอยเป็นสำคัญ แต่การออกแบบเพื่อการส่งเสริมกิจกรรมเฉพาะด้านสำหรับผู้สูงอายุ หรือการปรับพื้นที่การใช้สอยส่วนรวมให้สอดคล้องกับความต้องการและช่วงวัยของผู้สูงอายุนั้นยังคงมีจำนวนน้อย การวิจัยนี้จึงมุ่งศึกษาพฤติกรรมในชีวิตประจำวันและความต้องการด้านกิจกรรมของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่แนวทางการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่เหมาะสมต่อการส่งเสริมการทำกิจกรรมและการเข้าร่วมสังคม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุโดยศึกษาผ่านกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจำนวน 100 คน ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตทุ่งครุ จังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นบริเวณพื้นที่กรุงเทพฯ ชั้นนอก ลักษณะการอยู่อาศัยแบบหนาแน่นน้อยถึงปานกลาง และมีแนวโน้มการขยายตัวของที่อยู่อาศัยเป็นแบบหนาแน่นมากจากการใช้ประโยชน์ที่ดินที่เพิ่มขึ้น ซึ่งผลการสำรวจของกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ในปี 2552 พบว่าอัตราส่วนของประชากรผู้สูงอายุในพื้นที่ศึกษาคิดเป็นร้อยละ 9.58 หรือ 10,934 คน แสดงให้เห็นถึงแนวโน้มการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ (aging society) ในอนาคตอันใกล้จากอัตราการเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างต่อเนื่องของประชากรผู้สูงอายุ การวางแผนรับมือกับสถานการณ์ดังกล่าวจึงมีความสำคัญ ซึ่งแนวทางการพัฒนาลักษณะพื้นที่ทางกายภาพ เพื่อการส่งเสริมการทำกิจกรรมนันทนาการ และการเข้าร่วมสังคมที่เหมาะสม และสอดคล้องต่อลักษณะพฤติกรรมความต้องการของผู้สูงอายุในแต่ละพื้นที่ โดยบูรณาการองค์ความรู้ทางสถาปัตยกรรม ร่วมกับการศึกษาพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่แนวทางในการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยในการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุได้อย่างเป็นรูปธรรม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมด้านสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งเชิงพฤติกรรมและการออกแบบทางสถาปัตยกรรม
2. ศึกษาพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวัน ความต้องการด้านสังคมและนันทนาการ รวมถึงลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่ส่งเสริมการทำกิจกรรม จากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่ศึกษา เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี

3. สรุปและเสนอแนวทางการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่ส่งเสริมสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในเขตเมือง จากกรณีศึกษา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้มุ่งศึกษาพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน ความต้องการด้านสังคมและนันทนาการ รวมถึงลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่มีผลต่อการส่งเสริมสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตทุ่งครุ จังหวัดกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุต้องมีคุณลักษณะเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (active aging) ผลการศึกษาเน้นการนำเสนอแนวทางในการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพเพื่อส่งเสริมสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุของพื้นที่ที่มีบริบทเมืองและภาวะผู้สูงอายุในระดับที่ใกล้เคียงกัน

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (survey method design) ศึกษาข้อมูลจากการค้นคว้าสาระความรู้ทางเอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ในด้านการส่งเสริมสังคมและนันทนาการ ทั้งเชิงพฤติกรรม รวมถึงการออกแบบพื้นที่กายภาพทางสถาปัตยกรรม เพื่อนำไปสู่การตั้งคำถามสำหรับเก็บข้อมูลด้านพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวัน ความต้องการด้านสังคมและนันทนาการ รวมถึงลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่ส่งเสริมการทำกิจกรรม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดี จากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (active aging) จำนวน 100 คน ซึ่งมาจากจำนวนประชากรผู้สูงอายุทั้งสิ้น 10,934 คน ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตทุ่งครุ จังหวัดกรุงเทพมหานคร คำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการของ Taro Yamane ที่ระดับความคลาดเคลื่อนร้อยละ 0.10 เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ประเภท check list ที่พัฒนาจากข้อมูลเชิงแนวคิดและทฤษฎีด้านพฤติกรรมในการทำกิจกรรมและการออกแบบพื้นที่กิจกรรมทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุ โดยทำการทดสอบแบบสอบถามเป็นจำนวน 2 ครั้ง เพื่อปรับปรุงให้เหมาะสมกับข้อมูลที่ต้องการ และตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุอีกครั้งก่อนทำการเก็บข้อมูลจริง ประเมินผลโดยใช้วิธีทางสถิติ ได้แก่ ค่าร้อยละ (percentage) และค่าเฉลี่ย (mean) ซึ่งข้อสรุปที่ได้จากการศึกษานี้ จะนำไปสู่การเสนอแนวทางในการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่ส่งเสริมสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในเขตเมืองต่อไป

ประโยชน์ของการวิจัย

1. บูรณาการแนวคิดทางสถาปัตยกรรมเพื่อผู้สูงอายุกับองค์ความรู้แขนงอื่นๆ ให้ครอบคลุม มีประสิทธิภาพและสามารถตอบสนองต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่ดีขึ้นอย่างเป็นรูปธรรมได้
2. เป็นแนวทางพัฒนาโครงการสำหรับผู้สูงอายุที่มีบริบทเมืองและภาวะผู้สูงอายุในระดับที่ใกล้เคียง
3. สร้างทัศนคติที่ดีแก่ผู้สูงอายุต่อการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยตนเองการทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ โดยมีพื้นที่ทางกายภาพเป็นตัวกลางในการสร้างความสมบูรณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยนี้สามารถแบ่งผลการวิจัยได้เป็น 2 ส่วนหลัก ได้แก่ สาระสำคัญจากการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมในผู้สูงอายุและสาระสำคัญจากผลการสำรวจผู้สูงอายุในพื้นที่ศึกษา

สาระสำคัญจากการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมในผู้สูงอายุ

สาระสำคัญเชิงทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุและพฤติกรรมการทำกิจกรรมที่ได้จากการศึกษาพบว่ามีการให้คำนิยามผู้สูงอายุว่า คือ บุคคลผู้มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป และมีสัญชาติไทย (คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ, 2545) อายุที่มากขึ้นก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสภาพร่างกาย จิตใจ มีผลกระทบต่อสภาวะทางสังคมและความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุจึงควรตระหนักถึงการเตรียมตัวให้พร้อมอยู่เสมอ เพื่อให้สามารถพึ่งพาตนเอง และไม่เป็นภาระแก่บุคคลอื่น สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุที่ต้องการมีสุขภาพแข็งแรง จิตใจเป็นสุข และอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างไม่แปลกแยก (สำนักส่งเสริมสุขภาพ) นำไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (active aging) ซึ่งเป็นลักษณะอันพึงประสงค์ที่ควรส่งเสริมให้เกิดแก่ผู้สูงอายุทุกคน (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2542) โดยกระบวนการหนึ่งที่มีการเสนอให้มีการส่งเสริมอย่างมาก เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ (active aging) คือ การส่งเสริมให้เข้าร่วมสังคมและทำกิจกรรมที่เหมาะสมตามช่วงวัยอย่างสม่ำเสมอ (ศิริวรรณ ศิริบุญ, 2543) สอดคล้องกับทฤษฎีกิจกรรม (activity theory) ที่กล่าวว่า การทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจและรู้สึกมีคุณค่า ในทางกลับกันผู้ที่ไม่ทำกิจกรรมใดเลยจะก่อให้เกิดความเบื่อหน่าย และเกิดภาวะถดถอยทางจิตใจที่รวดเร็วกว่า นำมาซึ่งร่างกายและสังคมที่เสื่อมโทรม (ทิพย์อรุณ สมภู, 2552 และพัชราภา มนูญภัทราชัย, 2544) สารตั้งกล่าวแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของการปฏิบัติกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอส่งผลต่อการสร้างทัศนคติที่ดีในการดำรงชีวิต ที่นำมาซึ่งสุขภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมที่ดี โดยกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่ปลอดภัย ลักษณะกิจกรรมและการใช้ระยะเวลาในการปฏิบัติอย่างเหมาะสม รวมถึงสอดคล้องต่อการพัฒนาสุขภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมที่ดี (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2550, พัชราภา มนูญภัทราชัย, 2544, ศิริวรรณ ศิริบุญ, 2543 และ Jennrich, 2007) สามารถสรุปได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 กิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ

กลุ่มกิจกรรม	กลุ่มลักษณะกิจกรรม
กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพร่างกาย	กิจกรรมในร่ม : ลีลาส, โยคะ กิจกรรมกลางแจ้ง : การเดินเร็ว, การวิ่งเหยาะๆ, การแอโรบิก, การบริหารร่างกายโดยใช้อุปกรณ์เสริม เช่น บอลแอโรบิก ปาเป้า โยนห่วง ซัพเพิลบอร์ด ไบลิ่งสนม, การรำมวยจีน การรำไม้พลอง โทเก็ท, การเล่นเปตอง
กิจกรรมส่งเสริมทักษะทางปัญญา	การอ่านหนังสือ, การเล่นเกมสปริตนา การเล่นไพ่, การฝึกใช้เทคโนโลยี เช่น คอมพิวเตอร์, ฝึกอบรมความรู้ด้านต่างๆ
กิจกรรมเพื่อความบันเทิง	ดูทีวี, ดูภาพยนตร์, ฟังเพลง, ร้องคาราโอเกะ, ร่วมชมการแสดง
กิจกรรมปรนนิบัติร่างกาย	การวดกดจุด, การบำบัดโดยใช้ธรรมชาติ เช่น น้ำ, การอบสมุนไพร, การล้างพิษ
กิจกรรมส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์และภูมิปัญญา	งานศิลปะ เช่น วาดภาพระบายสีน้ำ, บั้น, ปะติด การเล่นดนตรี, งานไม้ งานช่าง งานฝีมือ, ดูละต้นไม้, ดูละสัตว์เลี้ยง
กิจกรรมทางสังคม	ท่องเที่ยวทัศนจร, การพบปะสังสรรค์, ร่วมงานนิทรรศการ
กิจกรรมทางศาสนา	การฟังธรรม, ปฏิบัติสมาธิ, ทำบุญ, สวดมนต์

การส่งเสริมการทำกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพแก่ผู้สูงอายุ นั้น ต้องประกอบไปด้วย การจัดรูปแบบกิจกรรม บุคลากร และระยะเวลาในการทำกิจกรรมที่มีความเหมาะสม รวมไปถึง ลักษณะของพื้นที่ทางกายภาพที่เอื้ออำนวย จึงจะทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด ในปัจจุบันงาน ด้านสถาปัตยกรรมให้การเข้าถึงผู้ใช้ในกลุ่มนี้มากขึ้น โดยมุ่งเน้นแนวทางการออกแบบเพื่อความปลอดภัยและสะดวกต่อการใช้สอยเป็นสำคัญ หลักเกณฑ์ที่นำมาใช้ในการออกแบบเพื่อ ผู้สูงอายุเป็นหลักในปัจจุบัน คือ กฎกระทรวง การกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคาร สำหรับผู้พิการหรือบุคคลทุพพลภาพและคนชรา แบ่งเป็น 8 หมวด (กระทรวง มหาดไทย, 2548) ได้แก่ ป้ายสิ่งอำนวยความสะดวก ทางลาดและลิฟต์ บันได ที่จอดรถ ทางเข้าอาคาร ทางเดิน ระหว่างอาคารและทางเชื่อม ประตู ห้องลิ้มและพื้นผิวต่างสัมผัส เพื่อให้เกิดการสร้างสภาพ แวดล้อมที่ปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุ รวมไปถึงแนวคิดในการออกแบบงานสถาปัตยกรรมภายในเพื่อ ผู้สูงอายุ ที่กล่าวถึงการออกแบบให้มีความปลอดภัย และช่วยกระตุ้นการทำกิจกรรมในผู้สูงอายุ โดยเกณฑ์ในการออกแบบสำคัญ ประกอบด้วยเรื่องการจัดแสงสว่าง การควบคุมเสียง การ เลือกใช้สี วัสดุ ลักษณะผังพื้นที่ การสัญจร และเฟอร์นิเจอร์ (Aranyi and Goldman, 1980) นอกจากนี้ การศึกษาในเชิงจิตวิทยาและหลักพฤติกรรมทางสภาพแวดล้อม (Environment -Behavior Principle) กล่าวถึงหลักในการกำหนดแนวคิดและรูปแบบในการจัดทำโครงการ สำหรับผู้สูงอายุ (Regnier, 2002, ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, 2550) ซึ่งสามารถสรุปเป็น แนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมได้ดังนี้ 1) ส่งเสริมการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การสร้างสิ่งแวดล้อมทางสังคมเชิงบวก 2) สร้างความเป็นอิสระ ลดการพึ่งพาผู้อื่น 3) มีทางเลือก และสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความต้องการที่เปลี่ยนไป 4) สร้างกระตุ้นและท้าทายในสิ่งแวดล้อม ที่เหมาะสม 5) สร้างความมั่นใจในความปลอดภัย 6) ส่งเสริมการเข้าถึงและการใช้งาน และ 7) สร้างความคุ้นเคยและทำให้อยากมีส่วนร่วมอยู่เสมอ

เมื่อพิจารณาจากแนวคิดข้างต้น พบว่าสาระสำคัญจะมุ่งเน้นการอำนวยความสะดวก ในการเข้าถึงพื้นที่กิจกรรมเป็นหลัก รองมา คือ เมื่อเข้าถึงพื้นที่แล้ว ลักษณะทางกายภาพต้อง สร้างบรรยากาศเชิงบวก กระตุ้นให้เกิดการเข้าร่วม จึงควรมีลักษณะที่เชื้อเชิญให้เกิดความ สนใจอยู่เสมอ หรือสร้างบรรยากาศให้รู้สึกคุ้นเคยและเป็นส่วนหนึ่งกับสถานที่ จึงจะสามารถ สร้างแรงจูงใจให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมได้ แต่เมื่อพิจารณาในแง่มุมมองของงานวิจัยด้านสถาปัตยกรรม ของประเทศไทยในปัจจุบันที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักให้ความสำคัญกับที่อยู่อาศัยและ ความสะดวกในการเข้าถึงเป็นหลัก งานออกแบบลักษณะทางกายภาพเพื่อส่งเสริมการร่วมสังคม และการทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะจึงยังไม่มีการสรุปเป็นรูปแบบที่ชัดเจน ทำให้ พื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เป็นเพียงการแทรกตัวในพื้นที่สาธารณะ เป็นส่วนเล็กๆ ของอาคาร และมีขนาดพอใช้สอยได้เท่านั้น แต่ไม่ได้คำนึงถึงลักษณะการใช้สอย ที่เหมาะสม หรือให้ความสะดวกปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุที่เข้าทำกิจกรรมอย่างเพียงพอ ซึ่งปัจจัย ดังกล่าวอาจเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุตัดสินใจที่จะเข้าร่วม หรือไม่เข้าร่วมกิจกรรมในพื้นที่ นั้นๆ ได้

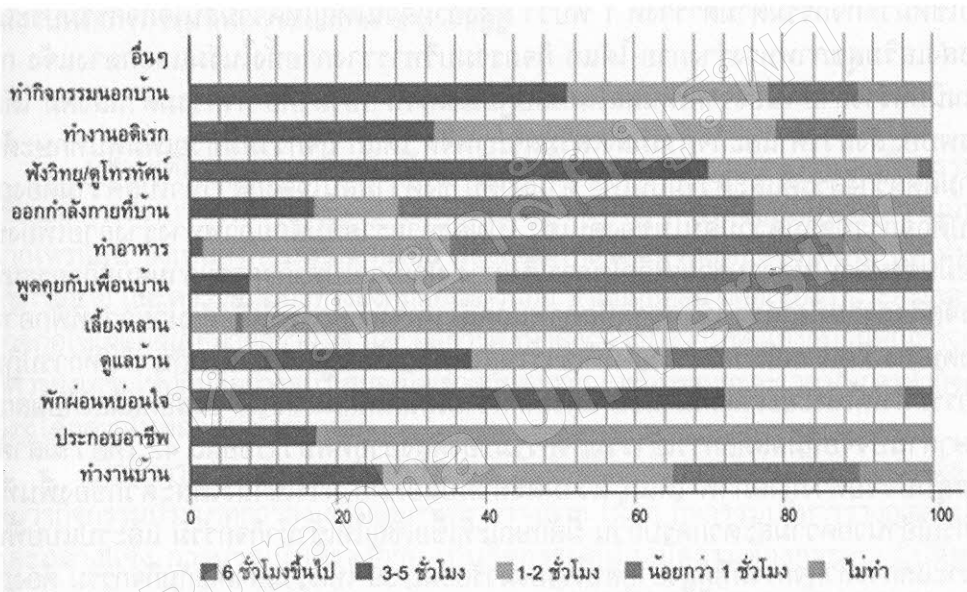
สาระสำคัญจากผลการสำรวจกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่ศึกษา

แนวคิดเบื้องต้นจากการศึกษาสาระสำคัญทางทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรม ในผู้สูงอายุเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม สำหรับเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งผล

จากการลงพื้นที่ศึกษาจำแนกเป็น 2 ประเด็นสำคัญ ได้แก่ 1) ข้อมูลเชิงพฤติกรรมและความต้องการด้านกิจกรรม 2) ข้อมูลเชิงความต้องการด้านลักษณะทางกายภาพของพื้นที่สำหรับทำกิจกรรม สารระสำคัญที่ได้เพื่อใช้ในการวิเคราะห์ว่ามีปัจจัยด้านพฤติกรรมและความต้องการทางด้านพื้นที่ทางกายภาพในลักษณะใดบ้าง ที่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าใช้พื้นที่เพื่อทำกิจกรรมร่วมกันของผู้สูงอายุ เพื่อนำไปสู่การสรุปแนวทางในการออกแบบต่อไป ซึ่งสารระสำคัญจากผลการศึกษาดังกล่าวมีรายละเอียด ดังนี้

ข้อมูลเชิงพฤติกรรมและความต้องการด้านกิจกรรม

1. พฤติกรรมในการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ



แผนภูมิที่ 2 สัดส่วนการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุ

การศึกษาผู้สูงอายุ โดยแสดงสัดส่วนการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ในหนึ่งวัน สามารถแบ่งการใช้เวลาได้เป็น 2 ส่วนหลัก คือ ใช้เวลาประมาณ 2-5 ชั่วโมง สำหรับการดูแลบ้านเรือนและอนามัยส่วนบุคคล และมีเวลาว่างประมาณ 10-12 ชั่วโมง โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้ว เวลาว่างดังกล่าวจึงใช้ไปกับการทำกิจกรรมอิสระอื่นๆ เช่น การพักผ่อน ทำกิจกรรมตามความสนใจหรือออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน ลักษณะการกิจกรรมจะมีทั้งช่วงสั้น คือ ใช้เวลาประมาณ 30 นาที - 1 ชั่วโมง และช่วงยาวใช้เวลาประมาณ 3 - 6 ชั่วโมง โดยทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งต่อเนื่องกันหลายชั่วโมง ขึ้นอยู่กับรูปแบบกิจกรรม และจะทำสลับกันไปตามความสนใจของตนเอง

เมื่อพิจารณาจากสัดส่วนการใช้เวลาในการปฏิบัติแล้ว พบว่าผู้สูงอายุใช้เวลากับการพักผ่อน และหาความบันเทิงจากสื่อโทรทัศน์มากถึงวันละ 6 ชั่วโมงขึ้นไป รองมา คือ การทำงานอดิเรกตามความสนใจที่สามารถทำได้ในบ้านของตนเอง และอีกส่วนหนึ่งนิยมการออกไป

ทำกิจกรรมนอกบ้าน ออกกำลังกาย ทำงานอดิเรกเพิ่มพูนความรู้หรือเพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน จากผลการสำรวจแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุพฤติกรรมของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการทำ กิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ จากแผนภูมิที่ 2 แสดงให้เห็นสัดส่วนของการใช้เวลา ในการทำกิจกรรมต่างๆ ไม่รวมเวลาในการนอนหลับพักผ่อนจากการสำรวจกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ปฏิบัติกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอจริง แต่เมื่อพิจารณาถึงลักษณะกิจกรรมที่ใช้ระยะ เวลานานและปฏิบัติเป็นประจำนั้น พบว่าเป็นกิจกรรมที่มีแนวโน้มในการสร้างปัญหาทาง สุขภาพร่างกายและการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้ มีเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ปฏิบัติกิจกรรม ตามแนวทางการส่งเสริมสุขภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมของตนไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี

2. ความสนใจ ความต้องการ และปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ

เมื่อพิจารณาผลการสำรวจความสนใจและความต้องการด้านกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยใช้หมวดกิจกรรมตามตารางที่ 1 พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ให้ความสนใจกิจกรรมประเภท การส่งเสริมสุขภาพทางร่างกาย ได้แก่ กิจกรรมบริหารร่างกายทั้งในร่มและกลางแจ้ง การ ปรณนิบัติร่างกาย เนื่องจากเห็นผลในการปฏิบัติชัดเจน รองมาคือ กิจกรรมด้านสังคม ได้แก่ การพบปะสังสรรค์ และกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต ได้แก่ กิจกรรมที่ช่วยเพิ่มพูนทักษะด้าน ความคิดสร้างสรรค์และความบันเทิง ตามลำดับ ซึ่งความสนใจดังกล่าวนำไปสู่ความต้องการ ปฏิบัติกิจกรรมตามความสนใจของตนเอง ในผู้สูงอายุรายที่มีศักยภาพทางร่างกายเพียงพอ หรือมีบุตรหลานให้ความช่วยเหลือในการเดินทาง มักเลือกไปทำกิจกรรมตามศูนย์กิจกรรมที่มี การจัดกิจกรรมดังกล่าว เนื่องจากมีสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่เอื้ออำนวยกว่าที่พักอาศัย ของตนเอง มีอุปกรณ์พร้อม รวมถึงได้เข้าร่วมสังคมกับเพื่อนฝูงในวัยเดียวกัน ทำให้การปฏิบัติ กิจกรรมทำได้ในระยะเวลาที่นานขึ้น และเกิดความเพลิดเพลินมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับผลการ ศึกษาด้านปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุที่พบว่าร้อยละ 42 ให้ความสำคัญ กับกลุ่มปัจจัยทางกายภาพ ได้แก่ ความสะดวกปลอดภัย การเข้าถึงได้สะดวกของพื้นที่ มี อุปกรณ์อำนวยความสะดวกครบถ้วน มีลักษณะที่เชื้อเชิญให้เข้าทำกิจกรรม และรูปแบบพื้นที่ เหมาะแก่การทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสนใจรองมาร้อยละ 39 ให้ความสำคัญกับกิจกรรม ต้องการ กิจกรรมหลากหลาย มีบุคลากรที่มีความรู้แนะนำ และต้องการกิจกรรมที่เลือกทำได้อย่างอิสระ ตามความสนใจของตนและร้อยละ 19 เกี่ยวกับครอบครัวและค่าใช้จ่ายในการทำกิจกรรม ผลการสำรวจความสนใจ ความต้องการ และปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ แสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุให้ความสำคัญต่อการสร้างบรรยากาศทางกายภาพที่สร้างแรงจูงใจ และมีลักษณะพื้นที่ที่เหมาะสมแก่การทำกิจกรรมตามช่วงวัยของตนเอง ทั้งด้านการเข้าถึงพื้นที่ ความสะดวกสบาย ปลอดภัยในการใช้สอย รวมถึงเอื้ออำนวยแก่การพบปะสมาคมกับเพื่อนฝูง ในวัยเดียวกันแล้ว ย่อมสร้างแนวโน้มให้ผู้สูงอายุออกมาปฏิบัติกิจกรรมตามความสนใจ เพื่อ เพิ่มพูนคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ตนเองมากขึ้นเช่นกัน

ข้อมูลเชิงความต้องการด้านลักษณะทางกายภาพของพื้นที่สำหรับทำกิจกรรม

ลักษณะพื้นที่ทางกายภาพและองค์ประกอบพื้นฐานของอาคารที่จูงใจให้ผู้สูงอายุให้เข้า ร่วมกิจกรรม พบว่า ที่ตั้งโครงการมีความสำคัญสูงที่สุด โดยที่ตั้งโครงการต้องอยู่ในย่านที่ คมนาคมเข้าถึงได้สะดวก ไม่ห่างจากแหล่งที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุหรือศูนย์กลางชุมชน นอกจากนี้

ยังให้ความสำคัญสูงสุดกับองค์ประกอบของอาคารที่ช่วยสนับสนุนการเข้าถึงพื้นที่กิจกรรมต่างๆ ได้อย่างสะดวกและปลอดภัยอัน ได้แก่ บันได ทางสัญจร ทางเชื่อม ลักษณะผนังและพื้น ให้ความสำคัญมากกับรูปแบบของอาคารและภูมิทัศน์ควรมีลักษณะที่เหมาะสมกับกิจกรรมตามความสนใจของผู้สูงอายุ โดยอาคารสถานที่ควรมีลักษณะเชื่อเชิญให้เกิดความสนใจเข้าใช้พื้นที่เพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งลักษณะที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจหลักนั้น คือ สภาพแวดล้อมภายในโครงการควรเน้นบรรยากาศที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติ มีความโปร่งโล่ง ลักษณะพื้นที่ที่สามารถรองรับกิจกรรมตามความสนใจได้หลายรูปแบบ สามารถสัญจรเข้าออกและขึ้นลงอาคารหรือรอบโครงการได้โดยสะดวก ลักษณะของอาคารต้องไม่เป็นทางการเกินไปจนทำให้รู้สึกเกร็ง ไม่กล้าเข้าทำกิจกรรม ควรแบ่งพื้นที่กิจกรรมให้เป็นสัดส่วนสามารถจดจำได้ง่าย โดยอาจแบ่งอาคารกิจกรรมเป็นกลุ่มย่อย แทรกพื้นที่สวนหรือพื้นที่นั่งพักผ่อน เพื่อให้เกิดการปฏิสัมพันธ์กันระหว่างผู้ทำกิจกรรม นอกจากนี้ยังรวมไปถึงการมีพื้นที่กิจกรรมที่สามารถปรับเปลี่ยนการใช้งานเพื่อกิจกรรมที่หลากหลายได้ ตามลำดับ

การอภิปรายผล

ผลการศึกษาในประเด็นของข้อมูลเชิงพฤติกรรมและความต้องการด้านกิจกรรม ในเชิงพฤติกรรมพบว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติเป็นประจำ คือ การพักผ่อนและหาความบันเทิงจากโทรทัศน์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีส่วนในการส่งเสริมให้สุขภาพจิตสดชื่นแจ่มใสได้ แต่ให้ผลแก่สุขภาพกาย และความสัมพันธ์ทางสังคมค่อนข้างน้อย หากปฏิบัติอย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลาานอาจก่อให้เกิดผลเสียมากกว่าผลดี และผลการศึกษาดังกล่าวมีความขัดแย้งกับลักษณะกิจกรรมที่ควรส่งเสริมให้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ในเรื่องของระยะเวลาในการทำกิจกรรม ดังที่ได้กล่าวในผลการวิจัยข้างต้น

เมื่อพิจารณาผลด้านความต้องการ และปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ พบว่ากิจกรรมประเภทการส่งเสริมสุขภาพทางร่างกาย ได้แก่ กิจกรรมบริหารร่างกายทั้งในร่มและกลางแจ้ง การปรณนั้บตีร่างกาย เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงมีความต้องการจะปฏิบัติสูงสุด เนื่องจากเห็นผลในการปฏิบัติได้อย่างชัดเจน และเมื่อพิจารณาถึงลักษณะกิจกรรมเอง จะเห็นได้ว่ากิจกรรมประเภทการส่งเสริมสุขภาพทางร่างกาย ส่งผลดีแก่สุขภาพร่างกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางสังคมอย่างสมบูรณ์ แต่กลับขัดแย้งกับพฤติกรรมประจำวันของผู้สูงอายุเอง ที่มักเลือกพักผ่อนหรือทำกิจกรรมง่าย ๆ ในบ้านของตนเองที่ให้ประโยชน์เพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น

เมื่อพิจารณาด้านปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรม พบว่า การได้ปฏิบัติกิจกรรมในพื้นที่ทางกายภาพที่มีความเหมาะสม ทั้งในเรื่องของตำแหน่งที่ตั้งของโครงการ สภาพแวดล้อมโดยรอบ ความสะดวกและปลอดภัยในการใช้สอยอาคาร เป็นปัจจัยที่มีผลสูงสุดที่สามารถจูงใจผู้สูงอายุให้เข้าร่วมกิจกรรมได้ ความหลากหลายของกิจกรรม บุคลากรที่มีความรู้เป็นเพียงปัจจัยที่รองลงมาเท่านั้น ผลการศึกษาในประเด็นของข้อมูลเชิงความต้องการด้านลักษณะทางกายภาพของพื้นที่สำหรับทำกิจกรรม พบว่าความสะดวกปลอดภัยในการเข้าถึงพื้นที่รวมถึงการใช้สอยเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญที่สุด ซึ่งมีความสอดคล้องกับผลด้านปัจจัยในการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุอย่างชัดเจน

ผลรวมของการศึกษาวิจัยครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่าสมควรอย่างยิ่งที่จะสนับสนุนให้ผู้สูงอายุ

ได้ปฏิบัติกิจกรรมตามความสนใจของตนเองได้ หรือแนะนำให้ผู้สูงอายุทราบถึงการเลือกปฏิบัติกิจกรรมที่เหมาะสม โดยสร้างแรงจูงใจในการทำกิจกรรมด้วยการสนับสนุนให้มีโครงการที่มีพื้นที่ทางกายภาพที่เหมาะสมต่อการสนับสนุนให้เกิดกิจกรรมในวัยสูงอายุ เพื่อการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ในการวิจัยนี้จึงมุ่งเน้นการอภิปรายผลในเชิงของการออกแบบ โดยลักษณะทางกายภาพที่สอดคล้องกับผลของการวิจัย สามารถอภิปรายได้ ดังนี้

1. ตำแหน่งที่ตั้ง

ผลจากการศึกษาเชิงพฤติกรรมนั้น ชี้ให้เห็นถึงพฤติกรรมในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวันว่าผู้สูงอายุมักเลือกปฏิบัติกิจกรรมส่วนใหญ่อยู่ที่บ้านของตนเองเท่านั้น แต่เมื่อพิจารณาจากลักษณะกิจกรรมที่มีความต้องการจะปฏิบัติ กลับเป็นกิจกรรมที่ต้องการการวิทยากรในการให้คำแนะนำ อปรกรณ์ รวมไปถึงควรวางพื้นที่ที่เหมาะสมเพื่อให้เกิดการปฏิบัติกิจกรรมได้อย่างสมบูรณ์ ดังนั้นหากมีการพัฒนาพื้นที่ทางกายภาพเพื่อรองรับกิจกรรมตามความสนใจและมีลักษณะทางกายภาพที่สอดคล้องต่อความต้องการตามช่วงวัยอย่างเป็นรูปธรรม อาจทำให้มีแนวโน้มของการทำกิจกรรมร่วมกันของผู้สูงอายุมีเพิ่มมากขึ้น

ตำแหน่งที่ตั้งโครงการ เป็นปัจจัยทางกายภาพที่มีความสำคัญมากที่สุดต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยตำแหน่งที่ตั้งของโครงการควรอยู่ในแหล่งที่คมนาคมเข้าถึงได้สะดวก มีระบบสาธารณูปการภายนอกสนับสนุน ให้เกิดความสะดวกลบง่ายในการเข้าถึงโครงการ เช่น มีป้ายรถประจำทางในระยะไม่เกิน 100 เมตร จากพื้นที่โครงการ มีตำแหน่งที่สามารถจอดรถรับส่งได้ ถนนที่ผ่านโครงการควรมีช่องทางเดินรถน้อย ควรมีสะพานลอยหรือทางม้าลาย เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกปลอดภัยที่จะเดินทางมาเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนฝูง

ตำแหน่งที่ตั้งโครงการควรอยู่ในบริเวณที่ไม่ห่างจากศูนย์กลางของชุมชน เพื่อความสะดวกและสร้างความต่อเนื่องแก่การทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีในการเลือกตำแหน่งที่ตั้งโครงการสำหรับผู้สูงอายุ (ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, 2550, ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2550 และ Carsten, 1993) นอกจากนี้ตำแหน่งที่ตั้งโครงการควรอยู่ไม่ไกลแหล่งที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถมาทำกิจกรรมได้สม่ำเสมอ และรู้สึกสนใจเมื่อได้อยู่ในพื้นที่ที่ตนคุ้นเคย สอดคล้องกับแนวคิดด้านระยะทางของพื้นที่ตั้งโครงการกับชุมชนที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุควรมีระยะไม่เกินกว่า 3 กิโลเมตร (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร)

2. พื้นที่กิจกรรมตามความสนใจของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาพบว่ากิจกรรมประเภทการส่งเสริมสุขภาพทางกายเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีความสนใจและต้องการปฏิบัติสูงที่สุด รองมา คือ กิจกรรมด้านสังคม และกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิต ตามลำดับ จะเห็นได้ว่าค่อนข้างมีความหลากหลายในกิจกรรมแต่ละประเภท แต่เมื่อพิจารณาถึงรูปแบบในการใช้พื้นที่แล้ว พบว่ามีรูปแบบการใช้สอยพื้นที่ที่ซ้อนทับกันอยู่ คือ เป็นกิจกรรมที่มีการเข้าร่วมกิจกรรมร่วมกันเป็นหมู่คณะ ต้องใช้เจ้าหน้าที่ชี้แนะหรือแสดงตัวอย่างในการทำกิจกรรม รวมถึงต้องการพื้นที่ที่มีลักษณะปรับเปลี่ยนได้ง่าย ซึ่งพื้นที่ในลักษณะดังกล่าวเรียกว่า พื้นที่เอนกประสงค์โดยขนาดจะใหญ่หรือเล็กนั้น ขึ้นอยู่กับจำนวนผู้ใช้และประเภทกิจกรรมที่เกิดขึ้น เมื่อพิจารณากิจกรรมตามความสนใจ และลักษณะพื้นที่ทางกายภาพที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุแล้ว พบว่าพื้นที่เอนกประสงค์มีลักษณะ

ที่ตอบสนองต่อพฤติกรรมและความต้องการในการใช้สอยมากที่สุด เนื่องจากลักษณะพื้นที่ดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดในการออกแบบพื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของนักวิชาการหลายท่านว่า พื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุควรมีลักษณะเป็นพื้นที่เอนกประสงค์ ปรับเปลี่ยนการใช้พื้นที่ได้หลากหลายไม่จำกัดเพียงกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง ควรเป็นศูนย์กลางที่เชื่อมต่อกับพื้นที่บริการอื่นๆ เช่น ห้องเจ้าหน้าที่ ห้องน้ำ พื้นที่พักผ่อน หรือพื้นที่เก็บอุปกรณ์ในการทำกิจกรรมเพื่อให้สะดวกต่อการดูแลและใช้งานทั้งแก่ผู้สูงอายุและผู้ดูแลมากที่สุด ควรมีวัสดุพื้นและผนังที่เหมาะสมต่อกิจกรรม ไม่ควรลื่น เปียก หรือมีลักษณะที่ก่อให้เกิดอันตรายขณะทำกิจกรรมได้ (ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, 2550, ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2550, Carsten, 1993 และ Thang, 2001)

การลดรอยต่อระหว่างพื้นที่ภายในและภายนอกอาคาร ระหว่างพื้นที่กิจกรรมหนึ่งกับอีกพื้นที่ ส่วนช่วยในการส่งเสริมการเรียนรู้กิจกรรมและสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้นโดยรอบสร้างความต่อเนื่องในการดำเนินกิจกรรม รวมถึงสร้างสุนทรียภาพซึ่งเป็นคุณลักษณะหลักที่ก่อให้เกิดสมาธิในการปฏิบัติกิจกรรมกรรมต่างๆ ได้ และควรจัดสภาพแวดล้อมด้วยพันธุ์พืชลักษณะพื้นผิว หรือโชนสีในการออกแบบพื้นที่ร่วมด้วย เพื่อกระตุ้นความสนใจและท้าทายต่อการทำกิจกรรมให้มีระยะเวลาที่นานมากขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดการออกแบบศูนย์ดูแลและส่งเสริมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในญี่ปุ่นที่มีการทำให้ขอบเขตระหว่างพื้นที่หายไป เพื่อไม่ให้เกิดการแบ่งแยกกิจกรรม (Thang, 2001) ทำให้ผู้สูงอายุมีโอกาสในการใช้พื้นที่เพื่อทำกิจกรรมได้อย่างต่อเนื่องไม่จำกัด

พื้นที่สำหรับห้องกิจกรรมเฉพาะด้าน ควรออกแบบพื้นที่ให้เพียงพอต่อจำนวนผู้สูงอายุเจ้าหน้าที่ในการดูแล และอุปกรณ์ในการทำกิจกรรม ซึ่งขนาดของพื้นที่ควรแบ่งให้เหมาะสมกับจำนวนผู้ใช้ รวมถึงวัตถุประสงค์หลักของโครงการนั้นๆ ควรจัดหมวดหมู่ของห้องกิจกรรมที่อยู่ในประเภทเดียวกันให้อยู่ในบริเวณที่ใกล้เคียงกัน เพื่อความสะดวกในการใช้อุปกรณ์และการเชื่อมโยงกิจกรรมระหว่างพื้นที่

บริเวณพื้นที่ทำกิจกรรมควรออกแบบพื้นที่ให้ง่ายแก่การเข้าถึงและเข้าใจได้ง่าย สร้างความรู้สึกอบอุ่น คุ้นเคย เช่น สร้างสภาพแวดล้อมให้สวยงามดึงดูดใจ และไม่เป็นทางการมากเกินไป เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความมั่นใจและอยากมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมมากยิ่งขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุที่ไม่เคยร่วมกิจกรรมเลยมีความกล้าที่จะเข้าใช้พื้นที่มากขึ้น สอดคล้องกับแนวคิดในการจัดทำโครงการสำหรับบริการผู้สูงอายุ คือ หลักการด้านพฤติกรรมทางสภาพแวดล้อม (Environment – Behavior Principle) และแนวคิดในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพและสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ (ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, 2550, ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2550 และ Regnier, 2002) นอกจากนี้ควรจัดเตรียมพื้นที่สำหรับนั่งพักผ่อนต้องจัดที่นั่งพักผ่อน แทรกในตำแหน่งต่างๆ ของอาคารเป็นระยะ เพราะในวัยสูงอายุจะเกิดการล้าของร่างกายได้ง่าย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดในการจัดพื้นที่ทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งการวางผังอาคาร ภูมิทัศน์ และพื้นที่ภายในอาคาร มีลักษณะดังนี้ คือ การแทรกพื้นที่พักผ่อนตามเส้นทางเดิน ระหว่างพื้นที่กิจกรรม ทุกระยะ 100-125 ฟุต ที่นั่งสามารถหย่อนขาได้ เฟอร์นิเจอร์ควรใช้โต๊ะกลม จะช่วยทำให้เกิดการสนทนาเป็นกลุ่มในผู้สูงอายุได้ดีกว่าโต๊ะสี่เหลี่ยม (ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, 2550, ชุมเขต แสงเจริญ, 2553 และ Thang, 2001)

3. การจัดผังบริเวณ

อาคารและพื้นที่ในบริเวณโครงการที่ร่มรื่นและแวดล้อมไปด้วยธรรมชาติ มีพืชพันธุ์สร้างบรรยากาศ ให้ร่มเงา อาคารมีความโปร่งโล่ง พื้นที่กิจกรรมสามารถมองเห็นทัศนียภาพโดยรอบได้ เป็นคุณลักษณะที่ช่วยให้เกิดความรู้สึกสงบ ผ่อนคลายและเกิดสมาธิในการทำกิจกรรมต่างๆ ได้ดีขึ้น สอดคล้องกับแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพและสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุในสถานบริการสาธารณสุข ที่ให้ความสำคัญต่อสภาพแวดล้อมโดยรอบอาคารที่เป็นธรรมชาติ เนื่องจากมีผลต่อการสร้างสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดีได้ คือ ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย อยากมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมและมีสมาธิในการทำกิจกรรมต่างๆ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, 2550, ชุมเขต แสงเจริญ, 2553) ดังนั้นลักษณะการจัดวางผังอาคารจึงควรจัดอาคารกิจกรรมเป็นกลุ่มๆ กระจายตัวไปรอบๆ พื้นที่โครงการและเชื่อมต่อกันที่ระหว่างอาคารด้วยพื้นที่สนับสนุนกิจกรรม เช่น สวนสุขภาพสำหรับพักผ่อน หรือลานกิจกรรมกลางแจ้ง เป็นต้น นอกจากนี้ลักษณะการจัดกลุ่มอาคารกิจกรรมควรอยู่ในบริเวณที่เจ้าหน้าที่สามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง เช่น พื้นที่ดูแลอยู่ในส่วนกลาง หรือกระจายเป็นศูนย์กลางของกลุ่มอาคารกิจกรรมย่อยแต่ละอาคาร เป็นต้น

4. การจัดผังภูมิทัศน์

การจัดผังภูมิทัศน์ในลักษณะที่ใกล้ชิดกับธรรมชาติเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสนใจทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่องได้ ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะปัจจัยทางกายภาพที่จิตใจให้ผู้สูงอายุเข้าทำกิจกรรมร่วมกัน การจัดให้มีพื้นที่ลานโล่งกลางแจ้ง มีร่มเงาของต้นไม้และได้รับแสงธรรมชาติอย่างทั่วถึงทั้งบริเวณระหว่างอาคาร พื้นที่ภายนอกอาคาร สอดคล้องกับแนวความคิดการจัดภูมิทัศน์ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ที่ควรมีพื้นที่เชิงธรรมชาติที่ไม่ห่างจากพื้นที่ทำกิจกรรมจนเกินไป เพื่อดึงดูดความสนใจแก่ผู้สูงอายุ ความหลากหลายของวัสดุ พันธุ์ไม้ และลักษณะวัสดุที่ใช้ตกแต่งควรเลือกให้มีความสอดคล้องและเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสุขภาพทางร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ เช่น สวนบำบัด ที่มีการใช้พื้นหินกรวด เพื่อการนวดกดจุด ผ่อนคลายฝ่าเท้า สนามหญ้า เพื่อให้มีพื้นที่สีเขียวที่ช่วยเพิ่มสุนทรียภาพในการพักผ่อนหย่อนใจ และเป็นประโยชน์ในการบริหารร่างกายให้แก่ผู้สูงอายุได้ (ชุมเขต แสงเจริญ, 2553)



รูปที่ 3 ลักษณะทางเดินและผังภูมิทัศน์ที่ส่งเสริมการพัฒนาร่างกายและจิตใจ โดยใช้ลักษณะพื้นผิววัสดุ และพืชพันธุ์ที่หลากหลาย สีสันดึงดูดความสนใจ
ที่มา : Benfield, 2010

การออกแบบทางสัญจรอาจประยุกต์ให้เกิดการทำกิจกรรมหลายชนิดได้ เช่น เส้นทางเดินผสมกับเส้นทางวิ่ง การจัดผังภูมิทัศน์ควรมีการแทรกพื้นที่นั่งเพื่อการพักผ่อนเป็นระยะเพื่อใช้สำหรับพักผ่อนและพูดคุยสังสรรค์กันของผู้สูงอายุ อาจสร้างบรรยากาศที่สวยงามไม่จำเจโดยการปลูกพันธุ์พืชหลากหลายชนิดเพื่อดึงดูดการเข้าใช้พื้นที่ และควรมีรูปแบบที่สะดวกและปลอดภัยในการใช้งาน ทั้งจากผู้สูงอายุที่สามารถเคลื่อนไหวได้โดยปกติ หรือที่จำเป็นต้องใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือ ซึ่งการออกแบบพื้นที่ทางสัญจรดังกล่าวสอดคล้องต่อความสนใจเชิงพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ รวมถึงหลักการออกแบบพื้นที่พักผ่อนในโครงการสำหรับผู้สูงอายุ เช่น สวนบำบัด พื้นที่นั่งเพื่อการฟื้นฟูสุขภาพในสถานพยาบาล ที่มีการประยุกต์ให้พื้นที่นั่งเกิดประโยชน์เพื่อการพักและพูดคุย โดยมีหลักการออกแบบ คือ ต้องเข้าถึงได้สะดวกไม่ซับซ้อนทั้งจากการเดิน การใช้อุปกรณ์ในการพยุงตัวหรือใช้รถเข็นเข้าไปนั่งได้ เปิดรับสุนทรียภาพในการสัมผัสสิ่งแวดล้อมรอบด้าน ทั้งกลิ่น เสียง การรับรู้สัมผัส และส่งเสริมการทำกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ (Boehland, 2005)



รูปที่ 4 แนวคิดในการจัดการพื้นที่นั่งเพื่อการพบปะสังสรรค์ของผู้สูงอายุ
หมายเหตุ : ถ่ายโดยผู้วิจัย, เมื่อวันที่ 2 เมษายน 2554

5. องค์ประกอบของอาคารที่เหมาะสมและปลอดภัยต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาค้นคว้าองค์ประกอบของอาคารที่มีผลจูงใจต่อการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่าผู้สูงอายุคำนึงถึงความปลอดภัยในการเข้าใช้พื้นที่มากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางในการออกแบบของกฎกระทรวงการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือบุคคลทุพพลภาพและคนชรา(กระทรวง มหาดไทย, 2548) และแนวคิดในการออกแบบงานสถาปัตยกรรมภายในสำหรับผู้สูงอายุ (Aranyi and Goldman, 1980) ที่เน้นการออกแบบให้เกิดความปลอดภัยแก่ผู้สูงอายุเป็นหลัก ดังนั้นการออกแบบโดยคำนึงถึงการตอบสนองต่อความต้องการ รวมถึงสร้างความรู้สึกรับประกันในการเข้าใช้พื้นที่ที่ปลอดภัยของผู้ใช้สอย จึงมีผลอย่างมากแก่การตัดสินใจใช้พื้นที่เพื่อทำกิจกรรมของผู้สูงอายุด้วย โดยรายละเอียดในการออกแบบดังกล่าวสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้ในหลักเกณฑ์การออกแบบจากการอ้างอิงทฤษฎีข้างต้น

สรุปผลการวิจัย

การวิเคราะห์สาระสำคัญจากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ รวมถึงผลจากการศึกษาด้านพฤติกรรมความต้องการของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในพื้นที่ศึกษา สามารถสรุปเป็นแนวทางในการออกแบบลักษณะพื้นที่ทางกายภาพเพื่อส่งเสริมด้านสังคมและนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุในเขตเมือง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการจัดทำโครงการ

หรือพัฒนาปรับปรุงพื้นที่เพื่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีแก่ผู้สูงอายุ ผ่านการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ มีการร่วมกิจกรรมกับสังคมและให้มีการทำกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอต่อไป โดยแนวทางการ ออกแบบดังกล่าวสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

ตำแหน่งที่ตั้ง

ลักษณะตำแหน่งที่ตั้งของพื้นที่เพื่อการส่งเสริมการทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ไม่ควร ห่างจากย่านพักอาศัยของผู้สูงอายุเกินกว่า 3 กิโลเมตร หากไกลกว่าระยะดังกล่าวควรมีบริการ รับ-ส่ง ทดแทน สามารถเข้าถึงได้โดยสะดวกจากระบบขนส่งสาธารณะและรถยนต์ส่วนบุคคล พร้อมทั้งมีสาธารณูปการในการอำนวยความสะดวก เช่น บาทวิถี ทางข้าม และมีลักษณะ เป็นศูนย์กลางชุมชน ใกล้กับแหล่งสาธารณูปโภคสาธารณูปการ เช่น โรงพยาบาล ตลาด ร้านค้า สวนสาธารณะ ห้างสรรพสินค้า ธนาคาร และหน่วยงานของรัฐ เป็นต้น

รูปแบบพื้นที่กิจกรรมตามความสนใจของผู้สูงอายุ

การออกแบบควรศึกษาลักษณะพฤติกรรมความสนใจและความต้องการของผู้สูงอายุ กลุ่มที่เป็นผู้ใช้งานจริง เพื่อใช้ในการกำหนดพื้นที่ใช้สอยตามประเภทของกิจกรรมที่สอดคล้อง ต่อความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่นั้นๆ ควรอ้างอิงสัดส่วนมาตรฐานในการออกแบบพื้นที่ กิจกรรมบางประเภทที่ต้องใช้อุปกรณ์เสริม หรือกิจกรรมที่ต้องใช้พื้นที่ในการปฏิบัติต่อบุคคล มากๆ ต้องมีการออกแบบให้สอดคล้องจำนวนและความต้องการพื้นที่ในและประเภท โดย ลักษณะการใช้พื้นที่ที่แนะนำให้ใช้ในการออกแบบพื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ คือ พื้นที่ เอนกประสงค์ เนื่องจากสามารถประยุกต์ใช้กับกิจกรรมที่มีความหลากหลายได้ง่าย ใช้ได้ทั้ง ภายในและภายนอกอาคาร รวมถึงสามารถจัดการการดูแลผู้สูงอายุได้อย่างทั่วถึง ทั้งนี้พื้นที่ กิจกรรมแต่ละชนิดควรมีความต่อเนื่องกัน เพื่อเพิ่มโอกาสในการปฏิบัติและรับรู้กิจกรรมที่ตน มีความสนใจ เช่น ลดขอบเขตหรือระดับพื้นระหว่างพื้นที่ การเลือกใช้วัสดุหรือการออกแบบ ช่องเปิดให้มองเห็นกิจกรรมหรือทัศนียภาพภายนอกได้ และควรจัดการพื้นที่ให้สามารถดูแล ได้อย่างทั่วถึงจากพื้นที่บริการอื่นๆ เช่น ห้องเจ้าหน้าที่ ห้องน้ำ พื้นที่พักผ่อน หรือพื้นที่เก็บอุปกรณ์ เป็นต้น นอกจากนี้ควรแบ่งเป็นอาคารกิจกรรมย่อยเพื่อแสดงลักษณะที่เป็นมิตรเชื้อเชิญการ เข้าใช้ไม่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกกลัว หรือเกร็งไม่กล้าทำกิจกรรม เลือกใช้วัสดุที่มีความปลอดภัย และหลากหลาย เพื่อสร้างความท้าทายและกระตุ้นความสนใจ พื้นที่กิจกรรมต่างๆ ควรเชื่อมโยง ด้วยพื้นที่ทางธรรมชาติ เช่น สวนบำบัด และมีการจัดบริเวณสำหรับนั่งพักผ่อนเป็นระยะ

การจัดผังบริเวณ

การวางผังแบบ free form จัดเป็นกลุ่มอาคารขนาดเล็ก แยกตามประเภทกิจกรรม และเชื่อมต่อกันด้วยพื้นที่สำหรับนั่งพักผ่อนเพื่อส่งเสริมการพบปะพูดคุยของผู้สูงอายุ รวมถึง จัดพื้นที่กิจกรรมกลางแจ้งเอนกประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางพื้นที่กิจกรรมต่างๆ ซึ่งช่วยสร้าง ความท้าทายและน่าสนใจแก่การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ นอกจากนี้การดูแลความปลอดภัย ควรจัดส่วนบริการของเจ้าหน้าที่ให้สามารถมองเห็นพื้นที่กิจกรรมของผู้สูงอายุทั้งหมด และ จัดแยกพื้นที่ในการสัญจรของยานพาหนะกับพื้นที่กิจกรรมที่อยู่ภายนอกอาคาร แต่จัดให้มีการเข้าถึงได้อย่างสะดวกในกรณีที่มีเหตุฉุกเฉิน

ลักษณะการจัดผังภูมิทัศน์

แนวทางในการออกแบบควรเน้นอำนวยความสะดวกในการใช้พื้นที่และการสร้างแรงจูงใจในการนำไปสู่พื้นที่กิจกรรมต่างๆ โดยต้องเข้าถึงได้สะดวกและง่าย คือ การเดิน การใช้อุปกรณ์ในการพยุงตัว หรือใช้รถเข็นเข้าไปนั่งได้ควรมีการจัดพื้นที่เอนกประสงค์ ที่นั่งพักผ่อนให้เพียงพอและเหมาะสม โดยกระจายไปตามทางเดิน สวน หรือลานกิจกรรม เลือกใช้วัสดุและพันธุ์ไม้ที่หลากหลายในการตกแต่ง ประยุกต์ใช้วัสดุในท้องถิ่นเพื่อประโยชน์แก่การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุร่วมด้วย เช่น พื้นกะลามะพร้าว พื้นหินกรวด

รูปแบบอาคารและองค์ประกอบของอาคารที่เหมาะสมและปลอดภัยต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ

ลักษณะทางกายภาพของอาคารหรือพื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุควรมีลักษณะอาคารที่มีชั้นเดียวหรือเป็นอาคารในแนวราบ เพื่อลดข้อจำกัดสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถขึ้นลงอาคารได้ลำบากให้สามารถทำกิจกรรมได้อย่างทั่วถึง หากจำเป็นต้องสร้างอาคารหลายชั้นหรือมีพื้นที่ระดับระหว่างช่วงชั้นที่ลดหลั่นกันมากควรมีระบบลิฟต์ขึ้นลงที่อำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ เช่น มีลิฟต์สำหรับคนพิการ บันได ทางลาดที่มีราวจับและลัดส่วนถูกต้องตามมาตรฐาน ซึ่งอ้างอิงได้จากลักษณะการออกแบบพื้นที่ทางกายภาพเพื่อมวลรวม (Universal Design) และกฎกระทรวงการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือบุคคลทุพพลภาพ และคนชรา นอกจากนี้ลักษณะอาคารควรโปร่งโล่ง และใกล้ชิดกับพื้นที่ทางธรรมชาติ การเลือกใช้สีและวัสดุในการออกแบบองค์ประกอบอาคาร ควรเลือกให้มีความหลากหลาย เพื่อประโยชน์ในการแยกแยะและจดจำของผู้สูงอายุ รวมถึงสร้างความน่าสนใจและท้าทายในการทำกิจกรรม เช่น การเลือกใช้วัสดุทางธรรมชาติ เช่น หญ้า อิฐ หินกรวด ไม้ ประยุกต์ใช้กับพื้นที่เอนกประสงค์สำหรับการบริหารร่างกาย เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้มุ่งเน้นการศึกษาสาระความรู้ทางทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมและสังคมสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบกับศึกษาลักษณะพฤติกรรม และความต้องการจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตเมือง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุจากพื้นที่เขตทุ่งครุ จังหวัดกรุงเทพมหานคร เป็นกรณีศึกษา เพื่อนำไปสู่การหาแนวทางในการออกแบบพื้นที่ทางกายภาพเพื่อส่งเสริมการทำกิจกรรมและเข้าร่วมสังคมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้นลักษณะคำตอบของการวิจัยจึงเป็นการยกตัวอย่างให้เห็นถึงแนวโน้มของพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่ดังกล่าวหรือพื้นที่ที่มีบริบททางสังคมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุที่ใกล้เคียงเท่านั้น อาจไม่ครอบคลุมพฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุทั้งหมดได้ แต่อย่างไรก็ตามผลการศึกษาที่ได้นั้น สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาด้านต่างๆ ต่อไปได้ดังนี้

1. เชิงสถาปัตยกรรม การออกแบบ และการวางผังเมือง

ผลสรุปของการวิจัยสามารถนำไปปรับประยุกต์ให้เหมาะสมต่อการจัดทำโครงการหรือปรับปรุงพื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดประสิทธิผลสูงสุดแก่เขตพื้นที่หรือโครงการที่มีบริบทหลังค่อมที่ใกล้เคียงกันได้ หากต้องการนำไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่อื่นๆ ที่มีบริบทแตกต่างควรเน้นการศึกษาข้อมูลด้านพฤติกรรม ความต้องการ ความสนใจ รวมถึงสภาพสังคม เศรษฐกิจ

วัฒนธรรม ของประชากรในพื้นที่นั้นๆ โดยละเอียด เพราะลักษณะของโครงการจะมีแนวโน้ม การส่งเสริมกิจกรรมไปในทิศทางใดย่อมขึ้นอยู่กับประชากรในพื้นที่ดังกล่าวเป็นหลัก จึงจะ สามารถตอบสนองความต้องการและเกิดประสิทธิผลได้อย่างแท้จริง และนอกจากการนำมาใช้ เพื่อการส่งเสริมพื้นที่เพื่อสร้างกิจกรรมและสังคมแล้ว หลักเกณฑ์ ที่นำเสนอไว้ยังเป็นประโยชน์ แก่การพัฒนารูปแบบโครงการต่างๆ ในปัจจุบัน เช่น ห้างสรรพสินค้า โครงการที่พักอาศัย เป็นต้น ในแง่มุมมองที่ตอบสนองต่อกลุ่มผู้ใช้ที่เป็นวัยสูงอายุมากขึ้น นอกเหนือจากการให้ความสำคัญกับ กลุ่มลูกค้าในช่วงวัยอื่นๆ เพียงอย่างเดียว

ด้านการวางผังเมือง ผลการศึกษาสามารถต่อยอดเพื่อใช้เป็นข้อมูลสนับสนุนในการ จัดวางผังเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีของประชากรในกลุ่มผู้สูงอายุได้ ทั้งในเชิงของการ จัดการพื้นที่อยู่อาศัย การจัดระบบสาธารณูปโภคสาธารณูปการ เช่น การจัดการระบบการ วางผังเส้นทางคมนาคม บาทวิถี สิ่งอำนวยความสะดวกที่สร้างความสะดวก ปลอดภัย ที่ ตอบสนองและเอื้อประโยชน์แก่ประชากรวัยสูงอายุมากขึ้น

2. เชิงสังคมและการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชากร

ผลสรุปของงานวิจัยสามารถใช้เป็นฐานข้อมูลสนับสนุนในการวางแผนหรือกำหนด นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทั้งในแง่ของการน้อม นำให้ผู้สูงเห็นคุณค่าของการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยตนเองผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมตาม พื้นที่กิจกรรมต่างๆ ในแง่ของการต่อยอดให้เกิดการตระหนักถึงการวางนโยบายเพื่อพัฒนาที่ ครบถ้วนสมบูรณ์มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การส่งเสริมการทำกิจกรรม ผ่านพื้นที่ทางกายภาพที่เป็นรูปธรรม นอกเหนือจากเดิมที่มักให้ความสำคัญกับลักษณะของกิจกรรม การพัฒนาบุคลากร หรือนโยบายที่เป็นหลักการเพียงอย่างเดียวเป็นหลัก

นอกเหนือจากประเด็นดังกล่าวนี้ อัจฉริยภาพการความรู้ ความสามารถ และ ประสบการณ์ที่สั่งสมของผู้สูงอายุให้เกิดประโยชน์แก่สังคมได้ โดยการสนับสนุนให้เกิดการ ทำกิจกรรมสำหรับร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุกับประชากรในช่วงวัยอื่นๆ เช่น ประชากรในช่วง วัยเด็ก ในแง่ของการเรียนรู้ประสบการณ์จากรุ่นสู่รุ่นจากกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความรู้ความสามารถ ในด้านต่างๆ ทั้งนี้เพื่อให้ประชากรในช่วงวัยอื่นๆ นั้นได้ตระหนักถึงความสำคัญของผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุได้ตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของตนเองที่มีแก่สังคม ไม่ปล่อยให้ชีวิต ร่วงโรยไปตามกาลเวลา

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงมหาดไทย. (2548). กฎกระทรวงการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับ ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา. สืบค้นวันที่ 2 สิงหาคม 2553, จาก <http://www.ratchakitcha.soc.go.th/ DATA/PDF/2548/00166141.PDF>
- กรมการปกครอง, กระทรวงมหาดไทย. (2553). ข้อมูลสถิติจำนวนประชากร ธันวาคม ปี 2552. สืบค้นวันที่ 2 สิงหาคม 2553, จาก <http://203.113.86. 149/hpstat9/people.htm>
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. (2545). แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545-2564. (file digital)
- ชুমเขต แสงวงเจริญ. (2553). เอกสารประกอบการบรรยาย เรื่องบ้านของเรา: การจัดสภาพ แวดล้อมในบ้านที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ. สืบค้นวันที่ 1 มีนาคม 2554, จาก <http://www.agingthai. org/page/2060>

- ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ. (2550). รายงานการวิจัยโครงการพัฒนาต้นแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพและสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุของสถานบริการสาธารณสุขทิพย์อรุณ สมภุ. (2552). คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา, ภาควิชาสังคมวิทยา.
- พัชรภา มนูญภัทรราชย์. (2544). การเตรียมการก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรในชุมชนขนาดใหญ่พื้นที่เขตบางซื่อ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, ภาควิชาการบริหารและนโยบายสวัสดิการสังคม คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ, กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข. การเปลี่ยนแปลงและการเตรียมตัวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ. สืบค้นวันที่ 18 ธันวาคม 2553, จาก <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/health/prepared/topic002.php>
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. (2550). ศูนย์เอนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน : กลไกการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืน. กรุงเทพฯ : บริษัทมิสเตอร์ก๊อปปี (ประเทศไทย) จำกัด.
- _____. (2542). สวัสดิการผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริวรรณ ศิริบุญ. (2543). การสนองตอบต่อปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ ศึกษากรณีตัวอย่างการจัดตั้งศูนย์บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Aranyi, L. and Goldman, L. L. (1980). **Design of Long-term Care Facilities**. New York : Van Nostrand Reinhold.
- Benfield, K. (2010). **A Garden for the Elderly Fosters a Personal Brand of Sustainability**. สืบค้นวันที่ 30 เมษายน 2555, จาก http://switchboard.nrdc.org/blogs/kbenfield/a_garden_for_the_elderly_foste.html
- Boehland, J. (2005). **Hospital, Heal Thyself: Greening the Design and Construction of Healthcare Facilities**. สืบค้นวันที่ 11 มีนาคม 2554, จาก <http://www.buildinggreen.com/auth/article.cfm/2005/6/1/Hospital-Heal-Thyself-Greening-the-Design-and-Construction-of-Healthcare-Facilities/>
- Carstens, D. Y. (1993). **Site Planning and Design for the elderly: issues, guidelines and alternatives**. New York: Van Nostrand Reinhold.
- Jennrich, J. (2007). **Activity Ideas for Elderly Senior Citizens: Improve Visits - Easy Games and Ideas to Keep Seniors Active & Alert**. สืบค้นวันที่ 4 มกราคม 2554, จาก <http://www.suite101.com/content/fun-activities-for-senior-citizens-a27665>
- Thang, L. L. (2001). **Generation in Touch: Linking the old & Young in a Tokyo Neighborhood**. USA: Cornell Paperbacks.
- Regnier, V. (2002). **Assigned Living Housing by Design**. New York: Vannostrand reihold.