

การศึกษาแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายใน
ศูนย์ผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน

A STUDY OF INTERIOR ARCHITECTURAL DESIGN GUIDELINE
FOR ELDERLY CENTER : CASE STUDY IN INNER CITY
OF BANGKOK METROPOLITAN



ณิชนันท์ เสริมศรี
NICHANANT SERMSRI

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน
บัณฑิตวิทยาลัย
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
พ.ศ. 2544

เลขหมู่.....
เลขทะเบียน..... 40108
วัน, เดือน, ปี 15 ส.ค. 2544

ISBN 974-648-335-8

b.....
1.....

A STUDY OF INTERIOR ARCHITECTURAL DESIGN GUIDELINE
FOR ELDERLY CENTER : CASE STUDY IN INNER CITY
OF BANGKOK METROPOLITAN



A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENT FOR THE DEGREE OF
MASTER OF ARCHITECTURE IN INTERIOR ARCHITECTURE
SCHOOL OF GRADUATE STUDIES
KING MONGKUT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LADKRABANG
2001

ISBN 974-648-335-8

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



COPYRIGHT 2001

SCHOOL OF GRADUATE STUDIES

KING MONGKUT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LADKRABANG

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การศึกษาแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายใน ศูนย์ผู้สูงอายุ กรณีศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน
นักศึกษา	นางสาว นิชานันท์ เสริมศรี
รหัสประจำตัว	37062308
ปริญญา	สถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	สถาปัตยกรรมภายใน
พ.ศ.	2544
อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์	อาจารย์ ฉัตรชัย อินทรโชติ

บทคัดย่อ

ศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร เป็นสถานที่สำหรับผู้สูงอายุในชุมชนได้มาพบปะสังสรรค์ และร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยกัน การวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาสภาพปัญหา และวิเคราะห์สภาพปัจจุบันของสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายในศูนย์ผู้สูงอายุ ที่มีผลต่อทัศนคติและความพึงพอใจในการใช้สอยพื้นที่ของผู้สูงอายุ ศึกษาพฤติกรรมและการใช้สอยพื้นที่สำหรับกิจกรรมนันทนาการ ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ

วิธีการศึกษาและวิจัยได้นำเอาวิธีการประเมินอาคารภายหลังจากการเข้าครอบครองพื้นที่ โดยการใช้วิธีการต่าง ๆ ในการรวบรวมข้อมูลผสมผสานกัน อาทิเช่น การสำรวจ บันทึกภาพ และสังเกตการณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ พร้อมไปด้วยกันกับการศึกษาทบทวนวรรณกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมภายใน พฤติกรรมและจิตวิทยา เพื่อเป็นพื้นฐานในการสร้างแบบสอบถามสำหรับวัดทัศนคติความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อพื้นที่กิจกรรมและองค์ประกอบต่าง ๆ ของศูนย์ผู้สูงอายุ โดยมุ่งศึกษาพื้นที่กิจกรรมต่าง ๆ ภายในอาคาร อาทิเช่น พื้นที่กีฬาในร่ม พื้นที่เอนกประสงค์ พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ พื้นที่ออกกำลังกายแบบกายบริหารหรือมวยจีน ฯลฯ ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เช่น ทางลาด ราวจับ ห้องน้ำ แสง และเสียง เป็นต้น ด้วยการวัดประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน เช่น ขนาดพื้นที่ ความพอเพียงของพื้นที่ ตำแหน่งที่ตั้ง แสงสว่าง อุณหภูมิ วัสดุพื้น เป็นต้น การออกแบบการวิจัยได้เลือกศูนย์ผู้สูงอายุจำนวน 7 แห่ง เป็นกรณีศึกษา ได้แก่ ศูนย์ผู้สูงอายุ4(ดินแดง) ศูนย์ผู้สูงอายุ5(จุฬาลงกรณ์) ศูนย์ผู้สูงอายุ16 (ลุมพินี) ศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง) ศูนย์ผู้สูงอายุ21(วัดธาตุทอง) ศูนย์ผู้สูงอายุ24(บางเขน) และศูนย์ผู้สูงอายุ41(คลองเตย) โดยให้กลุ่มตัวอย่างจากผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและมาร่วมกิจกรรมที่ศูนย์ผู้สูง

อายุที่เป็นกรณีศึกษาแต่ละแห่งเป็นประจำ จำนวน 237 คน เพื่อวัดประเมินความพึงพอใจด้วยแบบสอบถามที่มีการแบ่งระดับความพึงพอใจไว้ 5 ระดับ

ข้อมูลการประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่ได้จากแบบสอบถาม และตัวแปรต่าง ๆ ที่ได้จากการสำรวจพื้นที่ภาคสนาม ถูกนำมาวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ทางสถิติ และวิเคราะห์ความแปรปรวนโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS เพื่อประมวลผลทางสถิติ

ผลการวิจัยเป็นการประเมินทัศนคติความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่หลากหลาย หรือองค์ประกอบต่าง ๆ ในการออกแบบศูนย์ผู้สูงอายุ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุขึ้นอยู่กับตัวแปรเกี่ยวกับขนาดพื้นที่ ตำแหน่งที่ตั้ง และคุณลักษณะเฉพาะตัวของศูนย์ผู้สูงอายุ พื้นที่หลักที่เป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรมสำหรับศูนย์ผู้สูงอายุได้แก่พื้นที่หรือห้องอเนกประสงค์ซึ่งสามารถรองรับกิจกรรมต่าง ๆ ได้หลากหลายในช่วงเวลาที่แตกต่างกัน ถือได้ว่าเป็นพื้นที่สำหรับกิจกรรมที่ทับซ้อนกันแต่จัดการให้มีช่วงเวลาที่แตกต่างกัน อาทิเช่น กิจกรรมออกกำลังกายแบบกายบริหาร การอบรมสาธิตและให้ความรู้ต่าง ๆ และกิจกรรมที่ไม่ได้เกิดขึ้นเป็นประจำ เป็นต้น ศูนย์ผู้สูงอายุบางแห่งที่เป็นกรณีศึกษา ประสบปัญหาเกี่ยวกับความต่อเนื่องในการจัดลำดับของกิจกรรม ตลอดจนการจัดกลุ่มพื้นที่ต่าง ๆ ซึ่งจำเป็นต้องมีการออกแบบการวางผังพื้นที่กิจกรรมใหม่อีกครั้ง ศูนย์ผู้สูงอายุขนาดเล็กจะประสบกับปัญหาการจัดตั้งพื้นที่กิจกรรมหรือการจัดสรรพื้นที่สำหรับกิจกรรมใหม่ๆ ให้พอดีหรือครอบคลุมตามขนาดพื้นที่มาตรฐานที่ได้นำเสนอไว้แล้ว นอกจากนี้ การวิจัยยังได้แนะนำเกณฑ์การออกแบบพื้นที่กิจกรรมที่เหมาะสมและมีความสัมพันธ์กันระหว่างกิจกรรมที่ได้ถูกกำหนดโปรแกรมไว้แล้วภายในศูนย์ผู้สูงอายุ

Thesis Title	A Study of Interior Architectural Design Guideline for Elderly Center : Case Study in inner city of Bangkok Metropolitan
Student	Miss Nichanant Sermsri
Student ID.	37062308
Degree	Master of Architecture
Programme	Interior Architecture
Year	2001
Thesis Advisor	Mr. Chatchai Indrachot

ABSTRACT

The Elderly Centers have been established as recreation centers for serving the elderly in communities. This research designed for interior architectural study and analysis of the current environmental problems and activities, especially the recreational activities in the Elderly Centers.

The research methodology based on the POE with the integration of data collecting tools such as preliminary survey study, photography, formal and informal observation, structured interview and questionnaire. All the context and hypothesis of research was developed by reviewing literature and concerning these at the pre-designed and setting up questionnaires; such as the interior environmental, behavioral and psychological studies and theories affected to the interior architectural designs for elderly. The assessment of elderly satisfaction to many designed elements and areas in the Elderly Centers was developed in rating scale approach that classified into 5 levels. There are seven Elderly Centers selected to be case studies with the 237 sampling members of Elderly clubs who have joined the recreational activities in these selected Elderly centers. The case studies are the 4th Elderly center (Dindaeng), the 5th Elderly center (Chulalongkorn), the 16th Elderly center (Lumpini), the 19th Elderly center (Wongswang), the 21st Elderly center (Wat Thatong), the 24th Elderly center (Bangkaen), and the 41st Elderly center (Klong Teuy). The assessment focused on the fitness, exercise, training and demonstrating, multipurpose, indoor and outdoor sporting areas

as well as the facilities of toilettes, ramps, handrails and others with the designed elements i.e. size, area, location, sound, temperature, light, and materials. All the data collected by the questionnaire are analyzed with the survey data by processing with the SPSS package.

The results are the attitude and satisfaction scales of the members of Elderly clubs towards the various physical environments or designed elements of Elderly centers. The satisfaction of the elderly or elderly members mostly depended on the size, location, and the characteristics of the target Elderly centers. The main area of the Elderly center is the multipurpose area or room that can use to support many activities at different schedules such as the exercise program, the training and demonstrating programs, and many other occasional or irregular activities. Some centers have the conflicts of activities sequencing and setting or zoning layout of the areas that requires redesigning the layout of activities. The small and medium sized centers usually encounter the problems of setting up or allocating the activity area to fit the requirements of the design standard spaces. Moreover, the research study has suggested the guidelines of area designing and the suitable activities and the relationship between the activities conducted at the BMP Elderly centers.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี ด้วยความกรุณาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ อาจารย์ ฉัตรชัย อินทรโชติ ที่ได้ให้คำแนะนำ คำปรึกษา ข้อคิดเห็น และตรวจสอบปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์แก่วิทยานิพนธ์เล่มนี้ นอกจากนี้ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เอกพล สิริชัยนันท์ และอาจารย์ นพปฎล สุวีจนานนท์ ได้ช่วยกรุณาสละเวลาเป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของอาจารย์ทั้งสามท่านเป็นอย่างมาก จึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณ คุณ วัฒนา ตาลานนท์ คุณ จิรพร บุญกาญจน์ และเจ้าหน้าที่ที่ดูแลศูนย์ผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุที่เคารพรักทุกท่าน ที่ได้ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณ คุณพ่อ ยรรยง คุณแม่ ฉอ้อน เสริมศรี นายแพทย์ กฤษฎา เสริมศรี คุณ จุฑารัตน์ จึงวัฒนานนท์ และทุก ๆ คนในครอบครัวที่ทำให้กำลังใจ และสนับสนุนเงินทุนในการทำวิทยานิพนธ์แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดีสม่ำเสมอตลอดมา

ขอขอบพระคุณ คุณ จิรดิถรณ์ สุขสะอาด คุณ อภิชาติ ศรีตัญชัย น้องภู และเพื่อน ๆ นักศึกษาร่วมรุ่นทุกท่าน ที่คอยเป็นกำลังใจซึ่งกันและกันอย่างเหนียวแน่น อีกทั้งยังเป็นแรงผลักดันให้วิทยานิพนธ์ในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงตามความคาดหวัง และขอขอบคุณ กำลังใจที่เข้มแข็งของผู้ทำการวิจัยเองที่สามารถทำให้งานสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

สุดท้ายนี้ คุณค่าและประโยชน์อันที่พึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่ผู้มีพระคุณ และผู้สูงอายุทุก ๆ ท่าน

ณิชานันท์ เสริมศรี

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	I
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	III
กิตติกรรมประกาศ	V
สารบัญ	VI
สารบัญตาราง	IX
สารบัญรูป	XIV
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
1.3 ขอบเขตของการวิจัย	6
1.4 วิธีและขั้นตอนการวิจัย	7
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	9
1.6 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	9
บทที่ 2 ทฤษฎีและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	11
2.1 ปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ	12
2.1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ	12
2.1.2 อายุกับกระบวนการสูงอายุ	13
2.1.3 ปัญหาของผู้สูงอายุ	15
2.1.4 ความต้องการของผู้สูงอายุ	25
2.2 รูปแบบกิจกรรมและการให้บริการของศูนย์ผู้สูงอายุ	28
2.2.1 รูปแบบกิจกรรมของผู้สูงอายุ	28
2.2.2 สรุปรูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	32
2.2.3 ศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครและกิจกรรมนันทนาการ	33
2.3 แนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ	42
2.3.1 แนวทางการออกแบบพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายนอกอาคาร	45

สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
2.3.2 แนวทางการออกแบบพื้นที่กิจกรรมภายในอาคาร	51
2.4 สรุปแนวความคิดในการออกแบบศูนย์ผู้สูงอายุ	62
2.5 ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย.....	66
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	70
3.1 ลักษณะของการวิจัย.....	70
3.2 แหล่งที่มาของข้อมูล	70
3.3 วิธีการและเครื่องมือในการวิจัย.....	72
3.4 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง.....	75
3.4.1 การเลือกกรณีศึกษา	75
3.4.2 วิธีการเลือกสุ่มตัวอย่าง.....	78
บทที่ 4 การศึกษาข้อมูลทั่วไปและสภาพแวดล้อมกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุ จากตัวอย่างกรณีศึกษา	83
4.1 ลักษณะการบริหารงานของศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร.....	80
4.2 ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็นกรณีศึกษา.....	84
4.2.1 ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง).....	84
4.2.2 ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์).....	101
4.2.3 ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	117
4.2.4 ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง).....	132
4.2.5 ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	147
4.2.6 ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	163
4.2.7 ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	178
4.3 สรุปองค์ประกอบทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็นกรณีศึกษา.....	194
บทที่ 5 การอภิปรายผล.....	198
5.1 สภาพทั่วไปของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ.....	198

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ(ต่อ)

	หน้า
5.2 การเปรียบเทียบสภาพแวดล้อมทางกายภาพในส่วนกิจกรรมและ ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ	207
5.2.1 พื้นที่กิจกรรมภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ.....	208
5.2.2 พื้นที่กิจกรรมภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ.....	216
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	313
6.1 สรุปอภิปรายผลจากการวิจัย	313
6.2 สรุปการแบ่งกลุ่มพื้นที่ใช้สอยในศูนย์ผู้สูงอายุ.....	334
6.3 การจัดพื้นที่กิจกรรม และข้อเสนอแนะในการออกแบบ	343
6.4 สรุปปัญหาและอุปสรรคจากการวิจัย	355
บรรณานุกรม.....	357
ภาคผนวก ก. แบบสอบถามชุดที่ 1 (สำหรับผู้สูงอายุ).....	362
ภาคผนวก ข. แบบสอบถามชุดที่ 2 (สำหรับเจ้าหน้าที่).....	377
ภาคผนวก ค. แบบสำรวจสภาพแวดล้อม	382
ประวัติผู้เขียน.....	392

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
2.1 แสดงความต่อเนื่องของการสูญเสียในผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย.....	14
2.2 แสดงรายการกิจกรรมที่จัดไว้สำหรับผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์.....	38
2.3 แสดงค่าวิกฤติต่างๆ ของระยะติดตั้งโทรทัศน์.....	55
2.4 สรุปผลการศึกษาทบทวนวรรณกรรมเพื่อสร้างกรอบในการวิจัย.....	62
2.5 แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆ.....	68
3.1 แสดงวิธีการค้นหาข้อมูลเพื่อรวบรวมข้อมูลสำหรับงานวิจัย.....	72
3.2 แสดงตัวแปรและวิธีการวัดค่าตัวแปรต่าง ๆ.....	73
3.3 แสดงการเลือกกรณีศึกษาตามลักษณะอาคารของศูนย์ผู้สูงอายุ.....	76
3.4 แสดงลักษณะทั่วไปของศูนย์ผู้สูงอายุผลการสำรวจเบื้องต้น.....	77
3.5 แสดงสัดส่วนร้อยละสำหรับการกระจายตัวอย่างของแต่ละศูนย์ผู้สูงอายุ.....	78
3.6 แสดงจำนวนผู้สูงอายุของแต่ละศูนย์ก่อนและหลังการปรับจำนวนตัวอย่าง.....	79
4.1 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง).....	85
4.2 สรุปพื้นที่ทำกิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 4(ดินแดง).....	95
4.3 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์).....	101
4.4 สรุปพื้นที่ทำกิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์).....	111
4.5 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	117
4.6 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	126
4.7 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง).....	132
4.8 สรุปขนาดพื้นที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง).....	141
4.9 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	147
4.10 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	157
4.11 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	163
4.12 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	172
4.13 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	178
4.14 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	187
4.15 แสดงการจำแนกองค์ประกอบต่าง ๆ ที่ได้สำรวจตามกรณีศึกษา.....	194

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.1 แสดงค่า F และ ค่านัยสำคัญที่คำนวณได้จากโปรแกรม SPSS.....	211
5.2 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจด้านต่างๆ ที่มีต่อพื้นที่ออกกำลังกายแบบกายบริหาร ภายนอกอาคารจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	212
5.3 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจเกี่ยวกับวิทยากรผู้นำกิจกรรมจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	213
5.4 แสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่ออกกำลังกายจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	215
5.5 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่เล่นและไม่เคยเล่นกีฬาเบตอง.....	216
5.6 แสดงความพึงพอใจด้านต่างๆ ที่มีต่อสนามกีฬาเบตองจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	217
5.7 แสดงข้อมูลทางกายภาพของพื้นที่ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็น กรณีศึกษาทั้งหมด.....	218
5.8 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความพอเพียงพื้นที่ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	220
5.9 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งพื้นที่จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	221
5.10 แสดงขนาดพื้นที่ตรวจวัดความดันจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	223
5.11 แสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่ตรวจวัดความดันจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	223
5.12 แสดงความพึงพอใจต่อความสะดวกเข้าตรวจวัดจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	226
5.13 แสดงความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	227
5.14 แสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่พักคอยจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	229
5.15 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่อเนกประสงค์.....	230
5.16 แสดงขนาดพื้นที่ห้องอเนกประสงค์จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	231
5.17 แสดงขนาดพื้นที่ห้องอเนกประสงค์ต่อคนจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	232
5.18 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่อเนกประสงค์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	234
5.19 แสดงระดับความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่อเนกประสงค์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	235
5.20 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อทางเดินสัญจรในพื้นที่อเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ ผู้สูงอายุ.....	235
5.21 แสดงความพึงพอใจต่อการไม่ถูกรบกวนจากกิจกรรมอื่นจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	236
5.22 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อแสงสว่าง จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	237
5.23 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุณหภูมิในห้อง จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	239

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.24 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการจัดเรียงอุปกรณ์เครื่องใช้ จำแนกตามศูนย์ผู้ สูงอายุ	240
5.25 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อวัสดุปูพื้นห้องอเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ..	242
5.26 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่ออกกำลังกายภายในอาคาร.....	244
5.27 แสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่ออกกำลังกายภายในอาคารต่อคน จำแนกตามความพึงพ พอใจของผู้สูงอายุ	245
5.28 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความพอเพียงของพื้นที่ออกกำลังกาย จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	246
5.29 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งของพื้นที่ออกกำลังกาย จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	247
5.30 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการมองเห็นวิทยากร จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	247
5.31 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการได้ยินเสียงวิทยากรนำการออกกำลังกายจำแนก ตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	248
5.32 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการไม่ถูกรบกวนจากกิจกรรมอื่นของพื้นที่ออกกำลัง กาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	250
5.33 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อแสงสว่าง จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	252
5.34 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุณหภูมิ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	253
5.35 แสดงขนาดพื้นที่และจำนวนอุปกรณ์ออกกำลังกายแต่ละศูนย์.....	254
5.36 แสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกายจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูง อายุ	255
5.37 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความขนาดของพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนก ตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	256
5.38 แสดงความถี่ระดับความพึงพอใจต่อความพอเพียงของพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	257
5.39 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความเหมาะสมของอุปกรณ์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ ..	259

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.40 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	261
5.41 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนกตามลักษณะตำแหน่งพื้นที่.....	262
5.42 แสดงจำนวนผู้ที่เล่นอุปกรณ์ออกกำลังกายและผู้ที่ไม่ได้เล่นอุปกรณ์ออกกำลังกาย.....	263
5.43 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุปกรณ์วงล้อหมุนใหญ่ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	265
5.44 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่เล่นกีฬาป่าเป้า.....	268
5.45 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อพื้นที่พอเพียงของกีฬาป่าเป้าจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	269
5.46 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อตำแหน่งที่ตั้งกีฬาป่าเป้าจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	270
5.47 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อที่จัดเก็บและการนำออกมาใช้งานจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	271
5.48 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อการรบกวนกิจกรรมอื่น จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	273
5.49 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่เล่นกีฬาโบว์ลิ่งสนาม.....	274
5.50 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อพื้นที่พอเพียงกีฬาโบว์ลิ่งสนามจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	275
5.51 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อตำแหน่งที่ตั้งกีฬาโบว์ลิ่งสนาม จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	276
5.52 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อที่จัดเก็บและการนำออกมาใช้งาน จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	277
5.53 แสดงความพึงพอใจที่มีต่อการรบกวนจากกิจกรรมอื่น จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	278
5.54 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่เล่นกีฬาซฟิเลอบอร์ด.....	279
5.55 แสดงขนาดพื้นที่ห้องน้ำจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	282
5.56 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่ห้องน้ำ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	282
5.57 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความพอเพียงของห้องน้ำ จำแนกตามประเภทห้องน้ำ..	284
5.58 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งห้องน้ำ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	286
5.59 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งห้องน้ำ จำแนกตามประเภทที่ตั้งห้องน้ำ...	287

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.60 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกในการลุกนั่งบนลิ้มม จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	289
5.61 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกในการลุกนั่ง จำแนกตามประเภทสุขภาพ ภักดิ์	290
5.62 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุปกรณ์ช่วยเหลือในห้องน้ำ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ..	292
5.63 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกภายในห้องน้ำ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	294
5.64 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกของห้องน้ำจำแนกตามประเภทที่ตั้งห้องน้ำ ..	295
5.65 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกของห้องน้ำ จำแนกตามประเภทห้องน้ำ.....	296
5.66 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสว่างภายในห้องน้ำจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	298
5.67 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อแสงสว่างในห้องน้ำจำแนกตามประเภทที่ตั้งห้องน้ำ.....	299
5.68 แสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อวัสดุปูพื้น จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	301
5.69 แสดงประเภทสุขภาพที่ผู้สูงอายุต้องการ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	302
5.70 แสดงขนาดพื้นที่จัดเก็บพัสดุและอุปกรณ์จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ	304
5.71 แสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่จัดเก็บพัสดุและอุปกรณ์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ....	305
5.72 แสดงความพึงพอใจต่อการจัดระเบียบในการเก็บอุปกรณ์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	306
5.73 แสดงขนาดพื้นที่เก็บโต๊ะเก้าอี้จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ	308
5.74 แสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่จัดเก็บเก้าอี้จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	309
5.75 แสดงความพึงพอใจต่อความสะดวกในการจัดเก็บเก้าอี้จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	310
5.76 แสดงความพึงพอใจต่อความสะดวกในการจัดเก็บเก้าอี้จำแนกตามการจัดเรียง	311
5.77 แสดงขนาดพื้นที่เฉลี่ยของพื้นที่เก็บรองเท้า จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ	312
6.1 สรุปผลการวิจัยพื้นที่กิจกรรมต่างๆ ของศูนย์ผู้สูงอายุ	317
6.2 องค์ประกอบต่างๆ ของพื้นที่กิจกรรมภายในอาคารที่มีผลต่อการออกแบบ.....	335
6.3 แสดงสัดส่วนพื้นที่ใช้งานภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ	346

สารบัญรูป

รูปที่	หน้า
1.1 แผนภูมิแสดงโครงร่างและขั้นตอนดำเนินการวิจัย	8
1.2 กรอบแนวคิดในการดำเนินการวิจัย	10
2.1 แสดงให้เห็นพื้นที่พักคอยของ Senior Citizen's Cornor ที่บล็อก 161	35
2.2 แสดงผู้สูงอายุกำลังเล่นกิจกรรมร้องเพลงคาราโอเกะ และการเล่นกีฬาหมากรุกจีน และการเล่นกิจกรรมกีฬาอื่นๆ	38
2.3 แสดงการจัดลำดับชั้นของอาณาเขตครอบครองจากเขตสาธารณะถึงเขตส่วนตัว	44
2.4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายนอกอาคาร	45
2.5 แสดงการเชื่อมโยงพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายนอกและภายในอาคารด้วยพื้นที่ทางสังคม	46
2.6 แสดงการใช้พื้นที่เชื่อมโยงระหว่างศูนย์กิจกรรมภายในและภายนอกอาคาร	47
2.7 แสดงเก้าอี้พักคอยภายนอกอาคาร	48
2.8 แสดงขนาดของทางลาดที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	49
2.9 แสดงขนาดบันไดและราวจับที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	50
2.10 แสดงขนาดของลูกตั้งลูกนอน และจุ่มกบันไดที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	50
2.11 ภาพตัวอย่างผังพื้นที่ของห้องกายภาพบำบัดและอุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพสำหรับผู้สูงอายุ	52
2.12 แสดงตัวอย่างอุปกรณ์ออกกำลังกายมาตรฐานที่ใช้ในการฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้สูงอายุ	53
2.13 แสดงการจัดพื้นที่สำหรับการประชุมและสัมมนา และการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนตามมุมมองเห็นที่เหมาะสม	54
2.14 แสดงการติดตั้งและขนาดของห้องน้ำพร้อมอุปกรณ์ช่วยเหลือสำหรับผู้สูงอายุ	58
2.15 แสดงให้เห็นการติดตั้งราวจับทางเดิน ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	59
4.1 แสดงสายการบริหารในส่วนของเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	81
4.2 แสดงสายการบริหารในส่วนของชมรมผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุ	81
4.3 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	86
4.4 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	87

สารบัญญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.5 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	88
4.6 พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดันศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	88
4.7 พื้นที่อเนกประสงค์ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	89
4.8 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	89
4.9 พื้นที่เล่นกีฬาและจัดเก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	90
4.10 พื้นที่ล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	90
4.11 พื้นที่เตรียมอาหารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	91
4.12 พื้นที่วางรองเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	92
4.13 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	92
4.14 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	96
4.15 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	97
4.16 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	98
4.17 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	99
4.18 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	100
4.19 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	102
4.20 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	103
4.21 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	104
4.22 พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดันศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	104
4.23 พื้นที่อเนกประสงค์ภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	105
4.24 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	105
4.25 พื้นที่เรียนหนังสือศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	106
4.26 พื้นที่เก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	106
4.27 พื้นที่ล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	107
4.28 พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	107
4.29 พื้นที่จัดเก็บรองเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	108
4.30 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จฬาลงกรณ์)	108

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.31 พื้นที่ใช้งานภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์).....	109
4.32 ทางเดินรอบอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์).....	109
4.33 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์).....	112
4.34 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)	113
4.35 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์).....	114
4.36 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)	115
4.37 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)	116
4.38 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	118
4.39 แสดงบริเวณทางเข้าด้านหน้าของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	119
4.40 พื้นที่ใช้งานภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	119
4.41 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	120
4.42 พื้นที่ลงทะเบียนศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	120
4.43 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	121
4.44 พื้นที่เก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	122
4.45 พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	122
4.46 พื้นที่จัดเก็บรองเท้าของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	123
4.47 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	123
4.48 แสดงสนามเปตองของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	124
4.49 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	127
4.50 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	128
4.51 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	129
4.52 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	130
4.53 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี).....	131
4.54 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง).....	133
4.55 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	134
4.56 พื้นที่ใช้สอยภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	134

สารบัญญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.57 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง)	135
4.58 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง)	136
4.59 พื้นที่ลงทะเบียนศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง)	136
4.60 พื้นที่อเนกประสงค์ศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง).....	137
4.61 พื้นที่เก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง).....	137
4.62 พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง).....	138
4.63 พื้นที่เตรียมอาหารศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง)	138
4.64 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง).....	139
4.65 พื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง).....	140
4.66 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง).....	142
4.67 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	143
4.68 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง).....	144
4.69 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	145
4.70 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	146
4.71 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	148
4.72 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	149
4.73 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	150
4.74 พื้นที่กรรมการชมรมศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	150
4.75 พื้นที่อเนกประสงค์ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	151
4.76 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	152
4.77 พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	152
4.78 พื้นที่กีฬาปาเป้าศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	153
4.79 พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	153
4.80 พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	154
4.81 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	154
4.82 พื้นที่ใช้งานภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	155

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.83 พื้นที่เล่นกีฬาเบตองและซฟเฟิลบอร์ต ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	156
4.84 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	158
4.85 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	159
4.86 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง).....	160
4.87 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	161
4.88 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	162
4.89 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)	163
4.90 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	165
4.91 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	166
4.92 พื้นที่ลงทะเบียนศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	166
4.93 พื้นที่วัดความดันศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	167
4.94 พื้นที่ขอเนกประสงค์.....	167
4.95 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	168
4.96 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์และกีฬาปาเป้า ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	168
4.97 พื้นที่จัดเก็บโต๊ะเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	169
4.98 พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	169
4.99 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	170
4.100 พื้นที่เล่นกีฬาเบตองศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	170
4.101 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	173
4.102 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	174
4.103 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)	175
4.104 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	176
4.105 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน).....	177
4.106 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)	179
4.107 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	180
4.108 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	180

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.109 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)	181
4.110 แสดงพื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดัน ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 คลองเตย	182
4.111 แสดงพื้นที่ออกประกาศ ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 คลองเตย	182
4.112 แสดงพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	183
4.113 แสดงพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	183
4.114 แสดงพื้นที่จัดเก็บเก้าอี้และพัดอุปกรณ์ ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 คลองเตย.....	184
4.115 แสดงพื้นที่จัดเก็บรองเท้า ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 คลองเตย	184
4.116 แสดงห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	185
4.117 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	188
4.118 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	189
4.119 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	190
4.120 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	191
4.121 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)	192
4.122 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย).....	193
5.1 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามโครงสร้างระดับอายุ.....	198
5.2 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามเพศ.....	199
5.3 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามระดับการศึกษา.....	200
5.4 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามการประกอบอาชีพ	200
5.5 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามระดับรายได้ของผู้สูงอายุ	201
5.6 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามสถานภาพการสมรส.....	201
5.7 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุจำแนกตามลักษณะการอยู่อาศัยปัจจุบัน	202
5.8 แผนภูมิแสดงจำนวนสมาชิกในบ้านของผู้สูงอายุ.....	203
5.9 แผนภูมิแสดงวิธีการเดินทางมาศูนย์ของผู้สูงอายุ	203
5.10 แผนภูมิแสดงเหตุผลในการมาร่วมกิจกรรมศูนย์ของผู้สูงอายุ	204
5.11 แผนภูมิแสดงความต้องการกิจกรรมเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ	205
5.12 แผนภูมิแสดงวันที่ต้องการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ	205

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาระดับปริญญาโทเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
5.13 แผนภูมิแสดงเวลาช่วงที่ต้องการร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ	206
5.14 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อที่จอดรถจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	209
5.15 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อทางลาดและราวจับทางเดิน	210
5.16 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อบันได การขึ้นลง ความชันและราวจับ ...	210
5.17 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจด้านต่างๆ ที่มีต่อพื้นที่ออกกำลังกายแบบกาย บริหารภายนอกอาคารจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	211
5.18 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่ออกกำลังกายจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูง อายุ	214
5.19 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุที่เล่นและไม่เคยเล่นกีฬาเปตอง	215
5.20 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจด้านต่างๆ ที่มีต่อสนามเปตองจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	216
5.21 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่ลงทะเบียนเฉลี่ยจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	219
5.22 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความพอเพียงของพื้นที่ลงทะเบียน จำแนก ตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	219
5.23 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งพื้นที่ลงทะเบียน จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	221
5.24 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่ตรวจวัดความดันจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	222
5.25 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่ตรวจวัดความดันจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ ..	223
5.26 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อความสะดวกในการเข้าตรวจวัดจำแนกตามศูนย์ผู้สูง อายุ	225
5.27 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งตรวจวัดความดัน จำแนกตามศูนย์ผู้สูง อายุ	226
5.28 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่ที่พักคอยจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ	228
5.29 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่อเนกประสงค์	230
5.30 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่ห้องอเนกประสงค์จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูง อายุ	231

สารบัญญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
5.31 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่ห้องอเนกประสงค์ต่อคนจำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ	232
5.32 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่อเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	233
5.33 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อทางเดินสัญจรในพื้นที่อเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	234
5.34 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจจากการไม่ถูกรบกวนจากกิจกรรมอื่นจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	235
5.35 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อแสงสว่างของพื้นที่อเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	236
5.36 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุณหภูมิในห้องอเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	238
5.37 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการจัดเรียงอุปกรณ์เครื่องใช้ในพื้นห้องอเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	239
5.38 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อวัสดุปูพื้นในห้องอเนกประสงค์ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	241
5.39 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่ออกกำลังกายภายในอาคาร.....	243
5.40 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่ออกกำลังกายภายในอาคาร จำแนกตามความพึงพอใจ	244
5.41 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งของพื้นที่ออกกำลังกาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	246
5.42 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อการไม่ถูกรบกวนจากกิจกรรมอื่นของพื้นที่ออกกำลังกาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	249
5.43 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อแสงสว่างพื้นที่ออกกำลังกาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	251

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
5.44 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุณหภูมิ จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	252
5.45 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยขนาดพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนกตามความพึงพอใจ.....	254
5.46 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความพอเพียงของพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย กาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	255
5.47 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความเหมาะสมของอุปกรณ์จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	258
5.48 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	260
5.49 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งพื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย จำแนกตามลักษณะตำแหน่งพื้นที่.....	261
5.50 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้ที่เล่นอุปกรณ์ออกกำลังกายและผู้ที่ไม่ได้เล่นอุปกรณ์ออก กำลังกาย	263
5.51 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุเล่นและไม่เล่นกีฬาป่าเป้า	267
5.52 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อพื้นที่พอเพียงจำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ	268
5.53 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อตำแหน่งที่ตั้งกีฬาป่าเป้าจำแนกตามศูนย์ผู้สูง อายุ	270
5.54 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อที่จัดเก็บและการนำออกมาใช้งานจำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	270
5.55 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อการถูกรบกวนจากกิจกรรมอื่นจำแนกตามศูนย์ ผู้สูงอายุ	272
5.56 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุเล่นและไม่เล่นกีฬาโบว์ลิ่งสนาม	273
5.57 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อขนาดพื้นที่ของกีฬาโบว์ลิ่งสนามจำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	274
5.58 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อที่จัดเก็บอุปกรณ์และการนำออกมาใช้งาน จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	276

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
5.59 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจที่มีต่อการรบกวนจากกิจกรรมอื่น จำแนกตามศูนย์ผู้ สูงอายุ	277
5.60 แผนภูมิแสดงจำนวนผู้สูงอายุเล่นและไม่เล่นกีฬาซฟเฟิลบอร์ด.....	278
5.61 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่ห้องน้ำ จำแนกตามศูนย์ผู้สูง อายุ	281
5.62 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความพอเพียงของห้องน้ำ จำแนก ตามประเภทห้องน้ำ	283
5.63 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งห้องน้ำ จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	285
5.64 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อตำแหน่งที่ตั้งห้องน้ำ จำแนกตาม ประเภทที่ตั้งห้องน้ำ.....	286
5.65 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกในการลุกนั่งบนลิ้น จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	288
5.66 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกในการลุกนั่งจำแนก ตามประเภทชุมชน.....	290
5.67 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่ออุปกรณ์ช่วยเหลือในห้องน้ำ จำแนก ตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	291
5.68 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกภายในห้องน้ำ จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	293
5.69 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกของห้องน้ำจำแนกตาม ประเภทที่ตั้งห้องน้ำ.....	295
5.70 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสะดวกของห้องน้ำ จำแนกตาม ประเภทห้องน้ำ.....	296
5.71 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อความสว่างภายในห้องน้ำ จำแนกตาม ศูนย์ผู้สูงอายุ	297

สารบัญรูป (ต่อ)

รูปที่	หน้า
5.72 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อแสงสว่างในห้องน้ำ จำแนกตามประเภทที่ตั้งห้องน้ำ.....	299
5.73 แผนภูมิแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อวัสดุปูพื้น จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	300
5.74 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่จัดเก็บพัสดุและอุปกรณ์จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	303
5.75 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่จัดเก็บพัสดุและอุปกรณ์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	304
5.76 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อการจัดระเบียบในการจัดเก็บอุปกรณ์จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	305
5.77 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่เก็บโต๊ะเก้าอี้จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	307
5.78 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อขนาดพื้นที่จัดเก็บเก้าอี้จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	308
5.79 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อความสะดวกในการจัดเก็บเก้าอี้จำแนกตามศูนย์ผู้สูงอายุ.....	309
5.80 แผนภูมิแสดงความพึงพอใจต่อความสะดวกในการจัดเก็บเก้าอี้จำแนกตามการจัดเรียง.....	311
5.81 แผนภูมิแสดงขนาดพื้นที่เฉลี่ยของพื้นที่เก็บรองเท้า จำแนกตามความพึงพอใจของผู้สูงอายุ.....	312
6.1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างอาคารและพื้นที่กิจกรรมภายนอกอาคาร.....	343
6.2 แสดงการดำเนินกิจกรรมของผู้สูงอายุ.....	344
6.3 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุ.....	345
6.4 แผนภูมิแสดงสัดส่วนพื้นที่ใช้งานภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ.....	346
6.5 Functional Diagram ของศูนย์ผู้สูงอายุ.....	347
6.6 การจัด Zoning ของศูนย์ผู้สูงอายุ.....	348
6.7 ผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ.....	349
6.8 ภาพ Isometric ของศูนย์ผู้สูงอายุ.....	350

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันประชากรในโลกมีอายุยืนยาวขึ้น ซึ่งเป็นผลจากความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ดังนั้นประชากรที่อยู่ในวัยสูงอายุจึงมีอัตราสูงขึ้นตามไปด้วย นงลักษณ์ บุญไทย (2539 : 1) กล่าวว่า จากความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์และสาธารณสุข และการลดลงของภาวะการเจริญพันธุ์อย่างต่อเนื่องในระยะเวลาที่ผ่านมา ทำให้อายุขัยเฉลี่ยของประชากรสูงกว่าในอดีต และประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น มีแนวโน้มที่ชัดเจนว่า ขนาดและสัดส่วนของผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ในทุกสังคม โดยจะเห็นได้จากสถิติผู้สูงอายุทั่วโลกในปี พ.ศ.2523 ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมีจำนวน 370.8 ล้านคนหรือร้อยละ 8.5 ของประชากรทั้งหมด และคาดว่า ในปี พ.ศ. 2543 จะมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นประมาณ 590 ล้านคน หรือร้อยละ 9.6 ของประชากรทั้งหมด จากรายงานของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดลพบว่า เมื่อปี พ.ศ. 2533 ประเทศไทยมีผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 4 ล้านคน และจะเพิ่มขึ้นกว่า 2 เท่า เป็น 8.4 ล้านคนในปี พ.ศ. 2558 ร้อยละของการเพิ่มขึ้นของผู้สูงอายุไทยจากปี พ.ศ. 2533 ถึง พ.ศ. 2568 จะเพิ่มสูงขึ้นถึงร้อยละ 337 ซึ่งสูงเป็นอันดับ 4 ใน 30 ประเทศของโลก

สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาประเทศไทย หรือ TDRI (Thailand Development Research Institute) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับโครงสร้างทางอายุของประชากรในกรุงเทพมหานคร พบว่า ประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ในปี พ.ศ. 2528 มีจำนวน 129,000 คน และเพิ่มเป็น 162,000 คน ในปี พ.ศ. 2533 และคาดว่าในปี พ.ศ. 2534 จนถึงปี พ.ศ. 2543 นั้น จะมีผู้สูงอายุเพศชายในเขตกรุงเทพมหานคร ประมาณ 168,000 คน และ 268,000 คน ตามลำดับ ส่วนผู้สูงอายุเพศหญิงนั้น ในปี พ.ศ. 2528 มีจำนวน 167,000 คน และในปี พ.ศ. 2533 จะมีจำนวน 204,000 คน และเป็นที่คาดการณ์ว่าในปี พ.ศ. 2534 และ 2543 นั้น จะมีจำนวนผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร เพศหญิงประมาณ 211,000 คน และ 319,000 คน ตามลำดับ

จากปัญหาการเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของประชากรผู้สูงอายุและคาดว่าแนวโน้มของปัญหาจะทวีความรุนแรงมากขึ้น และการที่กรุงเทพมหานครเป็นเมืองใหญ่มีประชากรพักอาศัยอยู่อย่างหนาแน่น ทำให้กรุงเทพมหานครกลายเป็นจุดรวมของปัญหาสำคัญในทุกๆด้าน ซึ่งปัญหาเหล่านี้ล้วนมีความสัมพันธ์กันทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเศรษฐกิจ การจราจร ปัญหามลพิษ ปัญหาสภาพแวดล้อมต่างๆ ซึ่งส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิตของทุกคน โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ อยู่แล้ว เช่น การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายโดย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาค้นคว้าเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดลอกเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จะมีความเสื่อมถอยอย่างค่อยเป็นค่อยไป เกี่ยวกับ ความแข็งแรง การได้ยิน การมองเห็น เป็นต้น ส่วนการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ ผู้สูงอายุจะมีอาการ น้อยใจง่าย วิตกกังวล นอนไม่หลับ หลงลืม สมองเสื่อม แยกตัวเอง และปรับตัวลำบาก นอกจากนี้ ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม โดยมีการเปลี่ยนบทบาทจากผู้นำเป็นผู้ตาม จากผู้มีรายได้เลี้ยงครอบครัว กลายเป็นผู้อาศัย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ ล้วนเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดปัญหาในวัยสูงอายุได้ทั้งสิ้น

จากการศึกษาพบว่าปัญหาหลัก ๆ ที่ผู้สูงอายุไทยต้องเผชิญ ได้แก่

1. ปัญหาสุขภาพอนามัย ผู้สูงอายุทุกคนมีความเสื่อมลงทางกายภาพ และสรีรวิทยา ตลอดจนจิตใจ ซึ่งเป็นธรรมดา ความเสื่อมต่าง ๆ จะมากหรือน้อย จะช้าหรือเร็ว เป็นเรื่องของแต่ละคนซึ่งแตกต่างกันไป จากการศึกษาของสถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่าผู้สูงอายุ 40.9% มีสภาวะสุขภาพไม่ดี

2. ปัญหาในด้านเศรษฐกิจ – รายได้ ผู้สูงอายุโดยทั่วไปมีรายได้ลดลง โดยเฉพาะอาชีพส่วนใหญ่ของคนไทยเป็นเกษตรกร เมื่ออายุมากขึ้น เรี่ยวแรงลดลง รายได้จึงลดลง ส่วนที่ทำงานในโรงงาน หรือสถานประกอบการต่าง ๆ เมื่ออายุครบ 60 ปี ก็ต้องเกษียณอายุการทำงาน ทำให้ขาดรายได้ที่เคยได้ ดังนั้น ถ้าผู้สูงอายุมีทรัพย์สินเก็บออมเตรียมไว้มากก็จะมีปัญหาเรื่องการเงินเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ แต่ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไทยจะไม่มีเงินออม จึงเกิดปัญหาเรื่องรายได้ไม่พอเพียง

3. ปัญหาในด้านที่อยู่อาศัย และผู้ดูแลเมื่อถึงวัยชรา ซึ่งสภาพสังคมปัจจุบันของไทย กำลังปรับเปลี่ยนจากสังคมเกษตรกรรมเข้าสู่สังคมอุตสาหกรรม ผู้อยู่ในวัยแรงงานจำเป็นต้องออกจากบ้านทั้งชายและหญิง เพื่อทำงานในโรงงาน หรือสถานประกอบการ ละทิ้งเด็กไว้กับผู้สูงอายุที่บ้าน สภาพการเช่นนี้ถ้าผู้สูงอายุอยู่ในระยะแรก ๆ ของวัยสูงอายุ (60-75 ปี) ก็ดูจะไม่มีปัญหา เพราะผู้สูงอายุพอช่วยเหลือตัวเองได้เป็นส่วนใหญ่ จะมีปัญหาที่แต่เรื่องความเหงาเท่านั้นแต่เมื่อเข้าสู่วัยชราเป็นผู้สูงอายุระยะปลาย (75 + ปี) ผู้สูงอายุมักมีความพิการในบางส่วนของร่างกาย ทำให้เกิดปัญหาในการช่วยตนเองและช่วยครอบครัว ก่อให้เกิดความลำบากแก่การดำรงชีวิตของผู้สูงอายุค่อนข้างมาก (บรรลุ ศิริพานิช และ คณะ. 2539 : 2)

นอกจากนี้ ผลการศึกษาการจัดบริการสวัสดิการสังคมในชมรมผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร โดยพฤตินันท์ เหลืองไพบุลย์ (2530:87) พบว่า ผู้สูงอายุมีความต้องการบริการด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการสำรวจของสถาบันวิจัยสังคม พบว่า ผู้สูงอายุประสบกับปัญหาสุขภาพอนามัยทรุดโทรมอยู่ในลำดับต้น และเช่นเดียวกับแนวคิดของสุรกุล เชนอบรม (2529:5) ซึ่งมีแนวคิดว่าการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุที่สำคัญคือ ระบบอวัยวะและระบบการทำงานต่าง ๆ ของร่างกายจะเปลี่ยนไปสู่ภาวะเสื่อม ทำให้ผู้สูงอายุมีโรคประจำตัว หรือเป็นโรคที่รักษาให้หายได้ช้า อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดของ ศรีทับทิม พานิชพันธ์ (2525:29) ที่ว่าปัญหาสุขภาพอนามัยของคนสูงอายุจะแตกต่างไปจาก

ประชากรกลุ่มอื่น ทั้งทางด้านสุขภาพกายและทางจิตใจ ผู้สูงอายุจะมีสุขภาพอนามัยไม่สมบูรณ์ดังเดิม ระบบร่างกายจะเสื่อมโทรมลง ดังนั้น ผู้สูงอายุจึงเห็นว่าการบริการด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการมีความสำคัญต่อตนเองมาก ด้วยเหตุนี้จึงทำให้ผู้สูงอายุมีความต้องการบริการทางด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งเป็นผลต่อการตั้งคลินิกบริการสุขภาพผู้สูงอายุของศูนย์บริการสาธารณสุขในปัจจุบัน

เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงในหลาย ๆ ด้านโดยเฉพาะทางด้านร่างกายซึ่งมองเห็นได้ชัดเจนเมื่ออายุเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยความแข็งแรงของกล้ามเนื้อจะเริ่มถดถอยลง การสมดุลของกล้ามเนื้อเสียไปทำให้การประสานงานในการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ไม่สามารถทำได้ อย่างสะดวกเช่น มือและเท้าสั่น ทำงานฝีมือละเอียดไม่ได้ดังเคย ตา หู การสัมผัสเสื่อมผิวหนังเหี่ยวย่น และปัญหาอื่น ๆ อีกมากมาย ดังนั้นในการออกแบบพื้นที่ใช้งานสำหรับผู้สูงอายุซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีลักษณะเฉพาะอันเนื่องมาจากข้อจำกัดทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น จึงจำเป็นต้องตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุทั้งสามด้าน ได้แก่ ความต้องการด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม นอกจากนี้ แนวความคิดของการมีส่วนร่วมที่จะมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุได้เข้ามาให้บริการเสมือนเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน ที่ผู้สูงอายุได้เข้ามาดูแลและจัดการบริหารงานกันเอง การจัดพื้นที่ให้เป็นประโยชน์ทั้งต่อกิจกรรมภายในและภายนอกอาคารตามความต้องการของผู้สูงอายุ ตลอดจนการจัดองค์ประกอบต่างๆของอาคารและสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อผู้สูงอายุ จะเป็นการจูงใจให้ผู้สูงอายุได้มาร่วมกิจกรรมและพัฒนาตนเองด้วยความเต็มใจจากศูนย์ที่ให้บริการนั้นๆ

วิมลสิทธิ์ หรยางกูร (2535 : 27) กล่าวว่า เป็นหน้าที่ของนักออกแบบที่จะต้องจัดให้มีสภาวะแวดล้อมภายในที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตแตกต่างจากสภาวะแวดล้อมภายนอกซึ่งมักมีความแปรปรวนอยู่ตลอดเวลา พฤติกรรมมนุษย์จะเกิดขึ้นได้อย่างปกติหากมีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมที่สอดคล้องกับความต้องการทางชีวภาพ จากข้อความที่กล่าวมานี้ผู้วิจัยได้เห็นถึงความสำคัญของสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินกิจกรรมของผู้สูงอายุ เพราะ สภาพแวดล้อมทางกายภาพแม้จะไม่ใช่อำนาจกำหนดพฤติกรรมทางสังคม แต่สภาพแวดล้อมกายภาพมีส่วนในการส่งเสริมหรือขัดขวางพฤติกรรมทางสังคม ให้เกิดการกระทำระหว่างกันมากขึ้นหรือน้อยขึ้นอยู่กับลักษณะของสภาพแวดล้อมกายภาพด้วย (วิมลสิทธิ์. 2535 : 29)

กรุงเทพมหานครมีพื้นที่ในความรับผิดชอบ 1,565.2 ตารางกิโลเมตร มีประชากรทั้งหมดประมาณ 5,647,799 คน และเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไปเป็นจำนวน 182,238 คน สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบในการดูแลสุขภาพอนามัยของประชากรทุกกลุ่มอายุ ทั้งการให้บริการและเผยแพร่วิชาการด้านการรักษาพยาบาล พัฒนารูปแบบ บัองกันส่งเสริมฟื้นฟูสมรรถภาพ สำหรับการให้บริการในส่วนของผู้สูงอายุ นั้น ทางสำนักอนามัยได้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ดำเนินการมาตั้งแต่ปีแรกที่เริ่มศูนย์บริการสาธารณสุข 1 สะพานมอญ เมื่อปี พ.ศ. 2489 และได้ขยายศูนย์บริการสาธารณสุขจนมีจำนวน 60 แห่งในปัจจุบัน ลักษณะการให้บริการสำหรับผู้สูงอายุจะเป็นการให้บริการเสริมจากที่มีการให้บริการกับกลุ่มประชากรปกติ ซึ่งประกอบด้วย การตรวจรักษาโรค ส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันและฟื้นฟูสมรรถภาพ

การพัฒนาศูนย์ผู้สูงอายุเป็นการเฉพาะที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนั้น แบ่งได้เป็นสองระยะได้แก่ ระยะแรกในปี พ.ศ.2541 กรุงเทพมหานครได้จัดตั้งศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครเป็นศูนย์นำร่องที่ศูนย์บริการสาธารณสุขจำนวน 10 แห่ง ได้แก่ ศูนย์บริการสาธารณสุข 15, 19, 21, 23, 29, 33, 43, 48, 54 และ 61 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางในการให้ผู้สูงอายุได้มีสถานที่ในการรับคำปรึกษาแนะนำ แก้ไขปัญหาต่าง ๆ รวมทั้งเป็นศูนย์ประสานงานการให้ความช่วยเหลือ โดยส่งต่อผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกินขีดจำกัดในการแนะนำช่วยเหลือของเจ้าหน้าที่ไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง แต่การดำเนินการเพียง 10 แห่งไม่สามารถจะให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุได้ครอบคลุมพื้นที่กรุงเทพมหานครทั้งหมด ดังนั้น จึงได้มีการพัฒนาศูนย์ผู้สูงอายุ ระยะที่สองขึ้นในปี พ.ศ.2542 อีกทั้งเนื่องในโอกาสเป็นปีมหามงคลที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเจริญพระชนมพรรษาครบ 6 รอบ ทางสำนักอนามัยจึงได้จัดตั้งศูนย์ผู้สูงอายุ ณ ศูนย์บริการสาธารณสุขเพิ่มขึ้นอีก 50 แห่ง เพื่อให้ครอบคลุมพื้นที่ของกรุงเทพมหานครทั้งหมด รวมเป็นศูนย์ผู้สูงอายุทั้งหมด จำนวน 60 แห่ง และพร้อมกันนี้ได้จัดตั้งศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครระดับส่วนกลางขึ้นอีก 1 แห่ง ณ อาคารชั้น 1 ศาลาว่าการกรุงเทพมหานครด้านถนนดินสอ เพื่อเป็นศูนย์ข้อมูล ศูนย์วิชาการ ศูนย์ฝึกอบรมประสานงานกับองค์กรต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน และ ณ อาคารธรรมชาติ สวนลมพินิจอีก 1 แห่ง เพื่อเป็นสถานที่ให้ผู้สูงอายุได้รวมตัวประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น การออกกำลังกาย ฝึกซ้อมกีฬาเพื่อแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุประจำปี สวดมนต์ไหว้พระ ฝึกอาชีพ และกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ

การจัดองค์กรของศูนย์ผู้สูงอายุ ภายใต้สังกัดของสำนักอนามัย มีดังต่อไปนี้ ศูนย์ประสานงานสาธารณสุขแบ่งเป็น 6 เขต มีหน้าที่ประสานงานให้กับศูนย์บริการสาธารณสุขจำนวน 60 แห่ง และมีศูนย์ผู้สูงอายุ ตั้งอยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุขจำนวนทั้งหมด 60 แห่งเช่นเดียวกัน สำหรับชมรมผู้สูงอายุที่อยู่ในความดูแลรับผิดชอบของศูนย์บริการสาธารณสุข สำนักอนามัย มีจำนวนทั้งหมดประมาณ 116 ชมรม โดยเป็นชมรมผู้สูงอายุที่ตั้งอยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุขจำนวน 35 แห่ง ที่เหลือตั้งอยู่ภายในชุมชนใกล้บ้านของผู้สูงอายุ

สำหรับแนวทางในการพัฒนาศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานครนั้น มีอยู่ 3 รูปแบบ คือ การปรับปรุงพื้นที่ภายในอาคารศูนย์บริการสาธารณสุขที่มีอยู่เดิมพร้อมตกแต่ง การสร้างอาคารใหม่แยกออกมาจากศูนย์บริการสาธารณสุขพร้อมตกแต่ง และ การก่อสร้างเพิ่มเติมพร้อมตกแต่งจากแนวทางทั้งสามรูปแบบดังกล่าว ทำให้เกิดคำถามเกี่ยวกับหน้าที่การจ้างงานของพื้นที่ที่ได้รับ เอกสารเป็นเอกสารส่ง รนไว้สำหรับกรใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น เมื่ออนุญาตเห็น เปรียบจะเขียนต้นการคำ
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การออกแบบไว้แต่เดิมนั้น เมื่อนำมาปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเพื่อให้รองรับวัตถุประสงค์ของศูนย์ผู้สูงอายุใหม่ การเพิ่มหน่วยงานเข้ามา ย่อมทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ใช้สอยของพื้นที่ การเปลี่ยนแปลงประเภทและคุณลักษณะของผู้ใช้งาน การเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการจัดการพื้นที่และการแก้ปัญหาความเหมาะสมในการใช้สอยพื้นที่ตามลักษณะเฉพาะของผู้สูงอายุอย่างไรบ้าง อาทิเช่น ขนาดของพื้นที่ ความพอเพียงของพื้นที่ สภาพแวดล้อมในการใช้งานเหมาะสมกับผู้สูงอายุหรือไม่ เป็นต้น และสามารถใช้กระบวนการในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายในมาช่วยแก้ไขปัญหาและกำหนดเกณฑ์ในการออกแบบเชิงพื้นที่ของศูนย์ผู้สูงอายุเพื่อให้สามารถสนองตอบต่อปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างไรบ้าง เพื่อให้ศูนย์ผู้สูงอายุสามารถบรรลุได้ตามวัตถุประสงค์

จากการศึกษาในเบื้องต้น พบว่า กิจกรรมหลักของศูนย์จะมุ่งเน้นและครอบคลุมกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุเกี่ยวกับการออกกำลังกายและกิจกรรมด้านศาสนา ได้แก่ การสวดมนต์ ไหว้พระ นั่งสมาธิ กิจกรรมออกกำลังกายด้วยมือเปล่า รำมวยจีน ไทเก๊ก เต็กกิง เป็นประจำอย่างน้อยอาทิตย์ละหนึ่งวัน เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมและผู้สูงอายุจะเดินทางกลับบ้านทันทีเป็นส่วนใหญ่ นอกจากนี้ กิจกรรมออกกำลังกายโดยมีอุปกรณ์ออกกำลังกายที่ได้รับมาจากกรุงเทพมหานครนั้น จากการสังเกตพบว่า มีบางศูนย์ที่มีการติดตั้งและมีความพร้อมที่จะใช้งานได้ทันที ตามความต้องการของผู้สูงอายุที่ต้องการใช้งาน เนื่องจากอุปกรณ์เหล่านี้มีประโยชน์ในการฟื้นฟูสมรรถภาพสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหา แต่บางศูนย์มีการติดตั้งในตำแหน่งที่ไม่เหมาะสม หรือเก็บอยู่ในห้องเก็บของไม่พร้อมใช้งาน หรือ มีการกีดขวางในการเข้าใช้งาน ตลอดจนพื้นที่ไม่พอเพียงต่อการติดตั้งอุปกรณ์เหล่านั้น เช่นเดียวกับกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ ได้แก่ กีฬาปาล์ม ๕ ฟุต เฟลปบอร์ด เปตอง โบว์ลิ่งสนาม โยนห่วง และกีฬาเปตอง เป็นต้น ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นกีฬาที่ได้รับการยอมรับแล้วว่าเหมาะสมกับผู้สูงอายุ แต่ในหลาย ๆ ศูนย์ฯ ก็ไม่มีการเล่นกีฬาเหล่านี้เลย ยิ่งกว่านั้น บางศูนย์ฯ ก็ไม่มีการติดตั้งเครื่องเล่นกีฬาเหล่านี้ให้เห็นเลย ทั้งที่ผลการศึกษาวิจัยพบความต้องการต่าง ๆ ของผู้สูงอายุที่ศูนย์จะต้องให้บริการเพื่อตอบสนองแล้วก็ตาม ปัญหาต่าง ๆ เหล่านี้เกิดจากการให้บริการของศูนย์ผู้สูงอายุ ไม่สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุใช่หรือไม่ และการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับการใช้เวลาว่างของผู้สูงอายุ การจัดพื้นที่ให้เหมาะสมและเพียงพอกับกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการเป็นปัญหาในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายในหรือไม่ และสามารถแก้ปัญหาเหล่านี้ด้วยวิธีการทางสถาปัตยกรรมภายในได้อย่างไร

จากที่กล่าวมาในเบื้องต้นสามารถสรุปประเด็นปัญหาที่พบภายในศูนย์ผู้สูงอายุได้ดังนี้

1. ปัญหาเรื่องความปลอดภัยในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ
2. ปัญหาเรื่องอุปกรณ์ออกกำลังกายต่าง ๆ อยู่ในสภาพไม่พร้อมใช้งาน หรือติดตั้งอยู่ในตำแหน่งที่ไม่เหมาะสม

ในตำแหน่งที่ไม่เหมาะสม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. ปัญหาเรื่องวิธีการจัดพื้นที่ว่างภายในไม่สอดคล้องกับกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุ (กรณีศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน) ขึ้น เพื่อสนับสนุนและส่งเสริมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการภายในศูนย์ผู้สูงอายุ โดยคำนึงถึงความปลอดภัยและความเหมาะสมกับลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ และมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ยังคงมีสถานภาพและบทบาทในสังคมต่อไป ดำรงตนให้เป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติ สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างสง่า มีศักดิ์ศรี มีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่ดีและมีความสุขในบั้นปลายของชีวิต ให้สมกับคำว่า “แก่อย่างมีคุณค่า”

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาลักษณะทางกายภาพ ความต้องการกิจกรรม และพฤติกรรมการใช้งานของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ
2. ศึกษาทัศนคติของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ ที่มีต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุที่ทำการศึกษา
3. นำเสนอแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน

1.3 ขอบเขตของการวิจัย

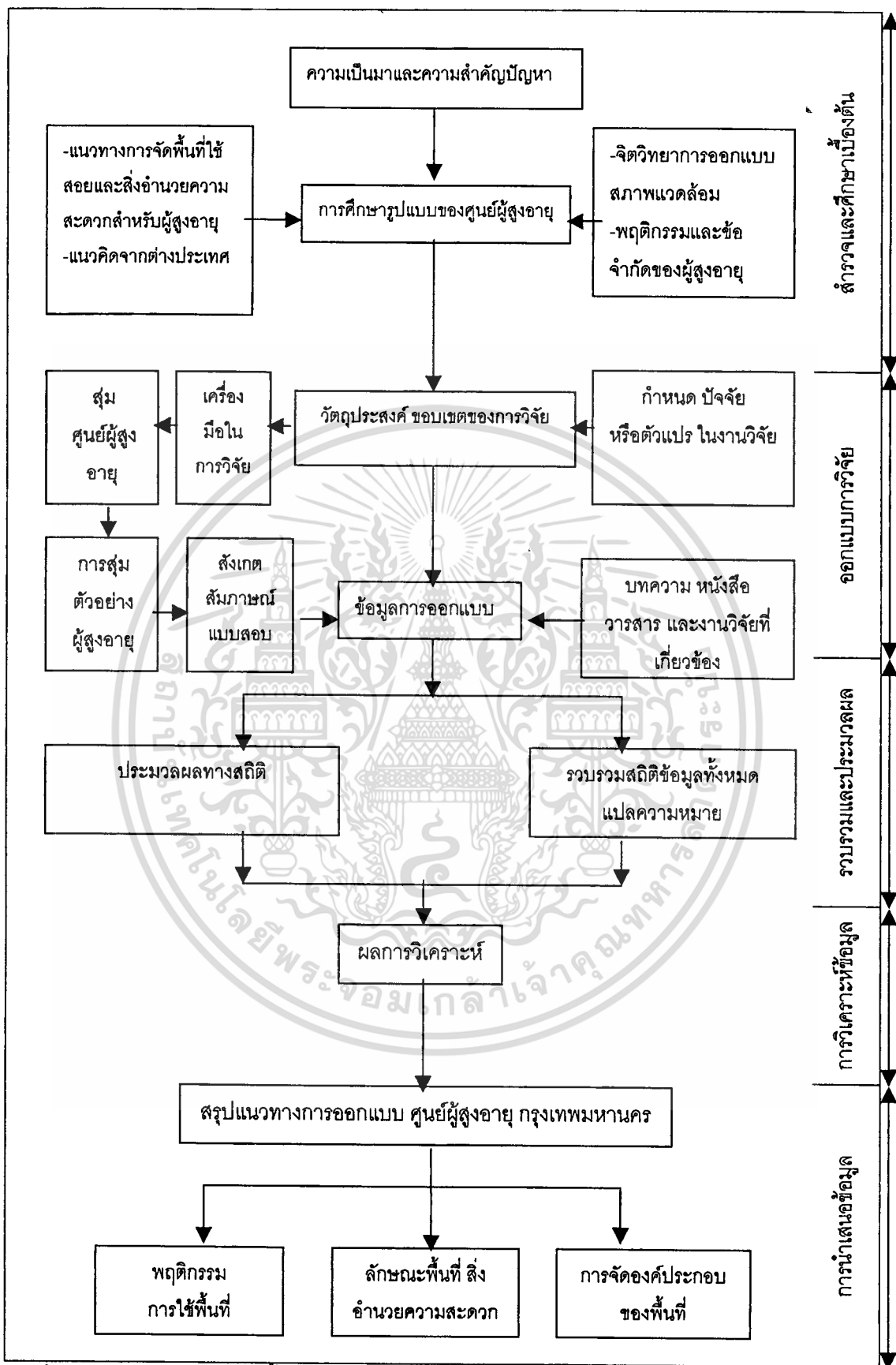
1. กำหนดให้ขอบเขตของกรณีศึกษาคือ ศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ในศูนย์บริการสาธารณสุขสังกัดสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน
2. กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยเป็นผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุที่ตั้งอยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข สำนักอนามัยกรุงเทพมหานคร ที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ และเจ้าหน้าที่ประจำศูนย์
3. ศึกษาศูนย์ผู้สูงอายุเฉพาะในส่วนพื้นที่กิจกรรมนันทนาการเท่านั้น
4. ศึกษาสภาพแวดล้อมภายในของส่วนกิจกรรมในอาคารและสภาพแวดล้อมภายนอกเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมนันทนาการของชมรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุ เท่านั้น
5. การศึกษาครั้งนี้ มุ่งเน้นการเสนอแนะเกณฑ์การออกแบบสำหรับผู้สูงอายุของกรุงเทพมหานคร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.4 วิธีและขั้นตอนการวิจัย

การดำเนินการวิจัยมีวิธีการและขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา รวบรวมข้อมูลจากเอกสารและจากแหล่งข้อมูลที่เป็นหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ
2. ดำเนินการออกแบบการวิจัยในเรื่องของการสุ่มตัวอย่างและสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล
3. สัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามด้วยวิธีการสังเกตการณ์ แบบสอบถามและสัมภาษณ์ผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่เพื่อให้ทราบถึงความต้องการและพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ทำการประมวลผลข้อมูลทางสถิติ ด้วยโปรแกรม SPSS
4. วิเคราะห์และแปลความหมายจากการประมวลผลข้อมูลทางสถิติตามสาระสำคัญที่กำหนดไว้ในวัตถุประสงค์ของการวิจัย
5. นำผลที่ได้เสนอเป็นตารางและกราฟตามความเหมาะสม โดยอาศัยหลักการแนวความคิด ทฤษฎีต่าง ๆ มาสนับสนุน และสรุปผลเพื่อเป็นข้อมูลในการเสนอแนะแนวทางการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายในสำหรับศูนย์ผู้สูงอายุ



รูปที่ 1.1 แสดงโครงร่างและขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

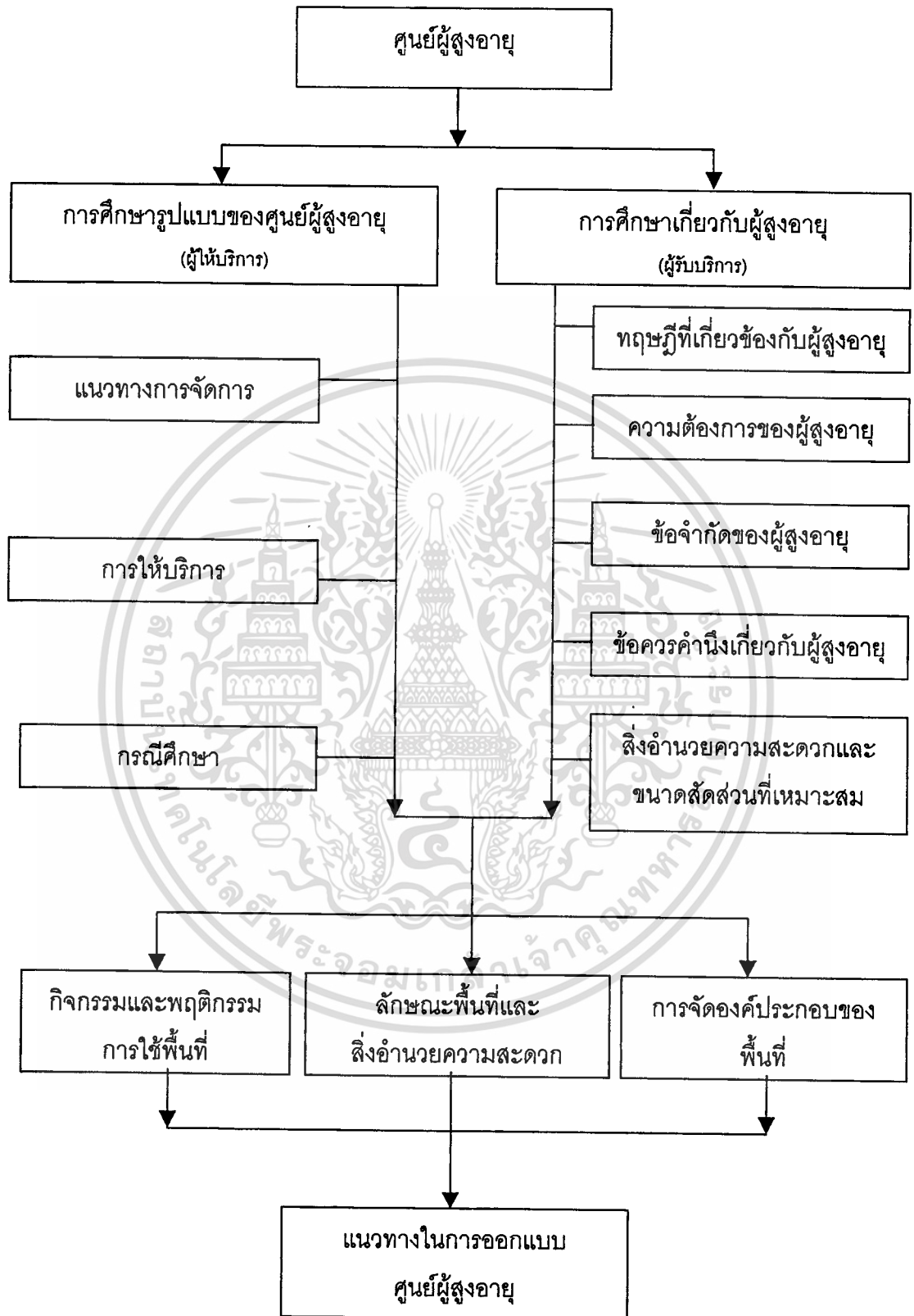
งานวิจัยนี้มุ่งศึกษาสภาพแวดล้อมและพื้นที่ที่เหมาะสมกับกิจกรรมต่าง ๆ ของผู้สูงอายุ ภายในศูนย์ผู้สูงอายุ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับมีดังนี้

1. เพื่อทราบถึงปัญหาการใช้งาน ความต้องการ และลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในศูนย์ผู้สูงอายุ
2. เพื่อประโยชน์ในการนำผลงานวิจัยไปเป็นแนวทางในการดำเนินงานเกี่ยวกับศูนย์ผู้สูงอายุ หรือนำไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงพื้นที่ศูนย์ผู้สูงอายุให้เหมาะสมและสอดคล้องกับลักษณะความต้องการอย่างแท้จริง
3. เพื่อให้หน่วยงานต่าง ๆ และผู้ที่สนใจใช้เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าและอ้างอิงเกี่ยวกับการดำเนินงานด้าน ศูนย์ผู้สูงอายุ หรือเป็นแนวทางในการดำเนินงานของชมรมผู้สูงอายุ

1.6 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ ที่ทำการศึกษา
2. ศูนย์ผู้สูงอายุ หมายถึง ศูนย์ผู้สูงอายุในสังกัดสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร เฉพาะเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน เป็นสถานที่ที่ให้บริการแก่ผู้สูงอายุในด้านต่างๆ ได้แก่บริการด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ ด้านการศึกษา ความมั่นคงทางรายได้ ด้านสังคมวัฒนธรรมและสวัสดิการสังคม
3. กิจกรรมหมายถึง งานที่กลุ่มบุคคลที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับศูนย์ผู้สูงอายุดำเนินการจัดขึ้นมาเพื่อให้ผู้สูงอายุได้ร่วมกระทำโดยกลุ่มบุคคลนั้นเป็นผู้นำในการทำกิจกรรมและมีผู้สูงอายุมาปฏิบัติในกิจกรรมนั้น ๆ
4. เกณฑ์การออกแบบ หมายถึง ข้อกำหนด แนวทาง หรือ ข้อพิจารณาในการออกแบบพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุ
5. สภาพแวดล้อมกายภาพ หมายถึง ลักษณะทางกายภาพที่อยู่ในพื้นที่กิจกรรมของผู้สูงอายุ เช่น วัสดุปูพื้น ผนัง เพดาน ช่องแสง เป็นต้น ที่มีผลต่อกิจกรรมของสมาชิกผู้สูงอายุ

กรอบแนวคิดในการดำเนินการวิจัย



รูปที่ 1.2 กรอบแนวคิดในการดำเนินการวิจัย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 2

ทฤษฎีและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเกี่ยวกับ"การศึกษาแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน" ผู้วิจัยได้ค้นคว้ารวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามลำดับหัวข้อดังต่อไปนี้

2.1 ปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์: ศึกษาปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ ตลอดจนลักษณะทางกายภาพและข้อจำกัดของผู้สูงอายุ ที่มีผลกระทบต่อการออกแบบ

2.2 รูปแบบกิจกรรมนันทนาการและการให้บริการของศูนย์ผู้สูงอายุที่มีผลกระทบต่อพื้นที่ใช้สอยและการออกแบบสิ่งแวดล้อมกายภาพ

วัตถุประสงค์: ศึกษารูปแบบกิจกรรมนันทนาการและการให้บริการของศูนย์ผู้สูงอายุ เพื่อกำหนดพื้นที่ใช้สอยจากพฤติกรรมและกิจกรรมต่างๆ และเป็นแนวทางการศึกษาพฤติกรรมเชิงจิตวิทยาและสังคมในการใช้พื้นที่ซึ่งมีผลกระทบต่อการออกแบบสิ่งแวดล้อมกายภาพ

2.3 แนวทางสำหรับการออกแบบพื้นที่ใช้สอย สิ่งอำนวยความสะดวก และการจัดองค์ประกอบของพื้นที่ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ

วัตถุประสงค์: เป็นการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้พื้นที่ ลักษณะพื้นที่องค์ประกอบ สิ่งอำนวยความสะดวก และการจัดองค์ประกอบของพื้นที่ตามความต้องการ และปัจจัยที่สอดคล้องกับลักษณะเฉพาะของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ เช่น พฤติกรรมการใช้พื้นที่สำหรับกิจกรรมในร่มหรือกิจกรรมภายในอาคาร พฤติกรรมการใช้พื้นที่สำหรับกิจกรรมกลางแจ้งหรือภายนอกอาคาร

2.4 สรุปแนวความคิดในการออกแบบศูนย์ผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์: เพื่อเป็นการสรุปทั้งปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ และแนวทางในการออกแบบที่ได้จากการศึกษาทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างกรอบความคิดและตัวแปรสำหรับการวิจัย

2.5 ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย

วัตถุประสงค์: เพื่อจำแนกตัวแปรสำหรับงานวิจัยนี้ ทั้งที่เป็นตัวแปรต้นหรือตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม เกี่ยวกับทัศนคติความพึงพอใจที่มีต่อพื้นที่สำหรับกิจกรรมต่าง ๆ ของศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร

2.1 ปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ

การศึกษาในหัวข้อนี้เป็นการรวบรวมปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อสรุปประเด็นปัญหาและความต้องการที่มีผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพ โดยกำหนดหัวข้อที่ทำการศึกษาคือ 4 ประเด็น คือ ความหมายของผู้สูงอายุ อายุกับกระบวนการสูงอายุ ปัญหาของผู้สูงอายุ และความต้องการของผู้สูงอายุ

2.1.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

ในการประเมินถึงความเป็นผู้สูงอายุนั้น โดยความจริงแล้ว จำเป็นต้องพิจารณาจากด้านร่างกายอันเนื่องมาจากความสูญเสียสมรรถภาพในการบำรุงรักษาสมดุลต่างๆ ทางชีวภาพของร่างกายของตนเอง (Lawton, 1980) อย่างไรก็ตาม ตัวแปรอื่นๆ ด้านสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม ประเพณีและทางสังคมอาจเป็นตัวเร่งให้การก้าวเข้าสู่สภาวะการเป็นผู้สูงอายุเป็นไปอย่างรวดเร็วกว่าความเป็นจริงก็ได้

มนุษย์เราเกิดมาจะมีขบวนการทำงานภายในร่างกายอยู่ 2 ประการ คือ กระบวนการเจริญเติบโต และกระบวนการเสื่อมโทรม กระบวนการทั้งสองนี้จะเกิดพร้อม ๆ กัน ในวัยทารกจนถึงวัยหนุ่มสาว กระบวนการเจริญเติบโตจะมีเหนือกระบวนการเสื่อมโทรม และเมื่อคนเราเจริญเติบโตมากขึ้น กระบวนการเสื่อมโทรมจะค่อย ๆ เพิ่มมากขึ้นจนอยู่เหนือกระบวนการเจริญเติบโต ดังนั้น คนในวัยสูงอายุร่างกายจึงเสื่อมลง (ธรรมรัตน์ ศุภรัตน์, 2533 : 15) อ้างจากพิศมัย พลายนาม (2539) การกำหนดว่าผู้ใดคือผู้สูงอายุนั้นมีเกณฑ์ที่ใช้ในการพิจารณาแตกต่างกันไปตามสภาพทางสังคมของผู้สูงอายุเหล่านั้น ได้มีผู้ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้แตกต่างกันเป็นจำนวนมาก ได้แก่

คำว่า "ผู้สูงอายุ" ถูกบัญญัติขึ้นครั้งแรกในประเทศไทย โดย พล.ต.ต.อรรถสิทธิ์ สิทธิสุนทร ในการประชุมระหว่างแพทย์อาวุโส และผู้สูงอายุ เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม 2505 จนเป็นที่เข้าใจ ยอมรับ และใช้กันแพร่หลายในปัจจุบัน (สุรกุล เจนอบรม, 2532 : 16)

ประเทศต่าง ๆ ในโลกรวมทั้งประเทศไทยได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุโดยใช้เกณฑ์ที่แตกต่างกันไปตามสภาพของสังคม สำหรับในสังคมไทยได้ให้ความหมายไว้หลากหลายดังนี้

ชมรมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ได้กำหนดลักษณะของผู้สูงอายุไว้ว่า เป็นผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป (กุลยา ตันติผลาชีวะ, 2525 : 2) คือใช้เวลาตามปฏิทินเป็นเกณฑ์ในการกำหนดผู้สูงอายุ เพราะเป็นเกณฑ์ที่กำหนดได้โดยสะดวก

คณะกรรมการการวิสามัญสดติการผู้สูงอายุ (2534 : 125) ได้ให้ความหมายของผู้สูงอายุคือบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีความเสื่อมตามวัย ความเจริญเติบโตของร่างกายลดลง ความต้านทานโรคลดลง

บริบูรณ์ พรพิบูลย์ (2535 : 12) ให้ความหมายของผู้สูงอายุไว้ว่า หมายถึง ผู้ที่มีความ
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปเผยแพร่
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เสื่อมโทรมของสังขารไปตามธรรมชาติ มีกำลังลดถอย เริ่มเซื่องช้าและเป็นผู้ที่ลูกหลานและสังคมควรจะให้การดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษ

กชกร สังขชาติ (2538 : 1) ให้ความหมายไว้ว่าเมื่อบุคคลมีอายุสูงขึ้นมีการเรียกบุคคลนั้นหลายอย่างดังนี้

1. เรียกตามอายุที่สูงขึ้นโดยที่ประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุจัดขึ้นโดยองค์การสหประชาชาติในปี พ.ศ. 2525 ได้กำหนดไว้เพื่อให้เป็นมาตรฐานว่าผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปเรียกว่า "ผู้สูงอายุ"

2. เรียกตามสภาวะทางชีววิทยาของร่างกาย ถ้าบุคคลนั้นมีลักษณะทางกายภาพที่แสดงถึงความแก่ชรา เช่น หนังเหี่ยว ผมหงอก หลังค่อมเป็นต้น เรียกว่า คนแก่ หรือคนชรา โดยทั่วไปผู้สูงอายุมักมีอาการแก่ชราด้วยแต่ก็มีอยู่ไม่น้อยที่สูงอายุโดยร่างกายยังไม่แก่ชราแต่มีลักษณะของคนชราเนื่องจากใช้ อายุเป็นเครื่องวัดจึงมีผู้เสนอให้ใช้คำว่า "ผู้สูงอายุ" แทน จะเป็นคำที่เหมาะสมกว่าใช้คำอื่น ซึ่งตามสถานภาพทางสังคม เรียกว่า "ผู้อาวุโส"

จากความหมายของผู้สูงอายุที่ได้กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีชีวิตอยู่ในช่วงวัยสุดท้ายของชีวิต เป็นวัยแห่งความเสื่อมถอยทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ หน้าที่การงาน และบทบาททางสังคมลดลง เป็นผู้ที่ต้องได้รับการช่วยเหลือ ดูแล อุปการะเพื่อให้มีความสุข อย่างไรก็ตามการให้ความหมายของผู้สูงอายุนั้นแตกต่างกันไปตามสังคม ดังนั้นเพื่อให้เป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วโลก ที่ประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุ จัดขึ้นโดยองค์การสหประชาชาติ เมื่อปี พ.ศ. 2525 ได้กำหนดให้ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปถือว่าเป็นผู้สูงอายุ โดยให้เป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วโลก สำหรับในประเทศไทยได้กำหนดให้ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุเช่นเดียวกัน

2.1.2 อายุกับกระบวนการสูงอายุ

Brody (1980) อ้างจาก สมจินต์ โฉมวัฒน์ชะชัย (2539 : 14) ได้แบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่มย่อย ดังนี้

1. ผู้สูงอายุวัยต้น อายุ 60-74 ปี
2. ผู้สูงอายุวัยกลาง อายุ 75-84 ปี
3. ผู้สูงอายุวัยปลาย อายุ 85 ปีขึ้นไป

นอกจากนี้ สลาวิตตรี ลิ้มชัยอรุณเรือง (2536 : 18) ซึ่งได้ศึกษาและสรุปลักษณะของผู้สูงอายุแต่ละวัยไว้ด้วยเช่นเดียวกัน แต่มีเกณฑ์ช่วงอายุที่แตกต่างออกไปเล็กน้อย ดังนี้

1. ผู้สูงอายุตอนต้น (อายุ 60-69 ปี) มีลักษณะดังนี้คือ มีภาวะสุขภาพกาย สุขภาพจิตค่อนข้างแข็งแรง กระฉับกระเฉง ยังมีความสามารถ มีความต้องการทำงาน และมีการติดต่อกับสัมพันธกับบุคคลอื่นค่อนข้างสูง ภาวะการเสื่อมถอยมีร่องรอยปรากฏอยู่บ้างเล็กน้อย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. ผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79) มีลักษณะดังนี้คือ มีภาวะสุขภาพจิตลดลง ความกระฉับกระเฉง ความสามารถ และความต้องการทำงาน การติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ลดลง แต่ภาวะความเสื่อมถอยมากขึ้น มีความต้องการพักผ่อนมากขึ้น

3. ผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80 ปีขึ้นไป) มีสิ่งที่ปรากฏชัดเจน คือ มีความเสื่อมถอยของร่างกายและจิตใจ มีความต้องการพักผ่อนตามลำพังมากกว่า มีการช่วยเหลือตัวเองได้น้อยลง และมีลักษณะอยู่กับที่มากกว่าเข้าหาสังคม

กระบวนการเปลี่ยนแปลงในด้านร่างกาย จิตใจและสังคมนั้น จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในแต่ละช่วงของกระบวนการชราภาพ โดยผู้สูงอายุจะประสบกับการแยกตัวของลูกหลานในช่วงวัยระหว่าง 50 – 60 ปี และในช่วงวัย 60 – 70 ปี จะประสบกับการสูญเสียทั้งทางด้านสังคมและร่างกาย อาทิเช่น การตายของเพื่อนสนิท คู่สมรส และการสูญเสียประสาทรับรู้บางด้าน เป็นต้น ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุในช่วงวัยนี้มีปัญหาในการปรับตัวทางด้านอารมณ์และสังคม ส่วนในช่วงวัยสุดท้าย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเผชิญกับการสูญเสียทางด้านร่างกาย ซึ่งได้แก่ระบบประสาทสั่งการ โรคภัยไข้เจ็บ และสมรรถภาพในการเคลื่อนไหว เป็นต้น ทำให้ผู้สูงอายุในวัยนี้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมน้อยลงและมีการช่วยเหลือตนเองน้อยลง จำเป็นต้องพึ่งพิงผู้อื่น และต้องการการดูแลด้านสุขภาพเป็นประเด็นสำคัญ ดังตารางข้างล่างนี้

ตารางที่ 2.1 แสดงความต่อเนื่องของการสูญเสียในผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย

อายุ (ปี)	50	60	70	80
สภาวะการสูญเสีย				
การแยกตัวของลูกหลาน	X			
การตายของเพื่อนฝูง		X		
การสูญเสียคู่สมรส		X		
ความเสื่อมถอยของประสาทสั่งการ				X
สูญเสียประสาทรับรู้		X		
ปัญหาความเจ็บป่วยและโรคชรา				X
การเคลื่อนไหวทางกายภาพลดลง				X

ที่มา: Leon A. Partalan, "Privacy as an Expression of Human Territoriality." In *Spatial Behavior of Older People*, edited by L Partalan and D. Carson. Ann Arbor: University of Michigan Press. 1970, p. 98.

จารุวรรณ เหมะธร และพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ (2527 : 67-69) พบว่าอายุมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสามารถทางหน้าที่ร่างกายของผู้สูงอายุ และความพึงพอใจในชีวิต (Edward and Klemmack. 1977 : 156)ของผู้สูงอายุ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สรุปได้ว่า ช่วงวัยของผู้สูงอายุที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม สามารถแบ่งได้เป็น 3 ช่วง ได้แก่ ผู้สูงอายุวัยต้น มีอายุตั้งแต่ 60 - 70 ปี ผู้สูงอายุวัยกลาง ตั้งแต่ อายุ 70 - 80 ปี และ ผู้สูงอายุวัยปลาย มีอายุ 80 ปี ขึ้นไป ซึ่งแต่ละช่วงวัยของผู้สูงอายุจะประสบกับปัญหาการเสื่อมและสูญเสียสมรรถภาพทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคม ยิ่งอายุเพิ่มมากขึ้น ความสามารถและการพึ่งพาช่วยเหลือตนเองก็จะลดน้อยลง จนจำเป็นต้องมีการปรับสภาพแวดล้อมเพื่อให้สามารถเื้ออำนวยการดำรงชีพของผู้สูงอายุและมีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ซึ่งในหัวข้อต่อไป จะศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัยว่าการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้างที่ก่อให้เกิดปัญหาในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ และส่งผลกระทบต่อแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพสำหรับผู้สูงอายุในแต่ละช่วงวัย

2.1.3 ปัญหาของผู้สูงอายุ

สรีระวิทยาของผู้สูงอายุเมื่ออย่างเข้าสู่วัยสูงอายุนั้น มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงสมรรถภาพทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์และจิตใจ อันส่งผลต่อหน้าที่และการโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นจึงจำเป็นต้องพิจารณาการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอันเนื่องมาจากการสูญเสียสมรรถภาพในการบำรุงรักษาสมดุลย์ต่างๆ ทางชีวะภาพของร่างกายของผู้สูงอายุด้วย (Lawton. 1980)

การศึกษาถึงสภาพปัญหาและข้อจำกัดอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุนั้น มีงานวิจัยจำนวนมากได้รวบรวมปัญหาของผู้สูงอายุไว้ โดยเฉพาะปัญหาอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุในแต่ละช่วงระดับอายุ ในที่นี้จะทำการเรียบเรียงศึกษาตามแนวทางที่ สรุทล เจนอบรม (2532 : 19-22) และ วัชระ ชำนาญฤทธิ์ (2540 : 16-21) ได้เสนอและสรุปลักษณะการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุที่ก่อให้เกิดปัญหาในผู้สูงอายุไว้ ซึ่งมีสาระสำคัญที่สามารถสรุปได้เป็น 3 ด้าน คือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physiological changes) การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยา (Psychological Aspects) และการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมวิทยา (Sociological Aspects) เพื่อเป็นแนวทางให้สามารถเข้าใจปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

2.1.3.1 ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย (Physiological changes) ของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุเป็นการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพที่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของลักษณะภายนอก เช่น เส้นผม จากสีดำเป็นสีขาว แขนงและรวง่งายเนื่องจากเนื้อเยื่อหนังศีรษะเหี่ยวยุ่น การไหลเวียนของโลหิตลดลง ผิวหนัง และเนื้อเยื่อขาดความตึงตัว เลือดมาเลี้ยงบริเวณผิวหนังน้อยลงทำให้ผิวหนังแห้งหยาบ เป็นต้น อย่างไรก็ตามผู้สูงอายุยังมีการเปลี่ยนแปลงที่ไม่สามารถมองเห็นได้จากภายนอก แต่มีผลกระทบต่อกรดำเนินชีวิตภายใต้สภาพแวดล้อมปกติทั่วไป โดยผู้สูงอายุจะต้องเผชิญกับ

ปัญหาอันเนื่องมาจากความเสื่อมสภาพทางกายภาพของตนเอง ทำให้มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตในสภาพแวดล้อมเก่าที่เคยอยู่มา ผู้สูงอายุจำเป็นต้องพึ่งพาสิ่งแวดล้อมทางกายภาพเพื่อให้สามารถดำเนินกิจกรรมต่างๆ ต่อไปได้ ซึ่งเป็นหน้าที่ของนักสถาปัตยกรรมภายในที่จะช่วยสร้างสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการทางกายภาพของผู้สูงอายุ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องศึกษาและทำความเข้าใจกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงและการเสื่อมสมรรถภาพทางร่างกายของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นกรอบความคิดและแนวทางในการออกแบบต่อไป

ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุสามารถจัดกลุ่มศึกษาสภาพของปัญหาได้เป็น 4 ประเด็นใหญ่ คือ ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทสัมผัสและการรับรู้ ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกสภาพแวดล้อมทางกายภาพรอบๆ ตัวของผู้สูงอายุ ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทส่วนกลางและการจดจำซึ่งจะเกี่ยวข้องกับความจำ การกำหนดทิศทาง พฤติกรรมการโต้ตอบกับสภาพแวดล้อม ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบกล้ามเนื้อและกระดูก จะเป็นการศึกษาปัญหาด้านการเคลื่อนไหว การทรงตัว และความรวดเร็วในการโต้ตอบกับสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ และสุดท้ายเป็นปัญหาจากโรคภัยไข้เจ็บของผู้สูงอายุ ซึ่งจะศึกษาเกี่ยวกับโรคที่ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงสูงที่จะเป็นและอาการของโรคมีผลอย่างไรต่อการดำเนินชีวิตในสภาพแวดล้อมของผู้ป่วยเหล่านี้

1) ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทสัมผัสและการรับรู้ (Sensory Processes and Perception)

ในการศึกษาเกี่ยวกับความเสื่อมสมรรถภาพของระบบประสาทสัมผัสและการรับรู้ในผู้สูงอายุนั้นเป็นสาระสำคัญอย่างยิ่งสำหรับนักออกแบบสถาปัตยกรรมภายในที่จะต้องคำนึงถึง ทั้งนี้เนื่องจากระบบประสาทที่มนุษย์ใช้ในการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมจะประกอบด้วยระบบประสาทสัมผัสและอวัยวะที่ใช้ในการรับรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว ทำให้สามารถที่จะโต้ตอบได้ด้วยพฤติกรรมที่เหมาะสม การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพของผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องมีความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับสภาพการเสื่อมถอยของระบบประสาทสัมผัสและการรับรู้ ซึ่งการถดถอยในกระบวนการรับรู้ข่าวสาร จะเริ่มตั้งแต่อายุ 65 ปีขึ้นไป โดยจะเริ่มมีการเสื่อมของระบบการรับฟังและการมองเห็น ดังที่ Carstens (1993 : 10-14) ได้จำแนกไว้ ดังต่อไปนี้

1. การมองเห็น (Vision) ระบบการมองเห็นของผู้สูงอายุจะเสื่อมลง มีการเสื่อมถอยของระบบการรับแสง สีที่มีโทนสว่าง เช่น สีเหลือง ประสาทตาของผู้สูงอายุจะสามารถรับได้ดี ส่วนสีที่มีโทนสีมืด เช่น สีม่วง น้ำเงิน ประสาทตาของผู้สูงอายุจะไม่สามารถรับแสงได้ดี ดังนั้นการออกแบบ โดยคำนึงถึงเรื่องสีดังกล่าวน่าจะเป็นการตอบสนองทางด้านสายตาของผู้สูงอายุได้ดี

2. การรับรู้มิติความลึก (Deep perception) ระบบความชัดเจนในการมองของผู้สูงอายุนี้นี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

อายุลดลงจึงมีความจำเป็นต้องเพิ่มในเรื่องของแสงสว่างเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นได้ง่าย

3. การได้ยิน (Hearing) ผู้สูงอายุจะมีการถดถอยของระบบการรับฟังเสียง ซึ่งเป็นสิ่งที่ใช้ในการสื่อสารที่สำคัญที่สุด ดังนั้นการเสื่อมถอยของระบบการได้ยินจึงเป็นสิ่งที่ต้องคำนึงถึง

4. การเสื่อมถอยของการสัมผัส การชิมรสชาต และการได้กลิ่น (Touch, Taste, Smell) ซึ่งส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

การเสื่อมถอยในเรื่องดังกล่าวเป็นสิ่งที่ควรทำความเข้าใจและนำมาเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมของผู้ออกแบบ ดังต่อไปนี้

ปัญหาการมองเห็น (Vision Problems) จะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน เมื่ออายุเกิน 60 ปีขึ้นไป เสก อักษรานุเคราะห์ (2539 : 486) ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุไว้ ดังนี้คือ ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงในเรื่องระบบรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ได้แก่ การมองเห็นซึ่งเกิดจากการสูญเสียความสามารถในการปรับความหนาและความโค้งของเลนส์เพื่อการมองวัตถุที่อยู่ใกล้ และโรคต้อกระจกซึ่งพบได้มากถึงร้อยละ 95 ของผู้สูงอายุ ที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป และการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวข้างต้นส่งผลต่อความสามารถในการมองของผู้สูงอายุดังต่อไปนี้ คือ

1. สูญเสียความคมชัดของการมองเห็น
2. ลานสายตาด้านข้างแคบลง
3. ความสามารถในการปรับสายตาในที่มืดลดลง

ผู้สูงอายุจะต้องการแสงสว่างในการมองมากขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับการมองเห็นของผู้สูงอายุนี้อาจจะเกี่ยวกับการรับรู้สีต่าง ๆ เนื่องจากเลนส์แก้วตาของผู้สูงอายุจะค่อย ๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลืองและจะกรองแสงสี ม่วง น้ำเงิน เขียว ซึ่งเป็นสีที่มีคลื่นสั้นออกไป จึงเป็นเหตุผลสำคัญที่อธิบายได้ว่าทำไมผู้สูงอายุจึงมองเห็นสีเหลือง ส้ม และแดงซึ่งเป็นสีที่มีความยาวคลื่นสูงได้ง่ายกว่าสีที่มีมืด ดังนั้นการสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมเพื่อส่งเสริมการมองเห็นของผู้สูงอายุจึงควรเน้นวัสดุ อุปกรณ์ ที่มีโทนสีเหลือง ส้ม แดง ให้มาก และมีโทนสีม่วง น้ำเงิน และเขียวให้น้อยลง (Atchely, 1988) นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังปรับสายตาให้เข้ากับปริมาณแสงที่สว่างหรือมืดได้ช้ากว่าคนในวัยหนุ่มสาว ดังนั้นการขับรถในเวลากลางคืนจึงไม่เหมาะกับผู้สูงอายุ

ปัญหาการได้ยิน (Hearing Problems) นับเป็นอีกปัญหาหนึ่งที่มีการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุ ความสามารถในการได้ยินเสียงสูงของผู้สูงอายุจะค่อย ๆ ลดลง (Moss, 1970 : 33-35) และจากการศึกษาของ Coros (1977) ได้อธิบายในทำนองเดียวกันว่า การสูญเสียในเรื่องของการได้ยินจะค่อย ๆ เริ่มขึ้นเมื่ออายุ 20 ปีขึ้นไป และจะมากขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น ยิ่งมีอายุเพิ่มมากขึ้น ความสามารถในการรับฟังระดับเสียงที่สูงก็จะลดลง จันทนา รณฤทธิ์ (2530 : 87-89) และวัชรระ ชำนาญฤทธิ์ (2540 : 20-21) ได้อธิบายว่า การเสื่อมสมรรถภาพของระบบประสาทหู ทำให้เริ่มมีการสูญเสียการได้ยินเมื่ออายุ 60 ปีขึ้นไป สาเหตุเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของประสาทรับ

เสียงในหูชั้นในทำให้การส่งกระแสประสาทของเสียงไปยังอวัยวะรับการได้ยินเสียไป ซึ่งตรงกับ การศึกษาของอัมพร โอตระกุล (2538:167-168) ที่ว่า การสูญเสียของระบบประสาทในการได้ยิน อันเนื่องมาจากประสาทคู่ที่ 8 เสื่อมลง เยื่อแก้วหูและอวัยวะในหูชั้นกลางแข็งตัวมากขึ้น ทำให้ผู้ สูงอายุหูตึง เวียนศีรษะง่าย และประสิทธิภาพในการได้ยินเสียงลดลง เสียงต่ำจะได้ยินได้ชัดเจน กว่า ทำให้ความสามารถในการแยกแยะเสียงและที่มาของเสียงเสื่อมลง อาการหูตึงจะพบมาก ในผู้ที่อายุ 65 ปีขึ้นไป เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุมีปัญหาในการติดต่อสื่อสาร

การได้ยินเสียงลดลงในผู้สูงอายุ เรียกว่า Presbycusis สืบเนื่องมาจากความผิดปกติ ของการรับฟังเสียง และเยื่อแก้วหูที่มีความยืดหยุ่นน้อยลง ทำให้ความไวของการรับฟังเสียงลดลง ช่วงความกว้างของเสียงรับฟังได้แคบลง และมีความผิดปกติในการแยกเสียงที่มีความซับซ้อน

นอกจากปัญหาการมองเห็นและปัญหาการได้ยินแล้ว ผลกระทบที่เป็นปัญหาอีก ประการหนึ่งของผู้สูงอายุ คือ เวลาของการตอบสนอง (Reaction Time) ซึ่งหมายถึง ช่วงเวลา ของการที่มีสิ่งรบกวนกระทบและเริ่มมีสนองตอบต่อสิ่งนั้น ในผู้สูงอายุจะต้องการเวลาในการตอบ สอนงต่อสิ่งรบกวนนานกว่าคนในวัยหนุ่มสาว เช่น เมื่อเดินจากที่สว่างเข้าไปยังที่มีมืดผู้สูงอายุจะต้องใช้ เวลานานกว่าสายตาจะปรับเข้ากับความมืดได้ ด้วยเหตุนี้การที่ผู้สูงอายุจะปฏิบัติภารกิจใด ๆ จึง ต้องใช้เวลาที่มากพอสมควร หรือแม้แต่การเรียนรู้ก็ต้องให้เวลานานพอสมควรในการที่จะให้ผู้สูง อายุเรียนรู้ในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แต่ทั้งนี้มิได้หมายความว่าผู้สูงอายุจะไม่สามารถเรียนรู้ได้

สรุป ปัญหาเนื่องจากการเสื่อมถอยของระบบประสาทรับความรู้สึกและการรับรู้ การ สูญเสียประสาทรับรู้ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับจำนวนอายุที่เพิ่มขึ้น ไม่ว่าจะเป็นด้านการมองเห็น การได้ยิน ชิมรส สัมผัส และการดมกลิ่น นักออกแบบสามารถออกแบบสิ่งแวดล้อมให้ตอบ สอนงหรือชดเชยต่อการเสื่อมของระบบประสาทรับรู้ดังกล่าวได้ด้วยสิ่งกระตุ้นการรับรู้แบบต่าง ๆ

2) ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทส่วนกลาง และการจดจำ (Central Nervous System and Cognitive Functions)

ความเสื่อมของระบบประสาทส่วนกลาง (Central Nervous System) จะเริ่มสูญเสีย และเห็นได้ชัดในคนอายุ 60 ปีขึ้นไป และผลจากความเสื่อมที่เพิ่มมากขึ้นนี้จะนำไปสู่โรคเรื้อรังใน สมอง ทำให้เกิดความสับสนงง ๆ เงิน ๆ ซึ่งเป็นอาการเริ่มต้นของการเจ็บป่วยทางกายในผู้สูงอายุ

จากการศึกษาของจันทนา รัตนฤทธิ์ (2530 : 87-89) และวัชรระ ชำนาญฤทธิ์ (2540 : 20-21) พบว่า ระบบประสาทและสมองของผู้สูงอายุจะมีจำนวนเซลล์ลดลง ความรู้สึกนึกคิดจะ ช้า สถิติปัญญาเสื่อมลง ความจำเสื่อม จำเรื่องในอดีตได้มากกว่าปัจจุบัน ประสิทธิภาพการสั่งงาน ของสมองต่ำ ส่วนทางด้านระดับสติปัญญา จากการศึกษานของสุรกุล เจนอบรม (2532 : 20) พบ ว่า ผู้สูงอายุจะมีความจำเสื่อม โดยเฉพาะความจำในเหตุการณ์ปัจจุบัน (Recent memory) แต่ ความจำในอดีต (Remote memory) จะไม่เสีย ระบบประสานงานระหว่างประสาทสัมผัสกับ เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ความคิดอ่านจะแข็งซ้ำ เป็นผลให้ดูเหมือนว่าผู้สูงอายุมีสติปัญญาเสื่อมถอย

เสก อักษรานูเคราะห์ (2539 : 486) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทอันเนื่องมาจากวัยที่เพิ่มมากขึ้นคือ ระบบประสาทสั่งการจะทำงานช้าลงและมีความบกพร่องในการรับรู้ตำแหน่งของร่างกายซึ่งจะมีผลเกี่ยวเนื่องต่อการเดินด้วย นอกจากนี้ยังพบว่าขบวนการรับส่งข้อมูลในสมองของผู้สูงอายุจะช้าลงทำให้คนสูงอายุสามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้ช้ากว่าคนหนุ่มสาว

อัมพร โอตระกูล (2538:167-168) กล่าวว่า ความจำของผู้สูงอายุจะเสื่อมลงโดยเฉพาะความจำในเหตุการณ์ปัจจุบัน ส่วนความจำในอดีตจะยังคงอยู่ ผู้สูงอายุสามารถจำเรื่องในอดีตได้ดี กว่าเรื่องในปัจจุบันมาก แต่ความสามารถในการเรียนรู้เรื่องใหม่ๆ ลดลง ประโยชน์จากความจำเหล่านี้ คือ การจัดสภาพแวดล้อมให้เหมือนกับอดีตของผู้สูงอายุ หรือการใช้วัตถุสิ่งของของผู้สูงอายุเองจะช่วยให้สภาพแวดล้อมนั้นเป็นที่คุ้นเคยและเตือนความทรงจำแก่ผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีความจำเสื่อม

ปัญหาและข้อจำกัดอันเนื่องมาจากความเสื่อมถอยของระบบประสาทส่วนกลางและหน้าที่การรับรู้ของผู้สูงอายุนั้น ถึงแม้ว่าหน้าที่การรับรู้ส่วนมากไม่ได้เปลี่ยนแปลงตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น และการถดถอยของระบบประสาทส่วนกลางของผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างช้าๆ ไม่ได้รุนแรงอะไรก็ตาม แต่สิ่งเหล่านี้ก็เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องนำมาคำนึงถึงด้วยเช่นกัน (Carstens.1993 : 10-14) ความสามารถในการคิด การจดจำ และระยะเวลาในการตอบสนองของผู้สูงอายุอาจลดลง ดังนั้นการสร้างสภาพแวดล้อมให้เตือนใจถึงอดีตจะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความคุ้นเคยและอบอุ่นปลอดภัย และการใช้สัญลักษณ์ต่างๆ ตลอดจนป้ายบอกทิศทาง เป็นการเตือนความจำในสภาพแวดล้อมจะมีส่วนช่วยเหลือผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านความจำเสื่อมได้มาก

3) ปัญหาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ (Muscular and Skeletal Systems)

ปัญหาจากความเสื่อมถอยของระบบกล้ามเนื้อและกระดูก จะสัมพันธ์กับความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความคล่องแคล่ว และการควบคุมการเคลื่อนไหวซึ่งจะลดลงตามอายุที่เพิ่มมากขึ้น ระบบโครงกระดูก (Skeleton) จะเสื่อมสภาพและฝ่ออ่อนลงเมื่ออายุ 45 ปี ขึ้นไป รอยต่อของกระดูกสันหลังจะหดลงมีความโค้งงอ ทำให้ความสูงลดลง เสก อักษรานูเคราะห์ (2539 : 486) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกไว้ว่า ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อซึ่งคงที่ในวัยกลางคนจะลดลงร้อยละ 20-30 ในผู้สูงอายุที่มีช่วงอายุระหว่าง 60-90 ปี และพบภาวะกระดูกบางและข้อเสื่อมมีเพิ่มมากขึ้นด้วย อีกทั้งหมอนรองกระดูกสันหลังมักจะฝ่อและแบนลงทำให้ผู้สูงอายุหลังโก่ง และระบบกล้ามเนื้อ มีความเสื่อมสภาพส่งผลให้ความคล่องตัวในการทำงานที่ต้องใช้กล้ามเนื้อลดลง (จันทนา รณฤทธิ์. 2530 : 87) (วัชระ ชำนาญฤทธิ์ 2540 : 20)

การเสื่อมถอยของระบบกล้ามเนื้อและกระดูกจะมีผลต่อท่าทางการเดิน (Walking gait) เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นิยมนำไปใช้ประโยชน์การค้าไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ของผู้สูงอายุ ทำเดินปกติของคนสูงอายุ จะแตกต่างจากคนในวัยอื่น ทั้งนี้เพื่อให้มีความมั่นคงมากที่สุด ซึ่งทำเดินจะมีลักษณะเด่นคือ ลักษณะการเดินจะช้า ความยาวของแต่ละก้าวสั้น ฐานการเดินกว้าง มีการเคลื่อนไหวของแขนขาน้อยลง แต่จังหวะก้าวเดินของผู้สูงอายุโดยรวมจะเป็นปกติ

การสั่นเทาของร่างกาย (Tremor) ในวัยสูงอายุเกิดขึ้นได้เสมอจนบางคนไม่สามารถใช้ระบบกล้ามเนื้อสำหรับการทำงานชิ้นเล็กๆ ที่ต้องการความละเอียดเป็นพิเศษได้ นอกจากนี้ การเสื่อมถอยของโครงสร้างกระดูก จะทำให้กระดูกของผู้สูงอายุมีความเปราะบาง มีความเสี่ยงสูงต่อการเกิดอุบัติเหตุ ซึ่งจะนำไปสู่การแตกหักของกระดูกได้ อีกทั้งผู้สูงอายุยังต้องใช้เวลาในการเชื่อมต่อกกระดูกนานกว่าคนในวัยปกติอีกด้วย (Carstens.1993 : 10-14) ซึ่งถ้าผู้สูงอายุได้รับอันตรายแม้จะไม่รุนแรงมากนักก็อาจทำให้กระดูกหักได้ และการสั่นสั่นก็เป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ และพบในผู้สูงอายุหญิงมากกว่าชาย ผลที่ตามมาหลังการสะดุดล้มคือ การบาดเจ็บเล็กน้อย เช่น ถลอก ฟกช้ำ จนถึงการบาดเจ็บอย่างรุนแรง เช่น กระดูกหักหรือบาดเจ็บศีรษะเป็นต้น ส่วนใหญ่แล้วการสั่นสั่นของผู้สูงอายุมักเกิดมาจากสาเหตุที่สามารถป้องกันได้ ซึ่งมีสาเหตุมาจาก 2 ปัจจัยหลัก คือ

1. ปัจจัยภายใน อันได้แก่การเสื่อมของระบบประสาทรับรู้ความรู้สึกต่าง ๆ ทั้งการมองเห็น การได้ยิน การรับรู้ตำแหน่ง การทรงตัว และโรคระบบกล้ามเนื้อกระดูก
2. ปัจจัยภายนอก ได้แก่ลักษณะการทำกิจกรรมและการเคลื่อนไหว มักมีการสั่นสั่นขณะมีการเคลื่อนไหวปกติ เช่น การเดินขึ้นลงบันได การเปลี่ยนอิริยาบถ และส่วนใหญ่มักเกิดจากการสะดุดมากกว่าการสั่นสั่น

ดังนั้น ปัญหาของผู้สูงอายุอันเนื่องมาจากการเสื่อมถอยของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ เป็นสิ่งที่นักออกแบบสถาปัตยกรรมภายในควรจะต้องตระหนักและมุ่งเน้นถึงความปลอดภัย ความมั่นคง และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุด้วย สิ่งต่างๆ เหล่านี้จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำมาเป็นข้อพิจารณาในการออกแบบสำหรับผู้สูงอายุ โดยมุ่งเน้นการลดสาเหตุอันเนื่องมาจากปัจจัยภายนอกด้วยการปรับสภาพบ้านหรือสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุให้มีแสงสว่างเพียงพอ ไม่มีแสงสะท้อนที่พื้นมากเกินไป ไม่มีของวางเกะกะที่พื้น และมีการเลือกวัสดุที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุเพื่อป้องกันปัญหาการสะดุดล้ม อีกทั้งควรมีสิ่งอำนวยความสะดวกต่อการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ เช่น เมื่อมีการเปลี่ยนระดับควรทำทางลาดหรือ มีราวจับและใช้บันไดที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เป็นต้น

4) ปัญหาจากโรคภัยไข้เจ็บ (Disease)

โรคภัยไข้เจ็บ มีผลต่อบทบาทและการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ อีกทั้งยังมีผลต่อการทำหน้าที่กิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุด้วย โรคที่มักเกิดกับผู้สูงอายุ และส่งผลกระทบต่อการทำงานของสูงอายุ มีดังนี้ คือ (Carstens.1993 : 10-14)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1. โรคข้ออักเสบ (Arthritis) เกิดจากภาวะการเดินมาก ส่งผลกระทบอย่างมากต่ออาการควบคุมและการเคลื่อนไหวในผู้สูงอายุ การพักผ่อนมากเกินไป หรือ รมั้ดระวังมากเกินไปอาจทำให้มีการบาดเจ็บเพิ่มขึ้น โรคปวดข้อในผู้สูงอายุ หรือ ข้อเสื่อม (Osteoarthritis) เกิดจากข้อเสื่อมตามวัยหรือข้อรับน้ำหนักมากเกินไป ทำให้กระดูกอ่อนตรงผิวข้อต่อสึกกร่อน และมีกระดูกงอกขรุขระ เวลาเคลื่อนไหวข้อจึงทำให้เกิดอาการขัดและปวด

2. โรคความดันโลหิต (Cardiopulmonary organs) หัวใจของผู้สูงอายุจะมีอัตราการเต้นช้า และผลลัพท์ต่ำ ความจุออกซิเจนในปอดน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุมีอาการเหนื่อยง่าย

3. โรคเกี่ยวกับไต (Kidney cells) เซลล์ของไตจะลดจำนวนเซลล์ลงทุกปี การเจ็บป่วยทางกายทำให้ผู้สูงอายุเกิดความทุกข์ใจ และไม่สะดวกสบายในการบังคับตนเอง เพื่อการสมาคม

เสก อักษรานุเคราะห์ (2539 : 486)กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงของระบบทางเดินปัสสาวะ เกิดภาวะกลั้นปัสสาวะไม่ได้ ซึ่งมีสาเหตุมาจากความเสื่อมของระบบต่าง ๆ หรือสาเหตุของโรคบางโรค เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุต้องเข้าห้องน้ำบ่อย

สุลี ทองวิเชียร และพิมพ์พรรณ ศิลปสุวรรณ (2532 : ข) ได้ทำการวิจัยเรื่องการดูแลตนเองของผู้สูงอายุในเขตชุมชนกรุงเทพมหานครซึ่งได้ผลสอดคล้องกันคือ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่องสายตา หู เหงือกและฟัน ผู้สูงอายุน้อยละ 48 มีโรคประจำตัว และโรคที่พบมากที่สุดคือ โรคหัวใจและหลอดเลือด

สรุปได้ว่า โรคภัยไข้เจ็บที่มักเกิดกับผู้สูงอายุนั้นส่งผลให้สมรรถภาพทางกายของผู้สูงอายุลดลงด้วยเช่นกัน ส่วนใหญ่แล้วจะเกี่ยวเนื่องกับสมรรถภาพในการเคลื่อนไหวและการประกอบกิจกรรมประจำวัน การเสื่อมสภาพของกระดูกอันเนื่องมาจากการเสื่อมของข้อกระดูกจะมีผลต่อท่าทางการเดินของผู้สูงอายุ ทำให้ต้องคำนึงถึงการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ส่วนการเสื่อมของระบบทางเดินปัสสาวะทำให้การใช้ห้องน้ำเป็นปัญหาของผู้สูงอายุทั้งในแง่ของ ระยะทาง และอุปกรณ์ช่วยเหลือในห้องน้ำ เช่น ราวจับ เป็นต้น

2.1.3.2 ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยา (Psychological Aspects)

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยาของผู้สูงอายุ จะเป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านลบเป็นส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุจะต้องเผชิญกับการสูญเสียด้านต่างๆ นอกเหนือจากการสูญเสียสมรรถภาพทางร่างกายดังได้กล่าวมาแล้ว จากผลการศึกษาของ The United Charities of Chicago ซึ่งเป็นองค์การสังคมสงเคราะห์แบบเฉพาะราย ได้เสนอลักษณะปัญหาของผู้สูงอายุไว้ดังนี้

1. ปัญหาในการปรับตัวของผู้สูงอายุและปัญหาเกี่ยวกับสัมพันธภาพภายในครอบครัว ซึ่งปัญหาที่พบมาก คือ ปัญหาช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวที่เป็นวัยรุ่น เนื่อง

จากเด็กหรือวัยรุ่นมักไม่เข้าใจในเรื่องความสูงอายุว่ามีลักษณะเช่นใด จึงเป็นเหตุผลหนึ่งที่มีผลกระทบต่อความรู้สึกไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ให้เกิดความขัดแย้งกันขึ้น

2. ปัญหาการเจ็บป่วยทางกายและการบำบัดรักษา ซึ่งผู้สูงอายุมักประสบกับการเจ็บป่วยด้วยโรคต่างๆ มากมาย อาทิเช่น โรคกระดูก โรคไขข้อ โรคหัวใจ โรคความดัน และโรคเบาหวาน เป็นต้น ซึ่งโรคต่าง ๆ เหล่านี้เป็นสาเหตุให้ผู้สูงอายุเกิดความกังวลใจและมักส่งผลกระทบต่อภาวะทางอารมณ์ของผู้สูงอายุเองด้วย

3. ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ และรายได้ที่ลดลงเป็นอีกสาเหตุหนึ่งซึ่งมักส่งผลให้ผู้สูงอายุเกิดภาวะกดดันทางอารมณ์เช่นกัน

นอกจากนี้ สุรกุล เจนอบรม (2532 : 19-22) ได้สรุปสภาวะการสูญเสียในด้านต่างๆ ที่เกิดกับผู้สูงอายุ ได้แก่

1. การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ทั้งนี้เพราะมีเพื่อนฝูง บุคคลที่เป็นญาติสนิทตายจาก
2. คู่ชีวิตตายจาก ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกถูกพรากจากบุคคลอันเป็นที่รัก ก่อให้เกิดความเศร้าใจได้ง่าย
3. การสูญเสียสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ เนื่องจากวัยอันควรที่จะต้องออกจากการทำงาน
4. การสูญเสียสัมพันธภาพในครอบครัว
5. การสูญเสียสมรรถภาพทางเพศ ในชายสูงอายุที่มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง จะยังมีความต้องการทางเพศถึงแม้จะมีวัยถึง 90 ปีก็ตาม แต่เพศสัมพันธ์ในวัยสูงอายุจะถูกมองว่าเป็นเรื่องที่ไม่เหมาะสม ซึ่งส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุได้เช่นกัน

พานัน บุญหลง (2523 : 7) อ้างจาก สมจินต์ โฉมวัฒนะชัย (2539 : 44) ได้กล่าวสรุปไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสังคมของผู้สูงอายุ เช่น กำลังที่ถดถอย การต้องจากงานประจำที่เคยทำ การเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิต การลดลงของกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกสูญเสียฐานะและบทบาทไป ซึ่งอาจเป็นเหตุให้บางคนไม่สามารถปรับตัวได้ มีปมด้อย ผิดหวัง หงุดหงิด วิตกกังวล มีอาการเศร้าหมอง กลัวถูกทอดทิ้ง ขาดความมั่นใจในตัวเอง คิดว่าตนเองหมดคุณค่า และเกิดความสงสารตัวเอง

นอกจากนี้ ผู้ที่ต้องสูญเสียคู่ชีวิต หรือเพื่อนสนิท อาจเป็นสาเหตุให้เกิดความรู้สึกอ้างว้างเปล่าเปลี่ยว เบอห์นไฮต์ (Burnside. 1977 : 56-59) ได้จำแนกอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุว่าประกอบด้วยความวิตกกังวล ความเศร้าโศก รู้สึกโดดเดี่ยว หวาดระแวง ซึ่งมีสาเหตุมาจากการเสื่อมของประสาทรับรู้ และการสูญเสียสิ่งต่าง ๆ เฟรดคลาวน์ (Fred Clough. 1979 : 5-19) ได้ให้ทัศนะที่คล้ายคลึงกันว่า ผู้สูงอายุจะมีความเศร้าโศกอันเนื่องมาจากการสูญเสีย และผู้สูงอายุจำนวน 1 ใน 3 จะมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ตามลำพัง

จะเห็นได้ว่าการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ และอารมณ์ของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับ เอกสารนี้เป็นเอกสารสงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นับญาติที่นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การเสื่อมสภาพทางร่างกาย ถ้าผู้สูงอายุไม่สามารถปรับสภาพจิตใจให้รับกับความเสื่อมสภาพของร่างกายได้ อาจทำให้เกิดความผิดปกติทางจิตขึ้น

2.1.3.3 ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมวิทยา (Sociological Aspects)

ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมมีส่วนเกี่ยวข้องกับสาเหตุของปัญหาทางกายภาพและทางจิตของผู้สูงอายุดังที่ได้กล่าวมาแล้ว การเปลี่ยนแปลงทางสังคมไทยที่ออกไปทางตะวันตกมากขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุ และการเปลี่ยนแปลงบทบาทมาเป็นผู้อาศัยในครอบครัว ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองหมดความสำคัญ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวมีผลทำให้เกิดความไม่มั่นคงทางจิตใจในผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เกิดความรู้สึกว่าเหว่ หมดหวังท้อแท้ในชีวิต ซึมเศร้าและวิตกกังวลประกอบกับมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในด้านต่าง ๆ และยิ่งพบว่าตนเองมีความจำไม่ดี มีการได้ยินไม่ชัดเจนยิ่งทำให้อารมณ์หวนไหว่มากยิ่งขึ้น จนทำให้ผู้สูงอายุบางคนที่ปรับตัวไม่ได้ เกิดอาการทางสุขภาพจิตในระยะนี้ ผู้สูงอายุจะรู้สึกสูญเสียสถานภาพและบทบาททางสังคมไป เช่น มีการเปลี่ยนแปลงหน้าที่การงาน มีการสูญเสียบทบาทในการเป็นผู้นำครอบครัวจากที่เคยเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัวกลายเป็นผู้พึ่งพาอาศัย ผลจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมทำให้ผู้สูงอายุประสบกับปัญหาเรื่องความว้าเหว่ เพราะถูกทอดทิ้ง รู้สึกว่าตนเองหมดความหมายเนื่องจากสูญเสียบทบาทหรือสถานภาพต่างๆไป

Carstens (1993 : 13-14) ได้เสนอปัญหาและข้อจำกัดผู้สูงอายุจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมและจิตวิทยา ในฐานะแนวความคิดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ต่างๆทางสังคม (Social and Functional Roles) ไว้ดังนี้คือ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมซึ่งเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ การเปลี่ยนแปลงในบทบาทหน้าที่จะมีผลกระทบในทางลบต่อความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยของผู้สูงอายุ การควบคุมการดำรงชีวิต ความเชื่อมั่นลดลง และมีส่วนร่วมในสังคมลดน้อยลงไปเรื่อยๆ นอกจากนี้ยังมีผลกระทบกับความมั่นคงทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ อีกทั้งยังเป็นการลดทอนการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุอีกด้วย

การเปลี่ยนแปลง 3 ประเด็นหลักที่มักเกิดขึ้นในช่วงอายุของการเป็นผู้สูงอายุ คือ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัวและบทบาทด้านการทำงาน การเปลี่ยนแปลงรายได้ที่ลดลง และการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ลดลง ดังมีรายละเอียดดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงด้านบทบาทการทำงานและโครงสร้างครอบครัว (Family Structure and Work Roles) โครงสร้างครอบครัวและบทบาทการทำงาน ในปัจจุบัน ลูก ๆ ซึ่งเป็นสมาชิกในครอบครัวจะเริ่มแยกตัวออกไปจากครอบครัวเมื่อพ่อแม่อยู่ในวัยประมาณ 55 ปี และเมื่ออายุประมาณ 65 ปีขึ้นไป จะมีการสูญเสียเพื่อน ญาติๆ และคู่ครอง และมีการออกจากงานทำให้รู้สึกสูญเสียบทบาทการทำงานพร้อมกับสถานะความเป็นเพื่อนไป การออกจากงานอาจจะปรับตัวเอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ยากสำหรับคนที่มุ่งมั่นกับภาระงานมาก การมีชีวิตต่อไป หรือการติดต่อกับสังคมใหม่จะกลายเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับผู้สูงอายุ (Lawton : 1980)

2. การเปลี่ยนแปลงด้านรายได้ (Incomes) สาเหตุเนื่องมาจากการเกษียณออกจากงาน ทำให้ผู้สูงอายุสูญเสียรายได้ การเก็บออมส่วนตัวมักจะไม่เพียงพอ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ พบว่าพวกเขาไม่สามารถจ่ายค่าซ่อมแซมบ้าน ค่าภาษี หรือ ค่าใช้จ่ายสำหรับกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจหรืออุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ได้

3. การเคลื่อนย้ายสถานที่และอาณาบริเวณแห่งกิจกรรม (Mobility and Sphere of Activity) เนื่องจากสาเหตุการถดถอยด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ ทำให้การเคลื่อนที่ (Mobilization) และบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุเปลี่ยนไป เป็นเหตุให้ขอบเขตของกิจกรรมส่วนบุคคลลดลง ผู้สูงอายุจะรู้สึกยากลำบากในการออกนอกที่อยู่อาศัยไปสู่ชุมชนที่อยู่ภายนอก และมีการเดินทางสู่ศูนย์กลางเมือง ห้างสรรพสินค้า และการทำกิจกรรมประจำวัน ในอัตราค่อนข้างต่ำและอยู่ใกล้บ้าน ข้อจำกัดนี้เกิดจากการขาดโอกาสในการสร้างบทบาทที่มีคุณค่าในสังคม

วัชระ ชำนาญฤทธิ (2540) ได้แสดงปัญหาที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมของผู้สูงอายุและก่อให้เกิดปัญหาแก่ผู้สูงอายุในทำนองเดียวกันไว้ ดังนี้

1. ปัญหาภาวะการขาดคู่ครอง โดยฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเสียชีวิตก่อน
2. ปัญหาการเปลี่ยนแปลงบทบาททางสังคม เช่น การเกษียณอายุการทำงาน
3. ปัญหาเรื่องการเดินทาง
4. ปัญหาการขาดความสัมพันธ์กับหมู่คณะที่เคยมี
5. ปัญหาเรื่องการเงิน
6. ปัญหาเรื่องความโดดเดี่ยว

และสรุปเพิ่มเติมอีกว่า ตัวแปรด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม อาทิเช่น การเกษียณงาน (Retirement) การขาดการออกกำลังกาย (lack of exercise) และการขาดการบำรุงรักษาร่างกาย ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้อาจเป็นตัวช่วยเร่งให้กระบวนการชราภาพเกิดเร็วยิ่งขึ้น และผลการวิจัยของ A Designing the Open Nursing Home ของ Koncelik (1976 : 14) พบว่า สาเหตุการตายของผู้สูงอายุที่สำคัญที่สุดคือ การย้ายจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง อาจเป็นผลมาจากการสูญเสียความต้องการการเข้าร่วมทางสังคมและการที่ต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมทางกายภาพใหม่ ๆ

ในการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ มาร์ศรี นุชแสงพลี (2532 : 30-31) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุ คือ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ รายได้ การมีงานทำ การมีรายได้ที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้ผู้สูงอายุเกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิต จะเห็นได้ว่าสภาพเศรษฐกิจมีความสำคัญต่อสภาพจิตใจหรือความรู้สึกของผู้สูงอายุและเป็นปัญหาที่สำคัญปัญหาหนึ่ง

สรุป ปัญหาของผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงวัย สามารถแบ่งได้เป็น 3 ประการ ได้แก่

ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย ได้แก่ การเสื่อมถอยของระบบประสาทสัมผัสและการรับรู้ การเสื่อมถอยของระบบประสาทส่วนกลางและการจดจำ การเสื่อมถอยของระบบกระดูกกล้ามเนื้อ และโรคภัยไข้เจ็บ

ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ มีความสัมพันธ์กับการเสื่อมสภาพทางร่างกาย ถ้าผู้สูงอายุไม่สามารถปรับสภาพจิตใจให้รับกับความเสื่อมสภาพของร่างกายได้ อาจทำให้เกิดความผิดปกติทางจิตขึ้น

ปัญหาเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม ได้แก่ การสูญเสียด้านโครงสร้างครอบครัว และบทบาทผู้นำครอบครัว การสูญเสียด้านรายได้ และการสูญเสียการเคลื่อนย้ายและอาณาบริเวณกิจกรรม

2.1.4 ความต้องการของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาลักษณะปัญหาที่เกิดจากการสูญเสียในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุและก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุสามารถสรุปได้ 3 ด้าน คือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยา และการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม ดังได้กล่าวมาแล้วนั้น จะส่งผลกระทบต่อความต้องการของผู้สูงอายุโดยตรงทั้งสามด้านเช่นเดียวกัน และจากปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทำให้ผู้สูงอายุมีความต้องการที่จะรักษาหรือคงสภาพเดิมไว้ไม่ให้เกิดการสูญเสีย หรือยืดการสูญเสียทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคมออกไปให้นานที่สุดเท่าที่จะทำได้

การศึกษาของ ณัฐไทย ตันติสุข (2524 : 3) อ้างจาก สมจินต์ โคมวิฒนะชัย (2539 :22) ได้สรุปความต้องการของผู้สูงอายุที่จำเป็นต่อชีวิตไว้ 3 ประเภท คือ

1. ความต้องการทางกาย คือ นอกเหนือจากปัจจัย 4 อันได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค แล้วผู้สูงอายุยังต้องการการดูแลสุขภาพอนามัยเพื่อชะลอระยะของการเสื่อมและถดถอยสมรรถภาพทางกายที่เกิดขึ้นออกไปให้นานที่สุด

2. ความต้องการด้านจิตใจ ผู้สูงอายุต้องการความรัก ความมั่นคงทางจิตใจ การยอมรับของสมาชิกในครอบครัวหรือของกลุ่ม และความสำเร็จในการทำงานในบั้นปลายชีวิต

3. ความต้องการทางสังคม ได้แก่ การให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ ความเป็นเจ้าของความเคารพยกย่องนับถือจากผู้อื่น

กุลยา ตันติผลาชีวะ (2525 : 42-43) กล่าวถึงความต้องการของผู้สูงอายุโดยยึดแนวของเคลิร์ก (Clark) ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุมีความต้องการครอบคลุมในสิ่งต่อไปนี้

1. ต้องการให้ตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม
2. ต้องการมีส่วนร่วมหรือเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. ต้องการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ หรือเกิดความพึงพอใจทุกวิถีทาง
4. ต้องการเข้าร่วมสนุกกับเพื่อนตามปกติ
5. ต้องการการยอมรับนับถือ
6. ต้องการแสดงออกในผลสำเร็จของตนเอง
7. ต้องการการดูแลและป้องกันสุขภาพที่ดี
8. ต้องการการดูแลทางด้านจิตใจที่ดี
9. ต้องการครอบครัวที่อบอุ่น
10. ต้องการความสงบทางจิตใจ

สุพัทธรา สุภาพ (2526 : 35) อ้างจาก สมจินต์ โฉมวัฒนะชัย (2539 :23) กล่าวว่า iver ความต้องการของผู้สูงอายุแบ่งออกเป็น 2 ประการ ในลักษณะเชิงรูปธรรม ได้แก่

1. ความต้องการด้านเศรษฐกิจ คือ ความต้องการได้รับความช่วยเหลือทางการเงิน เช่น ลูกหลานหรือเครือญาติ อาจให้เลี้ยงดูตามอัธยาศัย
2. ความต้องการในด้านที่อยู่อาศัยโดยให้ผู้สูงอายุได้มีที่พักพิง เช่น อาศัยในบ้านของตนเองหรือลูกหลาน ญาติพี่น้อง หรือในสถานสงเคราะห์

และสมพร เทพสิทธา (2529 : 59-60) อ้างจาก สมจินต์ โฉมวัฒนะชัย (2539 :23) ได้สรุปความต้องการของผู้สูงอายุไว้เพิ่มเติมว่า สิ่งที่คุณสูงอายุต้องการนอกเหนือจากที่อยู่อาศัยแล้ว ผู้สูงอายวยังต้องการมีสุขภาพอนามัยที่ดี มีการนันทนาการที่ดี

James Williamson และคณะ อ้างจาก (ณฤดี โตตาบ. 2534) ได้ทำการศึกษาวิจัยในเรื่องความต้องการขั้นพื้นฐานของผู้สูงอายุในประเทศต่างๆ และได้สรุปถึงความต้องการของผู้สูงอายุไว้ดังนี้

1. ความต้องการที่จะมีชีวิตอยู่ให้ยืนยาวที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ โดยไม่ปรารถนาที่จะพบกับความทุกข์ทรมาน ปัญหาต่างๆ หรือความขาดแคลนต่างๆ ในการดำรงชีวิต หรือต้องการที่จะมีชีวิตอยู่จนกว่าความตายจะเข้ามาถึง
2. ความต้องการที่จะได้รับการพักผ่อนในสภาพที่ดีกว่า และเป็นเวลามากขึ้นกว่าเดิม โดยถอนตัวเองออกจากสภาพการทำงานที่ซ้ำซากจำเจ และสภาพความเหนื่อยอ่อนของร่างกาย
3. ความต้องการที่จะรักษาหรือคงไว้ซึ่งความภาคภูมิใจต่างๆ ที่ตนเคยได้รับการยอมรับจากครอบครัวและสังคม หรือสิ่งอื่นๆ ที่ตนเองเคยมีอยู่ในขณะที่อยู่ในช่วงกลางของชีวิต เช่น การมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ความชำนาญต่างๆ ความเป็นเจ้าของสิทธิและอำนาจหรืออิทธิพลต่างๆ ที่ตนเคยมีหรือเคยได้รับ
4. ความต้องการที่จะคงอยู่ในการได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตแทนที่จะมีบทบาทเป็นเพียงผู้ปฏิบัติตาม หรือมีบทบาทเป็นผู้ให้คำปรึกษาแนะนำเท่านั้น การมีโอกาสได้เข้าร่วม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แสดงความคิดเห็น และเข้าร่วมทำกิจกรรมที่น่าสนใจในกลุ่มจะเป็นสิ่งที่ช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเกิดความพึงพอใจ ภาคภูมิใจในตนเอง และสามารถแสดงความคิดเห็นต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

5. ความต้องการที่จะปลดตัวเองออกจากวิถีทางการดำเนินชีวิตที่สับสนวุ่นวาย ซึ่งต้องเผชิญกับการแข่งขันแก่งแย่งชิงดีกัน ซึ่งเรียกว่า เวลา เกียรติยศ ชื่อเสียง และความสะดวกราบรื่นต่างๆ ไปจากเขา

ในความเห็นของนักวิชาการคนนี้ หากเปรียบเทียบกับความต้องการของประชาชนทั่วไปตามแนวคิดของ Maslow แล้ว ความต้องการของผู้สูงอายุจะเน้นหนักในเรื่องของความต้องการระดับสูง ซึ่งเป็นเรื่องของจิตใจและสังคม มากกว่าปัจจัย 4 ในขณะเดียวกัน Poitrenad (1980) ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับความต้องการของผู้สูงอายุ โดยสรุปว่าควรครอบคลุมเรื่องเกี่ยวกับ

1. ชีวิตการทำงาน (Professional Life)
2. ความรู้สึกทางอารมณ์ (Sentimental Life)
3. ชีวิตครอบครัว (Family Life)
4. ชีวิตสังคม (Social Life)
5. การใช้เวลาว่าง (Leisure Activities)

ความต้องการเหล่านี้ชี้ให้เห็นว่า เป็นความต้องการของบุคคลที่มีความเจริญในวุฒิภาวะแล้ว เพราะครอบคลุมทั้งการมีความสำเร็จและโอกาสก้าวหน้าในหน้าที่การงาน ความต้องการที่จะมีสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว ความต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในสังคม รวมทั้งการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและสังคมอีกด้วย (ณฤดี โตตาบ. 2534)

สรุปความต้องการของผู้สูงอายุ เป็นการสะท้อนปัญหาของผู้สูงอายุเนื่องมาจากการสูญเสียทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม การชดเชยและทดแทน ตลอดจนการยืดระยะเวลาการเสื่อมถอยของสมรรถภาพจะแสดงออกถึงความต้องการของผู้สูงอายุที่มีต่อปัจจัยภายนอกและสภาพแวดล้อมให้สามารถดำรงชีวิตได้โดยไม่เกิดปัญหาเนื่องมาจากการสูญเสียหรือการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้น นักออกแบบสถาปัตยกรรมภายในควรพิจารณาความต้องการให้ครอบคลุมทั้งสามด้าน เพื่อให้การจัดองค์ประกอบทางด้านสภาพแวดล้อมสามารถตอบสนองปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุได้ทั้งหมด ซึ่งสามารถสรุปได้เป็น 3 ด้าน ได้แก่

1. ความต้องการด้านร่างกาย ได้แก่ ความต้องการการดูแลเสริมสร้างสุขภาพอนามัย และการเพิ่มพูนเพื่อยืดสมรรถภาพของผู้สูงอายุออกไปให้นานที่สุด
2. ความต้องการด้านจิตใจ ความต้องการความรัก ความมั่นคงทางจิตใจ การได้รับการยอมรับว่าเป็นสมาชิกของครอบครัวหรือของกลุ่ม และความสำเร็จของการทำงานในบั้นปลายชีวิต

3. ความต้องการด้านสังคมของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความต้องการการมีส่วนร่วมในกิจกรรม
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

กรรมต่างๆ ในสังคม การดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและสังคม และได้รับความยกย่องนับถือและมีโอกาสในสังคม

2.2 รูปแบบกิจกรรมและการให้บริการของศูนย์ผู้สูงอายุ

2.2.1 รูปแบบกิจกรรมของผู้สูงอายุ

จากความต้องการของผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมที่กล่าวมาแล้วนั้น การจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุนั้น เป็นการจัดกิจกรรมโดยมีเป้าหมาย เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ และการปรับเปลี่ยนบทบาทของตนในสังคม ในระดับที่ผู้สูงอายุจะสามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขตามอัตภาพนอกจากนั้น ยังจัดขึ้นเพื่อให้ผู้สูงอายุได้ลดความรู้สึกเหงา ความเปล่าเปลี่ยวเดียวดาย และความรู้สึกอ้างว้างลง ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่าตนยังมีคุณค่า และยังมีประโยชน์ต่อสังคมและชุมชนของตน นอกจากนี้ ยังมีเป้าหมายเพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีการพัฒนาทักษะในด้านต่าง ๆ เช่น การทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำ และการตัดสินใจในระดับต่าง ๆ เป็นต้น เป้าหมายต่าง ๆ เหล่านี้ล้วนมีผลกระทบบนตรงทำให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ในสังคมต่อไปได้อย่างมีความสุขในสังคม

เขมิกา ยามรติ (2527 : 20) ได้แบ่งประเภทของกิจกรรมของผู้สูงอายุออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่

1. การมีส่วนร่วมทางสังคม (Social Participation) หมายถึงการที่ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วม ในกิจกรรมต่าง ๆ กับองค์กรที่ตนเองเป็นสมาชิก ซึ่งสามารถแบ่งได้เป็น 2 กลุ่มใหญ่ ๆ คือ

1.1 การมีส่วนร่วมทางสังคมภายในครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกภายในครอบครัวของตนเอง เป็นต้น

1.2 การมีส่วนร่วมทางสังคมภายนอกครอบครัว ได้แก่ การมีกิจกรรมร่วมกับองค์กรอื่น ๆ นอกครอบครัว เช่น กลุ่มเพื่อน เพื่อนบ้าน ญาติพี่น้อง ศาสนา การเมือง และสมาคมต่าง ๆ ที่ตนเป็นสมาชิก เป็นต้น

2. การมีงานอดิเรก (Hobby) หมายถึงการที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมของตนในเวลาว่างหรือเป็นการพักผ่อน ซึ่งอาจเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้เองโดยลำพังคนเดียว

3. การทำงานมีรายได้ (Work) หมายถึงการที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้ อาจเป็นงานประจำ งานพิเศษ หรืองานชั่วคราวก็ได้

นพ. บรรลุ ศิริพานิชและคณะ (2539 : 19) ได้ขยายขอบเขตประเภทของกิจกรรมให้กว้างขวางออกไปทั้งในด้านตัวผู้สูงอายุเอง และในด้านชุมชนด้วย ได้แก่

1. การส่งเสริมสุขภาพอนามัย หมายถึง การจัดกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพอนามัยสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องกำกับการดูแลทางด้านสุขภาพอนามัยเป็น

พิเศษ...ได้แก่ การวัดความดันโลหิตให้แก่ผู้สูงอายุ การออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เป็นต้น

2. การพัฒนาท้องถิ่นและสังคมหมายถึง การที่ผู้สูงอายุได้เข้ามามีบทบาทในการเป็นผู้นำในการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาสังคม(Chang Agent) ทั้งในระดับชุมชนและระดับสังคม เช่น การที่ผู้สูงอายุพัฒนาวัดและโรงเรียน การรณรงค์ต่อต้านการสูบบุหรี่ การเล่นเกมพนัน เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม ลักษณะกิจกรรมที่จะจัดสำหรับผู้สูงอายุนั้น ควรจะมีรูปแบบเพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ซึ่งจะมีผลต่อสภาพร่างกาย จิตใจ ให้มีการเคลื่อนไหวอย่างอิสระ ไม่ควรให้ผู้สูงอายุใช้กำลังมากเกินไป ป้องกันการนั่งและยืนนานๆ และต้องไม่ก่อให้เกิดความผิดปกติของโครงสร้าง และสภาพของร่างกาย การจัดกิจกรรมควรจัดตามความสนใจ และความสามารถ รวมทั้งความพอใจของผู้สูงอายุ และควรมีช่วงเวลาหยุดพักเพื่อผ่อนคลาย การทำงานอดิเรกที่ผู้สูงอายุชอบจะช่วยให้เกิดการปรับตัวทั้งทางร่างกายและจิตใจ (Newton and Anderson. 1966 : 149-150)

พุดตินันท์ เหลืองไพบูลย์ (2530:87) ได้ศึกษาการจัดบริการสวัสดิการสังคมในชมรมผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กิจกรรมที่สามารถตอบสนองกับปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย กิจกรรมด้านศาสนา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมด้านวัฒนธรรม กิจกรรมด้านการเผยแพร่ความรู้ กิจกรรมด้านการพัฒนาสังคม กิจกรรมด้านการศึกษานอกสถานที่ กิจกรรมด้านการฝึกหัดอาชีพ ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ได้แก่ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นครูสอนพิเศษ การประพันธ์บทเพลงและนิยาย การออกแบบตกแต่งเสื้อผ้า เป็นต้น

รูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับกลุ่มประชากรสูงอายุควรจัดกิจกรรมดังต่อไปนี้ (สมบัติ กาญจนกิจ. 2533 : 32-33)

1. กิจกรรมนันทนาการประเภทเสริมสร้างสุขภาพอนามัยและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ เช่น กีฬาเพื่อสุขภาพ การเดิน วิ่งเหยาะเพื่อสุขภาพ ว่ายน้ำ กายบริหารและวิ่งสมาธิ ทั้งนี้ กิจกรรมเหล่านี้จะต้องมีการเลือกสรรให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุและอยู่ภายใต้การแนะนำของแพทย์ นักพลศึกษาและสรีระวิทยาการออกกำลังกาย เพื่อให้ใช้กิจกรรมในทางสร้างสรรค์และไม่เป็นการทำลายสุขภาพและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ

2. กิจกรรมนันทนาการประเภทส่งเสริมพัฒนาอารมณ์สุข เช่น การฝึกสมาธิ โยคะ การท่องเที่ยวเพื่อชมทิวทัศน์ธรรมชาติ ตลอดจนการเลือกสรรภาพยนตร์ วิดีโอ ที่เหมาะสมและตรงกับความต้องการและความสนใจของกลุ่ม และทั้งนี้รวมถึงการศึกษาสังขารและคติธรรมธรรมะและคำสอนทางศาสนา

3. กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ซึ่งมีกิจกรรมหลายอย่างที่ เหมาะสม เช่น เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นิยมนำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาตเห็นาไปไซ้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

งานอดิเรกประเภทประดิษฐ์ ประเภทสร้างสรรค์ ประเภทสะสม เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมสามารถเลือกกิจกรรมได้ตรงกับความสนใจ

4. กิจกรรมนันทนาการทางสังคม หมายถึง กิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพบปะสังสรรค์ เข้าร่วมสมาคม เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น เป็นสมาชิกสโมสรผู้สูงอายุ มีกิจกรรมประเภทการเดินรำ กีฬาบันเทิง กิจกรรมอาสาสมัครและอื่น ๆ การจัดงานทางเทศกาลต่าง ๆ ตลอดจนงานสังสรรค์ในกลุ่ม

5. กิจกรรมนันทนาการประเภทส่งเสริมการอ่าน พุด เขียน กิจกรรมนี้มีรูปแบบและมีตัวเลือกมากมายในเรื่องของการอ่านหนังสือประเภทต่าง ๆ การพุดปาฐกถา การเขียนในประเภทต่าง ๆ อาจจะทำออกมาในรูปแบบการจัดเป็นชมรม กลุ่มผู้สนใจโดยมีกิจกรรมร่วมกัน

6. กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม เป็นกิจกรรมที่ควรสนับสนุนให้กับประชากรในกลุ่มสูงอายุได้ใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมตรงกับความต้องการและความสนใจอีกทั้งยังเป็นการพัฒนาคุณค่าและสุนทรีย์ภาพของศิลปและงานหัตถกรรมอีกด้วย

7. กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอาสาสมัคร เพื่อพัฒนาสังคม ประชากรสูงอายุมีประสบการณ์ที่มีคุณค่า ดังนั้น การจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุเป็นที่ปรึกษาในเรื่องงานที่ท่านมีประสบการณ์หรือกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์มิตรภาพระหว่างวัย เช่น โปรแกรมคุณปู่หรือคุณลุงสัมพันธ์กับชุมชนจะช่วยสร้างความอบอุ่นในสังคมทั้งผู้ให้และผู้รับ

8. กิจกรรมนันทนาการประเภทศึกษาประเพณี วัฒนธรรมและอารยธรรม กิจกรรมประเภทนี้ถือว่ามีค่าอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของชาติ เป็นการถ่ายทอดเอกลักษณ์และวัฒนธรรม ดังนั้น กิจกรรมนี้จะช่วยส่งเสริมคุณค่าในเรื่องความซาบซึ้งในประเพณีและอารยธรรมท้องถิ่นของชาติต่อไปยังเยาวชนและประชากรในอนาคต

เทเลอร์ (Taylor, 1982 : 540-556) ได้เสนอแนวความคิดในการจัดแบ่งกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ไว้ในทำนองเดียวกัน ซึ่งแนวความคิดรูปแบบกิจกรรมของเทเลอร์จะมีอิทธิพลกับการจัดรูปแบบกิจกรรมสำหรับสถานสงเคราะห์คนชรา ศูนย์บริการทางสังคม และชมรมผู้สูงอายุในประเทศไทย การจัดกิจกรรมต่าง ๆ จะมีนักสังคมสงเคราะห์ร่วมกับผู้สูงอายุเป็นผู้กำหนดเพื่อประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ โดยพิจารณาจากภาวะสุขภาพ ความสนใจและความต้องการของผู้สูงอายุเป็นเกณฑ์ กิจกรรมของผู้สูงอายุตามแนวความคิดของเทเลอร์ แบ่งเป็นประเภทได้ดังนี้

1. กิจกรรมอาชีพบำบัด (Occupation Therapy) เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันความพิการที่จะเกิดขึ้น อาชีพบำบัดไม่ใช่การเตรียมตัวสำหรับประกอบอาชีพ ลักษณะกิจกรรมที่ทำได้แก่ งานและสลักงานช่างไม้ งานฝีมือ และการทำสวน (Spier, 1984 : 246 ; Citing Daum, Freedman and Canter)

2. กิจกรรมนันทนาการบำบัด (Recreation Therapy) เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างให้เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มนุษย์ทุกคนมีร่างกาย จิตใจที่แจ่มใส (Selye 1956 : 265) การจัดกิจกรรมนันทนาการเป็นส่วนสำคัญที่จะเสริมสร้างความสำเร็จและเข้าถึงความต้องการของจิตใจและสังคม (Rusk. 1960 : 34-36) กิจกรรมนันทนาการก่อให้เกิดความสุข ความเพลิดเพลิน ไม่ฟุ้งซ่าน ทำให้คนขจัดความยุ่งเหยิงที่น่าเบื่อหน่าย และยังช่วยทำให้เกิดสัมฤทธิ์ผลและความสมดุผลของชีวิตได้อีกด้วย (จรินทร์ธานีรัตน์. 2528 : 4) กิจกรรมนันทนาการเหล่านี้ ได้แก่ การวาดรูป การทำงานฝีมือ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ ดูกีฬา พบปะสังสรรค์ เดินรำ เป็นต้น

3. กิจกรรมบำบัดด้วยหนังสือ (Bibliotherapy) เป็นการใช้หนังสือเพื่อการป้องกันหรือรักษา ซึ่งเป็นขบวนการของการเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจหลังจากการอ่านหนังสือแล้ว มีการนำคุณประโยชน์ของการอ่านหนังสือมาใช้ในการป้องกันความแปรปรวนของอารมณ์ และพัฒนาให้เกิดวุฒิภาวะทางอารมณ์ (emotional maturity) ซึ่งจะทำให้มีสุขภาพจิตดี และเป็นการส่งเสริมให้ผู้อ่านมีการยอมรับคุณค่าในตนเอง การอ่านหนังสือแม้แต่หนังสือพิมพ์ก็มีประโยชน์มาก กล่าวคือจะช่วยให้ทราบความเป็นไปของโลก ทันทต่อเหตุการณ์ และนอกจากนั้น การอ่านยังก่อให้เกิดความเพลิดเพลินสนุกสนาน และทำให้เกิดการเรียนรู้ และความชำนาญในเรื่องอื่น ๆ (Taylor. 1982 : 552)

4. กิจกรรมการออกกำลังกาย (Physical exercise) เป็นกิจกรรมที่ใช้พลังงานเพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม แซมบี (Ebersole and Hess, 1982 : 137 ; citing Samp) กล่าวว่า การออกกำลังกายจะทำให้คนอายุยืนยาวขึ้น การออกกำลังกายจะช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของสภาพร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจบีบตัวดี ความดันโลหิตลดลงและเปอร์เซ็นต์ไขมันในร่างกายลดลง อีกทั้งยังก่อให้เกิดความเพลิดเพลินและเสริมสร้างสมรรถภาพของการหายใจอีกด้วย ผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายจะมีสุขภาพที่ดี มองภาพลักษณ์ของตนเองไปในทางบวกมากขึ้น

5. กิจกรรมศาสนา ศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้สูงอายุผ่อนคลายจากความตึงเครียดแก้ปัญหาในเรื่องชีวิตนำไปสู่ความสุข กิลสันและโคสต์ (Spier. 1984 : 247 ; Citing Gilson and Coats. 1980) พบว่า ผู้สูงอายุเพศหญิงในสถานสงเคราะห์ 50 แห่ง ชอบที่จะมีกิจกรรมการนั่งสมาธิและสวดมนต์มากที่สุด และในสังคมไทย ศาสนาจะมีผลต่อผู้สูงอายุอย่างมาก ช่วยให้ผู้สูงอายุลดความวิตกกังวลในเรื่อง แก่ เจ็บ ตาย เพราะได้สั่งสอนในเรื่องวิถีสงสาร ศาสนาพุทธเป็นศาสนาประจำชาติ จึงมีอิทธิพลต่อความเชื่อ ทัศนคติและค่านิยม ตลอดจนแรงจูงใจและบุคลิกภาพบางประการ

6. กิจกรรมการเป็นอาสาสมัคร (Volunteering) กิจกรรมการเป็นอาสาสมัครจะทำให้ผู้สูงอายุมองตนเองว่ามีคุณค่าต่อสังคม ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น เช่น การเป็นพ่อแม่บุญธรรม (Foster Parent) การร่วมกิจกรรมเพื่อช่วยสงเคราะห์ชุมชน อาสาสมัครต่าง ๆ การทำกิจกรรมในผู้สูงอายุ จากการศึกษพบว่า ผู้สูงอายุนั้นทำงานโดยไม่คำนึงถึงผลผลิตและผลตอบแทน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แทน นอกจากการที่จะทำให้ตนเองมีบทบาทมากกว่าการอยู่อย่างไม่มีอะไรทำ (Rbb. 1984 : 163) การเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัครมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิต จากการศึกษาของ ฮันเตอร์ และลินน์ (Robb. 1984 : 166 ; citing Hunter and Linn. 1980) เปรียบเทียบผู้สูงอายุที่มีการร่วมกิจกรรมอาสาสมัครกับผู้สูงอายุกลุ่มที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมว่าผู้สูงอายุกลุ่มที่มีการร่วมกิจกรรมจะมีความพึงพอใจในชีวิตและความต้องการที่จะมีชีวิตอยู่มากกว่าและมีอาการซึมเศร้าน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่มีการร่วมกิจกรรม

จะเห็นได้ว่ามีกิจกรรมมากมายที่ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเข้าร่วมเพื่อทดแทนบทบาทที่สูญเสียไปของผู้สูงอายุ ฉะนั้น จึงควรให้ความสนใจและแนะนำให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมโดยการกระตุ้นให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชอบ และมีประโยชน์ต่อสภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุข

2.2.2 สรุปรูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ

รูปแบบกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุจำเป็นต้องตอบสนองต่อความต้องการในด้านต่างๆ ของผู้สูงอายุซึ่งสามารถจำแนกได้ ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมเพื่อตอบสนองทางด้านร่างกาย ได้แก่ กิจกรรมนันทนาการประเภทเสริมสร้างสุขภาพอนามัยและสมรรถภาพ
2. กิจกรรมเพื่อตอบสนองทางด้านจิตใจ ได้แก่ กิจกรรมนันทนาการประเภทส่งเสริมพัฒนาการทางด้านอารมณ์ กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม
3. กิจกรรมเพื่อตอบสนองทางด้านสังคม ได้แก่ กิจกรรมนันทนาการทางสังคม เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพบปะสังสรรค์ การเข้าร่วมสมาคม เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม กิจกรรมนันทนาการประเภทศึกษาประเพณี วัฒนธรรมและอารยธรรม กิจกรรมประเภทนี้ถือว่ามีค่าสำคัญยิ่งอย่างหนึ่งของชาติ เป็นการถ่ายทอดเอกลักษณ์และวัฒนธรรมสืบต่อมายังคนรุ่นหลัง และสุดท้ายคือ กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอาสาสมัคร เพื่อพัฒนาสังคม เป็นการนำเอาผู้สูงอายุซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีประสบการณ์ที่มีคุณค่า มาถ่ายทอดประสบการณ์ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

2.2.3 ศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร และกิจกรรมนันทนาการ

2.2.3.1 รูปแบบการจัดกิจกรรมบริการแก่ผู้สูงอายุในต่างประเทศ

ในต่างประเทศได้มีการจัดตั้งศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุขึ้น (MULTI-PURPOSE SENIOR CENTRE) ซึ่งเป็นสถานที่ที่อำนวยความสะดวกของชุมชน ในการให้บริการต่างๆ แก่ผู้สูงอายุ เช่น บริการทางด้านการรักษาสุขภาพอนามัย การศึกษา นันทนาการ การให้คำปรึกษาแนะนำ การอยู่ร่วมกันในสังคมและบริการอื่นๆ ที่จำเป็นและมีประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุ โดยที่ภายในศูนย์อเนกประสงค์นี้ มีกิจกรรมที่จัดขึ้นหลายๆ ประเภท คือ สโมสรผู้สูงอายุ ชมรม และ/หรือชุมชนต่างๆ ที่ให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสมาพบปะสังสรรค์กัน หรือทำกิจกรรมร่วมกัน ศูนย์อเนกประสงค์ดังกล่าวนี้ จึงเป็นสถานที่ที่ผู้สูงอายุได้มาอยู่ร่วมกัน เพื่อแลกเปลี่ยนพูดคุย หรือเป็นการพัฒนาบทบาทความคงอยู่หรือพัฒนาการของการมีส่วนร่วมในชุมชน โดยศูนย์อเนกประสงค์นี้ช่วยเหลือผู้สูงอายุไม่ให้เกิดความวิตกกังวลโดดเดี่ยว อ้างว้าง หรือว่าเหว่ จึงเปรียบเป็นสถานที่ที่เปรียบเสมือนกลไกที่ก่อให้เกิดความคงอยู่ ปรับปรุงความรู้สึก อารมณ์ในส่วนของความรู้สึกในศักดิ์ศรี และคุณประโยชน์ของผู้สูงอายุ เปิดโอกาสในการแสดงออกถึงภาวะของความเป็นผู้นำ การเข้าไปมีส่วนร่วมกับการบรรณาการตัดสินใจต่างๆ แต่อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าโครงการหรือกิจกรรมที่ศูนย์จัดไว้ตลอดปีแล้วนั้น จะดำเนินการไปได้ด้วยดี แต่ปัญหาและอุปสรรคในเรื่องกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้สูงอายุนั้นยังคงเป็นปัญหาที่ต่อเนื่อง คือ ปัญหาของการบริการที่ดูเหมือนกับไม่เป็นไปตามความต้องการของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องต้องนำมาขบคิดและปรึกษากันอยู่เสมอ ๆ (ณฤดี ไตตราบ. 2534)

กิจกรรมที่กระจายภายในศูนย์อเนกประสงค์ดังกล่าวนี้ มุ่งเน้นในกิจกรรมที่มุ่งส่งเสริมให้มีการอยู่ร่วมกันในสังคม ให้โอกาสผู้สูงอายุพบปะกับบุคคลอื่นๆ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเป็นการผ่อนคลายความเหงา ความว่าเหว่ ซึ่งออกมาในรูปลักษณะของกิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ (Social and Recreational) กิจกรรมการศึกษาและวัฒนธรรม (Educational and Cultural) กิจกรรมสำหรับบุคคลบางประเภท และกิจกรรมทางด้านสุขภาพอนามัย กิจกรรมนันทนาการที่กล่าวมานั้น มีวัตถุประสงค์เพื่อเสนอโอกาสสำหรับการรื่นเริง เน้นการสร้างเสริมสัมพันธ์ภาพ การปรับตัวทางสังคม และส่งเสริมให้สมาชิกมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง เป็นสื่อที่ดีสำหรับการสร้าง และพัฒนาประสบการณ์การรวมกลุ่ม พัฒนาบุคลิกภาพและทักษะในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นๆ ซึ่งส่งผลให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน โดยแต่ละคนได้มีการแสดงความคิดเห็นทำให้ช่วยลดภาวะของความอ้างว้าง อีกทั้งยังเป็นการเสริมสร้างการปรับตัวทั้งทางสังคมและจิตใจ ของผู้สูงอายุด้วย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การบริการดูแลผู้สูงอายุในเวลากลางวัน (Day Care) เป็นการบริการที่จะจัดขึ้นเพื่อผู้ที่มีปัญหาส่วนตัว ซึ่งต้องการความช่วยเหลือและการสนับสนุนมากกว่าสมาชิกทั่วๆ ไป ทั้งนี้กิจกรรมประเภทนี้จะต้องให้เจ้าหน้าที่ที่มีความรู้เฉพาะด้านที่ให้บริการโดยตรง การบริการดูแลในเวลากลางวันจะเป็นสิ่งหนึ่งที่จะทำให้ผู้สูงอายุเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และดึงเอาทรัพยากรต่างๆ จากผู้สูงอายุเข้าไปสู่ชุมชนอีกด้วย ซึ่งเน้นให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีประโยชน์ และยังคงเป็นบุคคลที่สังคมหรือชุมชนต้องการอยู่ ซึ่งในลักษณะดังกล่าวนี้ คงต้องใช้ความร่วมมือจากหลายๆ วิชาชีพ อาสาสมัครต่างๆ ในการที่จะให้บริการตรวจรักษาสุขภาพตามบ้าน ซึ่งเป็นบริการหนึ่งที่อำนวยความสะดวกภายในบ้าน และยังมีบริการทางด้านข่าวสาร การประชาสัมพันธ์กับผู้สูงอายุด้วย

ในเรื่องการรักษาสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุนั้น (Health Services) มีจุดมุ่งหมายสำคัญคือ เป็นการช่วยให้สมาชิกหรือผู้สูงอายุ ดูแลสุขภาพ ของตนเองทั้งร่างกายและจิตใจให้อยู่ในสภาพที่ดีที่สุด กิจกรรมที่เกี่ยวกับการให้บริการทางสุขภาพอนามัยนั้น มีการให้บริการในด้านต่างๆ ดังนี้

1. การบริการตรวจรักษาสุขภาพ การตรวจร่างกายเบื้องต้น การตรวจวัดความดันเป็นต้น ซึ่งในการบริการนี้อยู่ในรูปของหน่วยแพทย์ เคลื่อนที่ ซึ่งให้บริการตามชุมชนต่างๆ การจัดกลุ่มบุคลากรทางสาธารณสุขตามบ้าน เพื่อให้คำแนะนำกับผู้สูงอายุ
2. การให้คำปรึกษาแนะนำ
3. การให้บริการด้านการป้องกัน และส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ เช่น การส่งเสริมด้านโภชนาการ การออกกำลังกายเบาๆ กีฬา เป็นต้น
4. การจัดกิจกรรมพิเศษสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การให้บริการด้านกายภาพบำบัด (Physical Therapy) ซึ่งจะมีการอำนวยความสะดวกในเรื่องอุปกรณ์กายภาพบำบัด และมีการบริการด้านอาชีพบำบัด (Occupational Therapy) เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยมีการช่วยเหลือในอาชีพ เช่น การจักสาน การแกะสลัก การฝีมือต่างๆ เพื่อเป็นการผ่อนคลายอารมณ์ และเพิ่มความเพลิดเพลินด้วย

2.2.3.2 ตัวอย่างการจัดศูนย์ผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์

ชื่อศูนย์ผู้สูงอายุ

The People's Association Retirees' Club

เหตุผลในการจัดตั้ง

เนื่องจากวัยปลดเกษียณจากการทำงานของผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีความสำคัญช่วงหนึ่งในชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งจำเป็นต้องมีการทำความเข้าใจและมีการจัดเตรียมตัวเองเพื่อการปรับตัวให้เข้าสู่สภาพชีวิตใหม่ในช่วงวัยนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับใช้ในงานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

วัตถุประสงค์

เพื่อจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ และเตรียมพร้อมสำหรับผู้สูงอายุในการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และความเครียด โดยการจัดกิจกรรมด้านสังคมและนันทนาการให้กับผู้สูงอายุ
การเป็นสมาชิก มีการเสียค่าธรรมเนียม ดังนี้

1. สมาชิกตลอดชีพ สำหรับผู้ที่อายุ 62 ปีขึ้นไป \$30.00
2. สมาชิกปกติรายปี สำหรับผู้ที่อายุ 62 ปีขึ้นไป \$3.00 ต่อปี
3. สมาชิกสมทบรายปี สำหรับผู้ที่มีอายุ 50-61 ปี \$5.00 ต่อปี

สถานที่ตั้ง

People's Association Retirees' Club

People's Association

9 Stadium Link

Singapore 397750

Tel: (065) 3405201

ลักษณะการใช้พื้นที่ในการจัดกิจกรรม

ภายใต้งบประมาณของรัฐบาลสิงคโปร์ ได้จัดแนวความคิดในการสร้างพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุโดยการใช้พื้นที่ลาดฟ้าที่เปิดโล่งของบริเวณบล็อก 161 มาทำเป็นพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุ (Senior Citizen's Corner) โดยจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ไว้ ตลอดจนห้องน้ำของผู้สูงอายุ มีการจัดเตรียมอาหารและเครื่องดื่มไว้ให้ โดยใช้งบประมาณลงทุน 80,000 เหรียญสิงคโปร์ และเริ่มเปิดใช้งานตั้งแต่ 24 กันยายน 2538 ซึ่งทุกๆ เย็นผู้สูงอายุจะมารวมตัวกัน พบปะสังสรรค์ ดูรายการโทรทัศน์ร่วมกัน มีพฤติกรรมทางสังคมระหว่างกัน มีการสร้างมิตรภาพ และกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุจะถูกจัดให้ในบริเวณพื้นที่เฉพาะนี้



รูปที่ 2.1 แสดงให้เห็นพื้นที่พักผ่อนของ Senior Citizen's Corner ที่บล็อก 161

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

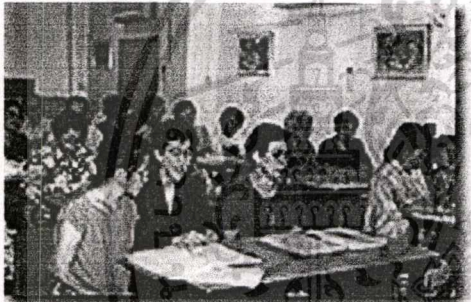
รูปแบบกิจกรรมที่จัดให้สำหรับผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์ มีดังนี้

1. โปรแกรมนันทนาการและสังคม (Social and Recreational Programmes) ได้แก่



- จัดเลี้ยงวันเกิดหมู่ (Mass Birthday Parties)
- การจัดทัศนศึกษาทั้งในและต่างประเทศ (Local & Overseas Tours)
- การรวบรวมกลุ่มผู้สูงอายุ (Gatherings)
- การจัดงานฉลองในวันสำคัญ (Festive Celebrations)

2. การฝึกอบรมทักษะและการใช้ภาษา (Educational Programmes) ได้แก่



- เรียนภาษา (Language courses)
- การฝึกงานและสัมมนา (Workshops & Seminars)
- งานหัตถกรรม (Handicrafts)
- การให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ (Talks on Health Care)

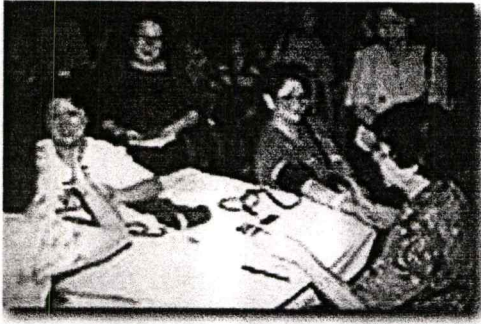
3. โปรแกรมส่งเสริมศิลปประเพณีพื้นบ้าน (Cultural Program) ได้แก่



- การเต้นรำพื้นบ้าน (Folk Dance)
- การเต้นรำเชิงสังคม (Social Dance)
- การแสดงคอนเสิร์ต (Concerts)
- การเต้นรำแบบบอลรูม (Ballroom Dance)
- การแสดงโอเปร่า (Opera)
- การร้องเพลงและการประสานเสียง (Choir & Singing)
- การคัดลายมือภาษาจีน (Calligraphy)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. โปรแกรมด้านสุขภาพชุมชน (Community Involvement Programmes) ได้แก่



รูปแบบตำแหน่งที่ตั้งและการจัดที่นั่งสำหรับการตรวจวัดความดัน ของศูนย์ผู้สูงอายุ ประเทศสิงคโปร์

- การตรวจสุขภาพและหน่วยคัดกรอง (Health Screening & Health Fairs)
- การให้บริการชุมชน (Community Service)
- การดูแลให้ความช่วยเหลือด้านสุขภาพ (Mutual Help & Care)
- การสาธิตเกี่ยวกับความปลอดภัย (Road Safety Demonstrations)
- การแลกเปลี่ยนระหว่างชาติ International Exchanges

5. โปรแกรมทั่วๆ ไปในเทศกาลสำคัญของผู้สูงอายุ (Major Events) ได้แก่



- การเดินเพื่อสุขภาพ (Walk-A-Mile)
- การแสดงคอนเสิร์ต (Senior Citizens' Concerts)
- การจัดสัปดาห์ผู้สูงอายุ (Senior Citizens' Week Celebrations)
- การแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุ (Gateball, Petanque and Pickle-Ball Championships)
- การจัดราตรีเต้นรำพื้นบ้านนานาชาติ (International Folk Dance Nights)

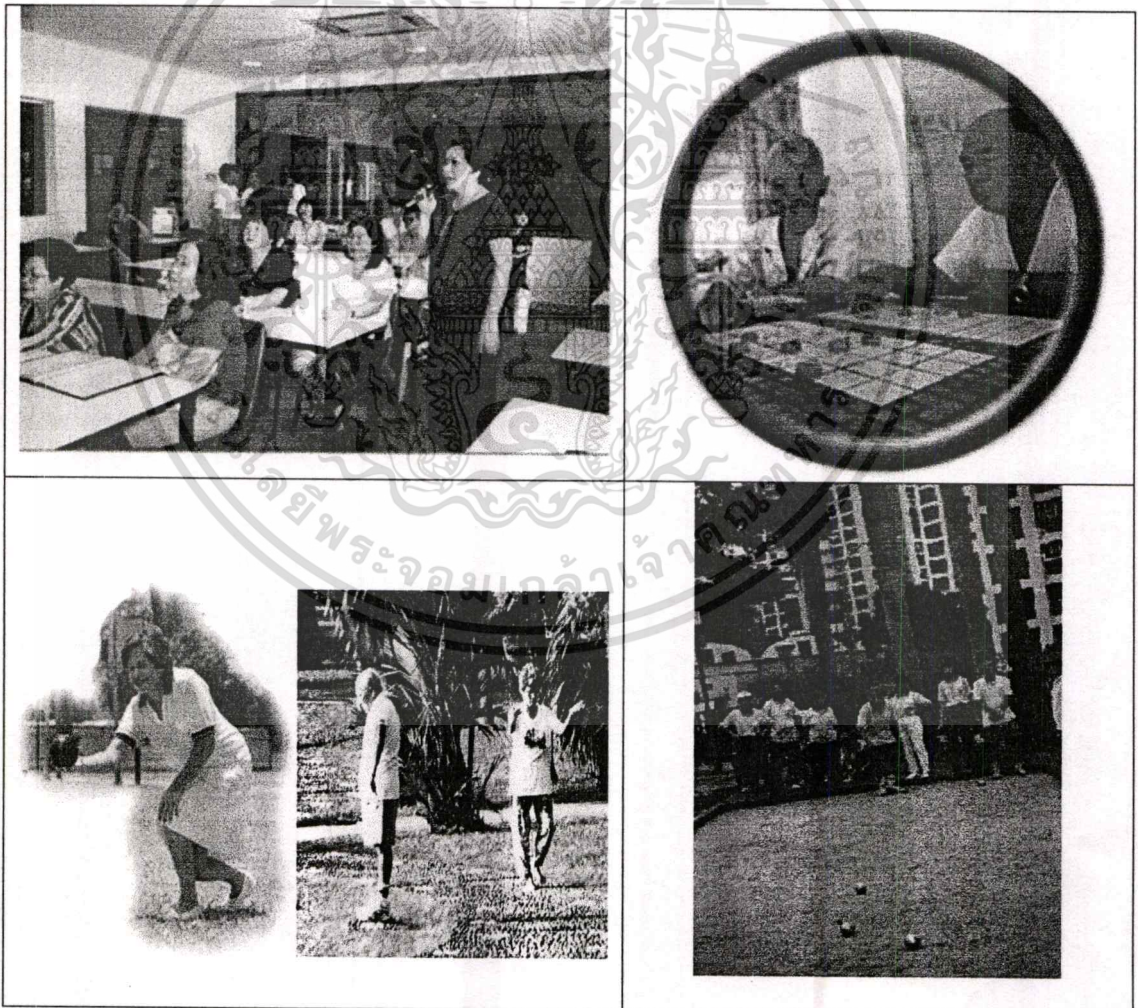
กิจกรรมนันทนาการของศูนย์ผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์

ผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์ ก็เช่นเดียวกับผู้สูงอายุทั่วๆ ไป ที่มีรูปแบบของกิจกรรมนันทนาการที่ตัวเองชื่นชอบอยู่หลายแบบ และมีกิจกรรมที่สร้างความรื่นเริงนันทนาการอยู่หลายกิจกรรมที่ช่วยให้พวกเขามีความสุข สนุกสนานรื่นเริงและเต็มไปด้วยชีวิตชีวา ตลอดจนมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ซึ่งกิจกรรมที่นิยมจัดสำหรับผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์ มีดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.2 แสดงรายการกิจกรรมที่จัดไว้สำหรับผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์

1. การเดินรำ ร้องเพลง	9. การแกะสลักและหัตถกรรม
2. การพูดคุยกับเพื่อนฝูง	10. การทำอาหาร
3. การร่ำมวยจีน “จี้กง”	11. การเล่นเกมกรุกจีน
4. การร่ำมวยจีน “ไทเก๊ก”	12. การตกปลา
5. การเล่นโบว์ลิ่งสนาม	13. การเล่นเกมกีฬา Mahjong
6. การจัดทำสวนไม้ดอกไม้ประดับ	14. การอ่านหนังสือ
7. การออกกำลังกายการบริหารแบบเบาๆ	15. กิจกรรมงานอาสาสมัคร
8. การสะสมสิ่งของต่างๆเป็นงานอดิเรก	16. กีฬาเปตอง



รูปที่ 2.2 แสดงการทำกิจกรรมต่างๆ ภายในศูนย์ผู้สูงอายุในประเทศสิงคโปร์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.2.3.3 รูปแบบการจัดกิจกรรมและการให้บริการแก่ผู้สูงอายุในประเทศไทย

ประเทศไทย

การให้บริการผู้สูงอายุในประเทศไทยในระยะแรกนั้น เน้นการให้บริการด้านปัจจัย 4 ต่อมาบริการต่างๆ ที่ให้แก่ผู้สูงอายุก็ได้เปลี่ยนแปลงไปตามการเปลี่ยนแปลงของสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมต่าง ๆ ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากร อันเป็นผลมาจากนโยบายการลดอัตราการเกิด และความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ ทำให้ประชากรผู้สูงอายุมีอายุขัยเฉลี่ยเพิ่มขึ้น ดังนั้นรูปแบบของการให้บริการของผู้สูงอายุจึงได้วิวัฒนาการ และเปลี่ยนแปลงเพื่อให้สอดคล้องกับประชากรกลุ่มนี้

วัชระ ชำนาญฤทธิ์ (2540 : 16) ได้แบ่งแนวความคิดความจำเป็นที่ต้องให้มีการให้บริการแก่ผู้สูงอายุไว้ 2 แนวทาง ได้แก่

1. แนวคิดด้านมนุษยธรรม คือ การที่ผู้สูงอายุควรที่จะได้รับความช่วยเหลือ ตามหลักมนุษยธรรมและตามความต้องการในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ ด้านที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อม ด้านครอบครัว ด้านสวัสดิการสังคม ด้านความมั่นคงทางรายได้ และการจ้างงาน และด้านการศึกษา
2. แนวคิดด้านพัฒนา หมายถึง บทบาทของผู้สูงอายุในกระบวนการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งรัฐบาลจะต้องรับผิดชอบในการทำให้ความเป็นผู้สูงอายุมีผลในทางลบน้อยที่สุดต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม รวมทั้งในเรื่องของการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีบทบาทในด้านการพัฒนาประเทศโดยส่วนรวมด้วย

ซึ่งในการให้บริการผู้สูงอายุในปัจจุบัน ได้มีการจัดก่อตั้งชมรมผู้สูงอายุขึ้นมามากมาย ทั้งที่อยู่ภายในโรงพยาบาลหรือเป็นเรื่องของเอกชนก็ตาม โดยมีจุดเน้นในเรื่องการเป็นศูนย์รวมของการรวมกลุ่ม เพื่อลดความเหงาและยังช่วยให้มีการปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้สูงอายุเองอีกด้วย ภายในส่วนกิจกรรมของผู้สูงอายุในชมรมต่างๆ นั้น สามารถดัดแปลงส่งเข้ามา ในรูปแบบของการจัดบริการสวัสดิการสังคมแบบเข้าถึงตัวของกลุ่มเป้าหมายได้

ในประเทศไทย รัฐบาลได้มีแผนปฏิบัติการและแนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ กัน โดยมีแนวคิดพื้นฐานต่อผู้สูงอายุในปัจจุบัน (ณฤดี โดดตาบ. 2534 : 44) ดังนี้คือ

1. ผู้สูงอายุได้ทำประโยชน์แก่สังคม ในฐานะ"ผู้ให้"มากกว่าครั้งชีวิตแล้ว จึงควรได้รับผลตอบแทนในฐานะเป็น"ผู้รับ"จากสังคม โดยเฉพาะความชอบธรรมในสิทธิมนุษยชนที่พึงมีทั้งในด้านสุขภาพอนามัย การศึกษา ความมั่นคงทางรายได้ สังคม วัฒนธรรมและสวัสดิการสังคม
2. ผู้สูงอายุยังมีความรู้ ความสามารถ มีพลังความคิด โดยเฉพาะประสบการณ์ที่ควรนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้อีกมาก และการสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุยังคงมีบทบาท มีส่วน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ร่วมในสังคมนั้น นอกจากจะทำให้ผู้สูงอายุไม่ว่าเหวโอดเดียวและเห็นชีวิตมีคุณค่าแล้ว ยังจะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวให้เข้ากับความเป็นไปต่างๆ ได้ด้วย

3. ผู้สูงอายุจะสามารถเตรียมตัวที่จะใช้ชีวิตในวัยสูงอายุอย่างมีคุณค่าได้เพียงไรนั้น ย่อมขึ้นกับผลของขบวนการอันต่อเนื่องมาแต่วัยเด็ก ในการพัฒนาความพร้อมในด้านต่างๆ เช่น สุขภาพอนามัยทางกาย และจิตใจ การศึกษา การประกอบอาชีพ รวมทั้งการมีส่วนร่วมในสังคมของแต่ละบุคคล

4. ผู้สูงอายุควรจะได้อยู่กับครอบครัวอย่างอบอุ่น ได้รับความเคารพนับถือและการดูแลเอาใจใส่จากลูกหลาน และควรลดความสำคัญในบทบาทของผู้หารายได้มาเลี้ยงครอบครัวลง

5. ผู้สูงอายุที่ไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ และไม่ได้รับการคุ้มครองดูแลจากครอบครัว ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตาม ควรจะได้รับการปกป้องดูแลจากสังคม

6. ผู้สูงอายุควรจะได้รับข่าวสาร ข้อมูล รวมทั้งคำแนะนำถึงวิธีการป้องกันและรักษาสุขภาพอนามัยของตนเอง และในกรณีที่เจ็บป่วยควรจะได้รับ การดูแลรักษาพยาบาล นอกจากนี้ ยังควรได้รับข่าวสารที่เกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงของสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัว เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตนเองให้เข้ากับสภาพความเปลี่ยนแปลงนั้นๆ ได้

ซึ่งนโยบายและมาตรการสำหรับผู้สูงอายุนั้น (พ.ศ. 2535-2554) ของประเทศ สามารถจำแนกนโยบายและกิจกรรมออกเป็น 5 ด้าน เพื่อให้สอดคล้องกับปัญหาความต้องการของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ
2. ด้านสวัสดิการสังคม
3. ด้านการงานและรายได้
4. ด้านสังคม การศึกษา วัฒนธรรม และจิตใจ
5. ด้านวิจัยและพัฒนา

2.2.3.4 ความเป็นมาของศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร

แนวทางในการจัดศูนย์ผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานครนั้น จะมุ่งส่งเสริมบทบาทของครอบครัว เพื่อให้เขาเห็นคุณค่าความสำคัญของผู้สูงอายุ สนับสนุนให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลผู้สูงอายุในชุมชน (Community Home) เป็นการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

ในการจัดบริการสวัสดิการสังคมให้กับผู้สูงอายุนั้น เพื่อให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพจำเป็นต้องจัดให้ตรงกับความต้องการของผู้สูงอายุอย่างแท้จริง ซึ่งจะมีความต้องการที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้มีการกำหนดแนวทางการจัดบริการตามความต้องการของผู้สูงอายุ ไว้ดังนี้

กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ได้กำหนดแผนงาน

และกิจกรรมที่จะดำเนินการในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 และแผน

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พัฒนากรุงเทพมหานคร ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2540-2544) โดยบรรจุโครงการผู้สูงอายุในแผนสาขา ทรัพยากรมนุษย์และสังคม โดยมีรายละเอียดของกิจการที่ดำเนินการ ดังนี้

1. การให้การสงเคราะห์ช่วยเหลือผู้สูงอายุที่ช่วยตนเองไม่ได้ ถูกทอดทิ้ง หรือประสบ ปัญหาความเดือดร้อนในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านปัจจัย 4 ด้านการรักษาพยาบาล การให้คำแนะนำ ปรึกษาเป็นต้น
2. การจัดตั้งชมรมผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ เพื่อมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะ สังสรรค์ ทำกิจกรรมร่วมกัน
3. การจัดตั้งคลินิกผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ สังกัดกรุงเทพมหานครและศูนย์บริการสาธาณสุข โดยให้มีความพร้อมในด้านการให้บริการ โดยไม่คิดมูลค่า และครอบคลุมทั้งด้านการส่งเสริม ป้องกัน รักษาและฟื้นฟูสุขภาพ
4. การจัดกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุในวันผู้สูงอายุแห่งชาติประจำปี
5. การประสานงานและสร้างเครือข่ายผู้ปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุระหว่างองค์กรภาครัฐ เอกชน ครอบครั้ว และชุมชน
6. การจัดทำบัตรประจำตัวผู้สูงอายุ ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตของศูนย์บริการสาธาณ สุขเพื่อให้ได้รับบริการด้านการตรวจรักษาฟรี

กรุงเทพมหานครได้จัดตั้งศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครเป็นศูนย์นำร่องระดับศูนย์ บริการสาธาณสุขจำนวน 10 แห่งในปี 2541 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางในการให้ผู้สูง อายุได้มีสถานที่ในการรับคำปรึกษาแนะนำ แก้ไขปัญหาต่าง ๆ รวมทั้งเป็นศูนย์ประสานงานการให้ ความช่วยเหลือ โดยส่งต่อผู้สูงอายุที่มีปัญหาเกินขีดจำกัดในการแนะนำช่วยเหลือของเจ้าหน้าที่ไป ยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง แต่การดำเนินการเพียง 10 แห่งไม่สามารถจะให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุ ได้ครอบคลุมพื้นที่กรุงเทพมหานครทั้งหมด ดังนั้นในปี 2542 จึงได้รับอนุมัติให้จัดตั้งเพิ่มขึ้นอีก 50 แห่ง รวมเป็น 60 แห่ง และพร้อมกันนี้ได้จัดตั้งศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานครระดับส่วนกลางขึ้นอีก 1 แห่ง ณ อาคารชั้น 1 ศาลาว่าการกรุงเทพมหานครด้านถนนดินสอ เพื่อเป็นศูนย์ข้อมูล ศูนย์วิชาการ ศูนย์ฝึกอบรม ประสานงานกับองค์กรต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน และ ณ อาคารธรรมชาติ สอนลมพิษอีก 1 แห่งเพื่อเป็นสถานที่ให้ผู้สูงอายุได้รวมตัวประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น การ ออกกำลังกาย ฝึกซ้อมกีฬาเพื่อแข่งขันกีฬาผู้สูงอายุประจำปี สวดมนต์ไหว้พระ ฝึกอาชีพ และกิจ กรรมนันทนาการต่าง ๆ ซึ่งการดำเนินการดังกล่าวนี้ ต้องมีการพัฒนาและดำเนินการอย่างต่อเนื่อง สำนักอนามัยจึงได้จัดทำเป็นโครงการต่อเนื่องในปี 2543 ปรับปรุงพร้อมตกแต่ง (อาคารศูนย์ บริการสาธาณสุข) เพื่อสร้างเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร

ในตอนเริ่มโครงการได้ใช้ชื่อโครงการศูนย์สวัสดิการผู้สูงอายุ โดยมีหน่วยงานที่รับผิดชอบผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร ได้แก่ สำนักการแพทย์ สำนักอนามัย สำนักสวัสดิการสังคม และ เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สำนักพัฒนาชุมชน ต่อมาได้เปลี่ยนเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ โดยอยู่ในความรับผิดชอบของสำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

2.2.3.5 กิจกรรมที่จัดในศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร

โปรแกรมกิจกรรมที่จัดโดยศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร จะมีกิจกรรมหลักที่จัดเป็นรูปแบบต่างๆ ดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมทางศาสนา เช่น สวดมนต์ ไหว้พระ นั่งสมาธิ ปฏิบัติธรรม เป็นต้น
2. กิจกรรมเพื่อสุขภาพโดยการออกกำลังกายด้วยมือเปล่า เช่น รำมวยจีน ไทเก๊ก เด็กกบ เป็นต้น และออกกำลังกายโดยมีอุปกรณ์ออกกำลังกายประกอบ
3. ฟันฟุสมรรถภาพสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหา โดยใช้อุปกรณ์และการนวดแผนไทย
4. สนับสนุนการกีฬาผู้สูงอายุและอนุรักษ์กีฬาไทยให้คงไว้สู่อนุชนรุ่นหลัง เช่นหมากรุกไทย สกา ตะกร้อ และกีฬาสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ ปาเป้า ชีฟเฟิลบอร์ด เปตอง โบว์ลิ่งสนาม โยนห่วง เป็นต้น
5. กิจกรรมเสริมความรู้ทางวิชาการ โดยมีวิทยากรของศูนย์ผู้สูงอายุกรุงเทพมหานคร หรือจากศูนย์สาธารณสุขและหน่วยงานต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับแต่ละกิจกรรมมาให้ความรู้
6. กิจกรรมเสริมรายได้ เช่น การทำศิลปหัตถกรรมต่าง ๆ อาหาร การประดิษฐ์อุปกรณ์เครื่องใช้ เป็นต้น
7. กิจกรรมร่วมบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมที่เหมาะสม
8. กิจกรรมเพื่ออนุรักษ์ประเพณีวัฒนธรรมไทยต่าง ๆ เช่น วันผู้สูงอายุแห่งชาติ วันผู้สูงอายุสากล วันพ่อแห่งชาติ เป็นต้น
9. ให้คำปรึกษาแนะนำ และการแก้ไขปัญหาของผู้สูงอายุทั้งด้านสุขภาพกายสุขภาพจิต และการดำรงชีวิตประจำวันตามความเหมาะสมแต่ละราย

2.3 แนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ

Lois Barclay Murphy (อ้างจาก สรรกุล เจนอบรม 2534:95) ได้พูดถึงเรื่อง การจัดสภาพแวดล้อมว่าเป็นการป้องกันและสร้างความสะดวกสบายให้กับชีวิต เช่นเดียวกับ Roy Homlin กล่าวว่าการจัดสภาพแวดล้อมให้กับผู้สูงอายุเป็นการรักษาสภาพที่เป็นอยู่มากกว่าจะเป็นการพัฒนาสิ่งแวดล้อมเพื่อการสร้างสมรรถภาพ ซึ่งหมายถึงเป็นการจัดเพื่อให้ผู้สูงอายุได้คงสภาพความสามารถในการทำหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ หรือให้เสื่อมสมรรถภาพช้าที่สุด ไม่ได้จัดเพื่อให้ผู้สูงอายุพัฒนาสมรรถภาพต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เพราะวัยผู้สูงอายุไม่สามารถที่จะพัฒนาการทำงานของอวัยวะให้ดีขึ้นหรือแข็งแรงขึ้นได้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

นอกจากสภาพแวดล้อมทางกายแล้ว สภาพแวดล้อมทางสังคมก็มีความสำคัญสำหรับผู้สูงอายุด้วยเช่นกัน เนื่องจาก ผู้สูงอายุมักมีความต้องการที่จะสมาคมกับบุคคลอื่น เช่น เพื่อนบ้าน หรือเพื่อนในกลุ่มชมรมด้วยกัน ดังนั้นการจัดสภาพแวดล้อมทางสังคมจึงมีความจำเป็นต่อผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันภายในสังคมได้อย่างปกติสุข

สภาพแวดล้อมกึ่งสาธารณะบางอย่าง เช่น โถงพักผ่อนในโรงแรม ร้านอาหารหรืออาคารต่าง ๆ มักมีการจัดสภาพแวดล้อมที่เป็นการส่งเสริมให้มีการกระทำต่อกันเช่น มีการจัดที่นั่งให้ผู้นั่งมองเห็นกัน ใช้สายตาต่อกันได้และมีระยะห่างกันพอเหมาะ กล่าวได้ว่าสภาพแวดล้อมประเภทนี้พยายามดึงบุคคลเข้าหากันเพื่อให้มีการปฏิสัมพันธ์ต่อกันนั่นเอง (วิมลสิทธิ์ หรยางกูร.2537:242) และการให้ผู้สูงอายุสภาพแวดล้อมเป็นผู้มีอิสระในการจัดอาณาเขตของตน ย่อมเป็นไปตามธรรมชาติของมนุษย์ในการแสวงหาอาณาเขตครอบครอง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สำหรับสภาพแวดล้อมที่ผู้ใช้ไม่ได้เป็นเจ้าของ ผู้ใช้มีความจำเป็นต้องสร้างเอกลักษณ์ส่วนบุคคลขึ้น ดังนั้นการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพที่จัดเตรียมไว้อย่างตายตัว โดยปราศจากความยืดหยุ่นในการเปลี่ยนแปลงได้ตามความต้องการของแต่ละบุคคล จึงเป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยง (วิมลสิทธิ์ หรยางกูร.2537:220)

Shelly : 1975 (อ้างจาก กาญจนา ใ้อวด 2540:4) กล่าวว่า การออกแบบสภาพแวดล้อมคือการตัดสินใจว่าจะจัดการทรัพยากรที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมกายภาพที่มีอยู่อย่างไรให้เกิดความพึงพอใจได้ เพราะสภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อลักษณะทางจิตใจในเรื่องของความพึงพอใจของผู้อยู่อาศัย เป็นสิ่งที่ตอบสนองหรือบ่งบอกคุณค่าของชีวิต ความพึงพอใจทำให้เกิดความสุขและจากการศึกษาพื้นที่กิจกรรมทางสังคมของ Koncelik : 1982 (อ้างจากกาญจนา ใ้อวด 2540:41)พบว่า หลักใหญ่ ๆ ในการออกแบบพื้นที่ควรคำนึงถึงวิถีการดำเนินชีวิตในสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุและกฎเกณฑ์ข้อบังคับของสถานที่ ในพื้นที่ทางสังคมควรเป็นพื้นที่ที่สามารถติดต่อสื่อสารกับเพื่อนและหมู่คนที่รู้จัก และควรจัดเฟอร์นิเจอร์เพื่อเตรียมสำหรับปรับเปลี่ยนตามวัตถุประสงค์หรือความต้องการได้

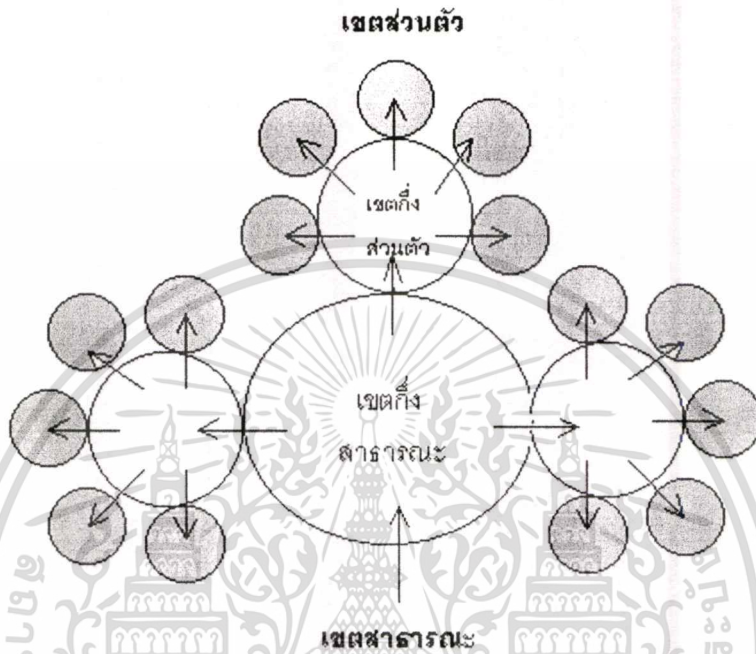
มะลิฉัตร เอื้ออนันท์ : 2532 ได้ทำการศึกษาพบว่า ความปลอดภัยเป็นวิธีการหนึ่งในการจัดสภาพแวดล้อมที่ทำให้เกิดความพึงพอใจได้ เนื่องจากผู้สูงอายุมักมีความต้องการเหมือนบุคคลในวัยอื่น คือนอกเหนือจากความต้องการทางร่างกายและจิตใจแล้วยังต้องการการคุ้มครองดูแลรวมถึงความต้องการทางด้านความปลอดภัยเพื่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างปกติสุขอีกด้วย

New Man, (1972 : 9) ได้เสนอแนวคิดในการวางผังโดยให้ผู้ครอบครองพื้นที่ตระหนักถึงการมีลำดับการครอบครองอาณาเขต โดยการจัดให้สภาพแวดล้อมกายภาพแยกเป็นเขตย่อย ๆ ตามลำดับความเป็นสาธารณะและเขตส่วนตัวโดยมีการแบ่งดังนี้

1. อาณาเขตสาธารณะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. อาณาเขตกึ่งสาธารณะ
3. อาณาเขตกึ่งส่วนตัว
4. อาณาเขตส่วนตัว



รูปที่ 2.3 แสดงการจัดลำดับชั้นของอาณาเขตครอบครองจากเขตสาธารณะถึงเขตส่วนตัว

New Man ได้เสนอแนวคิดไว้สำหรับการป้องกันการล่งล้ำเข้าไปในเขตพักอาศัยโดยให้ผู้อยู่อาศัยได้ตระหนักถึงการมีลำดับชั้นของอาณาเขตครอบครองจากเขตสาธารณะถึงเขตส่วนตัว แนวคิดดังกล่าวสามารถนำมาประกอบกับแนวทางการวางผังภายในศูนย์ผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการกำหนด Zoning ของส่วนต่าง ๆ ให้เป็นไปอย่างเหมาะสมและสอดคล้องกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้น

แนวทางสำคัญของการพิจารณาพฤติกรรมที่เว้นว่างส่วนบุคคลซึ่งเกี่ยวข้องกับการออกแบบหรือการวางผังสภาพแวดล้อม แบ่งออกเป็น 2 ประเด็น คือ

1. การจัดสภาพแวดล้อมกายภาพตามลำดับของการส่งเสริมให้มีการกระทำต่อกันมากหรือน้อย คือการจัดสภาพแวดล้อมที่ดึงดูดบุคคลเข้าหากันหรือแยกบุคคลออกจากกัน เช่นการจัดบริเวณที่นั่งเป็นต้น
2. การจัดสภาพแวดล้อมกายภาพตามระดับข่าวสารที่ได้รับหรือส่งออก เป็นลักษณะของกิจกรรมและการกระทำต่อกัน ระยะห่างต่าง ๆ เป็นระยะที่นอกจากจะสัมพันธ์กับการรับส่งข่าวสารแล้วยังเป็นระยะที่สัมพันธ์กับกิจกรรมต่าง ๆ ด้วย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ดังนั้น การจัดสภาพแวดล้อมกายภาพต้องให้สอดคล้องกับพฤติกรรมที่เว้นว่างส่วนบุคคลของบุคคลในสภาพการณ์ต่าง ๆ กัน (วิมลสิทธิ์ ทรายางกูร.2537 : 243)

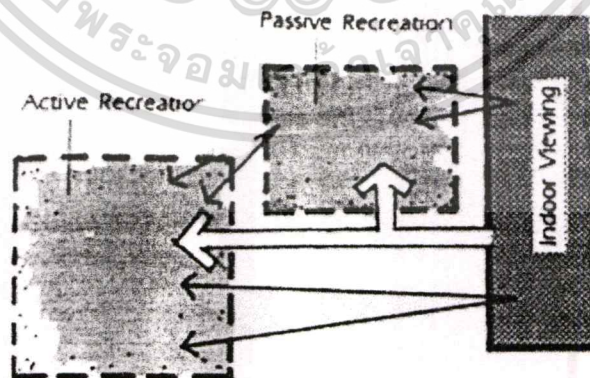
Izumi :1965 (อ้างใน ปาจารย์ยา มหากาญจนะ 2542 :25) ได้แบ่งอาคารออกเป็น 2 ประเภท โดยใช้แนวความคิดเรื่องความสำคัญทางด้านจิตวิทยาสังคม (psychosocial) ได้แก่ อาคารประเภท “anthropozemic” และ “anthropophilic” อาคารที่อยู่ในพวก anthropozemic คือ อาคารที่มนุษย์ไม่คุ้นเคยและไม่ได้คำนึงถึงความต้องการของมนุษย์เป็นประการสำคัญ ตัวอย่างเช่น โรงงานผลิตพลังงานต่าง ๆ ที่ถูกออกแบบเพื่อใช้บรรจุเครื่องจักรกลและอุปกรณ์ต่าง ๆ ที่ไม่มีชีวิต ส่วนอาคารที่จัดอยู่ในพวก anthropophilic คืออาคารที่ถูกออกแบบเพื่อการใช้สอยของมนุษย์เป็นหลัก เช่น หอพักผู้ป่วย โรงพยาบาล เป็นต้น Izumi เสนอว่า ยิ่งอาคารนั้นมีแนวโน้มว่าจะจัดอยู่ในประเภท anthropozemic คือ มีความเกี่ยวข้องกับมนุษย์มากเท่าไรก็ยิ่งจำเป็นต้องนึกถึงความสำคัญทางด้านจิตวิทยาสังคมมากขึ้นเท่านั้น (Sarrinen. 1976 :48-49)

2.3.1 แนวทางการออกแบบพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายนอกอาคาร

2.3.1.1 พื้นที่นันทนาการและการออกกำลังกาย

แนวความคิด : สุขภาพและการออกกำลังกายที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุมักเลือกใช้พื้นที่ภายนอกอาคารเป็นอันดับแรกและ แนวทางการออกแบบจะต้องคำนึงถึงข้อจำกัดของผู้สูงอายุด้วย รวมทั้งจะต้องเสนอแนวทางการออกกำลังกายไว้หลายระดับเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถกำหนดระดับของการออกกำลังกายของตนเองได้ การจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกจะเป็นการเสริมให้ผู้สูงอายุได้ใช้พื้นที่และอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้อย่างปลอดภัยและมั่นคง

1) การออกแบบและการกำหนดตำแหน่งพื้นที่ (Location) :



รูปที่ 2.4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายนอกอาคาร

(ที่มา : Diane Y. Carter, "Site Planning and Design for Elderly", Van Nostrand Reinhold Company, New York, 1993. หน้า 87)

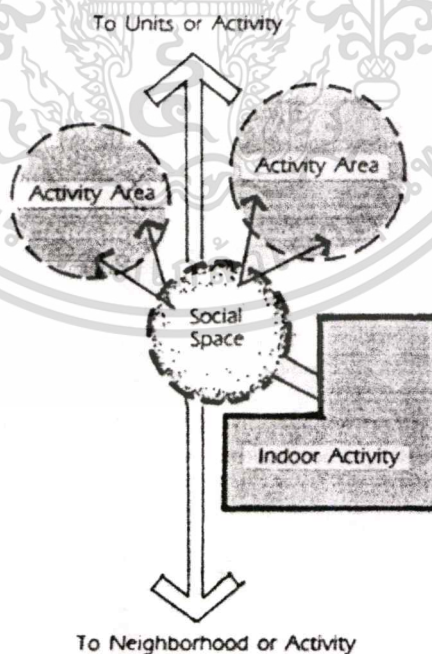
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1. พื้นที่สำหรับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพนั้น โดยเฉพาะการออกกำลังกายเพื่อการฟื้นฟูต่างๆ ควรอยู่ใกล้กับตัวอาคารหรืออยู่ในอาคารก็ได้ และผู้ใช้สามารถเลือกระดับในการเล่นอุปกรณ์ได้ตามความเหมาะสมของตนเอง และถ้าใกล้ชิดกับส่วนที่เป็นพื้นที่ทางสังคมภายในอาคารจะยิ่งทำให้เพิ่มโอกาสในการออกกำลังกายเพื่อแสดงให้ผู้อื่นชมได้อย่างเต็มที่
2. พื้นที่การออกกำลังกายภายนอกอาคารจะอยู่ห่างออกไปจากตัวอาคาร แต่ต้องสามารถมองเห็นได้จากภายในตัวอาคาร การที่สามารถมองเห็นได้จากภายในตัวอาคารเป็นจุดสำคัญของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม

2) ตัวอย่างพื้นที่กิจกรรมภายนอกอาคาร

1. กิจกรรมนันทนาการกีฬาเปตอง ขนาดพื้นที่มาตรฐานคือ 4 x 15 เมตร หรือ 60 ตารางเมตร อุปกรณ์ประกอบด้วย ลูกบอล และลูกเป้า เป็นกิจกรรมที่นิยมของผู้สูงอายุในหลายๆ ประเทศ รวมทั้งประเทศไทย
2. กิจกรรมนันทนาการกายบริหารกลางแจ้ง เป็นการออกกำลังกายแบบมือเปล่า เป็นกิจกรรมกลุ่ม ในปัจจุบันนิยมใช้ทำรำมวยจีนประกอบท่าออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ และการเดินแอโรบิคกลางแจ้ง เป็นต้น

2.3.1.2 พื้นที่กิจกรรมทางสังคม (Social Space)



รูปที่ 2.5 แสดงการเชื่อมโยงพื้นที่กิจกรรมภายนอกและภายในอาคารด้วยพื้นที่ทางสังคม

(ที่มา : Diane Y. Carter, "Site Planning and Design for Elderly", Van Nostrand Reinhold

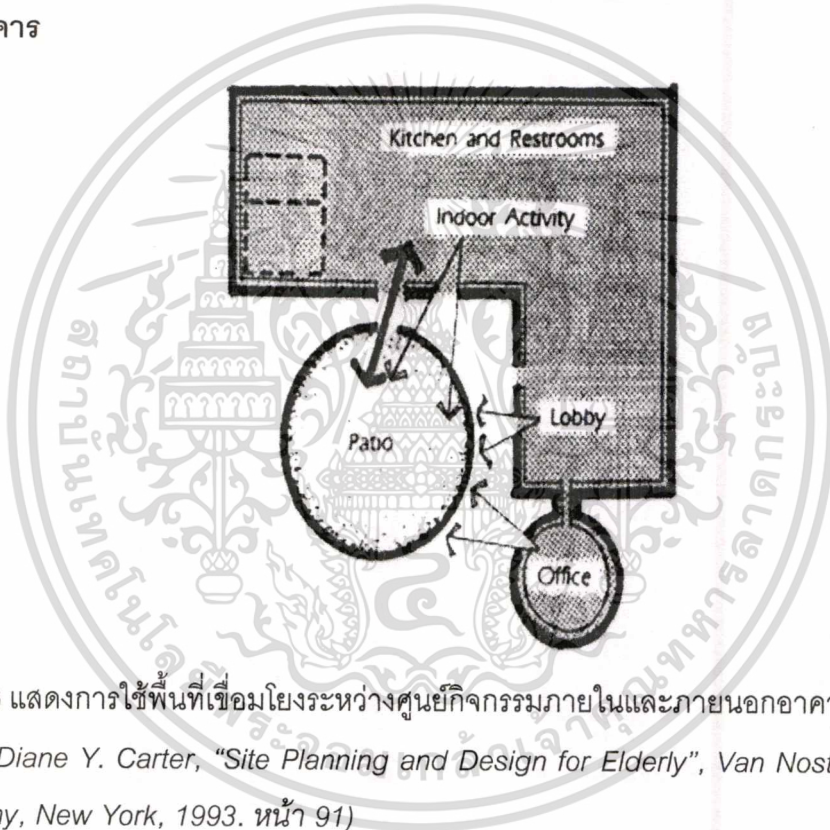
Company, New York, 1993. หน้า 84)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์เพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การจัดกลุ่มพื้นที่ว่างทางสังคมให้ใกล้กับศูนย์กิจกรรมต่างๆ ทั้งในร่มและกลางแจ้ง และเป็นชุมทางของเส้นทางเดินเท้าที่ใช้เชื่อมกับศูนย์กิจกรรมต่างๆนั้น เป็นการเพิ่มโอกาสในการเข้าใช้พื้นที่ดังกล่าวได้อย่างสูงสุด และยังช่วยให้เกิดการเป็นสังคมแบบบังเอิญไม่ตั้งใจอีกด้วย ระยะห่างระหว่างพื้นที่ทางสังคมกับศูนย์กิจกรรมต่างๆ ควรอยู่ในระยะประมาณ 30 เมตร เพื่อให้ผู้ใช้สามารถที่จะมองเห็นกิจกรรมที่กำลังทำอยู่และจดจำได้ว่าเป็นกิจกรรมอะไร ถ้าต้องการให้จดจำตัวบุคคลได้ ควรกำหนดให้ระยะทางที่ยิ่งใกล้กว่านี้ (Diane Y. Carter. 1993 : 80-82)

2.3.1.3 การใช้พื้นที่เชื่อมโยงระหว่างศูนย์กิจกรรมภายในและภายนอกอาคาร



รูปที่ 2.6 แสดงการใช้พื้นที่เชื่อมโยงระหว่างศูนย์กิจกรรมภายในและภายนอกอาคาร

(ที่มา : Diane Y. Carter, "Site Planning and Design for Elderly", Van Nostrand Reinhold Company, New York, 1993. หน้า 91)

Diane Y. Carstens (1993 : 90-95) ได้เสนอแนวทางการออกแบบองค์ประกอบต่างๆ ในการออกแบบที่ตั้งสำหรับกิจกรรมนันทนาการ ไว้ว่า การแบ่งสรรการใช้พื้นที่ภายในบริเวณอาคารกับการใช้พื้นที่ภายนอกอาคารซึ่งขึ้นอยู่กับเหตุผลที่ต้องการใช้พื้นที่นั้นๆ โดยตำแหน่งการจัดทำลานภายนอกอาคาร (Patio) จะต้องเชื่อมระหว่างศูนย์กิจกรรมภายในและภายนอกอาคาร โดยคำนึงถึงการเชื่อมโยงทางสายตาจากภายในอาคารเพื่อให้เกิดความรู้สึกปลอดภัยและมั่นคง

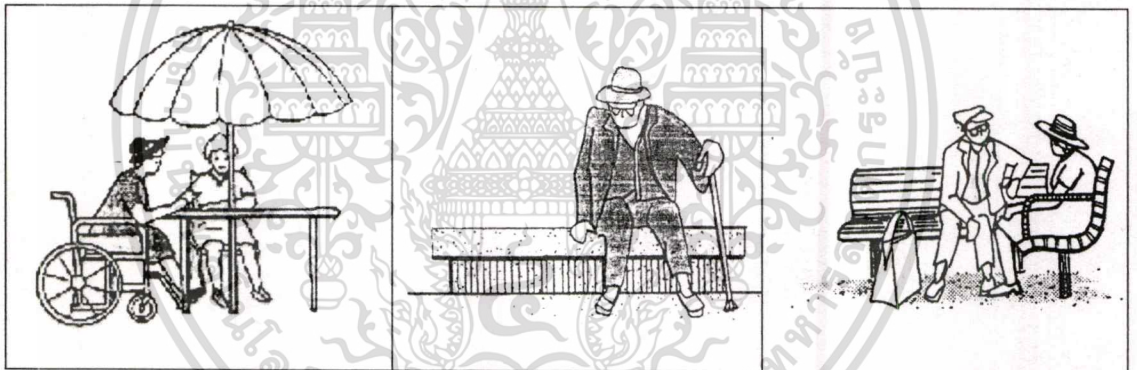
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การเข้าออกระหว่างพื้นที่ภายในและภายนอกอาคารที่มีสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน เป็นสิ่งที่สำคัญมากเป็นพิเศษสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่แข็งแรงผู้ซึ่งไม่มีความแน่ใจในความสามารถของตนเองว่าจะเข้าร่วมกิจกรรมได้หรือไม่

ผู้สูงอายุจำนวนมากจึงต้องการเวลาที่จะประเมินสิ่งแวดล้อมและเตรียมตัวสำหรับการเปลี่ยนแปลงในสภาพแวดล้อม ดังนั้นบริเวณจุดเชื่อมต่อและทางเดินเชื่อมเพื่อเข้าถึงสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ควรมีเส้นทางที่สามารถเข้าถึงได้โดยง่ายและสะดวกรวดเร็วทั้งจุดเชื่อมต่อระหว่างพื้นที่ภายในและพื้นที่ภายนอกอาคาร และจุดเชื่อมต่อระหว่างพื้นที่ภายนอกและพื้นที่ภายนอกอาคาร

2.3.1.4 สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับพื้นที่กิจกรรมภายนอกอาคาร

พื้นที่พักผ่อนหย่อนใจมีกิจกรรมภายนอกอาคารนั้น ควรมีการจัดที่นั่งสำหรับการนั่งดูกิจกรรมและสนทนาระหว่างสมาชิกที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรม หรือพักเหนื่อยจากกิจกรรม อาจประกอบด้วยโต๊ะเก้าอี้ หรือเป็นม้านั่งแบบไม่มีพนักพิง หรือมีพนักพิงก็ได้



รูปที่ 2.7 แสดงเก้าอี้พักผ่อนภายนอกอาคาร

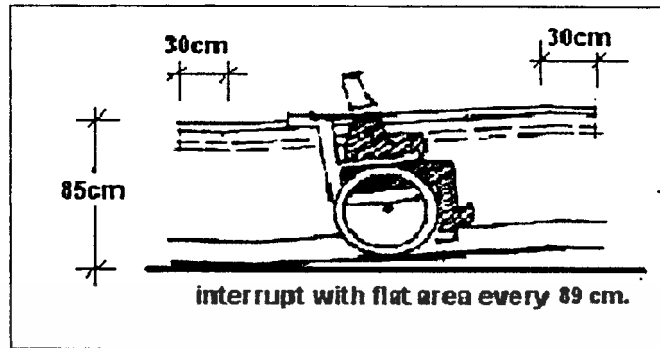
(ที่มา : Diane Y. Carter, "Site Planning and Design for Elderly", Van Nostrand Reinhold Company, New York, 1993. หน้า 124-126)

2.3.1.5 เส้นทางเดินภายนอกอาคาร

ประกอบด้วยพื้นที่ทางเดิน ทางลาด บันได และประตู เพื่อเข้าสู่ภายในอาคาร จากการศึกษาพบว่า การออกแบบพื้นที่ทางเข้าอาคาร ควรคำนึงถึงสภาพและข้อจำกัดทางกายภาพของผู้สูงอายุเป็นประเด็นสำคัญควรมี การใช้ราวยึดจับเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุในการเดิน และไม่ควรรยกพื้นตรงบริเวณทางเข้าประตู และควรจัดทางลาดให้สำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการเดินหรือผู้สูงอายุที่ใช้รถเข็นคนพิการ เป็นต้น ซึ่งแนวทางการออกแบบมีดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1) ทางลาด (Ramp) ควรมึลักษณะดังนี้



รูปที่ 2.8 แสดงขนาดของทางลาดที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

(ที่มา : Isaac Green, "Housing for the Elderly", Van Nostrand Reinhold Company, New York, 1975. หน้า 140)

พื้นที่ที่มีการยกกระดืบ (Gradient) ที่มีค่ามากกว่า 5 % ควรจะมีการทำทางลาด ซึ่งมีข้อควรคำนึง ดังนี้ (Isaac Green et al., 1975 : 140)

1. การยกกระดืบควรไม่เกิน 8.33 %
2. ระยะทางเข้าบริเวณหัวและท้ายของทางลาด ควรมีระยะประมาณ 1.80 เมตร
3. ความกว้างของทางลาดประมาณ 1.5 เมตร เป็นอย่างน้อย ซึ่งพอเพียงสำหรับการใช้งานสวนทางกันของผู้สูงอายุปกติ และรถเข็นคนพิการ ถ้าต้องการใช้สำหรับการสัญจรทางเดียว ควรกำหนดความกว้างประมาณ 1.35 เมตร และไม่ควรน้อยกว่า 1.05 เมตร
4. ขอบทางลาด (Curbs or Ramp Guards) จะมีความสูงระหว่าง 5 – 6.5 เซนติเมตร เพื่อป้องกันการลื่นไถล หรือช่วยให้รถเข็นอยู่ในเส้นทาง

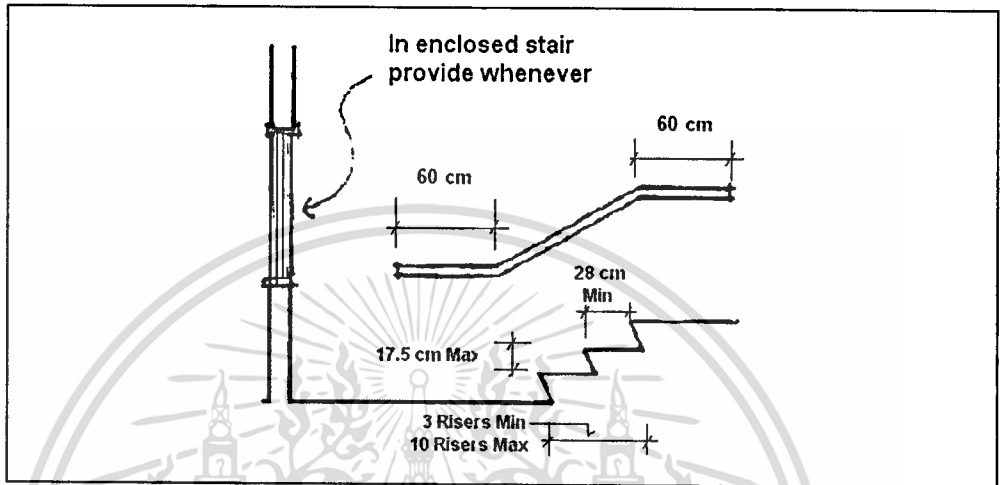
2) บันได (Stairs) ควรมึลักษณะดังนี้

1. จำนวนชั้นบันไดไม่ควรน้อยกว่า 3 ชั้นและไม่เกิน 10 ชั้น ให้มีระยะสั้นที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ แต่ต้องไม่น้อยกว่า 3 ชั้น เนื่องจากบันไดที่มีจำนวนชั้นน้อยกว่า 3 ชั้นนั้น ผู้สูงอายุจะสังเกตได้ยาก โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสายตา
2. ความสูงของชั้นบันไดควรมีระยะประมาณ 12.5 – 15.0 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 17 เซนติเมตร จะเหมาะสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางสายตา สำหรับผู้สูงอายุปกติหรือคนปกติ ความสูงของชั้นบันไดจะเป็น 10 เซนติเมตร
3. ความลึกของพื้นบันไดไม่ควรน้อยกว่า 28 เซนติเมตร แต่ระยะที่ดีที่สุดคือ 30 เซนติเมตร เพราะสามารถวางเท้าได้เต็มเท้า

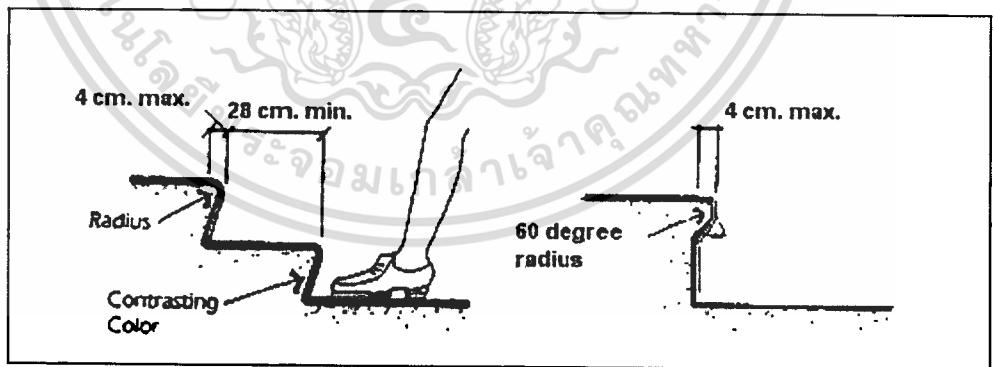
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. กรณีมีการใช้งานบันไดบ่อยครั้ง ความกว้างของที่วางเท้าควรกว้างกว่า 30 เซนติเมตร โดยมีความกว้างของชานบันไดประมาณ 48 – 51 เซนติเมตร จะดีที่สุด
5. การสร้างผิวพื้นและส่วนยื่นของราวจับ จะช่วยเตือนให้ผู้สูงอายุรับรู้ว่าได้เข้าสู่ตัวบันไดแล้ว



รูปที่ 2.9 แสดงขนาดบันไดและราวจับที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
(ที่มา : Isaac Green, "Housing for the Elderly", Van Nostrand Reinhold Company, New York, 1975. หน้า 140)



รูปที่ 2.10 แสดงขนาดของลูกตั้งลูกนอน และจุ่มกบันไดที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
(ที่มา : Diane Y. Carter, "Site Planning and Design for Elderly", Van Nostrand Reinhold Company, New York, 1993. หน้า13)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.2 แนวทางการออกแบบพื้นที่กิจกรรมภายในอาคาร

2.3.2.1 พื้นที่กิจกรรมอเนกประสงค์

วัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุนั้น เพื่อเป็นการดึงศักยภาพของผู้สูงอายุในการปรับตัวและเปลี่ยนวิถีชีวิตไปตามกระบวนการสูงวัยอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดกิจกรรมทางสังคมร่วมกันนั้นเป็นการเพิ่มโอกาสในการพบปะกันของกลุ่มผู้สูงอายุ ก่อให้เกิดการพัฒนาการและร่วมไปกับผู้สูงอายุคนอื่น และกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ ที่มีอยู่ในชุมชน

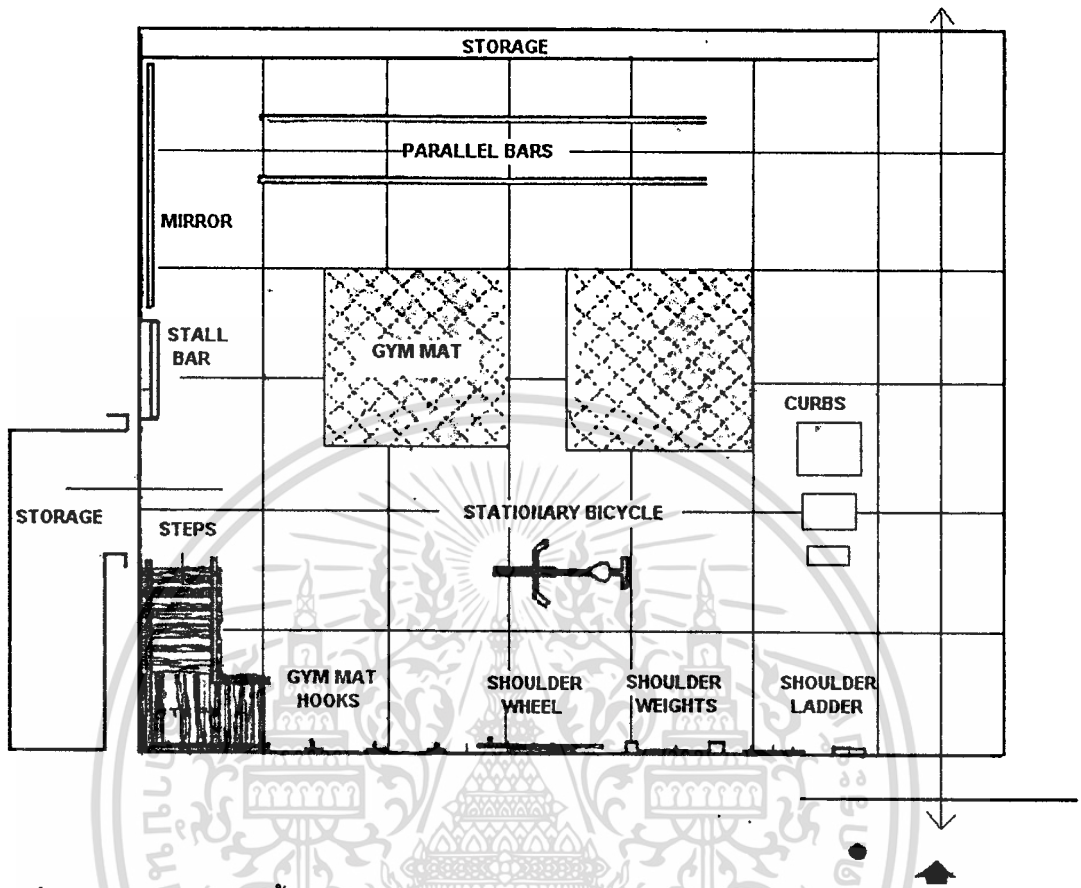
การจัดกิจกรรมนันทนาการร่วมกันนั้น เป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุได้คลายความว้าเหว การแยกตัวออกจากสังคม และการพึ่งพิงผู้อื่น ซึ่งเป็นกระบวนการที่จะบังเกิดขึ้นในช่วงวัยของการชราภาพและการเกษียณจากงาน การออกแบบพื้นที่ใช้สอยด้านนันทนาการร่วมกันที่ดีนั้น จะต้องสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุได้แสดงตัวเองออกมาได้อย่างเต็มที่ ประสบความสำเร็จตามต้องการ รวมทั้งได้รับประสบการณ์ใหม่ๆ และเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับชุมชน

การจัดโปรแกรมสำหรับพื้นที่ใช้สอยด้านนันทนาการร่วมกันนั้น จะต้องตอบสนองความต้องการที่หลากหลายและแตกต่างกัน กันไปตามกลุ่มอายุต่าง ๆ ของประชากรผู้สูงอายุ และจะต้องคำนึงถึงประสบการณ์ที่ผ่านมา วัฒนธรรมประเพณีของแต่ละคนที่แตกต่างกันไป การที่จะจัดกิจกรรมใด ๆ สำหรับพื้นที่นันทนาการร่วมที่สามารถตอบสนองทั้งความปรารถนาและความสนุกสนานจริงไปด้วยในเวลาเดียวกันนั้นเป็นความยุ่งยากอย่างยิ่ง อย่างไรก็ตาม อย่างน้อยที่สุดควรมีพื้นที่ดังต่อไปนี้เพื่อจัดสรรไว้สำหรับการใช้สอยร่วมกัน คือ

ห้องอเนกประสงค์ (Multipurpose Room) ควรมีขนาดพื้นที่ประมาณ 90 ตารางเมตร เป็นอย่างน้อย และควรจัดแบ่งพื้นที่ว่างเป็นสองส่วน ได้แก่ Kitchenette เป็นส่วนให้บริการสำหรับห้องอเนกประสงค์ และควรมีขนาดพื้นที่อย่างน้อย 5.40 ตารางเมตร

ห้องเก็บของ (Storage) เป็นพื้นที่อำนวยความสะดวกสำหรับห้องอเนกประสงค์ แบ่งเป็นพื้นที่สำหรับเก็บโต๊ะและเก้าอี้ ควรมีขนาดอย่างน้อย 6.30 ตารางเมตร และเป็นที่สำหรับตู้เก็บของ ชั้นเก็บอุปกรณ์ต่างๆ อย่างน้อย 2.70 ลูกบาศก์เมตร

2.3.2.2 พื้นที่ออกกำลังกายและอุปกรณ์ออกกำลังกาย

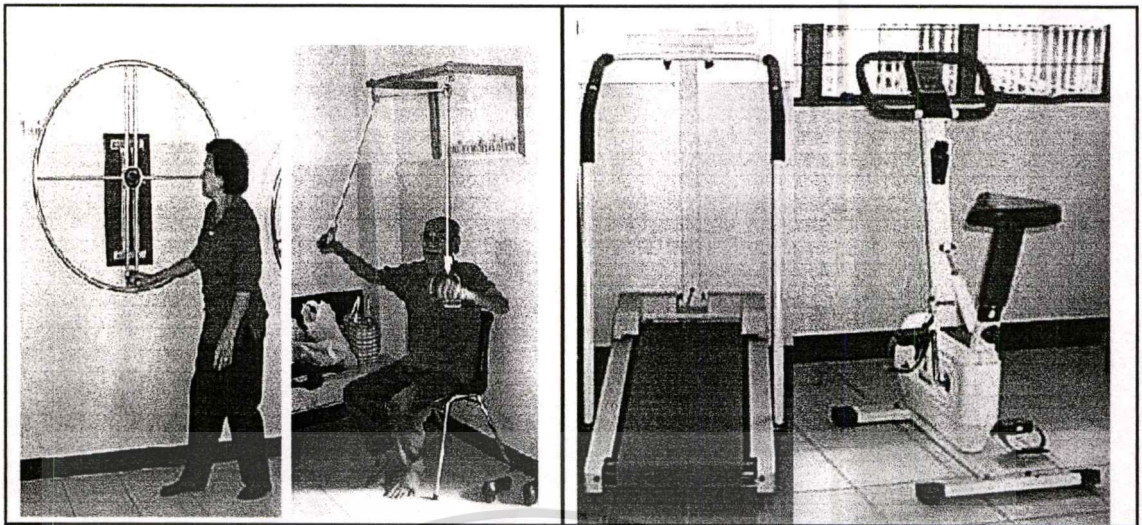


รูปที่ 2.11 ตัวอย่างผังพื้นที่ของห้องกายภาพบำบัดและอุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับการฟื้นฟูสมรรถภาพสำหรับผู้สูงอายุ

(ที่มาของข้อมูล : Joseph De Chiara. "Time-Saver Standards for Building Types." 1973 : 371)

พื้นที่ออกกำลังกายและอุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุนั้น มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อเป็นการฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายให้คงอยู่กับผู้สูงอายุให้นานที่สุด ไม่เสื่อมถอยไปตามสภาพของกระบวนการชราภาพโดยปกติธรรมดา ในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุโดยการใช้ใช้อุปกรณ์ออกกำลังกายนั้น จะประกอบด้วยรอกแขน วงล้อหมุนไหล่ จักรยาน ตูมน้ำหนัก ลูกวิ่ง และ อื่น ๆ นอกจากนี้ ยังจำเป็นต้องมีเสื่อสำหรับการออกกำลังกายในท่านอนหรือนั่ง การออกแบบการติดตั้งอุปกรณ์เป็นสิ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้ อุปกรณ์บางชนิดใช้ติดยึดเข้ากับผนังของห้อง และบางประเภทจะวางอยู่กับพื้น ดังนั้นพื้นที่การใช้งานจะเป็นไปตามลักษณะการติดตั้ง การจัดกลุ่มของอุปกรณ์ให้สามารถเข้าใช้งานได้ง่าย การใช้งานสะดวก ไม่ยุ่งยากในการซ่อมบำรุงและง่ายต่อการดูแลรักษาอุปกรณ์ต่าง ๆ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

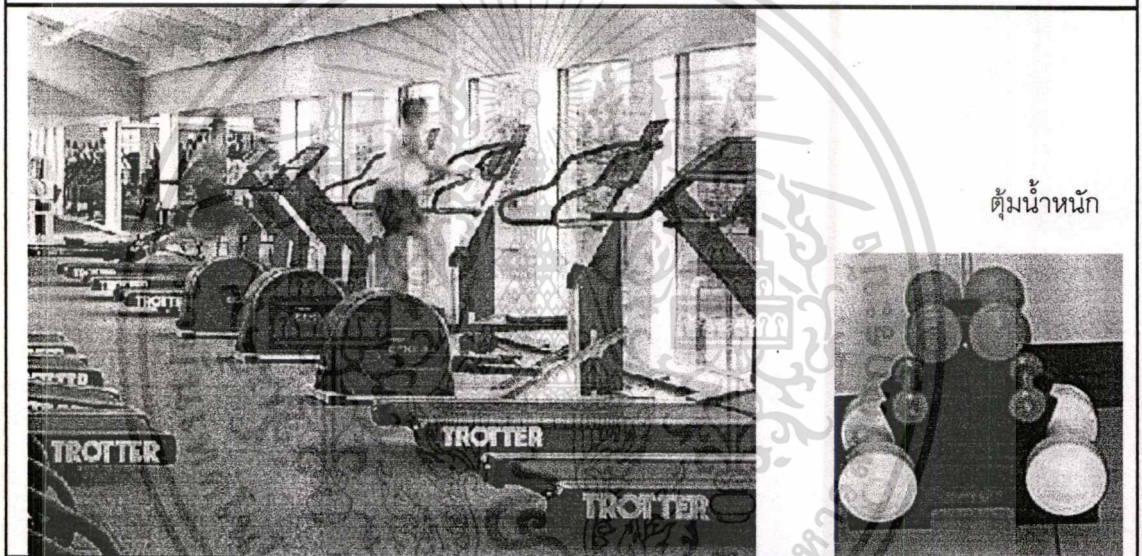


วงล้อหมุนใหญ่

รอกแขน

ลู่วิ่ง

จักรยาน



ดัมเบลน้ำหนัก

รูปที่ 2.12 แสดงตัวอย่างอุปกรณ์ออกกำลังกายมาตรฐานที่ใช้ในการฟื้นฟูสมรรถภาพของผู้สูงอายุและตัวอย่างการจัดเรียงอุปกรณ์

2.3.2.3 พื้นที่กิจกรรมทางศาสนา

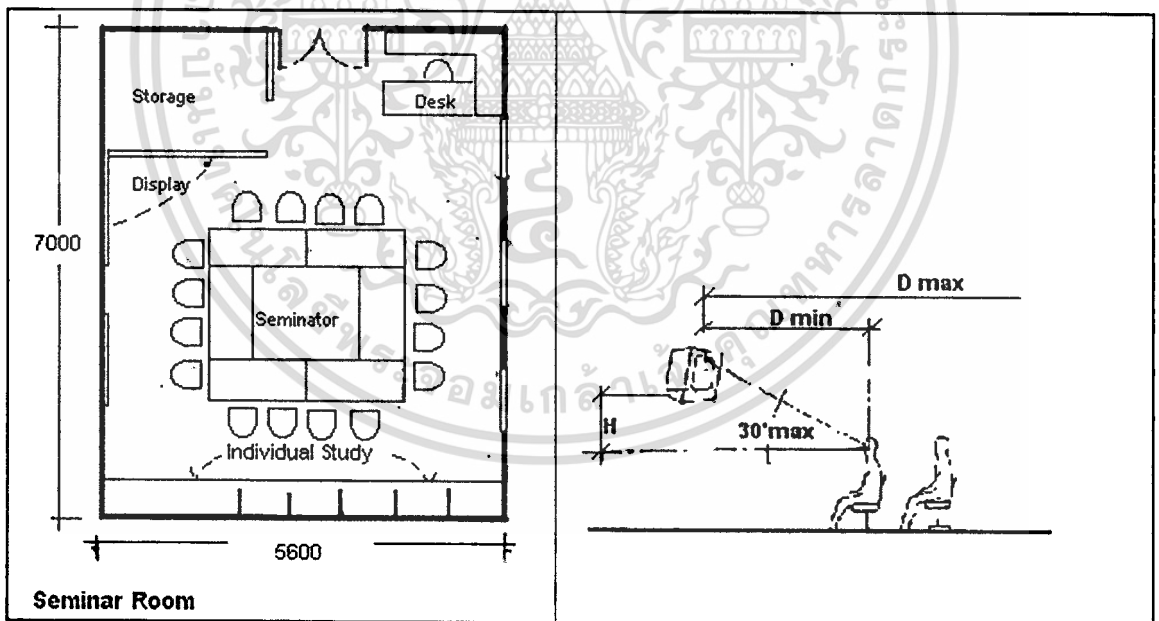
กิจกรรมทางศาสนาจัดว่ามีความสำคัญทางด้านจิตวิทยาต่อผู้สูงอายุในการสร้างมั่นคงทางด้านอารมณ์และการยอมรับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจและสังคม กิจกรรมทางศาสนานั้นเป็นการสร้างบรรยากาศแห่งพิธีกรรม ความศรัทธา ความเยียบสงบ เพื่อให้เกิดความตั้งมั่นของสมาธิ กิจกรรมหลักทางด้านศาสนาที่สามารถจัดได้อย่างเหมาะสมกับกาลสมัยได้แก่ การบำเพ็ญภาวนา การสวดมนต์ และที่จะให้ประโยชน์ต่อผู้สูงอายุอย่างมากได้แก่ การฝึกและเสริมสร้างสมาธิให้กับผู้สูงอายุยอมช่วยให้ผู้สูงอายุยอมรับการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆในบ้านปลายแห่งชีวิต นอกจากนี้ การตั้งพื้นที่สำหรับโต๊ะหมู่บูชาอาจเป็นศูนย์รวมแห่งพิธีกรรมและการยึดมั่นศรัทธาสำหรับผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี การจัดกิจกรรมสำหรับวันสำคัญในทางพุทธศาสนาเป็นอีกเอกสารนี้เป็นเอกสารที่ส่งวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

กิจกรรมที่เป็นที่ต้องการของผู้สูงอายุ การจัดสรรพื้นที่สำหรับกิจกรรมทางศาสนาจะต้องคำนึงถึงความเจ็บสงบ ควรให้มีการรบกวนจากกิจกรรมอื่นๆ ให้น้อยที่สุด ยิ่งถ้ามีการจัดกิจกรรมการทำสมาธิ ยังต้องการความเป็นส่วนตัว หรือไม่ควรมีการรบกวนจากเสียงอื่นๆ เป็นอย่างยิ่ง

พื้นที่กิจกรรมทางศาสนา เพื่อให้สมาชิกผู้สูงอายุได้ใช้พื้นที่สำหรับการสวดมนต์ นั่งสมาธิเป็นการสร้างความสงบจิตใจ ควรมีบรรยากาศสงบ การพิจารณาพื้นที่ใช้สอยควรคำนึงถึงท่าก้มกราบประมาณ 1.25×0.70 เมตร ได้เนื้อที่ประมาณ 0.875 ตารางเมตรต่อคน หรือ ช้อแนะนำจาก "Design of Long-Term Care Facilities" ใช้พื้นที่ประมาณ 1.35 – 2.25 ตารางเมตรต่อคน (Laszlo Aranyi, 1986:105)

2.3.2.4 พื้นที่กิจกรรมการอบรมสาธิตให้ความรู้

พื้นที่กิจกรรมมุ่งเน้นการอบรมและสาธิตเป็นหลัก โดยผู้ใช้งานประกอบด้วยวิทยากรนำในการฝึกอบรมและสาธิต ผู้เข้าฝึกอบรม การมองเห็นวิทยากรและการได้ยินเสียงของวิทยากรเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้รับการฝึกอบรมจะสามารถติดตามการอบรมได้อย่างเข้าใจและสามารถปฏิบัติตามได้ ช้อแนะนำจาก "Design of Long-Term Care Facilities" ใช้พื้นที่ประมาณ 1.35 – 2.25 ตารางเมตรต่อคน (Laszlo Aranyi, 1986:105)



รูปที่ 2.13 แสดงการจัดพื้นที่สำหรับการประชุมและสัมมนา และการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนตามมุมมองเห็นที่เหมาะสม

(ที่มา : John Jordan. "New Matric Handbook : Higher Education", The Architectural Press Ltd., London.1979. p.270)

ภาพตัวอย่างพื้นที่ห้องสัมมนาและอบรมสาริต ขนาด 7 x 5.6 เมตร หรือ 39.2 ตารางเมตร เป็นตัวอย่างผังการจัดพื้นที่สำหรับการอบรมสัมมนา ประกอบด้วยพื้นที่สำหรับผู้เข้าร่วมสัมมนาจัดในรูปของจัตุรัสเพื่อให้สามารถอภิปรายกันได้ นอกจากนี้ยังมีการจัดพื้นที่สำหรับการแสดงผลงานหรือเนื้อหา (display) ที่มุมห้อง และมีการจัดพื้นที่สำหรับจัดเก็บอุปกรณ์และเครื่องใช้ของห้องสัมมนา พื้นที่ของส่วนเจ้าหน้าที่ เป็นต้น และตัวอย่างของการจัดพื้นที่สำหรับการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนติดเพดานสำหรับห้องเรียนหรือห้องประชุมสัมมนา ความกำหนดความสูงของจอโทรทัศน์ ไม่ควรให้มีมุมเงยจากระดับสายตา เกินกว่า 30 องศา และพื้นที่ชมจะอยู่ในช่วงของ $D_{min} - D_{max}$ ดังแสดงในตาราง

ตารางที่ 2.3 แสดงค่าวิกฤติต่างๆ ของระยะติดตั้งโทรทัศน์ (TV Viewing Criteria)

ขนาดจอ (mm)	Seating row spacing (mm)						Dmax	พื้นที่ครอบคลุม (ตร.เมตร)
	900		1300		1550			
	Dmin	H	Dmin	H	Dmin	H		
425 (17 นิ้ว)	1650	650	1250	425	1125	350	4425	14.4
520 (21 นิ้ว)	2125	850	1625	562	1450	462	5700	24.2
595 (24 นิ้ว)	2400	962	1825	620	1625	520	6425	30.2

(ที่มา : John Jordan. "New Metric Handbook : Higher Education", The Architectural Press Ltd., London.1979. p.272)

2.3.2.5 พื้นที่การประชุม

ใช้เป็นห้องประชุมสำหรับกรรมการและสมาชิก สามารถจัดเป็นส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ได้ พื้นที่ใช้สอยประมาณ 2 – 2.70 ตารางเมตรต่อคน

2.3.2.6 พื้นที่กีฬาในร่ม

กีฬาสำหรับผู้สูงอายุสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ ประเภทกีฬาในร่ม และกีฬากลางแจ้ง กีฬาในร่มที่เป็นที่นิยมจัดเป็นกิจกรรมนันทนาการทั้งภายในประเทศและต่างประเทศ ได้แก่ ปาเป้า ชีฟเฟิลบอร์ด โบว์ลิงสนาม โยนห่วง และกีฬาที่เล่นบนโต๊ะ เช่น หมากกุกไทย หมากกุกสากล หมากฮอส และสกา เป็นต้น การจัดพื้นที่สำหรับกีฬาในร่มนั้นควรคำนึงถึงขนาดพื้นที่มาตรฐานที่ใช้ในการเล่นกีฬาประเภทนั้น ๆ ก่อนเป็นอันดับแรก แล้วจึงคำนึงถึงองค์ประกอบและพฤติกรรมในการเล่นกีฬาแต่ละประเภทเพื่อจัดเตรียมพื้นที่เพิ่มเติม ทั้งผู้เล่นและผู้ดูแล ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องอื่น ๆ และการสร้างสรรค์บรรยากาศในการเล่นกีฬาเพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุ มีความสนุก และเพลิดเพลินกับการเล่นกีฬาร่วมกันเป็นกลุ่มเป็นสังคม โดยขนาดพื้นที่กีฬาต่าง ๆ มีดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1) กีฬาปาเป้า

ขนาดพื้นที่สนามมาตรฐาน 3 x 4 เมตร หรือ 12 ตารางเมตร (Don Cash Seaton, 1993 : 225) ประกอบด้วยอุปกรณ์เป็นกระดานแผ่นปามาตรฐานมีเส้นผ่าศูนย์กลาง 18 นิ้ว ความสูงของแผ่นเป้าเมื่อติดตั้งจะสูงจากพื้น 1.70 เมตร มีระยะยืนห่างจากเป้า 2.20 เมตร

2) กีฬาโบว์ลิ่งสนาม

ขนาดสนามมาตรฐานสำหรับผู้สูงอายุ คือ 3 x 6 เมตร หรือ 18 ตารางเมตร ((Don Cash Seaton, 1993 : 87) ประกอบด้วยอุปกรณ์เป็นขบวนน้ำพลาสติกขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2.5 – 3.00 นิ้ว ใส่น้ำสูง 5 เซนติเมตร จำนวน 10 ใบ และลูกบอล พื้นที่ตั้งขบวนเป็นสามเหลี่ยมด้านเท่า 18 นิ้ว ห่างจากจุดโยนลูก 4 เมตร มีพื้นที่สำหรับยืนโยนบอล 1 เมตร จากเส้นเริ่มรวมเป็น 5 เมตร

3) กีฬาซัพเฟิลบอร์ด

ขนาดสนามแข่ง 2 x 16 เมตร หรือ 32 ตารางเมตร (Don Cash Seaton, 1993 : 233) เป็นกีฬาที่เล่นได้ทั้งสองคน หรือประเภททีมเดี่ยว หรือ สี่คนในประเภททีมคู่

2.3.2.7 พื้นที่เล่นดนตรีและร้องเพลง

หน้าที่หลักของพื้นที่เล่นดนตรีและร้องเพลงนั้น เพื่อป้องกันเสียงรบกวนจากภายนอก และการสะท้อนของเสียง เพื่อให้เกิดการรับรู้เสียงที่ถูกต้อง ไม่ผิดพลาด ดังนั้นผนังของห้องจะเป็นประเด็นสำคัญ ห้องดนตรีขนาดเล็ก ความลาดเอียงของผนังควรทำมุมประมาณ 7 องศา ในขณะที่ห้องที่มีขนาดใหญ่การทำมุมเอียง 7 องศา อาจพอช่วยลดการสะท้อนของเสียงได้ การกันแบ่งแยกห้องดนตรีให้แยกผนังไม่ให้ใช้ร่วมกันก็มีความสำคัญ เพราะจะก่อให้เกิดเสียงรบกวนห้องอื่น ๆ ในระหว่างการใช้งาน (Duncan 1993 : 72)

นอกจากนี้คุณภาพของเสียงต้องไม่เพี้ยนไปจากเสียงจริง ดังนั้นลักษณะของห้องดนตรีจึงมีผลต่อคุณภาพของเสียงเช่นเดียวกัน เช่น เพดานควรสูงกว่าพื้นที่กิจกรรมปกติ และควรมีความสูงประมาณ 4.20-5.40 เมตร ส่วนสิ่งที่ต้องคำนึงถึงในการจัดพื้นที่สำหรับกิจกรรมเล่นดนตรีและร้องเพลง มี 3 ประการ ได้แก่ การฟัง การฝึก และการสอน การลดการรบกวนของเสียงด้วยผนังจะช่วยลดเสียงได้ประมาณ 69 เดซิเบล นอกจากนี้วัสดุที่นำมาใช้ตกแต่งภายในห้องดนตรีควรมีการบุด้วยวัสดุสำหรับเก็บเสียงสะท้อน เช่น ไม้ชานอ้อย เป็นต้น เพื่อก่อให้เกิดคุณภาพของเสียงที่ดีขึ้น อีกทั้งยังเป็นการป้องกันเสียงรบกวนพื้นที่กิจกรรมอื่น ๆ ถ้าหากไม่สามารถที่จะป้องกันเสียงรบกวนพื้นที่กิจกรรมอื่น ๆ อาจแก้ปัญหาโดยการกำหนดพื้นที่กิจกรรมดนตรีให้อยู่ห่างไกลจากกิจกรรมอื่น ๆ ก็ได้

เกณฑ์การออกแบบองค์ประกอบสำหรับควบคุมเสียง M. David Egan (1972 : 151) ได้เสนอแนวทางในการออกแบบเพื่อให้เกิดการควบคุมเสียงให้มีคุณภาพและลดการรบกวนพื้นที่กิจกรรมใกล้เคียง โดยเสนอองค์ประกอบสำหรับการออกแบบเป็นเกณฑ์ไว้ 4 ประเด็น ดังต่อไปนี้

1. ขนาดของห้อง (Size of Room) มีผลต่อคุณภาพของเสียงเนื่องจากการสะท้อนของเสียง ห้องขนาดเล็กจะประสบปัญหามากกว่าห้องขนาดใหญ่ การแก้ปัญหาการสะท้อนของเสียงสามารถกระทำได้โดยการใช้วัสดุที่ดูดซับเสียง และการใช้ผนังที่ไม่ขนานกัน

2. รูปร่างของห้อง (Shape of Room) การออกแบบให้ผนังกันของห้องขนานกัน จะก่อให้เกิดการสะท้อนของเสียงกลับไปกลับมาระหว่างผนังคู่ขนาน ทำให้เกิดเสียงก้องอันเป็นสาเหตุให้คุณภาพเสียงเพี้ยนไปจากความเป็นจริง การออกแบบผนังของห้องควรมีลักษณะรูปทรงสี่เหลี่ยมผืนผ้า (Rectangular) หรือสี่เหลี่ยมคางหมู (Trapezoid) จะช่วยลดภาวะการสะท้อนของเสียงภายในห้องได้ดีกว่าห้องที่มีรูปทรงสี่เหลี่ยมจัตุรัส (Square) วงกลม (Circular) และวงรี (Oval)

3. การตกแต่งภายใน (Room Furnishing and Finishing) เป็นการออกแบบองค์ประกอบเกี่ยวกับเพดาน ผนัง และวัสดุที่นำมาใช้งาน การเลือกใช้วัสดุที่เรียบแข็งจะเป็นตัวก่อให้เกิดการสะท้อนของเสียงมาก ควรเลือกใช้วัสดุที่มีการดูดซับเสียงได้ดี หรือมีความยืดหยุ่นไม่เรียบแข็งจะช่วยลดเสียงก้องได้มาก เช่น ฝ้า พรม พลาสติกควบคุมเสียง (Acoustic Plastic) จะช่วยลดการสะท้อนของเสียงและเสียงก้องภายในห้องได้ดี

4. การควบคุมเสียงที่มาจากโครงสร้าง (Control of Structure Core) เสียงสามารถผ่านมาได้ทางโครงสร้างของอาคาร การแก้ปัญหาทำได้โดยการแยกพื้นที่กิจกรรมนั้นออกไปจากโครงสร้างของอาคาร โดยวิธีการยกพื้นห้อง ฝ้าเพดาน เป็นต้น โครงสร้างของพื้นที่เล่นดนตรีควรมีลักษณะลอยตัว (Floating Room) การเชื่อมต่อระหว่างห้องทั้งสองจะต้องไม่มีส่วนที่แข็ง (Rigid) นอกจากนี้ อาจมีเสียงเล็ดลอดออกมาตามพื้นที่เชื่อมต่อของห้อง เช่น ประตู หน้าต่าง เป็นต้น ควรมีการปิด (Seal) ให้สนิท รวมทั้งระบบการระบายอากาศควรใช้เครื่องระบายอากาศช่วย และใช้หลอดไฟประเภท Incandescent จะช่วยลดเสียงรบกวนจากการทำงานได้ดีกว่าหลอดไฟประเภท Fluorescent ซึ่งอาจมีเสียงรบกวนจากบาลาสต์ได้

2.3.2.8 พื้นที่กิจกรรมการเต้นรำและนาฏศิลป์

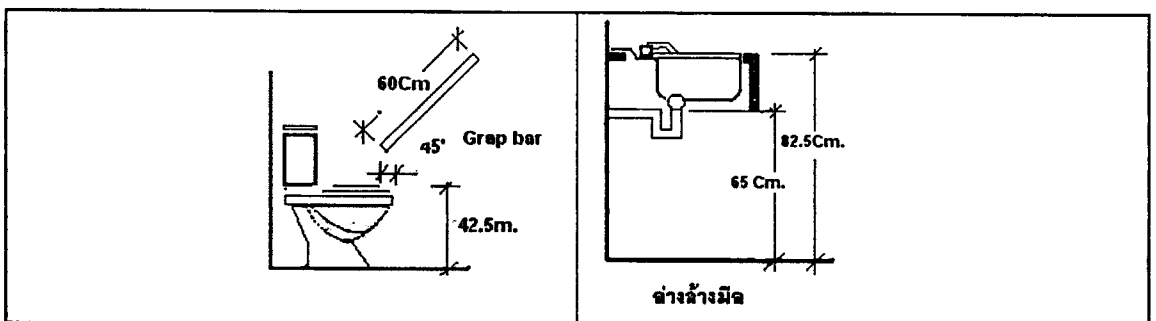
กิจกรรมด้านการเต้นรำและนาฏศิลป์ เป็นกิจกรรมการเข้าจังหวะ การฟ้อนรำมาตรฐานนาฏศิลป์ไทย ต้องการพื้นที่เรียบ เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่เป็นอันตรายต่อเท้าของผู้เข้าร่วมกิจกรรม อาจมีการใช้ราวจับ และกระจกเงาเพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมสามารถมองเห็นตนเองในขณะที่ฝึกซ้อมได้ ควรมีเครื่องอำนวยความสะดวกเกี่ยวกับปลั๊กไฟฟ้าสำหรับเครื่องเสียง ที่เก็บเครื่องเสียงและอุปกรณ์การเรียนการสอนสำหรับกิจกรรม และอาจมีห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าสำหรับกรณีที่มีการแสดง

จากชุดจริงด้วย ขนาดของห้องควรมีความกว้างและว่างเปล่า มีเนื้อที่พอเพียงสำหรับกลุ่มผู้ใช้กิจกรรม อาจใช้ร่วมกับพื้นที่กิจกรรมอื่น ๆ ได้ เช่น หอประชุม พื้นที่เล่นดนตรีและร้องเพลง เป็นต้น

2.3.2.9 ห้องน้ำ

การใช้พื้นที่ในห้องน้ำ จากการศึกษาพบว่า ห้องน้ำเป็นพื้นที่ที่มีอันตรายสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากปัญหาและข้อจำกัดทางกายภาพของผู้สูงอายุ อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุเนื่องจากการลื่นหกล้ม อันตรายจากเศษสิ่งของภายในห้องน้ำ อันตรายจากเครื่องใช้ไฟฟ้า แม้แต่จากเครื่องสุขภัณฑ์เอง ดังนั้น ในการออกแบบพื้นที่ห้องน้ำและส่วนประกอบภายในห้องน้ำ จำเป็นต้องคำนึงถึงสิ่งต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. อุปกรณ์และเครื่องสุขภัณฑ์ที่ใช้ภายในห้องน้ำ ได้แก่ ล้อมโถชักโครก อ่างล้างหน้า กระจก ที่เก็บของ ตู้ยา ซึ่งการออกแบบจะนำข้อจำกัดและลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุมาเป็นเกณฑ์ในการออกแบบด้วย
2. เพื่อเป็นการช่วยเหลือการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุในห้องน้ำ จึงจำเป็นต้องมีอุปกรณ์ช่วยเหลือ ได้แก่ ราวจับสำหรับยึด (Rails or Grab Bars) ตามพื้นที่ที่จำเป็น เช่น บริเวณชักโครก เป็นต้น
3. อ่างล้างหน้า ก๊อกน้ำควรมีปุ่มจับขนาดใหญ่ เพื่อให้ง่ายต่อการใช้งาน มีเครื่องหมายบอกอุณหภูมิของน้ำก็ออกอย่างชัดเจน ควรมีความสูงประมาณ 0.825 เมตร ส่วนระบายน้ำควรออกแบบให้อยู่ลึกเข้าไปด้านใน
4. การติดตั้งกระจกแต่งตัว ควรอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับอ่างล้างหน้า ตัวกระจกอาจมีตู้สำหรับเก็บของอยู่ด้านหลังด้วยจะดี
5. พื้นห้องน้ำ ควรเลือกวัสดุที่มีพื้นผิวหยาบและหนืดเพื่อป้องกันการลื่นหกล้มของผู้สูงอายุ
6. ขนาดห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุและรถเข็นสามารถเข้าได้ควรมีความกว้าง 1.82 เมตร และยาว 2.36 เมตร ประกอบด้วย อ่างล้างหน้า ชั้นเก็บของ และโถชักโครก



รูปที่ 2.14 แสดงระยะการติดตั้งอุปกรณ์ช่วยเหลือสำหรับผู้สูงอายุ

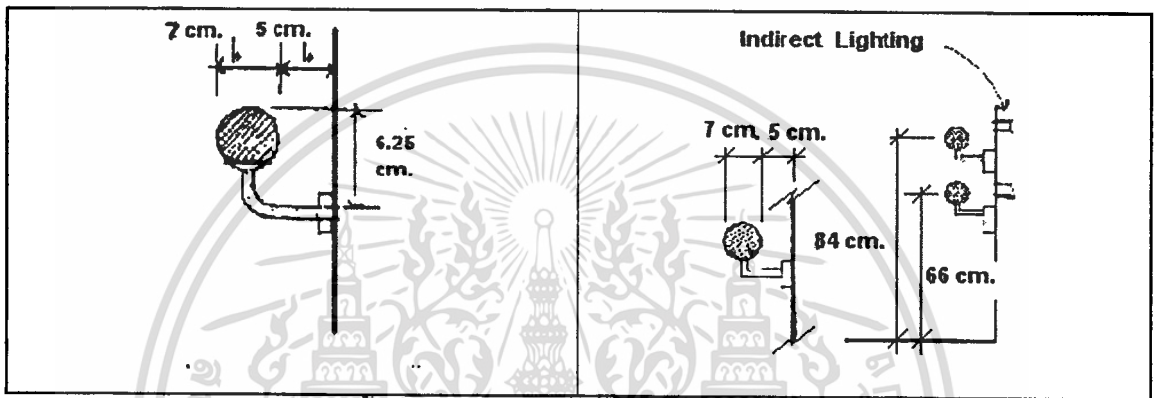
(ที่มา : Issac Green et al' "Housing for the Elderly." 1993 :151)

เอกสารนี้เป็นเอกสารสงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.2.10 ราวจับทางเดิน (Hand Rails)

ราวจับบริเวณทางเดินควรได้รับการติดตั้งทั้งสองฟากของผนัง เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ยึดพยุงในขณะที่เดินทั้งผู้ที่ถนัดมือซ้ายและมือขวา ราวจับควรมีความหนาเพียงพอที่จะยึดจับได้อย่างมั่นคง ถ้าใช้ราวจับแบบ Tabular Handrails ควรให้มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางอย่างน้อย 4.50 เซนติเมตร และยึดติดกับผนังที่ระยะความสูง 84 เซนติเมตร ถ้าราวจับผ่านหรือเข้าใกล้กับประตูควรมีที่เตือนให้ผู้สูงอายุระวังประตูเปิดออกมา โดยให้มีระยะประมาณ 15.25 เซนติเมตร จากปลายราวจับ



รูปที่ 2.15 แสดงระยะการติดตั้งราวจับบริเวณทางเดิน ที่เหมาะกับผู้สูงอายุ
(ที่มา : Issac Green et al "Housing for the Elderly." 1993 :139)

2.3.3 แนวทางการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

ความเสื่อมสภาพทางกายภาพของผู้สูงอายุ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตในสภาพแวดล้อมปกติที่เคยอยู่มาก ผู้สูงอายุจำเป็นต้องพึ่งพาสิ่งแวดลอมทางกายภาพเพื่อให้สามารถดำเนินกิจกรรมต่างๆ ต่อไปได้ จึงเป็นหน้าที่ของนักสถาปัตยกรรมภายในที่จะช่วยสร้างสรรสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการทางกายภาพที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุ ซึ่งกรอบความคิดและแนวทางในการออกแบบมีต่อไปนี้

2.3.3.1 การเสื่อมถอยของกระบวนการประสาทรับรู้และการรับรู้

1) การมองเห็น (Visual)

ความสามารถในการมองของผู้สูงอายุ จะสูญเสียความคมชัดของการมองเห็น ลานสายตาด้านข้างแคบลง และความสามารถในการปรับสายตาในที่มืดลดลง การแก้ปัญหาทางสถาปัตยกรรมภายในกระทำได้โดย

1. เพิ่มแสงธรรมชาติและแสงประดิษฐ์ทั้งในแง่ปริมาณและคุณภาพ เนื่องจากผู้สูงอายุมีความต้องการแสงสว่างในการมองเห็นมากขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. การใช้สีที่สดใส เช่น สีส้ม สีเหลือง สีแดง จะง่ายต่อการมองเห็นของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เนื่องจากว่า การรับรู้เกี่ยวกับสีต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุมองเห็นจะเปลี่ยนไป เกล็ดตาจะค่อย ๆ เปลี่ยนเป็นสีเหลือง มีผลต่อการกรองแสงสีม่วง น้ำเงิน และเขียว ซึ่งเป็นสีที่มีคลื่นสั้นออกไป มีผลให้ผู้สูงอายุมองเห็นสีเหลือง สีส้ม และสีแดง ซึ่งเป็นสีที่มีคลื่นความยาวสูงได้ง่ายกว่าสีที่มีมืดหรือมีคลื่นสั้น ดังนั้นการสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมเพื่อส่งเสริมการมองเห็นของผู้สูงอายุ จึงควรเน้นวัสดุ อุปกรณ์ ฯลฯ ที่มีโทนสีเหลือง ส้ม แดง ให้มาก

3. การตัดกันของแสงสว่าง (Contrast) และเงามืด เนื่องจากการลดลงและเพิ่มขึ้นของแสงจะทำให้การรับรู้ความลึกผิดไปจากความจริง และผู้สูงอายุจะมีการปรับตัวของม่านตาต่อระดับแสงสว่างและความมืดช้ากว่าคนปกติ และมีผลอย่างยิ่งต่อแสงสะท้อนที่ส่องเข้าตา ดังนั้น การเลือกวัสดุที่ลดการสะท้อนแสงให้มากที่สุด หรือให้มีการตัดกันของแสงให้น้อยลงจะช่วยให้ผู้สูงอายุปรับตัวในการมองเห็นได้ดียิ่งขึ้น

2) การได้ยิน (Hearing)

การได้ยินเสียงลดลงในผู้สูงอายุ อันเนื่องมาจากความผิดปกติของอวัยวะการรับฟังเสียง โดยเยื่อแก้วหูมีความยืดหยุ่นน้อยลงมีผลทำให้ความไวของการรับฟังลดลง อีกทั้งช่วงความกว้างของการรับฟังเสียงก็มีช่วงแคบลง และมีความผิดปกติในการแยกเสียงที่ซับซ้อน

2.3.3.2 ความเสื่อมถอยของระบบประสาทส่วนกลางและการรับรู้

ถึงแม้ว่าหน้าที่การรับรู้ส่วนมากไม่ได้เปลี่ยนแปลงตามอายุที่เพิ่มขึ้นก็ตาม แต่ความสามารถในการสร้างความคิดและระยะเวลาในการตอบสนองของผู้สูงอายุอาจลดลง ดังนั้นเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการปรับตัวได้ง่ายขึ้นและส่งเสริมในเรื่องความปลอดภัย จึงจำเป็นต้องให้ความสนใจกับผู้สูงอายุในเรื่องของ ความคิดที่เชิงข้าง มีความจำระยะสั้น ความหลงลืม และการลดลงของประสิทธิภาพในการคิดซึ่งจะมีผลกระทบต่อการทำงานหรือการค้นหาเส้นทางของผู้สูงอายุ และต้องพยายามเพิ่มช่วงระยะเวลาในการตอบสนองของผู้สูงอายุด้วย

2.3.3.3 ความเสื่อมถอยของระบบกล้ามเนื้อและระบบกระดูก

ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ความคล่องแคล่ว และการควบคุมการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุจะลดลงตามอายุที่เพิ่มมากขึ้นเนื่องจากความยืดหยุ่นของระบบโครงร่างลดลง จึงจำเป็นต้องระมัดระวังถึงความปลอดภัย ความมั่นคง และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพราะจากการบาดเจ็บอาจรุนแรงมากในผู้สูงอายุ ซึ่งการแก้ไขปัจจัยภายนอกเช่น การปรับสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุสามารถปรับปรุงได้ ดังนี้

1. การใช้พื้นผิวที่ป้องกันการลื่นไถล และการเปลี่ยนระดับพื้นที่ด้วยความลาดเอียงที่เหมาะสม กรณีมีการใช้บันได บันไดแต่ละขั้นควรสูงประมาณ 15 -18 เซนติเมตร และขั้นบันได

กว้างพอที่จะวางเท้าได้สบาย รวบบันไดควรมีทั้งสองข้างและยาวกว่าตัวบันไดเล็กน้อย มีลักษณะกลมเพื่อให้คว่ำจับได้ง่ายและมั่นคง สวิตช์เปิด-ปิดไฟที่บันไดควรมีทั้งข้างล่างและข้างบน

2. กรณีใช้รถเข็น ทางลาดเอียงนอกอาคารควรมีความสูง 2.50 เซนติเมตรต่อความยาว 50 เซนติเมตร และทางลาดเอียงในอาคารอาจชันกว่านี้ได้ โดยมีความสูง 2.50 เซนติเมตร ต่อความยาว 30 เซนติเมตร

3. จัดให้มีแสงสว่างเพียงพอ ไม่มีแสงสะท้อนที่พื้นมากเกินไป ไม่มีของวางเกะกะที่พื้น

4. ประตูควรงว้างอย่างน้อย 80 เซนติเมตร เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถผ่านเข้าออกได้อย่างปลอดภัย ไม่เกิดการชน หรืออุบัติเหตุ



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4 สรุปแนวความคิดในการออกแบบศูนย์ผู้สูงอายุ

ตารางที่ 2.4 สรุปผลการศึกษาบทวนวรรณกรรมเพื่อสร้างกรอบในการวิจัย

สาเหตุและปัญหาของผู้สูงอายุ	ความต้องการของผู้สูงอายุ	รูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	แนวความคิดการออกแบบพื้นที่นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ
<p>1. ปัญหาด้านร่างกาย</p> <p>1.1 การเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทสัมผัสและการรับรู้</p> <p>1.2 การเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทส่วนกลางและความจำ</p> <p>1.3 การเปลี่ยนแปลงของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ</p> <p>1.4 โรคภัยไข้เจ็บ</p>	<p>1. ความต้องการด้านร่างกาย</p> <p>1.1 ความต้องการด้านปัจจัย 4 อันได้แก่ เครื่องนุ่งห่ม อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค (การพยาบาล)</p> <p>1.2 ความต้องการการดูแลเสริมสร้างสุขภาพอนามัยและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ</p>	<p>1. เพื่อตอบสนองด้านร่างกาย</p> <p>1.1 กิจกรรมนันทนาการประเภทเสริมสร้างสุขภาพอนามัยและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ เช่น กีฬาเพื่อสุขภาพ การเดิน ว่ายน้ำ กายบริหาร ทั้งนี้ กิจกรรมเหล่านี้จะต้องมีการเลือกสรรให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุและอยู่ภายใต้การแนะนำของแพทย์ นักพลศึกษาและสรีรวิทยาการออกกำลังกาย เพื่อให้ใช้กิจกรรมในทางสร้างสรรค์และไม่เป็นการทำลายสุขภาพและสมรรถภาพของผู้สูงอายุ</p>	<p>1.1 - พื้นที่กิจกรรมการออกกำลังกายกลางแจ้ง</p> <p>กาย ภายนอกอาคาร</p> <p>-พื้นที่กายบริหารภายในอาคาร</p> <p>-พื้นที่อุปกรณ์ออกกำลังกาย</p>

ตารางที่ 2.4 (ต่อ)

สาเหตุและปัญหาของผู้สูงอายุ	ความต้องการของผู้สูงอายุ	รูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	แนวความคิดการออกแบบพื้นที่นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ
<p>2. ปัญหาด้านจิตใจ</p> <p>2.1 การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสังคม อาจเป็นสาเหตุของการไร้ความสามารถในการปรับตัวได้ มีมัมด้วย ผิวแห้ง หงุดหงิด วิตกกังวล มีอาการเศร้าหมอง กลัวถูกทอดทิ้ง ขาดความมั่นใจในตัวเอง คิดว่าตนเองหมดคุณค่า เกิดความสงสัยตัวเอง</p> <p>2.2 การสูญเสียต่างๆ อาทิ เช่น คู่ชีวิต หรือเพื่อนสนิท อาจเป็นสาเหตุของอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในวัยสูงอายุซึ่งประกอบด้วยความวิตกกังวล ความเศร้าโศก ความรู้สึกโดดเดี่ยวอ้างว้างเปล่าเปลี่ยว</p>	<p>2. ความต้องการด้านจิตใจ</p> <p>2.1 ความต้องการความรัก ความมั่นคงทางจิตใจ</p> <p>2.2 ความต้องการหรือของกลุ่มเป็นสมาชิกของครอบครัวหรือของกลุ่ม</p> <p>2.3 ความต้องการความสำเร็จของงานในบั้นปลายชีวิต</p>	<p>2. กิจกรรมตอบสนองด้านจิตใจ</p> <p>2.1 กิจกรรม นันทนาการ ประเภทส่งเสริมพัฒนาอารมณ์สุข เช่น การฝึกสมาธิ โยคะ การท่องเที่ยว ตลอดจนการเลือกสรรภาพยนตร์ วิดีโอ ที่เหมาะสมและตรงกับความต้องการและสนใจของผู้สูงอายุ และทั้งนี้รวมถึงการศึกษาศาสตร์ธรรมและคติธรรมธรรมะและคำสอนทางศาสนา</p> <p>2.2 กิจกรรม นันทนาการ ประเภทศิลปะหัตถกรรม เป็นกิจกรรมที่ควรสนับสนุนให้กับประชากรในกลุ่มสูงอายุ ได้ใช้เวลาว่างเข้าร่วมกิจกรรมตรงกับความต้องการและสนใจเป็นการพัฒนาคุณค่าและสุขภาพของศิลปะและงานหัตถกรรมอีกด้วย</p>	<p>2.1 - พื้นที่กิจกรรมกีฬาภายนอก อาคาร</p> <p>- พื้นที่ศาสนากิจและสมาธิ</p> <p>- พื้นที่ห้องร้องเพลงเล่นดนตรี</p> <p>2.2 -พื้นที่อบรมและสาธิตอาชีพ และให้ความรู้</p>

ตารางที่ 2.4 (ต่อ)

สาเหตุและปัญหาของผู้สูงอายุ	ความต้องการของผู้สูงอายุ	รูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	แนวความคิดการออกแบบพื้นที่นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ
<p>3 ปัญหาด้านสังคม</p> <p>3.1 การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างครอบครัวและบทบาทด้านการทำงาน</p>	<p>3. ความต้องการด้านสังคม</p> <p>3.1 ความต้องการการเคารพยกย่องนับถือและมีโอกาสในสังคม</p>	<p>3. เพื่อตอบสนองด้านสังคม</p> <p>3.1 กิจกรรมนันทนาการทางสังคม เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการพบปะสังสรรค์เข้าร่วมสมาคม เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เช่น เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กิจกรรมเหล่านี้ได้แก่ การเดินรำ เล่นกีฬา กิจกรรมอาสาสมัครและอื่น ๆ การจัดงานทางเทศกาลต่าง ๆ ตลอดจนงานสังสรรค์ในกลุ่ม</p> <p>3.2 กิจกรรมนันทนาการประเภทศึกษาประเภทนิเวศธรรมชาติและอารยธรรม กิจกรรมประเภทนี้ถือว่ามีคุณค่าอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของชาติ เป็นการถ่ายทอดเอกลักษณ์และวัฒนธรรม ดังนั้น กิจกรรมนี้จะช่วยส่งเสริมคุณค่าในเรื่องความซาบซึ้งประเพณีและอารยธรรมท้องถิ่นของชาติต่อไปยังเยาวชนและประชากรในอนาคต</p>	<p>3. พื้นที่นันทนาการด้านสังคม</p> <p>3.1 -พื้นที่อเนกประสงค์เพื่อการบันเทิง การร้องเพลง การเต้นรำ การจัดเลี้ยงประจำเดือน การจัดจัดงานตามประเพณีและเทศกาลสำคัญ เป็นต้น</p> <p>-พื้นที่กีฬาในร่มที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ</p> <p>3.2 -พื้นที่อเนกประสงค์สำหรับกิจกรรมด้านความรู้ นิทรรศการตามเทศกาลและประเพณี</p>
<p>3.2 การเปลี่ยนแปลงของรายได้ที่ลดลง</p> <p>3.3 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการร่วมกิจกรรมที่ลดลง</p>	<p>3.2 ความต้องการการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ในสังคม</p>	<p>3.2 กิจกรรมนันทนาการประเภทศึกษาประเภทนิเวศธรรมชาติและอารยธรรม กิจกรรมประเภทนี้ถือว่ามีคุณค่าอย่างยิ่งอย่างหนึ่งของชาติ เป็นการถ่ายทอดเอกลักษณ์และวัฒนธรรม ดังนั้น กิจกรรมนี้จะช่วยส่งเสริมคุณค่าในเรื่องความซาบซึ้งประเพณีและอารยธรรมท้องถิ่นของชาติต่อไปยังเยาวชนและประชากรในอนาคต</p>	<p>3.2 -พื้นที่อเนกประสงค์สำหรับกิจกรรมด้านความรู้ นิทรรศการตามเทศกาลและประเพณี</p>

ตารางที่ 2.4 (ต่อ)

สาเหตุและปัญหาของผู้สูงอายุ	ความต้องการของผู้สูงอายุ	รูปแบบกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ	แนวความคิดการออกแบบพื้นที่นันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ
		<p>3.3 กิจกรรมนันทนาการประเภททางอาสาศาสมัคร เพื่อพัฒนาสังคม ประชากรสูงอายุมีประสบการณ์ที่มีคุณค่า ดังนั้น การที่จัดกิจกรรมโดยให้เป็นประโยชน์หรือศึกษาในเรื่องที่ทำงานมีประสบการณ์หรือกิจกรรมสร้างควมสัมพันธ์มีมิตรภาพระหว่างวัย เช่น โปรแกรมคุณปู่หรือคุณลุงสัมพันธ์กับชุมชนจะช่วยให้สร้างความอบอุ่นในสังคมทั้งผู้ให้และผู้รับ</p>	<p>3.3 - พื้นที่ออกแบบประสงค์สำหรับการจัดประชุม การเตรียมงานช่วยเหลือสังคม และพื้นที่สนับสนุนการค้าเงินการค้าต่าง ๆ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> -พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดัน -พื้นที่พักคอยระหว่างกิจกรรม -พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจาน -พื้นที่ห้องน้ำ -พื้นที่เก็บขยะและพัสดุ

2.5 ตัวแปรที่ใช้ในงานวิจัย

จากการศึกษาทบทวนเอกสารต่าง ๆ ทำให้สามารถจำแนกตัวแปรสำหรับงานวิจัย โดยสามารถแบ่งตัวแปรได้เป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

2.5.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

ซึ่งเป็นตัวแปรที่เป็นสาเหตุหรือเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงแล้วทำให้ตัวแปรอื่น เปลี่ยนแปลงตาม ในที่นี้หมายถึงตัวแปรที่เป็นสาเหตุที่คาดว่าจะทำให้เกิดรูปแบบของพื้นที่สำหรับกิจกรรมที่เหมาะสมกับการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วยประเภทตัวแปรดังต่อไปนี้

2.5.1.1 ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจ ได้แก่

- เพศ
- อายุ
- ระดับการศึกษา
- อาชีพ
- รายได้
- สถานภาพ
- ที่อยู่อาศัย

2.5.1.2 ลักษณะทางกายภาพ ได้แก่

- การแบ่งสัดส่วนพื้นที่ใช้สอย
- พื้น
- ผนัง
- เพดาน
- แสงสว่าง
- เสียง

2.5.1.3 ลักษณะด้านพฤติกรรม ได้แก่

- พฤติกรรมการประกอบกิจกรรม
- อุปกรณ์ประกอบกิจกรรม
- วิธีการประกอบกิจกรรม
- เวลาในการประกอบกิจกรรม
- ความถี่ในการประกอบกิจกรรม
- ลักษณะกลุ่มกิจกรรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5.2 ตัวแปรกลาง

ได้แก่ตัวแปรที่แสดงถึงลักษณะของแนวความคิด ได้มาจากการตั้งสมมติฐานไว้ ซึ่งตัวแปรเหล่านี้จะนำมาสู่รูปแบบของพื้นที่กิจกรรมที่เหมาะสมกับการทำกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร ได้แก่

- ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมออกกำลังกายภายนอก
- ขนาดพื้นที่สำหรับกีฬาภายนอกอาคาร เช่น เปตอง เป็นต้น
- ขนาดพื้นที่อเนกประสงค์
- ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการลงทะเบียนและวัดความดัน
- ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการออกกำลังกายภายในอาคาร
- ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์
- ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมกีฬาภายในอาคาร
- ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการฝึกอบรมและสาธิต
- ขนาดพื้นที่สำหรับเก็บพัสดุและอุปกรณ์เครื่องใช้ ต่าง ๆ
- ขนาดพื้นที่สำหรับห้องน้ำ
- ลักษณะของพื้นที่กิจกรรมใช้สอยโดยรวม สัดส่วนพื้นที่และรูปแบบ
- ขนาดและตำแหน่งความสัมพันธ์เนื่องจากพฤติกรรมการใช้งานและเวลาการใช้งาน
- ระดับความพึงพอใจในการใช้งาน
- ความถี่ในการใช้งาน

2.5.3 ตัวแปรตาม (Dependent Variables)

ซึ่งเป็นตัวแปรที่แปรผันไปตามการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรต้นที่กล่าวมาแล้ว หรือเป็นผลอันเนื่องมาจากอิทธิพลของตัวแปรอิสระ ในที่นี้หมายถึงตัวแปรที่ทำให้เกิดรูปแบบของพื้นที่กิจกรรมที่เหมาะสมในการทำกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร

ตารางที่ 2.5 แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆ

ตัวแปรตาม	ตัวแปรกลาง	ตัวแปรต้น
- พื้นที่กิจกรรมที่เหมาะสมกับกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร	-ขนาดและตำแหน่งของความสัมพันธ์เนื่องจากพฤติกรรมการใช้งานและช่วงเวลาที่ใช้ - ความถี่ในการใช้งาน	1.ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจ -เพศ -อายุ -ระดับการศึกษา -อาชีพ -รายได้ -สถานภาพ -ที่อยู่อาศัย 2.ลักษณะทางกายภาพ -การแบ่งสัดส่วนพื้นที่ใช้สอย -พื้น -ผนัง -เพดาน -แสงสว่าง -เสียง
	-ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรม -ออกกำลังกายภายนอก -ขนาดพื้นที่สำหรับกีฬาภายนอกอาคาร เช่น เปตอง เป็นต้น -ขนาดพื้นที่อเนกประสงค์ -ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการลงทะเบียนและวัดความดัน -ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการออกกำลังกายในอาคาร -ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมกีฬาภายในอาคาร	3.ลักษณะทางพฤติกรรม -พฤติกรรมการประกอบกิจกรรม -อุปกรณ์ประกอบกิจกรรม -วิธีการประกอบกิจกรรม -เวลาในการประกอบกิจกรรม -ความถี่ในการประกอบกิจกรรม -ลักษณะกลุ่มกิจกรรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์ไว้สำหรับงานเพื่อการศึกษาค้นคว้า ไม่อนุญาตให้พิมพ์ไปใช้ประโยชน์ทางการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.5 (ต่อ)

ตัวแปรตาม	ตัวแปรกลาง	ตัวแปรต้น
	<ul style="list-style-type: none"> -ขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมการฝึกอบรมและสาธิต -ขนาดพื้นที่สำหรับเก็บพัสดุ อุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ -ขนาดพื้นที่สำหรับห้องน้ำ -ลักษณะของพื้นที่กิจกรรมใช้สอยโดยรวม สัดส่วนพื้นที่และรูปแบบ -ขนาดและตำแหน่งความสัมพันธ์เนื่องจากพฤติกรรมการใช้งานและเวลาการใช้งาน 	

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

วิธีการวิจัย (Research Methodology)

3.1 ลักษณะของการวิจัย

การศึกษาวิจัยเพื่อหาแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายในสำหรับศูนย์ผู้สูงอายุ เป็นการศึกษาสภาพปัญหาและวิเคราะห์สภาพแวดล้อมกายภาพปัจจุบันของพื้นที่กิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร กรณีศึกษากรุงเทพมหานครชั้นใน ที่มีผลต่อทัศนคติ ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ การศึกษาจะเป็นการพิจารณาปัจจัยต่างๆ ที่กำหนดความต้องการ ทั้งในด้านขนาดพื้นที่ ความสัมพันธ์ของพื้นที่ และการจัดกลุ่มองค์ประกอบเชิงพื้นที่ ตลอดจนการสำรวจสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุในส่วนของพื้นที่อเนกประสงค์ และพื้นที่เฉพาะต่างๆ ที่ใช้สำหรับกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุ ตามวัตถุประสงค์ของศูนย์ผู้สูงอายุ และกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ทราบข้อกำหนดและกฎเกณฑ์ต่างๆ ในการออกแบบพื้นที่กิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร โดยการเปรียบเทียบกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็นกรณีศึกษาทั้งหมด เพื่อเป็นแนวทางสำหรับผู้ที่จะนำไปใช้ในการออกแบบเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ หรือเพื่อประโยชน์สำหรับผู้ที่จะศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องนี้ต่อไป

วิธีการที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ใช้แนวทาง 2 แนวทาง คือ การศึกษาองค์ประกอบของพื้นที่ในเชิงกายภาพ ได้แก่การสำรวจ การสังเกตการณ์ การบันทึกภาพ และวิธีอื่นๆ สำหรับรวบรวมข้อมูลองค์ประกอบทางกายภาพของพื้นที่ เพื่อหาขนาดของพื้นที่ ความสัมพันธ์ของพื้นที่ และการจัดกลุ่มความสัมพันธ์เชิงพื้นที่ และอีกแนวทางหนึ่งคือวิธีการประเมินอาคารภายหลังจากเข้าครอบครองพื้นที่ หรือ POE (Post Occupancy Evaluation) โดยการประเมินความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพของพื้นที่กิจกรรมต่างๆ ในปัจจุบัน

3.2 แหล่งที่มาของข้อมูล (Source of Data)

จำแนกตามลักษณะของประเภทข้อมูลที่รวบรวมได้ ส่วนหนึ่งออกแบบสำหรับข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative) เป็นลักษณะเชิงพรรณนา ประกอบด้วยตัวอักษรและรูปภาพ อีกส่วนหนึ่งออกแบบสำหรับข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative) สำหรับข้อมูลที่เป็นจำนวนตัวเลขและมีการคำนวณ ซึ่งมีวิธีการในการศึกษาวิจัยโดยการพิจารณาถึงแหล่งที่มาของข้อมูล วิธีการและเครื่องมือของการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ได้จากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นภาคสนาม (Field Survey) โดยการเข้าไปมีส่วนร่วมในพื้นที่ หรือ สภาพแวดล้อมของศูนย์ผู้สูงอายุ เพื่อสังเกตพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริง
2. ได้จากการศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ หรือข้อมูลเบื้องต้นที่ได้จากการค้นคว้าเอกสาร การเก็บข้อมูลจากเอกสาร บทความ หนังสือ รายงานการวิจัย ฯลฯ เป็นการศึกษาเนื้อหาและทฤษฎีต่างๆที่มีความเกี่ยวเนื่องและคล้ายคลึงกัน สำหรับกำหนดโครงร่างและกรอบของการค้นคว้าวิจัย
3. ได้จากกรณีศึกษา (Case Study) โดยกำหนดโครงร่างของการค้นคว้า ตามลำดับเวลาก่อนหลัง และบันทึกความคิดเห็น
4. ได้จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง (Interview) คือ การเตรียมคำถามสำหรับการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเจ้าหน้าที่และผู้บริหาร
5. ได้จากการใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) กับกลุ่มตัวอย่างด้วยการออกแบบสอบถามทั้งชนิดปลายปิดและปลายเปิด
6. ได้จากการสังเกต บันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในศูนย์ผู้สูงอายุด้วยภาพถ่าย และการใช้แบบสำรวจสภาพแวดล้อม การวาดรูปภาพประกอบ
7. ได้จากการวิเคราะห์รูปแบบ (Pattern Analysis)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.3 วิธีการ และเครื่องมือของการวิจัย (Research Tools)

ตารางที่ 3.1 แสดงวิธีการค้นหาข้อมูลเพื่อรวบรวมข้อมูลสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้

	ลักษณะทางกายภาพ										ลักษณะพฤติกรรม						
	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป	รูป
การค้นคว้าวรรณกรรม Literature Research																	
การสังเกตการณ์ Observation																	
การสัมภาษณ์ Interview																	
แบบสอบถาม Questionnaire																	
บันทึกภาพ วาดภาพ Sketch, Plot																	
การสำรวจ Field Survey																	
กรณีศึกษา Case Study																	
การวิเคราะห์รูปแบบ Pattern Analysis																	

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นไว้สำหรับการใช้งานเพื่อ

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 3.2 แสดงตัวแปรและวิธีการวัดค่าตัวแปรการวิเคราะห์

ตัวแปร	หน่วยสำหรับวัด	วิธีการวัด	Scale	สถิติที่ใช้
1) ลักษณะทางสังคมเศรษฐกิจ				
1.1) เพศ	ชาย-หญิง	แบบสอบถาม	Normative	Descriptive : Percent, Mode
1.2) อายุ	ช่วงระดับอายุ	แบบสอบถาม	Interval	Descriptive : Percent, Mean, SD
1.3) ระดับการศึกษา	ระดับการศึกษา	แบบสอบถาม	Ordinal	Descriptive : Percent, Median
1.4) อาชีพ	ประเภทอาชีพ	แบบสอบถาม	Normative	Descriptive : Percent, Mode
1.5) รายได้	บาท	แบบสอบถาม	Interval	Descriptive : Percent, Mean, SD
1.6) สถานภาพ	ประเภทสถานภาพ	แบบสอบถาม	Normative	Descriptive : Percent, Mode
1.7) ที่อยู่อาศัย	ประเภทที่อยู่อาศัย	แบบสอบถาม	Normative	Descriptive : Percent, Mode
2) ลักษณะทางกายภาพ				
2.1) อุณหภูมิประกอบกิจกรรม	ข.ม.	แบบสำรวจ	Ratio	Descriptive : Percent, Mean, SD
2.2) การแบ่งพื้นที่ใช้สอย	ตารางเมตร	แบบสำรวจ	Ratio	
2.3) พื้น	วัด	แบบสำรวจ		
2.4) ผนัง	วัด	แบบสำรวจ		
2.5) เพดาน	วัด	แบบสำรวจ		
2.6) แสงสว่าง		แบบสำรวจ		
2.7) เสียง		แบบสำรวจ		Descriptive : Percent, Mean, SD
2.8) สภาพแวดล้อม		แบบสำรวจ		Descriptive : Percent, Mean, SD
3) ลักษณะด้านพฤติกรรม				
3.1) พฤติกรรมการทำกิจกรรม		แบบสำรวจ	Ordinal	
3.2) วิธีการทำกิจกรรม		แบบสำรวจ		
3.3) ช่วงเวลาในการทำกิจกรรม	ลำดับขั้นช่วงเวลา	แบบสอบถาม	Interval	Descriptive : Percent, Mean, SD
4) ตัวแปรกลาง				
4.1) ความพึงพอใจในการใช้งาน	มาก - น้อย	แบบสอบถาม	Interval	Chi-square, ANOVA
4.2) ความถี่ในการทำกิจกรรม	จำนวนครั้ง	แบบสอบถาม	Interval	
4.3) พื้นที่กิจกรรมที่เหมาะสม	ตารางเมตร	แบบสอบถาม	Ratio	

3.3.1 การออกแบบแบบสอบถาม (Questionnaire)

เป็นแบบสอบถามชนิดปลายปิดและปลายเปิด โดยลักษณะคำถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในแบบสอบถาม มีดังนี้

1. คำถามที่ให้ผู้สูงอายุเลือกตอบได้เพียงคำตอบเดียว เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้สูงอายุ เช่น เพศ อายุ รายได้ เป็นต้น

2. คำถามที่ใช้วัดความพึงพอใจของผู้สูงอายุ เพื่อศึกษาว่าสิ่งแวดล้อมกายภาพนั้นเหมาะสมกับพฤติกรรมและกิจกรรมหรือไม่ โดยลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) และเป็นคำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อสภาพแวดล้อมของศูนย์ผู้สูงอายุ ซึ่งผู้ตอบสามารถแสดงความพึงพอใจได้ 5 ระดับ คือ

ระดับ 5 หมายถึง ผู้ตอบพึงพอใจอย่างยิ่ง

ระดับ 4 หมายถึง ผู้ตอบพึงพอใจ

ระดับ 3 หมายถึง ผู้ตอบรู้สึกเฉย

ระดับ 2 หมายถึง ผู้ตอบไม่พึงพอใจ

ระดับ 1 หมายถึง ผู้ตอบไม่พึงพอใจอย่างยิ่ง

3. คำถามที่ผู้สูงอายุสามารถเลือกคำตอบได้มากกว่าหนึ่งคำตอบ ในกรณีที่ผู้สูงอายุมาร่วมกิจกรรมมากกว่าหนึ่งกิจกรรม

3.3.2 การออกสำรวจเพื่อเก็บข้อมูลจากพื้นที่จริง (Field Survey) โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ออกสำรวจและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสภาพแวดล้อม โดยการวัดระยะ วาดภาพประกอบ ถ่ายภาพจากขนาดจริง เพื่อศึกษาขนาดที่แน่นอน

2. รวบรวมข้อมูลด้านพฤติกรรมและทัศนคติความพึงพอใจ โดยใช้วิธีการสอบถามประกอบแบบสอบถามโดยผู้ทำการวิจัย ซึ่งเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลเบื้องต้นต่างๆ ของผู้สูงอายุ แบบสอบถามจะถูกแบ่งออกเป็นส่วน ๆ อาทิเช่น ข้อมูลเบื้องต้นของผู้สูงอายุ ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้สูงอายุในการใช้งานหรือเข้าร่วมกิจกรรม ข้อมูลเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อสภาพแวดล้อมของศูนย์ผู้สูงอายุ เป็นต้น

3.3.3 การสังเกตการณ์อย่างเป็นระบบ (Structure Observation)

เป็นการศึกษากิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุในการมาร่วมกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ

3.3.4 การประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่ได้มารวบรวมตรวจสอบข้อมูล ลงรหัสและทำการประมวลผลด้วยเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ โดยการใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางสังคมศาสตร์ (Statistical Package for the Social Sciences หรือ SPSS) และ การใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ค่าความถี่, ฐานนิยม, ค่าแนวโน้มเข้าสู่ศูนย์กลาง, ค่าเฉลี่ย, ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มศูนย์ผู้สูงอายุด้วย ANOVA และ Chi-square

3.4 การสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้มีการสุ่มตัวอย่าง (Sampling Plan) โดยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างดังต่อไปนี้

3.4.1 การเลือกกรณีศึกษา

สำหรับศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร มีจำนวนทั้งหมด 60 ศูนย์ โดยแบ่งเป็นศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่เขตฝั่งพระนคร จำนวน 43 แห่ง และฝั่งธนบุรีจำนวน 17 แห่ง ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเฉพาะศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในเฉพาะฝั่งพระนคร เนื่องจากพื้นที่ของเขตดังกล่าวมีความหนาแน่นของประชากรสูง เป็นแหล่งชุมชนหลายๆ ชุมชน อีกทั้งจากการสำรวจข้อมูลเบื้องต้นพบว่า จำนวนศูนย์ผู้สูงอายุเขตนี้มีจำนวนมากกว่าครึ่งของจำนวนศูนย์ผู้สูงอายุในเขตฝั่งพระนครทั้งหมด โดยมีศูนย์ผู้สูงอายุ จำนวนทั้งสิ้น 29 ศูนย์ จากจำนวนทั้งหมด 43 ศูนย์ และเป็นศูนย์ผู้สูงอายุในเขตเมืองชั้นกลาง และเขตเมืองชั้นนอก จำนวน 12 และ 2 แห่ง ตามลำดับ

ในการเลือกกรณีศึกษาสำหรับศูนย์ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานครชั้นในนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดเงื่อนไขในการคัดเลือกศูนย์ผู้สูงอายุเพื่อเป็นกรณีศึกษา โดยกำหนดเกณฑ์ไว้ ดังนี้ คือ คัดเลือกเฉพาะศูนย์ผู้สูงอายุที่มีชมรมผู้สูงอายุตั้งอยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุขและมีกิจกรรมอย่างน้อยสัปดาห์ละครั้งเป็นเกณฑ์ เนื่องจากสมาชิกชมรมผู้สูงอายุจะเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ต้องประเมินผลการเข้าใช้อาคารศูนย์ผู้สูงอายุภายหลังการเข้าใช้งาน หรือ POE (Post Occupancy Evaluation) และจากการสำรวจเบื้องต้น พบว่า สามารถจัดแบ่งศูนย์ผู้สูงอายุตามลักษณะอาคารได้ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3.3 แสดงการเลือกกรณีศึกษาตามลักษณะอาคารของศูนย์ผู้สูงอายุ

ลักษณะอาคารของศูนย์ผู้สูงอายุ	มีชมรมผู้สูงอายุ	ไม่มีชมรมผู้สูงอายุ	รวม
1. มีอาคารสำหรับศูนย์ผู้สูงอายุโดยเฉพาะ	2	-	2
2. อาคารศาลาวัด	1	-	1
3. อาคารศูนย์ Day Care และสวนออกกำลังกาย	1	-	1
4. ปรับปรุงพื้นที่เดิมภายในศูนย์บริการสาธารณสุข	11	10	21
5. ใช้ตึกแถวหรืออาคารพาณิชย์	3	1	4
รวม	18	11	29

จากการคัดเลือกเบื้องต้น พบว่า ศูนย์บริการสาธารณสุขที่ตั้งอยู่ในอาคารพาณิชย์จำนวนทั้งหมด 4 แห่ง มีศูนย์ผู้สูงอายุที่มีขนาดพื้นที่เล็กเกินไปไม่เหมาะที่จะทำการศึกษา ส่วนอีก 10 แห่งเป็นศูนย์บริการสาธารณสุขที่ไม่มีชมรมผู้สูงอายุอยู่ภายในศูนย์ จึงเหลือศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็นกรณีศึกษาจำนวนทั้งสิ้น 15 แห่ง ดังต่อไปนี้

ประเภท 1 : อาคารศูนย์ผู้สูงอายุโดยเฉพาะแยกออกมาจากศูนย์บริการสาธารณสุขมีจำนวน 2 แห่ง ได้แก่

1. ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (ปทุมวัน)
2. ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

ประเภท 2 : อาคารศาลาวัด จำนวน 1 แห่ง ได้แก่

1. ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

ประเภท 3 : อาคารศูนย์ Day Care และสวนสมุนไพรเดิม 1 แห่ง ได้แก่

1. ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

ประเภท 4 : ปรับปรุงพื้นที่อาคารภายในศูนย์สาธารณสุข มีจำนวน 11 แห่ง ได้แก่

1. ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)
2. ศูนย์ผู้สูงอายุ 7 (ยานนาวา)
3. ศูนย์ผู้สูงอายุ 9 (ดุสิต)
4. ศูนย์ผู้สูงอายุ 11 (พญาไท)
5. ศูนย์ผู้สูงอายุ 15 (ห้วยขวาง)
6. ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)
7. ศูนย์ผู้สูงอายุ 38 (ดุสิต)
8. ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)
9. ศูนย์ผู้สูงอายุ 51 (พญาไท)
10. ศูนย์ผู้สูงอายุ 52 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

11. ศูนย์ผู้สูงอายุ 55 (ยานนาวา)

จากการเข้าสำรวจพื้นที่โดยละเอียด พบว่า ศูนย์ผู้สูงอายุประเภทที่ 4 มีรายละเอียดและข้อจำกัดดังแสดงในตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 3.4 แสดงลักษณะทั่วไปของศูนย์ผู้สูงอายุจากการสำรวจเบื้องต้น เพื่อเลือกเป็นกรณีศึกษา

ศูนย์ผู้สูงอายุ	ลักษณะทั่วไปของศูนย์	กรณีศึกษา
1. ศูนย์ฯ 4 (ดินแดง)	มีห้องเฉพาะปรับปรุงพื้นที่เดิม มีการจัดกิจกรรมทุกสัปดาห์ มีกิจกรรมครบ อยู่ชั้น 1	✓
2. ศูนย์ฯ 7 (ยานนาวา)	พื้นที่อยู่เชิงบันไดทางขึ้น มีพื้นที่คับแคบ มีการจัดกิจกรรมเดือนละครั้ง	
3. ศูนย์ฯ 9 (ดุสิต)	เป็นศูนย์ผู้สูงอายุที่จำกัดเฉพาะผู้ปวยสูงอายุ ผู้สูงอายุอื่นๆ ไปใช้บริการที่ศูนย์เยาวชนแทน	
4. ศูนย์ฯ 11 (พญาไท)	ใช้พื้นที่สำหรับการทำกิจกรรมนันทนาการบริเวณลานจอดรถ ไม่มีพื้นที่กิจกรรมแน่นอน	
5. ศูนย์ฯ 15 (ห้วยขวาง)	พื้นที่อาคารศูนย์ฯอยู่ในระหว่างการปรับปรุง	
6. ศูนย์ฯ 24 (บางเขน)	ตั้งอยู่บนชั้นสองของอาคารทันตกรรม โดยกำรใช้พื้นที่ชั้นสองร่วมกับสัตวแพทย์ มีพื้นที่กิจกรรมครบ มีการจัดกิจกรรมนันทนาการทุกสัปดาห์	✓
7. ศูนย์ฯ 38 (ดุสิต)	พื้นที่อาคารศูนย์ฯอยู่ในระหว่างการปรับปรุง	
8. ศูนย์ฯ 41 (คลองเตย)	พื้นที่ตั้งอยู่ชั้นล่างของอาคารทันตกรรมเก่าทั้งหมด มีกิจกรรมครบ และมีการจัดกิจกรรมนันทนาการทุกสัปดาห์	✓
9. ศูนย์ฯ 51 (พญาไท)	พื้นที่อาคารศูนย์ฯอยู่ในระหว่างการปรับปรุง	
10. ศูนย์ฯ 52 (ดินแดง)	พื้นที่อาคารศูนย์ฯอยู่ในระหว่างการปรับปรุง	
11. ศูนย์ฯ 55 (ยานนาวา)	มีการจัดกิจกรรมนันทนาการเพียงเดือนละครั้ง	

ดังนั้น การเลือกกรณีศึกษาโดยการแบ่งประเภทอาคารศูนย์ผู้สูงอายุนี้ อาคารประเภท 1 ประเภท 2 และประเภท 3 จะนำมาเป็นกรณีศึกษาทั้งหมด ในขณะที่อาคารประเภท 4 จากผลการสำรวจดังกล่าว ทำให้ได้ตัวอย่างศูนย์ผู้สูงอายุจำนวนเพียง 3 แห่งจากทั้งหมด 11 แห่ง ที่เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.4.2 วิธีการเลือกตัวอย่าง จะทำการสุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกศูนย์ผู้สูงอายุในแต่ละกรณีศึกษา โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. จำนวนสมาชิกของศูนย์ผู้สูงอายุที่มาใช้บริการประจำสม่ำเสมอจากบันทึกการลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรมทั้ง 7 ศูนย์ มีจำนวนเฉลี่ย 345 คน ดังมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3.5 แสดงสัดส่วนร้อยละสำหรับการกระจายตัวอย่างของแต่ละศูนย์ผู้สูงอายุ

ประเภทอาคาร	ศูนย์ผู้สูงอายุตัวอย่าง	จำนวนเฉลี่ยผู้สูงอายุ(คนต่อครั้ง)	
		จำนวนเฉลี่ย	สัดส่วนร้อยละ
1	ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (ปทุมวัน)	28	8.1
	ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	26	7.5
	ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	48	13.9
2	ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	124	35.9
3	ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	21	6.1
4	ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)	68	19.7
	ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)	30	8.7
	รวม	345	100

2. เปิดตาราง R.V. Krejcie และ D.W. Morgan เพื่อหาจำนวนตัวอย่างที่ต้องใช้ โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่นเท่ากับร้อยละ 95 จะได้จำนวนตัวอย่างที่ต้องใช้ในการวิจัยนี้จำนวน 183 คน

3. ในการกำหนดสัดส่วนของตัวอย่างสำหรับแต่ละศูนย์ผู้สูงอายุนั้น เนื่องจากจำนวนตัวอย่างบางศูนย์ที่เป็นกรณีศึกษามีต่ำกว่า 30 ตัวอย่าง ดังนั้นเพื่อความน่าเชื่อถือของข้อมูลสำหรับศูนย์ผู้สูงอายุที่มีผู้มาใช้บริการต่ำกว่า 30 คนต่อครั้งจะเก็บตัวอย่างผู้สูงอายุทั้งหมดที่มาใช้บริการ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 3.6 แสดงจำนวนผู้สูงอายุของแต่ละศูนย์ก่อนและหลังปรับตามความน่าเชื่อถือของข้อมูล

ประเภทอาคาร	ศูนย์ผู้สูงอายุตัวอย่าง	จำนวนตัวอย่างผู้สูงอายุที่ใช้ (คน)	
		ก่อนปรับ	หลังปรับ
1	ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (ปทุมวัน)	15	28
	ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)	14	26
	ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)	25	30
2	ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)	66	66
3	ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)	11	21
4	ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (จตุจักร)	36	36
	ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)	16	30
	รวม	183	237

จากการปรับจำนวนตัวอย่าง จะได้ตัวอย่างผู้สูงอายุที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จำนวนทั้งหมด

237 คน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การศึกษาข้อมูลทั่วไปและสภาพแวดล้อมทางกายภาพของ ศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็นกรณีศึกษา

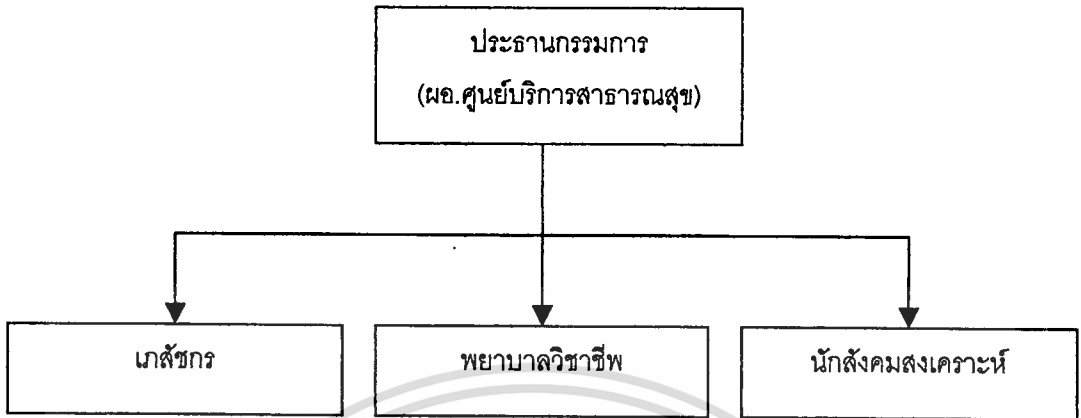
การศึกษาสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร ในเขตเมือง
ชั้นในครั้งนี้ ได้ศึกษาโดยการใช้แบบสำรวจการใช้พื้นที่ บันทึกด้วยสมุดจดบันทึก และภาพถ่าย
ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุ และสภาพโดยทั่ว ๆ ไป ตามกรณีศึกษาทั้ง
7 แห่ง ได้แก่

- ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)
- ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)
- ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)
- ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)
- ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)
- ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)
- ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

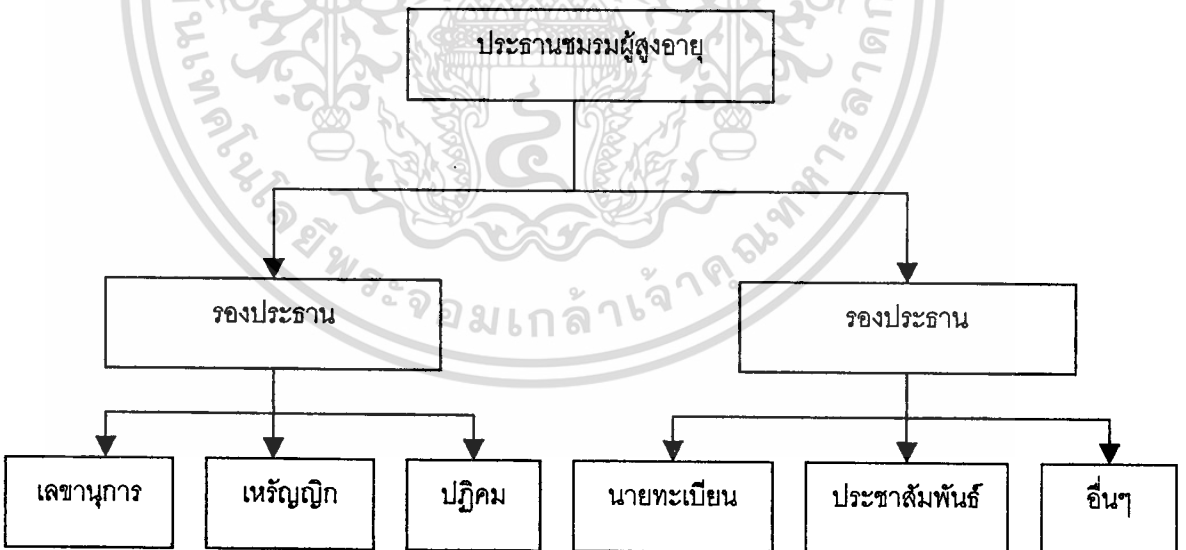
ผลที่ได้จากการศึกษกรณีศึกษานี้ จะเป็นผลการศึกษาวิเคราะห์เปรียบเทียบขนาดพื้นที่กิจกรรมต่างๆ ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่ รวมทั้งการจัดองค์ประกอบต่างๆ ของพื้นที่กิจกรรมและ สิ่งอำนวยความสะดวก ของศูนย์ผู้สูงอายุ โดยการศึกษาภาพรวมของศูนย์ผู้สูงอายุและลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพเฉพาะในแต่ละศูนย์ ดังนี้

4.1 ลักษณะการบริหารงานของศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร

โครงสร้างการบริหารมีการจัดระบบการบริหาร โดยบุคลากรของศูนย์บริการสาธารณสุขที่ได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบศูนย์ผู้สูงอายุ กรุงเทพมหานคร โดยโครงสร้างการบริหารงานของศูนย์ผู้สูงอายุ เป็นการบริหารในรูปแบบคณะกรรมการ ประกอบด้วย ผู้อำนวยการศูนย์บริการสาธารณสุข เป็นประธาน เกษัชกร พยาบาลวิชาชีพ และนักสังคมสงเคราะห์ เป็นกรรมการร่วมกัน โดยผู้รับผิดชอบผู้สูงอายุโดยตรง คือ พยาบาลวิชาชีพ และนักสังคมสงเคราะห์ ดังแสดงในภาพต่อไปนี้



รูปที่ 4.1 แสดงสายการบริหารในส่วนของเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบเกี่ยวกับผู้สูงอายุ



รูปที่ 4.2 แสดงสายการบริหารในส่วนของชมรมผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

วัตถุประสงค์ กิจกรรมและระเบียบการให้บริการของศูนย์ผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์

1. เป็นศูนย์กลางให้คำปรึกษาแนะนำแก่ผู้สูงอายุ ตลอดจนสมาชิกในครอบครัวในการแก้ไขปัญหาทุก ๆ ด้าน รวมทั้งการฟื้นฟูสมรรถภาพ และพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุ
2. เพื่อเป็นศูนย์กลางประสานงานการส่งต่อกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการแก้ไขปัญหาผู้สูงอายุ
3. มีสถานที่เป็นศูนย์กลางให้ผู้สูงอายุได้รวมตัวกันประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ช่วยเหลือสังคม และกิจกรรมนันทนาการอื่น ๆ

กิจกรรมในศูนย์ผู้สูงอายุ

1. กิจกรรมทางศาสนา เช่นสวดมนต์ ไหว้พระ นั่งสมาธิ ปฏิบัติธรรม เป็นต้น
2. กิจกรรมเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย เช่นรำมวยจีน ไทเก๊ก แอร์โรบิค เป็นต้น
3. กิจกรรมฟื้นฟูสมรรถภาพสำหรับผู้สูงอายุโดยการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกาย และการนวดแผนโบราณ
4. กิจกรรมกีฬาผู้สูงอายุ เช่น เปตอง ซอฟท์เทนนิส ปาเป้า โบว์ลิ่งสนา
5. กิจกรรมส่งเสริมความรู้ทางวิชาการ
6. กิจกรรมเสริมรายได้ เช่น การทำศิลปหัตถกรรมต่าง ๆ อาหาร เป็นต้น
7. กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์เพื่อสังคมตามความเหมาะสม
8. กิจกรรมเพื่ออนุรักษ์ประเพณีวัฒนธรรมต่างๆ เช่น วันผู้สูงอายุแห่งชาติ วันพ่อ เป็นต้น
9. ให้คำปรึกษาแนะนำและร่วมในการแก้ไขปัญหาผู้สูงอายุทั้งด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิตและการดำรงชีวิตประจำวัน

ระเบียบการให้บริการ

สมาชิกของศูนย์ผู้สูงอายุมี 3 ประเภทคือ

1. สมาชิกสามัญ ได้แก่ ผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
2. สมาชิกสมทบ ได้แก่ผู้สูงอายุที่มีอายุ 50 ถึง 59 ปี
3. สมาชิกกิตติมศักดิ์ ได้แก่ บุคคลที่คณะกรรมการบริหารชมรมเห็นว่าเป็นผู้ทรงคุณ

วุฒิหรือเป็นผู้มีอุปการคุณแก่ชมรม และสมาชิกภาพจะสิ้นสุดเมื่อ เสียชีวิตหรือลาออก

อุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ภายในศูนย์ผู้สูงอายุ มีดังนี้
เครื่องใช้สำนักงาน ประกอบด้วย

1. โทรศัพท์
2. เครื่องฉายข้ามศีรษะ
3. จอรับภาพ
4. โทรทัศน์สี 20 นิ้ว
5. วิทยุพร้อมเทป
6. เครื่องเล่นวิดีโอ
7. เครื่องขยายเสียง
8. ไมโครโฟน
9. แก้วผู้มาติดต่อ
10. ชุดรับแขก (ธรรมดา หรือบุนวม)
11. ตู้บานเลื่อนกระจกชั้นตู้

อุปกรณ์เครื่องมือตรวจวัดเบื้องต้น ประกอบด้วย

1. เครื่องชั่งน้ำหนัก
2. เครื่องวัดส่วนสูง
3. เครื่องวัดความดันโลหิต

อุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับฟื้นฟูสมรรถภาพทางกาย ประกอบด้วย

1. รอกแขน
2. วงล้อหมุนไหล่
3. จักรยานออกกำลังกาย
4. ลูกวิ่ง
5. ตั้มน้ำหนัก

สิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ประกอบด้วย

1. ตู้เย็น
2. ตู้ทำน้ำร้อน-น้ำเย็น
3. เครื่องปรับอากาศ (ตั้งพื้น หรือแขวน)
4. พัดลม (ตั้งพื้น ติดผนัง หรือเพดาน)

รูปแบบการให้บริการ

จากแนวทางการดำเนินงานของศูนย์ผู้สูงอายุ มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นศูนย์กลางในการให้คำปรึกษาและบริการต่างๆ แก่ผู้สูงอายุ และมีสถานที่ใกล้บ้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มารวมตัวกัน เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ประกอบกิจกรรมในด้านต่างๆ บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม และกิจกรรมนันทนาการอื่นๆ ในการทำกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุ นั้น เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการจะทำหน้าที่คอยเป็นที่เลี้ยงดูดูแลอยู่ห่างๆ ไม่เข้าไปจัดการโดยตรง แต่จะให้ผู้สูงอายุ ดูแลบริหารงานกันเอง ดังนั้น เจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบหลัก ซึ่งจะมีพยาบาลวิชาชีพ 1 คน และนักสังคมสงเคราะห์ 1 คน จะผลัดเปลี่ยนกันมาที่ศูนย์ผู้สูงอายุ เพื่อให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ ทั้งในด้านสุขภาพอนามัย และความรู้ทั่วไปอื่นๆ รวมทั้งมาตรวจวัดความดันให้ผู้สูงอายุ เดือนละ 1 ครั้ง หรือหากมีการตรวจสุขภาพประจำปี ก็จะมีนัดวันให้ผู้สูงอายุ เข้าไปใช้บริการภายในศูนย์บริการสาธารณสุข หากมีการจัดอบรมฝึกอาชีพผู้สูงอายุ จะนำเสนอความต้องการมา และแจ้งให้เจ้าหน้าที่ทราบ เจ้าหน้าที่จะเป็นผู้ดำเนินการติดต่อวิทยากรให้

4.2 ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุที่เป็นกรณีศึกษา

จากกรณีศึกษาศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 7 แห่ง ที่กล่าวมาแล้ว สามารถสรุปผลการศึกษาสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในศูนย์ผู้สูงอายุ ได้ดังต่อไปนี้

4.2.1 ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

ที่ตั้ง อยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข 4 (ดินแดง) เลขที่ 99/23 ถ.ประชาสงเคราะห์ แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพมหานคร

ทิศตะวันออก เป็นทางเข้าหลักของศูนย์ผู้สูงอายุ ติดพื้นที่จอดรถและอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

ทิศตะวันตก เป็นด้านหลังของศูนย์ผู้สูงอายุ ติดโรงบำบัดน้ำเสียของกรุงเทพมหานคร

ทิศเหนือ เป็นพื้นที่ว่าง

ทิศใต้ ติดกับห้องปฏิบัติการของศูนย์บริการสาธารณสุข

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร เป็นอาคารคอนกรีตเสริมเหล็ก 3 ชั้น โดยมีการปรับปรุงพื้นที่ชั้นล่างของอาคารบางส่วนเพื่อทำเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ

เวลาทำการ เปิดให้บริการวันจันทร์ถึงศุกร์ เวลา 9.00 – 12.00 น.

จำนวนผู้ใช้บริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 21 คน ต่อวัน

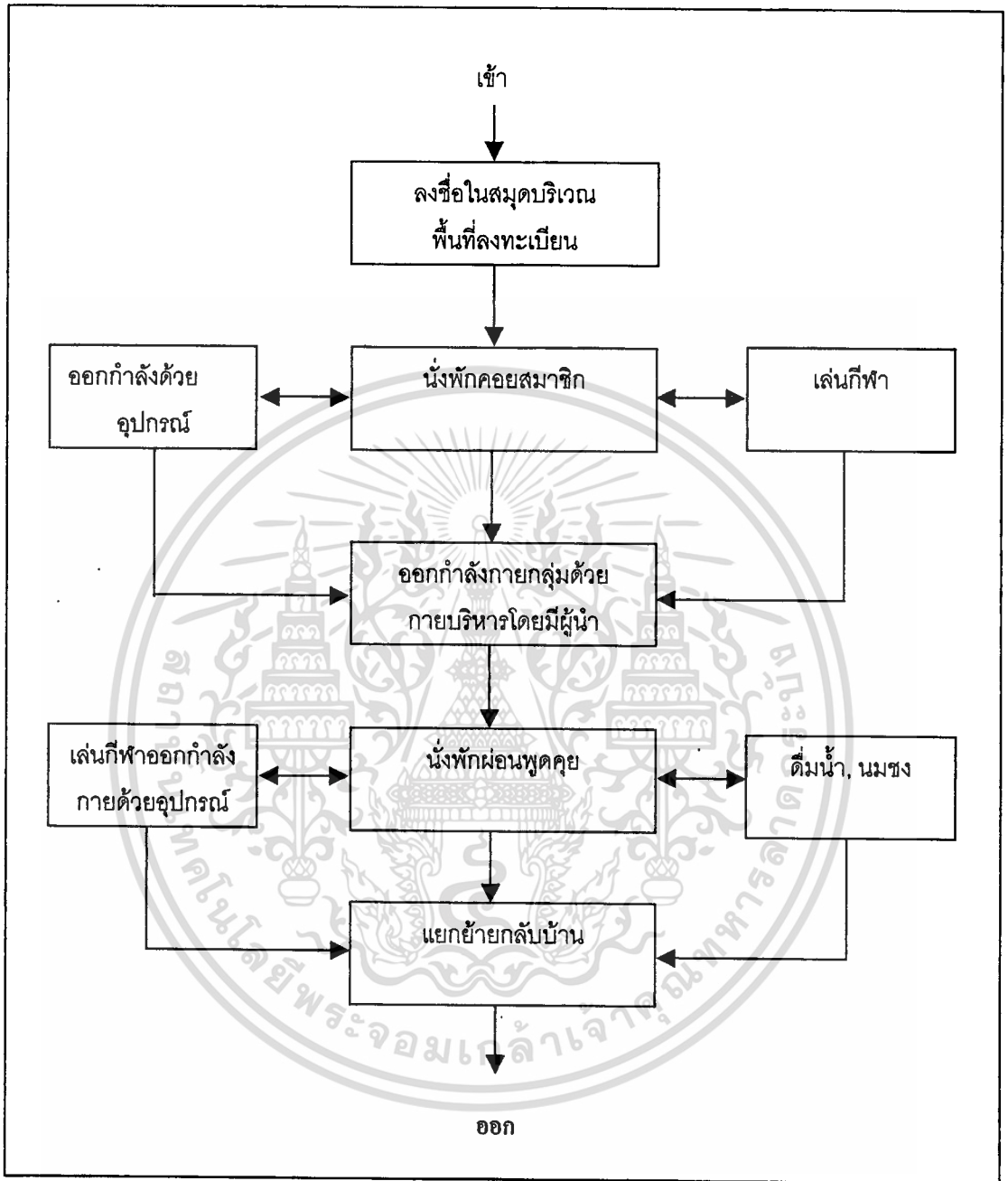
ตารางที่ 4.1 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เวลา	9.00-10.00 น.	10.00 – 12.00 น.
จันทร์	ออกกำลังกาย	กีฬา และกิจกรรมตามอัธยาศัย
อังคาร	ออกกำลังกาย	กลุ่มบำบัด
พุธ	ออกกำลังกาย	กีฬา และกิจกรรมตามอัธยาศัย
พฤหัสบดี	ออกกำลังกาย	ให้ความรู้
ศุกร์	ออกกำลังกาย	กีฬา และกิจกรรมตามอัธยาศัย

ส่วนการมาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุของผู้สูงอายุ มีลำดับขั้นตอนดังนี้คือ ผู้สูงอายุเดินทางมาจากบ้าน เมื่อเข้ามาที่ศูนย์จะต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าห้องและเซ็นชื่อในสมุดบันทึกลงทะเบียนที่บริเวณพื้นที่ลงทะเบียน จากนั้นจะนั่งรอสมาชิกคนอื่นๆ จนถึงเวลา 9.00 น. จะเริ่มทำกิจกรรมกายบริหารภายในอาคาร เป็นกายบริหารแบบไทเกก โดยมีผู้สูงอายุด้วยกันเป็นวิทยากร ใช้เก้าอี้ 1 ตัวขึ้นไปยืน นำออกกำลังกายบริเวณใกล้กับพื้นที่ลงทะเบียน ใช้เวลาประมาณ 50 นาที หลังจากออกกำลังกายเสร็จ ผู้สูงอายุจะนั่งพักผ่อนพูดคุยตามอัธยาศัย บริเวณพื้นที่พักผ่อน หรือนั่งเป็นกลุ่มที่พื้น และดื่มขนมขงที่ทางศูนย์มีบริการให้ผู้สูงอายุ โดยใช้โต๊ะพับนำออกมาวางเพื่อวางอุปกรณ์ต่างๆ บริเวณหน้าห้องน้ำ หลังจากนั้นหากไม่มีกิจกรรมตรวจวัดความดัน หรือการอบรมให้ความรู้ ผู้สูงอายุก็จะแยกย้ายกันกลับ หรือบางคนก็จะมาใช้เครื่องออกกำลังกาย เล่นกีฬาที่ทางศูนย์มีให้หรือนั่งคุยกันจนถึงเวลา 12.00 น. จึงแยกย้ายกันกลับบ้าน หากสัปดาห์ใดมีการจัดเลี้ยงสมาชิก ก็จะใช้พื้นที่ภายนอกอาคารบริเวณออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ ตั้งโต๊ะขนาด 0.6x1.2 เมตรสำหรับวางจาน และอาหารซึ่งทำสำเร็จมาจากบ้านแล้ว ผู้สูงอายุออกมาดักไปรับประทาน และหาที่นั่งทานตามอัธยาศัย จากนั้นจะนำจานไปล้างโดยรับผิดชอบตนเอง บริเวณก๊อกน้ำด้านหลังอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง) เป็นการปรับปรุงพื้นที่ชั้นหนึ่งของอาคารเพื่อนำมาทำเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ โดยตัวอาคารตั้งอยู่ด้านหลังของอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 92.8 ตารางเมตร โดยมีรายละเอียดของขั้นตอนการทำกิจกรรมและสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุดังนี้

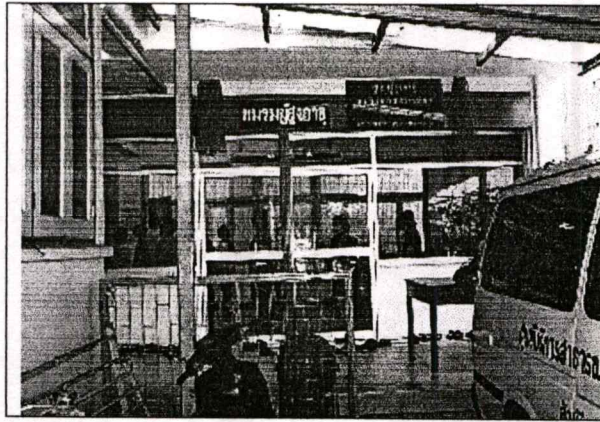


รูปที่ 4.3 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

ทางเข้าอาคาร

ตัวอาคารยกพื้นบันได 2 ชั้น ความกว้างของบันได 1.5 เมตร ปูกระเบื้องสีฟ้า ขนาด 30x30 เซนติเมตร มีประตูทางเข้าอาคาร 1 ทาง โดยประตูภายนอก เป็นประตูเหล็กม้วนประตูภายใน เป็นประตูกระจกบานเปิดคู่ขนาด 2.0x2.0 เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.4 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

- ขนาดพื้นที่** พื้นที่ใช้สอยภายในอาคารรวมทั้งหมด 48.6 ตารางเมตร
- วัสดุปูพื้น** กระเบื้องสีเทา ขนาด 20x20 เซนติเมตร
- ผนัง** มีผนังทึบ 1 ด้าน และผนังอีก 3 ด้านก่ออิฐสูง 90 เซนติเมตร ด้านบนเป็นหน้าต่างและช่องแสง ภายในอาคารทาสีน้ำพลาสติกสีฟ้าอ่อน
- เพดาน** ฝ้าเพดานคอนกรีตฉาบเรียบ ความสูงจากพื้นถึงเพดาน 3.3 เมตร
- ช่องแสง** ผนัง 2 ด้าน เป็นหน้าต่างบานเปิดคู่ ขนาด 1x1.10 เมตร จำนวน 11 ชุด ส่วนอีกด้านอยู่ฝั่งเดียวกับประตูทางเข้า เป็นกระจกใสติดตาย ขนาด 1.2x2 เมตร จำนวน 2 ชุด ติดมู่ลี่สีฟ้า
- มีช่องแสงเหนือกระจกติดตาย ขนาด 1.7 X 0.4 เมตร จำนวน 2 ช่อง ขนาด 1.2 X 0.4 เมตร จำนวน 2 ช่อง และช่องแสงเหนือประตูทางเข้าขนาด 2 X 0.4 เมตร 1 ช่อง
- แสงประดิษฐ์** ติดหลอดไฟฟลูออเรสเซนต์ ขนาด 40 วัตต์ รางคู่ จำนวน 4 ชุด และหลอดกลมขนาด 20 วัตต์ จำนวน 2 ชุด เพื่อเพิ่มแสงสว่างภายในอาคาร
- อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม** ติดเครื่องปรับอากาศขนาด 30,000 บีทียู จำนวน 1 เครื่องติดพัดลมเพดาน จำนวน 2 ตัว

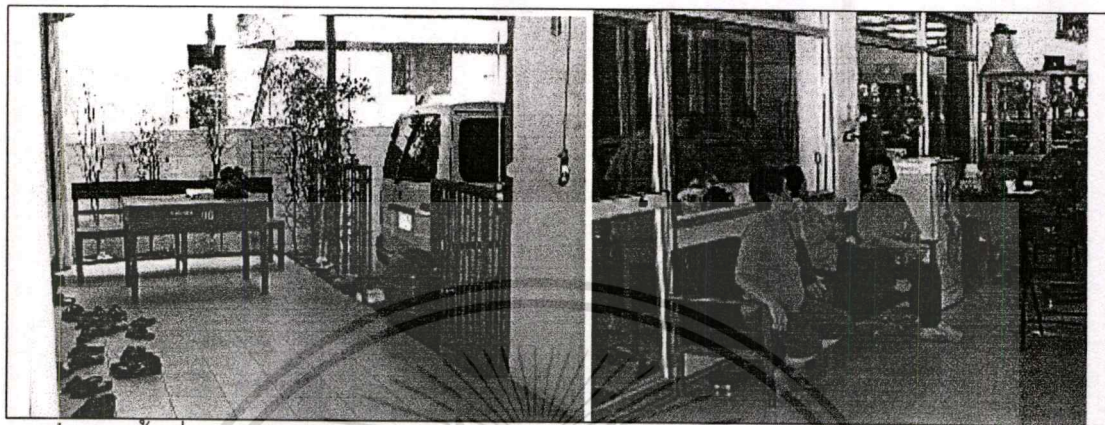
ลักษณะพื้นที่ใช้สอยในอาคาร ประกอบด้วย

พื้นที่พักคอย

เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุใช้นั่งรอระหว่างยังไม่เริ่มกิจกรรม ภายในศูนย์นี้มีพื้นที่พักคอย 2 จุด คือพื้นที่พักคอยภายนอกอาคารโดยอยู่ทางขวามือก่อนประตูทางเข้า ประกอบด้วย โต๊ะขนาด 0.6 X 1.2 เมตร จำนวน 1 ตัว เก้าอี้ไม่มีพนักพิงขนาด 0.45 X 2 เมตร จำนวน 1 ตัว ขนาดพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 5.2 ตารางเมตร ส่วนพื้นที่พักคอยในอาคารจะอยู่ตำแหน่งซ้ายมือของประตูทางเข้า ประกอบด้วย โซฟา 3 ที่นั่ง จำนวน 1 ตัว โซฟา 1 ที่นั่ง จำนวน 2 ตัว จัดเรียงแนวเส้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตรงซิดมผนัง และเก้าอี้พักคอยไฟเบอร์กลาสสำเร็จรูป จำนวน 5 ตัว จัดเรียงแนวเส้นตรงซิดมผนัง ผังตรงข้ามประตูทางเข้า ขนาดพื้นที่ใช้งานรวม 6.6 ตารางเมตร รวมพื้นที่พักคอยภายในและภายนอกอาคารทั้งสิ้น 11.8 ตารางเมตร



รูปที่ 4.5 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

พื้นที่ลงทะเบียน

เป็นพื้นที่ผู้สูงอายุใช้เซ็นต์ชื่อในสมุดบันทึกเมื่อมารวมกิจกรรม ตำแหน่งอยู่ทางซ้ายมือ จากประตูทางเข้า ติดกับพื้นที่พักคอย และอยู่หน้าห้องน้ำ รูปแบบการจัดวางเครื่องเรือนจะใช้ โต๊ะขนาด 0.8X1.2 เมตร จำนวน 1 ตัววางซิดมผนังหนึ่งด้าน และเก้าอี้ 3 ตัววางรอบ รวมพื้นที่ใช้งาน 3.6 ตารางเมตร

พื้นที่วัดความดัน

ตำแหน่งอยู่บริเวณเดียวกันกับพื้นที่พักคอย เป็นพื้นที่ใช้งานชั่วคราว ซึ่งเจ้าหน้าที่จะมาให้บริการวัดความดันแก่ผู้สูงอายุเดือนละครั้ง โดยใช้ พื้นที่เดียวกันกับพื้นที่ลงทะเบียน รวมพื้นที่ใช้งาน 3.6 ตารางเมตร

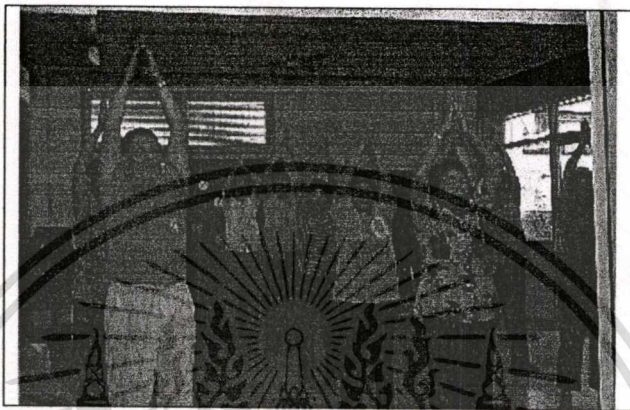


รูปที่ 4.6 พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดันศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่อเนกประสงค์

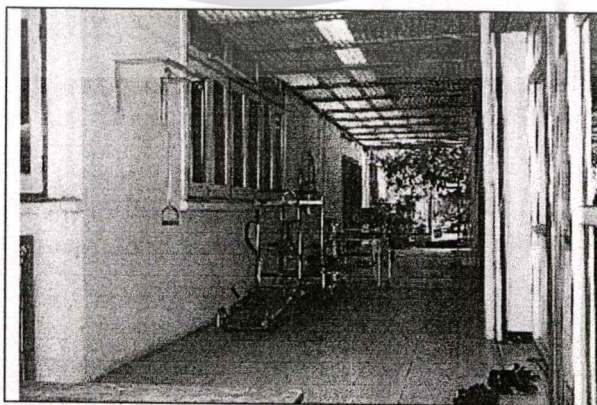
เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุ ใช้ทำกิจกรรมร่วมกันเป็นกลุ่มเช่น การออกกำลังกาย หรือใช้เป็นพื้นที่นั่ง ฟังวิทยากรมาอบรมให้ความรู้ในเรื่องต่างๆ และใช้เป็นที่พักประชุมสมาชิก โดยพื้นที่อเนกประสงค์จะอยู่กลางห้องเป็นพื้นที่หลักในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ มีขนาด พื้นที่ใช้งานทั้งหมด 24 ตารางเมตร



รูปที่ 4.7 พื้นที่อเนกประสงค์ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง) นี้มีพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ภายในและภายนอกอาคาร โดยพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ภายในอาคาร ประกอบด้วย จักรยานยานจำนวน 2 คัน จักรวางขีดผนัง 2 ผืน ผังละคัน และดัมเบลล์ จำนวน 1 ชุด ขนาดพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 4.98 ตารางเมตร พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ภายนอกอาคาร ประกอบด้วยเครื่องออกกำลังกาย กล้ามเนื้อขา 1 ชุด ลู่วิ่ง 2 เครื่อง วงล้อหมุนไหล่ 1 อัน รอกแขน 1 อัน รวมพื้นที่ใช้งาน 8.32 ตารางเมตร และพื้นที่ใช้งานรวมทั้งสิ้น 13.26 ตารางเมตร

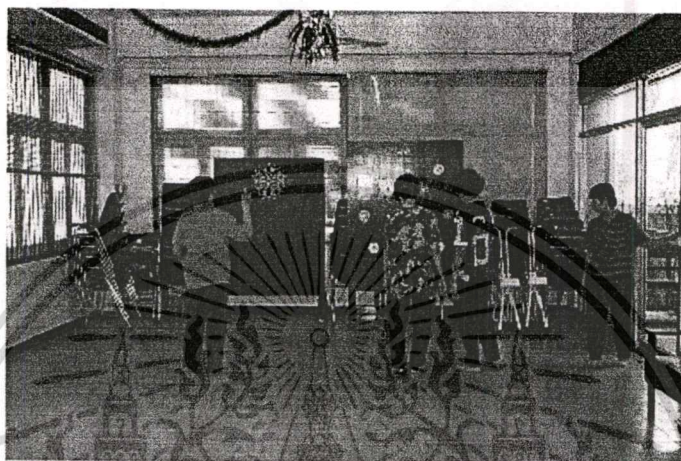


รูปที่ 4.8 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่เล่นกีฬา

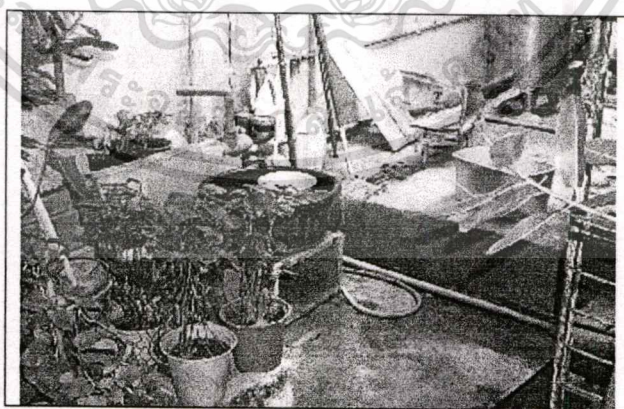
เป็นพื้นที่ที่ใช้ร่วมกับพื้นที่อเนกประสงค์ ประกอบด้วย กีฬาปาเป้าใช้พื้นที่ 6 ตารางเมตร โยนห่วงใช้พื้นที่ 6 ตารางเมตร โบว์ลิ่งสนามใช้พื้นที่ 6.5 ตารางเมตร รวมพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 18.5 ตารางเมตร โดยแป้นปาเป้าและโยนห่วงจะวางชิดผนังฝั่งขวามือของทางเข้าหลัก ส่วนโบว์ลิ่งสนามจะใช้พื้นที่บริเวณหน้าห้องน้ำเป็นที่เล่น



รูปที่ 4.9 พื้นที่เล่นกีฬาและจัดเก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้

อยู่บริเวณผนังหน้าห้องน้ำ และข้างแป้นปาเป้า ลักษณะเก้าอี้เป็นเก้าอี้ไฟเบอร์กลาสสำเร็จรูปมีพนักพิง มีการเก็บซ้อนในแนวตั้ง ใช้พื้นที่ทั้งหมด 2.25 ตารางเมตร



รูปที่ 4.10 พื้นที่ล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจาน

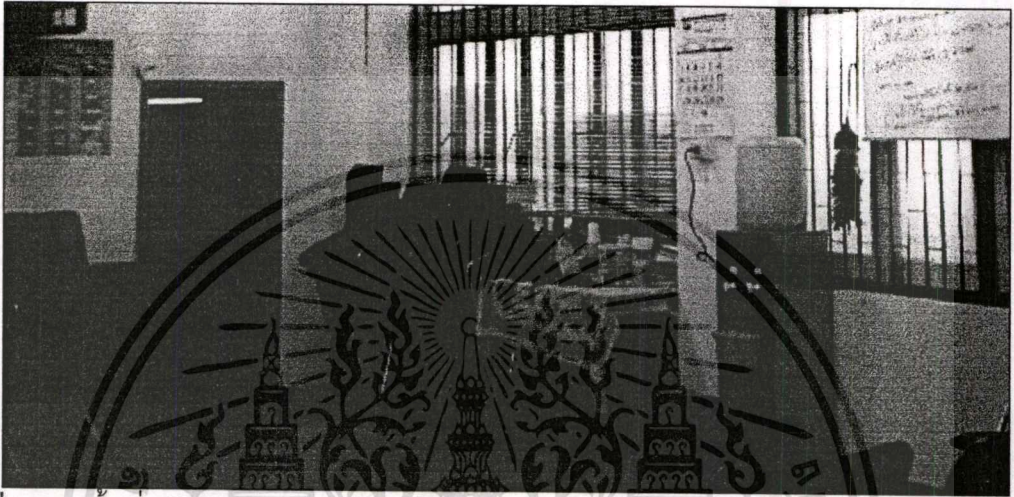
เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุใช้ขงเครื่องต้มเมื่อมาร่วมกิจกรรมตั้งอยู่บริเวณหน้าห้องน้ำ

ประกอบด้วย โต๊ะพับขนาด 0.8 X 0.9 เมตร จำนวน 1 ตัว เครื่องทำน้ำเย็น 1 เครื่อง ตู้เย็น 1

เอกสารเป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอญูญาติให้น่าไปใช้ประโยชน์ในการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เครื่อง รวมพื้นที่ใช้งาน 4.83 ตารางเมตร และในบางครั้งที่มีการเลี้ยงสังสรรค์จะใช้ พื้นที่ภายนอกอาคารบริเวณพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์เป็นพื้นที่เตรียมอาคารแทน โดยมีการจัดเตรียมอาหารมาจากที่บ้าน และใช้โต๊ะวางของขนาด 0.6 X1.2 เมตร จำนวน 1 ตัว เป็นที่วางอาหาร ใช้พื้นที่ทั้งหมด 2.88 ตารางเมตร ส่วนพื้นที่ล้างจานจะใช้ก๊อกน้ำด้านหลังอาคารเป็นที่ล้างจาน ใช้พื้นที่ 5.2 ตารางเมตร



รูปที่ 4.11 พื้นที่เตรียมอาหารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ

เป็นพื้นที่ที่ใช้เก็บอุปกรณ์สำนักงาน และสิ่งอำนวยความสะดวก ตั้งอยู่ด้านซ้ายของพื้นที่พักคอยประกอบด้วย ตู้ขนาด 0.4 X1.2 เมตร จำนวน 1 ตู้ พัดลมตั้งพื้นขนาด 0.4X0.4 เมตร จำนวน 1 เครื่อง รวมพื้นที่ใช้งาน 1.36 ตารางเมตร

พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

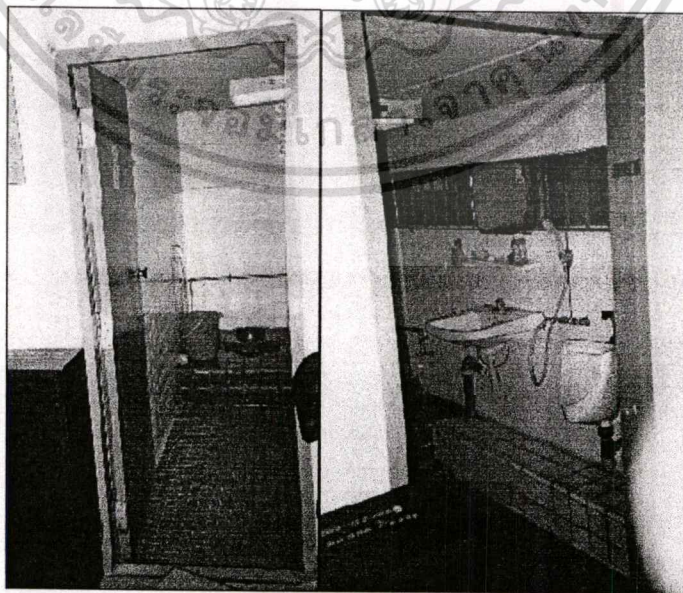
เนื่องจากผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุจะต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าใช้พื้นที่ แต่ที่ศูนย์ไม่มีชั้นวางรองเท้าให้ ผู้สูงอายุจึงถอดรองเท้าไว้บริเวณหน้าประตูทางเข้าหลัก คิดเป็นพื้นที่ 1.5 ตารางเมตร



รูปที่ 4.12 พื้นที่วางรองเท้าศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

ห้องน้ำ

ห้องน้ำที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง) จะอยู่ภายในอาคารจำนวน 1 ห้อง ไม่แยกชาย หญิง ขนาด 4.5 ตารางเมตร โถสุขภัณฑ์เป็นแบบนั่งยอง มีสายชำระ อ่างล้างหน้า และโถ บัสสาวะชาย 1 อัน ไม่มีราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว พื้นปูกระเบื้องสี่เหลี่ยมขนาด 2X2 นิ้ว บริเวณโถสุข ภัณฑ์ยกพื้นสูง 20 เซนติเมตร ปูกระเบื้องขนาด 4X4 นิ้ว สีน้ำเงิน ผนังกรุกระเบื้อง 4X4 นิ้ว สี ขาวสูง 1.3 เมตร มีช่องแสง 1 ด้านขนาด 0.30X0.65 เมตร จำนวน 4 ช่อง ความสูงจากพื้นถึงฝ้า เพดาน 1.85 เมตร ติดหลอดไฟฟลูออเรสเซนต์ขนาด 20 วัตต์ 1 ดวง เพื่อเพิ่มความสว่างภายใน ห้องน้ำ



รูปที่ 4.13 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร

พื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง) นี้เกิดจากการใช้พื้นที่ว่างระหว่างอาคารสองอาคารมาปรับปรุงเป็นพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ภายนอกอาคารโดยมุ่งหลังคาด้วยวัสดุโปร่งแสงเพื่อนำแสงธรรมชาติเข้ามาเพิ่มความสว่างให้กับพื้นที่ และปูพื้นด้วยกระเบื้องสีฟ้าขนาด 30X30 เซนติเมตรลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารประกอบด้วย

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

มีการจัดเรียงอุปกรณ์ออกกำลังกายชนิดผนังสองข้างเว้นทางเดินตรงกลางเนื่องจากเป็นทางเดินร่วมของเจ้าหน้าที่ มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 8.72 ตารางเมตร ประกอบด้วย เครื่องออกกำลังกายกล่อมเนื้อขา 1 อัน ลูกวิ่ง 2 อัน รอกแขน 1 อันและวงล้อหมุนไหล่ 1 อัน

พื้นที่พักผ่อนภายนอกอาคาร

อยู่ทางขวามือก่อนประตูทางเข้า โถงบริเวณพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 5.2 ตารางเมตร มีอุปกรณ์ประกอบด้วย โต๊ะขนาด 0.6X1.2 เมตร จำนวน 1 ตัวและเก้าอี้ไม่มีพนักพิงขนาด 2 x 0.45 เมตร 1 ตัว

สรุปพื้นที่ใช้สอยทั้งภายในและภายนอกอาคารรวมทั้งสิ้น 92.8 ตารางเมตร

ปัญหาที่เกิดขึ้น

ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง) เป็นศูนย์ที่มีพื้นที่ขนาดเล็กไม่เพียงพอต่อความต้องการในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ กิจกรรมหลายอย่างต้องใช้พื้นที่ร่วมกัน เกิดการทับซ้อนกันของพื้นที่ทำให้บางกิจกรรม ไม่สามารถกระทำในขณะนั้นได้ เนื่องจากพื้นที่ศูนย์คับแคบ แต่รูปแบบกิจกรรมที่เกิดขึ้นมีมาก จึงมีปัญหาในเรื่องของตำแหน่งที่ตั้ง และการจัดวางอุปกรณ์ต่างๆ และกิจกรรมบางประเภทไม่เหมาะสมกับพื้นที่ใช้ทำกิจกรรมในปัจจุบัน เช่น พื้นที่เล่นกีฬาโบว์ลิ่งสนามซึ่งจำเป็นต้องใช้พื้นที่ใช้งานมาก แต่พื้นที่ไม่เพียงพอ อีกทั้งตำแหน่งที่ตั้งของอุปกรณ์บางตัวไม่ดึงดูดความสนใจผู้สูงอายุให้เข้าไปใช้งาน และในบางครั้งที่เป็นวันประชุมใหญ่ประจำเดือน จะมีผู้สูงอายุมามาก พื้นที่ไม่เพียงพอ จึงจำเป็นต้องใช้พื้นที่ภายนอกอาคารเป็นที่รองรับเพิ่มเติมภายในศูนย์ไม่มีการแยกส่วนพื้นที่กิจกรรมออกจากกันอย่างชัดเจน และพื้นที่ไม่เพียงพอต่อการจัดเก็บเก้าอี้ทำให้ต้องนำไปจัดเก็บบริเวณพื้นที่เล่นกีฬา ทำให้เกิดการสูญเสียพื้นที่ใช้งานบางส่วนไป อีกทั้งอุปกรณ์บางอย่างไม่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เช่น โกลุชภัณฑท์ ซึ่งเป็นแบบนั่งยองและไม่มีอุปกรณ์ราวจับช่วยพยุงตัว ทำให้ผู้สูงอายุซึ่งส่วนใหญ่มีปัญหาโรคข้อ ไม่สะดวกต่อการใช้งาน

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่ กีฬาโบว์ลิ่งสนาม จะอยู่ขวางบริเวณพื้นที่พักผ่อนและพื้นที่เตรียมอาหาร ส่วนกีฬาปาเป้าและโยนห่วงจะทับซ้อนกับพื้นที่จักรยานออกกำลังกายและอยู่ขวางบริเวณทางเข้าอาคารทำให้ไม่สะดวกต่อการใช้งานและกีดขวางการสัญจร

สรุปข้อดี และข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

ข้อดี

1. ตำแหน่งที่ตั้งของศูนย์อยู่ติดถนนใหญ่ ซึ่งมีรถเมล์ผ่านทำให้ผู้สูงอายุไปมาสะดวก
2. ศูนย์ผู้สูงอายุอยู่บริเวณชั้น 1 ของอาคาร ซึ่งเหมาะสมกับลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ
3. มีการแยกส่วนพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ออกมาจากพื้นที่ทำกิจกรรมอื่น ทำให้ไม่เกิดเสียงรบกวนการทำกิจกรรมอื่น
4. อุปกรณ์ใช้งานง่ายต่อการเคลื่อนย้าย ซึ่งเหมาะกับผู้สูงอายุ
5. มีพื้นที่พักผ่อนภายนอกอาคารเป็นที่โล่ง ให้ผู้สูงอายุได้นั่งพักผ่อนก่อนเข้าภายในอาคารซึ่งมีพื้นที่คับแคบ และติดเครื่องปรับอากาศ
6. มีพื้นที่ภายนอกอาคารมีหลังคาคลุมเป็นพื้นที่รองรับสำหรับวันที่มีกิจกรรมพิเศษ และผู้สูงอายุมาเป็นจำนวนมาก

ข้อเสีย

1. ทางเดินเข้าสู่อาคารศูนย์ผู้สูงอายุ เป็นที่จอดรถของศูนย์บริการสาธารณสุข ทำให้เกิดขวางต่อการสัญจรของผู้สูงอายุ
2. พื้นที่คับแคบไม่เพียงพอต่อการใช้งาน และจำนวนผู้สูงอายุ
3. ห้องน้ำมีน้อยเพียง 1 ห้อง ไม่มีการแยกชาย หญิง และไม่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก
4. พื้นที่ล้างจานอยู่ภายนอกอาคารและไกล ไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมการใช้งาน
5. มีการทับซ้อนของพื้นที่ทำกิจกรรม ทำให้ไม่สามารถใช้งานในเวลาเดียวกันได้
6. ไม่มีการจัดกลุ่มพื้นที่ใช้งานที่ชัดเจน
7. ตำแหน่งห้องน้ำอยู่ภายในอาคาร ทำให้เกิดกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ รบกวนการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ

รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

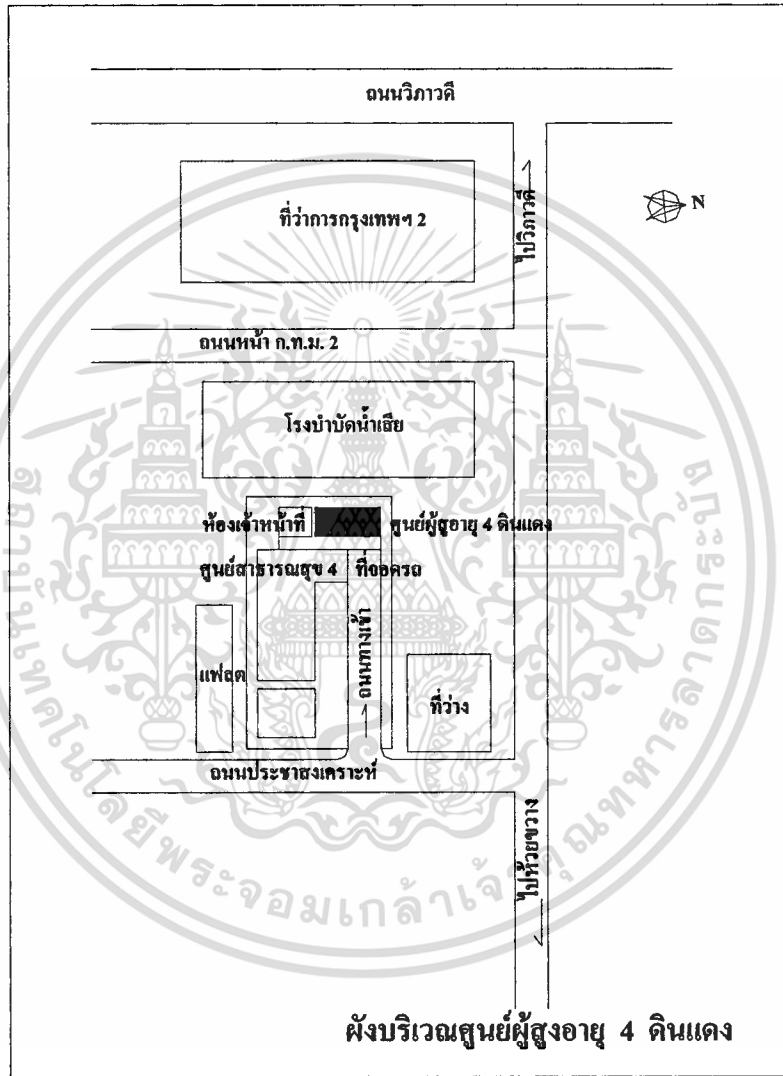
ศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง) มีรูปแบบของการจัดวางแปลน ภายในอาคาร เป็นลักษณะแบบปิดล้อม โดยเว้นพื้นที่ว่างไว้ตรงกลาง เพื่อใช้สำหรับเป็นพื้นที่ทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น การออกกำลังกายกลุ่ม มีการจัดวางเครื่องเรือนชนิดนั่งหมดทุกด้าน เพื่อให้มีพื้นที่ว่างมากที่สุด ทางสัญจรหลักเป็นรูปตัวแอล

ตารางที่ 4.2 สรุปพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 4(ดินแดง)

พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักผ่อน(ภายในและภายนอก)	11.8	พื้นที่เก็บเก้าอี้	2.25
พื้นที่อเนกประสงค์	24	พื้นที่ล้างจาน	5.2
พื้นที่ลงทะเบียน	3.6	พื้นที่เตรียมอาหาร	4.83
พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	13.26	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ	1.36
พื้นที่เล่นกีฬาภายในอาคาร	18.5	ห้องน้ำ	4.5
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	3.6	พื้นที่เก็บรองเท้า	1.5

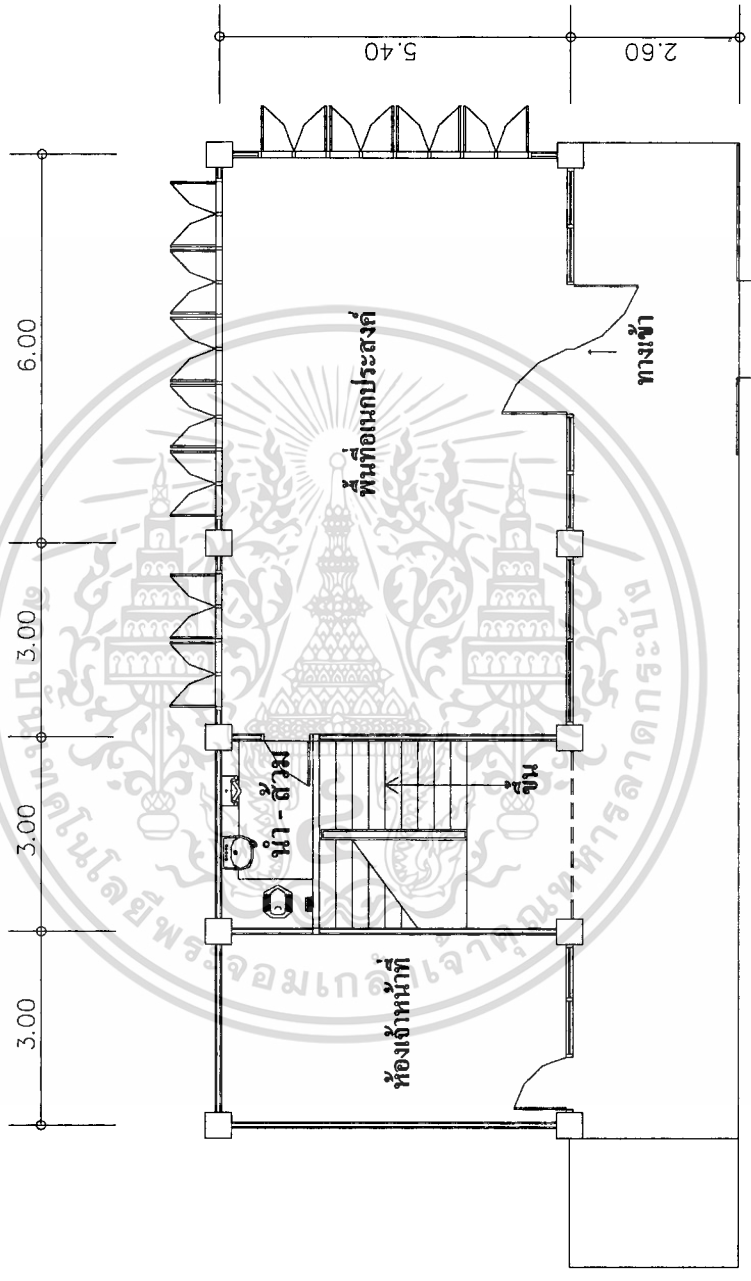


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.14 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

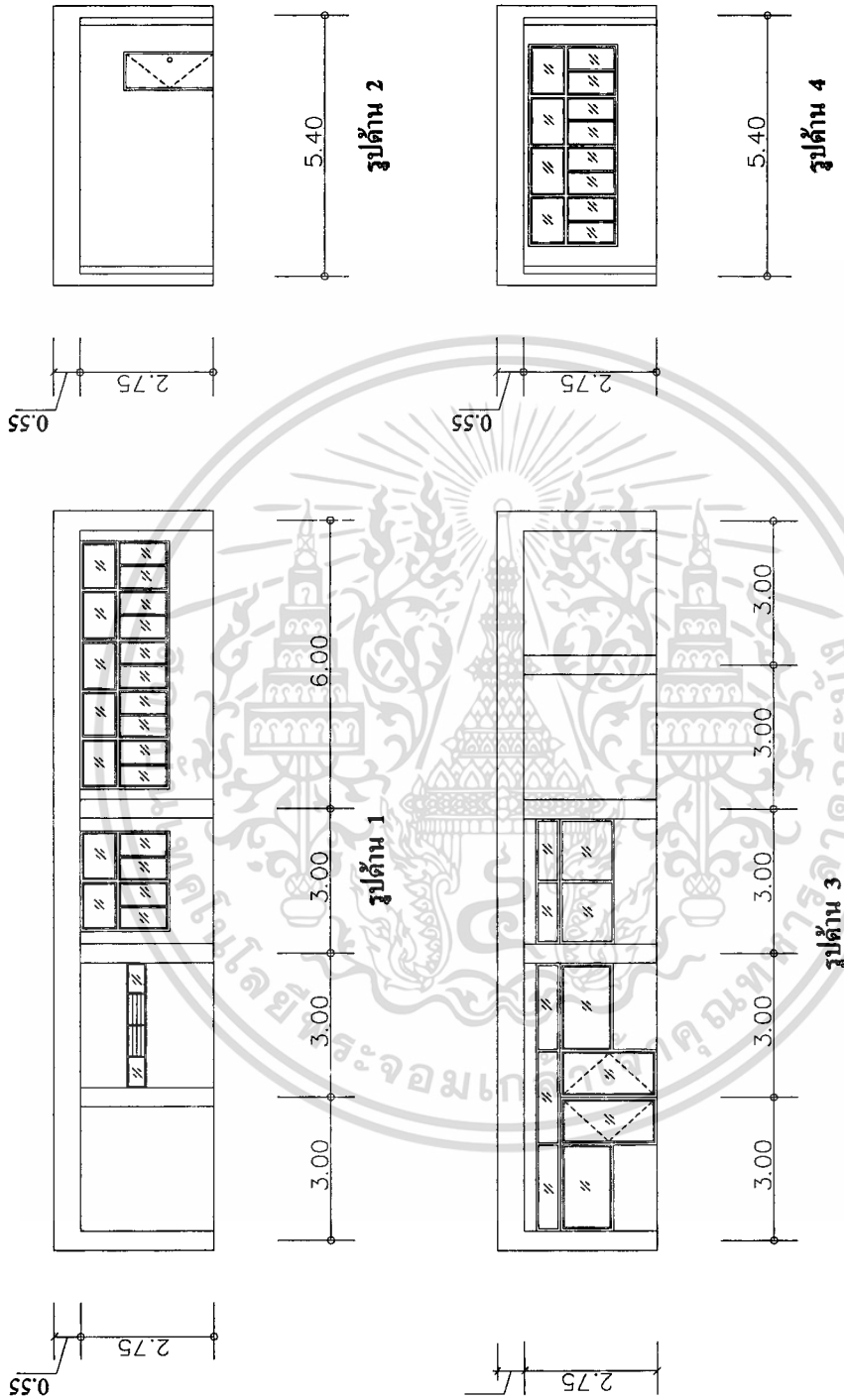
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



แปลนศูนย์ผู้สูงอายุ 4 Not to scale

รูปที่ 4.15 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

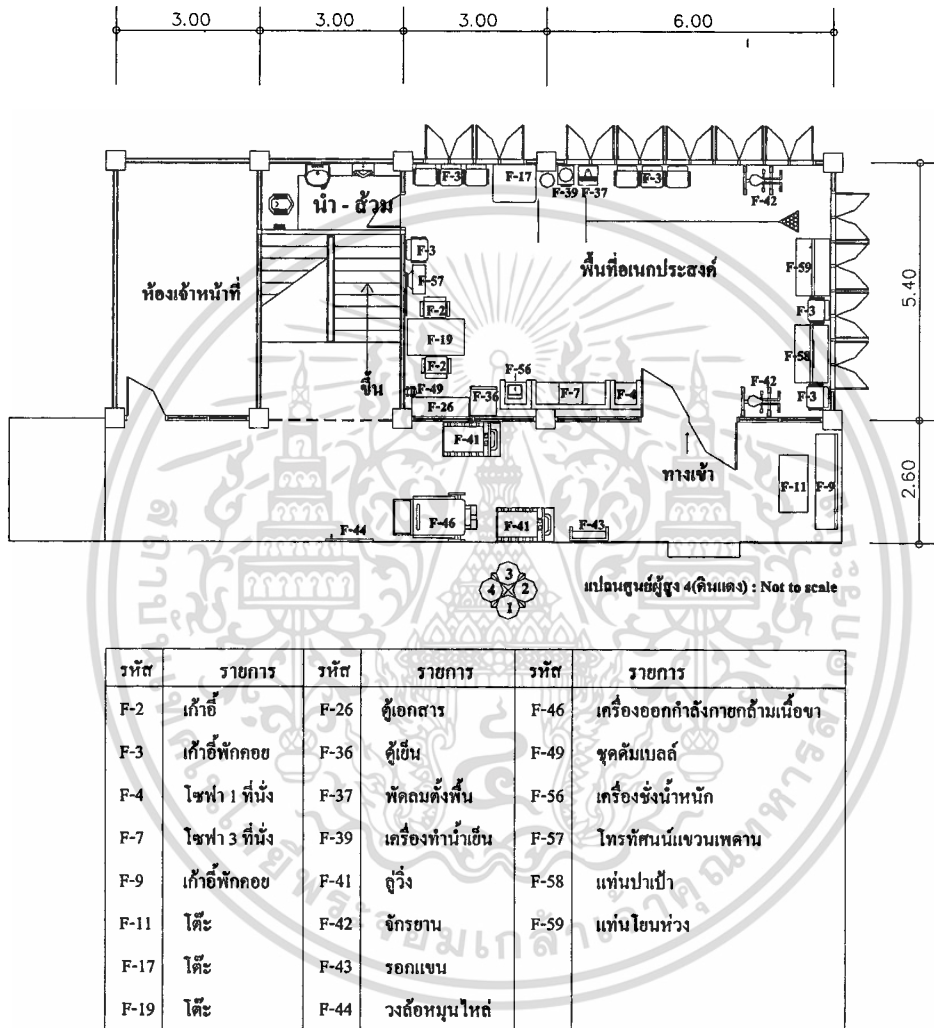
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านอื่น
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง): Not to scale

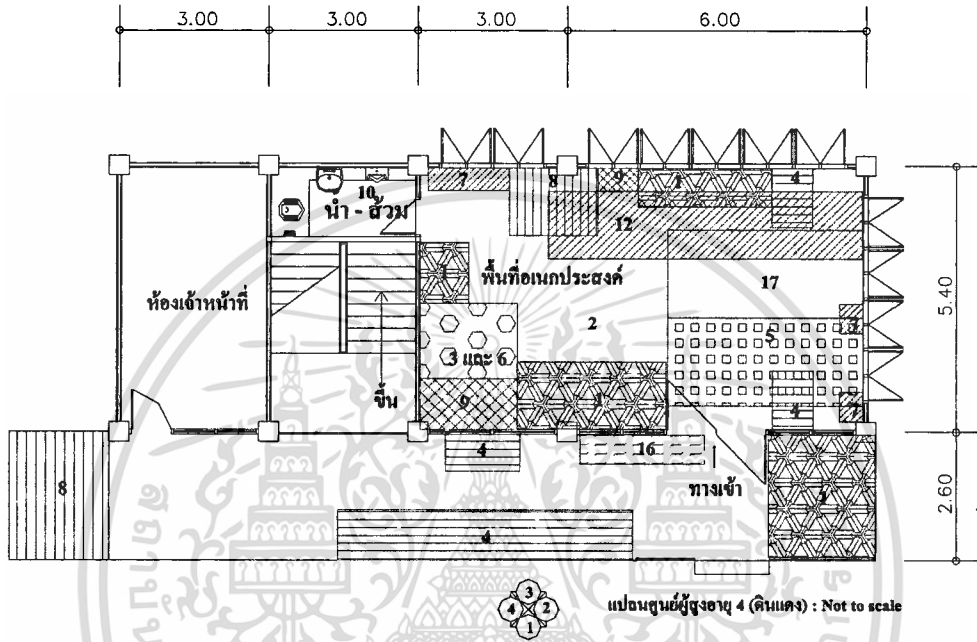
รูปที่ 4.16 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.17 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รายการสัญลักษณ์ประกอบแบบ

1	พื้นที่พักคอย	8	พื้นที่ล้างจานและเตรียมอาหาร
2	พื้นที่เอนกประสงค์	9	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ
3	พื้นที่ลงทะเบียน	10	ห้องน้ำ
4	พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	12	พื้นที่กีฬาโบว์ลิ่งสนาม
5	พื้นที่เล่นกีฬาปาเป้า	16	พื้นที่เก็บรองเท้า
6	พื้นที่ตรวจวัดความดัน	17	พื้นที่เล่นกีฬาโยนห่วง
7	พื้นที่เก็บเก้าอี้		

รูปที่ 4.18 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 4 (ดินแดง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.2 ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

ที่ตั้ง อยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข 5 (จุฬาลงกรณ์) เลขที่ 248 ถนนหลวง 2 เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ

ทิศตะวันออก	ติดสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน
ทิศตะวันตก	ติดพื้นที่ศูนย์บริการสาธารณสุข
ทิศเหนือ	ติดพื้นที่ศูนย์บริการสาธารณสุข
ทิศใต้	ติดศูนย์เยาวชนปทุมวัน

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร เป็นอาคารคอนกรีตเสริมเหล็กชั้นเดียว แยกออกมาจากอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

เวลาทำการ เปิดให้บริการทุกวันพุธ และ ศุกร์ เวลา 8.00 - 2.00 น.

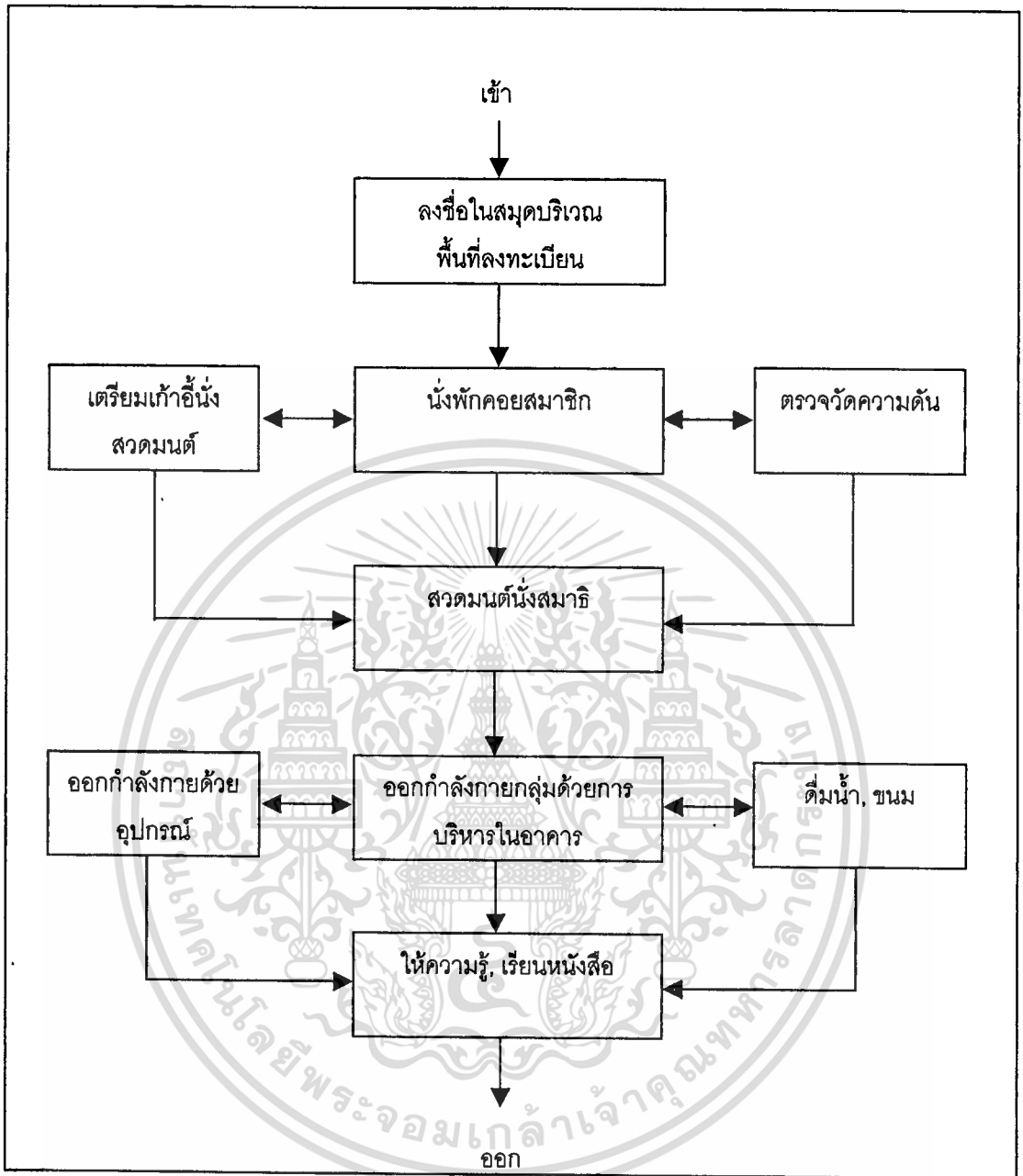
จำนวนผู้ใช้บริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 28 คน/วัน

ตารางที่ 4.3 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

เวลา	8.00 - 8.30	8.30 - 9.30	9.30 - 12.00
วัน			
จันทร์			
อังคาร			
พุธ	สวดมนต์	ออกกำลังกาย	ให้สุขศึกษา
พฤหัสบดี			
ศุกร์	สวดมนต์	ออกกำลังกาย	เรียนหนังสือ

ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) เป็นอาคารเดี่ยวชั้นเดียวที่แยกออกมาจากอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข โดยอยู่ในพื้นที่เดียวกันกับสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวันของกรุงเทพมหานคร มีพื้นที่ใช้งานรวมทั้งภายในและภายนอกอาคารทั้งหมด 294.12 ตารางเมตร มีระเบียบการใช้บริการคือ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกต้องเสียค่าสมาชิกคนละ 50 บาทต่อปี และมีการตั้งกองบริจาคตามความสมัครใจไว้ที่โต๊ะลงทะเบียน เพื่อนำเงินบริจาคมาใช้ซื้อเครื่องดื่ม และขนมให้ผู้สูงอายุรับประทานเมื่อมาร่วมกิจกรรม โดยมีรายละเอียดของขั้นตอนการทำกิจกรรมและสภาพแวดล้อมกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุดังนี้

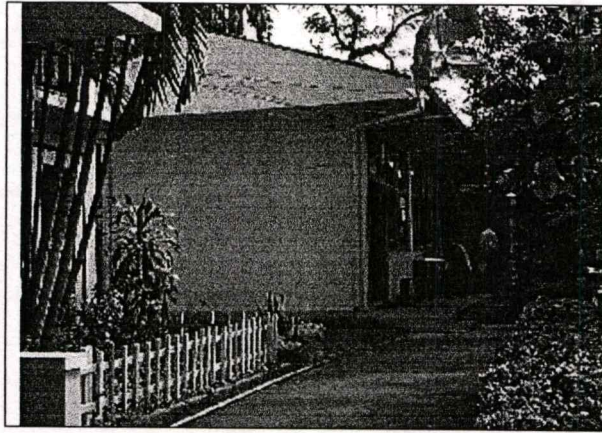


รูปที่ 4.19 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

ทางเข้าอาคาร

ผู้สูงอายุเข้ามาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุได้ 2 ทางคือ เข้าประตูทางสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน หรือเข้าประตูทางศูนย์บริการสาธารณสุข เมื่อเข้าถึงอาคาร ผู้สูงอายุจะต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าใช้พื้นที่ ตัวอาคารยกพื้น 10 เซนติเมตร มีทางเดินรอบเป็นหินล้างขนาดกว้าง 1.45 เมตร ประตูทางเข้าอาคารอาคารศูนย์ผู้สูงอายุมี 4 ทาง เป็นประตูกระจกบานเปิดคู่ขนาด 1.5X2 เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.20 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

ขนาดพื้นที่ มีขนาดพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารรวม 54 ตารางเมตร

วัสดุปูพื้น กระเบื้องขนาด 30X30 เซนติเมตร สีขาว

ผนัง ภายในอาคารมีผนังทึบ 2 ด้าน และอีก 2 ด้านก่ออิฐสูง 90 เซนติเมตร ด้านบนเป็นหน้าต่างและช่องแสง ภายในทาสีน้ำพลาสติกสีฟ้า

เพดาน ฝ้าเพดาน T-BAR ความสูงจากพื้นถึงเพดาน 3 เมตร

ช่องแสง ผนัง 2 ด้านเป็นหน้าต่างกระจกบานสไลด์ขนาด 1.1 X 1 เมตร จำนวน 16

ชุด ติดม่านสีฟ้า

ช่องแสงเหนือหน้าต่าง ขนาด 0.80 X 1 เมตร จำนวน 20 ชุดและขนาด 0.5 X 0.8 เมตร จำนวน 4 ชุด

แสงประดิษฐ์ ใช้หลอดไฟฟลูออเรสเซนต์ ขนาด 40 วัตต์ จำนวน 6 ดวง เพื่อเพิ่มแสงสว่างภายในอาคาร

อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม

ภายในอาคารไม่มีเครื่องปรับอากาศ แต่จะติดพัดลมเพดาน 3 เครื่อง และมีพัดลมตั้งพื้นอีก จำนวน 3 ตัว

ลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารประกอบด้วย

พื้นที่พักคอย

จะอยู่ภายในตัวอาคาร ชิดผนังฝั่งหน้าต่างตรงข้ามทางเข้าหลัก ประกอบด้วยโซฟา 3 ที่นั่ง 1 ตัว และโซฟาเดี่ยว 2 ตัว จัดเรียงแนวเส้นตรงโดยมีโต๊ะข้างสำหรับวางของขนาด 0.6 X 1.2 เมตร 1 ตัว และเก้าอี้พลาสติกกลมวางซ้อนชิดผนังไว้ มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 4.32 ตารางเมตร



รูปที่ 4.21 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่ลงทะเบียน

ใช้พื้นที่ทางเดินรอบอาคาร บริเวณทางเข้าด้านหน้าเป็นพื้นที่ลงทะเบียนโดย ตั้งโต๊ะพับขนาด 0.8 X 0.9 เมตร จำนวน 1 ตัว และเก้าอี้พลาสติกไม่มีพนักจำนวน 2 ตัว บนโต๊ะจะวางสมุดลงทะเบียนและกล่องรับบริจาคไว้ เมื่อเสร็จกิจกรรมก็จะพับโต๊ะ และเก้าอี้ไว้ภายในอาคารเช่นเดิม มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 2.10 ตารางเมตร

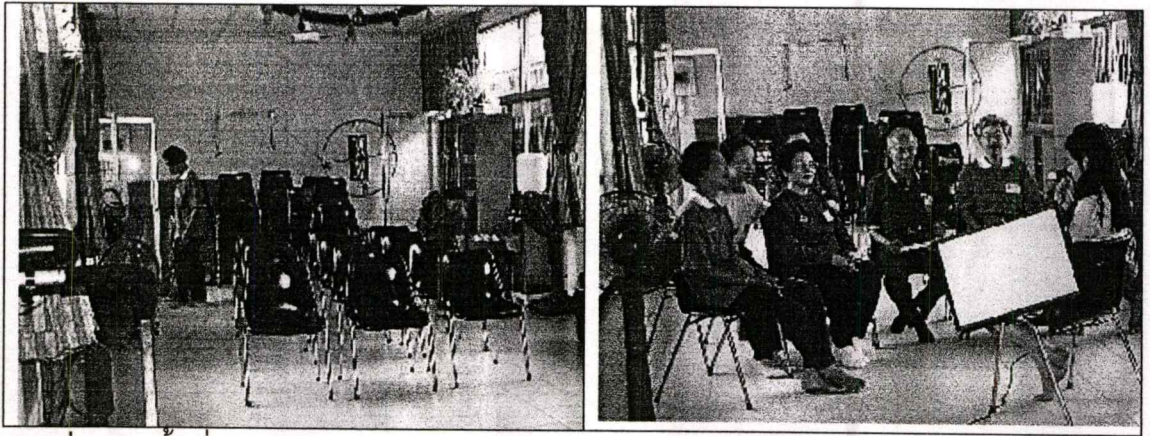


รูปที่ 4.22 พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดันศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่วัดความดัน

ใช้พื้นที่ทางเดินรอบอาคารบริเวณเดียวกับพื้นที่ลงทะเบียน ตั้งโต๊ะพับขนาด 0.8 X 0.9 เมตร จำนวน 1 ตัว และเก้าอี้พลาสติกไม่มีพนัก จำนวน 2 ตัว โดยเจ้าหน้าที่จะนำเครื่องวัดความดันมาให้ และผู้สูงอายุจะช่วยวัดความดันแก่ผู้สูงอายุด้วยกันเอง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 2.10 ตารางเมตร เมื่อใช้งานเสร็จจะเก็บอุปกรณ์ทั้งหมดเข้าไว้ภายในอาคารเช่นเดิม

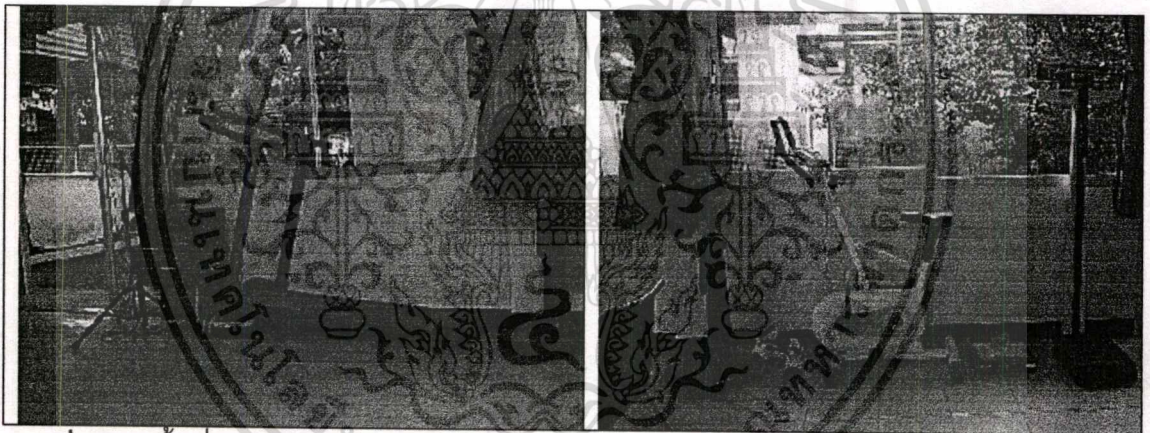
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.23 พื้นที่อเนกประสงค์ภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่อเนกประสงค์

เป็นพื้นที่หลักของอาคาร ใช้ประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้แก่ สวดมนต์สมาธิ ออกกำลังกายกลุ่ม อบรมให้ความรู้และเรียนหนังสือ มีพื้นที่ใช้งานรวม 33 ตารางเมตร



รูปที่ 4.24 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

อุปกรณ์ออกกำลังกายของศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) จะอยู่ภายในอาคารทั้งหมด ประกอบด้วย จักรยานออกกำลังกาย 1 คัน ลู่วิ่ง 1 เครื่อง รอกแขน 1 ชุด วงล้อหมุนไหล่ 1 ชุด ซึ่งอุปกรณ์ทั้งหมดจะจัดเรียงชิดผนัง 2 ด้าน โดยรอกและวงล้อหมุนไหล่จะอยู่ติดผนังที่เป็นผนังที่บ ตำแหน่งประตูทางเข้าหลัก ส่วนจักรยานและลู่วิ่ง จะอยู่ชิดผนังกระจกฝั่งตรงข้ามพื้นที่พักผ่อน โดยมีพื้นที่ใช้งานรวม 4.04 ตารางเมตร

พื้นที่เล่นกีฬา

ที่ผู้สูงอายุที่ ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) ไม่มีการเล่นกีฬา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.25 พื้นที่เรียนหนังสือศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่เรียนหนังสือ

เนื่องจากผู้สูงอายุที่มาให้บริการที่ศูนย์นี้ส่วนใหญ่เป็นคนจีนและไม่ได้เรียนหนังสือผู้สูงอายุจึงมีความต้องการที่จะอ่านออกเขียนได้ ทางศูนย์จึงได้จัดให้มีการสอนขึ้นแบบไม่เป็นทางการ โดยมีครูมาสอนและลักษณะการเรียนการสอนเป็นแบบง่าย ๆ โดยใช้โต๊ะพับขนาด 0.8X1.2 เมตร เป็นโต๊ะเขียนหนังสือ ผู้สูงอายุจะนั่งเรียนรอบโต๊ะส่วนบางคนจะนั่งที่โซฟาโดยมีครูยืนสอนและดูแลเป็นรายบุคคล

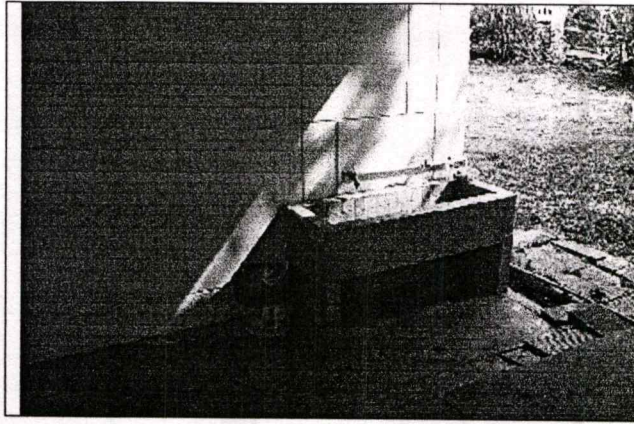


รูปที่ 4.26 พื้นที่เก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้

เก้าอี้ที่ใช้ภายในศูนย์ จะเป็นเก้าอี้ไฟเบอร์กลาสสำเร็จรูป มีพนักพิง และเก้าอี้พลาสติกสี่เหลี่ยมไม่มีพนักพิง โดยมีการจัดเก็บเรียงชิดผนังฝั่งทางเข้าหลัก บริเวณตำแหน่งของรถเข็นและวงล้อหมุนไหล่ โดยวางซ้อนกันในแนวตั้ง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.61 ตารางเมตร

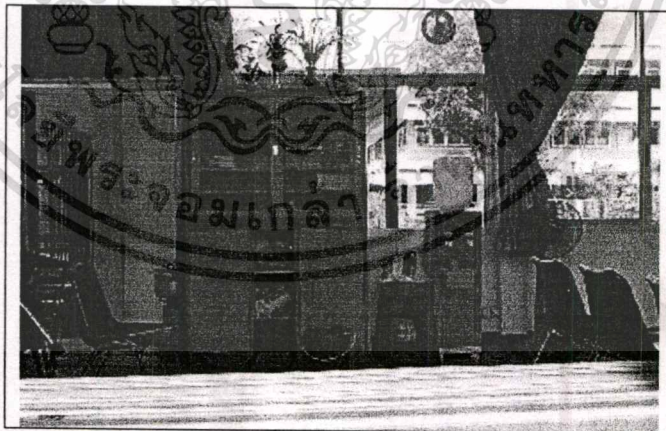
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.27 พื้นที่ล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่เตรียมอาหารล้างจาน

ผู้สูงอายุที่ศูนย์นี้จะต้มเครื่องต้ม และขนมเป็นอาหารว่างหลังจากเสร็จกิจกรรมออกกำลังกาย โดยจะใช้เก้าอี้ 1 ตัว สำหรับวางถาดวางแก้ว เพื่อชงเครื่องดื่มบริเวณเครื่องทำน้ำเย็น มีอุปกรณ์ประกอบด้วย เครื่องทำน้ำเย็น 1 เครื่อง เก้าอี้วางแก้ว 2 ตัว รวมพื้นที่ใช้งาน 0.72 ตารางเมตร และบางครั้งมีการจัดเลี้ยงกับผู้สูงอายุจะนำอาหารมาจากบ้านหรือสั่งมาโดยจะใช้โต๊ะพับ 1 ตัววางของ หลังจากทานเสร็จจะใช้พื้นที่ล้างจานบริเวณด้านหลังของตัวอาคาร ลักษณะอ่างล้างจานก่ออิฐ กว้าง 0.5 เมตร ยาว 1.3 เมตร มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.8 ตารางเมตร

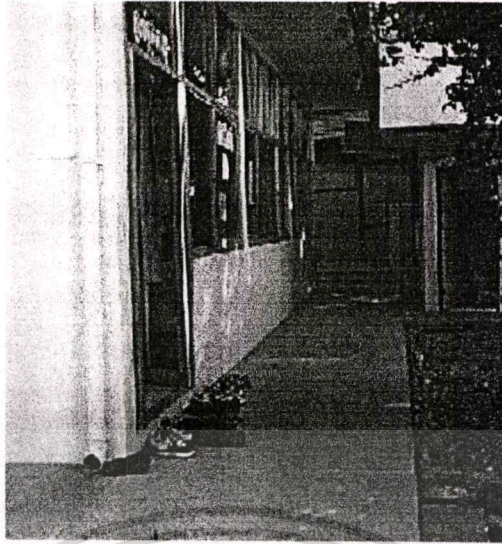


รูปที่ 4.28 พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ

มีการจัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ โดยการจัดเรียงชิดผนังประกอบด้วย ตู้เอกสารขนาด 0.4 X 1.2 เมตร จำนวน 1 ตัว พัดลมตั้งพื้นจำนวน 3 ตัว เครื่องเสียง 0.40 X 0.60 เมตร 1 ชุด โต๊ะพับ จำนวน 3 ตัว มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.92 ตารางเมตร

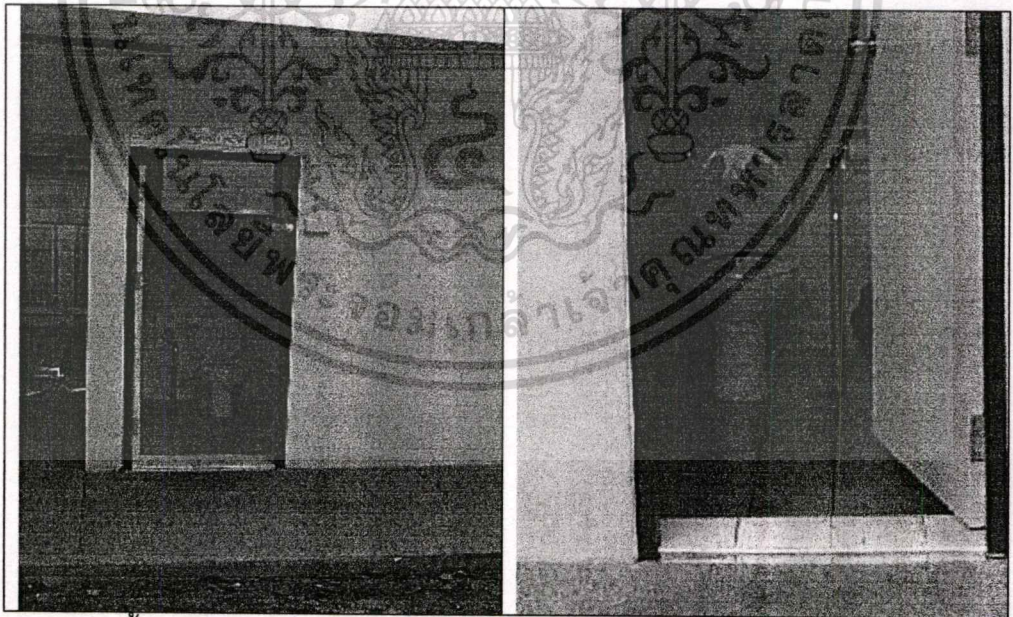
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.29 พื้นที่จัดเก็บรองเท้าศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

เนื่องจากก่อนเข้าใช้พื้นที่ภายในอาคารผู้สูงอายุจะต้องถอดรองเท้าก่อน แต่ที่ศูนย์ไม่มีชั้นวางรองเท้าให้ ผู้สูงอายุจึงถอดรองเท้าวางไว้บริเวณหน้าประตูทางเข้าหลัก มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.5 ตารางเมตร



รูปที่ 4.30 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

ห้องน้ำ

ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) มีห้องน้ำแยกออกมาจากตัวอาคาร อยู่ห่างจากตัวอาคาร 2 เมตร แยกชายและหญิง อย่างละ 1 ห้อง ห้องละ 3.3 ตารางเมตร รวมพื้นที่ห้องน้ำ 6.6 ตารางเมตร เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนเวลาหรือบริการเชิงงานเพื่อการศึกษาเท่านั้น เมื่ออยู่ในเว็บไซต์ของศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) ไม่สามารถแก้ไขหรือลบออกได้ หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) โทร. 0-2254-2000 หรือ 0-2254-2001

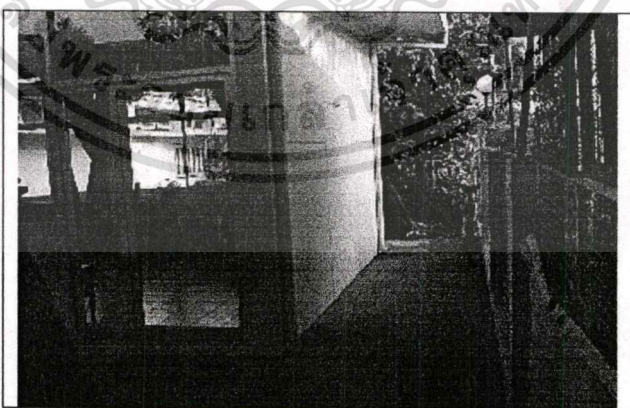
ตารางเมตร สภาพแวดล้อมภายในห้องน้ำประกอบด้วยชักโครกแบบนั่งราบ และมีราวจับสแตนเลสช่วยพยุงตัว อ่างล้างหน้า 1 อัน พื้นกรูกระเบื้อง 20X20 เซนติเมตร สีฟ้า ผนังกรูกระเบื้อง 20 X 20 เซนติเมตร สีฟ้า สูง 1.65 เซนติเมตร ภายในมีช่องแสงขนาด 0.90X0.60 เซนติเมตร 1 ช่อง ติดหลอดไฟ เพื่อเพิ่มความสว่าง ขนาด 40 วัตต์ 1 ดวง

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร



รูปที่ 4.31 พื้นที่ใช้งานภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

อาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) จะมีทางเดินรอบตัวอาคารขนาดความกว้าง 1.45 เมตรโดยรอบ และมีพื้นที่ใช้งานภายนอกอยู่ทางด้านหลังของอาคาร มีขนาด 180 ตารางเมตร ไม่มีร่มเงา ลักษณะพื้นสนามไม่เรียบทำให้ผู้สูงอายุไม่ไปใช้งาน รวมพื้นที่ภายนอกอาคารทั้งหมด 240.12 ตารางเมตร



รูปที่ 4.32 ทางเดินรอบอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

ปัญหาที่เกิดขึ้น

เนื่องจากศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) ตั้งอยู่ในซอยซึ่งแยกออกมาจากถนนใหญ่ และมีระยะไกล ไม่มีรถเมล์ผ่าน ผู้สูงอายุจึงไม่สะดวกในการเดินทางมาที่ศูนย์ และศูนย์มีพื้นที่เอกสารเป็นเอกสารผลงานศิลปะที่บ่งบอกถึงการใช้ชีวิตที่สุขสบายและมีคุณภาพชีวิตที่ดี ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภายในอาคารขนาดเล็กไม่เพียงพอ บางอย่างถูกติดตั้งอยู่ในตำแหน่งที่ไม่เหมาะต่อการใช้งาน กิจกรรมบางอย่างที่ผู้สูงอายุ ต้องการแต่ไม่มีพื้นที่เพียงพอสำหรับกิจกรรมนั้น หรือมีพื้นที่กิจกรรมภายนอกอาคารแต่ไม่มีร่มเงา และไม่มีปรับพื้นให้เรียบทำให้ผู้สูงอายุไม่เข้าไปใช้ประโยชน์ในพื้นที่

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่ กิจกรรมการเรียนหนังสือจะใช้พื้นที่บริเวณพื้นที่พักคอยร่วมด้วยเนื่องจากโต๊ะเรียนไม่เพียงพอ และพื้นที่เก็บเก้าอี้กับพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ จะมีการนำเก้าอี้มาเก็บไว้บริเวณรอบแชนและวงล้อหมุนไหล ทำให้พื้นที่บริเวณนี้ขาดการใช้งานหรือไม่เป็นที่สนใจของผู้สูงอายุ และเนื่องจากจากลักษณะการติดตั้งของอุปกรณ์ออกกำลังกายประเภทนี้จำเป็นต้องติดที่ผนังอาคารจึงมีผนังให้เลือกเพียงสองด้านเพราะผนังอีกสองด้านเป็นกระจก ซึ่งตำแหน่งที่ติดตั้งปัจจุบันจะขวางทางสัญจรเข้าออกอาคาร

สรุปข้อดีและข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

ข้อดี

1. ตัวอาคารมีช่องแสงจำนวนมาก มีการนำแสงสว่างธรรมชาติมาใช้ ทำให้เกิดการประหยัดพลังงาน
2. เป็นอาคารเดี่ยวชั้นเดียวแยกออกมาจากอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข ทำให้ผู้สูงอายุมีอิสระในการทำกิจกรรม และเหมาะกับลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ
3. ห้องน้ำแยกชายและหญิง อยู่ภายนอกอาคาร แต่ไม่ไกลจากตัวอาคารทำให้ไม่ส่งกลิ่นรบกวนการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ และมีอุปกรณ์ราวจับช่วยพยุงตัวภายในห้องน้ำ
4. มีพื้นที่ด้านหน้าอาคารเป็นสวน ทำให้ผู้สูงอายุมีจุดพักสายตา

ข้อเสีย

1. ตำแหน่งที่ตั้งศูนย์อยู่ไกลจากถนนใหญ่ ไม่มีรถเมล์ผ่าน จึงเป็นปัญหาในการเดินทางของผู้สูงอายุ
2. ตัวอาคารมีประตูทางเข้า 4 จุด ซึ่งมากเกินความจำเป็นและเปิดใช้งานทุกบาน ทำให้สูญเสียพื้นที่การใช้งานภายในอาคารไป
3. มีพื้นที่ภายนอกอาคาร แต่ไม่มีการใช้งานเนื่องจากพื้นไม่เรียบ และไม่มีร่มเงา
4. พื้นที่ผนังมีน้อยซึ่งอุปกรณ์บางอย่าง เช่น รอกแชน และวงล้อหมุนไหล จำเป็นต้องมีการติดตั้งที่ผนังจึงไม่มีพื้นที่เพียงพอ

รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

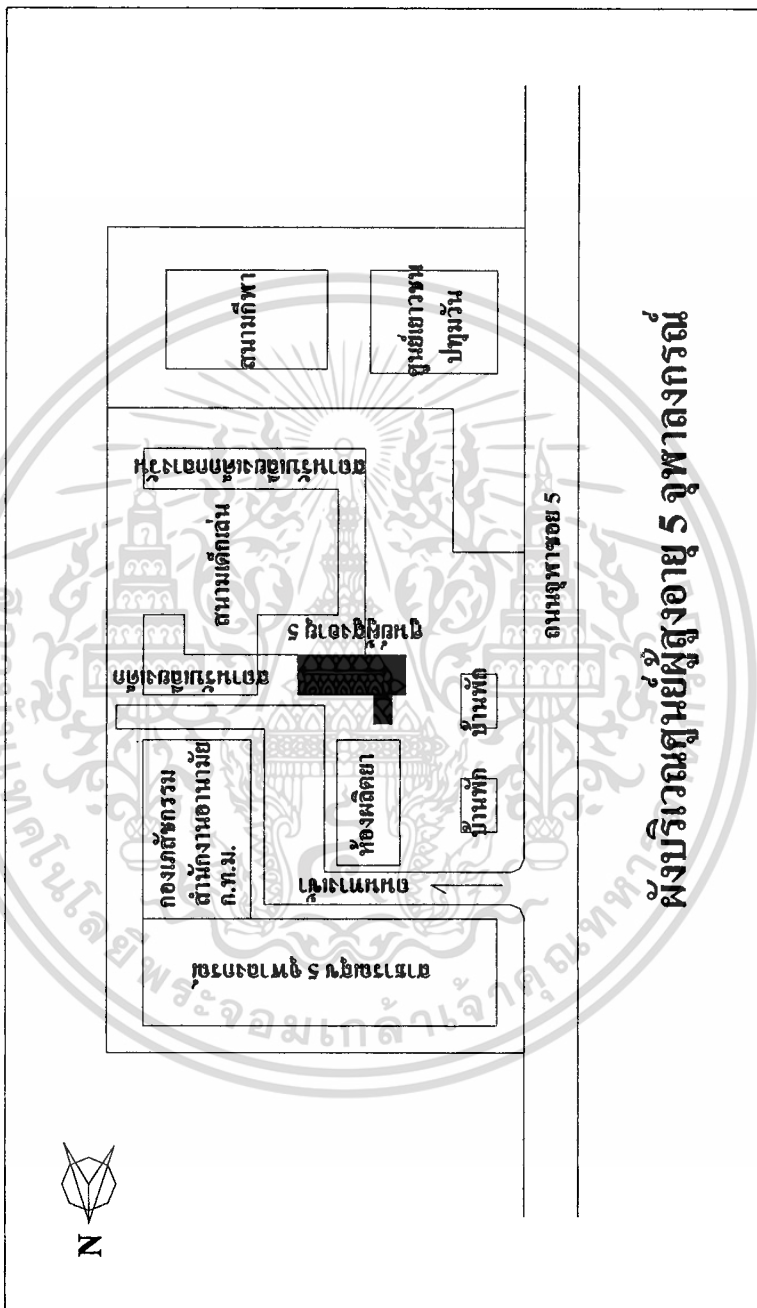
ศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) มีรูปแบบการจัดวางแปลนภายในอาคาร โดยมีการจัดเครื่องเรือน แบบชิดผนัง 2 ด้าน เว้นพื้นที่กลางอาคารให้โล่งเพื่อใช้เป็นพื้นที่ออกกำลังกายกลุ่ม โดยจัดกลุ่มอุปกรณ์ออกกำลังกายเรียงชิดผนังเป็นแถวเดียว หันหน้าไปทางเดียวกันและหันข้างให้หน้าต่าง มีทางสัญจรหลักอยู่ตรงกลาง

ตารางที่ 4.4 สรุปพื้นที่ทำกิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักผ่อน	4.32	พื้นที่ล้างจาน	1.8
พื้นที่อเนกประสงค์	33	พื้นที่เตรียมอาหาร	0.81
พื้นที่ลงทะเบียน	2.1	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์	1.92
พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	4.04	ห้องน้ำ	6.6
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	2.1	พื้นที่เก็บรองเท้า	1.5
พื้นที่เก็บเก้าอี้	1.61	พื้นที่เรียนหนังสือ	18

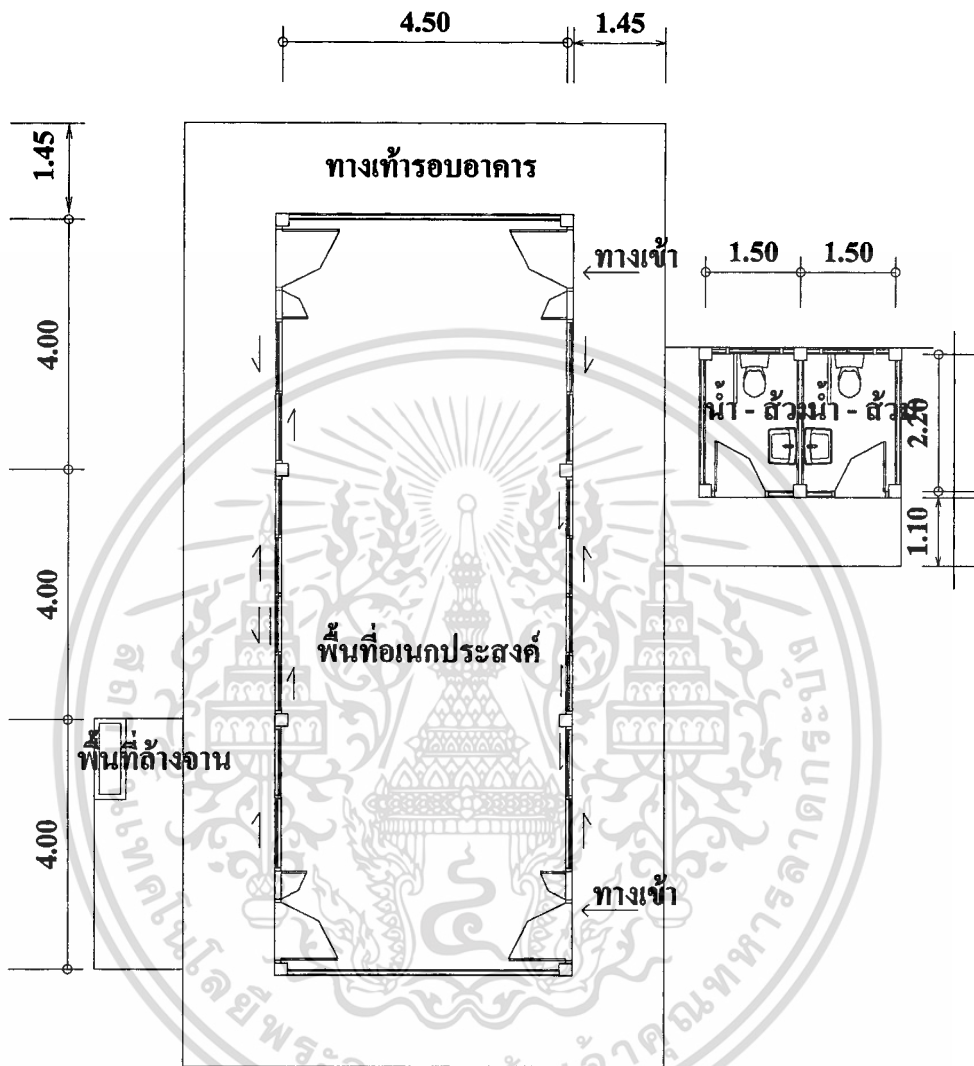


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.33 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

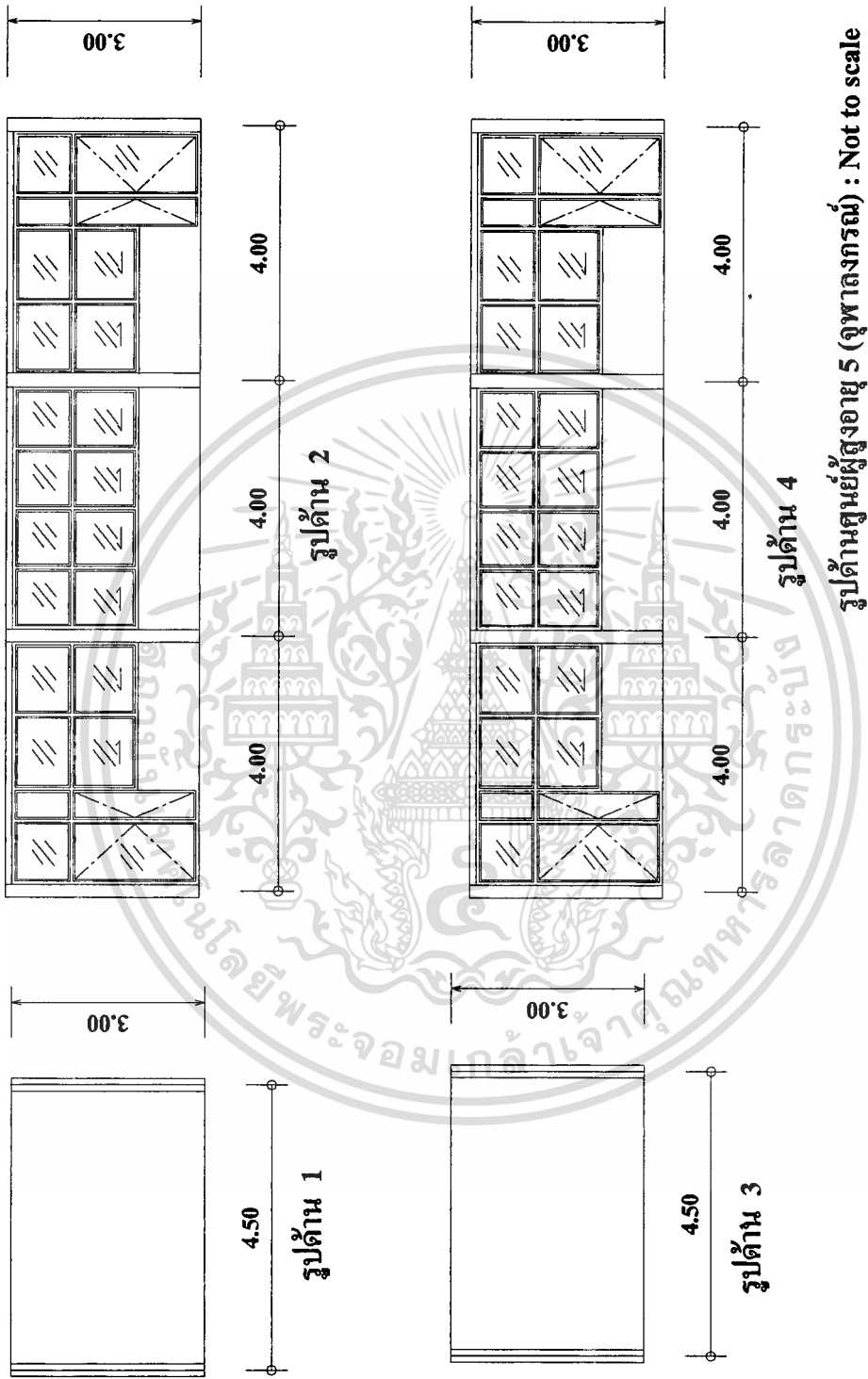
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



แปลนศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (พาดงกรณ์) : Not to scale

รูปที่ 4.34 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

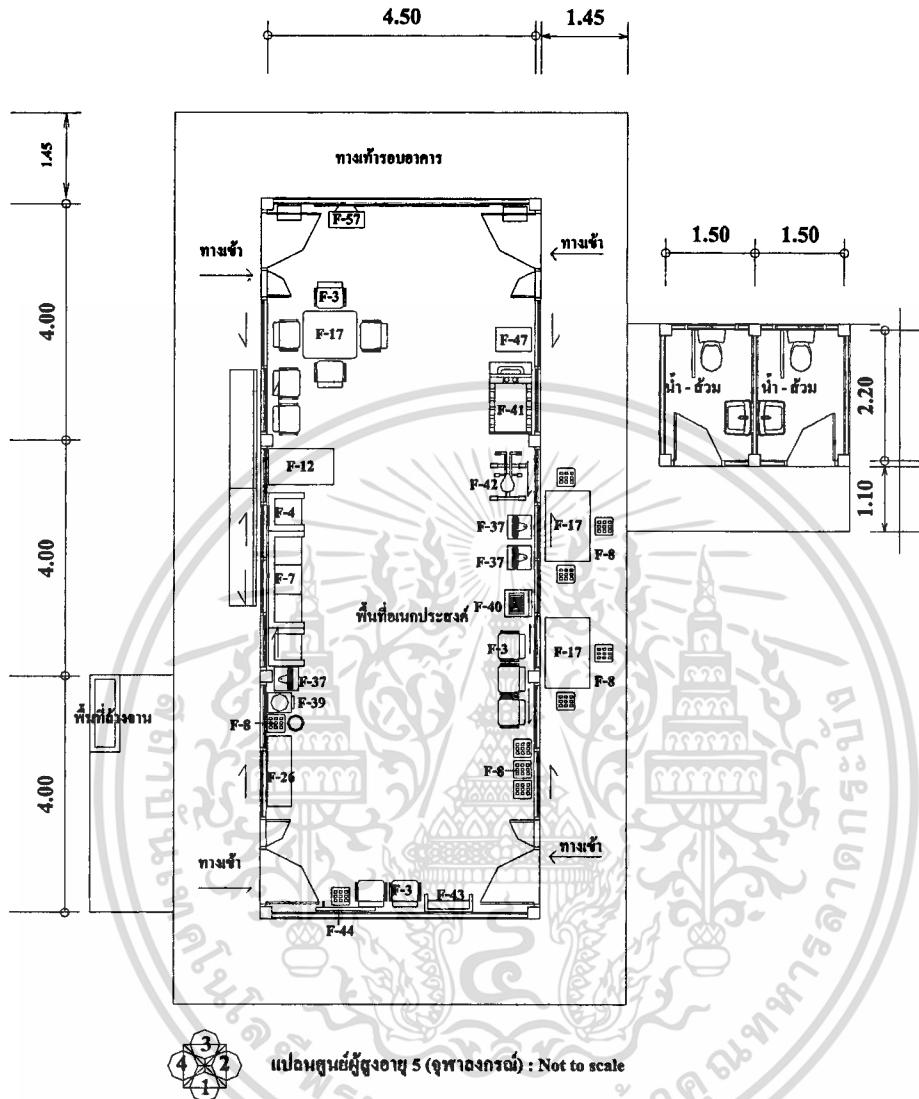
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์) : Not to scale

รูปที่ 4.35 รูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

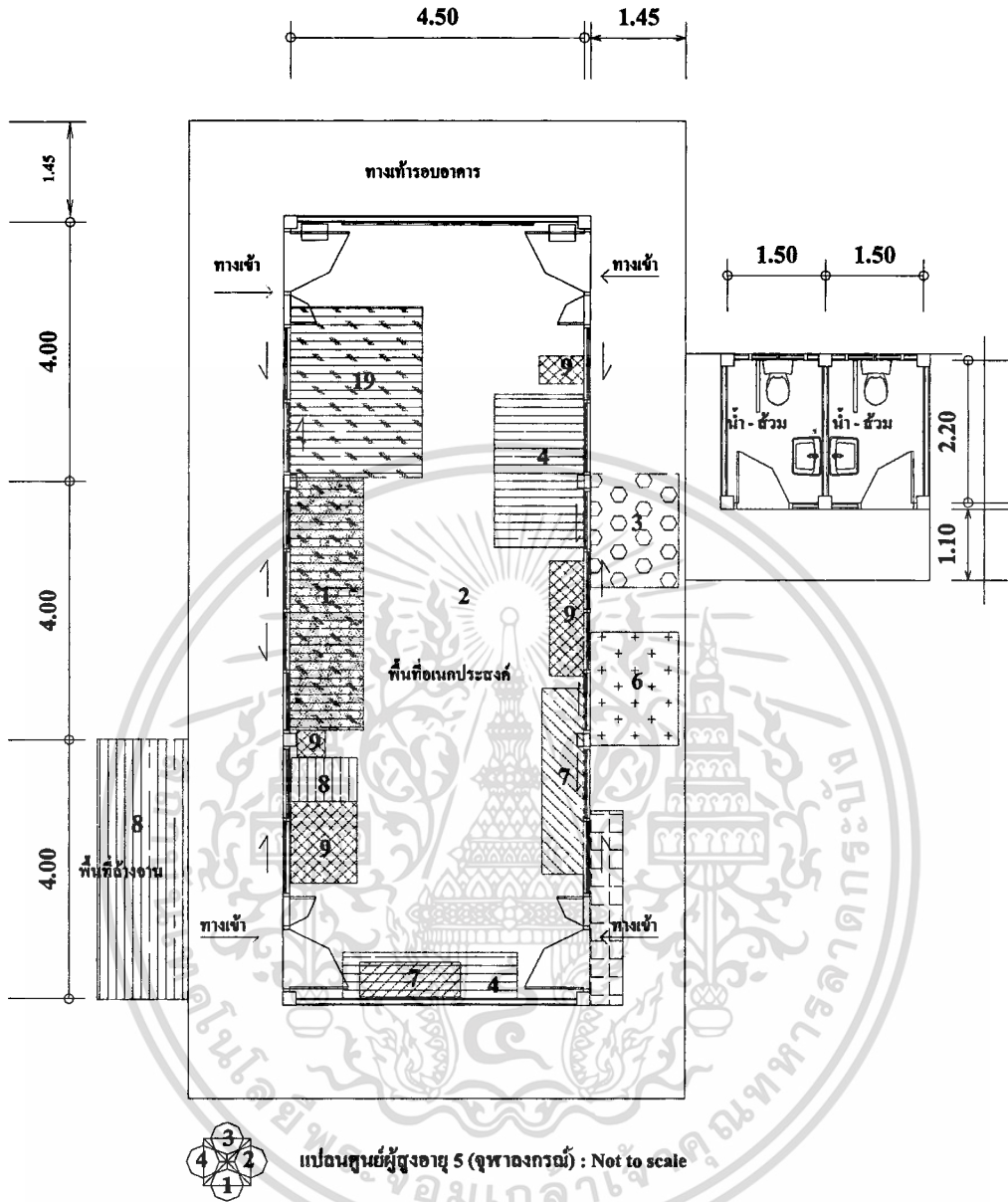
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รหัส	รายการ	รหัส	รายการ	รหัส	รายการ
F-3	เก้าอี้พับคอย	F-26	ตู้เอกสาร	F-43	รถเข็น
F-4	โซฟา 1 ที่นั่ง	F-37	พัดลมตั้งพื้น	F-44	วงล้อหมุนไหล่
F-7	โซฟา 3 ที่นั่ง	F-39	เครื่องทำน้ำเย็น	F-47	เก้าอี้
F-8	เก้าอี้	F-40	เครื่องชั่งน้ำหนัก	F-57	โทรทัศน์แขวนเพดาน
F-12	โต๊ะกลาง	F-41	ตู้วีซีดี		
F-17	โต๊ะ	F-42	จักรยาน		

รูปที่ 4.36 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รายการสัญลักษณ์ประกอบแบบ	
1	พื้นที่พักคอย
2	พื้นที่อเนกประสงค์
3	พื้นที่ลงทะเบียน
4	พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์
6	พื้นที่ตรวจวัดความดัน
7	พื้นที่เก็บเก้าอี้
8	พื้นที่ล้างจานและเตรียมอาหาร
9	พื้นที่เก็บวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ
10	ห้องน้ำ
16	พื้นที่เก็บรองเท้า
19	พื้นที่เรียนหนังสือ

รูปที่ 4.37 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 5 (จุฬาลงกรณ์)

เอกสารนี้เป็นเอกสารลิขสิทธิ์สำหรับใช้ภายในเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.3 ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

ที่ตั้ง อยู่ในศูนย์บริการสาธารณสุข 16 (ลุมพินี) 161/82 ซอย.ปทุมจิตต์ ถ.พระราม 4 แขวง ลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ

ทิศตะวันออก ติดพื้นที่ว่าง

ทิศตะวันตก ติดบ้านพักอาศัย

ทิศเหนือ ติดถนนหน้าศูนย์บริการสาธารณสุข

ทิศใต้ ติดสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร เป็นอาคารคอนกรีตเสริมเหล็กชั้นเดียว แยกออกมาจากอาคาร ศูนย์บริการสาธารณสุข

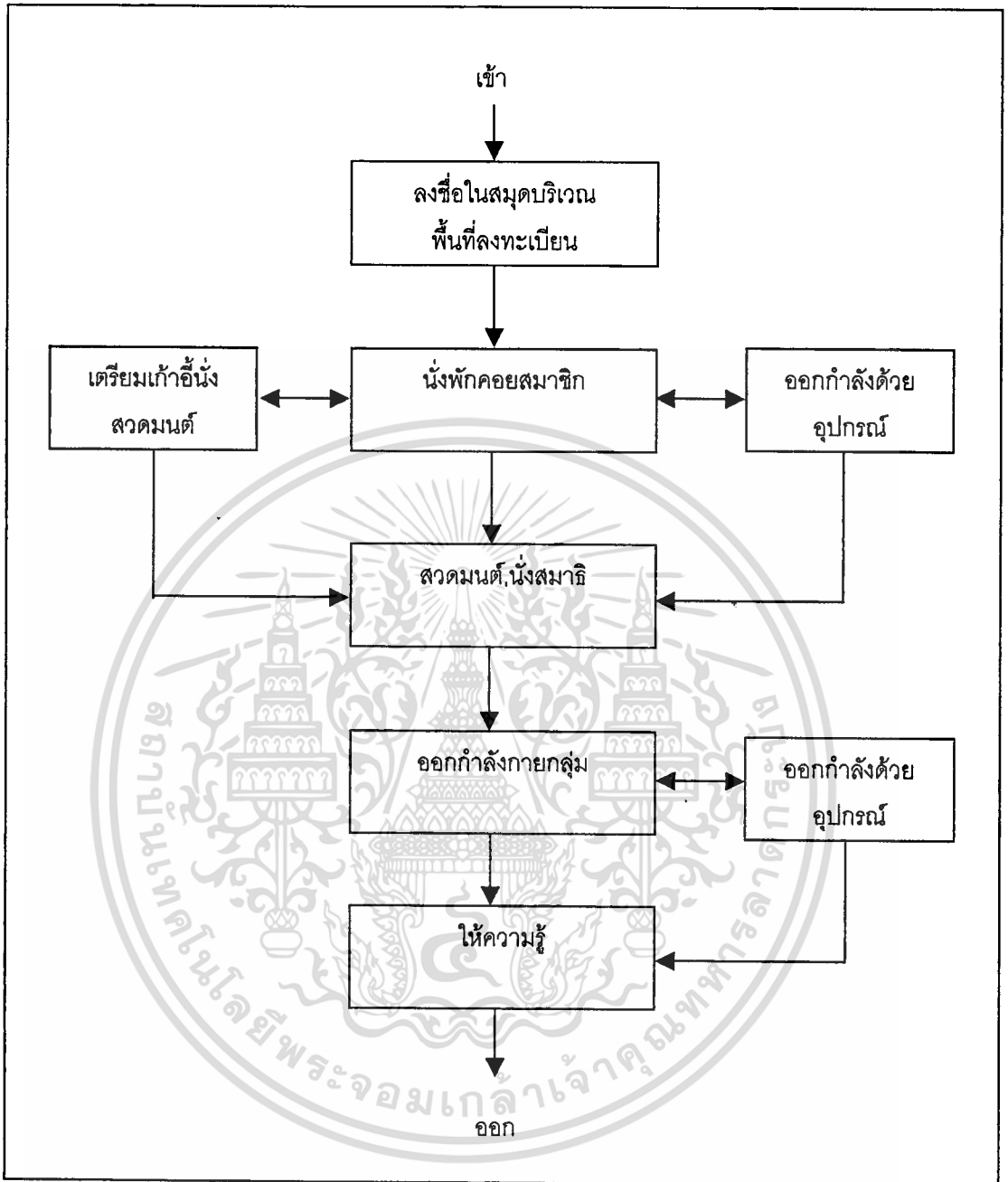
เวลาทำการ เปิดให้บริการทุกวันอังคารและวันพฤหัสบดี เวลา 9.00 - 12.00 น.

จำนวนผู้ใช้บริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 26 คน/วัน

ตารางที่ 4.5 ตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

เวลา	8.00 - 8.30	8.30 - 9.30	9.30 - 12.00
วัน			
จันทร์			
อังคาร	สวดมนต์, นั่งสมาธิ	ออกกำลังกายกายบริหาร	อบรม, ให้ความรู้
พุธ			
พฤหัสบดี	สวดมนต์, นั่งสมาธิ	ออกกำลังกายกายบริหาร	อบรม, ให้ความรู้
ศุกร์			

ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) เป็นอาคารเดี่ยวชั้นเดียว แยกออกมาจากอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข โดยอยู่ในพื้นที่เดียวกันกับสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน ระเบียบการใช้บริการผู้สูงอายุ ไม่ต้องเสียค่าสมาชิก แต่จะมีการบริจาคตามความสมัครใจ เพื่อนำเงินมาใช้ในกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยมีรายละเอียดของขั้นตอนการทำกิจกรรมและลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุดังนี้



รูปที่ 4.38 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

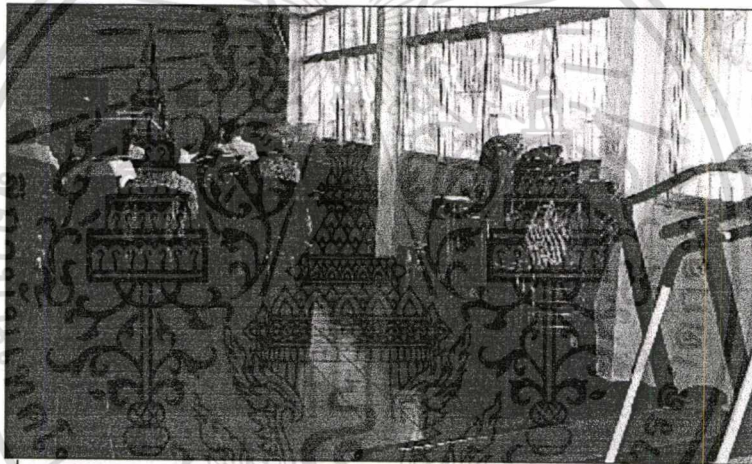
ทางเข้าอาคาร

อาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) เป็นอาคารชั้นเดียว ตัวอาคารยกพื้นบันได 2 ชั้น มีประตูทางเข้า 2 ทาง อยู่ด้านข้างของตัวอาคารเป็นประตูกระจกบานเปิดคู่ ขนาด 2X2 เมตร ก่อนเข้าไปภายในอาคาร ผู้สูงอายุจะต้องถอดรองเท้าวางไว้ที่ชั้นวางรองเท้าก่อน รวมพื้นที่ใช้งานของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) ทั้งหมด 201.28 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.39 บริเวณทางเข้าด้านหน้าของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)



รูปที่ 4.40 พื้นที่ใช้งานภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

พื้นที่ใช้งานภายในอาคารแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ พื้นที่ทำกิจกรรม พื้นที่เก็บของ และห้องน้ำ

ขนาดพื้นที่	มีขนาดพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารรวม 93.52 ตารางเมตร
วัสดุปูพื้น	กระเบื้องขนาด 20X20 เซนติเมตร สีเขียว และยกพื้นบริเวณเวทีสูง 40 เซนติเมตร ปูพื้นไม้
ผนัง	ผนังภายในอาคารเป็นผนังทึบ 2 ด้าน และอีก 2 ด้านเป็นผนังก่ออิฐสูง 90 เซนติเมตร ด้านบนเป็นหน้าต่างกระจกบานสไลด์ และช่องแสงไม่ติดม่าน
เพดาน	ฝ้าเพดาน T-BAR สีขาว ความสูงจากพื้นถึงเพดาน 2.70 เมตร
ช่องแสง	มีหน้าต่างบานสไลด์ ขนาด 0.9X 1 เมตร จำนวน 16 ชุด

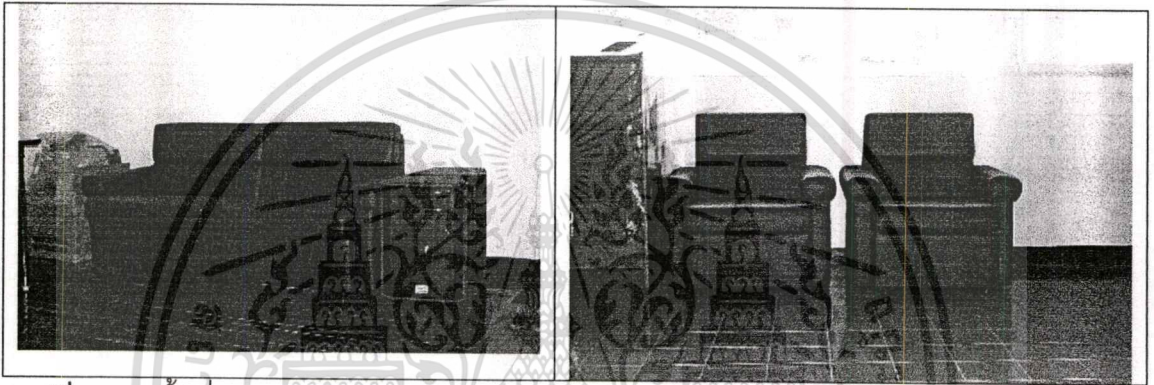
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มีช่องแสงเหนือหน้าต่างขนาด 0.5 X 0.9 เมตร จำนวน 16 ช่อง ช่องแสงกระจกติดตายขนาด 0.5 X 2 เมตร จำนวน 4 ช่อง และช่องแสงเหนือประตูขนาด 0.5 X 2 เมตร จำนวน 2 ช่อง ช่องแสงเหนือกระจกติดตายขนาด 0.5 X 0.5 เมตร จำนวน 4 ช่อง

แสงประดิษฐ์ ใช้หลอดฟลูออเรสเซนต์ ขนาด 40 วัตต์ รางคู่ จำนวน 26 ชุด เพื่อช่วยเพิ่มความสว่างภายในอาคาร

อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม ติดเครื่องปรับอากาศขนาด 30,000 บีทียู จำนวน 4 เครื่อง และมีพัดลมตั้งพื้น จำนวน 1 ตัว

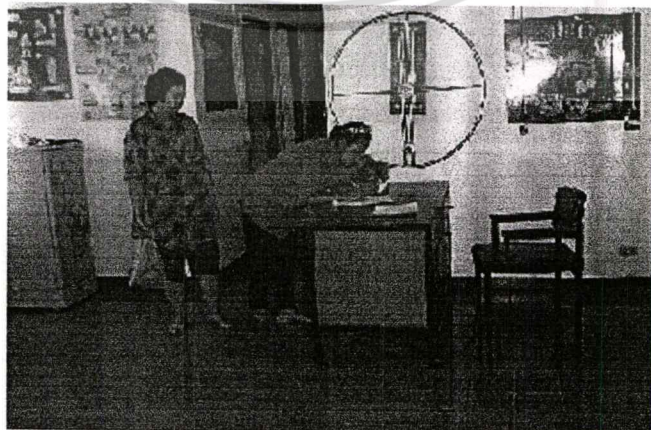
ลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารประกอบด้วย



รูปที่ 4.41 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

พื้นที่พักคอย

จะอยู่บริเวณทางเข้าด้านหน้าติดกับเวที จัดเรียงเป็นแนวเส้นตรงชิดผนัง ประกอบด้วยโซฟา 1 ที่นั่ง จำนวน 2 ตัว และพื้นที่พักคอยบนเวทีประกอบด้วย โซฟา 2 ที่นั่ง จำนวน 1 ตัว โต๊ะกลางขนาด 0.6 X 1.2 เมตร 1 ตัว มีพื้นที่ใช้งานรวมทั้งหมด 3.51 ตารางเมตร



รูปที่ 4.42 พื้นที่ลงทะเบียนศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่ลงทะเบียน

อยู่ติดกับประตูทางเข้าด้านหลังของอาคาร ประกอบด้วยโต๊ะขนาด 0.6 X 0.8 เมตร 1 ตัว เก้าอี้มีพนัก 2 ตัว ตู้เอกสารขนาด 0.45 X 0.6 เมตร 1 ใบ คิดเป็นพื้นที่ใช้งาน 2.25 ตารางเมตร

พื้นที่วัดความดัน

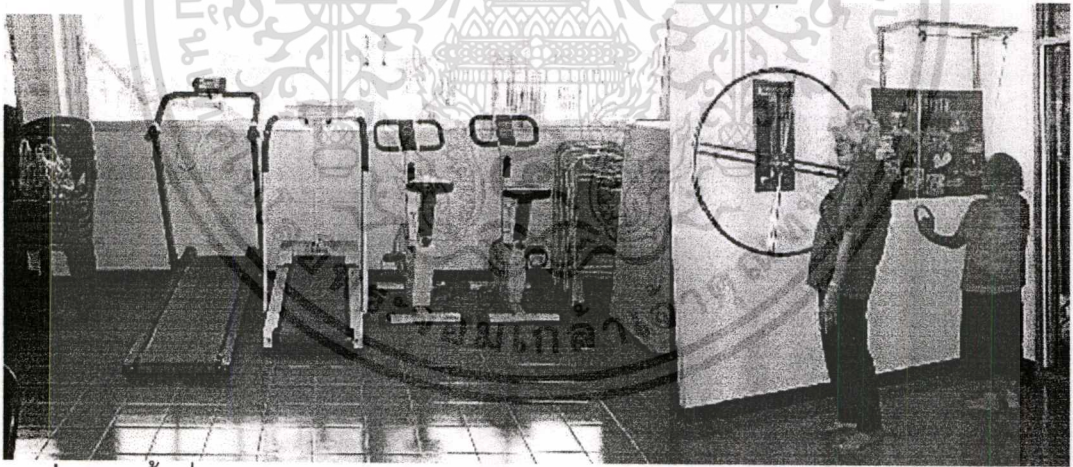
เป็นพื้นที่ชั่วคราว ซึ่งใช้พื้นที่ร่วมกับพื้นที่ลงทะเบียน โดยเจ้าหน้าที่จะมาวัดความดันให้กับผู้สูงอายุเดือนละครั้ง คิดเป็นพื้นที่ใช้งาน 2.52 ตารางเมตร

พื้นที่อเนกประสงค์

เป็นพื้นที่หลักของการทำกิจกรรม ใช้เป็นพื้นที่สวดมนต์ทำสมาธิ และออกกำลังกายกลุ่ม มีพื้นที่ใช้งานรวม 56 ตารางเมตร

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

มีการจัดเรียงอุปกรณ์ออกกำลังกายชนิดนั่งฝึกตรงข้ามประตูทางเข้า โดยหันหน้าอุปกรณ์ออกนอกหน้าต่าง ประกอบด้วยลู่วิ่ง จำนวน 2 เครื่อง จักรยาน จำนวน 2 คัน และบริเวณผนังหน้าต่างเก็บของประกอบด้วยวงล้อหมุนไหล่ 1 อัน รอกแขน 1 อัน คิดเป็นพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 5.4 ตารางเมตร

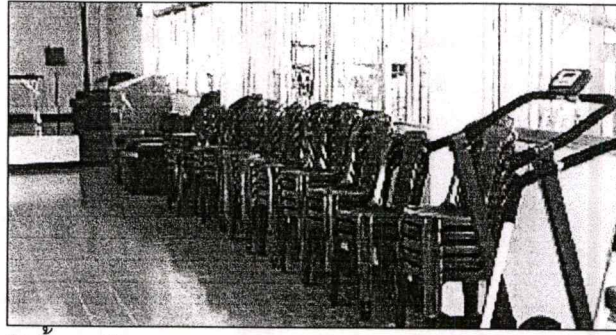


รูปที่ 4.43 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

พื้นที่เล่นกีฬา

ในศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) มีการเล่นกีฬาภายในอาคาร คือปาลาเป่า โดยจะใช้ผนังหน้าต่างหน้า เป็นที่แขวนเป่า และจะยึนปาลาจากบริเวณห้องเก็บของมีพื้นที่ ใช้งานทั้งหมด 3 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.44 พื้นที่เก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้

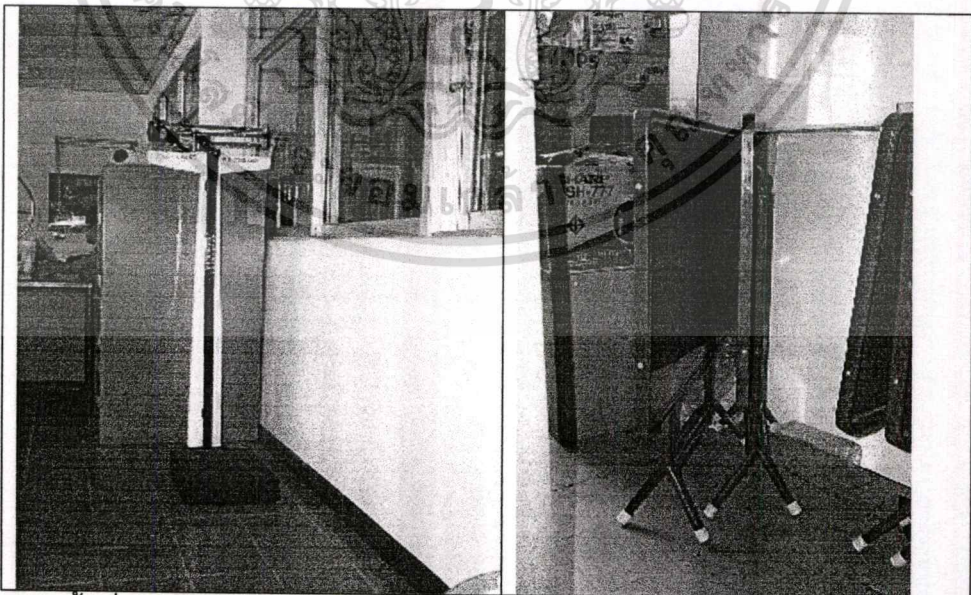
เก้าอี้ที่ใช้ภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) จะเป็นเก้าอี้พลาสติกแบบมีพนักพิง โดยมีการจัดเก็บซ้อนกันในแนวตั้ง เรียงชิดผนังเป็นแนวยาว และอีกส่วนหนึ่งจัดเก็บบริเวณหน้าห้องน้ำ คิดเป็นพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 3.4 ตารางเมตร

พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจาน

กิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 16 ไม่มีการจัดเลี้ยงประจำเดือน มีเพียงเครื่องดื่มทำน้ำเย็น และตู้เย็นไว้ให้ผู้สูงอายุใช้งาน มีพื้นที่ใช้งานรวม 1.98 ตารางเมตร

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ

มีการแบ่งเป็นห้องเก็บอุปกรณ์ต่างๆ อยู่ขวามือของประตูทางเข้าด้านหลัง มีพื้นที่ใช้งาน 7.2 ตารางเมตร



รูปที่ 4.45 พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

ก่อนเข้าตัวอาคารผู้สูงอายุจะต้องถอดรองเท้า ไว้ที่ชั้นวางรองเท้า ขนาด 0.3 X 3 เมตร มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 2.7 ตารางเมตร



รูปที่ 4.46 พื้นที่จัดเก็บรองเท้าของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)



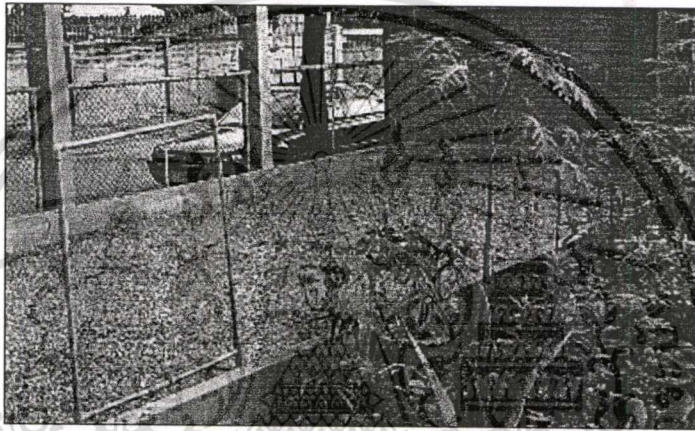
รูปที่ 4.47 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

ห้องน้ำ

ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) จะอยู่ภายในอาคาร มีจำนวน 2 ห้อง แยกชาย หญิงอย่างละห้อง มีขนาดห้องละ 3.24 ตารางเมตร รวมพื้นที่ห้องน้ำทั้งหมด 6.48 ตารางเมตร เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สภาพแวดล้อมภายในห้องน้ำประกอบด้วยชักโครก แบบนั่งราบ อ่างล้างหน้า ผักบัวอาบน้ำ และ โถปัสสาวะชาย ไม่มีอุปกรณ์ราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว พื้นห้องน้ำถูกระเบื้องขนาด 20 X 20 เซนติเมตร สีฟ้า ผนังถูกระเบื้อง 20X20 เซนติเมตร สีชมพูสูง 1.6 เมตร มีช่องแสงขนาด 1.2 X 0.4 เมตร ใช้หลอดฟลูออเรสเซนต์ขนาด 40 วัตต์ รางคู่ 1 ชุด เพื่อเพิ่มความสว่างภายในห้องน้ำ ลักษณะสภาพแวดล้อมภายในพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร

บริเวณนอกอาคารมีทางเดินรอบอาคารขนาดความกว้าง 1.8 เมตร และมีพื้นที่เล่นกีฬาเบตองขนาด 3 X 6 เมตร อยู่ทางด้านหลังของอาคาร พื้นรอยด้วยหินเกล็ด ไม่มีรั้วเมฆา ขนาดพื้นที่ใช้งานภายนอกอาคารรวม 107.76 ตารางเมตร



รูปที่ 4.48 แสดงสนามเบตองของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

ปัญหาที่เกิดขึ้น

เนื่องจากกิจกรรมที่จัดขึ้นในศูนย์ผู้สูงอายุขึ้นกับการนำของประธานชมรม ดังนั้นบางครั้งประธานจัดกิจกรรมที่ไม่สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ ดังเช่นศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) นี้ กิจกรรมส่วนใหญ่ จะเน้นกิจกรรมทางศาสนา โดยมีการสวดมนต์และนั่งสมาธิเป็นเวลานาน ดังนั้นผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่มีอายุมาก และไม่ค่อยกระตือรือร้นที่จะทำกิจกรรมหรือเล่นกีฬาประเภทอื่น และข้อจำกัดในเรื่องเวลา ซึ่งศูนย์จะเปิดเวลา 9.00 – 12.00 น. เมื่อสวดมนต์นั่งสมาธิ ออกกำลังกายเวลาก็หมดทำให้ไม่สามารถ ทำกิจกรรมอื่นได้

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่ กีฬาปาเป้า ซึ่งตำแหน่งปัจจุบันอยู่หน้าห้องน้ำ เนื่องจากผนังอาคารส่วนใหญ่เป็นกระจกและผนังบางส่วนจำเป็นต้องใช้เป็นที่พักตากุ้งยิงและวงล้อหมุนไหล่ ทำให้ไม่มีพื้นที่เพียงพอสำหรับติดเบ้นปาเป้า ผู้สูงอายุจึงนำมาติดไว้หน้าห้องน้ำ และเวลาเล่นจะยืนปาอยู่บริเวณพื้นที่ห้องเก็บของ ทำให้ไม่สะดวกต่อการใช้งาน และพื้นที่คับแคบ กีดขวางทางสัญจร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สรุปข้อดีและข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

ข้อดี

1. เป็นอาคารเดี่ยวชั้นเดียว แยกออกมาจากศูนย์บริการสาธารณสุข ทำให้ผู้สูงอายุมีอิสระในการทำกิจกรรม
2. มีห้องน้ำภายในอาคาร และอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสมสะดวกต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ
3. มีการยกพื้นบริเวณด้านหน้าอาคารเป็นเวทีทำให้ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นผู้นำในการทำกิจกรรมได้ชัดเจน
4. มีช่องแสงมาก มีการนำแสงธรรมชาติเข้ามาใช้ในอาคาร ทำให้ประหยัดพลังงาน
5. มีพื้นที่จัดเก็บรองเท้าทำให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย

ข้อเสีย

1. มีผู้สูงอายุบางท่านที่ไม่ร่วมกิจกรรมสวดมนต์นั่งสมาธิ แต่ไปใช้อุปกรณ์ออกกำลังกาย ซึ่งอยู่ในพื้นที่เดียวกัน ทำให้เกิดเสียงรบกวน
2. พื้นที่เล่นเปตองภายนอกอาคารอยู่ในตำแหน่งที่ไม่เหมาะสม ไม่มีร่มเงาทำให้ไม่สะดวกต่อการใช้งาน
3. ประตูทางเข้าหลักจะอยู่ประตูด้านหลัง ซึ่งเป็นช่องว่างระหว่างอาคารศูนย์ผู้สูงอายุกับอาคารสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวัน ซึ่งไม่มีหลอดไฟให้ความสว่าง ซึ่งเป็นปัญหาสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสายตา ในการปรับสายตาจากที่สว่างเข้าสู่ที่มืด
4. พื้นที่ผนังส่วนใหญ่เป็นกระจก ทำให้มีพื้นที่ไม่เพียงพอในการติดตั้งอุปกรณ์ที่ต้องยึดติดกับผนัง เช่น พื้นที่ติดตั้งแป้นกีฬาปาเป้า

รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

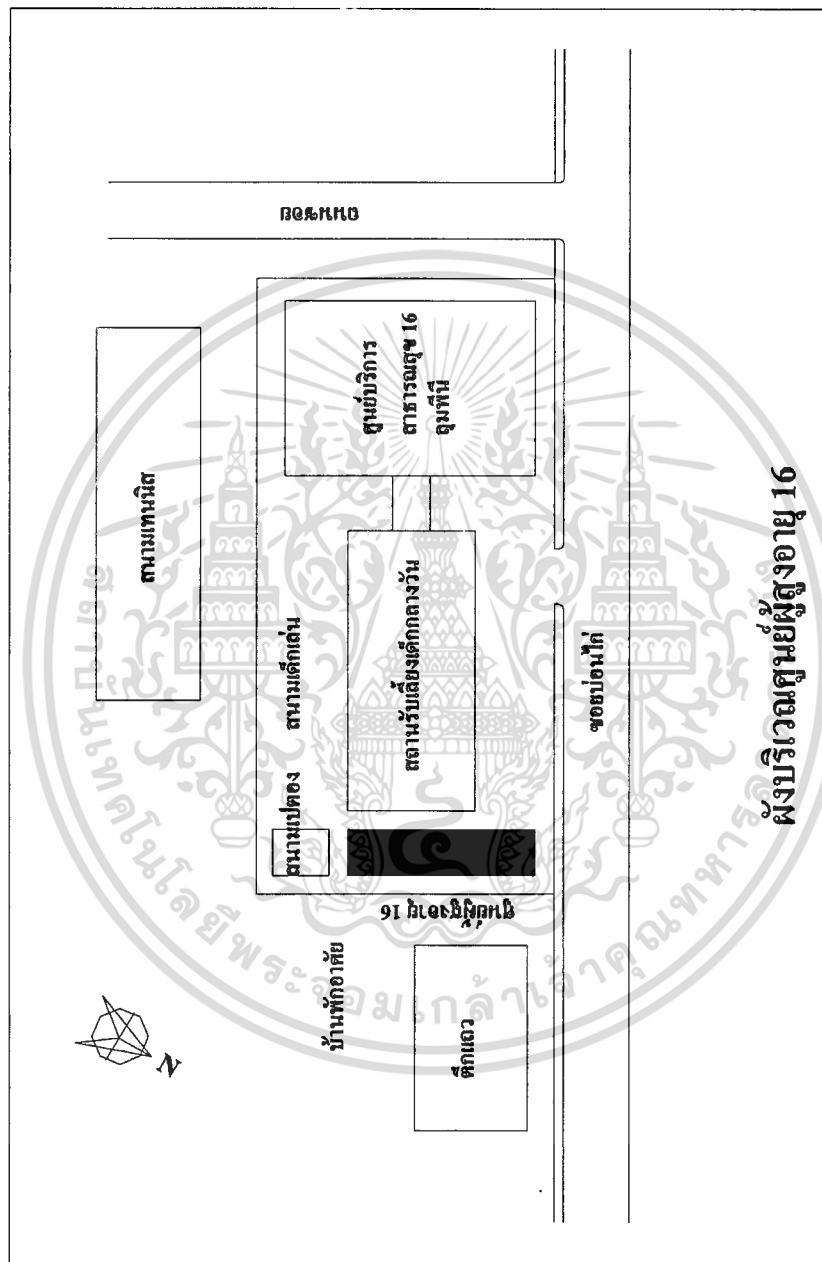
ศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี) มีรูปแบบการจัดวางแปลนโดยแนวแกนจะเป็นเส้นตรงยาวจากด้านหน้าไปจนสุดความยาวอาคาร เส้นทางสัญจรหลักผ่านพื้นที่ลงทะเลเบียนการจัดเครื่องเรือนจัดตามแนวแกนของอาคาร โดยจัดชิดผนังสองข้างมีพื้นที่ว่างตรงกลาง มีการจัดแบ่งกลุ่มพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์แยกโซนออกมาชัดเจน หันหน้าออกทางหน้าต่างเพื่อมองทัศนียภาพภายนอกอาคาร

ตารางที่ 4.6 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักผ่อน	3.51	พื้นที่เก็บเก้าอี้	3.4
พื้นที่อเนกประสงค์	56	พื้นที่เตรียมอาหาร	1.98
พื้นที่ลงทะเบียน	2.25	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ	7.2
พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	5.4	ห้องน้ำ	6.48
พื้นที่เล่นกีฬาปาเป้า	3	พื้นที่กีฬาเปตอง	18
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	2.52	พื้นที่เก็บรองเท้า	2.7

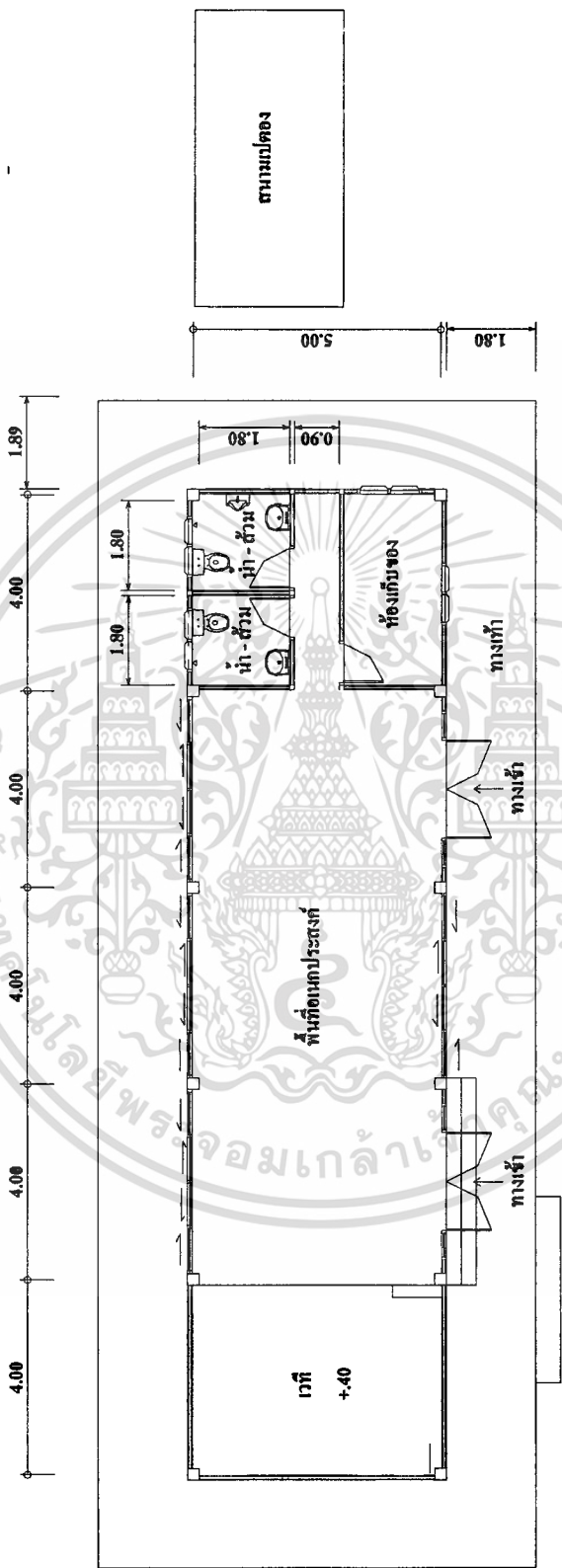


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.49 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ดุมพินี)

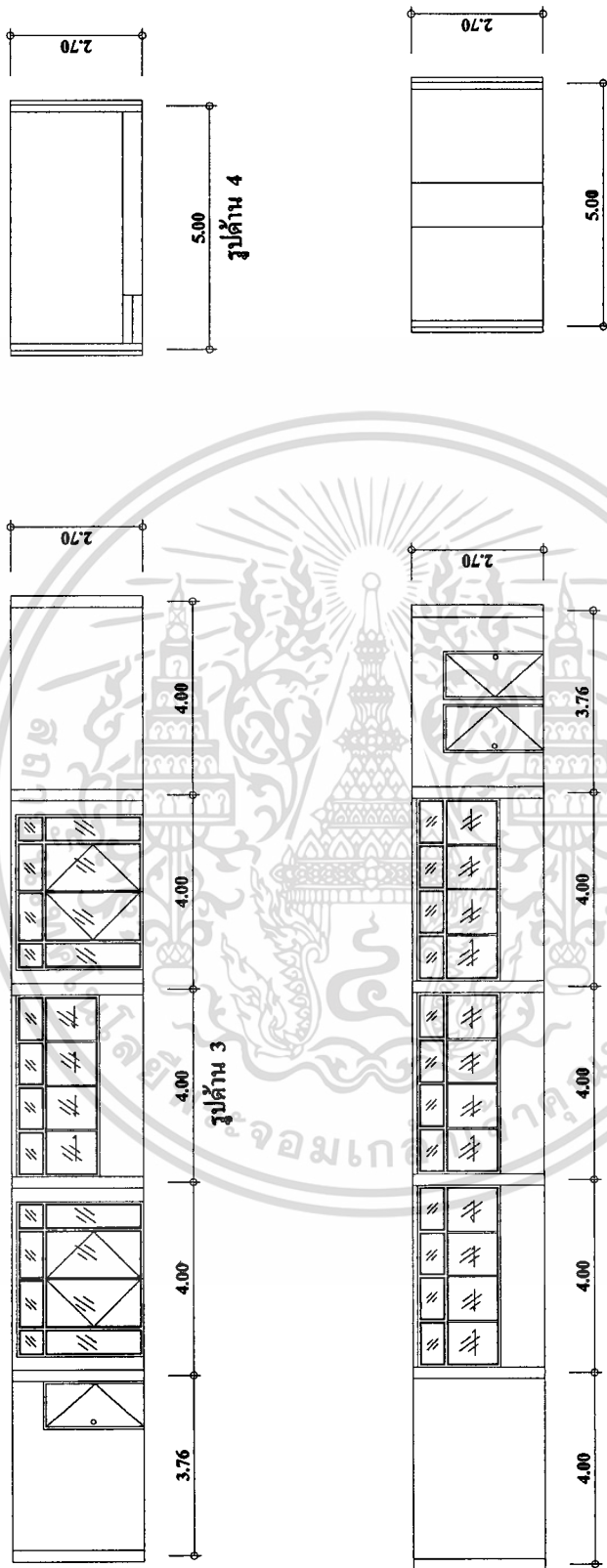
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



3 2
4 1
แปลนศูนย์ผู้สูงอายุ 16 ลุมพินี : Not to scale

รูปที่ 4.50 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (ลุมพินี)

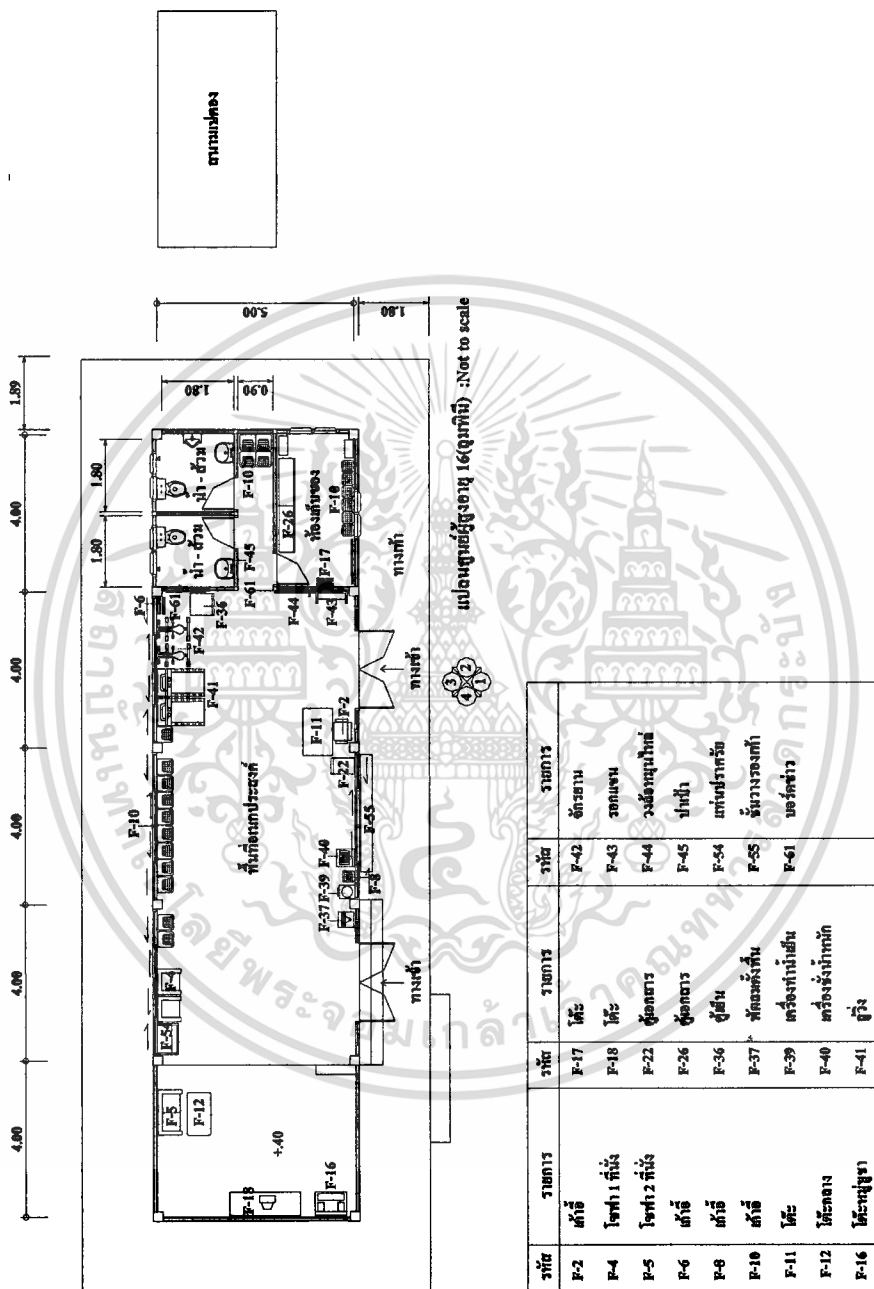
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้ผู้ใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปด้านศูนย์สูงอายุ 16 (จุดพิมพ์) : Not to Scale

รูปที่ 4.51 แสดงรูปด้านศูนย์สูงอายุ 16 (จุดพิมพ์)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้ผู้ใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

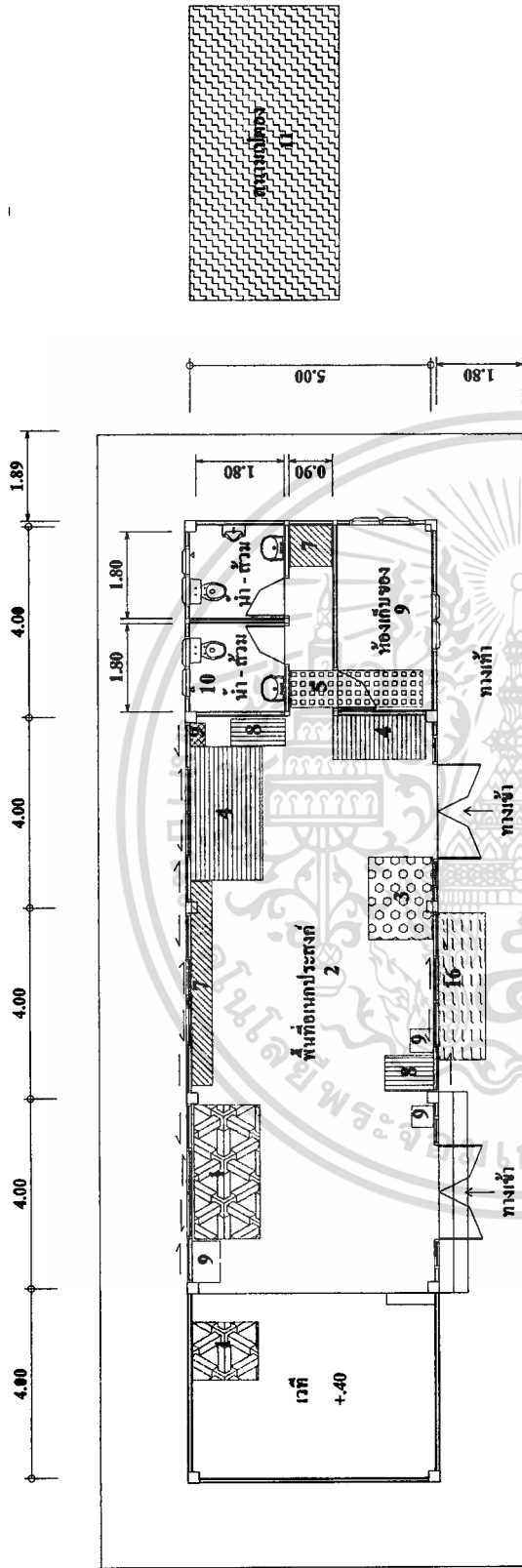


แปลนศูนย์ผู้สูงอายุ 16(จุดที่1) :Not to scale

รหัส	รายการ	รหัส	รายการ	รหัส	รายการ
F-2	ผ้าห่ม	F-17	โต๊ะ	F-42	ถังขยะ
F-4	โสตฯ 1 ที่นั่ง	F-18	โสตฯ	F-43	รถเข็น
F-5	โสตฯ 2 ที่นั่ง	F-22	ตู้เอกสาร	F-44	วงรีสำหรับผู้สูงอายุ
F-6	ผ้าห่ม	F-26	ตู้เอกสาร	F-45	เก้าอี้
F-8	ผ้าห่ม	F-36	ตู้เย็น	F-54	แม่ข่ายกรวย
F-10	ผ้าห่ม	F-37	พัดลมตั้งพื้น	F-55	ชั้นวางรองเท้า
F-11	โสตฯ	F-39	เครื่องทำน้ำเย็น	F-61	บอร์ดข่าว
F-12	โสตฯ	F-40	เครื่องล้างจาน		
F-16	โสตฯ	F-41	เตียง		

รูปที่ 4.52 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 16 (จุดที่1)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ในการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



แปลนศูนย์สูงอายุ 16 (ดูมพิน) :Not to scale

รายการสัญลักษณ์ประกอบแบบ	
1	พื้นที่พักคอย
2	พื้นที่นอกประสงค์
3	พื้นที่ลงทะเบียน
4	พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์
5	พื้นที่เล่นกีฬาเป่าเป่า
6	พื้นที่รวบรวมรถจักรยาน
7	พื้นที่เก็บที่ตู้
8	พื้นที่จัดงานและเตรียมอาหาร
9	พื้นที่เก็บพัสดุประเภทต่างๆ
10	ห้องน้ำ
11	พื้นที่พักผ่อน
16	พื้นที่เก็บรองเท้า

รูปที่ 4.53 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์สูงอายุ 16 (ดูมพิน)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ในการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.4 ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

ที่ตั้ง อยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข 19 (วงศ์สว่าง) ถ.วงศ์สว่าง แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ กรุงเทพมหานคร

ทิศตะวันออก ติดบ้านพักอาศัย

ทิศตะวันตก ติดบ้านพักอาศัย

ทิศเหนือ ติดบ้านพักอาศัย

ทิศใต้ ติดอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร เป็นอาคารคอนกรีตเสริมเหล็กชั้นเดียวแยกออกมาจากอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

เวลาทำการ เปิดให้บริการทุกวันพุธ เวลา 9.00 - 12.00 น.

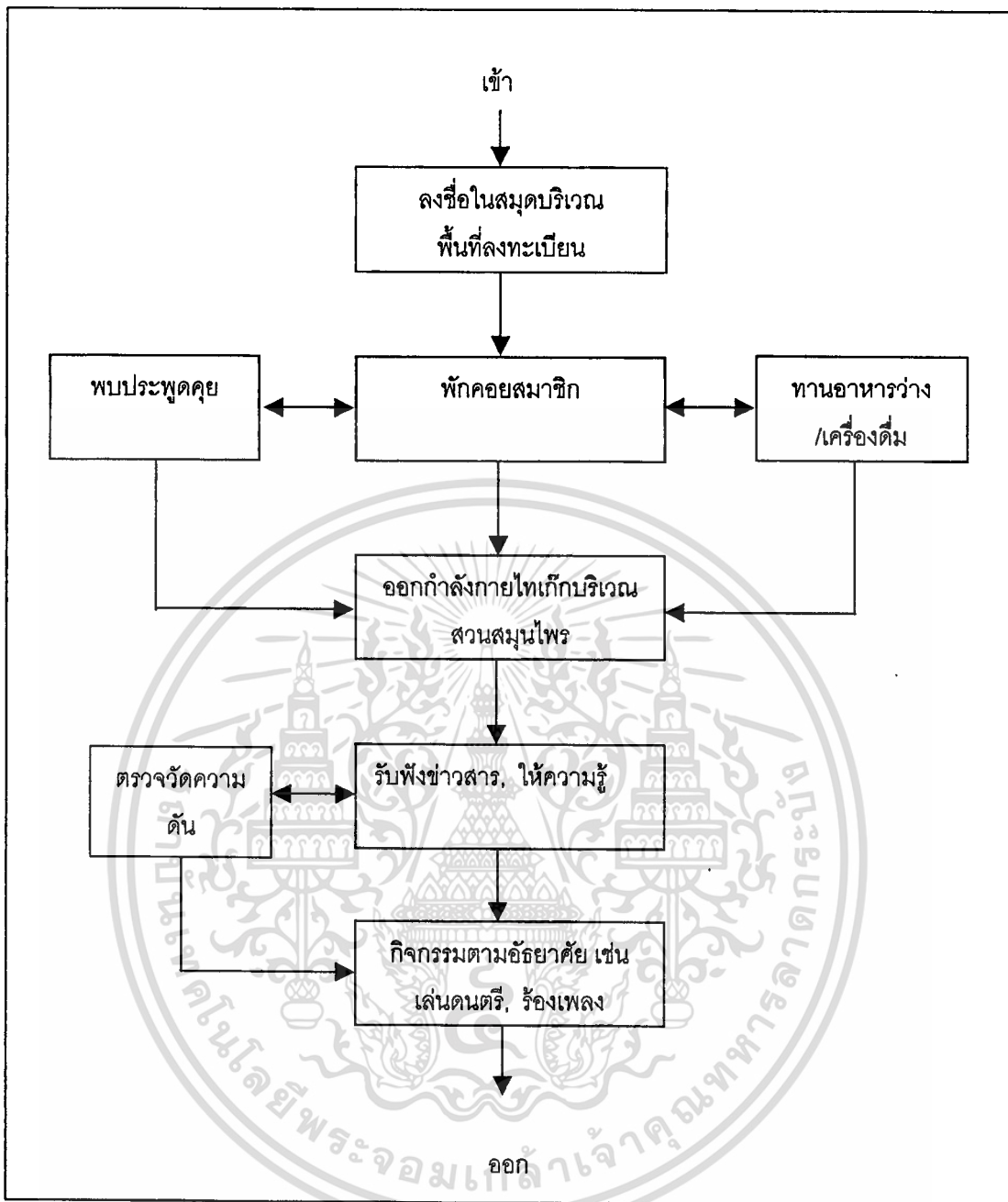
จำนวนผู้ใช้บริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 124 คน/วัน

ตารางที่ 4.7 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

เวลา	9.00 - 9.30	9.30 - 10.30	10.30 - 12.00
วัน			
จันทร์			
อังคาร			
พุธ	สวดมนต์	ออกกำลังกายไทเก๊ก	ตรวจวัดความดันให้ความรู้
พฤหัสบดี			
ศุกร์			

ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

อาคารผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง) เป็นอาคารที่ปรับปรุงจากอาคารที่เป็นสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวันเดิม พื้นที่ใช้สอยประกอบด้วยส่วนที่เป็นตัวอาคาร และพื้นที่สวนสมุนไพร โดยมีลำดับขั้นตอนการทำกิจกรรมและลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุ ดังนี้



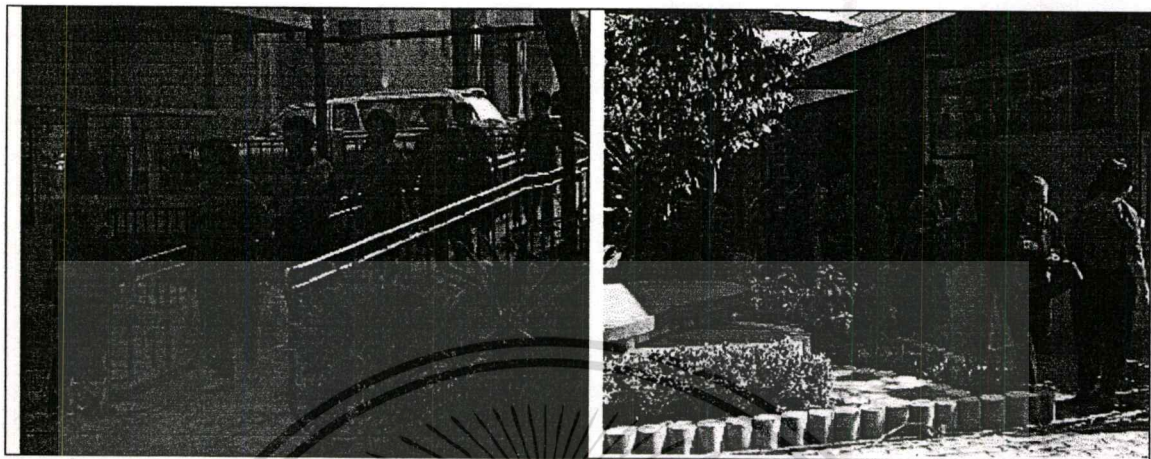
รูปที่ 4.54 แสดงผังพฤติกรรมของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

ทางเข้าอาคาร

ตัวอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง) เป็นอาคารที่แยกออกมาจากอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข โดยพื้นที่อาคารจะมีระดับต่ำกว่าศูนย์บริการสาธารณสุข 80 เซนติเมตร ดังนั้นจึงมีทางเดินเชื่อมลักษณะเป็นทางลาด มีราวจับเพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ ลักษณะอาคารเป็นรูปตัวยู มีพื้นที่ว่างตรงกลาง ส่วนอีก 3 ด้าน แบ่งเป็นห้อง สำหรับประชุมห้องครัว ห้องน้ำ ห้องเก็บของของศูนย์บริการสาธารณสุข ห้องพักคนชรา และห้องพักคนงาน ส่วนพื้นที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

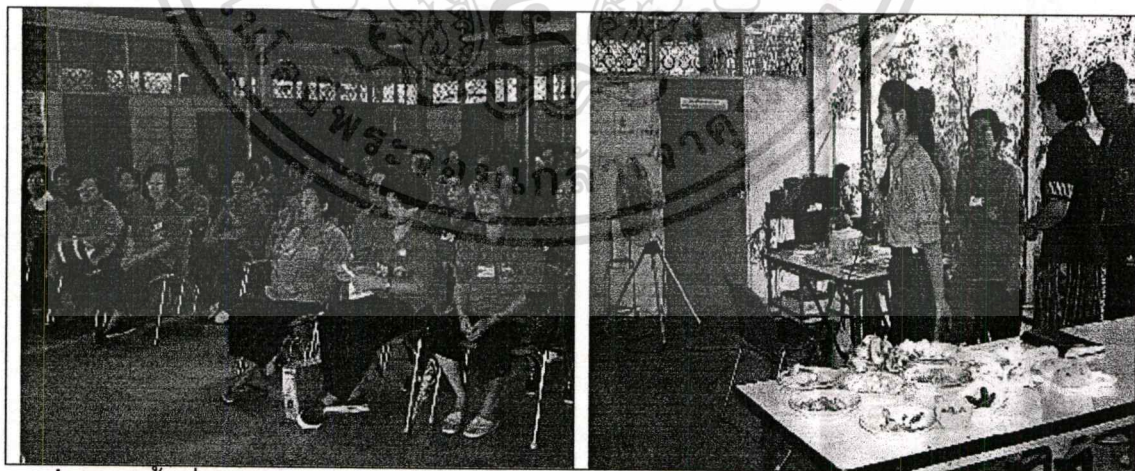
ที่ผู้สูงอายุใช้งานคือ ส่วนห้องครัว ห้องน้ำ และห้องสำหรับกิจกรรมศิลปะประดิษฐ์รวมพื้นที่อาคาร
ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 วงศ์สว่าง ทั้งหมด 666.07 ตารางเมตร



รูปที่ 4.55 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

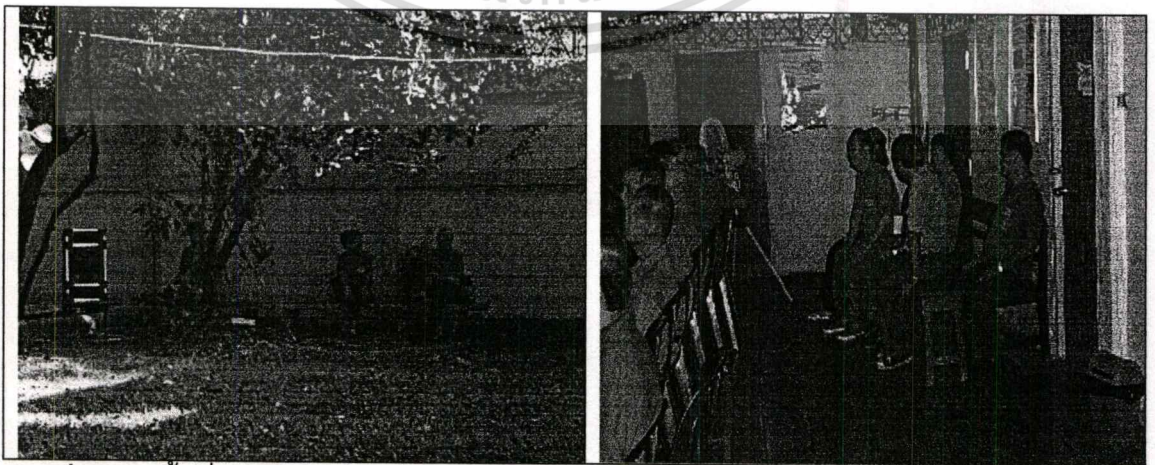
พื้นที่ใช้สอยภายในอาคาร มีการใช้พื้นที่ตรงกลางของอาคารรูปตัวยู เป็นพื้นที่ในการ
ทำกิจกรรมหลัก เช่น ประชุมสมาชิก ให้ความรู้ ร้องเพลง เล่นดนตรี เป็นต้น ส่วนพื้นที่ที่เป็น
ห้องย่อย จะเป็นส่วนของห้องครัวมีขนาด 18 ตารางเมตร และห้องสำหรับทำศิลปะประดิษฐ์หรือ
ห้องประชุมย่อย มีขนาด 45 ตารางเมตร



รูปที่ 4.56 พื้นที่ใช้สอยภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ขนาดพื้นที่** มีขนาดพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารรวม 186.07 ตารางเมตร
- วัสดุปูพื้น** บริเวณพื้นที่ภายนอกห้องยกพื้น 20 เซนติเมตร ปูกระเบื้องสี่เหลี่ยมขนาด 20 X 20 เซนติเมตร และพื้นที่ทางเดินโดยรอบเป็นพื้นปูนขัดมัน ส่วนภายในห้องประชุมปูพื้นไม้ และห้องครัวเป็นพื้นปูนขัดมัน
- ผนัง** ผนังอาคารก่ออิฐฉาบปูนสูง 2 เมตร ด้านบนเป็นช่องแสง ส่วนภายในห้องย่อย ผนังก่ออิฐสูง 90 เซนติเมตร ด้านบนเป็นหน้าต่างบานเปิดและช่องแสง
- เพดาน** บริเวณพื้นที่ภายนอกห้อง โครงหลังคาเหล็ก มุงกระเบื้องมิดีฟ้า ส่วนภายในห้องดีฟ้าเพดานด้วยกระเบื้องแผ่นเรียบ ทาสีขาวความสูงจากพื้นถึงเพดาน 2.85 เมตร
- ช่องแสง** ภายในห้องศิลปะประดิษฐ์ขนาด 45 ตารางเมตรมีหน้าต่างกระจกบานเปิดขนาด 0.9 X 1.10 เมตร จำนวน 15 บาน ส่วนห้องครัวมี ขนาด 18 ตารางเมตร มีหน้าต่างกระจกบานเปิดขนาด 0.9 X 1.10 เมตร จำนวน 3 บาน
- ห้องศิลปะประดิษฐ์มีช่องแสงขนาด 0.9 X 0.6 เมตร จำนวน 27 ช่อง และห้องครัวมีช่องแสงขนาด 0.9 X 0.6 เมตร จำนวน 7 ช่อง
- แสงประดิษฐ์** ห้องห้องศิลปะประดิษฐ์มีหลอดไฟลูออเรสเซนต์ขนาด 40 วัตต์ จำนวน 6 ดวง และในห้องครัว 1 ดวง ส่วนบริเวณพื้นที่นอกห้องติดหลอดไฟลูออเรสเซนต์ขนาด 20 วัตต์ จำนวน 7 ดวง เพื่อเพิ่มแสงสว่างให้กับพื้นที่
- อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม** ในห้องประชุมมีเครื่องปรับอากาศขนาด 40,000 บีทียู 1 เครื่อง และพัดลมเพดาน 2 ตัว ส่วนห้องครัวมีพัดลมเพดาน 1 ตัว และพื้นที่ภายนอกอาคารใช้พัดลมตั้งพื้นขนาดใหญ่ช่วยระบายอากาศ
- ลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารประกอบด้วย**



รูปที่ 4.57 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.58 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง)

พื้นที่พักคอย

เป็นเก้าอี้ไม้ยาว 2 เมตร มีพนักพิง วางเรียงแถวชิดผนังเป็นตัวยูรอบพื้นที่ทำกิจกรรมหลัก โดยมีพื้นที่ใช้งานขนาด 18 ตารางเมตร และมีบางส่วนอยู่นอกอาคารบริเวณพื้นที่สวนสมุนไพร



รูปที่ 4.59 พื้นที่ลงทะเบียนศูนย์ผู้สูงอายุ19 (วงศ์สว่าง)

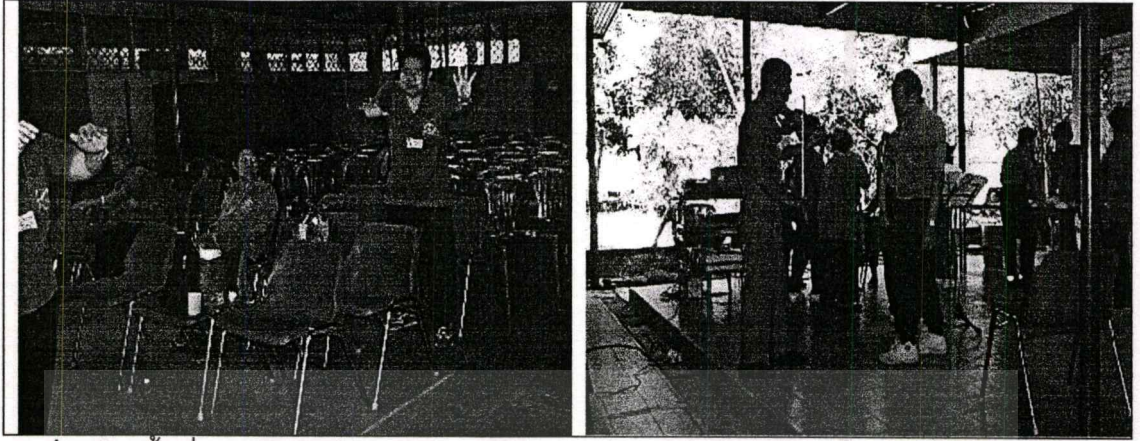
พื้นที่ลงทะเบียน

ใช้พื้นที่บริเวณพื้นที่ทำกิจกรรมหลัก โดยมีอุปกรณ์ประกอบด้วย โต๊ะพับขนาด 0.6 X 0.8 เมตร จำนวน 1 ตัว และเก้าอี้ 2 ตัว มีพื้นที่ใช้งาน 1.68 ตารางเมตร

พื้นที่วัดความดัน

ใช้พื้นที่บริเวณหน้าครัวเป็นพื้นที่วัดความดัน โดยเจ้าหน้าที่จะมาให้บริการเดือนละครั้ง โดยมีอุปกรณ์ประกอบด้วย โต๊ะขนาด 0.6 X 1.8 เมตร 1 ตัว และเก้าอี้ 3 ตัว มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 2.88 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.60 พื้นที่อเนกประสงค์ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

พื้นที่อเนกประสงค์

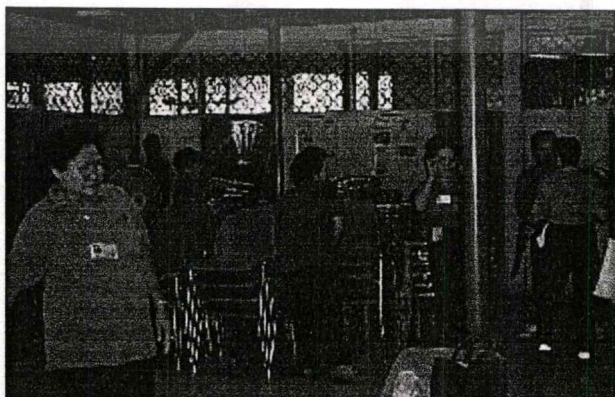
เป็นพื้นที่หลักในการทำกิจกรรมจะอยู่ตรงกลางอาคารยกพื้น 20 เซนติเมตร ใช้เป็นพื้นที่ประชุมสมาชิก อบรมให้ความรู้ แจ้งข่าวสาร หรือใช้เล่นดนตรีและร้องเพลงมีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 57.5 ตารางเมตร

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

เนื่องจากทางศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง) มีโครงการจะปรับปรุงอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ จึงการย้ายอุปกรณ์ออกกำลังกายไปที่อาคารศูนย์บริการสาธารณสุขชั่วคราว ดังนั้นจึงไม่มีพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

พื้นที่เล่นกีฬา

มีกีฬาที่เล่นภายในศูนย์ 2 ประเภท คือกีฬาปาเป้า โดยจะใช้พื้นที่ในห้องประชุมเล่น มีพื้นที่ใช้งาน 4.5 ตารางเมตร และกีฬาซฟี่เลบอร์ต จะใช้พื้นที่บริเวณพื้นที่อเนกประสงค์เล่น มีพื้นที่ใช้งาน 9 ตารางเมตร รวมพื้นที่เล่นกีฬาทั้งหมด 13.5 ตารางเมตร



รูปที่ 4.61 พื้นที่เก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่จัดเก็บแก๊ส

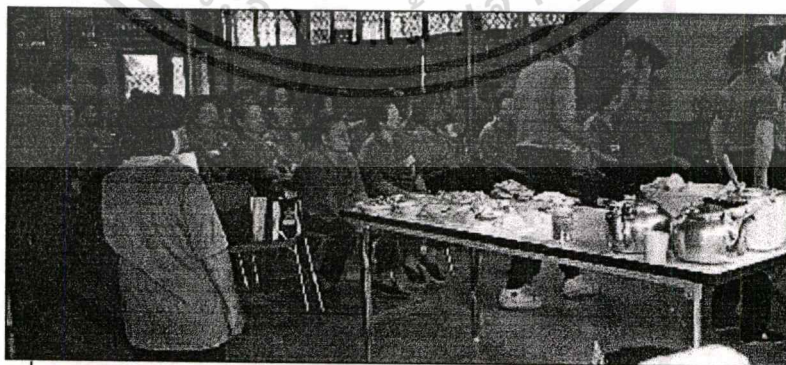
แก๊สที่ใช้ภายในศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง) นี้เป็นแก๊สอู่พลาสติก มีพนักพิงและแก๊สอู่ไฟเบอร์กลาสสำเร็จรูป โดยจะใช้พื้นที่บริเวณพื้นที่อเนกประสงค์เก็บแก๊ส ในลักษณะชั้นในแนวตั้ง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 7 ตารางเมตร



รูปที่ 4.62 พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจาน

จะให้ห้องครัวซึ่งเป็นห้องครัวเดิมของสถานเลี้ยงเด็กกลางวัน เป็นที่เตรียมเครื่องต้ม ซึ่งส่วนใหญ่จะใช้ต้มเครื่องต้มสมุนไพร ส่วนอาหารในการจัดเลี้ยงจะสั่งมาทาน หรือเตรียมมาจากบ้าน โดยจะนำโต๊ะขนาด 0.6 X 1.8 เมตร มาใช้วางอาหาร บริเวณพื้นที่อเนกประสงค์ มีพื้นที่ใช้งานรวมทั้งหมด 23.4 ตารางเมตร



รูปที่ 4.63 พื้นที่เตรียมอาหารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

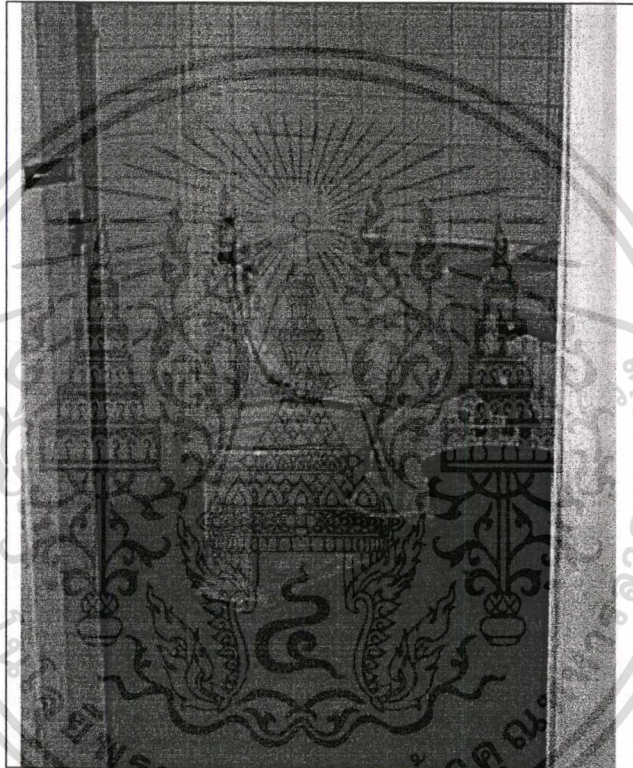
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ

มีห้องสำหรับเก็บอุปกรณ์ต่างๆ ซึ่งอยู่ติดกับห้องประชุม มีขนาดพื้นที่ 15.75 ตารางเมตร

พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

เนื่องจากพื้นที่อเนกประสงค์ ไม่ต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าใช้พื้นที่จึงไม่มีชั้นวางรองเท้า ส่วนพื้นที่ห้องประชุมต้องถอดรองเท้า แต่ไม่มีที่วางรองเท้าผู้สูงอายุจึงถอดรองเท้าไว้หน้าห้อง คิดเป็นพื้นที่ใช้งาน 1.5 ตารางเมตร



รูปที่ 4.64 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงค์สว่าง)

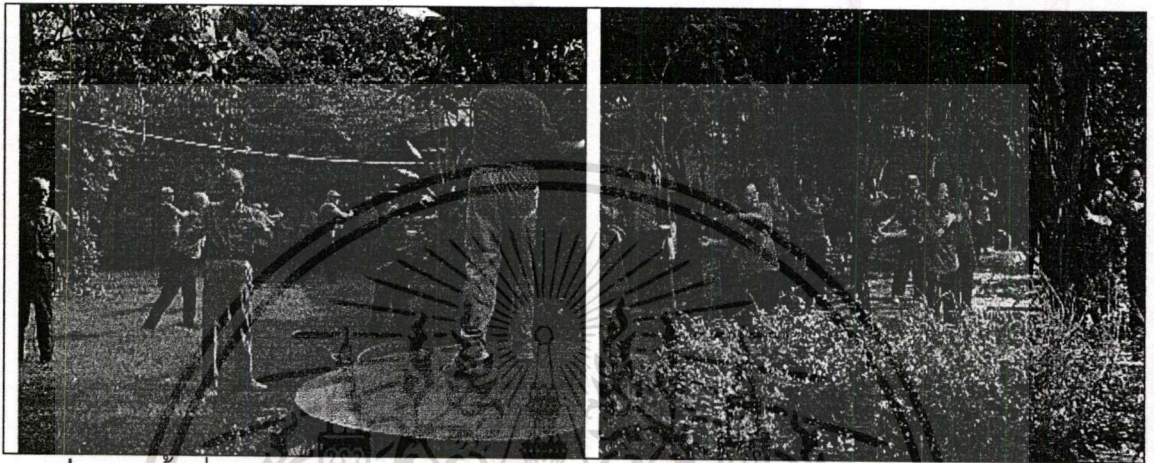
ห้องน้ำ

ห้องน้ำผู้สูงอายุจะอยู่บริเวณด้านหลังของพื้นที่อเนกประสงค์ 1 ห้อง และติดกับห้องครัวอีก 1 ห้อง ไม่แยกชายหญิงมีขนาด 2.89 ตารางเมตร และขนาด 3 ตารางเมตร โถสุขภัณฑ์เป็นแบบนั่งราบไม่มีอุปกรณ์ราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว พื้นปูกระเบื้อง 4 X 4 นิ้ว สีชมพู ผืนกฐกระเบื้อง 4 X 4 นิ้ว สีขาว สูง 2 เมตร มีช่องแสงขนาด 0.9 X 1.1 เมตร ห้องละ 1 ช่อง และติดไฟฟลูออเรสเซนต์ขนาด 20 วัตต์ ห้องละ 1 ดวง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร

พื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารเป็นพื้นที่สวนสมุนไพร มีทางเดินปูด้วยอิฐรูปล้อคตัวหนอน ขนาดกว้าง 1.2 เมตร พื้นเป็นสนามหญ้ามีต้นไม้ใหญ่ ให้ร่มเงามาก ใช้เป็นที่ออกกำลังกาย ไทเก๊กภายนอกอาคาร มีขนาดพื้นที่รวม 480 ตารางเมตร



รูปที่ 4.65 พื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

ปัญหาที่เกิดขึ้น

ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง) เป็นอาคารที่เป็นสถานรับเลี้ยงเด็กกลางวันเดิม นำมาปรับปรุงจึงเกิดปัญหาการใช้งานอุปกรณ์บางอย่าง เช่น ห้องน้ำอ่างล้างหน้ายังเป็นอ่างสำหรับเด็ก และจากสภาพแวดล้อมภายในอาคาร เป็นอาคารรูปตัวยูปิดช่องว่างกลางอาคารด้วยกระเบื้องมุงหลังคา การระบายอากาศไม่ดี จึงทำให้อากาศค่อนข้างร้อน และพื้นที่ไม่เหมาะสมในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ อีกทั้งผู้สูงอายุที่ศูนย์นี้จะมาจำนวนมาก พื้นที่ใช้งานจึงไม่เพียงพอ

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่ กิจกรรมกีฬาฟิสิกส์ โดยจะใช้บริเวณพื้นที่อเนกประสงค์เป็นที่เล่น ในขณะที่เดียวกันบริเวณนี้ก็จะใช้ทำกิจกรรมอื่น ๆ อีกเช่น ร้องเพลง เล่นดนตรี และบางส่วนใช้เป็นพื้นที่เก็บเก้าอี้ จึงทำให้พื้นที่ไม่เพียงพอ อีกทั้งลักษณะสภาพแวดล้อมของพื้นที่ไม่เหมาะสมกับกิจกรรมประเภทนี้ ซึ่งจำเป็นต้องใช้พื้นที่ใช้งานมาก ส่วนกีฬาปาเป้าจะใช้พื้นที่บริเวณห้องศิลปประดิษฐ์ โดยจะใช้ผนังฝั่งตรงข้ามประตูทางเข้าเป็นที่ติดแป้นปาเป้า เนื่องจากผนังด้านอื่นเป็นกระจกและตู้เก็บอุปกรณ์ต่าง ๆ และอีกฝั่งเป็นที่ติดไวท์บอร์ด โดยผู้สูงอายุจะยืนปาอยู่บริเวณหน้าประตูทางเข้าห้อง ซึ่งจะกีดขวางทางสัญจรเข้า-ออก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้.

สรุปข้อดีและข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

ข้อดี

1. ที่ตั้งศูนย์อยู่ติดถนนใหญ่ มีรถเมล์ผ่านหลายสาย ทำให้ผู้สูงอายุเดินทางมาที่ศูนย์สะดวก
2. มีทางลาดและราวจับบริเวณทางเดินเพื่ออำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ
3. ศูนย์นี้มีพื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคาร ซึ่งเป็นสวนสมุนไพรมีการดูแลอย่างดี และบรรยากาศร่มรื่นเหมาะแก่การออกกำลังกาย
4. มีการแบ่งพื้นที่ใช้งาน แยกเป็นสัดส่วน เช่น ห้องประชุมและพื้นที่เตรียมอาหาร

ข้อเสีย

1. พื้นที่ใช้งานไม่เพียงพอกับจำนวนผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ
2. พื้นที่ทางเข้าสู่ตัวอาคารมีสิ่งกีดขวาง และแคบ
3. ทิศทางของตัวอาคารไม่สอดคล้องกับพฤติกรรมการใช้งานของผู้สูงอายุ
4. จำนวนห้องน้ำ ไม่เพียงพอและไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ
5. มีการทับซ้อนของพื้นที่ทำกิจกรรมทำให้ไม่สามารถใช้งาน ในเวลาเดียวกันได้

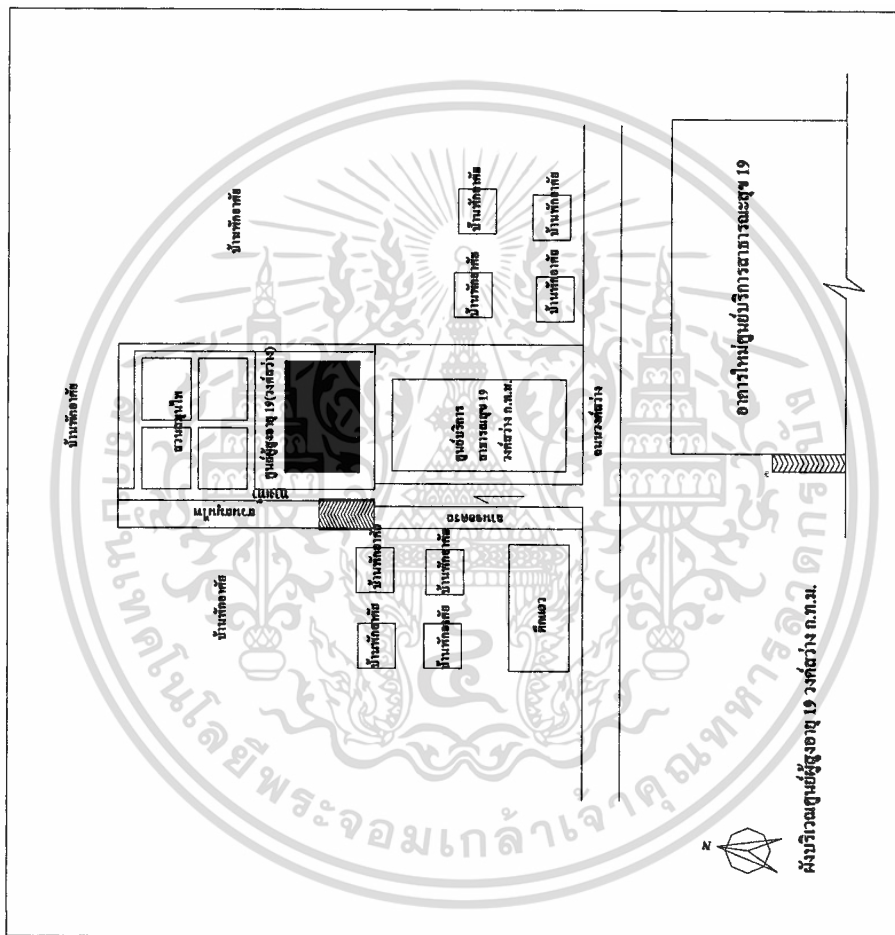
รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

รูปแบบการจัดการวางแผนของศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง) แนวแกนจะเป็นเส้นตรงไปตรงมาตามรูปอาคาร เส้นทางสัญจรหลักผ่านพื้นที่ลงทะเบียนเป็นรูปตัวยู มีส่วนของพื้นที่ออกกำลังกายกลุ่มอยู่ภายนอกอาคาร เป็นสวนสมุนไพร บรรยากาศร่มรื่น มีการจัดแบ่งกลุ่มพื้นที่และแยกพื้นที่ชัดเจนเป็นห้องสำหรับทำกิจกรรมเฉพาะ หรือมีการยกพื้นเพื่อเน้นความสำคัญของพื้นที่ การจัดพื้นที่สำหรับกิจกรรมหลักจะอยู่กลางแจ้ง

ตารางที่ 4.8 สรุปขนาดพื้นที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักผ่อน	18	พื้นที่ล้างจาน	1.44
พื้นที่อเนกประสงค์	57.5	พื้นที่เตรียมอาหาร	23.4
พื้นที่ลงทะเบียน	1.68	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ	15.75
พื้นที่เล่นกีฬาภายในอาคาร	13.5	ห้องน้ำ	5.98
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	2.88	พื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคาร	480
พื้นที่เก็บเก้าอี้	7	พื้นที่เก็บรองเท้า	1.5

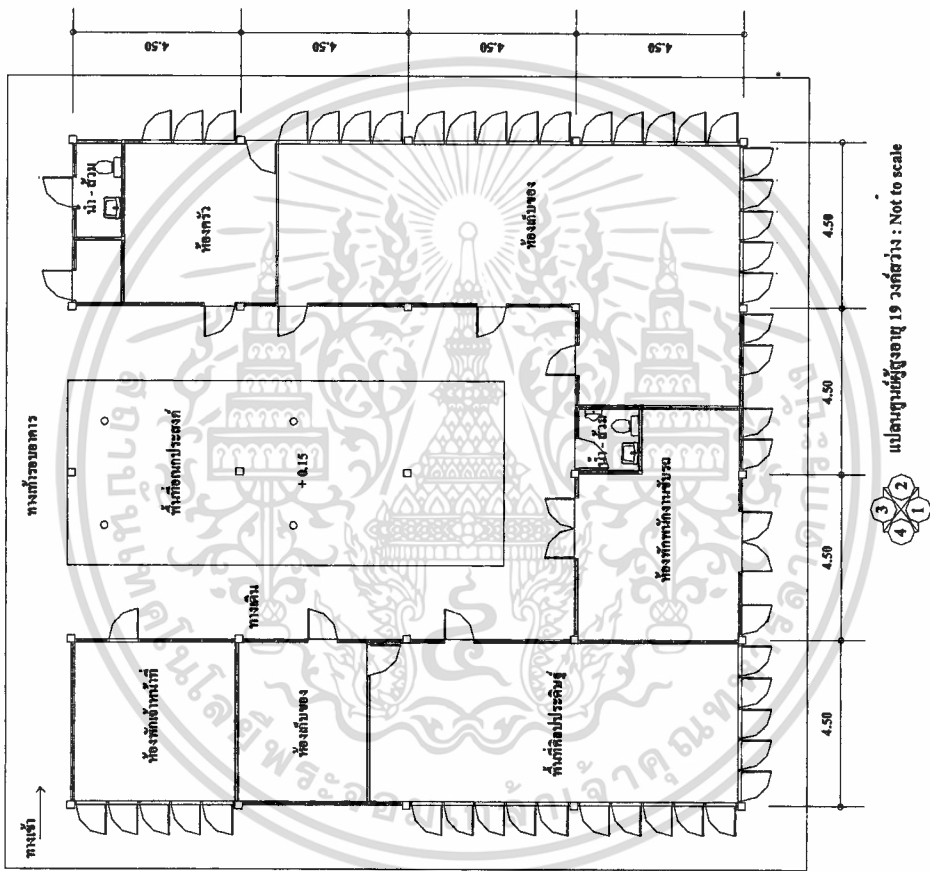
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.66 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงสี่สว่าง)

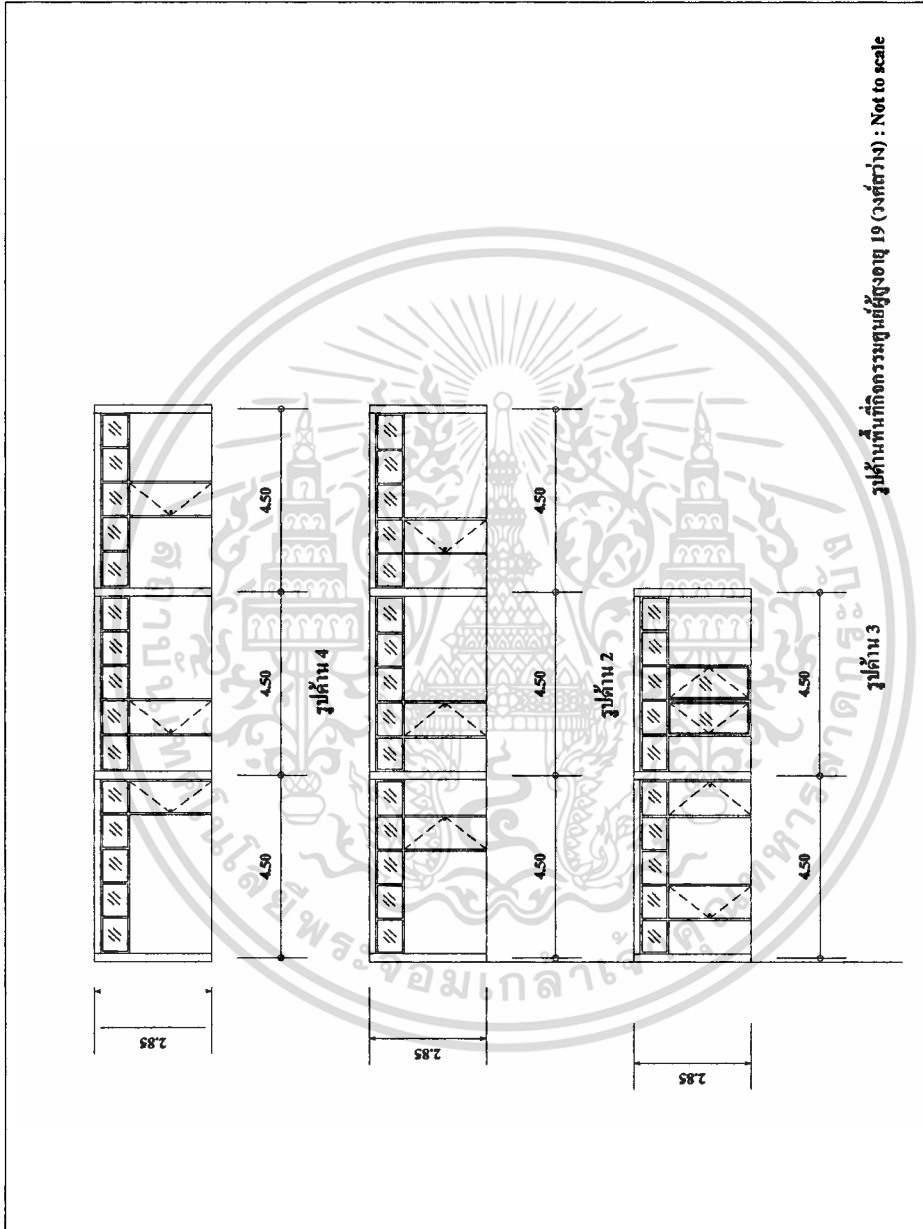
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์อื่น การค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่ออกกำลังกายของอาคาร



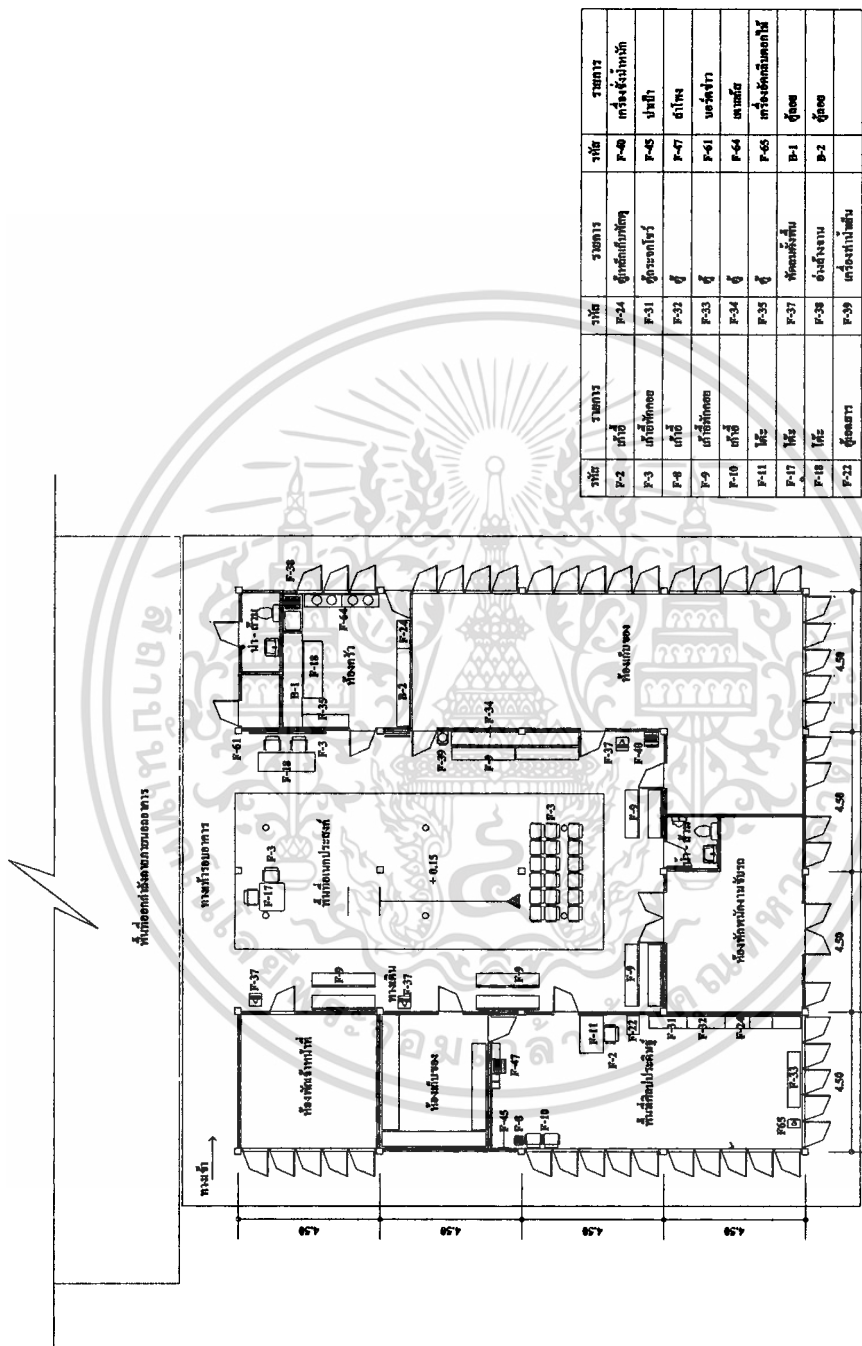
รูปที่ 4.67 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศ์สว่าง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ในการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.68 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงค์ต่าง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ทางการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



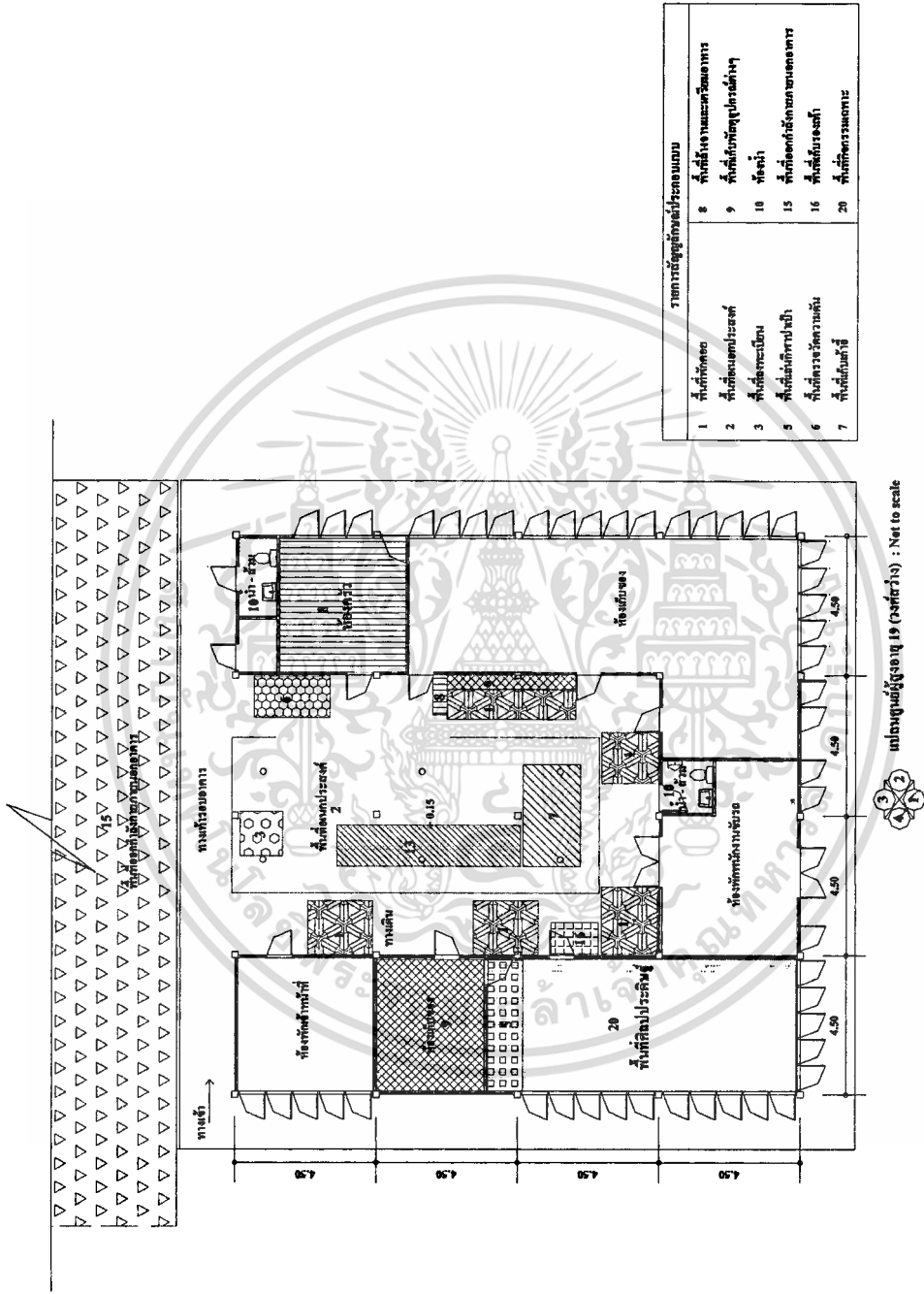
รหัส	รายการ	รหัส	รายการ	รหัส	รายการ
P-2	เก้าอี้	P-24	ตู้เก็บเอกสาร	P-40	เก้าอี้สำนักงาน
P-3	เก้าอี้สำนักงาน	P-31	ตู้เอกสาร	P-45	ประตู
P-4	เก้าอี้	P-32	ตู้	P-47	เก้าอี้
P-9	เก้าอี้สำนักงาน	P-33	ตู้	P-41	ประตู
P-10	เก้าอี้	P-34	ตู้	P-44	ประตู
P-11	โต๊ะ	P-35	ตู้	P-45	เก้าอี้สำนักงาน
P-17	โต๊ะ	P-37	ตู้เอกสาร	P-4	เก้าอี้
P-18	โต๊ะ	P-38	เก้าอี้สำนักงาน	P-2	เก้าอี้
P-21	เก้าอี้	P-39	เก้าอี้สำนักงาน		

แปลนผู้สูงอายุ 19 (วงรีตัววง) : Not to scale



รูปที่ 4.69 แสดงผังเครื่องเรือนผู้สูงอายุ 19 (วงรีตัววง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ทางการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.70 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 19 (วงศักร์ว่าง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.5 ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

ที่ตั้ง อยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข 21 (วัดธาตุทอง) ถ.สุขุมวิท แขวงพระโขนง เขตวัฒนา กรุงเทพฯ

ทิศตะวันออก ติดถนนภายในวัด

ทิศตะวันตก ติดพื้นที่ว่างหน้าโบสถ์

ทิศเหนือ ติดโบสถ์

ทิศใต้ ติดถนนภายในวัด

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร เป็นอาคารศาลาวัดชั้นเดียว โครงเหล็กหลังคามุงกระเบื้อง

เวลาทำการ เปิดให้บริการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 9.00 - 12.00 น.

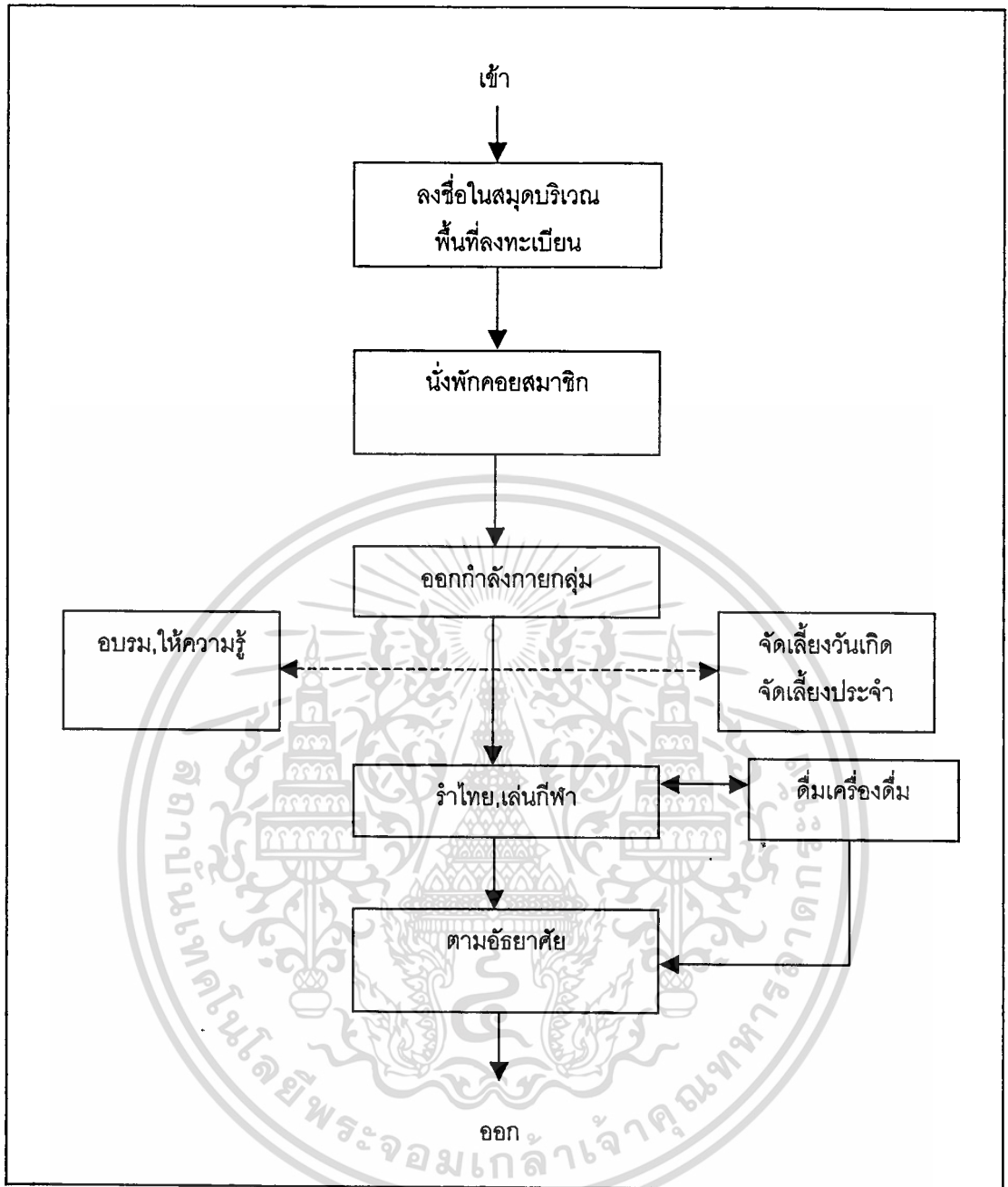
ผู้ให้และผู้รับบริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 48 คน/วัน

ตารางที่ 4.9 แสดงตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

เวลา	9.00 - 9.30	9.30 - 10.30	10.30 - 12.00
วันจันทร์	สวดมนต์	ออกกำลังกายแบบแอโรบิค	เล่นกีฬา
อังคาร	สวดมนต์	ออกกำลังกายแบบแอโรบิค	เล่นกีฬา
พุธ	สวดมนต์	ออกกำลังกายแบบไทเก๊ก	เล่นกีฬา
พฤหัสบดี	สวดมนต์	ออกกำลังกายแบบแอโรบิค	รำไทย
ศุกร์	สวดมนต์	ออกกำลังกายแบบไทเก๊ก	รำไทย

ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพ

อาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) ใช้พื้นที่วัดเป็นสถานที่ทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยใช้ศาลาวัด ซึ่งเป็นอาคารชั้นเดียว มีพื้นที่ใช้งานทั้งภายในและภายนอกอาคารรวมทั้งหมด 887.91 ตารางเมตร ระเบียบการร่วมกิจกรรมผู้สูงอายุต้องเป็นสมาชิกในชมรมและเสียค่าสมาชิกคนละ 100 บาทต่อปี ดังมีรายละเอียดขั้นตอนการทำกิจกรรมและสภาพแวดล้อมกายภาพของผู้สูงอายุ ดังนี้



รูปที่ 4.71 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.72 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

ทางเข้าอาคาร

ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) อยู่ภายในบริเวณวัดธาตุทอง โดยใช้พื้นที่ศาลาวัดเป็นที่ทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ ซึ่งอยู่ห่างจากถนนสุขุมวิทประมาณ 100 เมตร ประตูทางเข้าอาคารเป็นประตูกระจกบานสไลด์ขนาด 2 X 2 เมตรจำนวน 4 ชุดแต่เปิดใช้งาน 1 ชุด และมีประตูไม้ด้านข้างอาคาร ขนาด 1 X 2 เมตร 1 บาน

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

มีการแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารออกเป็น พื้นที่อเนกประสงค์ พื้นที่เก็บเก้าอี้ พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ และห้องพระ โดยการใช้ร่วมกัน มีรายละเอียดดังนี้

ขนาดพื้นที่	พื้นที่ใช้งานภายในอาคารทั้งหมด 157.41 ตารางเมตร
วัสดุปูพื้น	ปูพื้นด้วยกระเบื้องขนาด 4 X 8 นิ้ว สีอิฐ
ผนัง	ผนังอาคารเป็นกระจกสูงถึงเพดาน 1 ด้าน ส่วนอีก 3 ด้านเป็นผนังก่ออิฐสูง 90 เซนติเมตร ด้านบนเป็นกระจกบานเกล็ด และช่องแสง มีม่านสีเหลือง
เพดาน	ฝ้าเพดานบุกระเบื้องแผ่นเรียบทาสีฟ้า ความสูงจากพื้นถึงเพดาน 3.8 เมตร
ช่องแสง	ผนังหนึ่งด้านเป็นกระจกขนาด 15.9 X 2 เมตร และอีก 3 ด้านเป็นหน้าต่างบานเกล็ดขนาด 1 X 1.1 เมตร จำนวน 24 ชุด

ช่องแสงเหนือหน้าต่างขนาด 3.3 X 1.8 เมตร จำนวน 6 ช่อง ขนาด 3 X 1.8 เมตร จำนวน 8 ช่อง และขนาด 3.9 X 1.8 เมตร จำนวน 2 ช่อง

แสงประดิษฐ์ ติดหลอดไฟลูออเรสเซนต์ ขนาด 40 วัตต์ รางคู่ จำนวน 2 ชุด และรางเดี่ยว จำนวน 4 หลอด

อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม

ภายในอาคารไม่ติดเครื่องปรับอากาศ แต่ใช้พัดลมเพดาน จำนวน 4 เครื่อง และพัดลมตั้งพื้น 4 เครื่องช่วยในการระบายอากาศ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารประกอบด้วย



รูปที่ 4.73 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่พักคอย

อยู่บริเวณทางเข้าหลักประกอบด้วย โซฟาจัดเข้ามุม และโซฟาเรียงแนวยาวชิดผนัง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 8.44 ตารางเมตร



รูปที่ 4.74 พื้นที่กรรมการชมรมศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่กรรมการชมรม

เป็นพื้นที่สำหรับกรรมการชมรมประกอบด้วยประธาน รองประธาน และเหรัญญิก มีอุปกรณ์ประกอบด้วย โต๊ะขนาด 0.6 X 0.8 เมตร จำนวน 3 ตัว และเก้าอี้ 6 ตัว จัดเรียงชิดผนังฝั่งขวามือของพื้นที่พักคอย มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 9 ตารางเมตร

พื้นที่ลงทะเบียน

ใช้พื้นที่บริเวณโต๊ะกรรมการชมรมเป็นที่ลงทะเบียน มีอุปกรณ์ประกอบด้วยโต๊ะขนาด 0.6 X 0.8 จำนวน 1 ตัว และเก้าอี้มีพนักพิง 2 ตัว มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.44 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่วัดความดัน

ใช้พื้นที่บริเวณโถงกิจกรรมการชมรม 1 ชุด เป็นพื้นที่ชั่วคราวสำหรับวัดความดันโดยเจ้าหน้าที่จะมาให้บริการเดือนละครั้ง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.44 ตารางเมตร

พื้นที่อเนกประสงค์

เป็นพื้นที่ว่างกลางอาคารใช้ทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น ออกกำลังกายกลุ่ม อบรมให้ความรู้ มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 81.7 ตารางเมตร

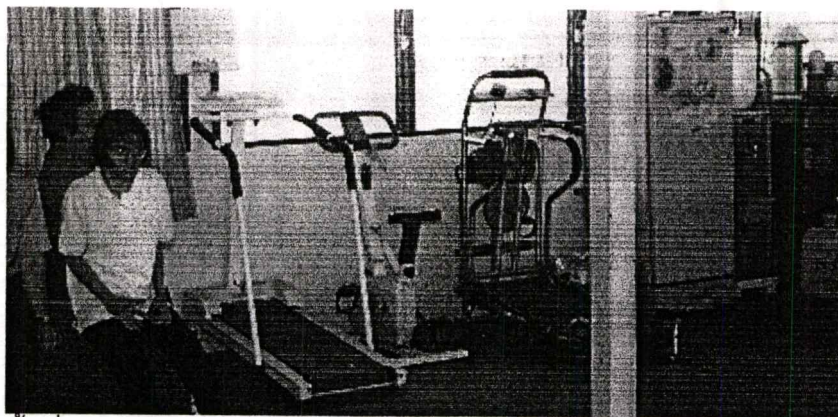


รูปที่ 4.75 พื้นที่อเนกประสงค์ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

อยู่ติดบริเวณพื้นที่เตรียมอาหาร มีการจัดเรียงอุปกรณ์ เป็นแนวยาวชิดผนังหันหน้าออกทางหน้าต่าง ประกอบด้วย ลูกวิ่ง 2 เครื่อง จักรยาน 1 คัน ส่วนวงล้อหมุนไหล 2 อัน ติดตั้งอยู่ในห้องซึ่งแบ่งพื้นที่ โดยใช้มานานแล้ว ปัจจุบันมีการนำเก้าอี้ไปเก็บไว้มีขนาดพื้นที่ 2 ตารางเมตร และขนาดพื้นที่ใช้งานรวมทั้งหมด 12 ตารางเมตร

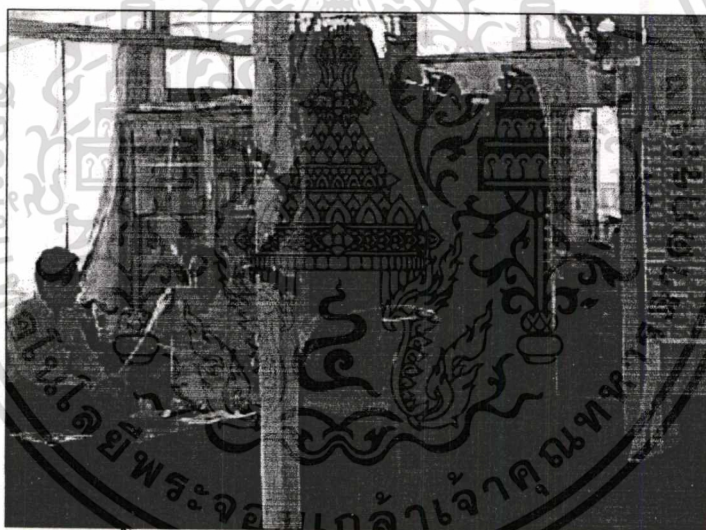
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.76 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้

ใช้พื้นที่บริเวณออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ (วงล้อหมุนใหญ่) เป็นพื้นที่เก็บเก้าอี้ โดยจัดเรียงชิดผนังซ้อนในแนวตั้งมีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 3.75 ตารางเมตร

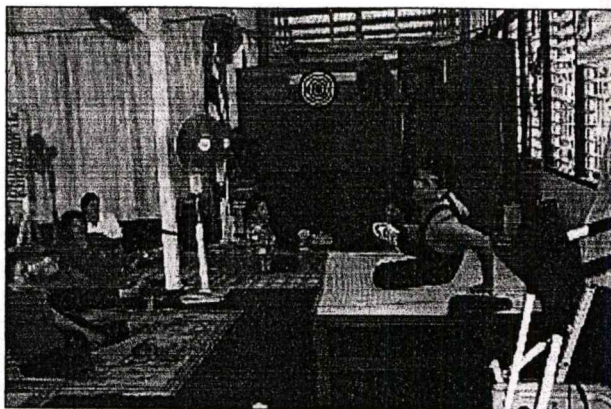


รูปที่ 4.77 พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่กีฬา

ประกอบด้วยพื้นที่กีฬาปาเป้า ซึ่งใช้พื้นที่หน้าห้องเก็บพัสดุเป็นที่เล่น มีพื้นที่ใช้งาน 4.5 ตารางเมตร และกีฬาโบว์ลิ่งสนาม ใช้พื้นที่บริเวณพื้นที่พักผ่อนเป็นที่เล่น มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 9 ตารางเมตร รวมพื้นที่เล่นกีฬาภายในอาคารทั้งหมด 13.5 ตารางเมตร

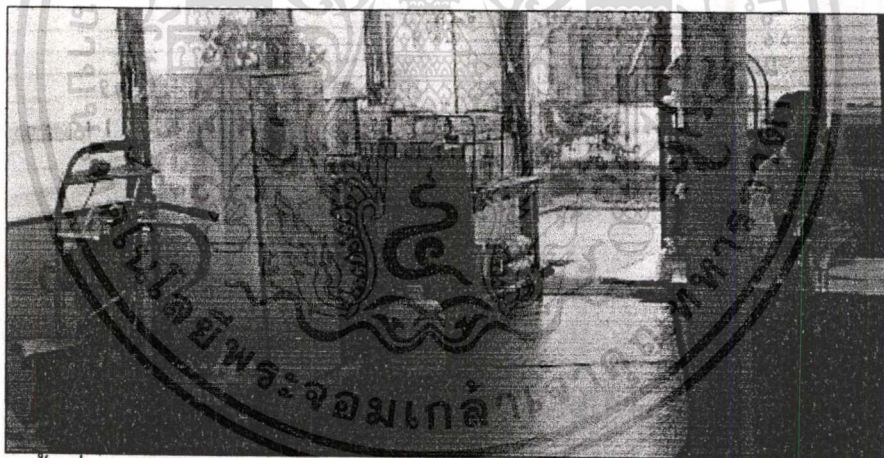
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.78 พื้นที่กีฬาปาเป้าศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจาน

ผู้สูงอายุที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 21(วัดธาตุทอง) จะมีการจัดเลี้ยงเป็นประจำทุกเดือน โดยจะมีการสั่งอาหารมาจัดเลี้ยงกัน มีอุปกรณ์ใช้งานประกอบด้วยโต๊ะพับขนาด 0.6 X 0.8 เมตร จำนวน 3 ตัว วางเรียงต่อกัน และตู้เก็บจานขนาด 0.6 X 1.2 เมตร จำนวน 1 ตู้ ตู้เย็น เครื่องทำน้ำเย็น และอ่างล้างจานขนาด 0.45 X 1 จำนวน 1 อัน มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 10.95 ตารางเมตร

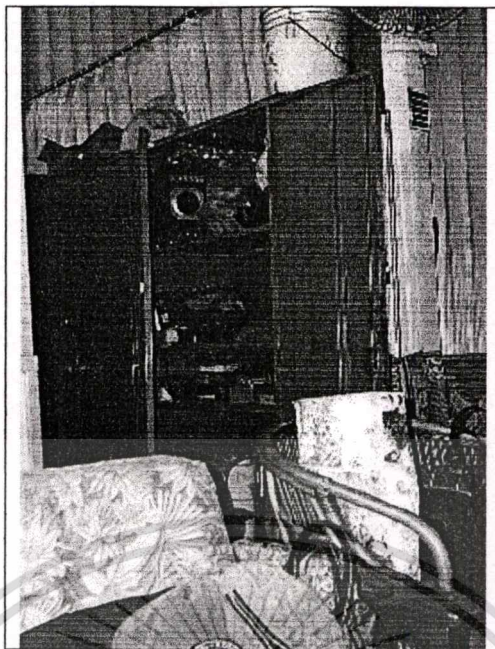


รูปที่ 4.79 พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ

มีการแบ่งพื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ออกจากพื้นที่อเนกประสงค์ โดยการใช้มานานแล้ว โดยใช้เป็นพื้นที่สำหรับเก็บอุปกรณ์ต่างๆ ขนาด 9 ตารางเมตร

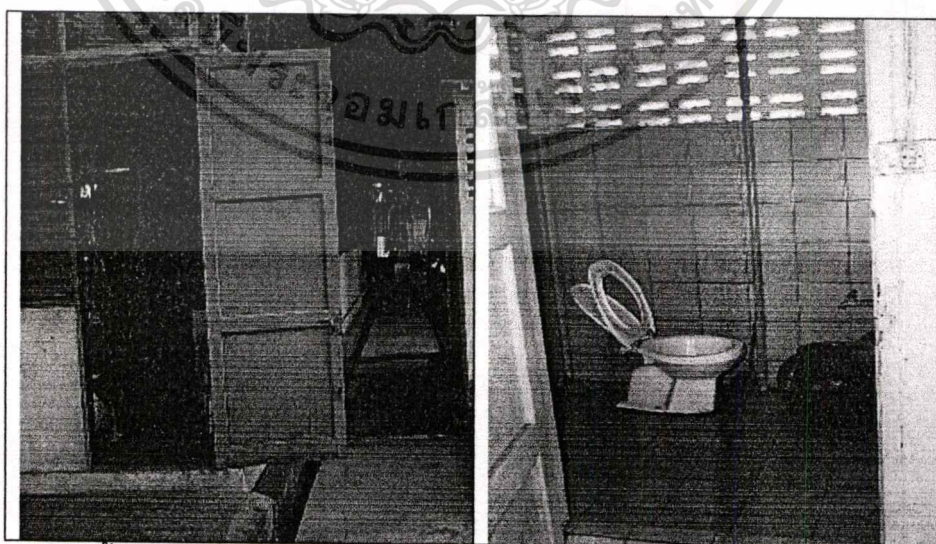
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.80 พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

ห้องน้ำ

ห้องน้ำจะอยู่ภายนอกอาคารมีจำนวน 2 ห้อง ไม่แยกชายหญิง แต่จะมีสุขภัณฑ์ให้เลือกใช้ โดยเป็นโถสุขภัณฑ์แบบนั่งยอง และแบบนั่งราบอย่างละห้อง พื้นและผนังกรุกระเบื้อง 20 x 20 เซนติเมตร สีชมพู ห้องน้ำยกพื้นบันไดหนึ่งขั้น มีการใส่ช่องลมเพื่อระบายอากาศ และติดหลอดฟลูออเรสเซนต์ 20 วัตต์ ห้องละ 1 ดวง เพื่อเพิ่มความสว่าง ภายในห้องไม่มีอุปกรณ์ราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว



รูปที่ 4.81 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

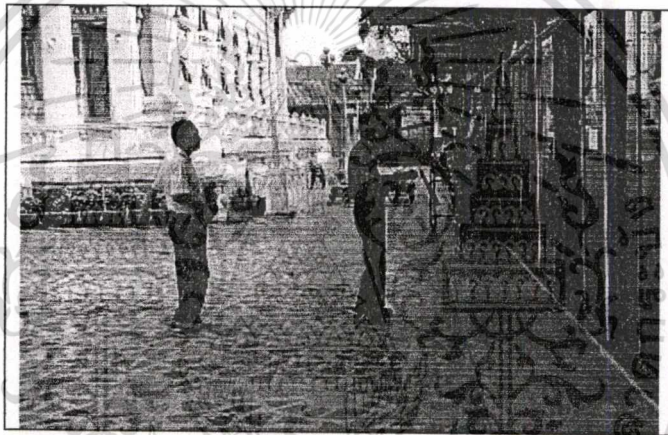
พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

เนื่องจากที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) ไม่ต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าใช้พื้นที่จึงไม่มีพื้นที่จัดเก็บรองเท้า

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร

พื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารเป็นลักษณะลานโล่งหน้าโบสถ์ติดกับตัวอาคาร มีขนาด 690 ตารางเมตร พื้นปูหินอ่อน ไม่มีร่มเงา และพื้นที่เล่นกีฬาเปตอง ซึ่งต้องไปขอยืมใช้สนามเปตองของโรงเรียนวัดธาตุทองมีขนาดพื้นที่ใช้งาน 40.5 ตารางเมตร คิดเป็นพื้นที่ใช้งานรวมภายนอกอาคารทั้งหมด 730.5 ตารางเมตร

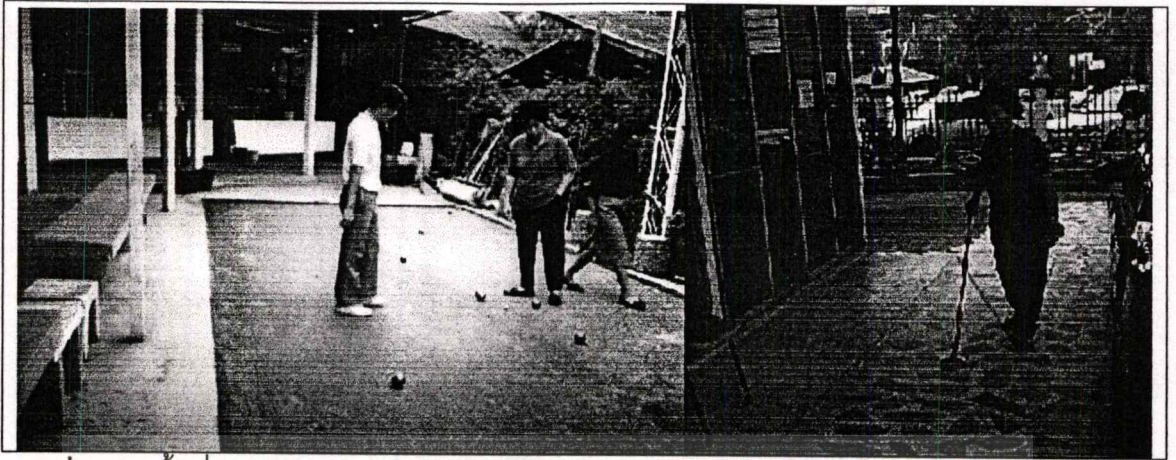
ลักษณะพื้นที่ใช้สอยย่อยภายนอกอาคาร ประกอบด้วย



รูปที่ 4.82 พื้นที่ใช้งานภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

พื้นที่เล่นกีฬา

กีฬาที่ผู้สูงอายุศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) เล่นภายนอกอาคาร ได้แก่ กีฬาซอฟต์บอลบอร์ด ซึ่งจะใช้พื้นที่ว่างหน้าอาคารเล่น โดยมีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 28.08 ตารางเมตร และกีฬาเปตอง จะต้องเดินไปจะใช้พื้นที่สนามเปตองของโรงเรียนวัดธาตุทองเป็นที่เล่น ระยะทางประมาณ 150 เมตร โดยมีพื้นที่ใช้งาน 40.5 ตารางเมตร



รูปที่ 4.83 พื้นที่เล่นกีฬาเปตองและซฟเฟิลบอร์ด ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

ปัญหาที่เกิดขึ้น

ศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) ใช้ศาลาวัดของวัดธาตุทองเป็นพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพเป็นอาคารโล่ง มีช่องแสงรอบจากพื้นถึงเพดาน และพื้นที่ใช้งานภายในอาคารค่อนข้างร้อน อีกทั้งตำแหน่งที่ตั้งของอุปกรณ์ใช้งานบางอย่างไม่เหมาะสมทำให้ผู้สูงอายุไม่ใช้งาน กิจกรรมบางอย่างต้องใช้พื้นที่ร่วมกับกิจกรรมอื่นเป็นเหตุให้ผู้สูงอายุไม่ยอมทำ

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่ พื้นที่ออกกำลังด้วยวงล้อหมุนไหลซึ่งจะอยู่ในห้องที่มีม่านกัน ปัจจุบันมีการนำเก้าอี้ไปเก็บไว้ทำให้เกิดขวางพื้นที่ ผู้สูงอายุไม่สามารถใช้อุปกรณ์นั้นได้ และพื้นที่กีฬาปาเป้าจะอยู่บริเวณหน้าห้องเก็บพัสดุซึ่งจะขวางทางเข้าห้องเป็นอันตรายต่อผู้สัญจร เนื่องจากอุปกรณ์มีลักษณะปลายแหลมคม ส่วนกีฬาโบว์ลิ่งสนามจะใช้พื้นที่บริเวณพื้นที่พักผ่อนเล่น และอยู่หน้าโต๊ะลงทะเบียน เวลาโยนลูกเสร็จ ผู้สูงอายุต้องวิ่งไปเก็บลูกได้โต๊ะ เป็นอุปสรรคต่อการใช้งาน และกีฬาเปตองต้องไปเยี่ยมสนามของโรงเรียนวัดธาตุทองเล่น ซึ่งมีระยะทางไกลไม่สะดวกในการเดินทางและนำอุปกรณ์คือลูกเปตองซึ่งมีน้ำหนักมากไปด้วย

สรุปข้อดีและข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

ข้อดี

1. ตำแหน่งที่ตั้งศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) อยู่ใกล้ถนนใหญ่ทำให้การสัญจรไปมาสะดวก
2. ตัวอาคารแยกออกมาจากศูนย์บริการสาธารณะสุขทำให้ผู้สูงอายุมีอิสระในการทำกิจกรรม
3. โถงสุขาภิบาลมีให้เลือกทั้งแบบนั่งราบและนั่งยองทำให้ผู้สูงอายุมีทางเลือกลักษณะที่เหมาะสมกับตนเอง และห้องน้ำอยู่ภายนอกตัวอาคารแต่ไม่ไกลจากอาคารทำให้ไม่ส่งกลิ่นรบกวนการทำกิจกรรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. มีการแบ่งกันระหว่างพื้นที่ที่ใช้ทำกิจกรรมกับพื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ

ข้อเสีย

1. การจัดวางอุปกรณ์ออกกำลังกายไม่เหมาะสมทำให้ผู้สูงอายุไม่สนใจที่จะใช้งาน
2. พื้นที่ผนังส่วนใหญ่เป็นกระจกทำให้ภายในอาคารค่อนข้างร้อน
3. ไม่มีโถปัสสาวะชายทำให้ไม่สะดวกแก่ผู้สูงอายุชาย
4. พื้นที่เล่นกีฬาเปตองอยู่ไกลจากตัวอาคารเนื่องจากต้องไปใช้สนามเปตองของโรงเรียนวัดธาตุทอง ไม่สะดวกต่อการใช้งาน

เรียนวัดธาตุทอง ไม่สะดวกต่อการใช้งาน

5. พื้นที่ลานด้านข้างอาคารไม่มีร่มเงาให้ความร่มรื่นซึ่งเป็นพื้นที่เล่นกีฬาซอฟท์เทนนิสทำให้ผู้สูงอายุไม่นิยมเล่น

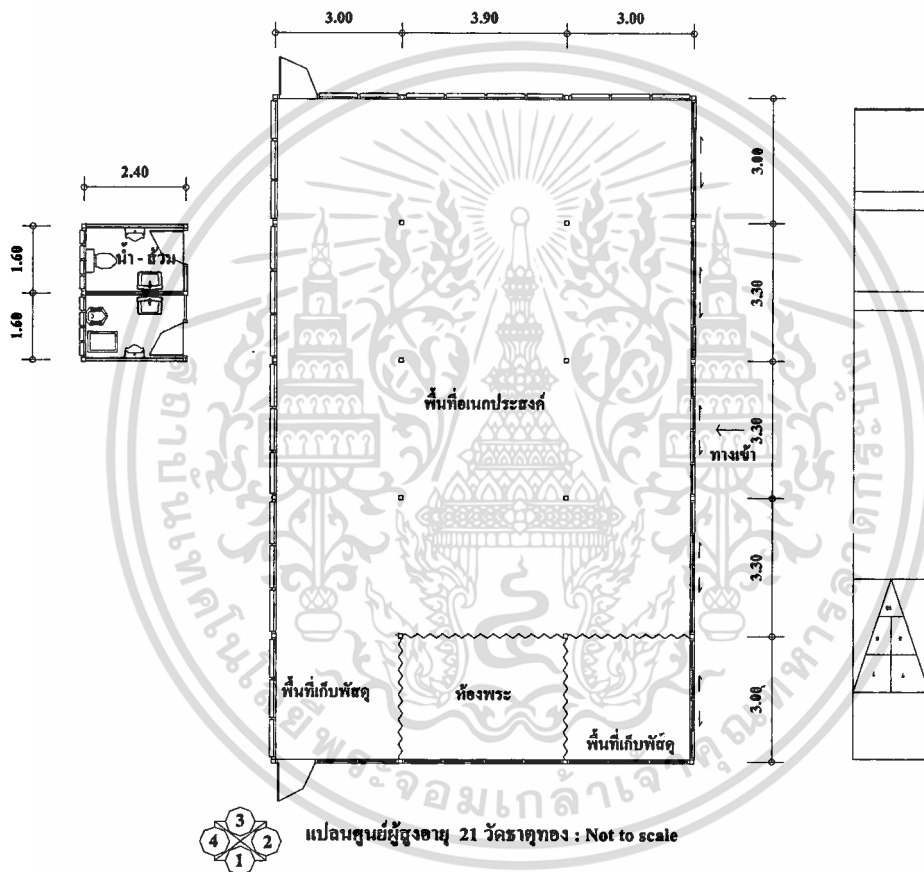
รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

รูปแบบการจัดวางแปลนของศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) เป็นลักษณะเส้นตรงไปตรงมาตามรูปอาคารสี่เหลี่ยมผืนผ้า เส้นทางการสัญจรหลักผ่านพื้นที่พักผ่อน การจัดวางเครื่องเรือนชนิดนั่งทั้งสี่ด้าน เว้นพื้นที่ว่างตรงกลาง เพื่อใช้ทำกิจกรรมกลุ่ม

ตารางที่ 4.10 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

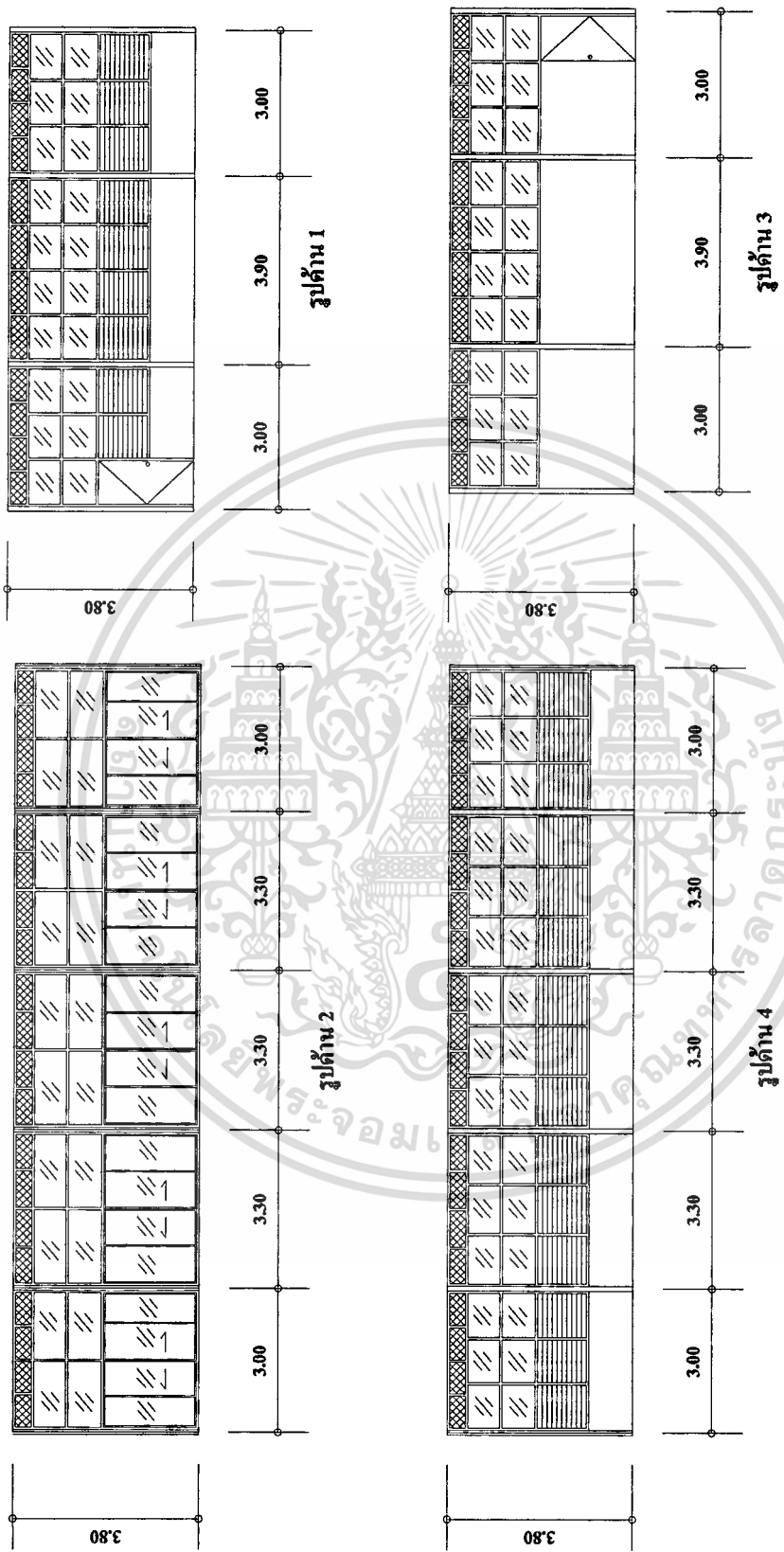
พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักผ่อน	8.44	พื้นที่ล้างจาน	0.72
พื้นที่อเนกประสงค์	81.7	พื้นที่เตรียมอาหาร	10.23
พื้นที่ลงทะเบียน	1.44	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ	9
พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	12	ห้องน้ำ	7.68
พื้นที่เล่นกีฬาภายในอาคาร	13.5	พื้นที่กีฬาภายนอกอาคาร	68.58
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	1.44	พื้นที่กรรมการชมรม	9
พื้นที่เก็บเก้าอี้	3		

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.85 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 21 วัดธาตุทอง

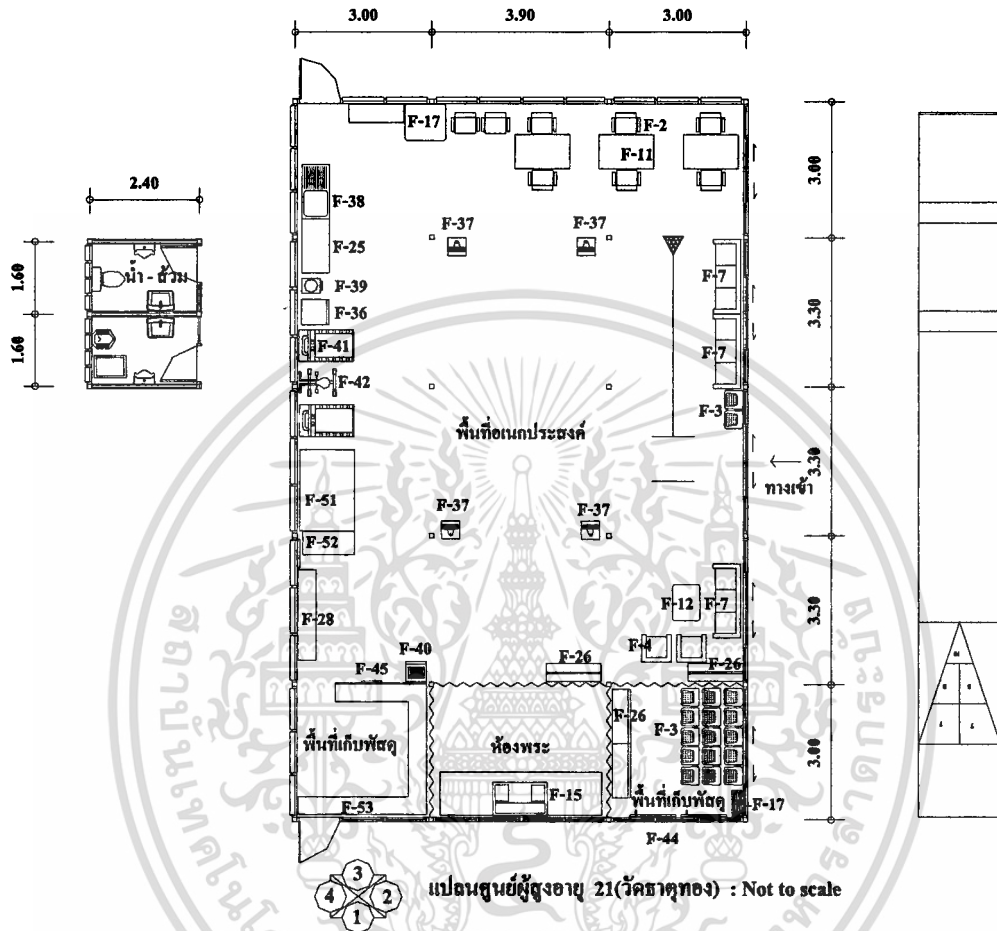
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง) : Not to scale

รูปที่ 4.86 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

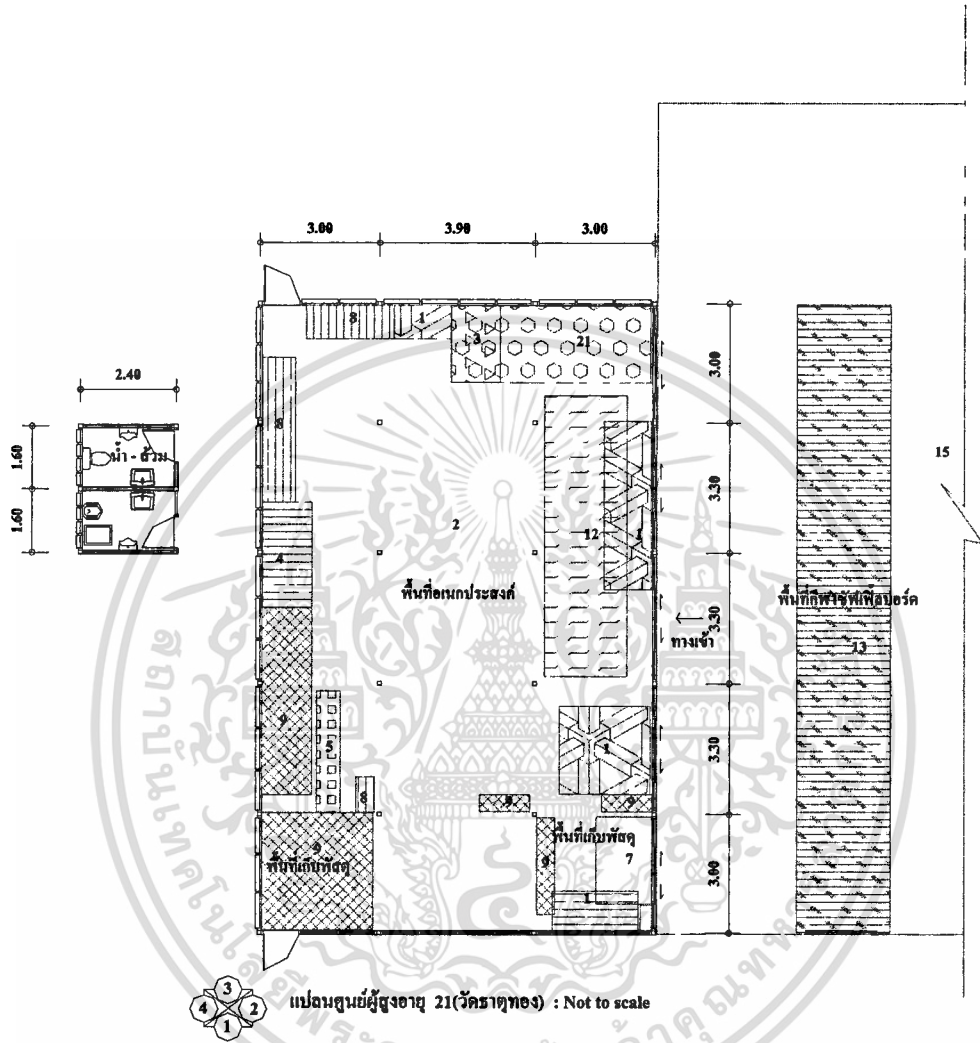
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รหัส	รายการ	รหัส	รายการ	รหัส	รายการ
F-2	เก้าอี้	F-25	ตู้เก็บจาน	F-41	ตู้รับ
F-3	เก้าอี้ทักคอย	F-26	ตู้เอกสาร	F-42	จักรยาน
F-4	โซฟา 1 ที่นั่ง	F-28	ตู้กระจก	F-44	ชั้นหนังสือ
F-7	โซฟา 2 ที่นั่ง	F-36	ตู้เย็น	F-45	บันป้า
F-11	โต๊ะ	F-37	พัฒนตั้งพื้น	F-51	โต๊ะวิทยุขาว
F-12	โต๊ะกลาง	F-38	อ่างล้างจาน	F-52	โต๊ะ
F-15	โต๊ะหมู่บูชา	F-39	เครื่องทำน้ำเย็น	F-53	ชั้นวางของ
F-17	โต๊ะ	F-40	เครื่องชงน้ำหนก		

รูปที่ 4.87 แสดงผังเครื่องเรือนศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



แปลนศูนย์ผู้สูงอายุ 21(วัดธาตุทอง) : Not to scale

รายการสัญลักษณ์ประกอบแบบ	
1	พื้นที่พักผ่อน
2	พื้นที่นอกประสงค์
3	พื้นที่ลงทะเบียน
4	พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์
5	พื้นที่กีฬาบาส
6	พื้นที่ตรวจวัดความดัน
7	พื้นที่เก็บเก้าอี้
8	พื้นที่รับประทานอาหารและเครื่องดื่ม
9	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ
10	ห้องน้ำ
11	พื้นที่กีฬาบดอง
12	พื้นที่กีฬาโบว์ลิ่งสนาม
13	พื้นที่กีฬาเซปักบดอง
21	พื้นที่กรรมการชมรม

รูปที่ 4.88 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 21 (วัดธาตุทอง)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.6 ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

ที่ตั้ง อยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข 24 (บางเขน) เลขที่ 62 ถ. พหลโยธิน แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ

ทิศตะวันออก ติดถนนพหลโยธิน

ทิศตะวันตก ติดอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

ทิศเหนือ ติดอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

ทิศใต้ ติดพื้นที่จอดรถของศูนย์บริการสาธารณสุข

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร เป็นอาคารคอนกรีตเสริมเหล็ก 2 ชั้น โดยใช้พื้นที่ ชั้น 2 ของอาคารปรับปรุงเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ

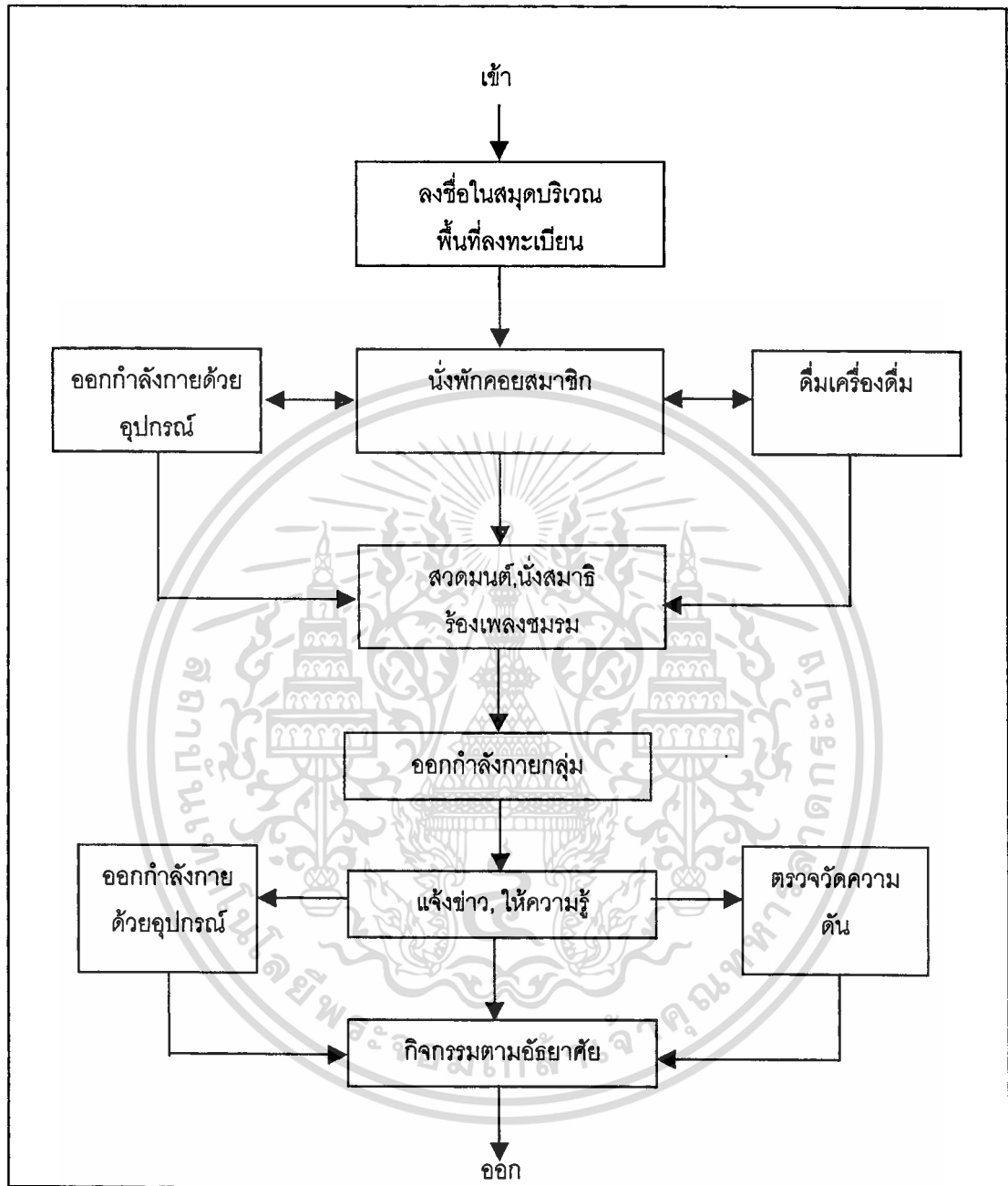
เวลาทำการ เปิดให้บริการ ทุกวัน พุธ เวลา 8.30 - 15.30 น.

จำนวนผู้ใช้บริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 68 คน/วัน

ตารางที่ 4.11 ตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

เวลา	8.00 - 9.00	9.00 - 10.00	10.00 - 12.00	12.00 - 15.30
วัน				
จันทร์				
อังคาร				
พุธ	สวดมนต์, นั่งสมาธิ	ออกกำลังกาย	อบรม, ให้ความรู้	ตามอัธยาศัย
พฤหัสบดี				
ศุกร์				

ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) เป็นการปรับปรุงพื้นที่ ชั้น 2 ของอาคาร มาทำเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ มีพื้นที่ใช้งานรวมทั้งหมด 216.9 ตารางเมตร มีระเบียบการให้บริการคือสมาชิกสามัญต้องเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป และรับสมาชิกสมทบที่มีอายุ 55 ปี ขึ้น โดยการสมัครสมาชิกไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ แต่จะมีกล่องบริจาคเงินตามศรัทธา เพื่อให้ในกิจกรรมของผู้สูงอายุ ดังมีรายละเอียดของการทำกิจกรรมและลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุ ดังนี้

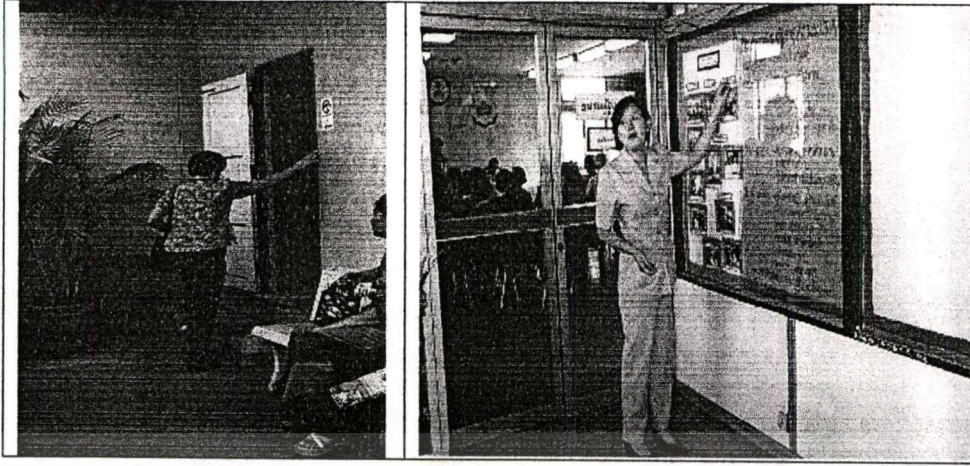


รูปที่ 4.89 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

ทางเข้าอาคาร

ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) ตั้งอยู่บริเวณชั้น 2 ของอาคารทันตกรรม โดยผู้สูงอายุต้องเดินเข้าด้านข้างของตัวอาคารชั้นบันไดไปยังศูนย์ผู้สูงอายุ ประตูทางเข้าศูนย์ผู้สูงอายุมี 2 ทาง เป็นประตูกระจกบานเปิดขนาด 2 X 2 เมตร 1 บาน และขนาด 0.80 X 2.0 เมตร จำนวน 1 บาน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.90 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

ภายในอาคารมีการแบ่งส่วนพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ออกจากพื้นที่อเนกประสงค์ โดยการใช้ม่านกัน และมีพื้นที่กิจกรรมบางส่วนอยู่นอกห้องอเนกประสงค์

ขนาดพื้นที่ พื้นที่ใช้สอยภายในอาคารรวมทั้งหมด 119.7 ตารางเมตร

วัสดุปูพื้น ปูกระเบื้องยางขนาด 30 X 30 เซนติเมตร สีเทา

ผนัง ฉาบห้องทาสีขาว มีหน้าต่างโดยรอบ ติดมู่ลี่สีเขียว

เพดาน ฝ้าเพดานฉาบเรียบทาสีขาว ความสูงจากพื้นถึงเพดาน 2.60 เมตร

ช่องแสง มีหน้าต่างบานเปิดบริเวณห้องอเนกประสงค์ ขนาด 1.10 X 1.65 เมตร

จำนวน 12 ชุด และหน้าต่างบริเวณพื้นที่ภายนอกห้องอเนกประสงค์ขนาด 1.10 X 1.65 เมตร

จำนวน 3 ชุด

ช่องแสงเหนือหน้าต่างขนาด 1.10 X 0.45 เมตร จำนวน 15 ช่อง ช่องแสง

เหนือประตูขนาด 2 X 0.45 เมตร จำนวน 3 ช่อง และขนาด 0.8 X 0.45 เมตร จำนวน 1 ช่อง

แสงประดิษฐ์ ติดหลอดไฟลูออเรสเซนต์ขนาด 40 วัตต์ จำนวน 8 ชุด ขนาด 20 วัตต์

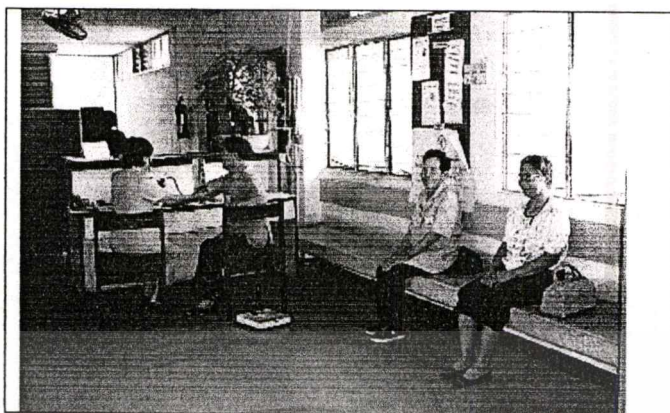
จำนวน 3 ชุด เพื่อเพิ่มแสงสว่างภายในอาคาร

อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม

มีเครื่องปรับอากาศขนาด 30,000 บีทียู จำนวน 3 เครื่อง และพัดลมตั้ง

พื้นจำนวน 3 ตัว

ลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารประกอบด้วย



รูปที่ 4.91 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่พักคอย

อยู่ทั้งภายในและภายนอกห้องอเนกประสงค์โดยภายนอกจะอยู่บริเวณพื้นที่วัดความดันก่อนประตูทางเข้า มีพื้นที่ใช้งาน 4.2 ตารางเมตร และภายในเป็นโซฟาเข้ามุมจะอยู่ตำแหน่งด้านหน้าสุด มีพื้นที่ใช้งาน 3.8 ตารางเมตร รวมพื้นที่พักคอยทั้งหมด 8 ตารางเมตร

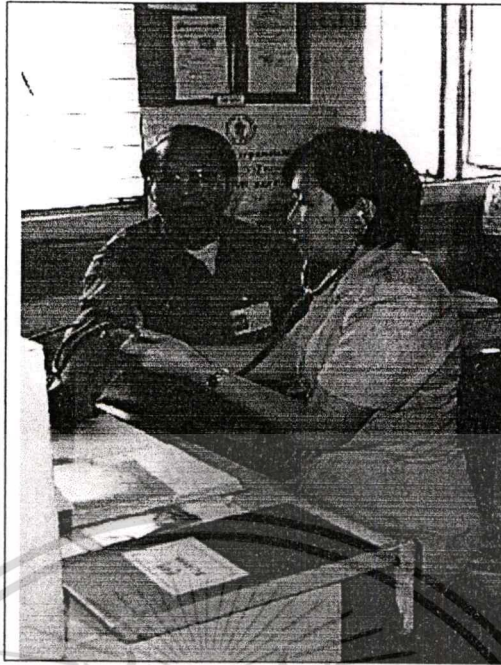


รูปที่ 4.92 พื้นที่ลงทะเบียนศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่ลงทะเบียน

อยู่บริเวณขวามือของทางเข้าหลักประกอบด้วยโต๊ะขนาด 0.6 X 0.8 เมตร และเก้าอี้มีพนักพิงจำนวน 1 ตัว โดยผู้สูงอายุจะยื่นลงทะเบียน คิดเป็นพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.44 ตารางเมตร

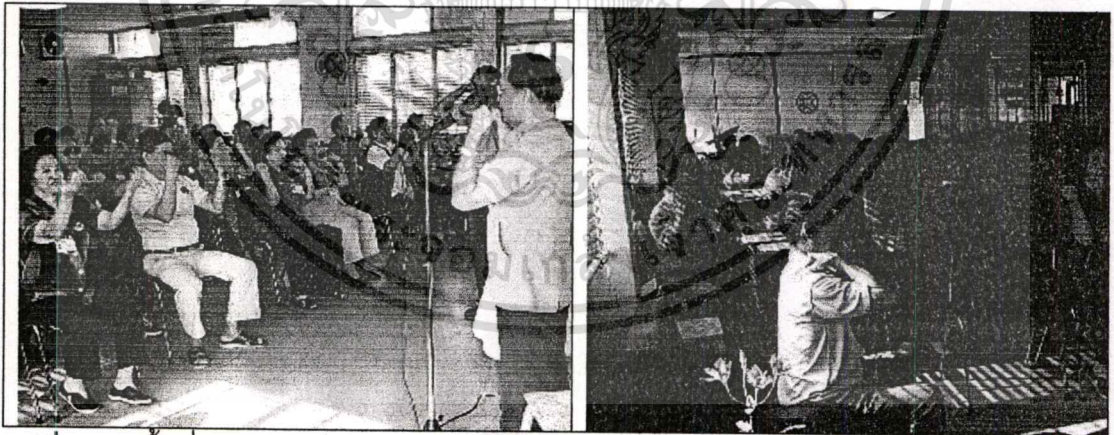
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.93 พื้นที่วัดความดันศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่วัดความดัน

อยู่ภายนอกห้องอเนกประสงค์หน้าบ้านไคทางขึ้นชั้น 2 ประกอบด้วยโต๊ะขนาด 0.60X 1.80 เมตร และเก้าอี้มีพนักพิง จำนวน 2 ตัว คิดเป็นพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 2.16 ตารางเมตร

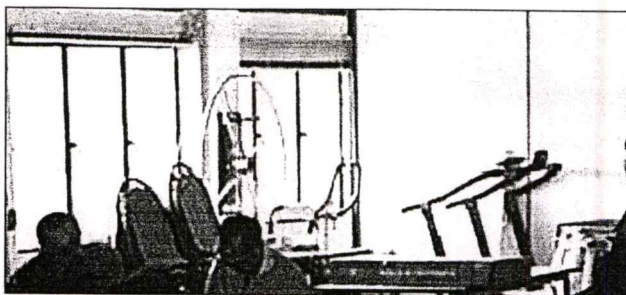


รูปที่ 4.94 พื้นที่อเนกประสงค์

พื้นที่อเนกประสงค์

เป็นพื้นที่หลักใช้ทำกิจกรรมกลุ่ม เช่น สวดมนต์ออกกำลังกาย จัดกิจกรรมเฉพาะกิจ มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 45 ตารางเมตร

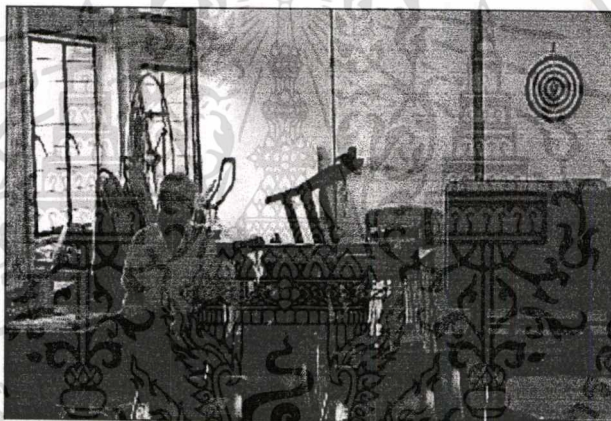
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.95 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์

มีการแบ่งส่วนพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ออกจากพื้นที่อเนกประสงค์ โดยการใช้ม่านพลาสติกกัน มีอุปกรณ์ประกอบด้วยเครื่องออกกำลังกายกล้ามเนื้อจำนวน 1 เครื่อง จักรยาน 2 คัน ลูกวิ่ง 2 เครื่อง รอกแขน 2 อัน วงล้อหมุนไหล่ 1 อัน มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 7.95 ตารางเมตร

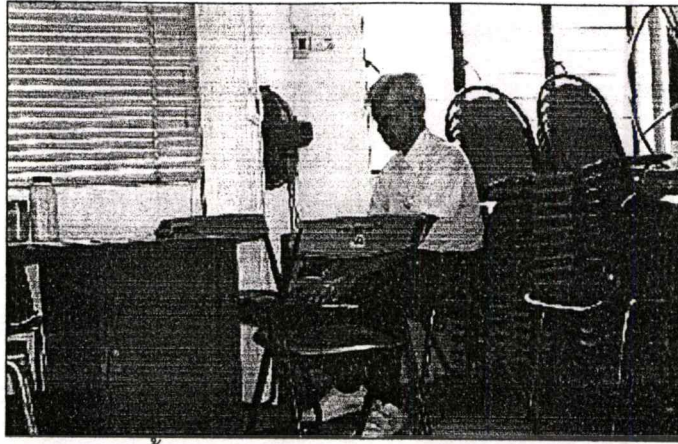


รูปที่ 4.96 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์และกีฬาปาเป้า ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่เล่นกีฬาภายในอาคาร

ประกอบด้วยกีฬาปาเป้า ซึ่งใช้พื้นที่บริเวณเดียวกับพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ และกีฬาโบว์ลิ่งสนามจะใช้พื้นที่บริเวณหน้าประตูทางเข้าหลัก ส่วนมากรุกไม่มีพื้นที่เล่นแน่นอนแล้ว แต่ผู้สูงอายุจะใช้ตรงไหน รวมพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 11.94 ตารางเมตร

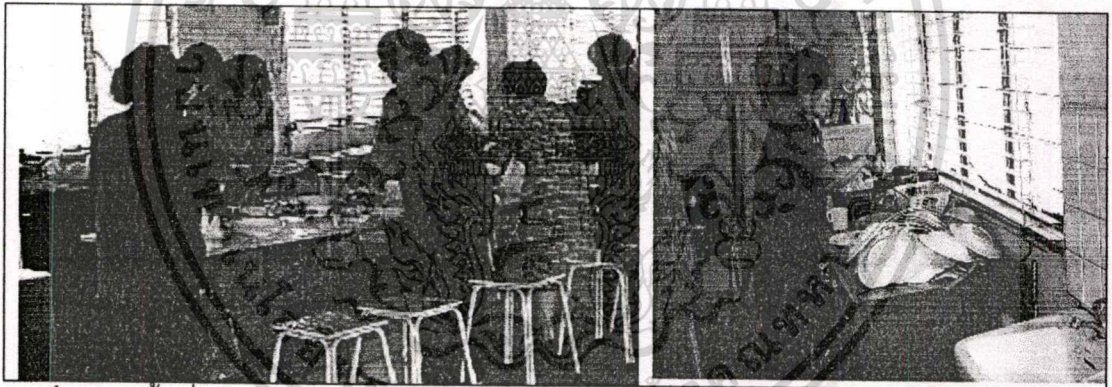
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.97 พื้นที่จัดเก็บโต๊ะเก้าอี้ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้

เก้าอี้ที่ใช้ในศูนย์ผู้สูงอายุ 24(บางเขน) เป็นเก้าอี้ไฟเบอร์กลาสสำเร็จรูปมีพนักพิง มีการจัดเก็บโดยซ้อนในแนวตั้งแล้วนำมาไว้บริเวณพื้นที่ด้านหน้าสุด และด้านหลังบางส่วน มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 3 ตารางเมตร



รูปที่ 4.98 พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจานศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่เตรียมอาหารล้างจาน

ผู้สูงอายุที่ศูนย์ 24 (บางเขน) บางกลุ่มจะมีการนำอาหารมารับประทานร่วมกันเป็นประจำทุกสัปดาห์ จะใช้พื้นที่ภายในห้องอเนกประสงค์เป็นที่ทานข้าวโดยใช้โต๊ะพับขนาด 0.6 X 0.8 เมตร จำนวน 2 ตัว วางอาหารแล้วนั่งรับประทานทานร่วมกัน ประกอบด้วยอุปกรณ์ดังนี้ ตู้เก็บจานขนาด 0.6 X 1.4 เมตร ตู้เย็น อ่างล้างมือ เครื่องทำน้ำเย็น 1 เครื่อง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 9.18 ตารางเมตร และพื้นที่ล้างจาน 1.68 ตารางเมตร ในบางครั้งที่มีการจัดเลี้ยงใหญ่จะใช้พื้นที่ทั้งภายในและภายนอกห้องอเนกประสงค์เป็นที่จัดกิจกรรม

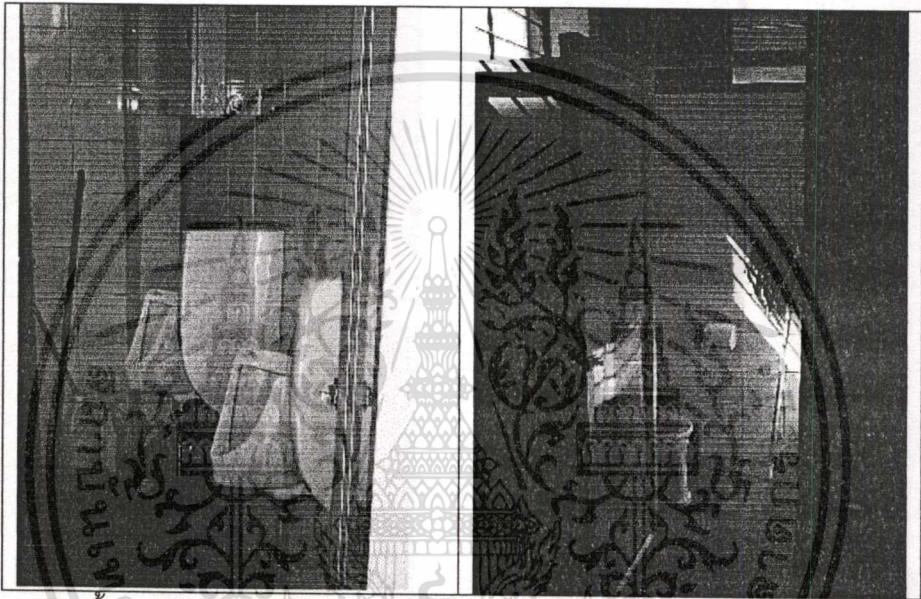
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ

ประกอบด้วยตู้โชว์ผลงานของผู้สูงอายุ ตู้เก็บอุปกรณ์ต่างๆ พัดลม ตู้วางทีวี โต๊ะหมู่บูชา เครื่องชั่งน้ำหนัก มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 8.94 ตารางเมตร

พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

ศูนย์ผู้สูงอายุ 24(บางเขน) ไม่ต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าใช้พื้นที่ จึงไม่มีพื้นที่จัดเก็บรองเท้า



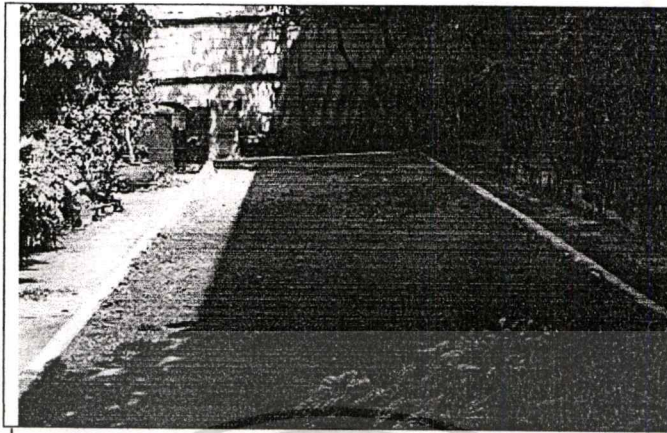
รูปที่ 4.99 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

ห้องน้ำ

มีจำนวน 2 ห้อง อยู่ภายนอกห้องอเนกประสงค์เป็นห้องน้ำชาย 1 ห้อง ขนาด 4.2 ตารางเมตร ประกอบด้วยโถปัสสาวะชาย 2 อัน โถสุขภัณฑ์แบบนั่งราบ 1 อัน อ่างล้างหน้า 1 อัน ส่วนห้องน้ำหญิงขนาด 3.75 ตารางเมตร ประกอบด้วยอ่างล้างหน้า 1 อัน โถสุขภัณฑ์แบบนั่งราบ 1 อัน ทั้งสองห้องไม่มีอุปกรณ์ราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว พื้นและผนังห้องน้ำถูกระเบื้อง 20 X20 เซนติเมตร สีเขียว ห้องน้ำชายมีช่องแสงขนาด 0.4 X1.05 เมตร จำนวน 3 ช่อง และห้องน้ำหญิงมีช่องแสงขนาด 0.4 X 1.05 จำนวน 1 ช่อง ติดหลอดไฟลู่ออเรสเซนส์ขนาด 40 วัตต์ ห้องละ 1 ดวง พื้นที่ห้องน้ำรวมทั้งหมด 7.95 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร



รูปที่ 4.100 พื้นที่เล่นกีฬาเปตองศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่ทำกิจกรรมภายนอกอาคารของศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) จะใช้เล่นกีฬาเปตอง มีขนาดสนาม 40.5 ตารางเมตร อยู่ด้านข้างของอาคาร มีร่มเงาของต้นไม้ แต่ไม่มากนัก แต่จะได้ร่มเงาจากตัวอาคารศูนย์บริการสาธารณสุขช่วยบังแดดให้พื้นที่ใช้งานภายนอกอาคารรวมทางสัญจรทั้งหมด 97.2 ตารางเมตร

ปัญหาที่เกิดขึ้น

ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) อยู่ชั้น 2 ของอาคารซึ่งอยู่ติดถนนใหญ่โดยมีพื้นที่ใช้งานร่วมกับคลินิกสัตวแพทย์ ผู้สูงอายุจะต้องขึ้นบันไดมาแล้วเดินผ่านบริเวณพื้นที่พักคอยของคลินิกสัตวแพทย์ ก่อให้เกิดความไม่สะดวกในการใช้งานแก่ผู้สูงอายุ และที่ตั้งอยู่บริเวณชั้นสองของอาคารทำให้ไม่สะดวกต่อการขึ้นลงบันได อีกทั้งพื้นที่ใช้งานไม่เพียงพอต่อความต้องการและจำนวนผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่พื้นที่กีฬาปาเป้า ซึ่งจะอยู่ขวางบริเวณประตูทางเข้าซึ่งเป็นทางสัญจรรองและอยู่หน้าอุปกรณ์ออกกำลังกาย ส่วนกีฬาโบว์ลิ่งสนามจะเล่นอยู่หน้าประตูทางเข้าหลัก กีดขวางทางสัญจรเข้าออก ทำให้ผู้สูงอายุไม่นิยมเล่น และพื้นที่รับประทานอาหารร่วมกัน ผู้สูงอายุจะต้องเคลียร์เก้าอี้บริเวณหน้าตู้เย็นเพื่อตั้งโต๊ะและนั่งรับประทานอาหารร่วมกัน

สรุปข้อดีและข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

ข้อดี

1. ตำแหน่งที่ตั้งของศูนย์อยู่ติดถนนใหญ่ทำให้การสัญจรไปมาสะดวก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. มีการแบ่งพื้นที่การใช้งานที่ชัดเจนระหว่างพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์และพื้นที่ทำกิจกรรมอื่น
3. มีพื้นที่ใช้งานภายนอกพื้นที่กิจกรรมหลักเพื่อรองรับสำหรับวันที่มีการจัดกิจกรรมพิเศษ และมีผู้สูงอายุมาเป็นจำนวนมาก
4. มีพื้นที่พักคอยทั้งภายในห้องที่มีเครื่องปรับอากาศและพื้นที่พักคอยภายนอกห้อง
ข้อเสีย
 1. ตำแหน่งที่ตั้งอยู่บริเวณชั้น 2 ของอาคารไม่สะดวกแก่ผู้สูงอายุในการขึ้นลงบันได
 2. พื้นที่ไม่เพียงพอต่อการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ เกิดการทับซ้อนของพื้นที่ทำให้บางกิจกรรมไม่สามารถใช้งานได้
 3. ผู้สูงอายุต้องเดินผ่านพื้นที่ใช้งานร่วมกับคลินิศาสตร์แพทย์ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่ปลอดภัย
 4. ภายในห้องน้ำไม่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก เช่นราวจับสำหรับผู้สูงอายุ
 5. ตำแหน่งที่ตั้งอาคารอยู่ติดถนนใหญ่จึงมีเสียงดังรบกวน และไม่สามารถเปิดหน้าต่างระบายอากาศได้

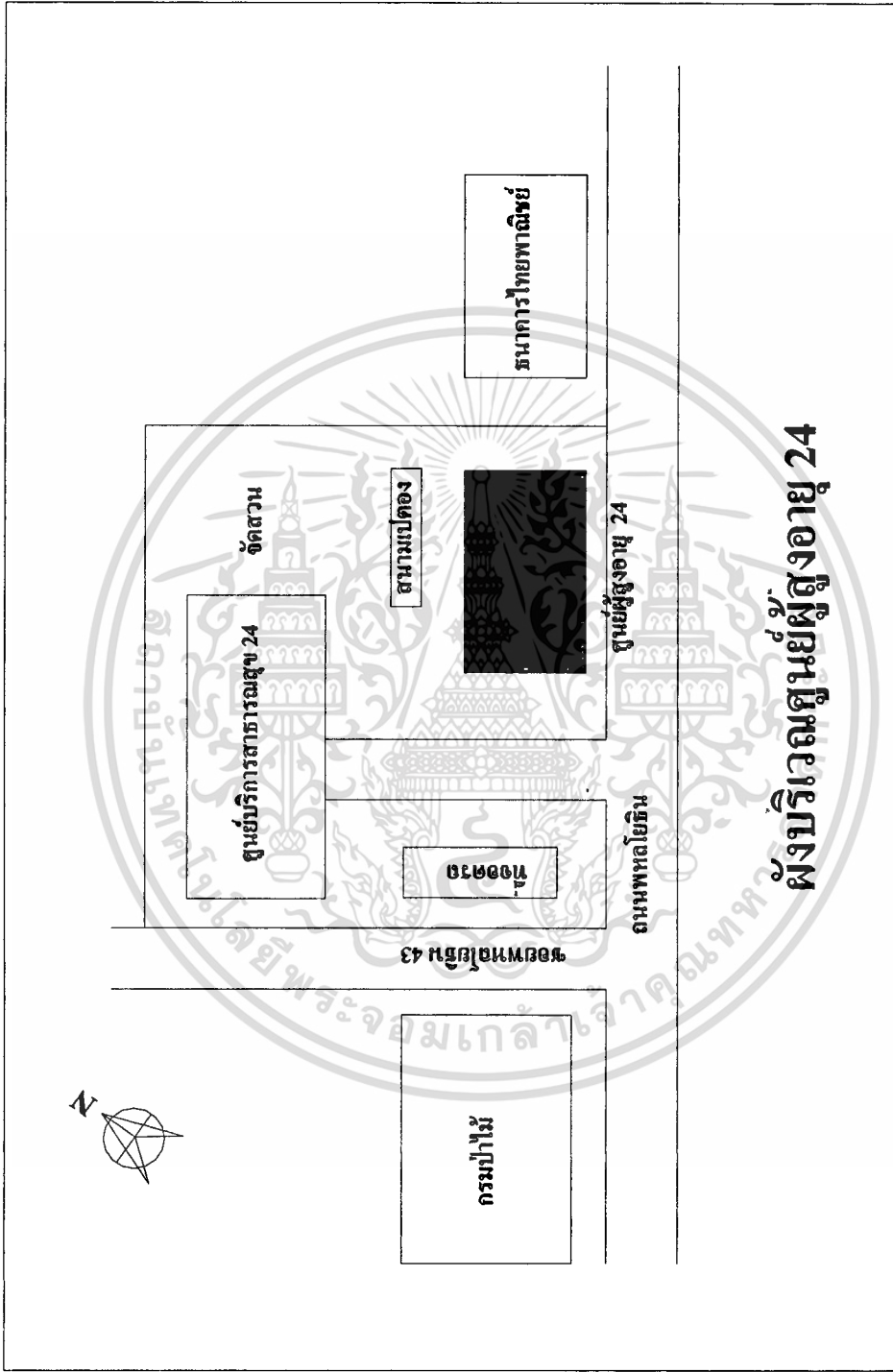
รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

รูปแบบการจัดวางแปลน ศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) แนวแกนจะเป็นเส้นตรงยาวจากด้านหน้าไปจนสุดความยาวอาคาร เส้นทางสัญจรหลักผ่านพื้นที่พักคอย มีการแบ่งส่วนพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์แยกจากส่วนอื่นชัดเจน การจัดเรียงอุปกรณ์ออกกำลังกายหันหน้าเข้ามาภายในอาคาร และมีพื้นที่กิจกรรมบางส่วนแยกออกมาจากห้องกิจกรรมหลัก

ตารางที่ 4.12 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักคอย	8	พื้นที่ล้างจาน	1.68
พื้นที่อเนกประสงค์	45	พื้นที่เตรียมอาหาร	9.18
พื้นที่ลงทะเบียน	1.44	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ	8.94
พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	7.95	ห้องน้ำ	7.95
พื้นที่เล่นกีฬาภายในอาคาร	11.94	พื้นที่กีฬาภายนอกอาคาร	40.5
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	2.16	พื้นที่กรรมการชมรม	6.96
พื้นที่เก็บเก้าอี้	3		

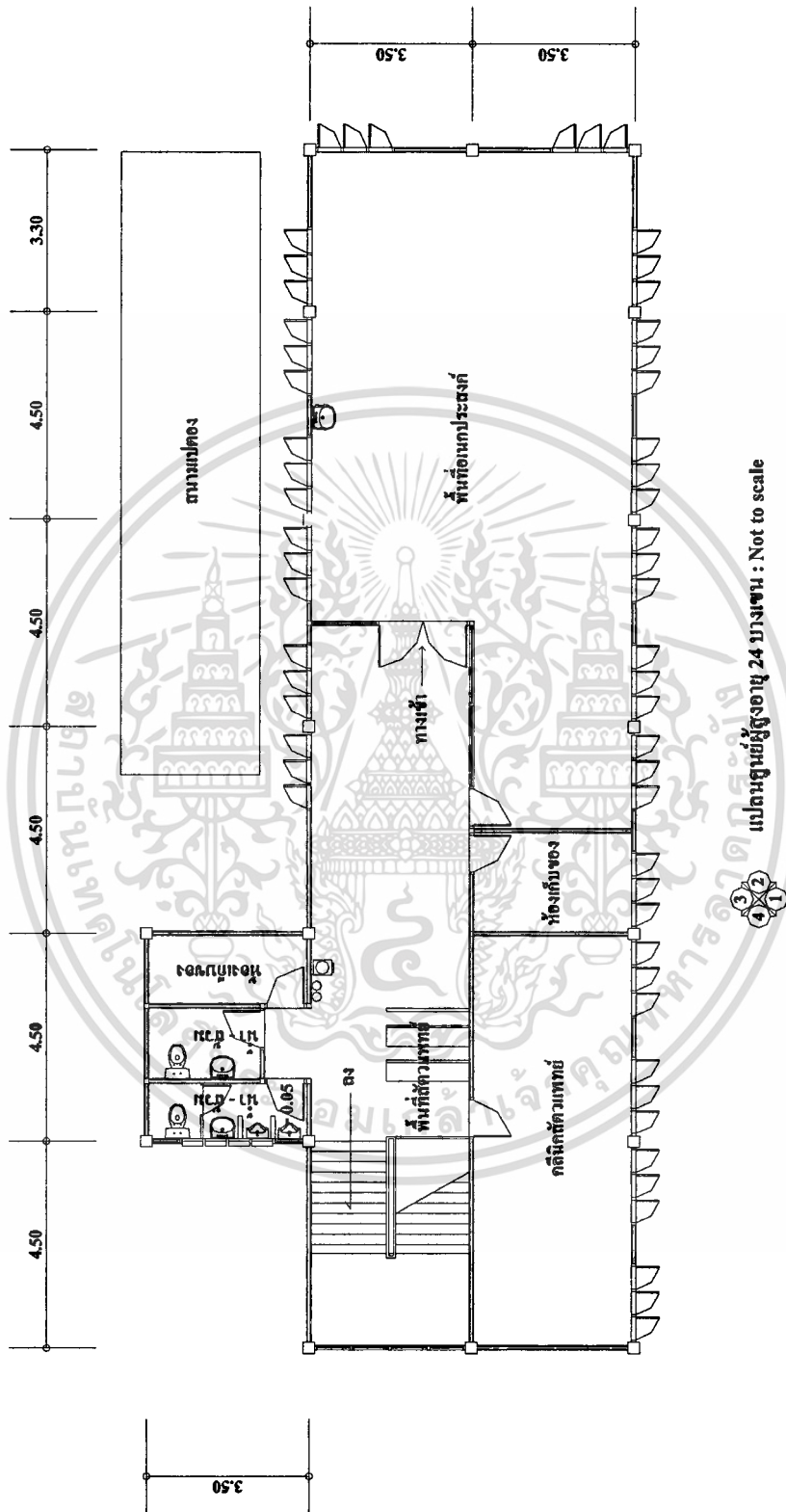
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 24

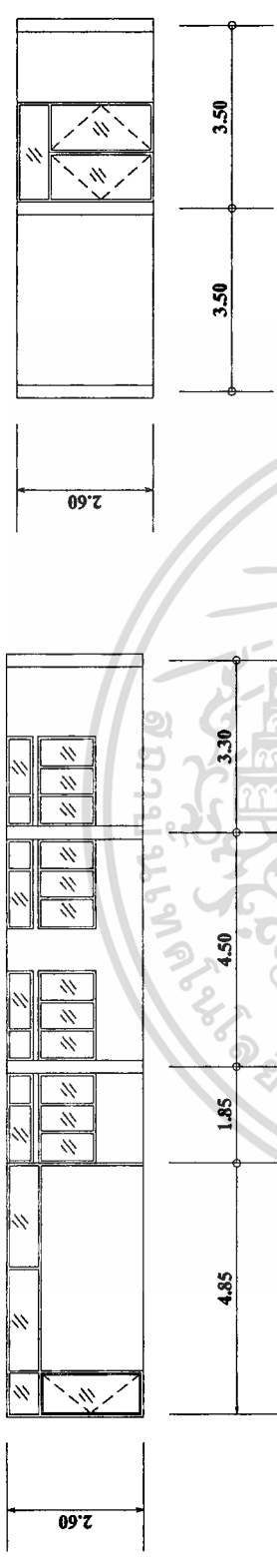
รูปที่ 4.101 แสดงผังบริเวณศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์อื่นใด
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

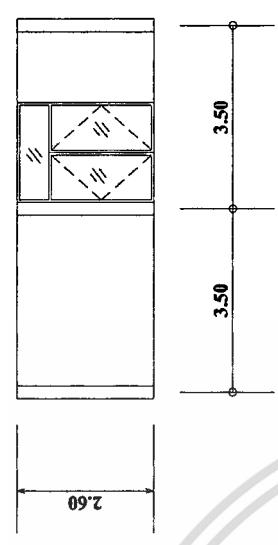


รูปที่ 4.102 แสดงผังอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

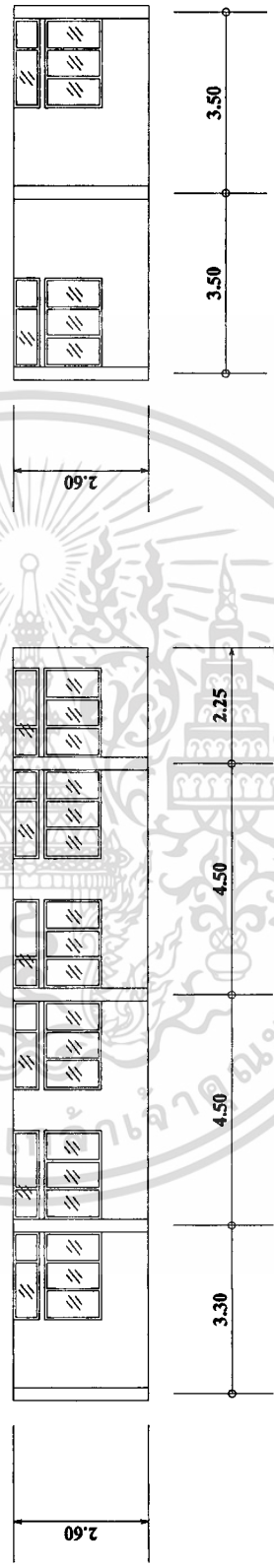
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



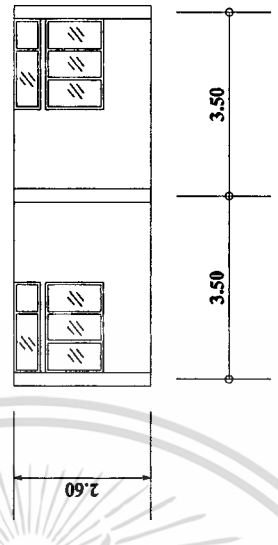
รูปด้าน 1



รูปด้าน 2



รูปด้าน 3

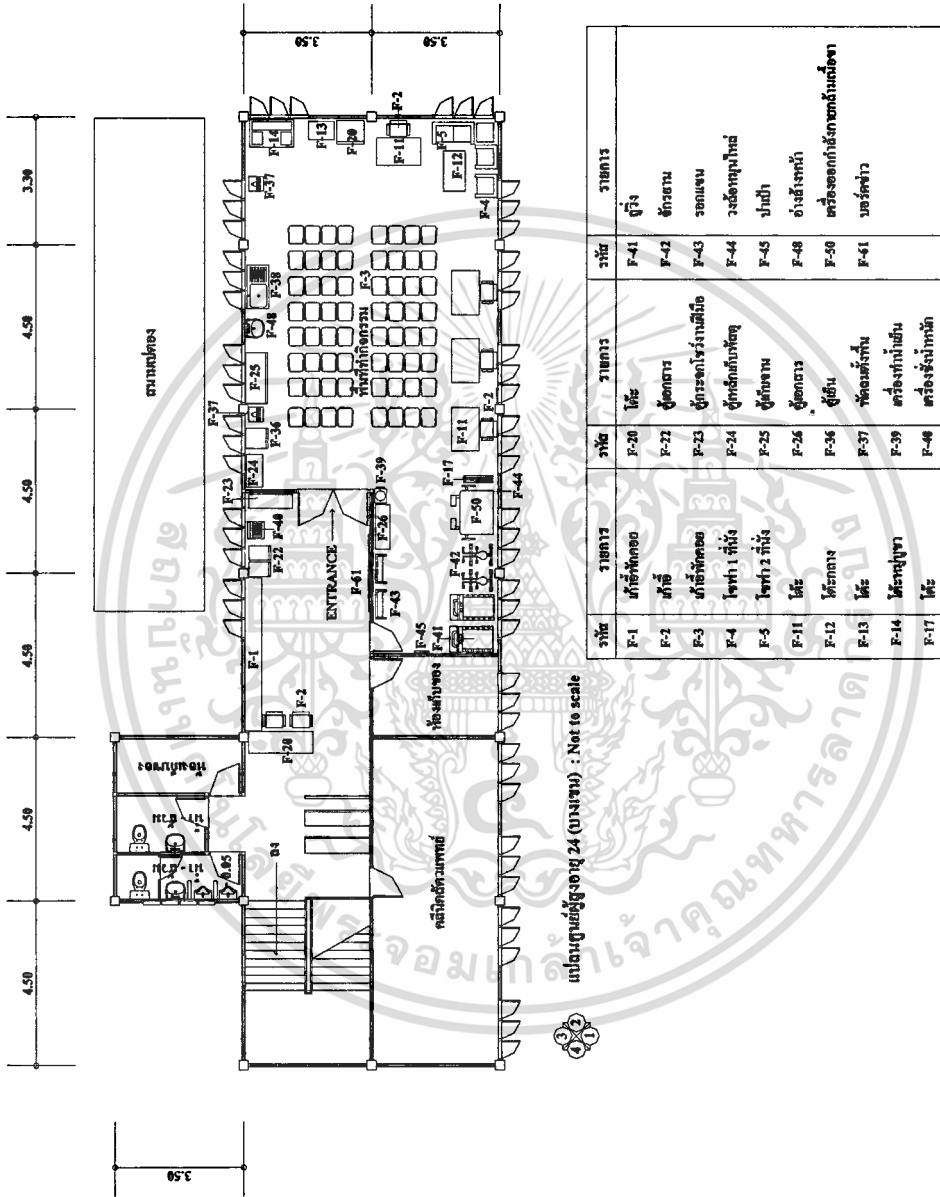


รูปด้าน 4

รูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) : Not to scale

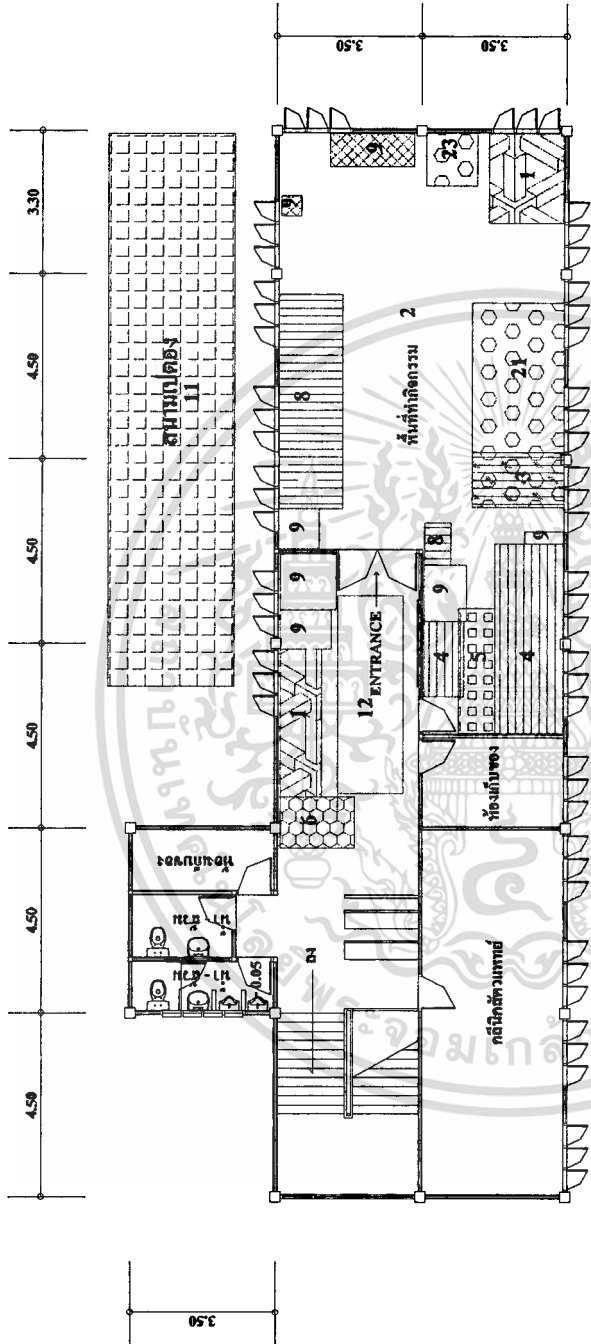
รูปที่ 4.103 แสดงรูปด้านศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.104 แสดงผังเครื่องเรือนผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ทางการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



③ ② ①
 ④ ③ ② ①
 เกษณสถานผู้สูงอายุ 24 (บางเขน) : Not to scale

รายการสัญลักษณ์ประกอบแบบ	
1	พื้นที่พักผ่อน
2	พื้นที่ออกกำลังกาย
3	พื้นที่นั่งเล่น
4	พื้นที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง
5	พื้นที่นั่งเล่นกลางแจ้ง
6	พื้นที่ออกกำลังกาย
7	พื้นที่นั่งเล่น
8	พื้นที่นั่งเล่นและรับประทานอาหาร
9	พื้นที่นั่งเล่นที่อุโมงค์ทางเดิน
10	ห้องน้ำ
11	พื้นที่พักผ่อน
12	พื้นที่ทำกายบริหาร
21	พื้นที่กิจกรรมรวม

รูปที่ 4.105 แสดงพื้นที่ใช้งานศูนย์ผู้สูงอายุ 24 (บางเขน)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์อื่น การค้า
 ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.7 ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

ที่ตั้ง อยู่ภายในศูนย์บริการสาธารณสุข 41 (คลองเตย) เลขที่ 139 ถนนอาจณรังค์ แขวงคลองเตย เขตคลองเตย กรุงเทพฯ

ทิศตะวันออก ติดอาคารศูนย์บริการสาธารณสุข

ทิศตะวันตก ติดถนนภายในแฟลต

ทิศเหนือ ติดอาคารพักอาศัย

ทิศใต้ ติดแฟลตคลองเตย

ลักษณะโครงสร้างของอาคาร อาคารคอนกรีตเสริมเหล็ก 2 ชั้น โดยใช้พื้นที่ชั้นล่างของอาคารมาปรับปรุงเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ

เวลาทำการ เปิดให้บริการวัน จันทร์, พุธ, ศุกร์ เวลา 9.00 -12.00 น.

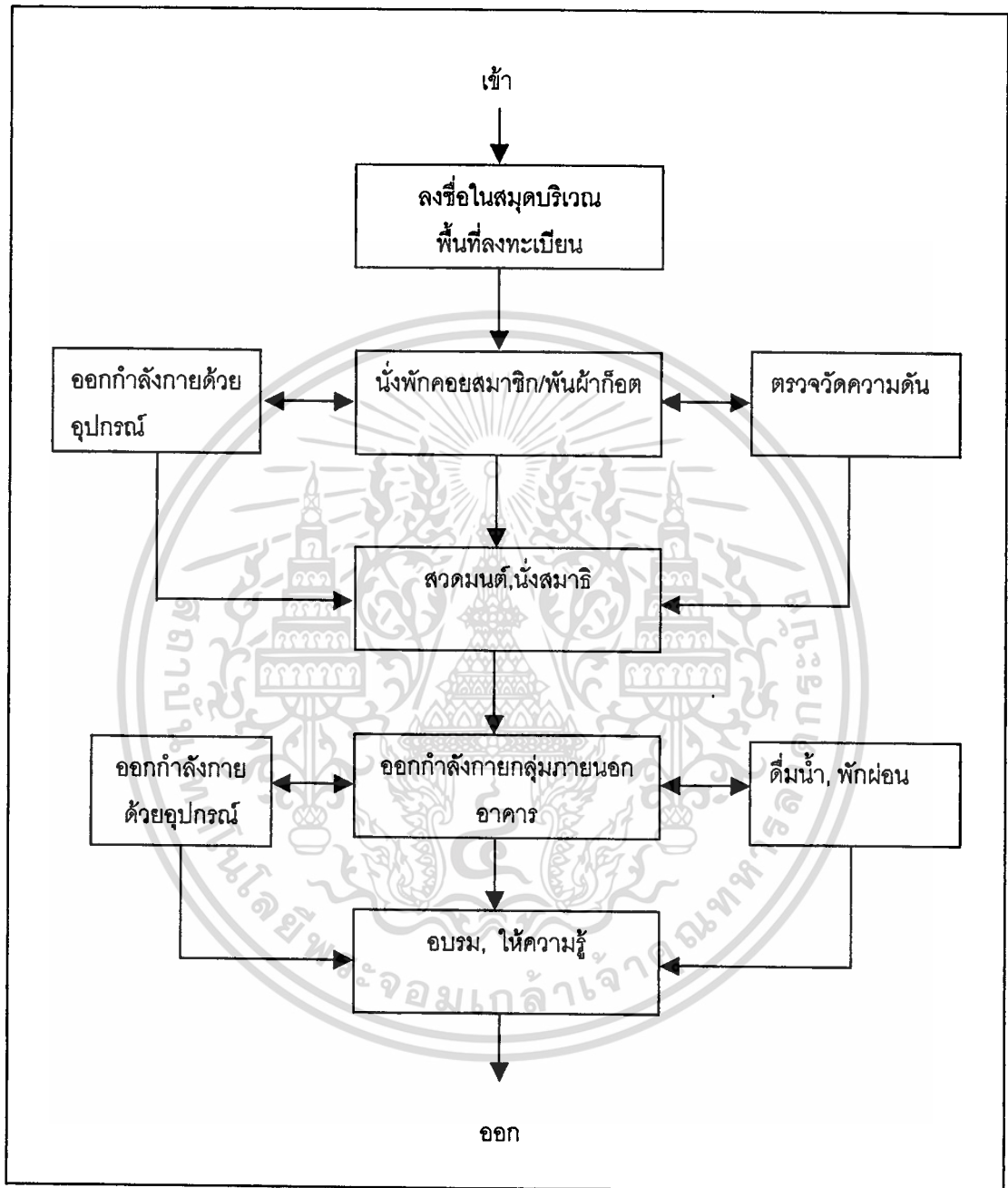
จำนวนผู้ใช้บริการ จำนวนผู้ใช้เฉลี่ย 30 คน/วัน

ตารางที่ 4.13 ตารางกิจกรรมของศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

วัน \ เวลา	9.00- 9.30	9.30 – 10.30	10.30 – 12.00
จันทร์	สวดมนต์	ออกกำลังกายไทเกกภายนอกอาคาร	ให้ความรู้ ตามอัธยาศัย
อังคาร			
พุธ	สวดมนต์	ออกกำลังกายแอโรบิกภายในอาคาร	ตามอัธยาศัย
พฤหัสบดี			
ศุกร์	สวดมนต์	ออกกำลังกายแอโรบิกภายในอาคาร	ตามอัธยาศัย

ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย) ใช้พื้นที่ชั้น 1 ของอาคารทันตกรรมมาปรับปรุงเป็นศูนย์ผู้สูงอายุ โดยมีพื้นที่ใช้งานทั้งภายในและภายนอกอาคาร รวมทั้งหมด 413.13 ตารางเมตร รับสมัครสมาชิกที่มีอายุ ตั้งแต่ 45 ปีขึ้นไป โดยอายุ 45-59 ปี จะเป็นสมาชิกสมทบ ส่วนอายุ 60 ปีขึ้นไปจะเป็นสมาชิกสามัญโดยไม่มีเสียค่าสมาชิก และมีเจ้าหน้าที่ที่เป็นลูกจ้างชั่วคราวประจำอยู่ที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 1 คน ดังมีรายละเอียดของขั้นตอนการทำกิจกรรมและลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของศูนย์ผู้สูงอายุดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



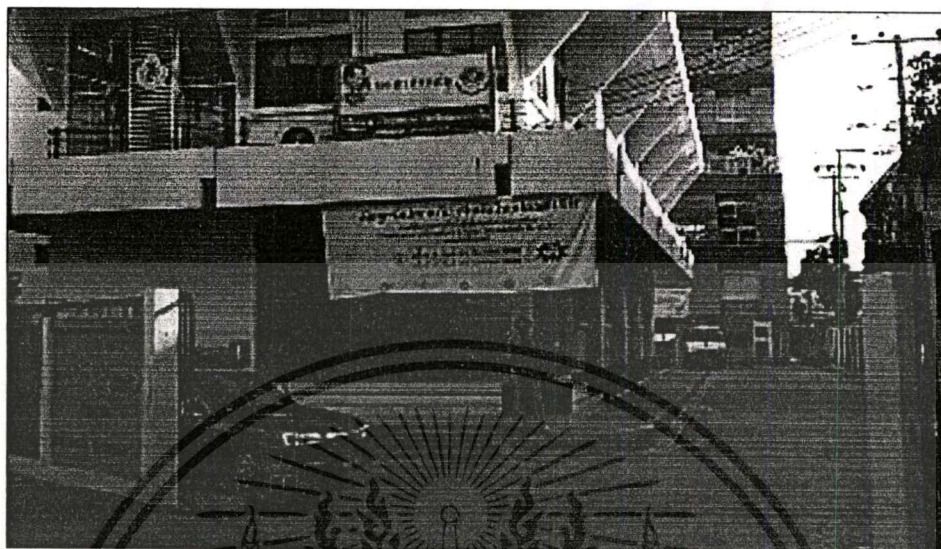
รูปที่ 4.106 แสดงผังพฤติกรรมผู้สูงอายุที่มาใช้บริการที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

ทางเข้าอาคาร

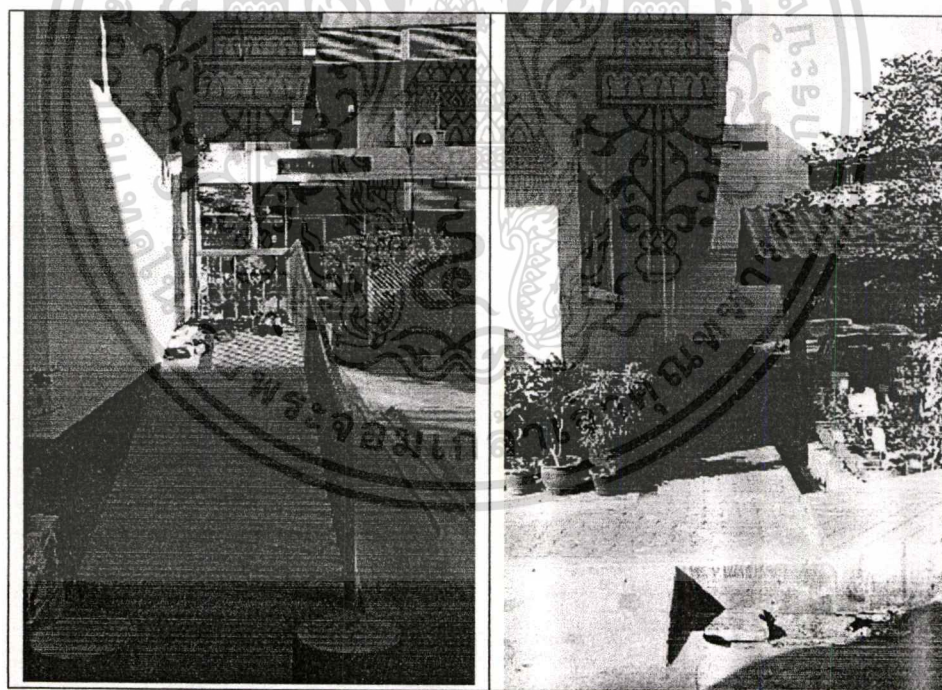
มีประตูทางเข้าอาคาร 2 ทาง อยู่ด้านหน้าและด้านหลังของอาคาร โดยทางเข้าหลัก จะอยู่ด้านหลังของตัวอาคารเป็นประตูกระจกบานเปิดคู่ ขนาด 2 X 2 เมตร และมีทางเดินขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

อาคารเป็นทางลาดมีราวจับ โดยพื้นเป็นหินล้างมีขนาดความกว้างของทาง 1.20 เมตร และทางเดินรอบอาคารขนาด 1.80 เมตรปูพื้นด้วยอิฐตัวหนอน



รูปที่ 4.107 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)



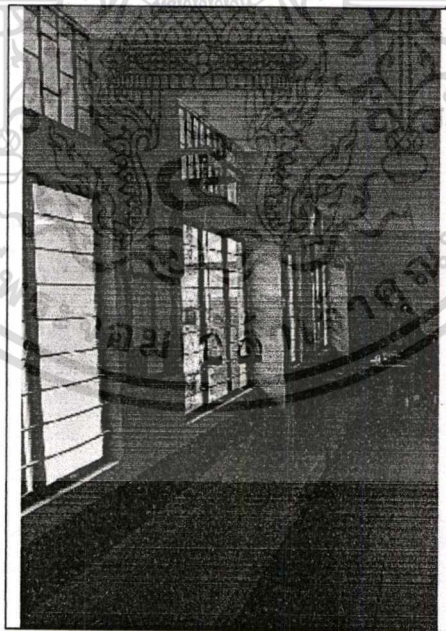
รูปที่ 4.108 ทางเข้าอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพของพื้นที่ใช้สอยในอาคาร

ภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย) มีการแบ่งกันพื้นที่ใช้งานออกเป็น 3 ส่วนหลักโดยการกันเป็นห้องกระจก ประกอบด้วย พื้นที่อเนกประสงค์ พื้นที่อ่านหนังสือ และ พื้นที่เก็บเก้าอี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ขนาดพื้นที่** มีขนาดพื้นที่ใช้งานภายในอาคารรวม 167.25 ตารางเมตร
- วัสดุปูพื้น** ปูกระเบื้องขนาด 30X30 เซนติเมตร สีขาว
- ผนัง** ผนังภายในอาคารทาสีน้ำมันสูง 1.50 เมตร สีคว้านนุหรี ส่วนด้านบนทาสีน้ำพลาสติกสีขาว ผนังทั้งสี่ด้าน มีหน้าต่างและช่องแสง
- เพดาน** ฝ้าเพดาน T-BAR ทาสีขาว ความสูงจากพื้นถึงเพดาน 2.60 เมตร
- ช่องแสง** มีหน้าต่าง ขนาด 0.60 X 1.10 เมตร จำนวน 16 ชุด
ช่องแสงเหนือหน้าต่างขนาด 0.4 X 1.10 เมตร จำนวน 16 ชุด
ช่องแสงกระจกติดตายขนาด 1.5 X 1.5 เมตร จำนวน 1 ช่อง ขนาด 2 X 1.5 เมตร 1 ช่อง และขนาด 3.5 X 1.5 เมตร 1 ช่อง
- แสงประดิษฐ์** ภายในอาคารติดตั้งหลอดไฟฟลูออเรสเซนต์ ขนาด 40 วัตต์ รางคู่ จำนวน 8 ชุด เพื่อเพิ่มความสว่างภายในอาคาร
- อุปกรณ์ปรับอากาศ/พัดลม** ติดเครื่องปรับอากาศขนาด 30,000 บีทียู จำนวน 4 เครื่อง และมีพัดลมตั้งพื้นจำนวน 1 ตัว
- ลักษณะพื้นที่ใช้สอยภายในอาคารประกอบด้วย**



รูปที่ 4.109 พื้นที่พักคอยศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

พื้นที่พักคอย

อยู่บริเวณขวามือตรงประตูทางเข้าหลัก เป็นหินขัดสูง 45 เซนติเมตร ยาวตลอดแนว

ผนังมีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 14.50 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่ลงทะเบียน

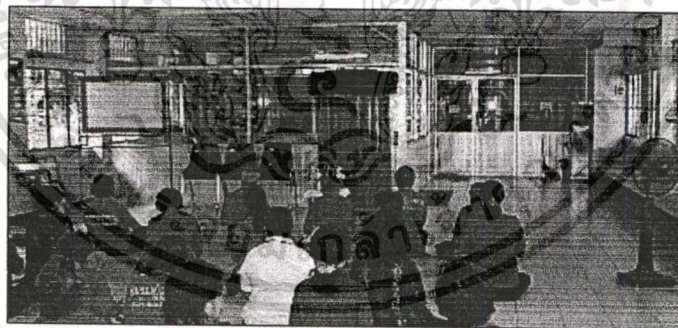
อยู่บริเวณพื้นที่พักคอย โดยมีการนำโต๊ะพับขนาด 0.6 X 1.8 เมตร มาตั้ง และมีลูกจ้างชั่วคราวนั่งประจำ โดยจะใช้ที่นั่งของพื้นที่พักคอย และเก้าอี้มีพนักพิงอีก 2 ตัว สำหรับผู้สูงอายุ มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 3.24 ตารางเมตร



รูปที่ 4.110 พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดัน ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

พื้นที่วัดความดัน

อยู่ตำแหน่งเดียวกันกับพื้นที่ลงทะเบียน โดยจะมีการวัดความดันให้กับผู้สูงอายุเดือนละครั้ง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 4.32 ตารางเมตร

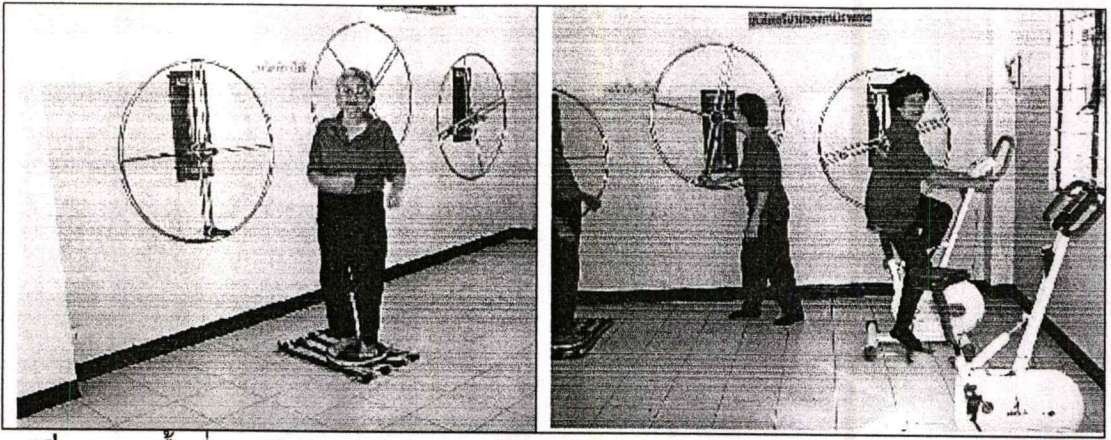


รูปที่ 4.111 พื้นที่อเนกประสงค์ ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

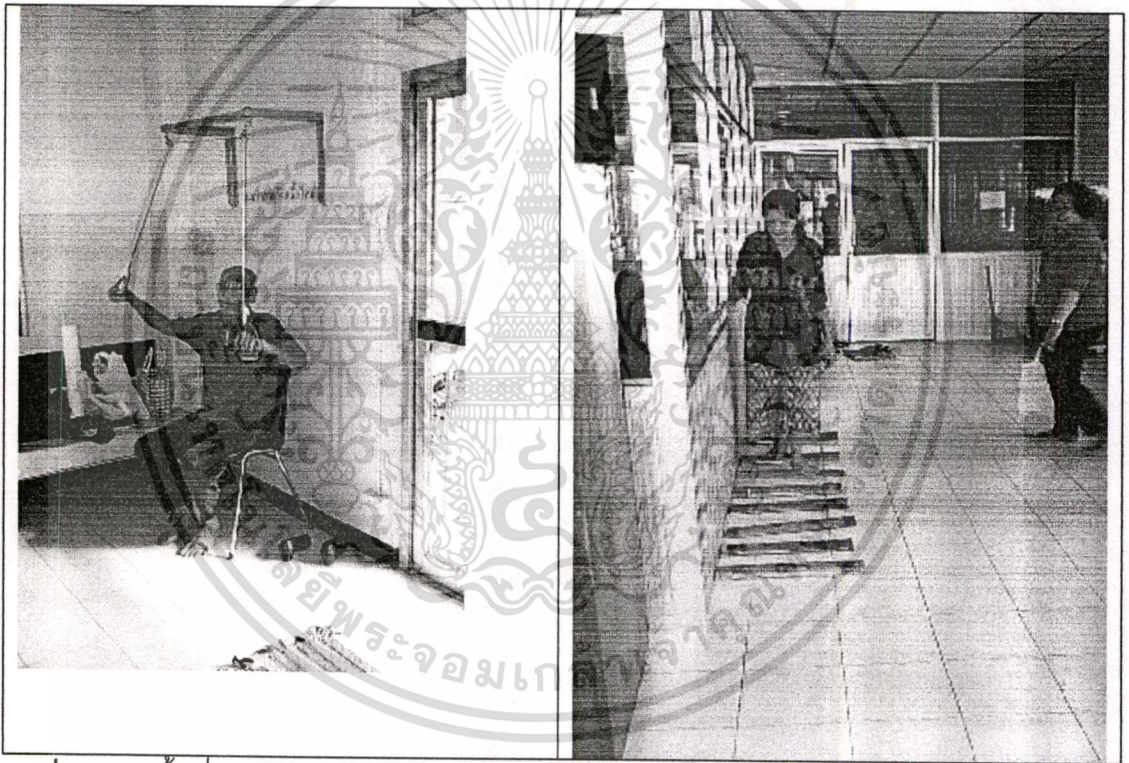
พื้นที่อเนกประสงค์

เป็นพื้นที่ที่ใช้ทำกิจกรรมสวดมนต์ นั่งสมาธิ ออกกำลังกายแบบแอโรบิค และใช้เป็นพื้นที่อบรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ เป็นพื้นที่โล่งกลางอาคารมีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 128.58 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.112 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)



รูปที่ 4.113 พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ภายในอาคาร

มีการจัดเรียงอุปกรณ์ออกกำลังกายชนิดตลอดแนวผนัง ประกอบด้วย จักรยานออกกำลังกาย จำนวน 3 คัน ลู่วิ่ง จำนวน 3 เครื่อง และเครื่องออกกำลังกายกล้ามเนื้อหน้าท้อง 1 อัน จัดเรียงหันหน้าออกภายนอกอาคาร สวนวงล้อหมุนใหญ่ 3 อัน ติดตั้งที่ผนัง รอกแขน 3 อัน ติดตั้งบริเวณพื้นที่พักคอย และไม้ไผ่ขนาดผ่าเท่า 1 ชุด มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 17.05 ตารางเมตร

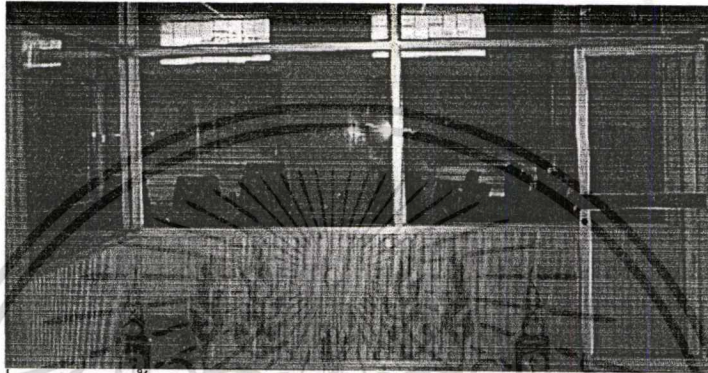
พื้นที่อ่านหนังสือ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มีการแบ่งพื้นที่ภายในอาคาร โดยการกั้นห้องด้วยกระจก เพื่อใช้เป็นพื้นที่อ่านหนังสือ สำหรับผู้สูงอายุ อยู่ใกล้ประตูทางเข้าด้านหน้าด้านหน้าอาคาร มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 20.25 ตารางเมตร

พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้

มีการกั้นห้องกระจก เพื่อใช้เป็นพื้นที่เก็บเก้าอี้ และอุปกรณ์ต่างๆอยู่ติดกับพื้นที่อ่านหนังสือมีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 13.25 ตารางเมตร



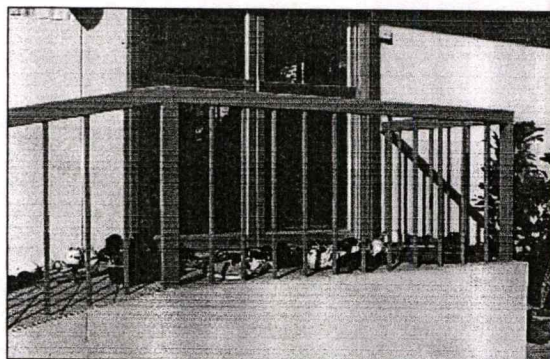
รูปที่ 4.114 พื้นที่จัดเก็บเก้าอี้และพัสดุอุปกรณ์ ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

พื้นที่เตรียมอาหารและล้างจาน

ผู้สูงอายุจะใช้เก้าอีนั่งบริเวณพื้นที่พักคอยเป็นพื้นที่เตรียมอาหาร ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นขนมที่ผู้สูงอายุนำมาเอง และที่ศูนย์ไม่ได้มีการจัดเลี้ยงเป็นประจำ มีเพียงเครื่องทำน้ำเย็น 1 เครื่องให้ผู้สูงอายุไว้ใช้งาน เวลาล้างอุปกรณ์ต่างๆ จะไปใช้อ่างล้างหน้าในห้องน้ำแทน มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 1.60 ตารางเมตร

พื้นที่จัดเก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ

เป็นพื้นที่สำหรับวางตู้ทีวี เครื่องชั่งน้ำหนัก และบอร์ดสำหรับติดรูปกิจกรรมและแจ้งข่าวสาร มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 3.5 ตารางเมตร



รูปที่ 4.115 พื้นที่จัดเก็บรองเท้า ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

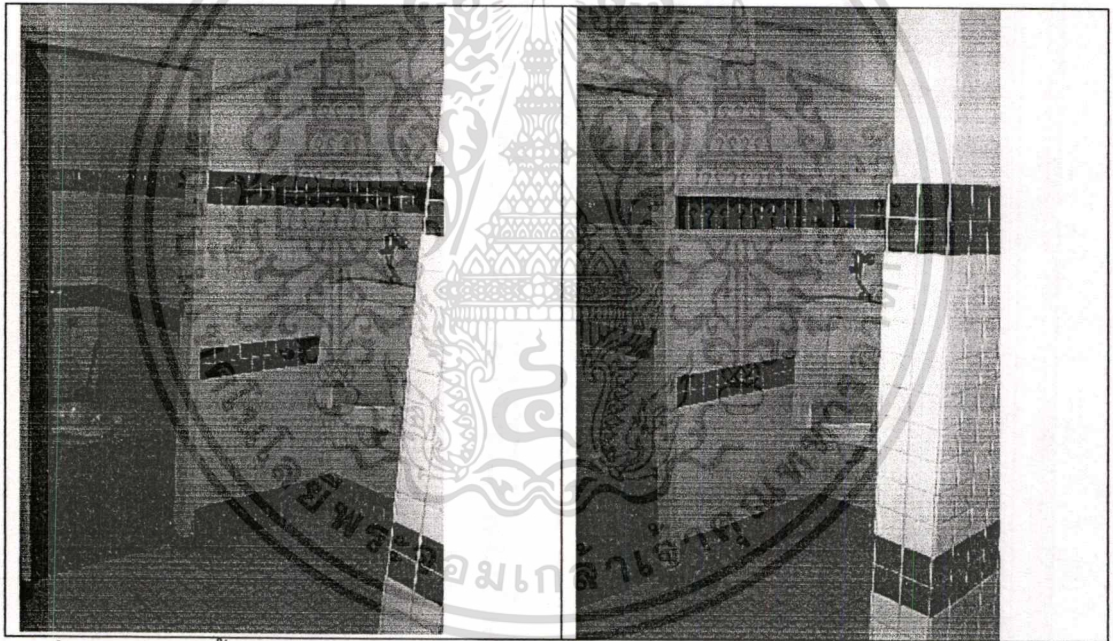
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่จัดเก็บรองเท้า

ผู้สูงอายุที่ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย) จะต้องถอดรองเท้าก่อนเข้าพื้นที่ภายในอาคาร แต่เนื่องจากไม่มีชั้นวางรองเท้า ผู้สูงอายุจึงถอดรองเท้าไว้หน้าประตูทางเข้า คิดเป็นพื้นที่ใช้งาน ทั้งหมด 2.4 ตารางเมตร

ห้องน้ำ

จะอยู่ภายในอาคาร แต่อยู่นอกพื้นที่ทำกิจกรรม โดยอยู่ข้างประตูทางเข้าด้านหน้า มีจำนวน 2 ห้อง ไม่แยกส่วนชาย หญิง มีพื้นที่ใช้งานทั้งหมด 7.7 ตารางเมตร โดยเป็นห้องรวมใหญ่ มีโถปัสสาวะ และอ่างล้างหน้าอยู่ภายนอกอย่างละ 2 อัน และห้องน้ำ 2 ห้อง โถสุขภัณฑ์แบบนั่งยอง ไม่มีราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว พื้นและผนังกรุกระเบื้องขนาด 2 X 2 นิ้ว สีน้ำเงินสลับขาว มีช่องแสง ขนาด 1 X 0.4 เมตร 3 ช่อง ภายในเพิ่มแสงสว่างด้วยหลอดฟลูออเรสเซนต์ 40 วัตต์ 1 ดวง

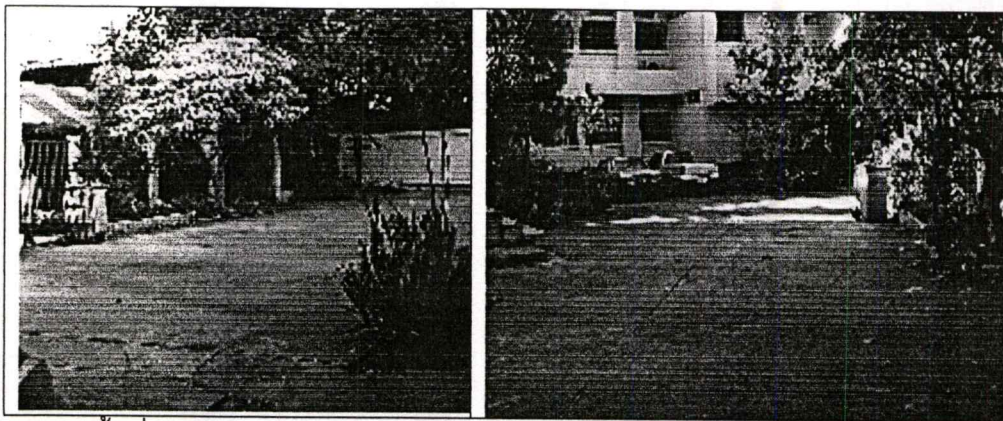


รูปที่ 4.116 ห้องน้ำศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

ลักษณะสภาพแวดล้อมกายภาพพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคาร

ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย) มีพื้นที่ใช้สอยภายนอกอาคารสำหรับการออกกำลังกายแบบไทเกก มีขนาดพื้นที่รวม 108 ตารางเมตร อยู่ทางทิศตะวันออกเฉียงเหนือของตัวอาคาร เป็นที่โล่ง ไม่ค่อยมีร่มเงา วัสดุปูพื้นเป็นพื้นปูนและมีพื้นที่ทางเดินรอบอาคารปูด้วยอิฐตัวหนอน กว้าง 1.8 เมตร คิดเป็นพื้นที่ 137.88 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



รูปที่ 4.117 พื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคารศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

ปัญหาที่เกิดขึ้น

ศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย) เป็นศูนย์ที่มีพื้นที่ใช้งานทั้งภายในและภายนอกอาคาร ใช้พื้นที่ชั้นล่างของอาคารทันตกรรมมาปรับปรุง เป็นศูนย์ผู้สูงอายุ แต่ไม่มีพื้นที่ให้ผู้สูงอายุเล่น กีฬา ผู้สูงอายุจึงต้องไปร่วมกิจกรรมที่อื่นที่อยู่บริเวณใกล้เคียง และบริเวณที่ตั้งศูนย์ผู้สูงอายุอยู่ คลองเตย ซึ่งมีการจราจรคับคั่ง แต่ไม่มีสะพานลอยให้ผู้สูงอายุข้าม ทำให้ผู้สูงอายุเสี่ยงอันตราย ในการเดินทางมาที่ศูนย์

กิจกรรมที่มีการใช้พื้นที่ทับซ้อนกันได้แก่ พื้นที่ลงทะเบียนและวัดความดัน จะใช้ อุปกรณ์ชุดเดียวกัน แต่การวัดความดันจะมีเดือนละครั้ง และขนาดโต๊ะค่อนข้างยาวจึงไม่เป็น อุปกรณ์ในการทำกิจกรรม

สรุปข้อดีและข้อเสียของศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

ข้อดี

1. ตำแหน่งที่ตั้งศูนย์อยู่ในพื้นที่แฟลตคลองเตยของการเคหะแห่งชาติ ทำให้ผู้สูงอายุ ในชุมชนมาใช้บริการได้สะดวก
2. มีทางลาดสำหรับอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ
3. มีพื้นที่ทำกิจกรรมทั้งภายใน และภายนอกอาคาร ทำให้สามารถเลือกพื้นที่ในการ ทำกิจกรรมได้เหมาะสม
4. การจัดแบ่งพื้นที่ภายในอาคาร มีความชัดเจนในการใช้งาน
5. การจัดตำแหน่งอุปกรณ์มีความสะดวกต่อการใช้งาน

ข้อเสีย

1. พื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคาร ไม่มีร่มเงาและไม่มีพื้นที่พักระหว่างทำกิจกรรม
2. สุขภัณฑ์ในห้องน้ำเป็นแบบนั่งยอง ซึ่งไม่เหมาะสมกับลักษณะทางกายภาพของผู้ สูงอายุ และไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ราวจับ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. ตำแหน่งพื้นที่วางรองเท้า ไม่เหมาะสมและไม่มีชั้นวางรองเท้า
4. การเชื่อมโยงพื้นที่ กิจกรรมภายในอาคาร และพื้นที่กิจกรรมภายนอกอาคารยังไม่เหมาะสม

รูปแบบการจัดวางผังพื้นที่ใช้งาน

รูปแบบการจัดวางแปลนของศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย) แนวแกนจะเป็นเส้นตรงยาวจากด้านหน้าไปจนสุดความยาวอาคาร เส้นทางสัญจรหลักผ่านพื้นที่ลงทะเบียน และพื้นที่พักคอยมีการจัดกลุ่มเครื่องเรือนชนิดผนัง แยกพื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์เป็นสัดส่วนชัดเจนเรียงตามแนวยาวของผนังหันหน้าออกหน้าต่างต่าง เพื่อมองทัศนียภาพภายนอกอาคาร และมีพื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคารเพื่อความเหมาะสมกับกิจกรรม

ตารางที่ 4.14 สรุปขนาดพื้นที่กิจกรรมศูนย์ผู้สูงอายุ 41 (คลองเตย)

พื้นที่	ขนาด (ตรม.)	พื้นที่	ขนาด (ตรม.)
พื้นที่พักคอย	14.50	พื้นที่เตรียมอาหาร	1.60
พื้นที่อเนกประสงค์	128.58	พื้นที่เก็บพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ	3.5
พื้นที่ลงทะเบียน	3.24	ห้องน้ำ	7.7
พื้นที่ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์	17.05	พื้นที่ออกกำลังกายภายนอกอาคาร	108
พื้นที่ตรวจวัดความดัน	4.32	พื้นที่เก็บรองเท้า	2.4
พื้นที่เก็บเก้าอี้	13.25	พื้นที่ห้องอ่านหนังสือ	20.25

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้