

ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่างต่อเนื่อง
กรณีศึกษา บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี

CHARACTERS OF ACTIVITY ROOMS IN CONTINUING CARE
RETIREMENT COMMUNITIES : A CASE STUDY OF UDOMSUK
SENIOR CARE, KANCHANABURI

กรรณิการ์ ปัจฉิมพิงค์
KANNIKA PATCHIMPHONG

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

ท.ศ. 2552

KUJTL-2009-AR-M-003-105

สำนักหอสมุดกลาง พระจอมเกล้าลาดกระบัง

ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่างต่อเนื่อง
กรณีศึกษา บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี

CHARACTERS OF ACTIVITY ROOMS IN CONTINUING CARE
RETIREMENT COMMUNITIES : A CASE STUDY OF UDOMSUK
SENIOR CARE, KANCHANABURI

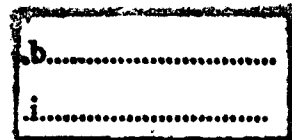


T105521

กรรณิการ์ ปัจฉิมพิหงค์

KANNIKA PATCHIMPHIHONG

เลขหมู่.....
เลขทะเบียน.....105521
วัน,เดือน,ปี.....2.6 พ.ย. 2552



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

พ.ศ.2552

KMITL-2009-AR-M-003-105

**CHARACTERS OF ACTIVITY ROOMS IN CONTINUING CARE
RETIREMENT COMMUNITIES : A CASE STUDY OF UDOMSUK
SENIOR CARE, KANCHANABURI**

KANNIKA PATCHIMPHIHONG

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT
OF THE REQUIREMENT FOR THE DEGREE OF
MASTER OF ARCHITECTURE IN INTERIOR ARCHITECTURE
FACULTY OF ARCHITECTURE
KING MONGKUT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LADKRABANG**

2009

KMITL-2009-AR-M-003-105

COPYRIGHT 2009

FACULTY OF ARCHITECTURE

KING MONGKUT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LADKRABANG

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ใบรับรองวิทยานิพนธ์

หัวข้อวิทยานิพนธ์ ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่างต่อเนื่อง กรณีศึกษา บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี
 Characters of Activity Rooms in Continuing Care Retirement Communities : A Case Study of Udomsuk Senior Care, Kanchanaburi

นักศึกษา นางสาวกรรณิการ์ ปัจฉิมพิงค์

รหัสประจำตัว 49062352

ปริญญา สถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา สถาปัตยกรรมภายใน

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เบญจมาศ กุฎอินทร์

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม -

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์		ลายมือชื่อ
ผศ.ดร.เบญจมาศ	กุฎอินทร์	เบญจมาศ กุฎอินทร์
รศ.กฤษฎา	อินทรสถิตย์	กฤษฎา อินทรสถิตย์
รศ.ประสิทธิ์	สุไลมาน	สุไลมาน
รศ.น้ำอ้อย	สายหนู	สายหนู
อาจารย์ฉัตรชัย	อินทรชาติ	อินทรชาติ

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง


KING MONCKJT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LADKRAKABANG

วัน / เดือน / ปี ที่สอบ 7 ตุลาคม 2552 เวลา 10.00 น.

สถานที่สอบ กลุ่มวิชาสถาปัตยกรรมภายใน

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์รับรองแล้ว

สำนักทะเบียนและประมวลผล สจล.
 วันที่ส่งเล่มวิทยานิพนธ์ฉบับสมบูรณ์
 วันที่ 26 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2552
 ลงชื่อ.....


 (ผู้ช่วยศาสตราจารย์บรรจงศักดิ์ พิมพ์ทอง)
 รักษาการแทนคณบดี
 วันที่ 26 เดือน ตุลาคม พ.ศ. 2552

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่าง ต่อเนื่อง กรณีศึกษา บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี
นักศึกษา	นางสาวกรรณิการ์ ปัจฉิมพิทังค์
รหัสนักศึกษา	49062352
ปริญญา	สถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	สถาปัตยกรรมภายใน
พ.ศ.	2552
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	ผศ.ดร.เบญจมาศ กุญอินทร์

บทคัดย่อ

ปัจจุบันอัตราพึ่งพาผู้อื่นของผู้สูงอายุในประเทศไทยมีจำนวนเพิ่มขึ้น แต่ความสามารถในการดูแลจากคนในครอบครัวลดลง ทำให้สถานดูแลผู้สูงอายุเข้ามามีบทบาทมากขึ้น บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขให้บริการรับฝากดูแลผู้สูงอายุแบบอยู่ประจำ แต่ยังคงขาดในเรื่องของกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพและการเข้าถึงคนผู้สูงอายุ จุดมุ่งหมายในการศึกษาคือเพื่อออกแบบห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเสริมด้วยวิจัยเชิงปริมาณ โดยศึกษาห้องกิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุในต่างประเทศ 5 แห่งจากเว็บไซต์ สังกัดห้องกิจกรรมผู้สูงอายุในประเทศไทย 5 แห่ง สอบถามและสัมภาษณ์ผู้สูงอายุจำนวน 183 คน และสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญนักกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุจำนวน 5 คน และเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขจำนวน 4 คน ผู้วิจัยนำผลที่ได้มาออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข โดยนำภาพจำลองและหุ่นจำลองห้องกิจกรรมมาประกอบการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ สอบถามความคิดเห็นจากผู้สูงอายุ แพทย์และเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เพื่อนำผลที่ได้ นำกลับไปปรับปรุงการออกแบบห้องกิจกรรม โดยทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าไคสแควร์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่ากิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในต่างประเทศและประเทศไทยมีความคล้ายกัน โดยแบ่งกิจกรรมหลักออกเป็น 3 ลักษณะคือ 1.กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ 2. กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม 3.กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ ศูนย์ผู้สูงอายุต่างประเทศแบ่งห้องกิจกรรมเฉพาะส่วน มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ แต่ห้องกิจกรรมในประเทศไทยส่วนใหญ่มักคัดแปลงจากอาคารเก่าชั้นต่างของอาคารมักใช้ทำกิจกรรมที่หลากหลายและสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุจึงยังไม่พร้อม เช่น ทางลาด สำหรับรถเข็น กิจกรรมที่เหมาะสมคือ กิจกรรมที่พื้นฟูบำบัดสมอง กล้ามเนื้อ และจิตใจ ผู้สูงอายุหญิงชื่นชอบกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากเหมือนกับผู้ชาย และผู้สูงอายุชายชื่นชอบกิจกรรมที่

ใช้พลังงานน้อยเหมือนกับผู้สูงอายุเพศหญิง ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำกิจกรรมมีความรู้สึกว่าตนเองมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น ผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าจะตนเองมีสุขภาพที่อ่อนแอลง การตกแต่งเน้นสีสันสดใสและแตกต่างเพื่อการแยกแยะวัตถุได้เด่นชัด มีหน้าต่างบานใหญ่เพื่อรับอากาศ และแสงสว่างเพื่อการรับรู้เวลาจากธรรมชาติ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการห้องกิจกรรมแบบเรียบง่ายที่โปร่งมองเห็นภายนอกได้ รับอากาศภายนอกโดยไม่จำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศ โต๊ะทำกิจกรรมแบบวงกลม และเก้าอี้แบบมีที่วางแขน หลังจากการสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อภาพจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุมีความสุข พบว่าส่วนใหญ่สนใจในกิจกรรมชมโทรทัศน์ สวดมนต์ ไหว้พระ ออกกำลังกายกายภาพบำบัด เกมต่างๆ จึงต้องการให้ปรับปรุง โดยเพิ่มห้องทำกิจกรรมชมโทรทัศน์ ห้องทำพิธีทางศาสนา และห้องออกกำลังกาย

บ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขควรปรับปรุงห้องพักผู้สูงอายุชั้นล่างบางส่วนเป็นห้องกิจกรรม โดยภายในจัดให้มีห้องชมโทรทัศน์ ห้องทำพิธีทางศาสนา ห้องออกกำลังกาย และ โถงกิจกรรม อเนกประสงค์ กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อร่างกายและฟื้นฟูสมอง

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ , บ้านผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่างต่อเนื่อง , กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ , ห้องกิจกรรม

Thesis Title	Characters of Activity Rooms in Continuing Care Retirement Communities: A Case Study of Udomsuk Senior Care, Kanchanaburi
Student	Miss Kannika Patchimphihong
Student ID.	49062352
Degree	Master of Architecture
Programme	Interior Architecture
Year	2009
Thesis Advisor	Assistant Professor Benjamas Kutintara, Ph.D.

ABSTRACT

At present, the rate of dependency of older people in Thailand is increasing while the capacity of family care has decreased. Thusly, the role of facilities providing care for older people has become more significant. The Udomsuk Senior Care provides boarding and care for older people, but continues to lack activities for older people, which has presented a significant challenge in promoting health and socialization for older people. The objective of this study, therefore, was to design an appropriate activity room for older people at the Udomsuk Senior Care.

This study was based on a qualitative research design combined with quantitative research design by studying the activity rooms of five foreign senior care centers from websites, observing five domestic activity rooms for older people, questioning and interviewing 183 older adults and conducting in-depth interviews with doctors, a physical therapist and a professional nursing practitioner providing care for older people and four caregivers at the Udomsuk Senior Care. The researcher employed findings obtained to design activity rooms at the Udomsuk Senior Care by using simulation pictures and models of activity rooms along with individual in-depth interviews, asking for the opinions of older people, a doctor and caregivers at the Udomsuk Senior Care in order to implement the findings to modify the designs of activity rooms. Quantitative data were analyzed by using descriptive statistics and Chi-squared. Qualitative data were analyzed by using content analysis.

According to the research findings, similarities were found between senior adult activities in foreign countries and Thailand by categorizing activities by three main characteristics: 1) Activities involving socialization and recreation; 2) Activities involving studies

and culture and 3) Activities involving health, hygiene and nutrition. Activity rooms in foreign countries were divided into separate activities, which had supportive features especially for older people, but activity rooms in Thailand were mostly modified from old buildings and the lower floors were usually used for various activities. Therefore, supportive features such as ramps for wheelchairs were not prepared for older people. Proper activities were activities comprising therapies to help rehabilitate the brain, muscles and mind. Female older people enjoyed activities requiring a lot of energy similar to male older people, while male older people enjoyed activities requiring little energy similar to female older people. The older people who participated in activities felt they had stronger health and older people who did not participate in activities felt they had weaker health. The decorations emphasized bright colors and contrast colors in order to distinguish objects better and large windows in order to take in air and light so time could be perceived naturally. Most older people needed simple activity rooms that were clear with outside views and ability to receive air from outside without installing an air conditioner. They also needed round activity tables and armchairs. Following inquiries about opinions on the simulation pictures of the activity rooms in the Udomsuk Senior Care, it was found that most older people were interested in watching television, prayer and paying homage to Buddhist idols, exercise, physical therapy and various games, so they needed improvements by adding a room for watching television, a room for religious ceremonies and an exercise room.

The Udomsuk Senior Care should modify some parts of older people rooms on the lower floor to become activity rooms by arranging rooms for watching television, religious ceremonies, exercise and a multi – propose hall. Activities for older people should also emphasize activities that help renew muscles and the brain.

Key Words: Older People, Continuing Care Retirement Community , Activity for Older People , Activity Room

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผศ.ดร. เบญจมาศ กุฎอินทร์ ที่ให้ความอนุเคราะห์รับเป็นอาจารย์ที่ปรึกษา คอยแนะนำช่วยเหลือและให้กำลังใจมาโดยตลอด รวมถึงคณะกรรมการตรวจวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณนายแพทย์สมพงษ์ ศิริรัตน์ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการให้ข้อมูลเกี่ยวกับ บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ขอขอบพระคุณผู้สูงอายุทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในบทสัมภาษณ์และแบบสอบถามด้วยดี ขอขอบพระคุณคุณหมอนักกายภาพบำบัด พยาบาลวิชาชีพทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์ และคำแนะนำที่อันเป็นประโยชน์ในการวิจัย

ขอขอบคุณทุนสนับสนุนการวิจัย บัณฑิตศึกษา สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

ขอขอบคุณเพื่อนๆสมัย ปวช. จากวิทยาลัยช่างศิลป์ทุกท่านที่ช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน เจ้าหน้าที่บัณฑิตศึกษาทุกท่าน ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ช่วยเหลือ แนะนำเป็นอย่างดียิ่งตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณครอบครัวที่คอยสนับสนุน ให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือในทุกๆด้านเสมอมา

ผลงานวิจัยชิ้นนี้จะเกิดขึ้นไม่ได้ถ้าขาดแรงบันดาลใจจาก พ.ศ.อ.พิเศษ กฤษณ์ ปิจฉิมพิหงค์ ประโยชน์ที่ได้จากงานวิจัยชิ้นนี้ขออุทิศให้แก่ท่านซึ่งเป็นคุณปู่ของผู้วิจัย

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	I
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	III
กิตติกรรมประกาศ.....	V
สารบัญ.....	VI
สารบัญตาราง.....	VIII
สารบัญภาพประกอบ.....	XI
สารบัญแผนภูมิ.....	XV
สารบัญตารางรูป.....	XVI
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
1.3 ขอบเขตการวิจัย.....	3
1.4 ขั้นตอนของการศึกษา.....	4
1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
1.6 นิยามคำศัพท์.....	4
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม	
2.1 ทางด้านกายภาพและข้อจำกัดของผู้สูงอายุ.....	6
2.2 จิตวิทยาและพฤติกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ.....	10
2.3 การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว.....	11
2.4 นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในสำหรับผู้สูงอายุ.....	14
2.5 การศึกษารูปแบบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ.....	31
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	35

สารบัญ

หน้า

บทที่ 3	วิธีดำเนินการวิจัย	
3.1	วิธีการวิจัย.....	38
3.2	ผู้ให้ข้อมูล.....	38
3.3	เครื่องมือวิจัย.....	39
3.4	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	43
3.5	ตัวแปรที่ทำการศึกษา.....	48
3.6	การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....	56
บทที่ 4	วิธีดำเนินการวิจัย	
4.1	ข้อมูลทั่วไปของกรณีศึกษาและผู้ให้ข้อมูล.....	61
4.2	ลักษณะกิจกรรมภายในอาคารสำหรับผู้สูงอายุ.....	69
4.3	ลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ.....	85
4.4	ลักษณะการตกแต่งภายใน.....	95
4.5	การปฏิบัติตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคาร สำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548.....	121
4.6	การปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	133
บทที่ 5	วิธีดำเนินการวิจัย	
5.1	สรุปผลการวิจัย.....	161
5.2	อภิปรายผล.....	173
5.3	ข้อเสนอแนะในการนำผลไปใช้.....	181
5.4	ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป.....	198
บรรณานุกรม.....		199

สารบัญ

หน้า

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก แบบสังเกตลักษณะห้องกิจกรรมเพื่องานวิทยานิพนธ์.....	204
ภาคผนวก ข แบบสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพ และพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุสำหรับห้อง กิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ.....	209
ภาคผนวก ค แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ.....	211
ภาคผนวก ง แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข.....	219
ภาคผนวก จ แบบสัมภาษณ์พยาบาลเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	235
ภาคผนวก ฉ แบบสอบถามแพทย์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข.....	246
ภาคผนวก ช การคำนวณทางสถิติ.....	261
ภาคผนวก ซ การนำเสนอ Power Point.....	284
ภาคผนวก ฌ ผลงานวิจัยที่ได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่.....	296

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
2.1 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ	8
2.2 โรคประจำตัวที่ผู้สูงอายุในประเทศไทยเป็น.....	10
2.3 แสดงชนิดของบริการแบบเป็นทางการที่จัดให้ตามประเภทใหญ่ๆ.....	13
2.4 แสดงสถานบริการทางการแพทย์และฟื้นฟูสภาพของผู้สูงอายุในแต่ละประเทศ.....	14
2.5 สรุปพื้นที่ กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ.....	29
2.6 การแบ่งความสัมพันธ์ในการใช้พลังงานกับประเภทกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ.....	34
3.1 ตัวแปรด้านกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ.....	48
3.2 ตัวแปรด้านลักษณะห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ.....	48
3.3 ตัวแปรด้านข้อมูลผู้สูงอายุ.....	49
3.4 ตัวแปรที่ใช้วิธีการ Chi-squared Goodness of Fit Test ทดสอบ.....	51
3.5 ตัวแปรที่ใช้วิธีการ Chi-squared Test of Independence ทดสอบ.....	53
4.1 ข้อมูลกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการทั้ง 5 แห่ง.....	64
4.2 แสดงค่าเฉลี่ยผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง.....	65
4.3 ข้อมูลส่วนตัวกลุ่มผู้สูงอายุ.....	66
4.4 ข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ.....	68
4.5 เปรียบเทียบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง.....	69
4.6 เปรียบเทียบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง.....	74
4.7 กิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม.....	77
4.8 กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม.....	78
4.9 กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม.....	78
4.10 เหตุผลที่ผู้สูงอายุภายในบ้านอุดมสุขอยากให้มีห้องกิจกรรม.....	80
4.11 กิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรมที่ผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขอยากเข้าร่วม.....	81
4.12 กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการที่ผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขอยากเข้าร่วม.....	82
4.13 กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการที่ผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขอยากเข้าร่วม.....	83
4.14 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ.....	83
4.15 สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ใช้พลังงานในการทำกิจกรรมที่ชอบแต่ละประเภท.....	83
4.16 ความสัมพันธ์ระหว่างเพศของผู้สูงอายุและพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ.....	84

สารบัญตาราง(ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.17 ความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุและความรู้สึกรู้สึต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ.....	84
4.18 ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คนภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม.....	87
4.19 ความสัมพันธ์ระหว่างพลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและความต้องการให้คนภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม.....	88
4.20 แสดงการเปรียบเทียบห้องกิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง.....	93
4.21 รูปแบบการตกแต่งภายใน.....	96
4.22 วัสดุที่ใช้ทำพื้นในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง.....	96
4.23 วัสดุที่ใช้ทำพื้นในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง.....	96
4.24 วัสดุที่ใช้ทำผนังในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง.....	98
4.25 วัสดุที่ใช้ทำผนังในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง.....	98
4.26 ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอก.....	99
4.27 วัสดุที่ใช้ทำเพดานในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง.....	101
4.28 วัสดุที่ใช้ทำเพดานในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง.....	101
4.29 โทนสีที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง.....	102
4.30 โทนสีที่ใช้ในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง.....	103
4.31 งานระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง.....	104
4.32 งานระบบงานระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง.....	105
4.33 งานระบบที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง.....	107
4.34 งานระบบที่ใช้ในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง.....	107
4.35 ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ.....	108
4.36 ความสัมพันธ์ระหว่างพลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและการเลือกใช้เครื่องปรับอากาศ.....	109
4.37 ลักษณะเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุต้องการ.....	111
4.38 ความจำเป็นต้องมีกระจกเงาบานใหญ่ในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง.....	116
4.39 ประตูทางเข้าห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง.....	130
4.40 แสดงความพึงพอใจในห้องกิจกรรมภายในบ้านพักฤดูมสุข.....	134

สารบัญตาราง(ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.41 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุคมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข ต้องการ.....	144
4.42 แสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขที่ชื่นชอบและสิ่งที่ ควรปรับปรุง.....	145
4.43 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุคมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีต้องการ.....	148
4.44 แสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัย พยาบาลบรมราชชนนีที่ชื่นชอบและสิ่งที่ควรปรับปรุง.....	149
4.45 แสดงความคิดเห็นของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข.....	150
4.46 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุคมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข ต้องการ.....	153
4.47 แสดงความเห็นของผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุคมสุขให้ความเห็นเกี่ยวกับเครื่อง เรือนภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข.....	154
4.48 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุคมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีต้องการ.....	156
4.49 แสดงความเห็นของเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักอุคมสุขให้ความเห็นเกี่ยวกับเครื่องเรือนภายใน อาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข.....	157
4.50 แสดงความเห็นของแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขให้ความเห็นเกี่ยวกับเครื่องเรือน ภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข.....	160
4.51 แสดงเครื่องออกกำลังกายที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขเห็นว่าเหมาะสมกับผู้สูงอายุ ที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข.....	159
5.1 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดผังโดยรวมของห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุคมสุข	166
5.2 ความเห็นเกี่ยวกับการจัด โถงกิจกรรมอเนกประสงค์ของห้องกิจกรรมภายในบ้านพัก อุคมสุข.....	166
5.3 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดห้องพิธีทางศาสนาของห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุคมสุข.....	166
5.4 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดห้องชมภาพยนตร์ของห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุคมสุข.....	167
5.5 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอกของห้องกิจกรรมภายในบ้านพัก อุคมสุข.....	167

สารบัญตาราง(ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.6	ความเห็นเกี่ยวกับการติดตั้งกระจกเงาบานใหญ่ภายในออกกำลังกายภายในบ้านพักอุดมสุข169
5.7	แสดงเครื่องออกกำลังกายที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่าเหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....170
5.8	ความเห็นเกี่ยวกับการติดตั้งโทรทัศน์ภายในบ้านพักอุดมสุข.....171
5.9	แสดงเครื่องออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข...189

สารบัญภาพประกอบ

รูปที่	หน้า
1.1 แสดงอัตราร้อยละของผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ต่อประชากรทั้งหมดของประเทศ.....	2
2.1 การวัดพื้นที่ใช้สอยรถเข็นของผู้หญิงและชาย.....	24
2.2 ตัวอย่างห้องออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ	25
2.3 อุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ.....	26
2.4 แสดงการใช้พื้นที่เล่นเกม	27
2.5 แสดงขนาดพื้นที่โต๊ะกลมสำหรับเล่นเกม	27
2.6 การวัดพื้นที่ใช้สอยชั้นวางของและโต๊ะสำหรับอ่านเขียนหนังสือ.....	28
3.1 แสดงแบบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบปรับปรุงมาก.....	42
3.2 แสดงแบบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบปรับปรุงน้อย.....	42
3.3 แสดงแผนภาพประกอบแบบสอบถามสำหรับผู้สูงอายุ.....	43
3.4 ภาพจากการสังเกตการกิจกรรม ห้องกิจกรรมของผู้สูงอายุ.....	44
3.5 การสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ.....	45
3.6 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	46
3.7 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกพยาบาลเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ.....	46
3.8 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	47
3.9 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุ.....	47
4.1 แสดงลักษณะที่ตั้งของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	63
4.2 แสดงตารางกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah.....	70
4.3 แสดงตารางกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson.....	71
4.4 แสดงกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah.....	71
4.5 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายใน Low County Senior Center.....	73
4.6 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์สามวัยसानสายใยรักแห่งครอบครัว.....	75
4.7 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง.....	76
4.8 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี.....	77
4.9 แสดงพื้นที่บริเวณที่ตั้งบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	86
4.10 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson.....	88
4.11 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah.....	89
4.12 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารบ้านพักในเครือองค์กรศาสนาในOhio.....	89

สารบัญภาพประกอบ(ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.13 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุสงวนคนิवास.....	90
4.14 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว.....	91
4.15 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง.....	92
4.16 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคาร โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท2.....	92
4.17 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราช ชนนี.....	93
4.18 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข.....	94
4.19 แสดงวัสดุพื้นที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	97
4.20 แสดงโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ สงวนคนิवास.....	99
4.21 แสดงวัสดุผนังที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	100
4.22 แสดงวัสดุเพดานที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	102
4.23 แสดงวัสดุพื้นที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	104
4.24 แสดงงานระบบแสงสว่างภายในห้องกิจกรรมออกกำลังกายภายในศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัย พยาบาลบรมราชชนนี.....	105
4.25 แสดงงานระบบแสงสว่างภายในโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ภายใน.....	106
4.26 แสดงวัสดุพื้นระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	107
4.27 แสดงภายในห้องกิจกรรมดูหนังฟังเพลงร้องคาราโอเกะ สงวนคนิवास.....	108
4.28 แสดงพัดลมระบายอากาศภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	110
4.29 แสดงเครื่องออกกำลังกายที่สงวนคนิवास โดยมีวิธีการใช้งานและประ โยชน์ที่ได้รับจากเครื่อง ออกกำลังกายติดไว้ที่ผนัง.....	112
4.30 แสดงอุปกรณ์ภายในส่วนกิจกรรมออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ ที่ศูนย์สามวัย.....	113
4.31 แสดงอุปกรณ์ภายในส่วนกิจกรรมออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ ที่สงวนคนิवास.....	113
4.32 แสดงส่วนออกกำลังกาย ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล.....	114
4.33 แสดงห้องกิจกรรมออกกำลังกายที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง.....	114
4.34 แสดงห้องกิจกรรมออกกำลังกายที่สงวนคนิवास.....	115
4.35 แสดงส่วนออกกำลังกายศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว.....	115
4.36 แสดงอุปกรณ์ออกกำลังกายภาพบำบัดภายในโถงอเนกประสงค์ ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ อุดมสุข.....	117

สารบัญภาพประกอบ(ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.37 แสดงการเก็บเครื่องเรือนภายใน โถงอเนกประสงค์ ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง.....	118
4.38 แสดงเครื่องเรือนภายใน โถงอเนกประสงค์ ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี.....	118
4.39 แสดงเครื่องเรือนภายใน โถงอเนกประสงค์ บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	119
4.40 แสดงภายในห้องสมุดศูนย์สามวัยสถานสายใยรักแห่งครอบครัว.....	120
4.41 แสดงภายในห้องสมุดและห้องพระ.....	120
4.42 แสดงการทำกิจกรรมภายในศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัวกิจกรรมทำงานประดิษฐ์ สำหรับผู้สูงอายุ.....	121
4.43 ป้ายบอกกิจกรรมหน้าห้องทำกิจกรรม.....	122
4.44 แสดงสิ่งอำนวยความสะดวกภายในศูนย์ดินแดง.....	122
4.45 แสดงป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกภายในศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัว.....	123
4.46 ศูนย์สามวัยฯ มีทางลาดสำหรับรถเข็นตั้งแต่ทางเข้าด้านหน้าและภายในทั้งหมด.....	124
4.47 แสดงทางลาดภายในอาคารภายในอาคารศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล.....	124
4.48 แสดงทางลาดขึ้นอาคารกิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง.....	125
4.49 แสดงทางลาดภายนอกและภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	126
4.50 แสดงลิฟต์ภายในอาคารศูนย์สามวัยฯ.....	127
4.51 แสดงบันไดภายในอาคารบันไดทางขึ้นชั้น 2 ของศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล.....	128
4.52 แสดงบันไดทางขึ้นชั้น 2 ของศูนย์สามวัยฯ.....	128
4.53 บันไดทางขึ้นชั้น 2 ของบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข.....	129
4.54 แสดงบันไดภายในอาคารประตูทางเข้าห้องกิจกรรมศูนย์สามวัยฯ.....	131
4.55 ประตูทางเข้าห้องกิจกรรมศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล.....	131
4.56 ประตูทางเข้าห้องกิจกรรมที่สว่างคนิวาส.....	132
4.57 ประตูทางเข้าภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข.....	133
4.58 ประตูทางเข้าภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข.....	133
4.59 พังอาคารภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	136
4.60 แบบจำลองห้องกิจกรรมส่วนต่างๆภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบบปรับปรุงน้อย.....	137
4.61 แบบจำลองห้องกิจกรรมส่วน โถงอเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบบปรับปรุง น้อย.....	137
4.62 ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมทางศาสนาแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงน้อย.....	138

สารบัญภาพประกอบ(ต่อ)

รูปที่	หน้า
4.63 ผลการปรับปรุงห้องคูโทรศัพท์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงน้อย.....	139
4.64 ผลการปรับปรุง โถงต้อนรับแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก.....	139
4.65 แบบจำลองห้องกิจกรรมส่วนต่างๆภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบบปรับปรุงมาก.....	140
4.66 ผลการปรับปรุง โถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก.....	140
4.67 ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมทางศาสนาแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก.....	141
4.68 ผลการปรับปรุงห้องคูโทรศัพท์แบบปรับปรุงมาก.....	142
4.69 ผลการปรับปรุง โถงต้อนรับแบบปรับปรุงมาก.....	142
4.70 ผลการปรับปรุงห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดแบบ ไม่มีกระจกเงาและมีกระจกเงา บานใหญ่.....	153
5.1 แสดงกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากผู้สูงอายุสามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย.....	163
5.2 แสดงผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพอ่อนแอลงและผู้สูงอายุที่เข้าร่วม กิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพแข็งแรงขึ้น.....	164
5.3 แสดงกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากผู้สูงอายุสามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย.....	174
5.4 แสดงผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพอ่อนแอลงและผู้สูงอายุที่เข้าร่วม กิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพแข็งแรงขึ้น.....	175
5.5 แสดงตารางกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	181
5.6 แสดงเส้นทางสัญจรภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	182
5.7 แสดงผังการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วนต่างๆภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	183
5.8 แสดงผังการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วน โถงกิจกรรมอเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ อุดมสุข.....	184
5.9 แสดงภาพก่อนปรับปรุงและภาพจำลองการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วน โถงกิจกรรม อเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	185
5.10 แสดงผังการปรับปรุงห้องทำพิธีทางศาสนาบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	186
5.11 แสดงภาพจำลองปรับปรุงห้องทำพิธีทางศาสนาภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	186
5.12 แสดงผังการจำลองปรับปรุงห้องชมโทรทัศน์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	187
5.13 แสดงภาพจำลองปรับปรุงห้องชมโทรทัศน์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข.....	187
5.14 แสดงผังการปรับปรุงห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดภายในบ้านพักผู้สูง อายุอุดมสุข.....	188

สารบัญภาพประกอบ(ต่อ)

รูปที่	หน้า
5.15 แสดงภาพจำลองปรับปรุงห้องออกกำลังกายและท่ากายภาพบำบัดภายในบ้านพักผู้สูงอายุ อายุความสุข.....	189
5.16 แสดงผังการปรับปรุงส่วนโถงต้อนรับแขกบุคคลภายในบ้านพักผู้สูงอายุอายุความสุข.....	192
5.17 แสดงภาพจำลองปรับปรุงส่วนโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกภายในบ้านพักผู้สูงอายุ ความสุข.....	192
5.18 ตัวอย่างกิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ.....	194
5.19 ตัวอย่างกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม.....	195
5.20 ตัวอย่างกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ.....	195

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่

หน้า

3.1 แสดงตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม.....55

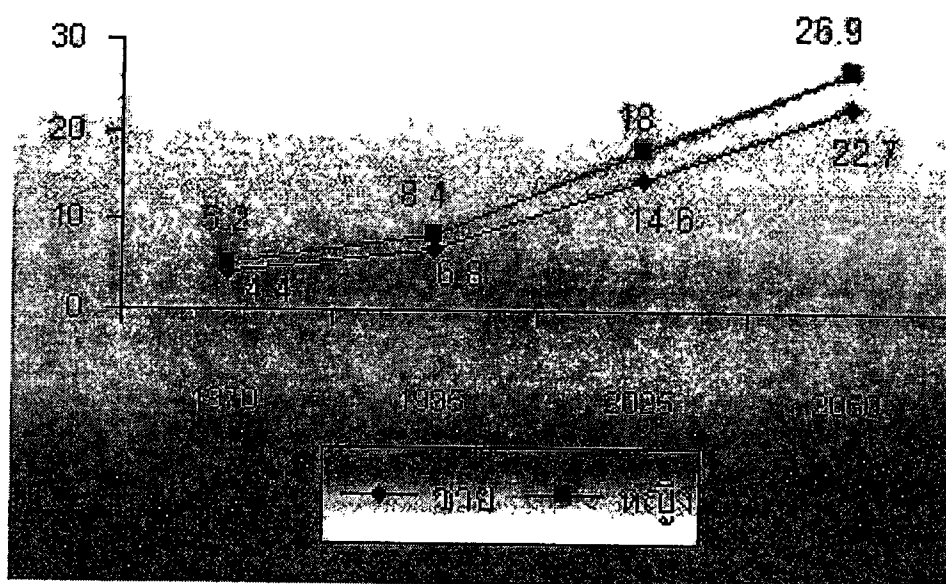
บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิถีชีวิตคนไทยเปลี่ยนแปลงไป เมื่อมีการรับเอาวัฒนธรรมตะวันตกเข้ามา มีบทบาทในชีวิตประจำวันมากขึ้น อาทิ การแยกออกจากครอบครัวใหญ่มาเป็นครอบครัวเล็ก การครองชีวิตโสด ทำให้อัตราการเกิดใหม่น้อยลง แต่อัตราผู้สูงอายุมีเพิ่มขึ้นซึ่งในประเทศไทยมีแนวโน้มพุ่งสูงขึ้นทุกปี

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุสำรวจว่า ปี 2547-2550 อัตราผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้น เฉลี่ยเกือบ 200,000 คนต่อปี โดยปี 2548 ผู้สูงอายุจะเพิ่มอีก 194,549 คน ปี 2549 เพิ่มอีก 152,839 คน และปี 2550 เพิ่มอีก 194,338 คน รวมเป็น 7,040,657 คน และโดยเฉลี่ยผู้สูงอายุจะมีอายุยืนประมาณ 70 ปี โดยอัตราร้อยละของประชากรสูงอายุของประเทศไทยทั้งในอดีตและอนาคตมีลักษณะใกล้เคียงกับประเทศจีน ครึ่งกลาง คือ ในอดีตปี ค.ศ. 1970 อัตราร้อยละของผู้สูงอายุเพศหญิงมีร้อยละ 5.2 และเพศชายมีร้อยละ 4.4 ในปี ค.ศ. 1995 อัตราร้อยละของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเล็กน้อยคือเพศหญิงเพิ่มเป็นร้อยละ 8.4 เพศชายเพิ่มเป็นร้อยละ 6.8 หลังจากปี ค.ศ. 1995 เป็นต้นไป คือช่วงปี ค.ศ. 1995-2025 และช่วงปี ค.ศ. 2025-2050 จะเพิ่มขึ้นประมาณหนึ่งเท่าตัวทั้งสองช่วง โดยในปี ค.ศ. 2025 อัตราร้อยละของผู้สูงอายุเพศหญิงจะเพิ่มเป็นร้อยละ 18.0 และเพศชายเป็นร้อยละ 14.6 และในปี ค.ศ. 2050 ผู้สูงอายุเพศหญิงจะเพิ่มเป็นร้อยละ 26.9 และผู้สูงอายุเพศชายจะเพิ่มเป็นร้อยละ 22.7 (วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2551)



ภาพที่ 1.1 แสดงอัตราร้อยละของผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ต่อประชากรทั้งหมดของประเทศไทย ปี ค.ศ. 1970-2050 (วิทยาลัยประชากรศาสตร์)

จำนวนผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้อยู่อย่างโดดเดี่ยวนั้นมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี โดยข้อมูลจากสำมะโนประชากร ตั้งแต่ปี 2513 ผู้สูงอายุที่อยู่อย่างโดดเดี่ยวนั้นมีเพียงร้อยละ 10 แต่ในปี 2547 พบว่าจำนวนผู้สูงอายุที่อยู่อย่างโดดเดี่ยวตามลำพังเพิ่มเป็นร้อยละ 17 ทั้งนี้เนื่องจากสภาพเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนไป กลายเป็นกระแสทุนนิยมส่งผลกระทบต่อโครงสร้างครอบครัวให้กลายเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น (เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม, 2547)

จากปัญหาดังกล่าวจึงได้เกิดการจัดตั้งสถานรับดูแลผู้สูงอายุ ทั้งในภาครัฐบาลและเอกชน เพื่อเป็นทางเลือกให้ผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแลเข้ามาใช้บริการ ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายระหว่างประเทศที่เมืองมาเก๊าและแผนปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิกในปี 1999 ได้ตระหนักและให้ความสำคัญเกี่ยวกับผู้สูงอายุในเรื่อง สุขภาพและอาหาร ที่อยู่อาศัย การคมนาคม และการจัดสภาพแวดล้อม บริการสังคมและชุมชน (องค์การสหประชาชาติ, 2542)

นอกจากการดูแลที่อยู่อาศัยแล้ว กิจกรรมเพื่อสูงอายุนั้นก็มีความสำคัญ เนื่องจากผู้สูงอายุนั้นไม่ได้อยู่กับครอบครัวการปฏิสัมพันธ์กันน้อยลงรวมทั้งมีโรคประจำตัว ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความเครียดและเจ็บป่วย ดังนั้นห้องกิจกรรมในสถานดูแลผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญ ซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุมีการปฏิสัมพันธ์ การทำกิจกรรมร่วมกับกับผู้ที่อยู่ร่วมกันมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองมีคุณค่า ทั้งยังส่งผลต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง แต่การบูรณาการบริการสุขภาพและสังคมในประเทศไทยยังไม่เด่นชัดนัก ส่วนใหญ่การจัดการดูแลเป็นบทบาทของเจ้าหน้าที่ทางด้านสุขภาพ เช่น โรงพยาบาล เจ้าหน้าที่อนามัย และอาสาสมัคร ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงติดตาม

ผลหลังการรักษาในโรงพยาบาล และการให้คำแนะนำด้านสุขภาพทั่วไป ทางด้านสังคม บริการ การดูแลเกิดขึ้นในสถาบันที่ให้บริการ เช่นสถานสงเคราะห์หรือสำนักงานด้านการสงเคราะห์ ช่วยเหลือ อาจกล่าวได้ว่าประเทศไทยยังไม่มีจัดการดูแลผู้สูงอายุที่สมบูรณ์และครบถ้วน (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร.2550)

โครงการบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขจึงได้เกิดขึ้น โดยนายแพทย์สมพงษ์ ศิริรัตน์ เพื่อ ดูแลผู้สูงอายุที่ครอบครัวไม่มีเวลาดูแลและมีปัญหาทางด้านสุขภาพ แต่ยังคงขาดในเรื่องการจัด กิจกรรมและการจัดพื้นที่สำหรับรองรับกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายใน โครงการ การวิจัยครั้งนี้ยังสอดคล้องกับนโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยระดับชาติในกลุ่มเรื่อง ผู้สูงอายุ พ.ศ. 2551-2554 (สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. 2552) จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัย จึงมองเห็นประเด็นในเรื่องการออกแบบห้องกิจกรรมที่เหมาะสม ความปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ ในสถานดูแลผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข เพื่อเป็นแนวทางในการออกแบบห้องกิจกรรมที่เหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
2. เพื่อศึกษาลักษณะห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุ และแพทย์ ต้องการ
3. เพื่อหาแนวทางในการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขจังหวัด กาญจนบุรี
4. เพื่อเสนอแนะแนวทางรูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทย

1.3 ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยมุ่งเน้นด้านความต้องการ สะดวกสบาย และความปลอดภัย ของผู้สูงอายุที่มีต่อห้อง กิจกรรม โดยกำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาจากผู้สูงอายุเพศหญิงและชาย ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่เข้าร่วมกิจกรรมในห้อง กิจกรรม โดยคัดเลือกเฉพาะเจาะจงจากบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวนควนิวาส บางปู สมุทรปราการ ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ
2. ศึกษาจากแพทย์ นักกายภาพ พยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ และเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ โดยคัดเลือกเฉพาะเจาะจงจากบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัย พยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และคลินิกสุขภาพผู้สูงอายุ อาร์ไอแอลบี กรุงเทพฯ

1.4 ขั้นตอนของการศึกษา

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารหนังสือ และจากเว็บไซต์
2. การสังเกตลักษณะห้องกิจกรรมและการใช้ห้องกิจกรรมของผู้สูงอายุ
3. การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ
4. การแจกแบบสอบถามผู้สูงอายุ อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
5. การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข
6. การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกพยาบาลเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ
7. การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุ

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข
2. ได้ลักษณะห้องกิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการผู้สูงอายุ แพทย์ พยาบาล และผู้ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุข
3. ได้แนวทางในการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข
4. ได้ลักษณะห้องกิจกรรมภายในประเทศไทย สอดคล้องกับนโยบายระดับชาติที่เน้นการพัฒนาสุขภาพและสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยส่งเสริมผู้สูงอายุ ให้มีการพัฒนาทางด้านร่างกายและจิตใจมีการเข้าร่วมสังคมมากขึ้น

1.6 นิยามคำศัพท์

1.6.1 ผู้สูงอายุ หมายถึงบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปซึ่งเป็นวัยเดียวกับผู้เกษียณอายุราชการ

1.6.2 บ้านผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่างต่อเนื่อง ด้านกายภาพ คล้ายกับชุมชนขนาดเล็กเพื่อผู้สูงอายุ โดยเฉพาะมีอาคารหลายประเภทอยู่ในบริเวณเดียวกัน มีการจัดเจ้าหน้าที่คอยดูแลการจัดสนทนากาารไว้บริการ มีบริการทางการแพทย์รองรับ จุดประสงค์ เพื่อตอบสนองทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ผู้ใช้เป็นผู้มีฐานะดี มีอยู่ 3 ระดับ

ระดับที่1 Independent Living เป็น โครงการที่จัดบ้านเดี่ยวสำหรับผู้สูงอายุที่ดูแลตนเองได้ แต่มีแม่บ้านดูแลทำความสะอาด บริการทางการแพทย์ และด้านสนทนากาารต่างๆ

ระดับที่2 Assisted Living สำหรับผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตัวเองได้น้อยลงและป่วยเรื้อรัง จัดแบ่งเป็นแต่ละห้อง ส่วนรับประทานอาหารและห้องนั่งเล่นใช้ห้องรวม

ระดับที่3 Nursing Home สำหรับผู้สูงอายุที่ดูแลตัวเองไม่ได้ หรือป่วยเรื้อรัง ต้องมีผู้คอยดูแล อยู่ในที่พักรวมประมาณ 1 - 2 โดยส่วนใหญ่มักใช้เวลาอยู่บนเตียงพัก (วิรัชญา บัวศรี. 2544)

1.6.3 กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ หมายถึงกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อการช่วยเหลือ ส่งเสริม และกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้เกิดการส่งเสริม และกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้เกิดการเสริมสร้างศักยภาพทั้งด้านร่างกาย สังคม อารมณ์และจิตใจ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2550)

1.6.4 ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ หมายถึงห้องที่จัดกิจกรรมขึ้นสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ เพื่อฟื้นฟูทางด้านกล้ามเนื้อร่างกาย สมอง และบำบัดทางด้านจิตใจ รวมถึงการให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง และการปรับตัวเข้ากับสังคม

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้วิจัยได้ทำการทบทวนวรรณกรรมในหัวข้อดังนี้ 1. ลักษณะทางด้านกายภาพและข้อจำกัดของผู้สูงอายุ 2. จิตวิทยาและพฤติกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ 3. การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว 4. นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในสำหรับผู้สูงอายุ 5. รูปแบบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ 6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 ลักษณะทางด้านกายภาพและข้อจำกัดของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป โดยนับตามปีปฏิทิน และถือเป็นข้อตกลงในวงการระหว่างประเทศ ที่ประชุมสมัชชาว่าด้วยผู้สูงอายุโลกขององค์การสหประชาชาติ เมื่อ พ.ศ. 2525 (ศศิธร กรุณา. 2551) ได้แบ่งประเภทของผู้สูงอายุ ไว้คือ

1. ผู้สูงอายุวัยต้น (early old age) อายุระหว่าง 65 – 75 ปี
2. ผู้สูงอายุวัยกลาง (middle old age) อายุระหว่าง 75 – 85 ปี
3. ผู้สูงอายุวัยปลาย (late old age) มีอายุ 85 ปีขึ้นไป

ในประเทศไทยนั้น ผู้สูงอายุคือบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปซึ่งเป็นวัยเดียวกับผู้เกษียณอายุราชการ โดย พล.ต.ต. หลวงอรรถสิทธิสุนทร ได้กำหนดคำว่า “ผู้สูงอายุ” ขึ้น เพื่อเป็นการยกย่องให้เกียรติแก่ผู้ที่ชราภาพว่าเป็นผู้ที่สูงด้วยวัยวุฒิ คุณวุฒิ และประสบการณ์

เกณฑ์ในการพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุ สรุปได้ 3 ลักษณะดังนี้

1. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจริงที่ปรากฏ (Chronological Aging) เป็นการดูจำนวนปีหรืออายุที่ปรากฏจริงตามปีปฏิทินโดยไม่นำเอาปัจจัยอื่นมาพิจารณา
2. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Physiological Aging หรือ Biological Aging) โดยพิจารณาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เกิดขึ้น ซึ่งกระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้จะเพิ่มขึ้นตามอายุขัยในแต่ละปี
3. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ (Psychological Aging) เป็นการพิจารณาจากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สติปัญญา การรับรู้และเรียนรู้ที่ถดถอยลง (สุรกุล เจนอบรม. 2541)

เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น การเจริญเติบโตของร่างกายเต็มที่แล้วการเปลี่ยนแปลงของร่างกายจะเป็นไปในทางเสื่อมลงมากกว่าจะเสริมสร้าง Brody (1980) ได้แบ่งลักษณะของผู้สูงอายุแต่ละวัย มีเกณฑ์ที่แตกต่างกันดังนี้

1. ผู้สูงอายุตอนต้น (60-69ปี) มีลักษณะภาวะสุขภาพร่างกายสุขภาพจิตค่อนข้างแข็งแรงกระฉับกระเฉง ยังมีความสามารถ มีความต้องการทำงาน และมีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นค่อนข้างสูง ภาวะการณ์เสื่อมถอยมีร่องรอยปรากฏอยู่บ้างเล็กน้อย
2. ผู้สูงอายุตอนกลาง (อายุ 70-79ปี) มีลักษณะภาวะสุขภาพจิตลดลง ความกระฉับกระเฉง ความสามารถ และความต้องการทำงาน กรติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ลดลง แต่ภาวะเสื่อมถอยมากขึ้น มีความต้องการพักผ่อนมากขึ้น
3. ผู้สูงอายุตอนปลาย (อายุ 80 ปีขึ้นไป) มีสิ่งปรากฏชัดเจนคือ มีความเสื่อมถอยของร่างกายและจิตใจ มีความต้องการพักผ่อนตามลำพังมากกว่า มีการช่วยเหลือตนเองได้น้อยลง และมีลักษณะอยู่กับตนเองมากกว่าการเข้าหาสังคม (สมจินต์ โจนวัฒนะชัย. 2539)

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายของผู้สูงอายุเป็นผลอันเนื่องมาจาก

1. ผลของฮอร์โมนเอ็นโดคราย (Endocrine) ของร่างกายที่ลดน้อยลงรวมถึงโรคภัยที่เกิดขึ้นด้วย
2. การสูญเสียระบบประสาทการรับรู้ของร่างกาย (Autonomic Nervous System) จะแสดงอาการชัดเจนเมื่ออายุเพิ่มขึ้น
3. การเต้นของหัวใจเปลี่ยนไป (Circulatory Changes) หัวใจเต้นช้า ทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตในร่างกายเสื่อมลง
4. การสูญเสียระบบสัมผัสทางร่างกาย (Sensory Losses) และทางเลื้อยจะเริ่มแก่ลงตอนอายุ 30 ปีขึ้นไป
5. การสูญเสียระบบกล้ามเนื้อ (Musculoskeletal) และความแข็งแรงของร่างกาย (Koncecik. 1976)

จากการศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพส่งผลกระทบต่อร่างกายของผู้สูงอายุ ซึ่งสรุปออกมาได้ดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย	ผลกระทบที่มีต่อผู้สูงอายุ
<p>1. ผิวหนัง</p> <ul style="list-style-type: none"> - ขาดความยืดหยุ่น มีไขมันใต้ผิวหนังลดลง - การสร้าง และการเก็บความร้อนลดลง <p>2. ดวงตา</p> <ul style="list-style-type: none"> - สายตายาว - กระจกตาหนาขึ้น และขุ่นมัว - ความหนาของเปลือกตาลลดลง แสงสว่างเข้าตามากขึ้น - บริเวณรอบจอตาบางลง เซลล์รับแสงลดลง - ต้อกระจกเลนส์ขุ่น - รูม่านตาลดขนาดลง - ลานสายตาด้านข้างแคบลง <p>3. หู</p> <ul style="list-style-type: none"> - ประสาทรับเสียงเสื่อม <p>4. จมูก</p> <ul style="list-style-type: none"> - การได้กลิ่นช้า 	<ul style="list-style-type: none"> - การรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวดตามร่างกายลดลง เกิดจากอาการชาบริเวณส่วนปลายของร่างกาย โดยเฉพาะเท้า อันเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดการหกล้ม และอุบัติเหตุ - ไม่สามารถทนอากาศร้อนหรือหนาวได้ ทำให้ความสามารถในการทนต่อความเย็นลดลง เมื่ออยู่ในสถานที่ที่มีอุณหภูมิต่ำความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีอุณหภูมิต่ำได้ไม่ดี - มองวัตถุในระยะใกล้ได้ไม่ชัดเจน - ต้องการแสงสว่างมากกว่าปกติ เพื่อให้การมองเห็นชัดเจน - ตีของวัตถุที่จะมองต้องชัดเจนและเข้มข้นมากกว่าปกติ - การมองเห็นไม่ชัดเจน โดยเฉพาะสีน้ำตาล ฟ้ำเขียว ม่วง และสีเทาแกมแดง - การจ้องมองทำได้ลำบาก - การปรับสายตาช้าลง - การมองเห็นแคบลง - การได้ยิน และการควบคุมการทรงตัวลดลง ความสามารถในการรับฟังเสียงความถี่สูง และการแยกคำลดลง ทำให้ได้ยินเสียงต่ำชัดกว่า การกำหนดตำแหน่งที่มาของเสียงลดลง เกิดอาการมึนงงและอาการบ้านหมุนได้ง่าย - การได้กลิ่นควันทันทีที่ผิดปกติ ลดลง

ตารางที่ 2.1 (ต่อ) ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย	ผลกระทบที่มีต่อผู้สูงอายุ
<p>5. กระดูกโครงร่างและข้อ</p> <ul style="list-style-type: none"> - กระดูกพรุนเปราะบาง - กระดูกบาง และลดความแข็งแรง <p>- ข้อติด</p>	<ul style="list-style-type: none"> - หักง่าย - เตี้ยลง ตัวเอียง สูญเสียความยืดหยุ่น ทำให้ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลดลง หลังอหรือ โกง(Kyphosis) , เดินหลังค่อม ท่าทางการเดินมีการเปลี่ยนแปลง ทำให้เกิดลักษณะพิเศษในผู้สูงอายุมาก ๆ เรียกว่า ท่าเดินผู้สูงอายุ (Senile Gait) โดยจะก้าวเดินสั้นๆและช้าลง ช่วงเวลาที่เท้าทั้งสองข้างแตะพื้นพร้อมกัน ในขณะที่เดินนานขึ้น เมื่อเทียบกับช่วงเวลาทั้งหมดของจังหวะก้าวเดิน เท้ากางออกและแกว่งน้อย เวลาหมุนตัว เลี้ยวลำตัวจะแข็งและมีการบิดของเอวเล็กน้อยคล้ายกับหมุนไปพร้อมลำตัว การทรงตัวและท่าทางการเดินที่เปลี่ยนไป เป็นปัจจัยร่วมของการหกล้มที่มีมากขึ้น
<p>6. กล้ามเนื้อ</p> <ul style="list-style-type: none"> - เซลล์กล้ามเนื้อลดน้อยลง เนื่องจากความเสื่อมและมีเยื่อพังคีดขึ้นมาแทน 	<ul style="list-style-type: none"> - ชี้น ลงบันไดลำบาก - เดินเชื่องช้า เคลื่อนไหวลำบาก การทรงตัวไม่ดี หกล้มง่าย
<p>7. ระบบขับถ่ายปัสสาวะ</p> <ul style="list-style-type: none"> - กระเพาะปัสสาวะเสื่อม ไม่แข็งแรงเพราะกล้ามเนื้อหย่อน 	<ul style="list-style-type: none"> - กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ ถ่ายปัสสาวะบ่อย ในตอนกลางคืน และขับถ่ายบ่อยขึ้น
<p>8. ระบบประสาท</p> <ul style="list-style-type: none"> - ระบบประสาทส่วนกลางเสื่อม 	<ul style="list-style-type: none"> - จะเห็นได้ชัดในผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ผลจากความเสื่อมที่เพิ่มมากขึ้น นำไปสู่โรคเรื้อรังในสมอง ทำให้เกิดความสับสน งงๆเงินๆสติปัญญาเสื่อมลง ความจำเสื่อม จำเรื่องในอดีตได้มากกว่าปัจจุบัน การสั่งงานของสมองต่ำ ความคิดอ่านเชื่องช้า

ที่มา : 1. สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์กระทรวงสาธารณสุข. การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ. 2551

2. สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. หลักคำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. 2544

3. ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. สวัสดิการผู้สูงอายุ. 2544

จากการสำรวจกลุ่มประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทยพบว่าโรคที่ผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ 5 อันดับ คือ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดข้อ(ข้อเสื่อม) นอนไม่หลับ เวียนศีรษะ และ โรคเกี่ยวกับตา (ตารางที่ 2.2)

ตารางที่ 2.2 โรคประจำตัวที่ผู้สูงอายุในประเทศไทยเป็น

โรค	จำนวน (ร้อยละ)		
	รวม	ชาย	หญิง
ปวดเมื่อยตามร่างกาย	81.5	79.4	83.1
ปวดข้อ (ข้อเสื่อม)	56.4	51.5	60.6
นอนไม่หลับ	43.5	33.8	47.5
เวียนศีรษะ	42.7	33.6	50.4
โรคเกี่ยวกับตา	38.2	35.5	40.6

ที่มา : สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานรัฐมนตรี. สถิติผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย. 2545

จากการศึกษาลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุผู้วิจัยได้กำหนดอายุของผู้สูงอายุที่ใช้ห้วงกิจกรรมไว้ช่วง อายุ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งภาวะความกระฉับกระเฉงทางร่างกาย ลดลงความสามารถ และความต้องการทำงาน การติดต่อสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ ลดลง แต่ภาวะเสื่อมถอยมากขึ้น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่เหมาะสมสำหรับหากิจกรรมเพื่อเสริมสุขภาพและการพัฒนาการเข้าสังคมของผู้สูงอายุ ทั้งเพศหญิงและชาย

2.2 จิตวิทยาและพฤติกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักมีสาเหตุมาจาก

1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ความเจ็บป่วย การเสื่อมของส่วนต่าง ๆ ในร่างกายที่ทำให้ต้องพึ่งพาผู้อื่น สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล กัดค้นทางอารมณ์ ซึมเศร้า
2. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม ได้แก่ 2.1 การเปลี่ยนแปลงทางด้านสถานภาพและบทบาททางสังคม เช่น ผู้ที่เคยทำงานเมื่อครบอายุ 60 ปี ต้องออกจากงานการสูญเสียบทบาทในการเป็นผู้นำครอบครัว ซึ่งค่อยๆ ถดถอยตนเองออกจากสังคม ขาดความมั่นใจ รู้สึกหมดหวัง ท้อแท้ 2.2 การถูกทอดทิ้ง ภาวะการณ์ขาดคู่ครองหรือคู่สมรสเสียชีวิต สภาพสังคมในปัจจุบัน คนหนุ่มสาวต้องหางานทำ ทำให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้งอยู่ตามลำพัง ลูกหลานไม่มีเวลาเอาใจใส่ 2.3 ความเคารพเชื่อถือน้อยลง ความส่วนใหญ่ มักมองว่าผู้สูงอายุมีความ สามารถน้อยลง ทำให้ความเคารพนับถือในฐานะที่มีประสบการณ์ เปลี่ยนไป เด็ก ไม่ให้ความเคารพผู้ใหญ่เหมือนเช่นเคย 2.4 การสูญเสียชีวิตของคู่สมรส ญาติ คน

ใกล้ชิดหรือเพื่อน 2.5 การปรับตัวของผู้สูงอายุและปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายในครอบครัวซึ่งปัญหาที่พบมากคือ ปัญหาช่องว่างระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวที่เป็นวัยรุ่น (สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. 2551)

การศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยาของผู้สูงอายุนี้ เพื่อเป็นแนวทางในการหาความต้องการเพื่อตอบสนองผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยสรุปความต้องการผู้สูงอายุได้ 5 หลักคือ

1. ความต้องการที่จะมีชีวิตอยู่ให้ยืนยาวที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ โดยไม่ปรารถนาที่จะพบกับความทุกข์ทรมาน
2. ความต้องการที่จะพักผ่อนในสภาพที่ดีกว่า และเป็นเวลาที่มากกว่าเดิม
3. ความต้องการที่จะรักษาหรือคงไว้ซึ่งความภาคภูมิใจต่างๆที่ตนเคยได้รับการยอมรับจากครอบครัวและสังคม
4. ความต้องการที่จะได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆในชีวิต แทนที่จะมีบทบาทเป็นเพียงผู้ปฏิบัติตาม
5. ความต้องการที่จะปลดตัวเองออกจากวิถีทางการดำเนินชีวิตที่สับสนวุ่นวาย (ณฤดี โศคาบ. 2534)

จากการศึกษาปัญหาทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงความต้องการของผู้สูงอายุ ทำให้ทราบว่าผู้สูงอายุนั้นต้องการการดูแลที่เป็นพิเศษนอกเหนือจากการดูแลของหมอและพี่เลี้ยงภายในบ้านพักผู้สูงอายุ ดังนั้นการจัดกิจกรรมจึงมีส่วนในการฟื้นฟูสภาพร่างกายและจิตใจผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก

2.3 การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว

นิยามศัพท์ คำว่า การดูแล ซึ่ง แปลมาจากคำศัพท์ภาษาอังกฤษ Care ซึ่งความหมายตามพจนานุกรมได้เป็น 2 ความหมาย คือ การดูแลหรือการบริหาร ถ้าเป็นคำกริยา หมายถึง ดูแลรักษา ดูแลเลี้ยงดู ถ้าเป็นคำนาม หมายถึงผู้รักษา ผู้เลี้ยงดู การดูแลผู้สูงอายุ จึงจำแนกเป็น 2 ประเด็น คือ

1. การดูแล เลี้ยงดู คือ ผู้สูงอายุได้ลงทุนให้สิ่งต่างๆแก่สังคมมากแล้ว เมื่อสูงอายุมากขึ้น ดูแลตนเองไม่ได้ แต่ถึงผู้สูงอายุจะดูแลตัวเองได้ต้องได้รับการดูแลเช่นกัน เพราะเป็นสิทธิหรืออำนาจอันชอบธรรมที่พึงได้รับจากรัฐ เป้าหมายของการดูแลเลี้ยงดูผู้สูงอายุ คือ ให้ผู้สูงอายุได้รับสุขภาวะพอเพียง ทั้งนี้จะต้องประกอบด้วยปัจจัย ได้แก่ น้ำใจ ความรู้ งบประมาณ (สำหรับปัจจัยสี่)
2. การดูแลรักษา คือ การหายจากพยาธิสภาพ หรือให้อยู่กับพยาธิสภาพได้พอเพียง ปัจจัยในการดูแลรักษา ได้แก่ ความรู้ และ งบประมาณ (สถานที่,ครอบครัว,สถาบัน/อุปกรณ์เวชภัณฑ์/ระบบ

การจัดการ) ตัวกำกับ ทั้งการดูแลและดูแลรักษา จะต้องมีส่วนเหล่านี้เป็นตัวกำกับ คือ คุณธรรม วัฒนธรรมสังคม ค่านิยม กฎหมาย เช่น พรบ.สาธารณสุข นโยบายรัฐ เช่น แผนผู้สูงอายุระยะยาว (บรรณ ศิริพานิช.2550)

2.3.1 ประเภทของผู้ดูแล

ประเภทผู้ดูแลมีอยู่ 2 ลักษณะคือ

2.3.1.1 ผู้ดูแลที่เป็นทางการ (formal carers / caregiver) หมายถึง ผู้ที่ให้การดูแลผู้ป่วย จากสถานบริการทางด้านสุขภาพ หรือ กลุ่มองค์กรต่างๆที่เคยผ่านการฝึกอบรมมาก่อน ทั้งกลุ่มที่เป็นวิชาชีพ ไม่ใช่วิชาชีพ และกลุ่มอาสาสมัครไม่หวังสิ่งตอบแทน

2.3.1.2 ผู้ดูแลแบบไม่เป็นทางการ (informal carers / caregiver) หมายถึง ผู้ที่ให้การดูแลผู้ป่วยที่เป็นญาติ หรือเพื่อน ที่ไม่สามารถดูแลตนเองได้ เป็นผู้ที่ไม่เคยผ่านการฝึกอบรมในด้านการดูแล มาก่อน ไม่ได้รับเงินเป็นค่าตอบแทนและให้การดูแลด้วยความรักและเอื้ออาทร ดังนั้นผู้ดูแลอาจเป็นคู่สมรส ลูก หลาน ญาติพี่น้อง เพื่อน หรือเพื่อนบ้าน (ศิริพันธุ์ สาสัตย์. 2550)

2.3.2 รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในสถานบริการ

การดูแลระยะยาวส่วนใหญ่มักจะแยกออกเป็น

1. การดูแลแบบสถาบัน (Institutional care) ได้แก่ สถานพยาบาลผู้สูงอายุ (nursing homes) การดูแลที่มีความเข้มข้นมากกว่า สถานดูแลผู้ป่วยระยะพักพิง (respite care) และบ้านพักคนชรา (residential homes)
2. การดูแลในชุมชน/ที่บ้าน (Community care/ Home Care) ได้แก่ การดูแลกิจกรรมส่วนตัวในชีวิตประจำวัน การรับประทานอาหาร การปรับปรุงที่พักอาศัย (ศิริพันธุ์ สาสัตย์. 2551)

2.3.3. การบริการทางการแพทย์

โรงพยาบาลเอกชน ให้บริการดูแลผู้สูงอายุทั้งแบบ long term care คืออยู่ประจำที่ โรงพยาบาล และแบบ day care คือ รับ-ส่งไป-กลับ หรือ บางแห่งให้บริการแบบ home care คือ จัดส่งแพทย์ พยาบาลและผู้ดูแล ไปดูแลที่บ้าน ซึ่งถือว่ามีบริการแบบเรื้อรังปรากฏในโรงพยาบาลเอกชนมากกว่ารัฐ แต่ก็ยังเป็นบริการในสถาบันมากกว่าชุมชน และมีความจำกัดการบริการอยู่ในเมืองใหญ่เพียงไม่กี่แห่ง

สถานบริบาลผู้สูงอายุ (nursing home) รับดูแลเฉพาะผู้สูงอายุในลักษณะเป็นการพยาบาล (nursing care) หากผู้สูงอายุเจ็บป่วยต้องส่ง ไปรักษาที่โรงพยาบาล ดำเนินการ โดยแพทย์ และผู้ที่ไม่ใช่แพทย์ ส่วนใหญ่เป็นการดำเนินงานของภาคเอกชน คิดค่าบริการที่หวังผลกำไร มีอยู่ในกรุงเทพมหานครเป็นส่วนใหญ่ แต่โรงพยาบาลเอกชนบางแห่งมีบริการนี้อยู่ด้วย

ศูนย์/สถานบริการสุขภาพ มีทั้งเป็นเอกเทศหรือเป็นกิจกรรมหนึ่งของโรงพยาบาลเอกชน เน้นกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทั่วไปไม่เฉพาะสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุ ให้บริการที่พักพร้อมสถานที่ และอุปกรณ์ในการออกกำลังกาย โดยคิดค่าบริการ บริการประเภทนี้ไม่ได้จัดให้เฉพาะผู้สูงอายุแต่ผู้ใช้บริการส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ นอกจากนี้ ยังมีโปรแกรมธุรกิจท่องเที่ยวที่ให้บริการสุขภาพ แบบพำนักระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุ (long stay) ตามรีสอร์ท และ โรงแรมต่างๆ เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน

2.3.4 การบริการสุขภาพในชุมชน

ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุกลางวัน (day care) เป็นสถานบริการที่ให้การดูแลเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวันให้การพยาบาลต่างๆ หรือจัดบริการอื่นๆ เช่น จัดกิจกรรมสันทนาการ จัดอาหารกลางวัน ผู้สูงอายุจะมารับบริการเฉพาะในช่วงกลางวันเท่านั้น การให้บริการชนิดนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยดูแลผู้สูงอายุที่ต้องอยู่คนเดียวที่บ้าน ในช่วงที่ลูกหลานออกไปทำงานนอกบ้าน แหล่งที่ตั้งมักอยู่ในชุมชนแต่ก็มีเฉพาะเมืองใหญ่ ปัจจุบันเริ่มมีการขยายบริการลักษณะเช่นนี้ในสถาบัน เช่น โรงพยาบาลกลางวันของโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์และโรงพยาบาลเอกชนบางแห่ง

การจัดการดูแลผู้สูงอายุในประเทศไทยนั้น ได้แสดงในตารางที่ 2.3 – 2.4 ดังนี้

ตารางที่ 2.3 แสดงชนิดของบริการแบบเป็นทางการที่จัดให้ตามประเภทใหญ่ๆ

การบริการประเทศ	Nursing homes	Hospice care	Home health care	Day care service	Home help	Housing	Cash allowances for carers
ไทย	✓	✓	✓	✓			

ที่มา : ศิริพันธ์ สาสัตย์. รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในสถานบริการ. 2551

ตารางที่ 2.4 แสดงสถานบริการทางการแพทย์และฟื้นฟูสภาพของผู้สูงอายุในแต่ละประเทศ

สถานบริการ	ไทย
โรงพยาบาลสำหรับผู้ป่วยเรื้อรัง	
โรงพยาบาลฟื้นฟูสภาพ	
Nursing Home	✓
บ้านพักระยะสุดท้าย	
บ้านสำหรับผู้ป่วยสมองเสื่อม	
ศูนย์ฟื้นฟูสภาพ	✓
ศูนย์ดูแลตอนกลางวัน	
ศูนย์บริบาล	
ชุมชนบริการ	
บริการดูแลและช่วยงานบ้าน	
บริการปรับสภาพบ้าน	
บริการสายด่วน	

ที่มา : เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม. นโยบายเรื่องการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ บทเรียนจากประเทศเพื่อนบ้าน, 2551

ในส่วนของกาให้บริการของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขนั้นเป็นแบบ Nursing homes ซึ่งให้บริการดูแลผู้สูงอายุตลอด 24 ชั่วโมง ในเรื่องที่พักอาศัย การใช้ชีวิตประจำวัน โดยมีเจ้าหน้าที่คอยดูแลช่วยเหลือ โดย แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย และแบบบ้านพักคนชรา

2.4 นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในสำหรับผู้สูงอายุ

นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในสำหรับผู้สูงอายุ มีทั้งระดับนานาชาติ และระดับชาติ ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ.2540 ระบุว่าบุคคลซึ่งมีอายุเกินหกสิบปีบริบูรณ์ และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพ มีสิทธิได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ ทั้งนี้ตามที่กฎหมายบัญญัติ และ รัฐต้องคุ้มครองและพัฒนา ส่งเสริมความเสมอภาค ส่งเสริมและพัฒนาความเป็น

ปีกแผ่นของครอบครัว และความเข้มแข็งของชุมชนรัฐต้องสงเคราะห์คนชรา ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และพึ่งตนเองได้ (สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. 2549)

พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546 ได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาตนเองมีส่วนร่วมใน กิจกรรมทางสังคมในกลุ่มลักษณะเครือข่ายและชุมชน รวมถึงการอำนวยความสะดวกและความปลอดภัยโดยตรงแก่ผู้สูงอายุภายในอาคาร สถานที่ หรือบริการสาธารณะอื่น (สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. 2547)

แผนปฏิบัติการระหว่างประเทศกรุงแมดริด ว่าด้วยการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุปี 2002 และ แผนปฏิบัติการเมืองมาเก๊าว่าด้วยการดำเนินงาน ด้านผู้สูงอายุในเอเชียและแปซิฟิกปี 1999 ได้เน้น ให้ความสำคัญผู้สูงอายุและการพัฒนาสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีในผู้สูงอายุ และ สภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยและส่งเสริมต่อผู้สูงอายุปรับปรุงที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่อาศัย โดยเน้นแบบและชุมชนที่ปราศจากสิ่งกีดขวาง, ความสะดวกสบายตามวัย และแบบผสมผสาน ซึ่ง จะรับรองให้ผู้สูงอายุมีชีวิตที่มีศักดิ์ศรีและอิสระ โดยส่งเสริมการจัดสรรที่เท่าเทียมกันสำหรับที่ อยู่อาศัยของประชาชน อันจะสนับสนุนผู้สูงอายุให้อยู่ประจำที่ ตามความชอบส่วนตัว จัดโอกาส ในการฝึกอบรมและเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุในการใช้เทคโนโลยีภายในชุมชนของตน (องค์การ สหประชาชาติ คณะกรรมาธิการเศรษฐกิจและสังคมแห่งภูมิภาคเอเชียและภูมิภาคเอเชียและ แปซิฟิก. 2542)

แผนระยะยาวแห่งชาติสำหรับผู้สูงอายุ ฉบับที่ 2 (2545-2564) ให้ความสำคัญต่อที่อยู่อาศัย และ สภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องมากยิ่งขึ้น โดยกำหนดมาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้มีที่อยู่อาศัยที่ เหมาะสม ปลอดภัย ด้วยการกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำขึ้น (สำนักนายกรัฐมนตรี. 2545)

เห็นได้ว่านโยบายที่กล่าวมานี้ ได้ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุมากขึ้น ในด้านที่อยู่อาศัย คุณภาพ ชีวิต และการจัดกิจกรรม ซึ่งได้นำมาเป็นหลักในการวิจัยครั้งนี้ นโยบายเหล่านี้ช่วยให้ผู้สูงอายุ รู้สึกตนเองมีคุณค่าต่อครอบครัวและสังคม ไม่เป็นภาระของผู้อื่น จากนโยบายดังกล่าวประเทศไทย ได้มีกฎหมายที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในเพื่อผู้สูงอายุซึ่งเป็นการสนับสนุน ให้นำนโยบายไปปฏิบัติจริง

2.4.1 กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในสำหรับผู้สูงอายุ

กฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพล ภาพและคนชรา พ.ศ.2548 (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวง พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2548) ได้ให้ความหมายของ สิ่งอำนวยความสะดวก สำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา” หมายความว่า ส่วนของอาคารที่สร้างขึ้นและอุปกรณ์ อันเป็นส่วนประกอบของอาคารที่ติดหรือตั้งอยู่ภายในและภายนอกอาคารเพื่ออำนวยความสะดวก ในการใช้อาคาร ในกฎหมายว่าด้วยการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ

และผู้สูงอายุที่ตั้งอยู่ภายในและภายนอกอาคาร ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบห้องกิจกรรม
สำหรับผู้สูงอายุดังนี้

2.4.1.1. ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

ต้องจัดให้มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ และคนชรา ตามสมควร
โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

- (1) สัญลักษณ์รูปผู้พิการและคนชรา
- (2) เครื่องหมายแสดงทางไปสู่สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ และคนชรา
- (3) สัญลักษณ์ หรือตัวอักษรแสดงประเภทของสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ
และคนชรา
- (4) สัญลักษณ์รูปผู้พิการ เครื่องหมายแสดงทางไปสู่สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้
พิการ และคนชรา และสัญลักษณ์หรือตัวอักษรแสดงประเภทของสิ่งอำนวยความสะดวก
สำหรับผู้พิการ และคนชรา โดยให้เป็นสีขาวโดยพื้นป้ายเป็นสีน้ำเงิน หรือเป็นสีน้ำเงิน
โดยพื้นป้ายเป็นสีขาว
- (5) ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ และคนชรา ต้องมีความชัดเจน
มองเห็นได้ง่าย ติดอยู่ในตำแหน่งที่ไม่ทำให้สับสน และต้องจัดให้มีแสงส่องสว่างเป็น
พิเศษทั้งกลางวันและกลางคืน

2.4.1.2 ทางลาดและลิฟต์

หากระดับพื้นภายในอาคาร หรือระดับพื้นภายในอาคารกับภายนอกอาคาร หรือระดับพื้น
ทางเดินภายนอกอาคารมีความต่างระดับกันเกิน 2 เซนติเมตร ให้มีทางลาดหรือลิฟต์ระหว่างพื้นที่
ต่างระดับกัน แต่ถ้ามีความต่างระดับกันไม่เกิน 2 เซนติเมตร ต้องปาดมุมพื้นส่วนที่ต่างระดับกัน
ไม่เกิน 45 องศา ทางลาดให้มีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- (1) พื้นผิวทางลาดต้องเป็นวัสดุที่ไม่ลื่น
- (2) พื้นผิวของจุดต่อเนื่องระหว่างพื้นที่กับทางลาดต้องเรียบไม่สะดุด
- (3) ความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ในกรณีที่ทางลาดมีความยาวของทุกช่วง
รวมกัน ตั้งแต่ 6,000 มิลลิเมตร ขึ้นไป ต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร
- (4) มีพื้นที่หน้าทางลาดเป็นที่ว่างยาวไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร
- (5) ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 และมีความยาวช่วงละไม่เกิน 600 เซนติเมตร
ในกรณีที่ทางลาดยาวเกิน 6,000 มิลลิเมตร ต้องจัดให้มีชานพักยาวไม่น้อยกว่า 150
เซนติเมตร คั่นระหว่างแต่ละช่วงของทางลาด
- (6) ทางลาดด้านที่ไม่มีผนังกันให้ยกขอบสูงจากพื้นผิวของทางลาดไม่น้อยกว่า 5
เซนติเมตร และมีราวกันตก

(7) ทางลาดที่มีความยาวตั้งแต่ 250 เซนติเมตร ขึ้นไป ต้องมีราวจับทั้งสองด้าน โดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- (ก) ทำด้วยวัสดุเรียบ มีความมั่นคงแข็งแรง ไม่เป็นอันตรายในการจับและไม่ลื่น
- (ข) มีลักษณะกลม โดยมีเส้นผ่านศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 3 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 4 เซนติเมตร
- (ค) สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 80 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 90 เซนติเมตร
- (ง) ราวจับด้านที่อยู่ติดผนังให้มีระยะห่างจากผนังไม่น้อยกว่า 5 เซนติเมตร มีความสูงจากจุดยึดไม่น้อยกว่า 12 เซนติเมตร และผนังบริเวณราวจับต้องเป็นผนังเรียบ
- (จ) ราวจับต้องยาวต่อเนื่อง และส่วนที่ยึดติดกับผนังจะต้อง ไม่กีดขวางหรือเป็นอุปสรรคต่อการใช้ของคนพิการทางการมองเห็นและคนชรา
- (ฉ) ปลายของราวจับให้ยื่นเลยจากจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดของทางลาดไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร

(8) มีป้ายแสดงทิศทาง ตำแหน่ง หรือหมายเลขชั้นของอาคารที่คนพิการทางการมองเห็นและคนชราสามารถทราบความหมายได้ ตั้งอยู่บริเวณทางขึ้นและทางลงของทางลาดที่เชื่อมระหว่างชั้นของอาคาร

(9) ให้มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ในบริเวณทางลาดที่จัดไว้ให้แก่ผู้พิการและคนชรา

ลิฟต์ อาคาร ที่มีจำนวนชั้นตั้งแต่สองชั้นขึ้นไปต้องจัดให้มีลิฟต์หรือทางลาดที่ผู้พิการและคนชราใช้ได้ระหว่างชั้นของอาคารลิฟต์ที่ผู้พิการ และคนชราใช้ได้ต้องสามารถขึ้นลงได้ทุกชั้น มีระบบควบคุมลิฟต์ที่ผู้พิการ และคนชราสามารถควบคุมได้เอง ใช้งานได้อย่างปลอดภัย และจัดไว้ในบริเวณที่ผู้พิการ และคนชราสามารถใช้ได้สะดวกให้มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ที่ช่องประตูด้านนอกของลิฟต์ที่จัดไว้ให้ผู้พิการและคนชราใช้ได้ ลิฟต์ที่ผู้พิการ และคนชราใช้ได้ที่มีลักษณะเป็นห้องลิฟต์ต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- (1) ขนาดของห้องลิฟต์ต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 110 เซนติเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 140 เซนติเมตร
- (2) ช่องประตูลิฟต์ต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร และต้องมีระบบแสงเพื่อป้องกันไม่ให้ประตูลิฟต์หนีบผู้โดยสาร
- (3) มีพื้นผิวต่างสัมผัสบนพื้นบริเวณหน้าประตูลิฟต์กว้าง 30 เซนติเมตร และยาว 90 เซนติเมตร ซึ่งอยู่ห่างจากประตูลิฟต์ไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 60 เซนติเมตร
- (4) ปุ่มกดเรียกลิฟต์ ปุ่มบังคับลิฟต์ และปุ่มสัญญาณแจ้งเหตุฉุกเฉินต้องมีลักษณะดังต่อไปนี้

(ก) ปุ่มล่างสุดอยู่สูงจากพื้น ไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ปุ่มบนสุดอยู่สูงจากพื้น ไม่เกินกว่า 120 เซนติเมตร และห่างจากมุมภายในห้องลิฟต์ ไม่น้อยกว่า 40 เซนติเมตร ในกรณีที่ห้องลิฟต์มีขนาดกว้างและยาวน้อยกว่า 150 เซนติเมตร

(ข) มีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 2 เซนติเมตร เมื่อกดปุ่มจะต้องมีเสียงดัง และมีแสง

(ค) ไม่มีสิ่งกีดขวางบริเวณที่กดปุ่มลิฟต์

(5) มีราวจับโคจรรอบภายในลิฟต์ โคจรรวมมีลักษณะตามที่กำหนดในข้อของทางลาด

(6) มีตัวเลขและเสียงบอกตำแหน่งชั้นต่าง ๆ เมื่อลิฟต์หยุด และขึ้นหรือลง

(7) มีป้ายแสดงหมายเลขชั้นและแสดงทิศทางบริเวณ โถงหน้าประตูลิฟต์และติดอยู่ในตำแหน่งที่เห็นได้ชัดเจน

(8) ในกรณีที่ลิฟต์ขัดข้องให้มีทั้งเสียงและแสงไฟเตือนภัยเป็นไฟกะพริบสีแดง เพื่อให้คนพิการทางการมองเห็นและคนพิการทางการได้ยินทราบ และให้มีไฟกะพริบสีเขียว เป็นสัญญาณให้คนพิการทางการได้ยินได้ทราบว่าผู้ที่อยู่ข้างนอกทราบแล้วว่าลิฟต์ขัดข้องและกำลังให้ความช่วยเหลืออยู่

(9) มีโทรศัพท์แจ้งเหตุฉุกเฉินภายในลิฟต์ซึ่งสามารถติดต่อกับภายนอกได้ โดยต้องอยู่สูงจากพื้น ไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 120 เซนติเมตร

(10) มีระบบการทำงานที่ทำให้ลิฟต์เลื่อนมาอยู่ตรงที่จอดชั้นระดับพื้นดินและประตูลิฟต์ต้องเปิดโดยอัตโนมัติเมื่อไฟฟ้าดับ

2.4.1.3 บันได

อาคาร ต้องจัดให้มีบันไดที่ผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชราใช้ได้อย่างน้อยขั้นละ 1 แห่ง โดยต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

(1) มีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร

(2) มีชานพักทุกกระยะในแนวตั้งไม่เกิน 200 เซนติเมตร

(3) มีราวบันไดทั้งสองข้าง โดยให้ราวมีลักษณะตามที่กำหนด

(4) ลูกตั้งสูงไม่เกิน 15 เซนติเมตร ลูกนอนเมื่อหักส่วนที่ขึ้นบันไดเลื่อนกันออกแล้ว เหลือความกว้างไม่น้อยกว่า 28 เซนติเมตร และมีขนาดสม่ำเสมอตลอดช่วงบันได ในกรณีที่ขึ้นบันไดเลื่อนกันหรือมีงูกบันไดให้มีระยะเลื่อนกันได้ไม่เกิน 2 เซนติเมตร

(5) พื้นผิวของบันไดต้องใช้วัสดุที่ไม่ลื่น

(6) ลูกตั้งบันไดห้ามเปิดเป็นช่องโถง

(7) มีป้ายแสดงทิศทาง ตำแหน่ง หรือหมายเลขชั้นของอาคารที่คนพิการทางการมองเห็น และคนชราสามารถทราบความหมายได้ ตั้งอยู่บริเวณทางขึ้นและทางลงของบันไดที่เชื่อมระหว่างชั้นของอาคาร

2.4.1.4 ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร

ต้องจัดให้มีทางเข้าอาคารเพื่อให้ผู้พิการ และคนชราเข้าใช้ได้โดยมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- (1) เป็นพื้นผิวเรียบเสมอกัน ไม่ลื่น ไม่มีสิ่งกีดขวาง หรือส่วนของอาคารยื่นล้ำออกมา เป็นอุปสรรคหรืออาจทำให้เกิดอันตรายต่อผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา
- (2) อยู่ในระดับเดียวกับพื้นถนนภายนอกอาคารหรือพื้นลานจอดรถ ในกรณีที่อยู่ต่างระดับต้องมีทางลาดที่สามารถขึ้นลงได้สะดวก และทางลาดนี้ให้อยู่ใกล้ที่จอดรถ

2.4.1.5 ประตู

ประตูของอาคาร ต้องมีลักษณะ ดังต่อไปนี้

- (1) เปิดปิดได้ง่าย
- (2) หากมีธรณีประตู ความสูงของธรณีประตูต้องไม่เกินกว่า 2 เซนติเมตร และให้ขอบทั้งสองด้านมีความลาดเอียง ไม่เกิน 45 องศา เพื่อให้เก้าอี้ล้อหรือผู้พิการหรือ และคนชราที่ใช้อุปกรณ์ช่วยเดินสามารถข้ามได้สะดวก
- (3) ช่องประตูต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร
- (4) ในกรณีที่ประตูเป็นแบบบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกสู่ทางเดินหรือระเบียงต้องมีพื้นที่ว่างขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร
- (5) ในกรณีที่ประตูเป็นแบบบานเลื่อนหรือแบบบานเปิดให้มีมือจับที่มีขนาดเท่ากับราวจับในแนวตั้งทั้งด้านในและด้านนอกของประตูซึ่งมีปลายด้านบนสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 100 เซนติเมตร และปลายด้านล่างไม่เกิน 80 เซนติเมตร ในกรณีที่ประตูบานเปิดออกให้มีราวจับตามแนวอนด้านในประตู และในกรณีที่ประตูบานเปิดเข้าให้มีราวจับตามแนวอนด้านนอกประตูราวจับดังกล่าวให้สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 80 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 9 เซนติเมตร ยาวไปตามความกว้างของประตู
- (6) ในกรณีที่ประตูเป็นกระจกหรือลูกฟักเป็นกระจก ให้ติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สังเกตเห็นได้ชัด
- (7) อุปกรณ์เปิดปิดประตูต้องเป็นชนิดก้านบิดหรือแกนผลัก อยู่สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 100 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 120 เซนติเมตร ประตู ต้องไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เองที่อาจทำให้ประตูหนีบหรือกระแทกผู้พิการ และคนชรา ไม่ใช่บังคับกับประตูหนีไฟและประตูเปิดปิดโดยใช้ระบบอัตโนมัติ (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2548)

การศึกษากฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อนำไปตรวจสอบและปรับปรุงห้องกิจกรรมเพื่อตอบสนองต่อผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม

2.4.2 แนวทางการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพของผู้สูงอายุ

การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยเหมาะสมต่อการดำรงชีวิตสำหรับผู้สูงอายุไว้ 3 ส่วนสรุปออกมาได้ดังนี้

2.4.2.1 สภาพแวดล้อมส่วนบุคคล (Individual Environment) การปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานะเสื่อมถอย ความผิดปกติและสภาพปัญหาที่ผู้สูงอายุประสบอยู่ เช่น ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านการทรงตัว ควรจัดให้มีไม้เท้าช่วยในการทรงตัว ผู้สูงอายุที่มีอาการซึมเศร้าอาจเกิดจากสภาพแวดล้อม ที่มีแสงสว่างน้อย ขาดสีสัน เก้าอี้รูปทรงแทนม ทำให้มีปัญหาทางด้านสภาพจิตใจ นอกจากนั้น เครื่องตกแต่งบ้าน อุปกรณ์การวางไม่เป็นที่ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่สะดวกสิ่งเหล่านี้ควรปรับปรุง

2.4.2.2 สภาพแวดล้อมทางสังคม (Social Environment) การเน้นสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สำหรับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือแม้แต่ การพูดคุยเพื่อเสริมสร้างกำลังใจควรมีการวางแผนระหว่างสถาปนิก วิศวกร มัณฑนากร เพื่อให้ เกิดผลตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ เช่น การมีมุมเครื่องเคี้ยวหรือมุมหนังสือ หรือมีกระดานหมากรุก หรือเกมอื่นๆเอาไว้รองรับกิจกรรมที่ต้องการ

2.4.2.3 สภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment) การให้ความสนใจในเรื่องความมั่นคงปลอดภัยนอกเหนือจากความสวยงาม เช่น ผู้สูงอายุที่เดินไม่สะดวกอาจลื่นหกล้มได้หาก ทางเดินไม่มีที่ยึดเกาะ ทางเดินไม่มีแสงสว่างเพียงพอนอกจากนั้นอุปกรณ์ตกแต่งก็มีผลต่อ สุขภาพจิตผู้สูงอายุ เช่นกัน พบว่า การจัดเก้าอี้ที่นั่งหันหน้าชนกัน การใช้โต๊ะกลมมากกว่าโต๊ะสี่เหลี่ยมต่างมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีการสนทนาพูดคุยกับผู้อื่น ได้มากขึ้น (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544)

2.4.3 แนวทางการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ช่วยป้องกันอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ

2.4.3.1 อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ

ประเทศไทยอุบัติเหตุในผู้สูงอายุที่พบมากที่สุดร้อยละ 35 เกิดจากการพลัดตกหกล้ม การศึกษาของโรงพยาบาลต่างๆพบว่า ถ้าผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุ โดยเฉพาะถ้าเกิดการหักของกระดูกข้อสะโพก ทำให้ผู้สูงอายุไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ หรือเคลื่อนไหวได้ลำบาก หรือถ้าศีรษะถูกกระแทกกระแทกอย่างรุนแรงอาจทำให้มีเลือดออกในสมอง และเป็นสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุเสียชีวิตได้บ่อยที่สุด (สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. 2551) จากการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2550 พบว่าผู้สูงอายุ ร้อยละ 10 เคยหกล้มในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา โดยเพศหญิงมีการหกล้มมากกว่าเพศชาย (หญิงร้อยละ 13 และชายร้อยละ 8) ในจำนวนผู้ที่เคยหกล้มกว่าครึ่งหนึ่งเคยหกล้ม 1 ครั้ง ร้อยละ 24 เคยหกล้ม 2 ครั้ง และมีผู้ที่เคยหกล้มมากกว่า 2 ครั้ง ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมาถึงร้อยละ 22 และผู้สูงอายุร้อยละ 40 หกล้มภายในที่อยู่อาศัย (ชนนุช ตรีทิพบุตร. 2551)

จากการศึกษาอุบัติเหตุในผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่เกิดจากสาเหตุ 5 อย่าง คือ 1. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย มองเห็นไม่ชัด หูตึง อาจไม่ได้ยินเสียงรถ เสียงแตร เวลาข้ามถนน ระบบการทรงตัวไม่ดี เช่น หูชั้นในเริ่มเสื่อม กล้ามเนื้อขาดความแข็งแรงในการช่วยพยุงตัว ข้อกระดูกไม่ดี ระบบประสาทสัมผัสเสื่อม เช่น เป็นเบาหวานมานาน ระบบหัวใจและหลอดเลือด เช่น เจ็บหน้าอก หน้ามืดเวลาเปลี่ยนท่า 2. สิ่งแวดล้อม แสงสว่างไม่เพียงพอ พื้นบ้านลื่น โดยเฉพาะพื้นผิวขัดมันหรือพื้นเปียก บันไดบ้านลื่น หรือไม่มีราวบันได ห้องน้ำ พื้นลื่นเปียก ไม่มีราวเกาะ พื้นที่มีสิ่งของวางระเกะระกะ กีดขวาง เช่น สายไฟ ของเล่นเด็ก ผ้าเช็ดตัว สัตว์เลี้ยง 3. การใช้ยา เช่น ยาลดความดันเลือด ยานอนหลับ 4. เสื้อผ้าที่ใส่หลวม ขาวรุ่มร่าม มีเชือกยาวไป 5. เครื่องมือช่วยเดิน ไม่ดี เช่น ไม้เท้าที่ไม่มียางกันลื่น หรือรถเข็นที่ไม่มีที่ห้ามล้อ (คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. 2551)

2.4.3.2 การจัดสภาพแวดล้อมเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

การดูแลสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสม ไม่ก่อให้เกิดอันตราย หรือเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย เช่น จัดสิ่งของให้เข้าที่เป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่วางเกะกะกีดขวางทางเดิน พื้นบ้านควรเป็นพื้นเรียบ ไม่ลื่นหรือหากปูพรมควรแน่ใจว่าจะไม่ทำให้สะดุดหกล้มได้ พื้นควรปูด้วยวัสดุที่ไม่ลื่นง่าย หรือมีแผ่นยางปรุที่ทับกันลื่นไว้ สิ่งของเครื่องใช้ในบ้าน ควรเลือกให้เหมาะสม มีความแข็งแรง ไม่ชำรุด เช่น เตี้ยงนอน โต๊ะ เก้าอี้ และเฟอร์นิเจอร์เป็นต้น

การป้องกันการพลัดตกหกล้มขณะขึ้นลงบันไดควรปฏิบัติดังนี้ 1. บันไดภายในบ้าน ควรมีราวสำหรับยึดเหนี่ยวจับที่มั่นคงทั้ง 2 ด้าน บันไดเดี่ยว ควรเปลี่ยนเป็นทางลาดโดยเฉพาะบันไดที่ชัน 2. ขอบของบันไดแต่ละขั้น ควรมีอุปกรณ์กันลื่นไว้ และควรใช้สีตัดกันเห็นได้ชัด 3. ตามขั้นบันไดอย่าวางสิ่งของใดๆ ระวางสัตว์เลี้ยงที่จะมานอนอยู่ตามขั้นบันได ซึ่งจะใช้เวลาผู้สูงอายุขึ้นเดินลงแล้วไปเหยียบเกิดการสะดุดพลัดตกบันได 4. บริเวณบันไดควรมีแสงสว่างเพียงพอในการมองเห็นและแสงสว่างตามขั้นบันไดจะต้องไม่ให้มีแสงสะท้อนสวิตช์ไฟต้องอยู่ใกล้ๆ ควรมีสวิตช์ไฟส่วนบนสุดและส่วนล่างสุดเพื่อความสะดวก (คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. 2551)

2.4.4 แนวทางการจัดสภาพแวดล้อมห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ

จากหลักการของ Regnier (2002) ในการจัดสภาพแวดล้อมภายในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในสถานดูแลผู้สูงอายุ สรุปได้ดังต่อไปนี้

2.4.4.1 ตกแต่งพื้นที่ภายในให้มีลักษณะเหมือนบ้าน

หลีกเลี่ยงลักษณะที่ดูเหมือนโรงพยาบาล ทางเดินที่เป็นช่องยาวๆ ลดความยาวทางเดินให้สั้นลงจากห้องนอนถึงห้องอาหาร ใช้วัสดุของตกแต่งที่ผู้สูงอายุคุ้นเคยกระตุ้นความสนใจและความทรงจำในอดีต จัดเป็นมุมย่อยๆ จัดเครื่องเรือนเป็นกลุ่มๆ ตกแต่งและจัดสวนให้สวยงาม ดูเป็นมิตร และเชื่อเชิญ สร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการพบปะพูดคุยกัน โดยการจัด

พื้นที่ห้องนั่งเล่นให้พบปะพูดคุยกัน จัดกิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมกลุ่ม ขณะเดียวกันต้องมีพื้นที่ส่วนตัวสำหรับให้แขกตัวออกมาได้ ในเวลาที่ต้องการความเป็นส่วนตัว มีพื้นที่ให้ผู้สูงอายุนั่งมองคนผ่านไปมา ภายในตึกภาพงานศิลปะ ของตกแต่งต่างๆ เพื่อให้มองเห็นเป็นหัวข้อการสนทนา แลกเปลี่ยนภายในกลุ่ม สร้างบรรยากาศให้น่าอยู่สบาย ใช้ต้นไม้มาประดับตกแต่งภายใน ทั้งต้นไม้กระถาง ต้นไม้แขวน ต้นไม้ตั้งโต๊ะ เก้าอี้ที่เข้มีที่เท้าแขน เพื่อช่วยพยุงตัวในการลุกนั่ง ใช้วัสดุ สี สันที่หลายหลาย มีความหลากหลายในการตกแต่ง วัสดุและของประดับตกแต่งที่ใช้ภายในควรเป็นวัสดุที่หาได้ภายในท้องถิ่น ตกแต่งด้วยภาพเก่าๆ ในท้องถิ่น เพื่อให้หวนระลึกความทรงจำ ส่งเสริมให้ญาติ ลูกหลาน เพื่อนๆ มาเยี่ยมผู้สูงอายุ โดยเตรียมพื้นที่ มุมส่วนตัว เพื่อให้ผู้สูงอายุพบปะพูดคุย รับประทานอาหารกับญาติหรือเพื่อน เน้นใช้โทนสีที่แตกต่าง ให้ความรู้สึกมั่นคงเหมาะสมกับกิจกรรมที่ทำ

2.4.4.2 การจัดแสงสว่างที่เพียงพอ

โดยจัดให้มีทั้งแสงไฟและแสงธรรมชาติ นอกจากไฟเพดานกลางห้องแล้ว ควรติดไฟหลายประเภท เช่น ไฟตั้งโต๊ะ ไฟแขวน ไฟตั้งพื้น ไฟกิ่ง ไฟติดผนัง ไฟฝังที่เพดาน ไฟซ่อนในหลืบ เพื่อเพิ่มความสว่างในจุดต่างๆ แสงสว่างแบบปรับระดับได้ในห้องกิจกรรม เพื่อให้ปรับระดับได้เหมาะสมกับกิจกรรมที่แตกต่างกัน บังหลอดไฟไม่ให้ผู้สูงอายุเห็นหลอดไฟโดยตรง หน้าต่างใช้บานกว้างรับแสงธรรมชาติ ขอบหน้าต่างด้านล่างควรสูงจากพื้น 30 เซนติเมตร เพื่อให้ผนังไม่บังทิวทัศน์ภายนอก จัดทำช่องแสงที่ผนังในจุดต่างๆ เพื่อรับแสงธรรมชาติเข้ามาในตัวอาคารติดม่านและมู่ลี่ เพื่อป้องกันแสงจ้าเข้าตาผู้สูงอายุแล้วทำให้ตาพร่า

2.4.4.3 ปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อผู้สูงอายุ

โดยทำทางลาด เสริมทางลาดในจุดต่างๆ เช่น ธรณีประตู พื้นต่างระดับ และการเพิ่มแสงสว่างภายในห้องกิจกรรม โดยทำตามหลักการ Universal Design เพื่อจัดสภาพแวดล้อมที่ไม่มีอุปสรรค (Barrier-Free Environment) ให้แก่ทุกคน อาทิ การปรับระดับพื้นให้มีระดับเดียวกัน ธรณีประตูควรสูงไม่เกิน 2 เซนติเมตร และลาดเอียงให้ wheelchair ขึ้นได้ ประตูกว้างพอสำหรับ wheelchair ประตูที่นิยมใช้มากที่สุดคือประตูบานเลื่อน สวิตช์ไฟอยู่ระดับต่ำพอที่จะเอื้อมถึง ใช้วัสดุพื้นที่ไม่ลื่น บริเวณที่เป็นพื้นต่างระดับควรมีทั้งทางลาดและบันได เนื่องจากผู้สูงอายุบางคนถนัดที่จะใช้บันไดมากกว่าทางลาด ปุ่มควบคุมระบบต่างๆ (สวิตช์ไฟ, ปุ่มเครื่องปรับอากาศ, ก๊อกน้ำ) ต้องเป็นแบบที่ผู้สูงอายุที่มีปัญหาเรื่องข้อเสื่อมสามารถใช้ได้อย่างสะดวก มีพื้นที่ส่วนดูแลผู้สูงอายุที่เป็นโรคสมองเสื่อมต้องเป็นส่วนเล็กๆ มีผู้สูงอายุอยู่ไม่เกิน 15 คน มีระบบรักษาความปลอดภัย ป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุเดินหลงออกไปข้างนอก รั้วต้องสูงอย่างน้อย 1.80 เมตร ประตูและ หน้าต่างต้องมีอุปกรณ์ปิดล็อก เตรียมพื้นที่ทางเดินให้ผู้สูงอายุเดินวนเวียนทั้งภายในอาคารและภายในสวน แต่ต้องอยู่ในสายตาของผู้ดูแล จัดพื้นที่ที่เชื่อมโยงภายในอาคารกับสวนนอกอาคารผู้สูงอายุนิยมนั่งบริเวณพื้นที่ที่เชื่อมโยงภายในอาคารกับสวนนอกอาคาร ควรมีหน้าต่างกระจกให้ผู้สูงอายุมองเห็นสวนและทิวทัศน์ภายนอกได้

2.4.4.4 จัดสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการทำงานของเจ้าหน้าที่

ห้องทำงานต้องมีความเป็นส่วนตัว แต่ขณะเดียวกันต้องสามารถติดต่อได้ง่าย โดยใช้ผนังเดี่ยว มีช่องกระจก

2.4.4.5 จัดกิจกรรมที่สร้างความรื่นรมย์

กิจกรรมอาทิ การบำบัดต่างๆ เช่น การนวดผ่อนคลาย(Massage Therapy) การบำบัดด้วยกลิ่นหอม(Aroma Therapy) การบำบัดด้วยเสียงเพลง(Music Therapy) การบำบัดโดยใช้สัตว์เลี้ยง (Pet Therapy) เกี่ยวกับเสริมสวย ทำผม แต่งหน้า ทำเล็บ แต่งตัวให้สวยงาม ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีอิสระในการทำกิจกรรมต่างๆผู้สูงอายุมีอิสระในการทำกิจกรรมต่างๆ ในเวลาที่ตนเองต้องการ โดยไม่สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น

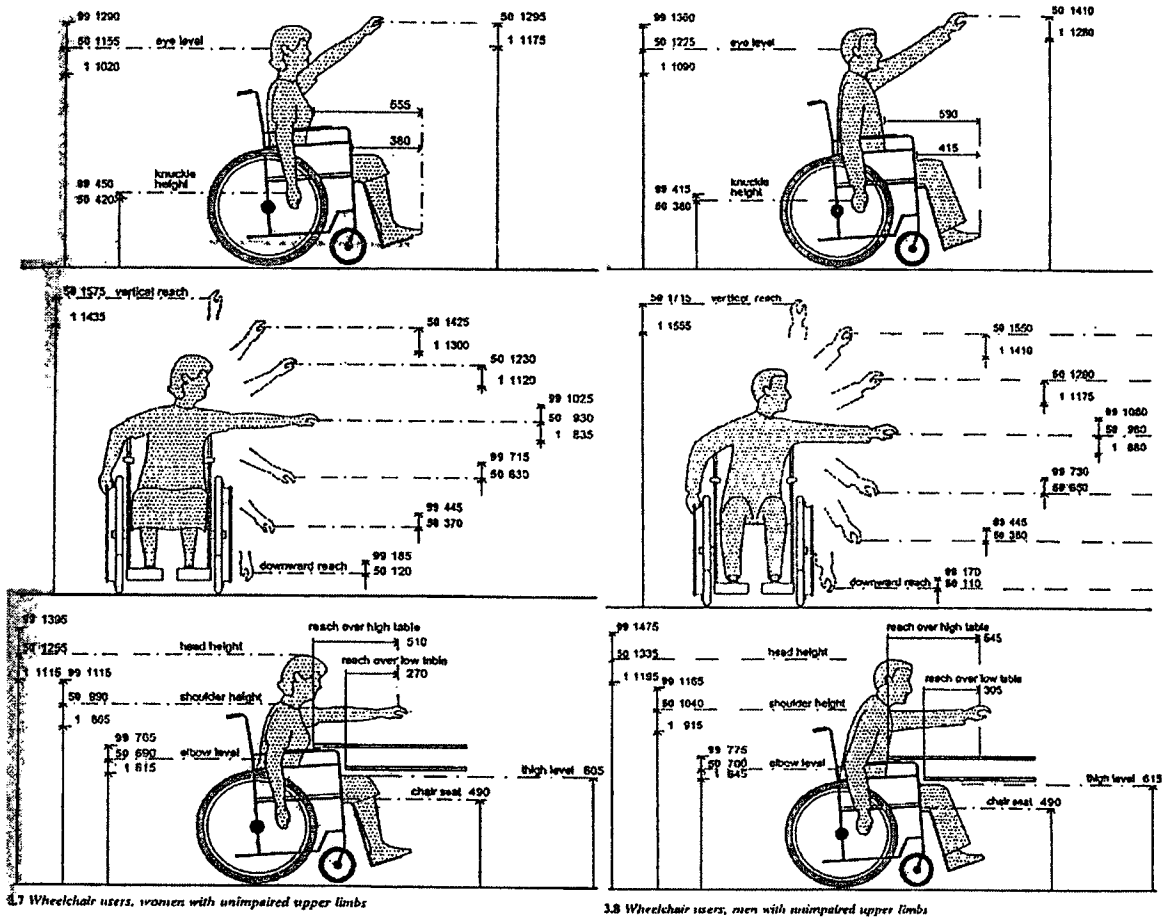
2.4.4.6 เทคโนโลยีที่รองรับความสะดวกสบายให้แก่ผู้สูงอายุ

มีเทคโนโลยีที่รองรับความต้องการและอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ อาทิ โทรทัศน์ขนาดใหญ่ อินเทอร์เน็ต มีระบบการรักษาความปลอดภัยระบบดับเพลิง เครื่องตรวจจับควันไฟ Smoke Detectors Sprinklers ระบบเตือนภัยฉุกเฉินระบบไฟสำรอง ควบคุมประตูเข้าออก เพื่อป้องกันบุคคลภายนอกที่ไม่เกี่ยวข้องและโจรผู้ร้าย

การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยเหมาะสมต่อการทำกิจกรรมต่างๆสำหรับผู้สูงอายุสรุปออกมาเป็นพื้นที่กิจกรรมต่างๆได้ดังนี้

2.4.4.7 พื้นที่กิจกรรมอเนกประสงค์ (Multi-purpose Room)

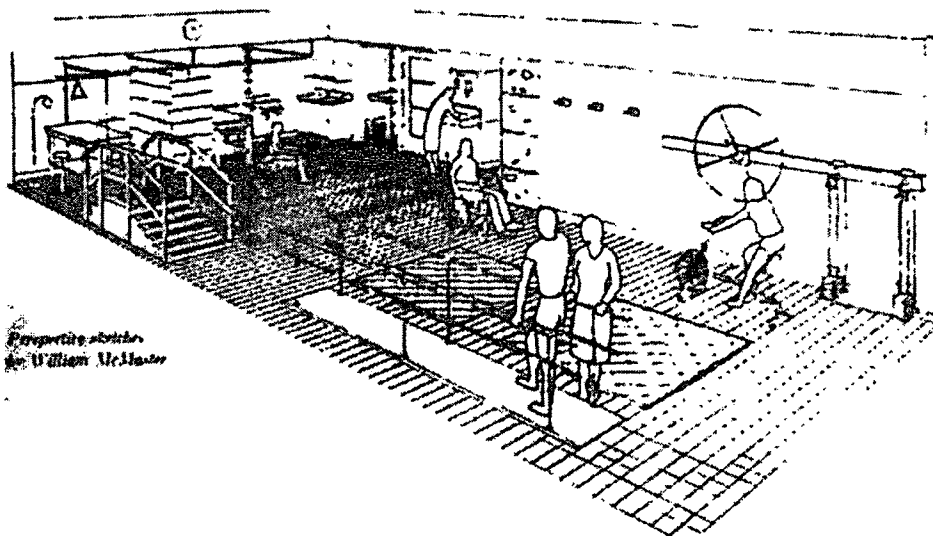
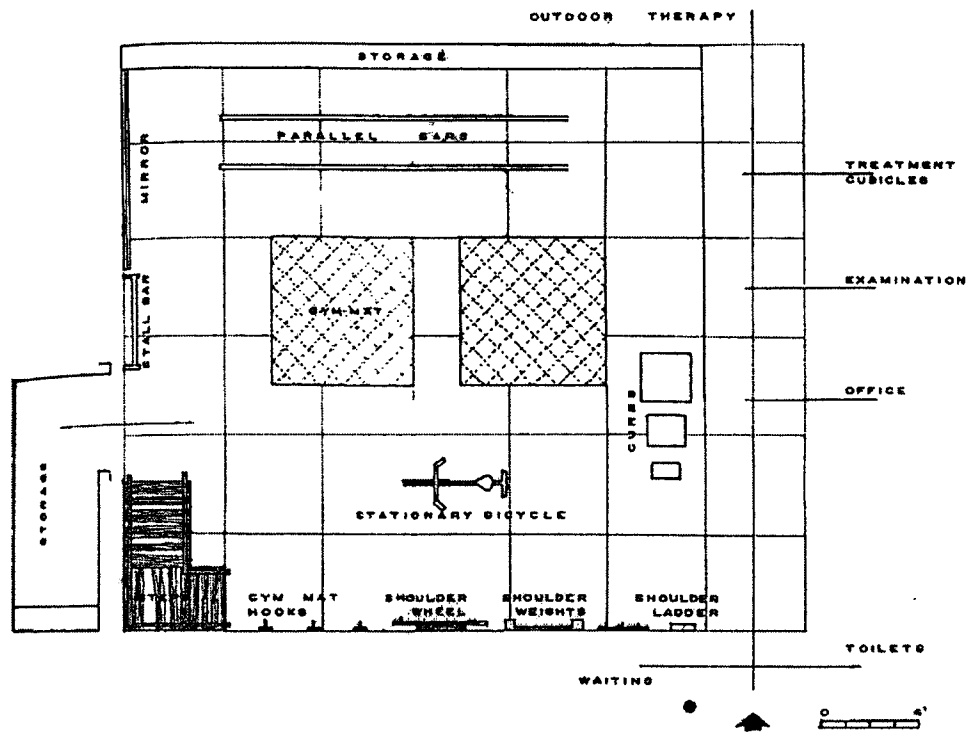
เป็นโถงกลางอยู่ระหว่างพื้นที่กิจกรรมอื่นๆ วัตถุประสงค์เพื่อจัดพื้นที่จัดกิจกรรมแต่ไม่นิยมทำกิจกรรมที่ใช้เสียงดังเป็นเวลานาน สามารถรองรับผู้สูงอายุทั้งหมดในโครงการเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันได้ พื้นที่กิจกรรมอเนกประสงค์ควรอยู่ใกล้สำนักงานผู้ดูแลผู้สูงอายุ ห้องเก็บอุปกรณ์และห้องน้ำ รองลงมาคือพื้นที่บริเวณสวนหย่อมภายนอก ไม่ควรตั้งอยู่ใกล้ส่วนห้องรับแขกบุคคลภายนอก และพื้นที่ที่เป็นอันตราย บรรยากาศภายใน ให้ความรู้สึกกระฉับกระเฉงกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีความเบิกบาน สบายใจ ควรเป็น โทนอนอบอุ่นธรรมชาติ ขนาดพื้นที่ 1.35 – 2.25 ตารางเมตรต่อคน ขนาดพื้นที่ห้องโดยรวมไม่ควรต่ำกว่า 90 ตารางเมตร ห้องเก็บของควรมีขนาดอย่างน้อย 6.30 ตารางเมตร ความสูงเพดาน 2.70 ถึง 3.50 เมตร การตกแต่งพื้น ควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น ผนังง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด เพดานใช้วัสดุป้องกันเสียงสะท้อน แสงใช้หลอดไฟฟ้าที่ให้ความสว่างชัดเจนและประหยัดพลังงาน หากมีการแสดงให้ใช้ไฟสปอร์ตไลท์เสริม นอกเหนือจากแสงธรรมชาติ ข้อควรคำนึงถึงพิเศษ ควรเตรียมพื้นที่ให้เพียงพอสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุที่ต้องใช้รถเข็น (ภาพที่) (Aranyi, L. & Goldman,L.L.: 1980)



ภาพที่ 2.1 การวัดพื้นที่ใช้สอยรถเข็นของผู้หญิงและชาย (Universal Design: A Manual of Practical Guidance for Architects)

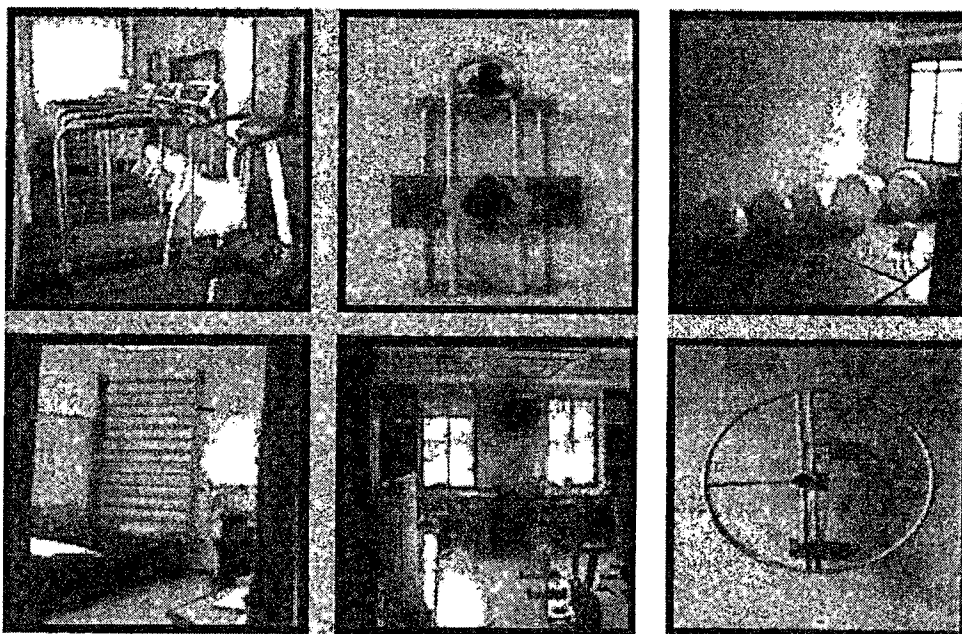
2.4.4.8 พื้นที่ออกกำลังกายและอุปกรณ์

วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ดูแลสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของตนเอง พื้นที่ผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านระบบกระดูกกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ตัวอย่างการจัดห้องกิจกรรมสำหรับฟื้นฟูกล้ามเนื้อร่างกายและอุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ดังภาพที่ 2.2 และ 2.3



ภาพที่ 2.2 ตัวอย่างห้องออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ (Chiara, J.D. & Callender, J.H. "Time-saver standards for building types")

ตัวอย่างเครื่องออกกำลังกายและอุปกรณ์ทำกายภาพบำบัดที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุคงภาพที่



ภาพที่ 2.3 อุปกรณ์ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ (ศูนย์เนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน: กลไกการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืน)

2.4.4.9 พื้นที่ทางศาสนา

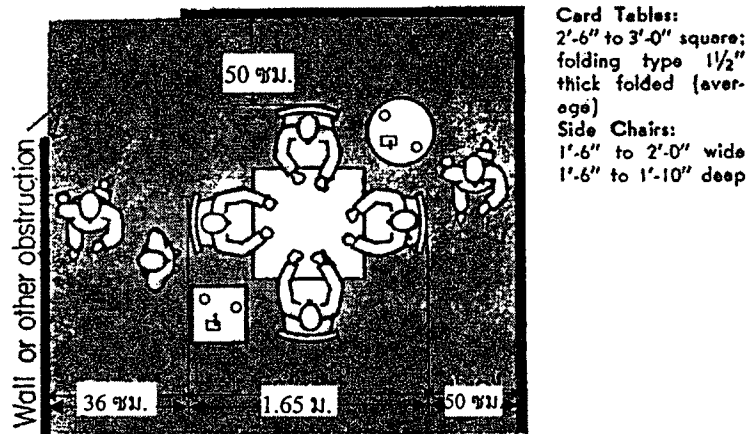
วัตถุประสงค์เพื่อประกอบกิจกรรมทางศาสนา เช่น สวดมนต์ นั่งสมาธิ นอกจากนี้แล้วยังทำให้ผู้สูงอายุได้มีการสนทนา เข้าสังคมกับผู้นับถือศาสนาเดียวกันและต่างศาสนา พื้นที่ประกอบกิจกรรมทางศาสนาควรอยู่ใกล้ที่พักผู้สูงอายุ ไม่มีเสียงรบกวนจากภายนอก บรรยากาศภายใน ให้ความรู้สึกรอบคอบ ผ่อนคลาย สบายใจ ควรเป็นโทนอบอุ่นธรรมชาติออกโทนเข้ม ขนาดพื้นที่ 3 - 3.50 ตารางเมตรต่อคน หรือ อยู่ที่ประมาณ 9-18 ตารางเมตร ต่อผู้ใช้ 4-6 คน ความสูงเพดาน 2.40 ถึง 2.70 เมตร พื้นที่ที่ใช้กั้นกราบประมาณ 1.25x0.70 เมตร การตกแต่ง พื้น ควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น ผืนนั่ง ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด เพดาน ใช้วัสดุเก็บเสียงและป้องกันเสียงสะท้อน แสง ควรใช้หลอดไฟฟ้าที่ให้ความสว่างชัดเจน และประหยัดพลังงานควรออกแบบให้สามารถปรับแสงสว่างได้ (Laszlo Aranyi: 1980)

2.4.4.10 พื้นที่เกมกีฬา

ผู้สูงอายุนั้นชอบเล่นเกมต่างๆควรจัดหาห้องที่เป็นส่วนเฉพาะเล่นเกมแยกไว้ (Aranyi, L. & Goldman, L.L.: 1980)

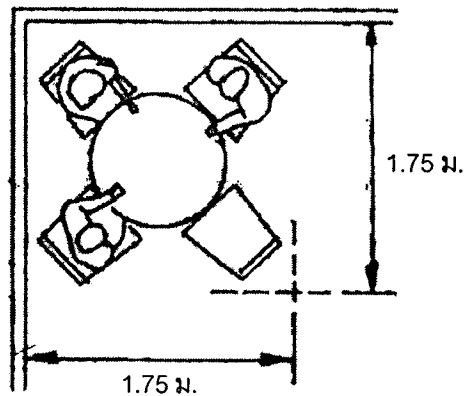
2.4.4.10.1 กีฬามากรุกและไพ่

พื้นที่ในการเล่นบนโต๊ะสี่เหลี่ยมขนาด 30 เซนติเมตร ถึง 36 เซนติเมตร เก้าอี้ขนาดกว้าง 45 เซนติเมตร ถึง 60 เซนติเมตร (ภาพที่ 2.4)



ภาพที่ 2.4 แสดงการใช้พื้นที่เล่นเกม (Time-saver standards for building types)

โต๊ะกลมขนาด 90 เซนติเมตร ใช้พื้นที่รวมเก้าอี้ขนาด 1.75 x 1.75 เมตร หรือขนาด 3.06 ตารางเมตร (ภาพที่ 25)



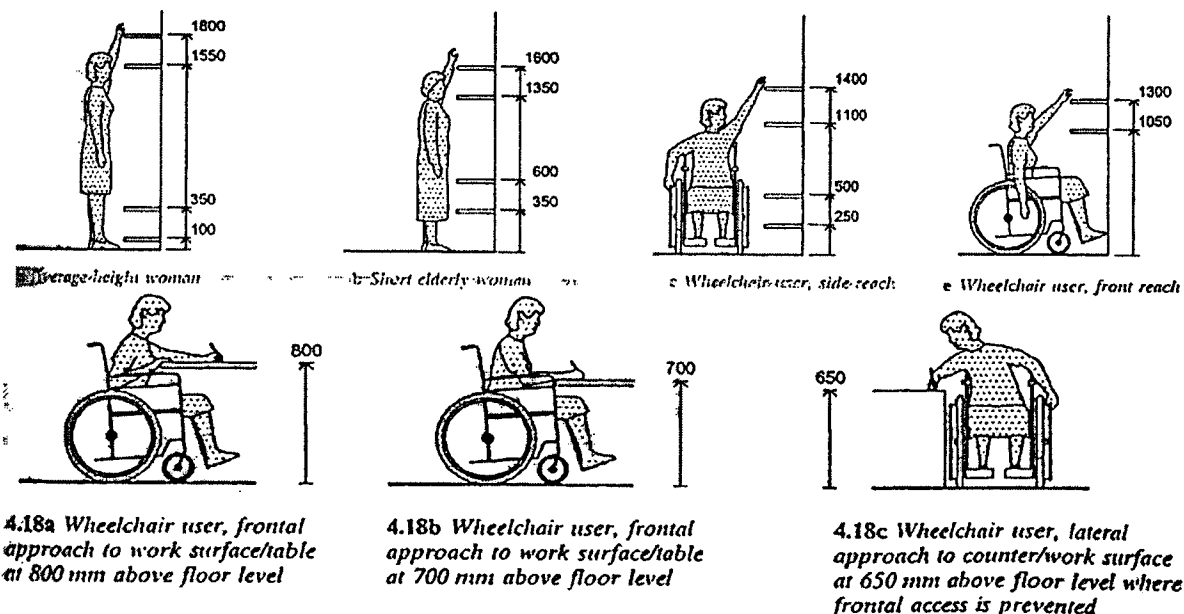
ภาพที่ 2.5 แสดงขนาดพื้นที่โต๊ะกลมสำหรับเล่นเกม (Time-saver standards for interior design and space planning)

2.4.4.10.2 กีฬาเป่า

ขนาดพื้นที่มาตรฐานในการเล่นคือ 3x4 เมตร หรือ 12 ตารางเมตร อุปกรณ์ประกอบด้วยกระดานแผ่นเป่ามาตรฐานมีเส้นผ่านศูนย์กลาง 45 เซนติเมตร ระยะความสูงในการติดตั้งจากพื้นอยู่ที่ 1.70 เมตร ระยะผู้เล่นยืนห่างจากเป่า 2.20 เมตร (Seaton, D.C.: 1993)

2.4.4.11 พื้นที่อ่านหนังสือ

วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ศึกษาหาความรู้รับรู้ข่าวสารภายนอก และความบันเทิง จากหนังสือ นิตยสาร หนังสือพิมพ์ต่างๆ ที่ตั้งควรอยู่ไกลจากเสียงรบกวนภายนอก บรรยากาศภายใน ให้ความรู้สึกเป็นส่วนตัว สงบเงียบ ผ่อนคลาย สบายใจ ควรเป็นสีสดใส ธรรมชาติ ขนาดพื้นที่ มีพื้นที่ประมาณ 0.90 - 1.00 ตารางเมตรต่อคน โดยขนาดของชั้นวางหนังสือและโต๊ะอ่านเขียนหนังสือมีขนาดดังภาพที่ 2.6



ภาพที่ 2.6 การวัดพื้นที่ใช้สอยชั้นวางของและโต๊ะสำหรับอ่านเขียนหนังสือ (Universal Design: A Manual of Practical Guidance for Architects)

การตกแต่ง พื้นควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น ผนังง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด เพดานใช้วัสดุเก็บเสียงและป้องกันเสียงสะท้อน แสงใช้หลอดไฟฟ้าที่ให้ความสว่างชัดเจนและประหยัดพลังงาน (Seaton, D.C.: 1980)

2.4.4.12 พื้นที่ชมโทรทัศน์ภาพยนตร์

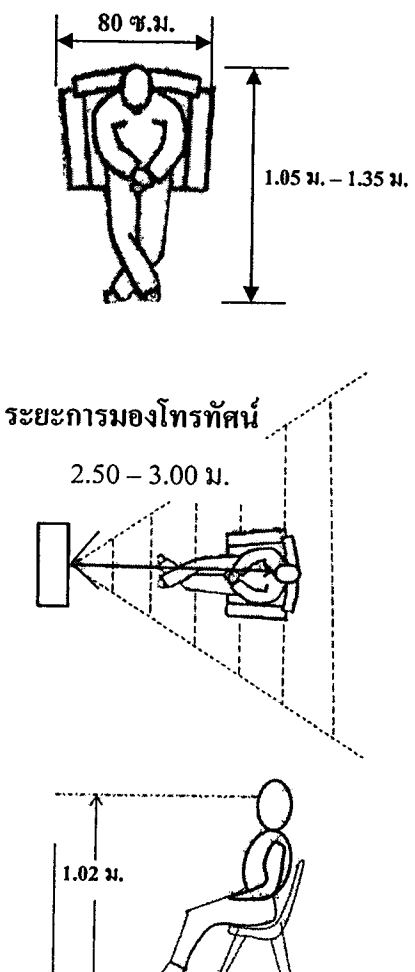
วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมความบันเทิงในการชมภาพยนตร์ ดูรายการโทรทัศน์ และร้องคาราโอเกะ จำนวนผู้สูงอายุที่ใช้งาน 8 – 12 คน พื้นที่ชมโทรทัศน์ภาพยนตร์ ควรใกล้กับ ส่วนต้อนรับ และห้องน้ำ ควรห่างจากห้องพักผู้สูงอายุ ห้องครัว สีที่ใช้ควรเป็นสีโทนร้อน ขนาด 18 - 28.62 ตารางเมตร หรือกว้าง 3.6 เมตร ความสูงของฝ้า 2.4 – 2.7 เมตร มีพื้นที่ประมาณ 1.20 – 1.70 ตารางเมตรต่อคน พื้นใช้วัสดุที่มีความยืดหยุ่นง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด จำพวกกระเบื้องยาง พรม ผนังง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด วัสดุที่ใช้เป็นพวกแผ่นยางปูทับกับผนังยิปซัมหรือผนังปูน ฝ้าเพดานใช้วัสดุที่ช่วยป้องกันเสียงสะท้อนและเก็บเสียง

พื้นที่ในการทำกิจกรรมสรุปได้ดังตารางที่ 2.5

ตารางที่ 2.5 สรุปพื้นที่ กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

พื้นที่ทำกิจกรรม	กิจกรรม	ขนาดพื้นที่ (ตรม. /คน)	อุปกรณ์ /เครื่องเรือน
กิจกรรม อเนกประสงค์	<ul style="list-style-type: none"> - เล่นเกมส์ - สังสรรค์ - จัดกิจกรรมบันเทิง ต่างๆ - อภิปรายกลุ่ม - อบรมงานฝีมือ ต่างๆ 	1.35 – 2.25	
ส่วนออกกำลังกาย และอุปกรณ์	<ul style="list-style-type: none"> - ออกกำลังกายด้วย เครื่อง - ทำกายภาพบำบัด 	ขึ้นอยู่กับ อุปกรณ์ที่ใช้	

ตารางที่ 2.5 (ต่อ) สรุปรูปพื้นที่ กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

พื้นที่ทำกิจกรรม	กิจกรรม	ขนาดพื้นที่ (ตรม. /คน)	อุปกรณ์ /เครื่องเรือน
ส่วนชม ภาพยนตร์	ชมภาพยนตร์ ร้องคาราโอเกะ	1.20 – 1.70	

2.5 การศึกษารูปแบบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ

2.5.1 รูปแบบกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

รูปแบบกิจกรรมที่มีสวัสดิภาพต่อผู้สูงอายุ จัดขึ้นภายใต้ความปรารถนาดีต่อผู้สูงอายุใน 6 ด้านคือ 1. ด้านอารมณ์และจิตใจ 2. ด้านสติปัญญา 3. ด้านกาย 4. ด้านสังคม 5. ด้านจิตวิญญาณ 6. ด้านการพักผ่อนหย่อนใจ

กิจกรรมที่จัดขึ้นภายในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุนั้นมักเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ดังนั้น กิจกรรมหลักจึงแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ คือ 1. กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ เพื่อสร้างความสนุกสนาน การปรับตัวเข้าหาผู้อื่น และสถานภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปของตนเอง ช่วยพัฒนาบุคลิกภาพและทักษะในการ

ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น 2. กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจถึงความสามารถในการเรียนรู้ จดจำ การแก้ไขปัญหาและการพัฒนาทักษะต่างๆของตน 3. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ เพื่อให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพของตนทั้งด้านร่างกายและจิตใจ อาจรวมไปถึงการฟื้นฟูสุขภาพอีกด้วย โดยทั่วไปกิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมหลักในศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544)

การจัดแบ่งกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งแนวคิดรูปแบบกิจกรรมนี้ จะมีอิทธิพลกับการจัดรูปแบบกิจกรรมสำหรับสถานสงเคราะห์คนชรา ศูนย์บริการทางสังคม และชมรมผู้สูงอายุในประเทศไทย การจัดกิจกรรมต่างๆ จะมีนักสังคมสงเคราะห์ร่วมกับผู้สูงอายุ โดยพิจารณาจากภาวะสุขภาพ ความสนใจและความต้องการของผู้สูงอายุเป็นเกณฑ์ แบ่งเป็นประเภทได้ดังนี้

1. กิจกรรมอาชีพบำบัด เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันการพิการที่จะเกิดขึ้น อาชีพบำบัดไม่ใช่การเตรียมตัวสำหรับประกอบอาชีพ ลักษณะกิจกรรมที่ทำได้แก่ งานแกะสลัก งานช่างไม้ งานฝีมือ และการทำสวน

2. กิจกรรมนันทนาการบำบัด เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างให้มีร่างกาย จิตใจที่แจ่มใส และเข้าถึงความต้องการของจิตใจและสังคม

3. กิจกรรมบำบัดด้วยหนังสือ การอ่านหนังสือช่วยป้องกันความแปรปรวนของอารมณ์ และช่วยให้เกิดวุฒิภาวะทางอารมณ์เพิ่มขึ้น ทำให้มีสุขภาพจิตดีมีการยอมรับคุณค่าในตนเอง เกิดความเพลิดเพลินสนุกสนาน และเกิดการเรียนรู้

4. กิจกรรมการออกกำลังกาย ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจบีบตัวดี ความดันโลหิตลดลง ทำให้มองภาพลักษณะตนเองไปในทางบวกมากขึ้น

5. กิจกรรมศาสนา ช่วยให้รู้สึกผ่อนคลาย ลดความวิตกกังวลในเรื่อง เกิดแก่เจ็บตายซึ่งเป็นอิทธิพลจากความเชื่อทางศาสนา (จรินทร์ ธานีรัตน์. 2528)

จากการศึกษาลักษณะกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบ่งออกได้ดังนี้

1. การสมาคมและนันทนาการ มีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งเน้นเสริมสร้างการปรับตัวทั้งทางด้านสังคมและจิตใจแก่ผู้สูงอายุ เพื่อสอดคล้องกับสถานภาพที่เปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ สร้างการพัฒนานุคลิกภาพและทักษะในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น ลักษณะกิจกรรมเช่น การเล่นเกมส์ต่าง การลีลาศ กีฬาในร่มการเล่นดนตรี การร้องเพลง

2. การศึกษาและวัฒนธรรม เป็นการส่งเสริมผู้สูงอายุได้เข้าใจถึงความสามารถในการเรียนรู้เข้าใจ การจดจำ การแก้ไขปัญหา และการพัฒนาทักษะต่างๆ ได้แก่การให้ข้อมูลความรู้ ข่าวสารต่างๆ การแลกเปลี่ยนทัศนคติ

3. สุขภาพอนามัย เป็นการช่วยให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพตนเองทั้งร่างกายและจิตใจ ซึ่งอาจจัดรวมไว้ในส่วนอื่นแล้ว

4. ส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์แก่ผู้สูงอายุ และส่งเสริมภูมิปัญญา เป็นสิ่งที่มีประโยชน์มากต่อผู้สูงอายุ ที่มีอาการเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและด้านจิตใจมีภาวะทุพพลภาพ เกิดการสูญเสียสถานภาพทางสังคม กิจกรรมที่ช่วยสร้างเสริมผู้สูงอายุนั้นมีอยู่หลายประเภทได้แก่

- 4.1 การเขียน เป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความคิดสร้างสรรค์ในการเขียน ผูกหัด บังคับมือ การใช้สายตา
- 4.2 งานศิลปะ ทำให้ผู้สูงอายุได้ระบายและสื่อความรู้สึกต่างๆออกมา โดยการวาดรูป ระบายสี งานปั้นงานประดิษฐ์ต่างๆ เป็นต้น
- 4.3 คนตรี เป็นเครื่องมือที่สำคัญช่วยสร้างความผ่อนคลาย บำบัดรักษา มีการปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นระหว่างสมาชิก ตลอดจนปรับปรุงด้านการหายใจ การไหลเวียนของโลหิต ระบบประสาท หลอดเลือด และการเคลื่อนไหว
- 4.4 การรำและเต้นรำ เป็นการเคลื่อนไหวตามจังหวะดนตรี ช่วยให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหว ทำให้ระฆมนเวียน โลหิตดีขึ้นช่วยให้ผ่อนคลาย ช่วยเสริมสร้างความมั่นใจ ทำให้มีความทรงคิขึ้น ลดความเครียด ซึ่งมีความเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่อยู่ในสถานดูแลต่างๆ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชรและวรรณลักษณ์ เมียนเกิด. 2544)

Cavanaugh (1997) ได้แยกประเภทกิจกรรมเป็น 4 ประเภท คือ กิจกรรมด้านวัฒนธรรม เช่น การเล่นเกม การแสดง ศาสนา สนทนา กิจกรรมด้านกายภาพ เช่น เดินทางไกลเพื่อพักผ่อน เดินแอร์โรบิค ทำสวน กิจกรรมด้านสังคม เช่น การเยี่ยมเพื่อน ร่วมงานสังสรรค์ กิจกรรมสันโดษ เช่น การอ่านหนังสือ ฟังเพลง ดูโทรทัศน์

โดยกิจกรรมแต่ละประเภทมีการใช้พลังงานในการทำกิจกรรมแตกต่างกัน โดยแยกเป็นตารางที่ 2.6

ตารางที่ 2.6 การแบ่งความสัมพันธ์ในการใช้พลังงานกับประเภทกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

การใช้พลังงาน	ประเภทกิจกรรม
หนักมาก	การแข่งขันเกมส์และกีฬาต่างๆ เดินร่ำ
มาก	การประดิษฐ์ สร้างสรรค์ต่างๆ อาทิ งานศิลปะ การเขียนหนังสือ เล่นดนตรี
ปานกลาง	ศึกษาวัฒนธรรมและเหตุการณ์ที่สำคัญ มีส่วนร่วมในชมรมต่างๆ การเยี่ยมชมหรือท่องเที่ยวสถานที่ต่างๆ
ต่ำ	การเข้าสังคม การอ่านหนังสือที่ตนเองสนใจ
ต่ำมาก	การทำสมาธิ การพักผ่อน การจับหลัก

ที่มา: J. C. Cavanaugh, "Adult Development and Aging", 1997

กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ จะถูกกำหนดโดย 2 สิ่งคือ 1. ความสามารถทางด้านร่างกาย 2. ความพร้อมทางด้านจิตใจ การเลือกทำกิจกรรม ขึ้นอยู่กับพฤติกรรม การตัดสินใจในการทำกิจกรรมด้วยตัวของผู้สูงอายุเอง ความแตกต่างในการทำกิจกรรมนั้นสามารถเห็นได้จากเพศหญิง ชาย กลุ่มชาติพันธุ์ มุมมองของแต่ละคน ปัจจัยที่สำคัญ ได้แก่ รายได้, ความสนใจ, สุขภาพ, ความสามารถ, การเดินทาง, การศึกษา, และลักษณะทางสังคม

ปัจจัยในการเลือกทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุนั้น ขึ้นอยู่กับความชื่นชอบและอิทธิพลสมัยเป็นวัยรุ่นที่ชื่นชอบทำกิจกรรมอะไร เมื่อสูงอายุขึ้นก็ยังชื่นชอบทำกิจกรรมนั้นอยู่ (Cavanaugh : 1997) กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมทำกิจกรรมสร้างความเพลิดเพลิน ทดแทนบทบาทหน้าที่ที่เสียไป เสริมสร้างสุขภาพกายและใจที่สมบูรณ์ขึ้น ดังนั้นควรให้ความสำคัญในการจัดกิจกรรมภายในบ้านพัก เพื่อเป็นการกระตุ้นผู้สูงอายุให้ทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจ

2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษาค้นคว้า มีผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุดังต่อไปนี้

2.6.1 งานวิจัยที่เกี่ยวกับการดำเนินงานเกี่ยวกับกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

จากการสืบค้นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุพบว่า มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง คือ ศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน: กลไกการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืน โดยศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2550) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการดำเนินกิจการภายในศูนย์อเนกประสงค์ผู้สูงอายุในชุมชน ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้การจัดตั้งศูนย์อเนกประสงค์ฯสามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุสนับสนุนและช่วยเหลือผู้สูงอายุให้ได้รับการบริการที่ดี วิธีการวิจัยโดยศึกษาการจัดศูนย์อเนกประสงค์ในต่างประเทศ ที่ตั้ง ลักษณะการจัดบริการ กฎหมายเกี่ยวกับการจัดบริการ มาเป็นแนวทางในการสำรวจความต้องการของผู้สูงอายุไทยที่มีต่อศูนย์อเนกประสงค์ผู้สูงอายุ สิ่งที่ได้นำมาใช้เป็นแนวทาง คือการศึกษาข้อมูลห้องกิจกรรมในศูนย์ผู้สูงอายุต่างประเทศโดยผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์

2.6.2 งานวิจัยเกี่ยวกับแนวทางการออกแบบศูนย์ผู้สูงอายุ

จากการสืบค้นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ พบว่ามีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง คือ การศึกษาแนวทางในการออกแบบ ทางสถาปัตยกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุกรณีศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน โดย ฉิษานันท์ เสริมศรี (2544) เป็นการศึกษาสภาพปัญหาและวิเคราะห์สภาพปัจจุบันของสภาพแวดล้อมทางกายภาพของพื้นที่กิจกรรมนันทนาการภายในศูนย์ผู้สูงอายุที่มีผลต่อทัศนคติและความพึงพอใจในการใช้สอยพื้นที่ของผู้สูงอายุ ศึกษาพฤติกรรมและการใช้สอยพื้นที่สำหรับกิจกรรมนันทนาการ ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวก ซึ่งมีวิธีการวิจัยโดยการประเมินอาคารภายหลังการเข้าครอบครองพื้นที่ โดย การสำรวจ และสังเกตการณ์ผู้สูงอายุพร้อมกับสอบถามสำหรับวัดทัศนคติความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อพื้นที่กิจกรรมและองค์ประกอบต่างๆภายในศูนย์ผู้สูงอายุ โดยมุ่งศึกษาพื้นที่กิจกรรมต่างๆภายในอาคาร อาทิเช่น พื้นที่กีฬาในร่ม พื้นที่อเนกประสงค์ พื้นที่ออกกำลังกาย

พบว่างานวิจัยกล่าวถึงการดำเนินงานภายในศูนย์ผู้สูงอายุ การประเมินพื้นที่หลังเข้าใช้งานภายใน ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการใช้งาน ไม่กล่าวถึงกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ และกิจกรรมที่ผู้สูงอายุอยากให้มีเพิ่มเติม การใช้พื้นที่ในการทำกิจกรรม กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ และกิจกรรมที่ผู้สูงอายุอยากให้มีภายในศูนย์

สิ่งที่ได้นำมาใช้เป็นแนวทาง คือการปรับปรุงแบบสอบถามเพื่อผู้สูงอายุเนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาทางด้านสายตางานวิจัยชิ้นนี้จึงได้ทำแบบสอบถามที่มีตัวหนังสือใหญ่กว่าปกติเพื่อการมองเห็นสำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยจึงได้นำมาใช้เป็นแนวทางในการทำแบบสอบถาม

2.6.3 งานวิจัยที่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ

จากการสืบค้นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ พบว่ามีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง คือกรณีศึกษาสภาพแวดล้อมทางกายภาพของสถานพักฟื้นคนชราในบริบทของเศรษฐกิจของสังคมไทยเพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายใน โดยกาญจนา ใ้อวด (2540) เป็นการศึกษาสภาพปัญหา ความต้องการ ความรู้สึกของผู้สูงอายุในการอยู่อาศัยในสภาพแวดล้อมทางกายภาพของสถานพักฟื้นคนชรา โดยการประเมินผล หลังจากการอยู่อาศัยพบว่างานวิจัยกล่าวถึงประเด็นความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการแบ่งพื้นที่ของการอาศัยร่วมกันและองค์ประกอบของพื้นที่ที่เอื้ออำนวยความสะดวก อาทิ ส่วนรับประทานอาหาร ห้องน้ำและส่วนพักผ่อน โดยเกณฑ์การออกแบบควรคำนึงถึงสภาพร่างกาย ความต้องการ ความรู้สึก ของผู้สูงอายุ ซึ่งงานวิจัยนี้ไม่ได้กล่าวถึงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ และกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

สิ่งที่ได้นำมาใช้เป็นแนวทาง คือแบบการสังเกตพื้นที่กิจกรรมภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ เพื่อจะได้เป็นแนวทางในการเก็บข้อมูลในการสำรวจห้องกิจกรรมต่อไป

จากการสืบค้นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ของต่างประเทศ พบว่ามีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง คือ Design for assisted living: Guidelines for housing the physically and mentally frail โดย Victor Regnier (2002)

เป็นการวิจัยโดยการประเมินผลหลังจากการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ จากสถานดูแลผู้สูงอายุชั้นนำ 15 แห่งในสหรัฐอเมริกาและยุโรป พบว่างานวิจัยได้สรุปถึงหลักการออกแบบสถานดูแลผู้สูงอายุ ทั้งการวางผังอาคาร การตกแต่งภายใน และการให้บริการสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุทางสหรัฐอเมริกาและยุโรป ดังนั้นในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้จึงต้องศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับกิจกรรม การจัดห้องกิจกรรมการตกแต่งที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย

สิ่งที่ได้นำมาใช้เป็นแนวทางคือ ผลสรุปการออกแบบที่ดีของห้องกิจกรรมในต่างประเทศ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการทำแบบสัมภาษณ์แพทย์และแบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุเกี่ยวกับความพึงพอใจในการตกแต่งห้องกิจกรรม

2.6.4 งานวิจัยอื่นที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

จากการสืบค้นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ พบว่างานวิจัยนวัตกรรมและการยอมรับในเรื่องที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ ของอาจารย์กลุ่มก่อนวัยเกษียณ ในบางมหาวิทยาลัยในประเทศไทย ของวิรัชญา บัวศรี (2545) เป็นการวิจัยเพื่อศึกษาแนวโน้มเกี่ยวกับการยอมรับนวัตกรรมเกี่ยวกับบ้านและการยอมรับรูปแบบที่อยู่อาศัยซึ่งแปลกไปจากที่เคยเห็น การยอมรับนวัตกรรมเกี่ยวกับบ้านที่มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะส่วนตัวกับการยอมรับบ้านรูปแบบใหม่ด้วย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นอาจารย์มหาวิทยาลัยก่อนเกษียณที่อยู่ในช่วงอายุ 40 – 59 ปี ผลการวิจัยพบว่าระดับการยอมรับในบ้านแบบใหม่ค่อนข้างสูง ผู้ที่มีความคิดทันสมัยสูงก็จะมีระดับการยอมรับบ้านแบบใหม่สูง ระดับความคิดที่ทันสมัยมีความสัมพันธ์กับเพศ รายได้ และระดับการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเพศชายและมีรายได้สูงมีระดับความคิดที่ทันสมัยสูงกว่ากลุ่มอื่น กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีระดับการยอมรับบ้านแบบใหม่ทั้ง 4 แบบ สูงกว่ากลุ่มเพศชายบ้านที่ได้รับการยอมรับมากที่สุดคือบ้านเดี่ยวแบบพิเศษ รองลงมาคือบ้านผู้สูงอายุที่มีบริการต่อเนื่อง

สิ่งที่ได้นำมาใช้เป็นแนวทางคือ การกำหนดตัวแปรของผู้สูงอายุโดยใช้ เพศอายุ สถานภาพ การศึกษา และรูปแบบที่อยู่สำหรับผู้สูงอายุเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการจัดแบ่งประเภทของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

เนื้อหาในบทนี้ประกอบด้วย วิธีการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยรวมถึงวิธีการรวบรวมข้อมูลตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ ซึ่งเนื้อหาในแต่ละส่วนมีรายละเอียดต่อไปนี้

3.1 วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพและเสริมด้วยการวิจัยเชิงปริมาณโดยใช้วิธีการศึกษาเอกสาร สัมภาษณ์ สัมภาษณ์ และสอบถามเพื่อเก็บข้อมูลนำมาประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล

3.2 ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยนี้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม โดยมีรายละเอียดของแต่ละกลุ่มดังต่อไปนี้

3.2.1 ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุทั้งในต่างประเทศและภายในประเทศไทย ในส่วนของต่างประเทศประกอบด้วยบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah Albany รัฐ New York ศูนย์อเนกประสงค์ Low Country Senior Center รัฐ South Carolina บ้านพักผู้สูงอายุในเครือองค์กรศาสนาในรัฐ Ohio ชุมชนหมู่บ้านผู้เกษียณอายุราชการ Breckenridge รัฐ Ohio ศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson ในแถบ Mid-Atlantic ประเทศสหรัฐอเมริกา และที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ Beijing Social Welfare Institution กรุงปักกิ่ง ประเทศจีน รวมทั้งหมด 5 แห่ง ส่วนในประเทศไทยประกอบด้วยอาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास บางปู สมุทรปราการ โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัยसानสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการรวมทั้งหมด 5 แห่ง

3.2.2 ผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่เข้าร่วมกิจกรรมในห้องกิจกรรม โดยคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลอย่างเฉพาะเจาะจงจากผู้สูงอายุในอาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास บางปู สมุทรปราการ ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัยसानสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง และผู้สูงอายุในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรีสมุทรปราการ รวมทั้งหมด 183 คน

3.2.3 แพทย์ นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ โดยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลอย่างเฉพาะเจาะจงจากผู้ที่ทำงานในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์

ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัยสานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ จำนวนทั้งหมด 5 คน

3.2.4 เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุทิศ โดยคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลอย่าง เฉพาะเจาะจงจากผู้ที่ทำงานในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุทิศ จำนวนทั้งหมด 4 คน

3.3 เครื่องมือวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลประกอบด้วย

3.3.1 แบบสังเกตห้องกิจกรรม ที่มีความยาว 5 หน้า (ภาคผนวก ก) แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ภายในประกอบด้วย ส่วนที่ 1 ข้อมูลสถานที่ของห้องกิจกรรม ได้แก่ ชื่อสถานที่ ที่ตั้ง ลักษณะที่ตั้ง ห้องกิจกรรมอยู่ส่วนไหนของอาคาร วัน/เวลาทำการ ส่วนที่ 2 กิจกรรมภายใน ได้แก่ จำนวน กิจกรรมที่จัดขึ้นภายในทั้งหมด ชื่อกิจกรรม เวลาทำกิจกรรม จำนวนห้องกิจกรรมทั้งหมด ลักษณะทางเข้าห้องกิจกรรม ประตู หน้า พื่นเพดาน อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก มีป้าย บอกสิ่งอำนวยความสะดวกหรือไม่ ผังและรายละเอียดสภาพแวดล้อมภายในห้องกิจกรรม ส่วนที่ 3 ข้อมูลทั่วไปของสถานที่ ได้แก่ จำนวนแพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่ที่ดูแลผู้สูงอายุ จำนวนผู้สูงอายุ ที่ใช้บริการทั้งหมด

3.3.2 แบบสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ ที่มีความ ยาว 2 หน้า (ภาคผนวก ข) ภายในประกอบด้วยส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ วันที่สัมภาษณ์ ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์ ชื่อสถานที่ประจำการ ประสบการณ์ระยะเวลาในการทำงานด้านผู้สูงอายุ ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุเห็นว่าเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ สิ่งที่เรียนรู้จากประสบการณ์ การดูงานในต่างประเทศและในประเทศไทย กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ วิธีการจัดการ บริหารภายในห้องกิจกรรม การนำมาใช้กับผู้สูงอายุไทย กิจกรรมที่ควรจัด อุปกรณ์ออกกำลังกาย ที่ควรมี เกมสื่ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ อุบัติเหตุที่ควรระวังในผู้สูงอายุ

3.3.3 แบบสอบถามผู้สูงอายุ ที่มีความยาว 10 หน้า (ภาคผนวก ค) ภายในประกอบด้วย ส่วนที่ 1 ข้อมูลของผู้สูงอายุ ได้แก่ ชื่อ อายุ เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพปัจจุบัน ระยะเวลาที่เข้า มาใช้งาน โรคประจำตัวสมรรถภาพทางร่างกายของผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ ได้แก่ เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรม ช่วงเวลาที่ผ่านมายุ่ ร่วมกิจกรรมอะไรบ้าง กิจกรรมที่ชอบมากที่สุดและยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่หรือไม่ สุขภาพ ร่างกายของผู้สูงอายุเป็นอย่างไรก่อนและหลังใช้บริการห้องกิจกรรม เคยประสบอุบัติเหตุจาก กิจกรรมใด ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุ ต้องการพร้อมภาพประกอบ ได้แก่ ความต้องการให้บุคคลอื่นมองเห็นการทำกิจกรรม ผังห้อง กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ ลักษณะการนั่งทำงานประดิษฐ์ ความจำเป็นในการมีกระจกบานใหญ่ ภายในห้องออกกำลังกาย ลักษณะ โຕ้ะ เก้าอี้ ชั้นวางหนังสือในการทำกิจกรรมที่ต้องการ ความ

จำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องกิจกรรม ลักษณะการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม โดยรวมที่ผู้สูงอายุต้องการ โดยแบบสอบถามได้ให้อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านสถาปัตยกรรมภายใน 4 ท่านตรวจสอบ และทดลองแจกแบบสอบถามกับผู้สูงอายุ 8 ท่าน ที่เข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุในหมู่บ้านเคหะนคร 2 เขตลาดกระบัง และศูนย์ผู้สูงอายุในหมู่บ้านปิ่นเจริญ 3 เขตดอนเมือง เพื่อพัฒนาปรับปรุงแบบสอบถามให้มีความเหมาะสม นำผลที่ได้มาแก้ไขปรับปรุง โดยให้แบบสอบถามมีตัวอักษรขนาด 20 เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถกรอกเองได้ และใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ด้วย

3.3.4 แบบสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุ ที่มีความยาว 16 หน้า (ภาคผนวก ง) ภายในประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุทั่วไป ได้แก่ชื่อ อายุ เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพ ปัจจุบัน ระยะเวลาที่เข้ามาใช้งาน โรคประจำตัวสมรรถภาพทางร่างกายของผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมประจำวันของตนเอง ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ ได้แก่ เหตุผลที่ต้องการให้มีห้องกิจกรรม อยากให้มีกิจกรรมอะไรบ้างภายในบ้านพักผู้สูงอายุ สุขภาพที่ชอบมากที่สุดและยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่หรือไม่ สุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุเป็นอย่างไรก่อนและหลังใช้บริการบ้านพักผู้สูงอายุ สุขภาพเคยประสบอุบัติเหตุจากกิจกรรมใด ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการพร้อมภาพประกอบ ได้แก่ ความต้องการให้บุคคลอื่นมองเห็นการทำกิจกรรมผนังห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ ลักษณะการนั่งทำงานประดิษฐ์ ความจำเป็นในการมีกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกาย ลักษณะโต๊ะ เก้าอี้ ชั้นวางหนังสือในการทำกิจกรรมที่ต้องการ ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องกิจกรรม ลักษณะการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม โดยรวมที่ผู้สูงอายุต้องการ ลักษณะประตูด้านในห้องกิจกรรม ความจำเป็นที่ต้องมีลิฟต์โดยสาร การใช้เครื่องปั่นจักรยานออกกำลังกายที่มีอยู่ในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข การทำกิจกรรมภายในโรงอเนกประสงค์ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับห้องกิจกรรม ส่วนที่ 4 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ สุขภาพ ได้แก่ ความต้องการห้องกิจกรรมใดบ้าง ผู้สูงอายุจะเข้าใช้ห้องกิจกรรมหรือไม่ คำถามพร้อมภาพประกอบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ปรับปรุงทั้งแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ของห้องโรงอเนกประสงค์ ห้องพระ ห้องชมโทรทัศน์ ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัด และส่วนต้อนรับแขก บุคคลภายนอก การติดตั้งโทรทัศน์ที่เหมาะสม โดยได้ทดลองสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุในหมู่บ้านเคหะนคร 2 เขตลาดกระบัง จำนวน 5 ท่าน เพื่อพัฒนาปรับปรุงแบบสอบถามให้มีความเหมาะสม นำผลที่ได้มาแก้ไขปรับปรุง โดยได้ทำแผนภาพจากคำถามในแบบสอบถามมาขยายใหญ่ เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถมองเห็น ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

3.3.5 แบบสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกพยาบาลและเจ้าหน้าที่ ที่มีความยาว 10 หน้า (ภาคผนวก จ) ภายในประกอบด้วย ส่วนที่ 1 ข้อมูลของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ หน้าที่ประจำ อายุ อายุการทำงาน ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ต้องการ ได้แก่ ผู้สูงอายุชอบทำกิจกรรมอะไรในแต่ละวัน ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่พยาบาลเจ้าหน้าที่ต้องการ ความต้องการให้บุคคลอื่นมองเห็นการทำ

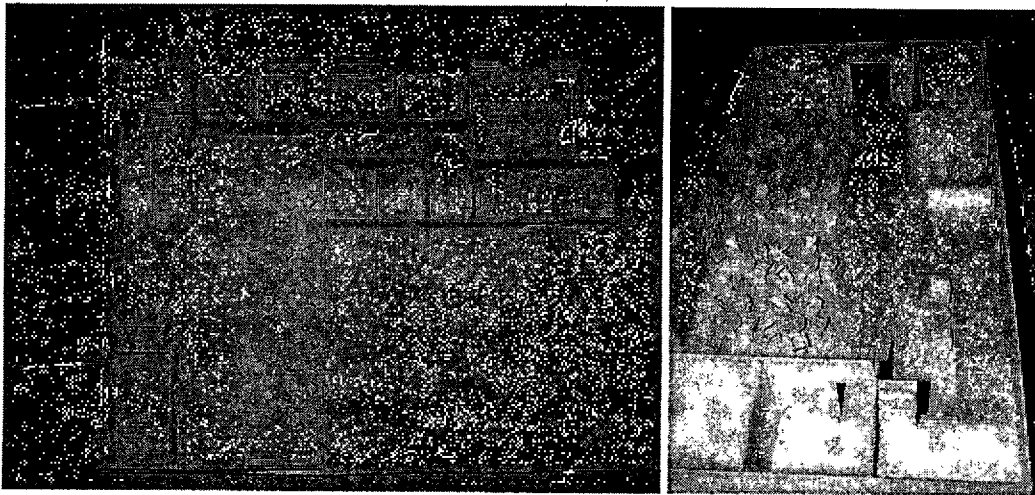
กิจกรรม ผนังห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ ความจำเป็นในการมีกระจกบานใหญ่ภายในห้อง ออกกำลังกาย ลักษณะ โต๊ะ เก้าอี้ ชั้นวางหนังสือในการทำกิจกรรมที่ต้องการ ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องกิจกรรม ลักษณะการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมโดยรวมที่ผู้สูงอายุต้องการ ลักษณะประตูภายในห้องกิจกรรม ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับห้องกิจกรรม ส่วนที่ 4 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุข ได้แก่ อยากให้มีห้องกิจกรรมใดบ้างภายในบ้านพักอุดมสุข คำถามพร้อมภาพประกอบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ปรับปรุงทั้งแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ของห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ ห้องพระ ห้องชมโทรทัศน์ ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัด และส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอก การติดตั้งโทรทัศน์ที่เหมาะสม ห้องกิจกรรมใดบ้างควรติดตั้งเครื่องปรับอากาศ ประตูที่เหมาะสมสำหรับห้องกิจกรรม ความจำเป็นที่ต้องมีลิฟต์โดยสาร

3.3.6 แบบสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข นักกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ ที่มีความยาว 16 หน้า (ภาคผนวก ฉ) ประกอบด้วยส่วนที่ 1 ข้อมูลแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ได้แก่ ชื่อ อายุ ระยะเวลาในการดำเนินงาน ประสพการณ์การดูงานบ้านพักผู้สูงอายุในต่างประเทศและประเทศไทย ส่วนที่ 2 กิจกรรมผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมที่แพทย์คิดว่าเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ กิจกรรมที่ผู้สูงอายุควรระวัง อุบัติเหตุ ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่ต้องการพร้อมภาพประกอบ ได้แก่ ความต้องการให้บุคคลอื่นมองเห็นการทำกิจกรรม ผนังห้องกิจกรรมที่ต้องการ ลักษณะการนั่งทำงานประดิษฐ์ ความจำเป็นในการมีกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกาย ลักษณะ โต๊ะ เก้าอี้ ชั้นวางหนังสือในการทำกิจกรรมที่ต้องการ ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องกิจกรรม ลักษณะการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม โดยรวมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ลักษณะประตูห้องกิจกรรม ความจำเป็นในการมีลิฟต์โดยสาร ส่วนที่ 4 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ได้แก่ ความต้องการห้องกิจกรรมใดบ้าง ผู้สูงอายุจะเข้าใช้ห้องกิจกรรมหรือไม่ คำถามพร้อมภาพประกอบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ปรับปรุงทั้งแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ของห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ ห้องพระ ห้องชมโทรทัศน์ ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัด และส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอก การติดตั้งโทรทัศน์ที่เหมาะสม

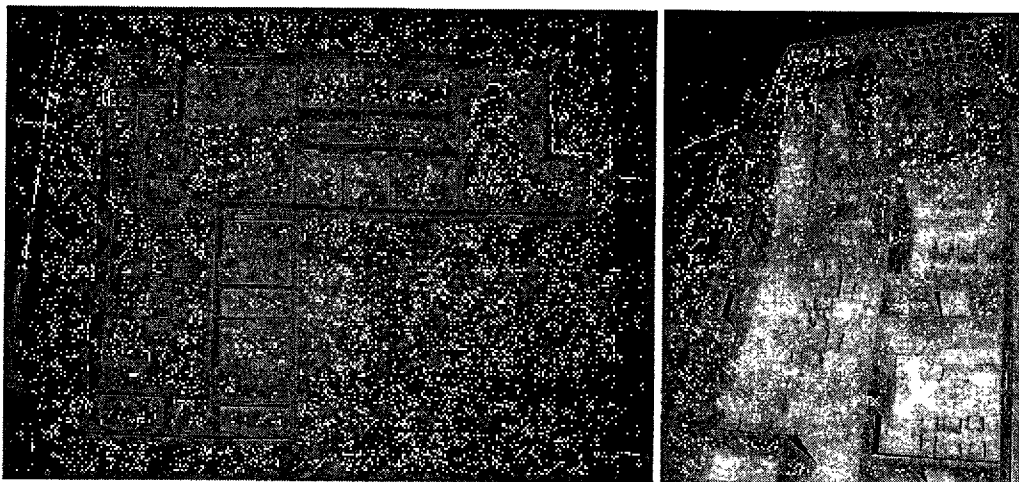
3.3.7 แบบสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุ เป็นการสัมภาษณ์ความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข โดยสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่เคยตอบแบบสอบถามแล้วที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ มีความยาว 6 หน้า (ภาคผนวก ช) ส่วนที่ 1 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ได้แก่ ความต้องการห้องกิจกรรมใดบ้าง ผู้สูงอายุจะเข้าใช้ห้องกิจกรรมหรือไม่ คำถามพร้อมภาพประกอบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่ปรับปรุงทั้งแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ของห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ ห้องพระ ห้องชมโทรทัศน์ ห้องออกกำลังกาย

ภายใต้เครื่องและถ่ายภาพบำบัด และส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอก การติดตั้งโทรทัศน์ที่เหมาะสม ภายในประกอบด้วยรูปภาพและแบบจำลองห้องกิจกรรมผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

3.3.8 หุ่นจำลอง ประกอบด้วยหุ่นจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แบบปรับปรุงมากและแบบปรับปรุงน้อย อัตราส่วน 1:75 เพื่อใช้ประกอบกับแบบสัมผัสเดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุ แบบสัมผัสเดี่ยวเชิงลึกแพทย์เจ้าของ และแบบสัมผัสเดี่ยวเชิงลึกพยาบาล และเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เพื่อให้เข้าใจในการตกแต่งและจัดวางเครื่องเรือนภายใน หุ่นจำลองประกอบด้วยห้องโถงอเนกประสงค์ ห้องทำพิธีทางศาสนา ห้องชมโทรทัศน์ ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัด และส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอก ทำมาด้วยกัน 2 ชิ้นคือปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบน้อย และปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบมาก หุ่นจำลองทำจากกระดาษแข็งสีขาวซึ่งไม่ทำสีตามภาพจำลองห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ (ภาพที่ 3.1 - 3.2)



ภาพที่ 3.1 แสดงแบบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบปรับปรุงมาก



ภาพที่ 3.2 แสดงแบบจำลองห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบปรับปรุงน้อย

3.3.9 แผ่นภาพ ประกอบด้วยภาพจำลองจากห้องกิจกรรมขยายให้ใหญ่ขึ้นเพื่อการมองเห็นได้อย่างชัดเจน ภาพเหล่านี้เป็นภาพจากคำถามในแบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่ใช้รูปภาพประกอบกับคำถาม (ภาพที่ 3.3)



ภาพที่ 3.3 แสดงแผ่นภาพประกอบแบบสอบถามสำหรับผู้สูงอายุ

3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย ขั้นตอนต่อไปนี้

3.4.1 ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร

ผู้วิจัยทำการศึกษารูปแบบกิจกรรมและลักษณะห้องกิจกรรมในกรณีตัวอย่าง ศูนย์อเนกประสงค์ Low County Senior Center รัฐ South Carolina ประเทศสหรัฐอเมริกา ศึกษาจากเว็บไซต์ www.ropersaintfrancis.com (2008) และจากหนังสือ “ศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุ ในชุมชน: กลไกการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืน” โดยศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2550) ที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ Beijing Social Welfare Institution กรุงปักกิ่ง ประเทศจีน ศึกษาจากหนังสือ Beijing Social Welfare Institution 1 Beijing Geriatric Hospital. บ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah Albany รัฐ New York สหรัฐอเมริกา ศึกษาจากเว็บไซต์ <http://www.daughtersofSarah.org>. (2008) บ้านพักผู้สูงอายุในเครือองค์กรศาสนา ชุมชนหมู่บ้านผู้เกษียณอายุราชการ Breckenridge รัฐ Ohio สหรัฐอเมริกา ศึกษาจากเว็บไซต์ http://www.oprs.org/breckenridge_village/contact.asp (2008) และศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson ในแถบ Mid-Atlantic ประเทศสหรัฐอเมริกา ศึกษาจากเว็บไซต์ <http://www.thejeffersonatballston.com>. (2008)

3.4.2 การสังเกต

ผู้วิจัยทำการสังเกตลักษณะห้องกิจกรรมและการใช้ห้องกิจกรรมของผู้สูงอายุ ที่อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास บางปู สมุทรปราการ โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรัก

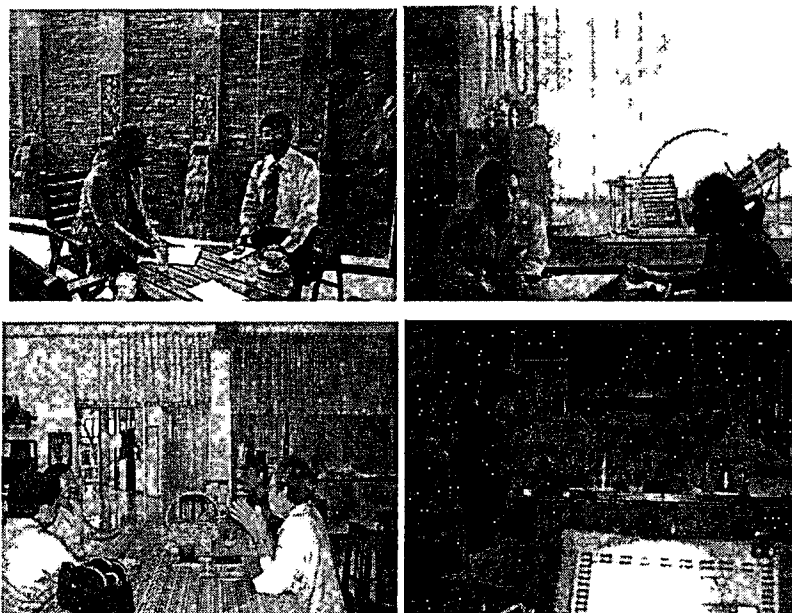
แห่งครอบครัว บางเสาชิงสมุทรปราการ รวมทั้งหมด 5 แห่ง โดยเข้าสังเกตในช่วงต้นเดือน มิถุนายนถึงกลางเดือนตุลาคม 2551 (ภาพที่ 3.4)



ภาพที่ 3.4 ภาพจากการสังเกตการกิจกรรม ห้องกิจกรรมของผู้สูงอายุ

3.4.3 การสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกแพทย์นักร่างกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์แพทย์ นักร่างกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ จำนวน 4 ท่าน โดยทำการสัมภาษณ์ในช่วงต้นเดือนกรกฎาคม ถึงกลางเดือนตุลาคม พ.ศ. 2551 (ภาพที่ 3.5)



ภาพที่ 3.5 การสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ

3.4.4 การแจกแบบสอบถามผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้ทำการแจกแบบสอบถามกลุ่มผู้สูงอายุ โดยทำการแจกแบบสอบถามผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป โดยแจกแบบสอบถามผู้สูงอายุจากอาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสว่างคนิवास บางปู สมุทรปราการ ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ รวมทั้งหมด จำนวน 200 คน โดยทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ และสอบถามผู้สูงอายุ ในช่วงต้นเดือนมกราคม ถึงปลายเดือนมกราคม 2552 ทำการแจกแบบสอบถามด้วยตนเองและสัมภาษณ์ผู้สูงอายุบางท่านที่ไม่สามารถทำแบบสอบถามด้วยตนเอง 2 แห่ง คือ ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ส่วนอีก 2 แห่ง คือ ที่พักอาศัยผู้สูงอายุสว่างคนิवास และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ เจ้าหน้าที่ศูนย์เป็นคนแจกแบบสอบถามให้กับผู้สูงอายุในศูนย์เอง ได้แบบสอบถามกลับมาทั้งหมด 183 ชุด

3.4.5 การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ผู้วิจัยได้จัดทำหุ่นจำลองและภาพเพื่อใช้ประกอบการสัมภาษณ์ กลุ่มผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ที่สามารถเข้าใจและตอบคำถามได้จำนวน 15 ท่าน จากจำนวน 21 ท่าน ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุในช่วงวันที่ 8 ถึงวันที่ 9 มีนาคม 2552 (ภาพที่ 3.6)



ภาพที่ 3.6 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

3.4.5 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกพยาบาลเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้จัดทำหุ่นจำลองและภาพเพื่อใช้ประกอบการสัมภาษณ์ กลุ่มพยาบาลเจ้าหน้าที่ที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จำนวนทั้งหมด 4 ท่าน ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์พยาบาลและเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในวันที่ 8 มีนาคม 2552 (ภาพที่ 3.7)



ภาพที่ 3.7 การสัมภาษณ์เดี่ยวเชิงลึกพยาบาลเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ

3.4.5 การสัมภาษณ์เชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

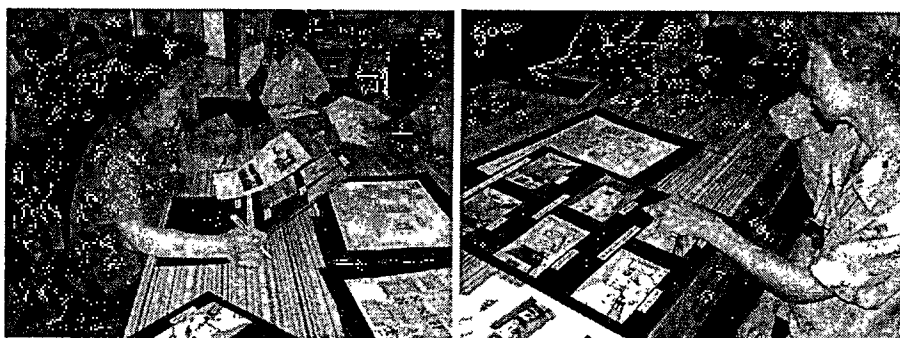
ผู้วิจัยได้จัดทำหุ่นจำลองและภาพเพื่อใช้ประกอบการสัมภาษณ์แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุ ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขในวันที่ 9 มีนาคม 2552 (ภาพที่ 3.8)



ภาพที่ 3.8 การสัมภาษณ์เชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

3.4.6 การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยได้จัดทำหุ่นจำลองและภาพเพื่อใช้ประกอบการสัมภาษณ์กลุ่มผู้สูงอายุศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง จำนวน 15 ท่าน ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุในช่วงกลางเดือนถึงปลายมีนาคม 2552 (ภาพที่ 3.9)



ภาพที่ 3.9 การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุ

3.5 ตัวแปรที่ทำการศึกษา

3.5.1 ตัวแปรที่ศึกษา ประกอบด้วยตารางที่ 3.1 ถึงตารางที่ 3.5

ตารางที่ 3.1 ตัวแปรด้านกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
1	เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ	ต้องการออกกำลังกาย	1
		ต้องการพบเพื่อน	2
		ว่างๆมาหากิจกรรมทำ	3
		ต้องการหาความรู้เพิ่มเติม	4
		อื่นๆ	5
2	การเข้าร่วมกิจกรรมในช่วงที่ผ่านมา	ไม่เข้าร่วม	0
		เข้าร่วม	1
3	กิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ	ไม่ได้ทำแล้ว	0
		ยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่	1
4	สุขภาพของของผู้สูงอายุหลังจากเข้าใช้บริการห้องกิจกรรม	ร่างกายอ่อนแอลง	0
		ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง	1
		แข็งแรงขึ้น	2
5	สุขภาพของผู้สูงอายุในปัจจุบัน	ร่างกายอ่อนแอลง	0
		ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง	1
		แข็งแรงขึ้น	2
6	อุบัติเหตุที่ผู้สูงอายุได้รับจากกิจกรรม	ไม่เคย	0
		เคย	1

ตารางที่ 3.2 ตัวแปรด้านลักษณะห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
1	ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คนภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม	ไม่ต้องการ	0
		ต้องการ	1
2	ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอก	ผนังทึบ	1
		โปร่งมองเห็นภายนอกได้	2
3	ลักษณะการนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์	นั่งโต๊ะ	1
		นั่งกับพื้น	2

ตารางที่ 3.2 (ต่อ) ตัวแปรด้านลักษณะห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
4	ความจำเป็นต้องมีกระจกเงาขนาดใหญ่ ในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง	ไม่จำเป็น	0
		จำเป็น	1
5	รูปแบบโต๊ะทำกิจกรรมรวม	แบบเหลี่ยม	1
		แบบกลม	2
6	รูปแบบเก้าอี้ในการนั่งทำกิจกรรม	ไม่มีที่วางแขน	1
		มีที่วางแขน	2
7	รูปแบบชั้นวางหนังสือ	ผู้สำเร็จมีกระจกปิด	1
		ผู้สำเร็จเปิดโล่ง	2
		ชั้นติดผนัง	3
8	ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ	ไม่จำเป็น	0
		จำเป็น	1
9	รูปแบบการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม	โมเดิร์น	1
		ผสมผสานแบบไทย	2
		เรียบง่าย	3
		หลุยส์คลาสสิก	4

ตารางที่ 3.3 ตัวแปรด้านข้อมูลผู้สูงอายุ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
1	เพศ	ชาย	1
		หญิง	2
2	ระดับการศึกษา	ประถมหรือต่ำกว่า	1
		มัธยมศึกษาตอนต้น	2
		มัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ปวช.	3
		ปวส. หรืออนุปริญญา	4
		ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	5
		อื่นๆ	6

ตารางที่ 3.3 (ต่อ) ตัวแปรด้านข้อมูลผู้สูงอายุ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
3	สถานภาพปัจจุบัน	โสด สมรส คู่สมรสเสียชีวิต หย่าร้าง	1 2 3 4
4	โรคประจำตัว - ปวดเมื่อยตามร่างกาย - ข้อเสื่อม - นอนไม่หลับ - เวียนศีรษะ - โรคเกี่ยวกับสายตา - ความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - โรคที่เกี่ยวกับสมอง - กลั้นปัสสาวะไม่ได้ - โรคหัวใจ - อื่นๆ	ไม่เป็น เป็น	0 1
5	ลักษณะการเคลื่อนไหว	เดินด้วยตนเองได้ ต้องใช้ไม้เท้า นั่งรถเข็น	1 2 3

ตารางที่ 3.4 ตัวแปรที่ใช้วิธีการ Chi-squared Goodness of Fit Test ทดสอบ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
1	การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ	ไม่ได้ทำกิจกรรม	0
		ได้ทำกิจกรรม	1
2	พลังงานในการทำกิจกรรม	หนักมาก - ออกกำลังกายด้วยเครื่อง - โยคะ - แอร์โรบิค - รำไทเก๊ก - กายภาพบำบัด - รำไม้พลอง - วอลเลย์บอลลูกโป่ง - เดินจ็อกกิ้ง - เต้นลีลาศ - โยนห่วง - ปาเป้า	5
		หนัก - วาดรูป ศิลปะ - ทำงานประดิษฐ์ - ทำอาหาร - เล่นดนตรีไทย,สากล - ร้องคาราโอเกะ	4
		ปานกลาง - เข้าร่วมการอบรมต่างๆ - เล่นคอมพิวเตอร์ - บิงโก - ไพ่ - โดมิโน - เกมส์ cross word - ต่อจิ๊กซอ - ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	3

ตารางที่ 3.4 (ต่อ) ตัวแปรที่ใช้วิธีการ Chi-squared Goodness of Fit Test ทดสอบ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
	พลังงานในการทำกิจกรรม	ต่ำ - อ่านหนังสือ - สนทนาวงชา กาแฟ - ร่วมงานสังสรรค์ - ชมภาพยนตร์ - เล่นกับสัตว์เลี้ยง	2
		ต่ำมาก - ไหว้พระ นั่งสมาธิ - นวดไทย นวดบำบัด	1
3	ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คน ภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม	ไม่ต้องการ	0
		ต้องการ	1
4	ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็น ภายนอก	ผนังทึบ	1
		โปร่งมองเห็นภายนอกได้	2
5	ลักษณะการนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์	นั่งโต๊ะ	1
		นั่งกับพื้น	2
6	ความจำเป็นต้องมีกระจกเงาบานใหญ่ ในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง	ไม่จำเป็น	0
		จำเป็น	1
7	รูปแบบโต๊ะทำกิจกรรมรวม	แบบเหลี่ยม	1
		แบบกลม	2
8	รูปแบบเก้าอี้ในการนั่งทำกิจกรรม	ไม่มีที่วางแขน	1
		มีที่วางแขน	2
9	รูปแบบชั้นวางหนังสือ	ผู้สำเร็จมีกระจกปิด	1
		ผู้สำเร็จเปิดโล่ง	2
		ชั้นติดผนัง	3
10	ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ	ไม่จำเป็น	0
		จำเป็น	1
11	รูปแบบการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม	โมเดิร์น	1
		ผสมผสานแบบไทย	2
		เรียบง่าย	3
		หลุยส์คลาสสิก	4

ตารางที่ 3.5 ตัวแปรที่ใช้วิธีการ Chi-squared Test of Independence ทดสอบ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
1	การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ	ไม่ได้ทำกิจกรรม ได้ทำกิจกรรม	0 1
2	สุขภาพของผู้สูงอายุหลังจากเข้าใช้บริการห้อง กิจกรรม	ร่างกายอ่อนแอลง ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง แข็งแรงขึ้น	0 1 2
3	สุขภาพของผู้สูงอายุในปัจจุบัน	ร่างกายอ่อนแอลง ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง แข็งแรงขึ้น	0 1 2
4	เพศ	ชาย หญิง	1 2
5	ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คน ภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม	ไม่ต้องการ ต้องการ	0 1
6	ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ	ไม่จำเป็น จำเป็น	0 1
7	พลังงานในการทำกิจกรรม	หนักมาก - ออกกำลังกายด้วยเครื่อง - โยคะ - แอร์โรบิค - รำไทเก๊ก - กายภาพบำบัด - รำไม้พลอง - วอลเลย์บอลลูกโป่ง - เดินจ็อกกิ้ง - เดินลีลาศ - โยนห่วง - ปาเป้า	5

ตารางที่ 3.5 (ต่อ) ตัวแปรที่ใช้วิธีการ Chi-squared Test of Independence ทดสอบ

ลำดับ	หัวข้อ	Value	Coding
	พลังงานในการทำกิจกรรม	หนัก - วาดรูป ศิลปะ - ทำงานประดิษฐ์ - ทำอาหาร - เล่นดนตรีไทย,สากล - ร้องคาราโอเกะ	4
		ปานกลาง - เข้าร่วมการอบรมต่างๆ - เล่นคอมพิวเตอร์ - บิงโก - ไพ่ - โดมิโน - เกมส้ cross word - ต่อจิ๊กซอ - ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	3
		ต่ำ - อ่านหนังสือ - สนทนาวงชา กาแฟ - ร่วมงานสังสรรค์ - ชมภาพยนตร์ - เล่นกับสัตว์เลี้ยง	2
		ต่ำมาก - ไหว้พระ นั่งสมาธิ - นวดไทย นวดบำบัด	1

3.6 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

3.6.1 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา

เป็นการวิเคราะห์ทางสถิติ เพื่อวิเคราะห์ความถี่ ร้อยละของ ข้อมูลของผู้สูงอายุ อาทิ เพศ การศึกษา โรคประจำตัว และสถานะภาพของผู้สูงอายุ กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรม กิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้ปฏิบัติ กิจกรรมที่ชื่นชอบ ความรู้สึกต่อสุขภาพหลังได้ทำกิจกรรม อุบัติเหตุที่ผู้สูงอายุได้รับจากการทำกิจกรรม ลักษณะของห้องกิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ อาทิความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอก ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอก ลักษณะการนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์ รูปแบบเครื่องเรือน โต๊ะ เก้าอี้ ในห้องกิจกรรม รูปแบบการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม

3.6.2 การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติอนุมาน

3.6.2.1 การทดสอบด้วย Chi-Squared Goodness of Fit Test เป็นการวิเคราะห์ทางสถิติ เพื่อเปรียบเทียบสัดส่วนของตัวแปรดังต่อไปนี้

1. พฤติกรรมผู้สูงอายุ

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุและความรู้สึกต่อสุขภาพในปัจจุบัน

สมมุติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าตนเองมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ทำกิจกรรม , ไม่ทำกิจกรรมเท่ากัน

H_0 : $P_{\text{ทำกิจกรรม}} = P_{\text{ไม่ทำกิจกรรม}}$

สมมุติฐานทางเลือก

H_1 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ทำกิจกรรม , ไม่ทำกิจกรรมไม่เท่ากัน

H_1 : $P_{\text{ทำกิจกรรม}} \neq P_{\text{ไม่ทำกิจกรรม}}$

2. พลังงานในการทำกิจกรรม

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและพลังงานที่ใช้ทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ

สมมุติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชื่นชอบกิจกรรมที่ต้องใช้พลังงานหนัก

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ใช้พลังงานหนัก , ปานกลาง , ต่ำ เท่ากัน

$$H_0 : P_{\text{หนัก}} = P_{\text{ปานกลาง}} = P_{\text{ต่ำ}}$$

สมมติฐานทางเลือก

$$H_1 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ใช้พลังงานหนักมาก, หนัก, ปานกลาง, ต่ำ, ต่ำมาก ไม่เท่ากัน}$$

$$H_1 : P_{\text{หนัก}} \neq P_{\text{ปานกลาง}} \neq P_{\text{ต่ำ}}$$

3. การมองเห็นจากคนภายนอก

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่ต้องการและไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรม

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเองกำลังทำกิจกรรม

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

$$H_0 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเวลาทำกิจกรรม, ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนทำกิจกรรมเท่ากัน}$$

$$H_0 : P_{\text{ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเวลาทำกิจกรรม}} = P_{\text{ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเวลาทำกิจกรรม}}$$

สมมติฐานทางเลือก

$$H_1 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเวลาทำกิจกรรม, ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนทำกิจกรรมไม่เท่ากัน}$$

$$H_1 : P_{\text{ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเวลาทำกิจกรรม}} \neq P_{\text{ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตนเวลาทำกิจกรรม}}$$

4. ผนังห้องกิจกรรม

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่เลือกผนังห้องกิจกรรมแต่ละประเภท

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกผนังห้องกิจกรรมแบบโปร่งมองเห็นภายนอกได้

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

$$H_0 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบ, ห้องกิจกรรมเป็นแบบโปร่งมองเห็นภายนอกได้เท่ากัน}$$

$$H_0 : P_{\text{ห้องกิจกรรมแบบผนังปิดทึบ}} = P_{\text{ห้องกิจกรรมแบบโปร่งมองเห็นภายนอกได้}}$$

สมมติฐานทางเลือก

$$H_1 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบ, ห้องกิจกรรมเป็นแบบโปร่งมองเห็นภายนอกได้ไม่เท่ากัน}$$

$$H_1 : P_{\text{ห้องกิจกรรมแบบผนังปิดทึบ}} \neq P_{\text{ห้องกิจกรรมแบบโปร่งมองเห็นภายนอกได้}}$$

5. การเลือกนั่งปฏิบัติกิจกรรมงานประดิษฐ์ต่างๆ

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์แต่ละประเภท
สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์บน โต๊ะเก้าอี้

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

$$H_0 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกนั่งโต๊ะเก้าอี้, นั่งกับพื้นเท่ากัน}$$

$$H_0 : P_{\text{นั่งโต๊ะเก้าอี้}} = P_{\text{นั่งกับพื้น}}$$

สมมติฐานทางเลือก

$$H_1 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกนั่งโต๊ะเก้าอี้, นั่งกับพื้นไม่เท่ากัน}$$

$$H_1 : P_{\text{นั่งโต๊ะเก้าอี้}} \neq P_{\text{นั่งกับพื้น}}$$

6. ผนังกระจกเงาในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นหรือไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงา
ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

$$H_0 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงา, จำเป็นต้องมีกระจกเงาเท่ากัน}$$

$$H_0 : P_{\text{ไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงา}} = P_{\text{จำเป็นต้องมีกระจกเงา}}$$

สมมติฐานทางเลือก

$$H_1 : \text{สัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงา, จำเป็นต้องมีกระจกเงาไม่เท่ากัน}$$

$$H_1 : P_{\text{ไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงา}} \neq P_{\text{จำเป็นต้องมีกระจกเงา}}$$

7. โต๊ะในการทำกิจกรรม

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่เลือกโต๊ะในการทำกิจกรรมแต่ละประเภท

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกโต๊ะแบบกลม

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกโต๊ะแบบสี่เหลี่ยม, แบบวงกลมเท่ากัน

H_0 : $P_{\text{แบบสี่เหลี่ยม}} = P_{\text{แบบวงกลม}}$

สมมุติฐานทางเลือก

H_1 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกโต๊ะแบบสี่เหลี่ยม, แบบวงกลมไม่เท่ากัน

H_1 : $P_{\text{แบบสี่เหลี่ยม}} \neq P_{\text{แบบวงกลม}}$

8. เก้าอี้ในการทำกิจกรรม

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่เลือกเก้าอี้ในการทำกิจกรรมแต่ละประเภท

สมมุติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกเก้าอี้แบบมีที่วางแขน

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกเก้าอี้แบบไม่มีที่วางแขน, มีที่วางแขนเท่ากัน

H_0 : $P_{\text{ไม่มีที่วางแขน}} = P_{\text{มีที่วางแขน}}$

สมมุติฐานทางเลือก

H_1 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกเก้าอี้แบบไม่มีที่วางแขน, มีที่วางแขนไม่เท่ากัน

H_1 : $P_{\text{ไม่มีที่วางแขน}} \neq P_{\text{มีที่วางแขน}}$

9. ชั้นวางหนังสือ

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่เลือกชั้นวางหนังสือแต่ละประเภท

สมมุติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกชั้นวางหนังสือแบบชั้นติดผนัง

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกชั้นวางหนังสือแบบตู้สำเร็จมีกระจกปิด ,
ตู้สำเร็จเปิดโล่ง, ชั้นติดผนังเท่ากัน

H_0 : $P_{\text{ตู้สำเร็จมีกระจกปิด}} = P_{\text{ตู้สำเร็จเปิดโล่ง}} = P_{\text{ชั้นติดผนัง}}$

สมมุติฐานทางเลือก

H_1 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกชั้นวางหนังสือแบบตู้สำเร็จมีกระจกปิด ,
ตู้สำเร็จเปิดโล่ง, ชั้นติดผนังไม่เท่ากัน

H_1 : $P_{\text{ตู้สำเร็จมีกระจกปิด}} \neq P_{\text{ตู้สำเร็จเปิดโล่ง}} \neq P_{\text{ชั้นติดผนัง}}$

10. เครื่องปรับอากาศ

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นหรือไม่จำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องทำกิจกรรม

สมมุติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นจำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องทำกิจกรรม

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ , จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศเท่ากัน

H_0 : $P_{\text{ไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ}} = P_{\text{จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ}}$

สมมุติฐานทางเลือก

H_1 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ , จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศไม่เท่ากัน

H_1 : $P_{\text{ไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ}} \neq P_{\text{จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ}}$

11. การตกแต่งภายในห้องกิจกรรม

ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุที่เลือกการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมแต่ละประเภท

สมมุติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมแบบผสมผสานแบบไทย

สมมุติฐานทางสถิติ

สมมุติฐานหลัก

H_0 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกการตกแต่งแบบ โมเดิร์น , ผสมผสานแบบไทยแบบเรียบง่าย , แบบหลุยส์คลาสสิกเท่ากัน

H_0 : $P_{\text{แบบโมเดิร์น}} = P_{\text{ผสมผสานแบบไทย}} = P_{\text{แบบเรียบง่าย}} = P_{\text{แบบหลุยส์คลาสสิก}}$

สมมุติฐานทางเลือก

H_1 : สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกการตกแต่งแบบ โมเดิร์น , ผสมผสานแบบไทยแบบเรียบง่าย , แบบหลุยส์คลาสสิกไม่เท่ากัน

H_1 : $P_{\text{แบบโมเดิร์น}} \neq P_{\text{ผสมผสานแบบไทย}} \neq P_{\text{แบบเรียบง่าย}} \neq P_{\text{แบบหลุยส์คลาสสิก}}$

การทดสอบด้วยวิธี Chi-squared Test of Independence เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแต่ละคู่ กำหนดระดับนัยสำคัญที่ 0.05 โดยใช้ตัวแปรแต่ละคู่ดังต่อไปนี้

1. เพศและพลังงานในการทำกิจกรรม

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุเพศหญิงชื่นชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานต่ำ

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

H_0 : เพศของผู้สูงอายุไม่สัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ
สมมติฐานทางเลือก

H_1 : เพศของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ

2. การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุและความรู้สึกต่อสุขภาพหลังได้ทำกิจกรรม

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมทำกิจกรรมมีความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกายของตนเองแข็งแรง
ขึ้น

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

H_0 : การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุไม่สัมพันธ์กับความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกาย
สมมติฐานทางเลือก

H_1 : การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกาย

3. พลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและความต้องการให้คนภายนอก เห็นการทำกิจกรรม

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุที่ชอบทำกิจกรรมที่ใช้พลังงานน้อยไม่ต้องให้คนภายนอกเห็นคนทำ
กิจกรรม

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

H_0 : พลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบไม่สัมพันธ์ความต้องการให้คน
ภายนอกเห็นการทำกิจกรรม

สมมติฐานทางเลือก

H_1 : พลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบสัมพันธ์ความต้องการให้คน
ภายนอกเห็นการทำกิจกรรม

4.พลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและการเลือกใช้เครื่องปรับอากาศ

สมมติฐานการวิจัย

ผู้สูงอายุที่ชอบทำกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากไม่ต้องการให้ติดตั้ง
เครื่องปรับอากาศภายในห้องกิจกรรม

สมมติฐานทางสถิติ

สมมติฐานหลัก

H_0 : พลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบไม่สัมพันธ์กับการเลือกใช้
เครื่องปรับอากาศ

สมมติฐานทางเลือก

H_1 : พลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบสัมพันธ์กับการเลือกใช้
เครื่องปรับอากาศ

3.6.3 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

3.6.3.1 การวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบ

เป็นการวิเคราะห์โดยการเปรียบเทียบจากการสังเกตลักษณะทางกายภาพภายนอก อาทิ
กิจกรรม พื้นที่ในการทำกิจกรรม พื้น ผนัง เพดาน โทนมี่ ระบบไฟฟ้า ระบบปรับอากาศ ระหว่าง
ห้องกิจกรรมในต่างประเทศและภายในประเทศไทย

3.6.3.2 การวิเคราะห์จากการสัมภาษณ์

แบ่งออกเป็น 2 แบบคือ

3.6.3.2 .1 การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัด พยาบาลวิชาชีพ
เกี่ยวกับกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ อุปกรณ์ทำกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ และการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ แพทย์ เจ้าหน้าที่ และผู้สูงอายุภายในบ้านพัก
ผู้สูงอายุอุดมสุข เกี่ยวกับกิจกรรมที่ควรมีภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ความคิดเห็นเกี่ยวกับการ
ปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

3.6.3.2 .2 การวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามผู้สูงอายุที่ให้ความคิดเห็นเพิ่มเติม ในด้าน
กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ห้องกิจกรรมที่เหมาะสม

บทที่ 4

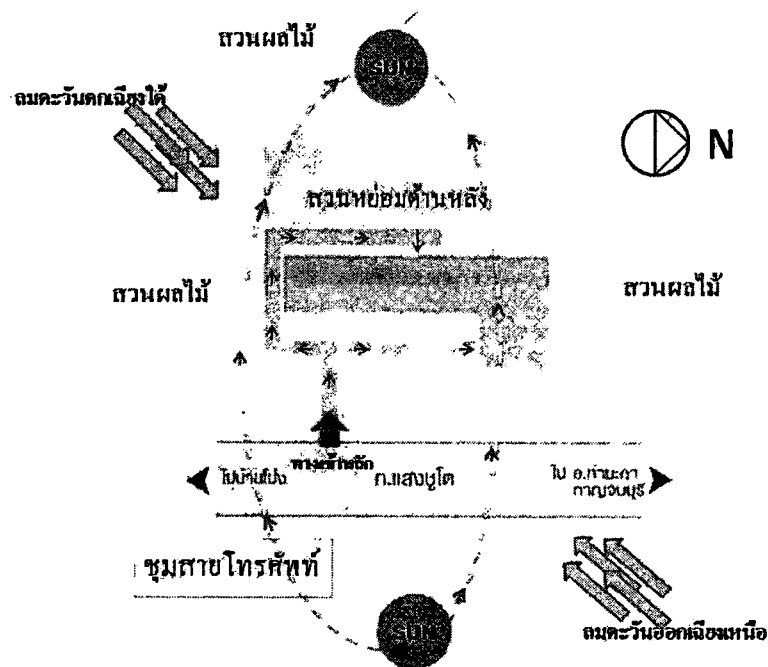
ผลการวิจัย

ในบทนี้เป็นการวิเคราะห์ข้อมูล ในส่วนของผลที่ได้จากการสังเกตห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัด ผู้เชี่ยวชาญทางด้านผู้สูงอายุ แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ และแบบสอบถามพยาบาล เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ

4.1 ข้อมูลทั่วไปของกรณีศึกษาและผู้ให้ข้อมูล

ข้อมูลทั่วไปแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1.1 ความเป็นมาและลักษณะของกรณีศึกษาบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ดำเนินงานโดยภาคเอกชน สร้างขึ้นเพื่อรองรับผู้สูงอายุที่ครอบครัวไม่มีเวลาดูแลและผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสุขภาพเข้ามาใช้บริการ ตั้งอยู่ที่หมู่ 4 อำเภอท่ามะกา ตำบล จังหวัดกาญจนบุรี โดยทิศตะวันออกติดกับถนนแสงชูโตซึ่งเป็นถนนใหญ่ ทิศตะวันตกเหนือ ใต้ ติดกับสวนผลไม้ (ภาพที่ 4.1) การเดินทางเข้าถึงต้องใช้รถส่วนตัวและรถรับจ้าง ภายในอาคารมีพื้นที่ทั้งหมด 500 ตารางเมตร แบ่งเป็น 2 ชั้น ชั้นล่างมีส่วนต้อนรับแขก ห้องแพทย์ ห้องพักผู้สูงอายุ ส่วน โถงอเนกประสงค์ ส่วนที่ทำงานของเจ้าหน้าที่ ส่วนซักล้าง ส่วนชั้นบนเป็นที่พักสำหรับผู้สูงอายุทั้งหมด ห้องพักผู้สูงอายุมีทั้งหมด 21 ห้อง แบ่งเป็นชั้นล่าง 9 ห้อง ชั้นบน 12 ห้อง รองรับผู้สูงอายุได้ 84 คน



ภาพที่ 4.1 แสดงลักษณะที่ตั้งของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.1.2 ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในต่างประเทศ ทั้งหมด 5 แห่ง คือบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah Albany รัฐ New York ศูนย์เอนกประสงค์ Low Country Senior Center รัฐ South Carolina บ้านพักผู้สูงอายุในเครื่องจักรศาสนาในรัฐOhio ชุมชนหมู่บ้านผู้เกษียณอายุราชการ Breckenridge รัฐOhio ศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson ในแถบ Mid-Atlantic ประเทศสหรัฐอเมริกา และที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ Beijing Social Welfare Institution กรุงปักกิ่ง ประเทศจีน และในประเทศไทยทั้งหมด 5 แห่ง คือ อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास บางปู สมุทรปราการ โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ

4.1.3 แพทย์ นักกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ ที่ดูแลภายในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ จำนวน 5 คน

4.1.4 ผู้สูงอายุ โดยทำการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อยู่ภายในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास บางปู สมุทรปราการ ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ รวมทั้งทั้งหมดจำนวน 200 คน ได้แบบสัมภาษณ์คืนมาทั้งหมด 183 ชุด สรุปข้อมูลได้ดังต่อไปนี้

ผู้สูงอายุที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์มากที่สุด ผู้สูงอายุที่ทำการสัมภาษณ์ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ผู้สูงอายุที่ทำแบบสัมภาษณ์มากที่สุดมีอายุระหว่าง 65-69 ปี ค่าเฉลี่ยอายุผู้สูงอายุที่ทำแบบสัมภาษณ์อยู่ที่ 70 ปี ค่าเฉลี่ยระยะเวลาที่ผู้สูงอายุเข้าใช้บริการทั้ง 5 แห่ง อยู่ที่ 4 ปี (ตารางที่ 4.1 – 4.2)

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการทั้ง 5 แห่ง

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
จำนวนผู้สูงอายุ	183		
ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง		60	32.8
ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี		40	21.9
ศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว		40	21.9
อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास		28	15.3
บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข		15	8.2

ตารางที่ 4.1 (ต่อ) ข้อมูลกลุ่มผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการทั้ง 5 แห่ง

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
เพศ			
หญิง	183	153	84
ชาย		30	16
พฤติกรรม			
ได้ทำกิจกรรม	183	168	92
ไม่ได้ทำกิจกรรม		15	8
กลุ่มอายุ			
65-69	183	62	33.9
70-74		43	23.5
60-64		36	19.7
75-79		31	16.9
80ขึ้นไป		11	6

ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ยผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง

อายุและระยะเวลา	n	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด
อายุ (ปี)					
- ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง	60	71	5.6	60	82
- ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี	40	70	6.1	60	81
- ศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่ง ครอบครัว	40	66	5.6	60	81
- อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวนจิตรลดา	28	71	5.8	60	82
- บ้านอุดมสุข	15	71	4	66	78
รวมทั้งหมด	183	70	5.8	60	82

ตารางที่ 4.2 (ต่อ) แสดงค่าเฉลี่ยผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง

อายุและระยะเวลา	n	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด
ระยะเวลาในการใช้บริการ (ปี)					
- ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง	60	6.6	5.2	.06	20
- ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี	40	6.1	3.1	.06	10
- ศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่ง ครอบครัว	40	0.8	.04	.04	1.02
- อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสว่างคนิवास	28	4.9	3	.01	11
- บ้านอุดมสุข	15	0.5	0.9	.01	3
รวมทั้งหมด	183	4.5	4.3	.01	20

สถานภาพส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุที่ทำการสัมภาษณ์สมรสแล้ว โรคประจำตัวที่ผู้สูงอายุเป็นมากที่สุดคือความดันโลหิตสูง รองลงมาคือข้อเสื่อม มีผู้สูงอายุส่วนน้อยที่ไม่มีโรคประจำตัว (ตารางที่ 4.3)

ตารางที่ 4.3 ข้อมูลส่วนตัวกลุ่มผู้สูงอายุ

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
สถานภาพปัจจุบัน			
สมรส	183	61	36.3
คู่สมรสเสียชีวิต		56	33.3
โสด		41	24.4
หย่าร้าง		10	6

ตารางที่ 4.3 (ต่อ) ข้อมูลส่วนตัวกลุ่มผู้สูงอายุ

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
โรคประจำตัว			
- ความดันโลหิตสูง	183	97	53
- ข้อเสื่อม		81	44.3
- โรคเกี่ยวกับดวงตา		78	42.6
- ปวดเมื่อยตามร่างกาย		70	38.3
- เบาหวาน		39	21.3
- เวียนศีรษะ		38	20.8
- นอนไม่หลับ		32	17.5
- กลั้นปัสสาวะไม่ได้		26	14.2
- โรคหัวใจ		23	12.6
- ไชมันในเส้นเลือด		18	9.8
- โรคที่เกี่ยวกับสมอง		13	7.1
- กระดูกพรุน		2	1.1
- ไทรอย		2	1.1
- ต่อมลูกหมากโต		1	0.5
- โรคไต		1	0.5
- ภูมิแพ้		1	0.5
- ระบบลำไส้		1	0.5
- ริดสีดวงทวาร		1	0.5
- หูตึง		1	0.5
ไม่มีโรคประจำตัว		6	3.3

ลักษณะการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุที่ใช้บริการที่ศูนย์ทั้ง 5 แห่ง ส่วนใหญ่เดิน
 เคลื่อนไหวได้ด้วยตัวเองทั้งภายในบ้านและภายนอก สามารถทำอาหารทำงานบ้านได้ด้วยตนเอง
 สามารถแลกเปลี่ยนเงินทอง และใช้บริการขนส่งสาธารณะ โดยตนเองเองได้ (ตารางที่ 4.4)

ตารางที่ 4.4 ข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
ลักษณะการเคลื่อนไหว			
เดินได้ด้วยตนเอง	183	164	89.6
ต้องใช้ไม้เท้า		14	7.7
นั่งรถเข็น		5	2.7
การเดินทางหรือเคลื่อนที่นอกบ้าน			
เดินได้เอง(รวมทั้งที่ใช้เครื่องช่วยเดิน)	183	171	93.4
ใช้รถเข็นและช่วยตัวเองได้หรือต้องการให้ คนประคอง2ข้าง		4	2.2
ต้องการคนช่วยพยุงหรือไปด้วยตลอด		4	2.2
เดินไม่ได้		4	2.2
ทำหรือเตรียมอาหาร/หุงข้าว			
ทำได้เอง	183	157	85.8
ทำไม่ได้		16	8.7
ต้องการคนช่วยหรือจัดเตรียมให้ล่วงหน้า		10	5.5
การทำงานบ้าน			
ทำได้เอง	183	154	84.2
ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย		29	15.8
การแลกเปลี่ยน/เงินทอง			
ทำได้เอง	183	174	95.1
ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย		9	4.9
การใช้บริการขนส่งสาธารณะ			
ไปเองได้	183	150	82
ทำได้แต่ต้องมีผู้ช่วยไปด้วย		21	11.5
ไม่สามารถทำเองได้		12	6.6

4.2 ลักษณะกิจกรรมภายในอาคารสำหรับผู้สูงอายุ

4.2.1 ลักษณะกิจกรรมของต่างประเทศ

จากการศึกษาข้อมูลกิจกรรมผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์แยกตามประเภทของกิจกรรมได้
ดังต่อไปนี้ (ตารางที่ 4.5, ภาพที่ 4.2 – 4.5)

ตารางที่ 4.5 เปรียบเทียบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง

ห้อง กิจกรรม	สมาคมและ นันทนาการ	การศึกษาและ วัฒนธรรม	สุขภาพอนามัยและ โภชนาการ
The Daughters of Sarah	ช่างไม้,เย็บผ้า, เล่นเกม บิงโก,ทายคำศัพท์, โยนบอล,เป่าลูกโป่ง,ทอย ลูกเต๋า,ต่อจิ๊กซอ ชมภาพยนตร์ บำบัด(ลูบสัตัว,สปา,นวด) ร้องเพลงและเล่นดนตรี ชมการแสดง,ร่วมเล่นเกม โชว์,พบปะสังสรรค์	พิธีทางศาสนา , เรียนคำ สอนศาสนา(คริสต์,ยิว) อ่านหนังสือ ,นั่งรวมกลุ่ม อภิปราย , ทำงานศิลปะและ งานประดิษฐ์ ,สอนทำขนม	เล่นเบสบอล,วอลเลย์บอล, บอลลายง,เดินรอบอาคาร
บ้านพักในเครือ องค์กรศาสนา OHIO	เล่นดนตรีและร้องเพลง ชมภาพยนตร์,แสดงละคร บำบัดด้วยเสียงเพลง กิจกรรมรื่นเริง	ทำงานศิลปะ , พิธีทางศาสนาคริสต์, สนทนากับบาทหลวง	การออกกำลังกาย,ยิงปืน เดินรำลึกาศ
The Jefferson	เข้าร่วมชมรมต่างๆ เล่นดนตรี,การร้องเพลง, การเดิน ,ปาลูกดอก เล่นไพ่, เกมต่างๆ แชร์ภาพถ่าย, สนทนาเรื่อง อดีต ,สังสรรค์วันหยุด,การ ทำอาหาร, การเดิน, การ สนทนาแลกเปลี่ยน นวดมือเท้ากล้ามเนื้อ, ฟัง เพลงบำบัด, การลูบสัตัว เลี้ยง ทำกิจกรรมร่วมกับเด็ก นักเรียน/ผู้มาเยี่ยม	เรียนbible ,สวดมนต์ร้อง เพลง,สนทนากับพระสงฆ์ ภาพเขียน, การวาด การปั้น, งานฝีมือ, และ งานประดิษฐ์ เศษวัสดุ โปรแกรมการศึกษา, รับรู้ เหตุการณ์ปัจจุบัน การปรุงอาหาร, การพับผ้า เช็ดปาก	การเดิน,การยืดตัว, วอลเลย์บอลลูกโป่ง, โยคะน้ำ
Beijing Social Welfare Institution	ไพนกกระจอก ชมการแสดงงิ้ว สนทนาวงชา	อ่านหนังสือ วาดภาพศิลปะ	ออกกำลังกายด้วยเครื่อง รำไม้พลอง,รำไทเก๊ก รำมวยจีน

ตารางที่ 4.5 (ต่อ) เปรียบเทียบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง

ห้องกิจกรรม	สมาคมและ นันทนาการ	การศึกษาและ วัฒนธรรม	สุขภาพอนามัยและ โภชนาการ
Beijing Social Welfare Institution	ไพ่นกกระจอก ชมการแสดงจิว สนทนามวงชา	อ่านหนังสือ วาดภาพศิลปะ	ออกกำลังกายด้วยเครื่อง รាំไม้พลอง, รាំไทเก๊ก รាំมวยจีน
Low Country Senior Center	เล่นดนตรีร้องเพลง ชมภาพยนตร์, จัดงาน สังสรรค์, บำบัดด้วยกลิ่น เล่นไพ่, เล่นโต๊ะ Pool เล่นปาล้ำ, เกมบิงโก แสดงละคร, ชมการแสดง ละครจากชุมชน	ศิลปะและงานประดิษฐ์ ทำงานฝีมือ, ทำอาหาร อ่านหนังสือ ทำกิจกรรมทางศาสนา เรียนโปรแกรมคอมพิวเตอร์	ออกกำลังกายด้วยเครื่อง แอร์โรบิค, โยคะ

Gold Activities for 2008

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
11 AM Potomac Srvc w/Robert 2:30-Bingo (Fr) 2:30-Book & Singing Day (Sa)	10:30-Ball Toss Academy (Su) 2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	10:30-Hebrew Academy (Su) 11:30-Pai 2:30-Reading & Remembrance (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Parachute (Su) 2:30-Parachute (Su) 2:30-Catholic Social (Su) 4 PM-Happy Hour (Su)	10:30-Balloon Study (Su) 12:30-MEU Picnic 2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	10:30-Balloon Study (Su) 9:45 Shul Srvc	9:45 Shul Srvc
11:00-Catholic Srvc w/Ken Dorn (Fr)	2:30-Catholic Srvc w/Ken Dorn (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Movie & Games (Su) 2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
11:00-Rosary (Fr)	10:30-Hebrew Academy (Su) 2:30-Bingo (Su) 4 PM-Club (Su)	10:30-Bible Study (Su) 11:30-Pai 2:30-Reading & Remembrance (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
2:30-Father's Day Celebration w/Kenneth Bann (Su)	2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	2:30-June 8th Party w/Smiles & Songs (Su)	2:30-Bingo (Su) 2:30-Summer Maintenance (Su)	2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
11:00-Catholic Srvc w/Dave (Fr)	10:30-Movie w/Dave (Fr)	10:30-Balloon Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
2:30-Catw Music & Singing Along w/George (Su)	2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	12 PM-Anniversary Luncheon w/Sal Cannavo (Su) 2:30-Summer Fun Social (Su)	2:30-Parachute (Su) 4 PM-Happy Hour (Su)	2:30-Parachute (Su) 4 PM-Happy Hour (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
11:00-Catholic Srvc w/Ken Dorn (Fr)	10:30-Movie w/Dave (Fr)	10:30-Balloon Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
2:30-Two Old Friends (Su)	2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	2:30-June 8th Party w/Smiles & Songs (Su)	2:30-Bingo (Su) 2:30-Summer Maintenance (Su)	2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc

10:30-Hebrew Academy 11:30-Pai 12:30-MEU Picnic 2:30-Parachute (Su) 2:30-Catholic Social (Su) 4 PM-Happy Hour (Su) 2:45-1:1 Visit

MCC Activities for 2008

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
11 AM Potomac Srvc w/Robert 2:30-Bingo (Fr) 2:30-Book & Singing Day (Sa)	10:30-Balloon Study (Su) 2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	10:30-Hebrew Academy (Su) 11:30-Pai 2:30-Reading & Remembrance (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Parachute (Su) 2:30-Parachute (Su) 2:30-Catholic Social (Su) 4 PM-Happy Hour (Su)	10:30-Balloon Study (Su) 12:30-MEU Picnic 2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	10:30-Balloon Study (Su) 9:45 Shul Srvc	9:45 Shul Srvc
11:00-Catholic Srvc w/Ken Dorn (Fr)	2:30-Catholic Srvc w/Ken Dorn (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Movie & Games (Su) 2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
11:00-Rosary (Fr)	10:30-Hebrew Academy (Su) 2:30-Bingo (Su) 4 PM-Club (Su)	10:30-Bible Study (Su) 11:30-Pai 2:30-Reading & Remembrance (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
2:30-Father's Day Celebration w/Kenneth Bann (Su)	2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	2:30-June 8th Party w/Smiles & Songs (Su)	2:30-Bingo (Su) 2:30-Summer Maintenance (Su)	2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
11:00-Catholic Srvc w/Dave (Fr)	10:30-Movie w/Dave (Fr)	10:30-Balloon Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
2:30-Catw Music & Singing Along w/George (Su)	2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	12 PM-Anniversary Luncheon w/Sal Cannavo (Su) 2:30-Summer Fun Social (Su)	2:30-Parachute (Su) 4 PM-Happy Hour (Su)	2:30-Parachute (Su) 4 PM-Happy Hour (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
11:00-Catholic Srvc w/Ken Dorn (Fr)	10:30-Movie w/Dave (Fr)	10:30-Balloon Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Bible Study (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	10:30-Reading & Remembrance (Su) 10:45-Movie & Games (Su)	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc
2:30-Two Old Friends (Su)	2:30-Spa Day (Su) 4 PM-Club (Su)	2:30-June 8th Party w/Smiles & Songs (Su)	2:30-Bingo (Su) 2:30-Summer Maintenance (Su)	2:30-Shul Srvc (Su) 2:45-1:1 Visit	9:45-Shul Srvc	9:45-Shul Srvc

10:30-Hebrew Academy 11:30-Pai 12:30-MEU Picnic 2:30-Parachute (Su) 2:30-Catholic Social (Su) 4 PM-Happy Hour (Su) 2:45-1:1 Visit

ภาพที่ 4.2 แสดงตารางกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah



กิจกรรมงานเลียงพอบปะสังสรรค์ภายใน



กิจกรรมชมการแสดงจากบุคคลภายนอก



กิจกรรมการเล่นเกม



กิจกรรมฝีมืออบรมสาริตต่างๆ

ภาพที่ 4.4 (ต่อ) แสดงกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah



ภาพที่ 4.5 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายใน Low County Senior Center

กิจกรรมที่เป็นที่นิยมจัดภายในศูนย์ผู้สูงอายุในต่างประเทศ ในส่วนของกิจกรรมด้านสมาคมและนันทนาการคือกิจกรรมชมภาพยนตร์ เล่นดนตรีร้องเพลง เล่นเกม กิจกรรมด้านการศึกษาวัฒนธรรมคือเข้าร่วมพิธีทางศาสนา เรียนคำสอนศาสนา และกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยโภชนาการคือกิจกรรมออกกำลังกายประเภทต่างๆ อาทิ วอลเลย์บอลลูกโป่ง ออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย โยคะ

4.2.2 ลักษณะกิจกรรมของในประเทศไทย

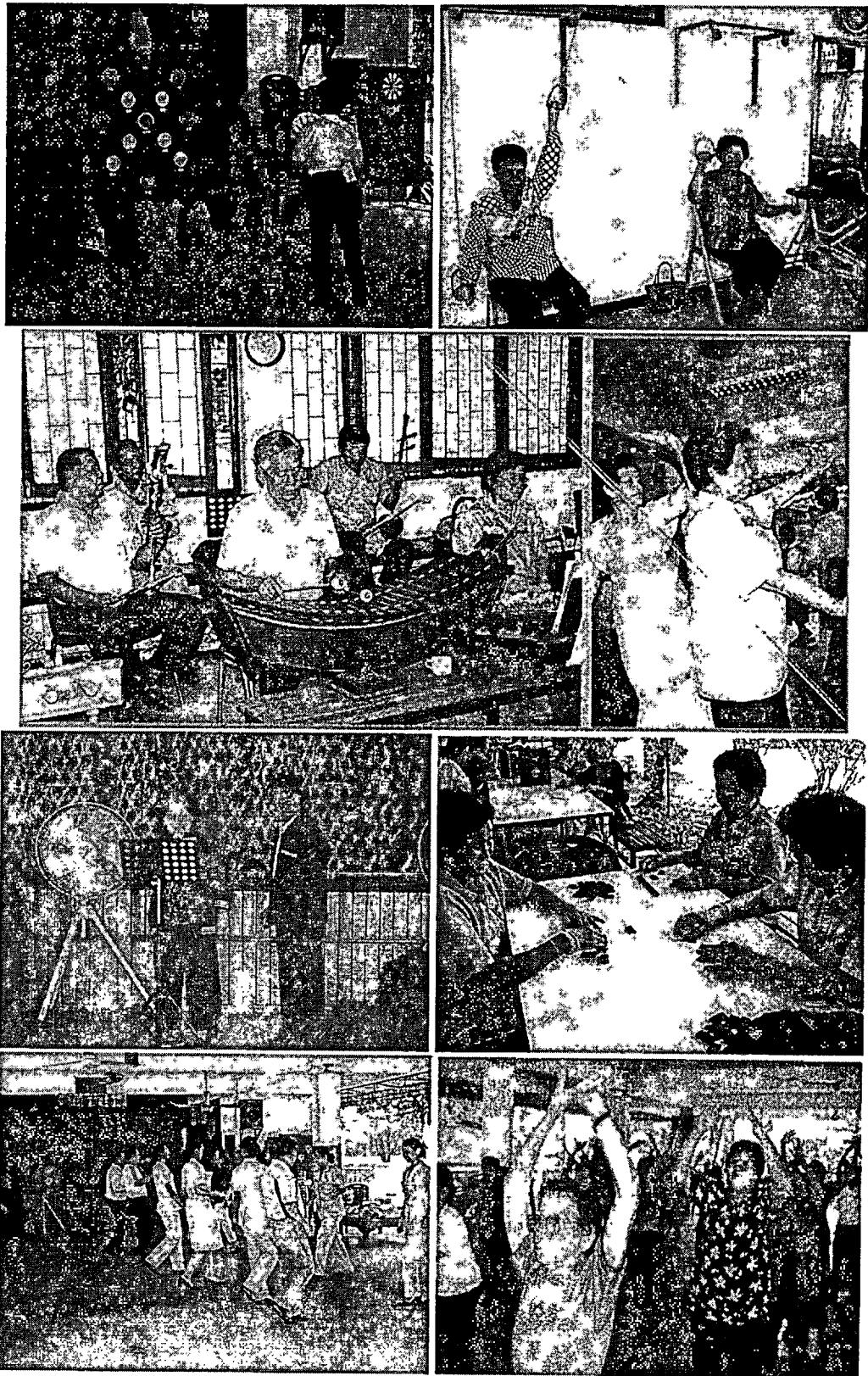
จากการสังเกตและจดบันทึก ห้องกิจกรรมแยกตามประเภทของกิจกรรมได้ดังต่อไปนี้
กิจกรรมที่เป็นที่นิยมจัดภายในศูนย์ผู้สูงอายุในประเทศไทยในส่วนของกิจกรรมด้านสมาคมและนันทนาการคือกิจกรรมเกมต่างๆ อาทิ โยนห่วง ปาเป้า บิงโก โดมิโน่ กิจกรรมด้านการศึกษาวัฒนธรรมคือกิจกรรมอ่านหนังสือ และกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยโภชนาการคือกิจกรรมออกกำลังกายแบบแอร์โรบิก (ตารางที่ 4.6, ภาพที่ 4.6 – 4.8)

ตารางที่ 4.6 เปรียบเทียบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง

ห้อง กิจกรรม	สมาคมและ นันทนาการ	การศึกษาและ วัฒนธรรม	สุขภาพอนามัยและ โภชนาการ
สวางคนิवास	เล่นเกมส่ภาษา , โคมิโน บิงโก ชมภาพยนตร์ ร้องคาราโอเกะ สนทนาวงซากาแฟ อภิปรายกลุ่ม, ชมการแสดง จัดงานตามเทศกาลต่างๆ	อ่านหนังสือ เล่นคอมพิวเตอร์ ฟังเทศ , สวดมนต์ วิปัสสนา ฝึกอบรม, งานประดิษฐ์	ออกกำลังกายด้วยเครื่อง กายภาพบำบัด
โรงพยาบาล กล้วยน้ำไท2	เล่นเกมส่ บิงโก, ไพ่, น้ำเต้าปูปลา, หมากจุก บำบัดด้วยกลิ่น, ฟังเพลง ลูกสัตว์เลี้ยง , นวด สนทนาวงซากาแฟ ชมภาพยนตร์ สังสรรค์วันหยุด จัดกิจกรรมตามวันสำคัญ	อ่านหนังสือ , การทำอาหาร	แอโรบิก, กายภาพบำบัด
ศูนย์ผู้สูงอายุ ดินแดง	เล่นดนตรีไทย, รำไทยร้อง เพลงคาราโอเกะ โยนห่วง, หมากจุก, ปาเป้า จับกลุ่มอภิปราย ชมการแสดงต่างๆ	อบรมสัมมนา	แอโรบิก, รำไม้พลอง เล่นอุปกรณ์ออกกำลังกาย กายภาพบำบัด ลีลาศ
ศูนย์ผู้สูงอายุ วิทยาลัย พยาบาลบรม ราชชนนี	ร้องคาราโอเกะ การชมภาพยนตร์ การจับกลุ่มอภิปราย การนั่งคัมชา ปาเป้า , โยนห่วง การจัดกิจกรรมรื่นเริง	ให้คำแนะนำความรู้ด้าน สุขภาพ	การออกกำลังกายด้วย เครื่อง แอโรบิก , โยคะ การเดินรำลีลาศ รำกระบอง
ศูนย์สามวัย สถานสายใยรัก แห่งครอบครัว	รำไทย, ร้องคาราโอเกะ เล่นเกมส่ โคมิโน บิงโก จัดกิจกรรมในวันสำคัญ นวดไทย , ร่วมทำกิจกรรม กับคนต่างวัย	เรียนศิลปะ, งานประดิษฐ์ งานหัตถกรรม อ่านหนังสือ, อบรมสัมมนา ทำกิจกรรมทางศาสนา	เล่น โยคะ, กายภาพบำบัด ออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์



ภาพที่ 4.6 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์สามวัยสถานสายใยรักแห่งครอบครัว



ภาพที่ 4.7 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง



ภาพที่ 4.8 แสดงห้องกิจกรรมต่างๆภายในศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุในประเทศไทยสนใจเข้าร่วมมากที่สุด คือกิจกรรมร่วมในเทศกาลต่างๆซึ่งอยู่ในกิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ รองลงมาคือกิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิอยู่ในกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม ส่วนกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการผู้สูงอายุส่วนใหญ่ให้ความสนใจน้อยกว่ากิจกรรมด้านกิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ และกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม (ตารางที่ 4.7 – 4.9)

ตารางที่ 4.7 กิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรมที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม

n = 168

กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ	ความถี่	ร้อยละ
ไหว้พระนั่งสมาธิ	114	67.9
เข้าร่วมการอบรมต่างๆ	95	56.5
อ่านหนังสือ	93	55.4
ทำอาหาร	62	36.9
ทำงานประดิษฐ์	31	18.5
เล่นคอมพิวเตอร์	19	11.3
วาดรูป ศิลปะ	7	4.2
เพาะชำต้นไม้	1	0.6

ตารางที่ 4.8 กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม

n = 168

กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ	ความถี่	ร้อยละ
ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	124	73.8
ร่วมงานสังสรรค์	111	66.1
สนทนาวงชาคาแฟ	84	50
ป่าเป้า	56	33.3
โยนห่วง	56	33.3
ร้องคาราโอเกะ	55	16.7
นวดไทย นวดบำบัด	52	31
ชมภาพยนตร์	28	13.7
เล่นดนตรีไทย,สากล	23	32.7
โดมิโน	16	9.5
เล่นกับสัตว์เลี้ยง	16	9.5
โยนบอลโบว์ลิ่ง	16	9
เกมส์ Cross Word	15	8.9
บิงโก	13	7.7
ต่อจิ๊กซอ	8	4.8
ไพ่	6	3.6

ตารางที่ 4.9 กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการที่ผู้สูงอายุเข้าร่วม

n = 168

กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ	ความถี่	ร้อยละ
ออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย	70	41.7
แอร์โรบิค	63	37.5
กายภาพบำบัด	59	35.1
เดินลีลาศ	56	33.3
เดินจ็อกกิ้ง	48	28.6
รำไทเก๊ก	41	24.4
รำไม้พลอง	31	18.5
โยคะ	29	17.3
วอลเลย์บอลลูกโป่ง	2	1.2
รำไทย	1	0.6
รำซึ้ง	1	0.6

จากการศึกษาและสังเกตกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย พบว่า กิจกรรมที่นิยมเหมือนกันทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย คือ กิจกรรมทางศาสนา อาทิ การเข้าร่วมพิธีทางศาสนา สวดมนต์ ร้องลงมา คือกิจกรรมการออกกำลังกาย จากการสังเกตกิจกรรมในประเทศไทยส่วนใหญ่คล้ายคลึงกับการจัดกิจกรรมของต่างประเทศ เพียงแต่นำมาปรับปรุงให้เข้ากับวัฒนธรรมและวิถีชีวิตคนไทยมากขึ้น อาทิ การจัดกิจกรรมทางศาสนาและวันสำคัญต่างๆของไทย ส่วนในต่างประเทศกิจกรรมด้านการบำบัดด้านร่างกายและจิตใจเป็นกิจกรรมที่นิยมจัดให้สำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งในประเทศไทยยังไม่มีภาระเน้นกิจกรรมด้านนี้

4.2.3 ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

จากการสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุ ทั้งหมด 4 ท่าน ได้ความคิดเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูทางด้านร่างกาย สมอ และด้านจิตใจเป็นหลัก กิจกรรมที่ต้องมีหลากหลายแต่ทำซ้ำๆกันเป็นประจำ กิจกรรมที่ควรมีเพิ่มเติมสำหรับผู้สูงอายุไทยควรเพิ่มกิจกรรมที่ให้ความรู้ต่างๆกับผู้สูงอายุ เกี่ยวกับการดูแลตนเอง

4.2.4 กิจกรรมที่เหมาะสมภายในบ้านพักอุดมสุข

ผลจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขมีดังนี้ เหตุผลที่อยากให้ มีห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขมากที่สุด คือเพื่อต้องการพบปะพูดคุยกับเพื่อนๆสมาชิกภายในบ้านพัก และมีเวลาว่างจึงมาหากิจกรรมทำ กิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขที่ผู้สูงอายุชื่นชอบมากที่สุดคือกิจกรรมดูโทรทัศน์ ร้องลงมาคือนั่งรถเข็นชมสวน โดยรอบกิจกรรมที่เป็นที่นิยมที่สุดของผู้สูงอายุก่อนเข้ามาอาศัยภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขคือ กิจกรรมออกกำลังกาย และส่วนใหญ่ไม่ได้ทำกิจกรรมนั้นแล้ว ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขมีความรู้ดีกว่าร่างกายของตนเอง ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลงซึ่งใกล้เคียงกับผู้สูงอายุที่รู้ว่าร่างกายของตนเองอ่อนแอลงหลังจากเข้าใช้บริการภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่เคยประสบอุบัติเหตุจากการทำกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ มีแค่เล็กน้อยที่เคยหกล้มจากการทำกิจกรรมนั่งรถเข็นชมสวนบริเวณ โดยรอบ (ตารางที่ 4.10)

ตารางที่ 4.10 เหตุผลที่ผู้สูงอายุภายในบ้านอุดมสุขอยากให้มีห้องกิจกรรม

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
เหตุผลที่อยากให้มีห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ			
ต้องการพบเพื่อน	15	7	46.7
ว่างๆมาหากิจกรรมทำ		7	46.7
ต้องการออกกำลังกาย		2	13.3
ต้องการหาความรู้เพิ่มเติม		2	13.3
นั่งเพื่อรอพบญาติ		2	13.3
พลังงานที่ใช้ในกิจกรรมที่ชื่นชอบ			
น้อย	14	6	42.9
ปานกลาง		5	35.7
หนัก		3	21.4
ผู้สูงอายุยังได้ทำกิจกรรมที่ชื่นชอบอยู่หรือไม่			
ไม่ได้ทำแล้ว	15	9	60
ยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่		6	40
สุขภาพของผู้สูงอายุหลังจากเข้ารับบริการบ้านอุดมสุข			
ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง	15	8	53.3
อ่อนแอลง		7	46.7
แข็งแรงขึ้น		0	0
อุบัติเหตุที่ผู้สูงอายุได้รับจากกิจกรรม			
ไม่เคย	15	13	87
เคย		2	13

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุภายในบ้านอุดมสุขสนใจอยากให้มีภายในบ้านพักอุดมสุขมากที่สุด คือ การนั่งสมาธิเป็นกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม และกิจกรรมชมภาพยนตร์เกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ รองลงมาคือกิจกรรมสนทนากลุ่ม วงชาคาเฟ่ ส่วนกิจกรรมที่เกี่ยวกับด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย ผู้สูงอายุภายในบ้านอุดมสุขอยากให้มีมากที่สุด กิจกรรมผู้สูงอายุทั้ง 3 ประเภทนี้กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการผู้สูงอายุภายในบ้านอุดมสุขสนใจน้อยสุด (ตารางที่ 4.11-4.13)

ตารางที่ 4.11 กิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรมที่ผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขอยากเข้าร่วม

n = 15

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	อยากเข้าร่วม	
	ความถี่	ร้อยละ
ไหว้พระนั่งสมาธิ	12	80
อ่านหนังสือ	3	20
วาดรูป ศิลปะ	2	13.3
ทำงานประดิษฐ์	2	13.3
เข้าร่วมการอบรมต่างๆ	1	6.7
ทำอาหาร	1	6.7
เล่นคอมพิวเตอร์	1	6.7

ตารางที่ 4.12 กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการที่ผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขอยากเข้าร่วม

n = 15

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	อยากเข้าร่วม	
	ความถี่	ร้อยละ
ชมภาพยนตร์	12	80
สนทนาวงชา กาแฟ	11	73.3
ไพ่	6	40
ร้องคาราโอเกะ	6	40
ร่วมงานสังสรรค์	5	33.3
นวดไทย นวดบำบัด	5	33.3
ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	3	20
เล่นดนตรีไทย,สากล	2	13.3
เล่นกับสัตว์เลี้ยง	2	13.3
โดมิโน	1	6.7
บิงโก	1	6.7
ต่อจิ๊กซอ	1	6.7
หมากรุก	1	6.7

ตารางที่ 4.13 กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการที่ผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขอยากเข้าร่วม

n = 15

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	อยากเข้าร่วม	
	ความถี่	ร้อยละ
ออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย	4	26.7
กายภาพบำบัด	5	33.3
เดินจ็อกกิ้ง	2	13.3
รำไทเก๊ก	2	13.3
รำไม้พลอง	2	13.3
โยคะ	2	13.3
วอลเลย์บอลลูกโป่ง	1	6.7
เต้นลีลาศ	1	6.7
แอร์โรบิค	1	6.7

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุพบว่า ส่วนใหญ่ต้องการมาออกกำลังกายรองลงมาคือต้องการพบปะพูดคุยร่วมกิจกรรมกับเพื่อนสมาชิกด้วยกัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังสามารถทำกิจกรรมที่ตนเองชื่นชอบได้อยู่ หลังจากใช้บริการห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแล้ว ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รู้สึกว่าคุณภาพร่างกายที่แข็งแรงขึ้น และส่วนใหญ่ไม่เคยประสบอุบัติเหตุจากการทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ (ตารางที่ 4.14)

ตารางที่ 4.14 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ			
ต้องการออกกำลังกาย	168	116	69.5
ต้องการพบเพื่อน		114	68.3
ว่างๆมาหากิจกรรมทำ		85	50.9
ต้องการหาความรู้เพิ่มเติม		61	36.5
อื่นๆ		13	7.8
พบหมอ นักกายภาพบำบัด		3	1.8
หาสิ่งแปลกใหม่		2	1.2
หาที่สงบ			

ตารางที่ 4.14 (ต่อ) กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	n	ความถี่	ร้อยละ
กิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและยังได้ทำอยู่	168	140	83.3
ยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่			
ไม่ได้ทำแล้ว			
สุขภาพของผู้สูงอายุหลังจากเข้าใช้บริการห้องกิจกรรม	168	108	64.3
แข็งแรงขึ้น			
ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง			
อ่อนแอลง	8	4.8	
อุบัติเหตุที่ผู้สูงอายุได้รับจากกิจกรรม	168	156	92.9
ไม่เคย			
เคย	12	7.1	

4.2.4 พลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชอบ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ใช้พลังงานในการทำกิจกรรมที่ชอบแต่ละระดับ ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 182 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 63 ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนัก ผู้สูงอายุร้อยละ 25 ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานน้อย (ตารางที่ 4.15) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนัก พลังงานปานกลาง และพลังงานน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 79.000$, $p = .000$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนัก ผู้สูงอายุหนึ่งในสี่ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานน้อย

ตาราง 4.15 สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ใช้พลังงานในการทำกิจกรรมที่ชอบแต่ละประเภท n = 182

	ร้อยละ	จำนวน	Chi-Square (Sig.)
หนัก	63	115	79.000 (.000)
น้อย	25	47	
ปานกลาง	11	20	

4.2.5 ความสัมพันธ์ระหว่างพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและเพศ

จากการวิเคราะห์เพศของผู้สูงอายุและพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 182 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 83.5 เป็นเพศหญิง ผู้สูงอายุเพศหญิงร้อยละ 54.4 ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนักมาก (ตาราง 4.16) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Test of Independence พบว่า เพศของผู้สูงอายุไม่สัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ($\chi^2=3.216, p=.200$) จึงสรุปได้ว่าเพศของผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกับการพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ

ตาราง 4.16 ความสัมพันธ์ระหว่างเพศของผู้สูงอายุและพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ

	เพศ		Chi-Square (Sig.)
	หญิง (n=152)	ชาย (n= 30)	
หนัก	54.4	8.8	3.216 (.200)
ปานกลาง	7.7	3.3	
น้อย	21.4	4.4	

4.2.6 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของผู้สูงอายุและความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

จากการวิเคราะห์ Chi-Squared Test of Independence ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 91.8 เข้าร่วมกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุร้อยละ 42 รู้สึกว่าตนเองสุขภาพร่างกายแข็งแรงขึ้นมาก (ตาราง 4.17) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Test of Independence พบว่า พฤติกรรมของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ ($\chi^2= 13.037, p=.001$) จึงสรุปได้ว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมทำกิจกรรมมีความรู้สึกว่ามีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น ผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่ามีสุขภาพที่อ่อนแอลง

ตาราง 4.17 ความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุและความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

	การเข้าร่วมกิจกรรมของผู้สูงอายุ		Chi-Square (Sig.)
	เข้าร่วม (n=15)	ไม่เข้าร่วม (n=168)	
อ่อนแอลง	22	6	13.037 (.001)
ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง	30	2	
แข็งแรงขึ้น	1	40	

จากการสังเกตห้องกิจกรรมทั้ง 4 แห่ง ในประเทศไทย พบว่ากิจกรรมส่วนใหญ่คล้ายคลึงกัน แบ่งออกเป็น 3 ประเภทคือ กิจกรรมด้านสมาคมและนันทนาการคือกิจกรรมเกมต่างๆ อาทิ โยนห่วง ปาเป้า บิงโก โดมิโน กิจกรรมด้านการศึกษาวัฒนธรรมคือกิจกรรมอ่านหนังสือ และกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยโภชนาการคือกิจกรรมออกกำลังกาย อาทิ แอร์โรบิค โยคะ รำไม้พลอง กิจกรรมแต่ละที่ที่สังเกตจะแตกต่างกัน ไปบ้างขึ้นอยู่กับผู้ดำเนินงานแต่ละสถานที่นั้น ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่เข้าใช้บริการชื่นชอบกิจกรรมออกกำลังกายและนันทนาการมากที่สุด ส่วนที่บ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขส่วนใหญ่มีปัญหาทางด้านสุขภาพ ช่วยเหลือตัวเองได้น้อยลง ทำให้ไม่สามารถทำกิจกรรมหนักๆ ได้ จึงต้องมีการปรับปรุงบางกิจกรรมเพื่อให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่บ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุคมสุขมากที่สุด

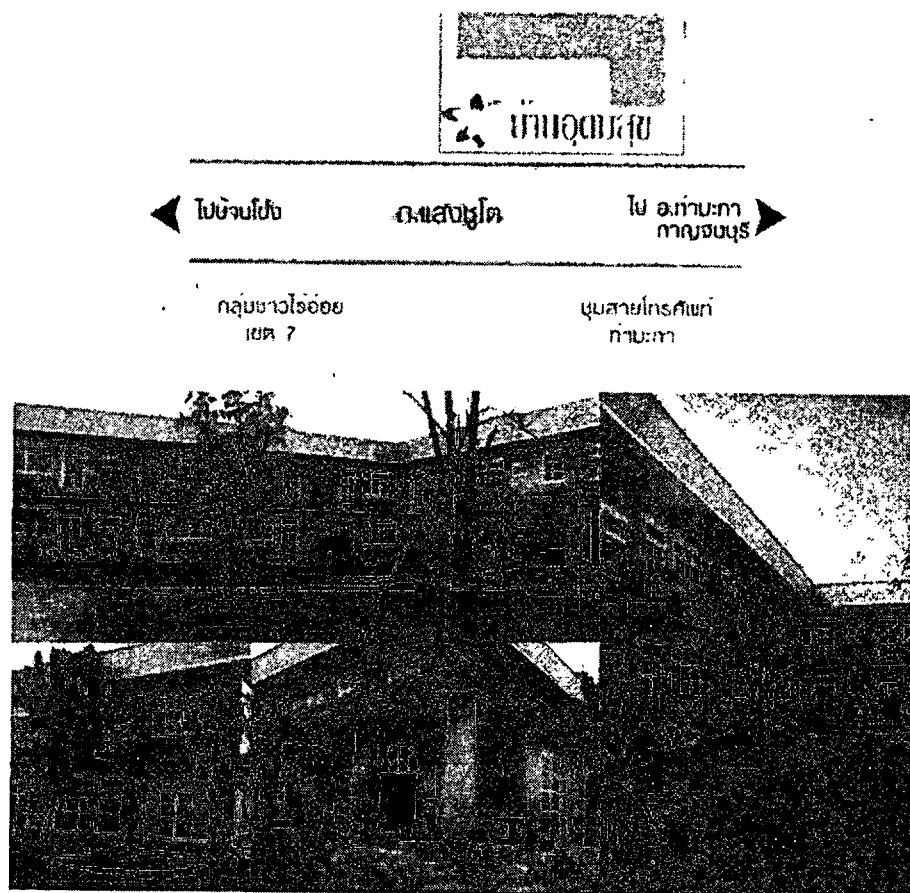
4.3 ลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

4.3.1 ที่ตั้งห้องกิจกรรมของต่างประเทศและในประเทศไทย

จากการศึกษาห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของต่างประเทศและในประเทศไทยพบว่า ในต่างประเทศ ศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่แถบชานเมืองมีพื้นที่มาก ห้องกิจกรรมเป็นอาคารชั้นเดียวอยู่ตรงกลางล้อมรอบด้วยห้องพักผู้สูงอายุ ด้านหลังของห้องกิจกรรมติดกับสวนหย่อมและลานทำกิจกรรมภายนอก ส่วนศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตเมืองมีพื้นที่จำกัดเป็นตึกสูงห้องกิจกรรมส่วนใหญ่อยู่ชั้นที่สองของตึก ด้านบนเป็นที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ การเข้าใช้บริการจึงต้องใช้ลิฟต์เป็นหลัก

ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย ที่ได้ทำการสังเกตพบว่า ส่วนใหญ่ตั้งอยู่บนถนนสายรอง ห่างจากถนนหลัก ห้องกิจกรรมตั้งอยู่ในส่วนชั้นล่างของตึก จากการสังเกตทั้ง 5 แห่ง มี 3 แห่งที่ดัดแปลงอาคารเก่ามาใช้เป็นห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ อีก 2 แห่งเป็นอาคารที่สร้างขึ้นใหม่สำหรับผู้สูงอายุ

บ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุคมสุข ตั้งอยู่ที่อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี เป็นอาคาร 2 ชั้น บริเวณข้างเคียง ทิศเหนือติดกับถนนใหญ่คือถนนแสงชูโต ส่วนทิศใต้ ตะวันออกและตะวันตกติดกับสวนผลไม้ (ภาพที่ 4.9)



ภาพที่ 4.9 แสดงพื้นที่บริเวณที่ตั้งบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ข้อดีที่พบ อยู่นอกเมืองใหญ่ อยู่ในบริเวณที่เงียบสงบ ห่างจากความพลุกพล่าน ไกลจากมลพิษทางเสียงและอากาศ มีพื้นที่มาก ทำให้ดูไม่อึดอัด สามารถทำกิจกรรมได้หลากหลายมากกว่าในเมืองใหญ่

ปัญหาที่พบ ต้นไม้ใหญ่มีน้อยทำให้ค่อนข้างร้อน การเข้าถึงต้องใช้รถส่วนตัวอย่างเดียว

4.3.2.1 ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คนภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ต้องการและไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรมได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 56 ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรม ผู้สูงอายุร้อยละ 44 ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรม (ตารางที่ 4.18) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรม และต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรมเท่ากัน ($\chi^2 = 2.410, p = .121$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่ไม่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรมเท่ากับผู้สูงอายุที่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นเวลาตนทำกิจกรรม

ตารางที่ 4.18 ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คนภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม

	n	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Square (Sig.)
ความต้องการของผู้สูงอายุที่อยากให้คนภายนอกมองเห็นการทำกิจกรรม				
ไม่ต้องการ	183	102	56	2.410
ต้องการ		81	44	(.121)

4.3.2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและความต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม

จากการวิเคราะห์พลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและความต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 182 คน ผู้สูงอายुर้อยละ 56 ไม่ต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม ผู้สูงอายुर้อยละ 63.2 ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนัก(ตาราง 4.19) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Square Test of Independence พบว่า ความต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรมไม่สัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ($\chi^2 = 4.078, p = .130$) จึงสรุปได้ว่าพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบไม่เกี่ยวข้องกับความต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม

ตารางที่ 4.19 ความสัมพันธ์ระหว่างพลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและความต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม

	คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม		Chi-Square (Sig.)
	ไม่ต้องการ	ต้องการ	
หนัก	37.4	25.8	4.078 (.130)
ปานกลาง	3.8	7.1	
น้อย	14.8	11	

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในต่างประเทศและในประเทศไทย พบว่าที่ตั้งห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ควรตั้งอยู่บริเวณส่วนตรงกลางของพื้นที่ศูนย์ผู้สูงอายุหรือชั้นล่างของอาคาร ผู้สูงอายุสามารถเห็นสิ่งแวดล้อมภายนอกอาคาร อีกทั้งบุคคลทั่วไปสามารถเห็นการร่วมทำกิจกรรมของผู้สูงอายุได้ ไกลจากถนนใหญ่และแหล่งมลพิษต่างๆ

4.3.2.3 ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อที่ตั้งของห้องกิจกรรม

ที่ตั้งควรไกลจากถนนใหญ่เพื่อหลีกเลี่ยงเสียงและมลพิษรบกวน ยิ่งใกล้กับสถานรับเลี้ยงเด็กยิ่งเหมาะสม ให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมร่วมกับเด็กทำให้รู้สึกว่าคุณค่ามากขึ้น

4.3.3 ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

จากการศึกษาห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง พบว่าภายในได้แบ่งออกเป็นแต่ละห้องกิจกรรมเฉพาะ โดยจัดพื้นที่โล่งกลางไว้สำหรับนั่งพักผ่อนพูดคุยระหว่างสมาชิก ก่อนหรือหลังเข้าใช้ห้องกิจกรรม (ภาพที่ 4.10 – 4.12)

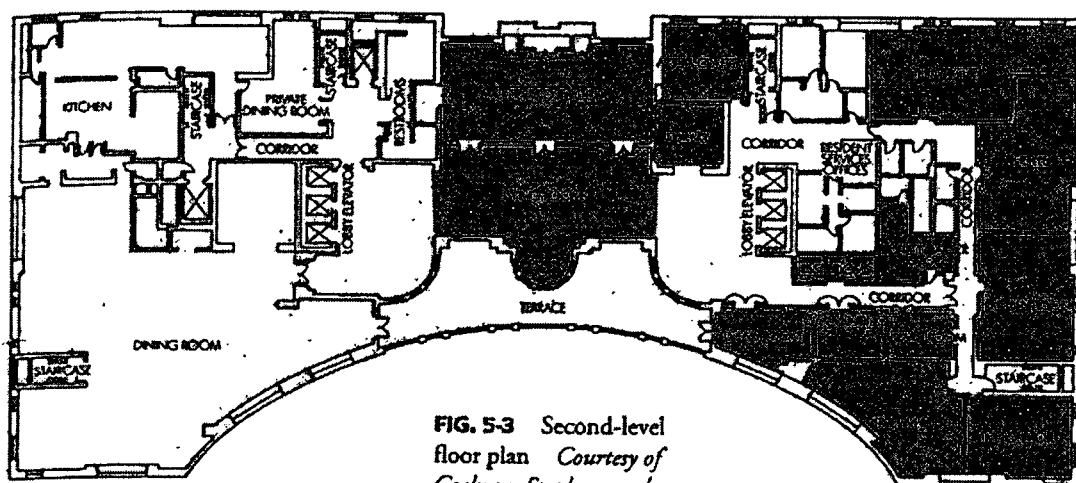
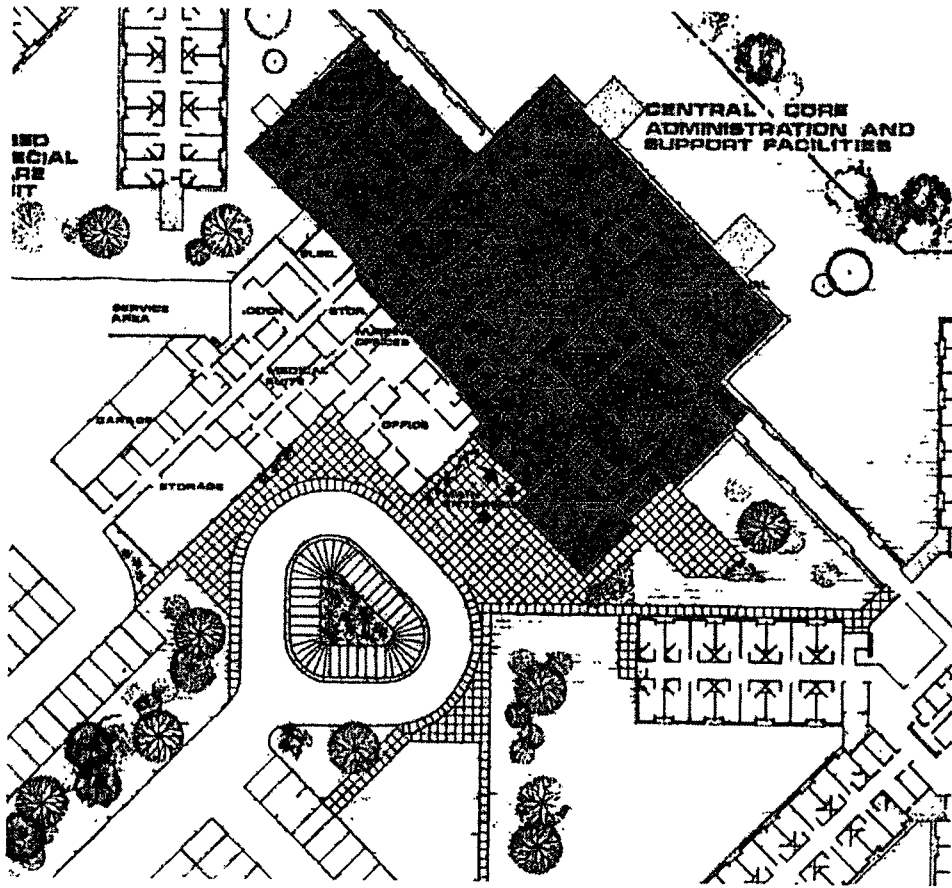
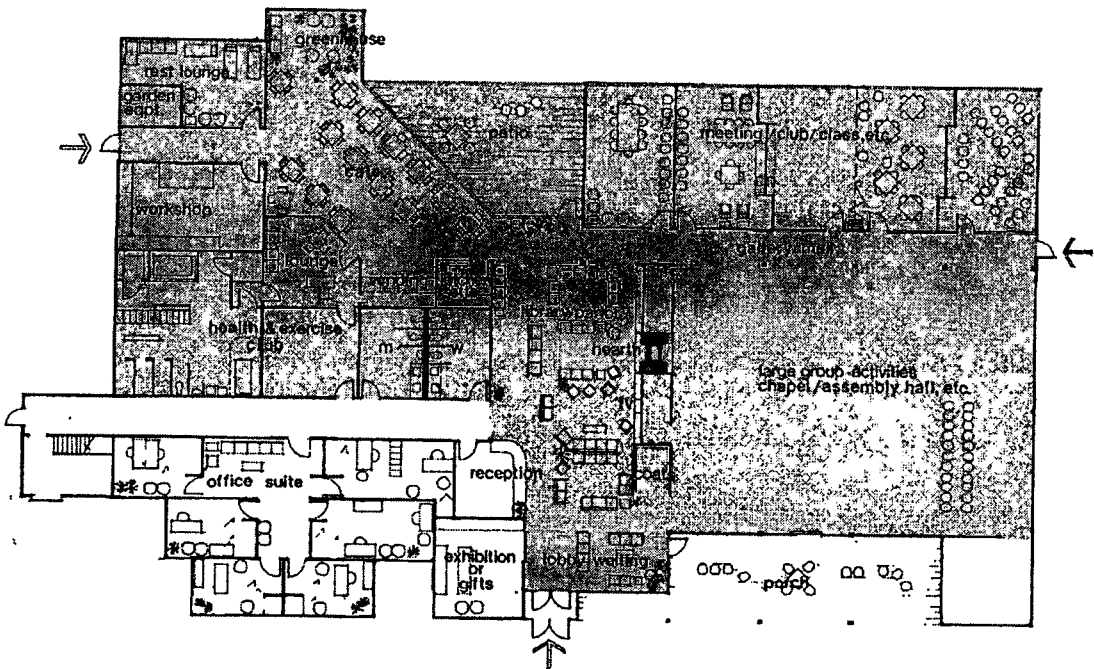


FIG. 5-3 Second-level floor plan Courtesy of Cochran, Stephenson & Donkervoet, Inc.

ภาพที่ 4.10 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson

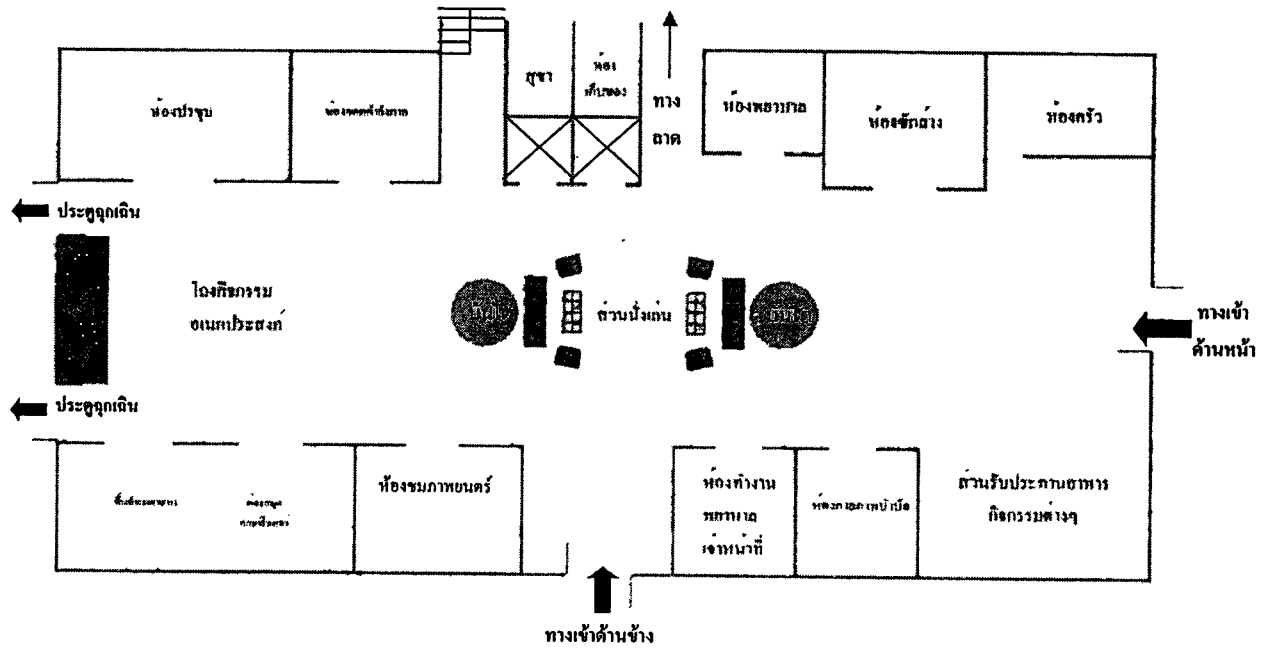


ภาพที่ 4.11 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah



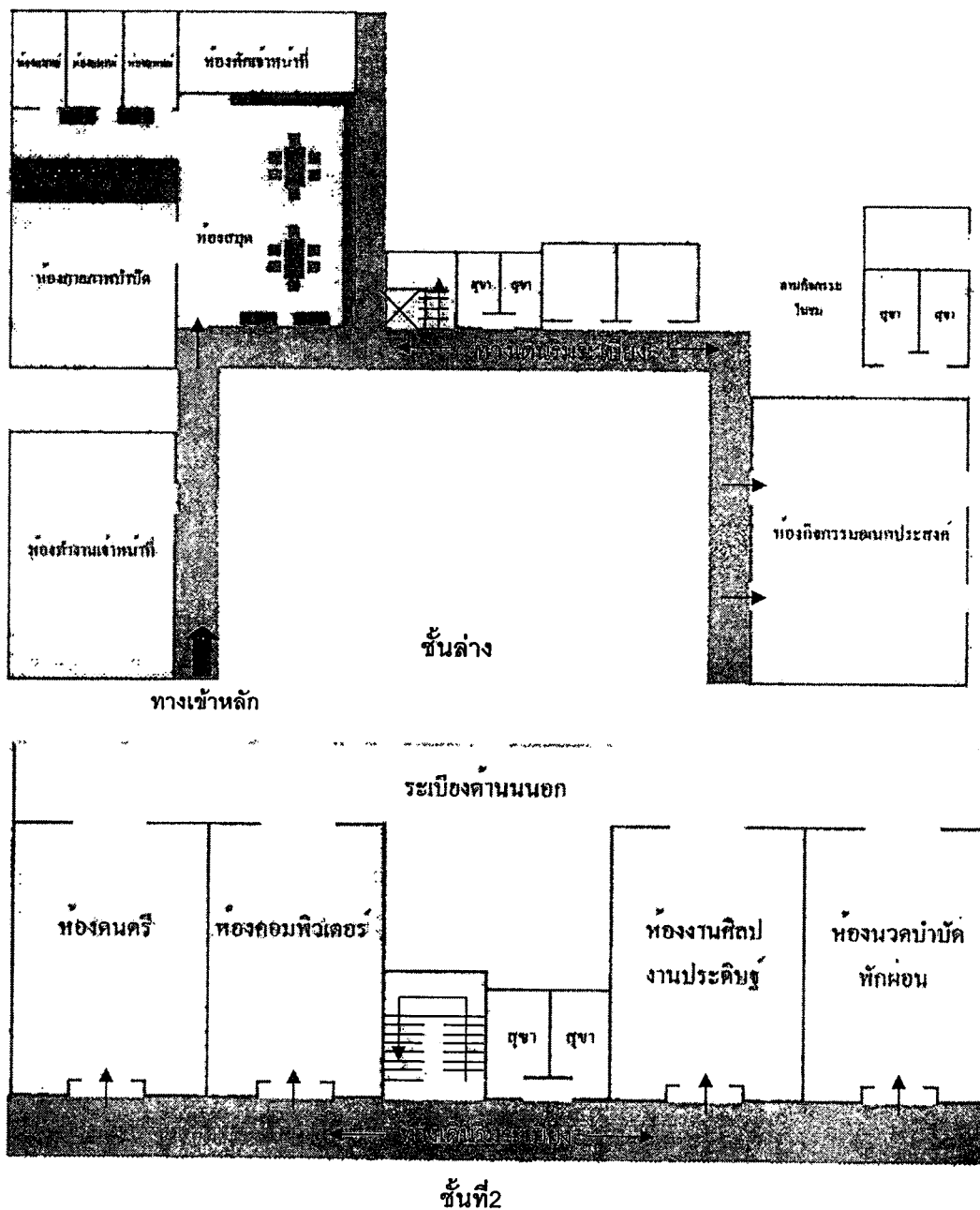
ภาพที่ 4.12 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารบ้านพักในเครือองค์กรศาสนาในOhio

ส่วนในประเทศไทยพบว่า 2 แห่งได้ทำการแยกแต่ละกิจกรรมออกเป็นห้อง อาทิ อาคารที่พักผู้สูงอายุสวางคนิवास มีห้องกิจกรรมคือห้องโฮมเธียเตอร์ ห้องสมุด ห้องประชุมสัมมนาเล็ก ห้องออกกำลังกาย ห้องกายภาพบำบัด โฉงจัดกิจกรรมอเนกประสงค์ (ภาพที่ 4.13)



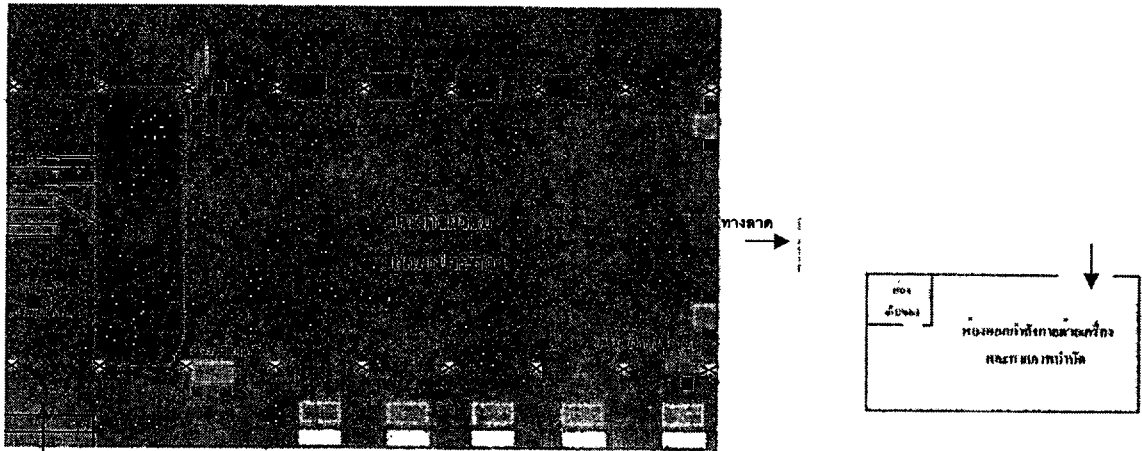
ภาพที่ 4.13 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุสวางคนิवास

ส่วนที่ศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว มีห้องกิจกรรมที่ประกอบด้วย ห้องสมุด ห้องออกกำลังกาย ห้องกายภาพบำบัด ห้องโฮมเธียเตอร์ ห้องคอมพิวเตอร์ ห้องพักผ่อน นวดบำบัด ห้องจัดกิจกรรมอเนกประสงค์ ห้องทำงานศิลปะงานประดิษฐ์ (ภาพที่ 4.14)



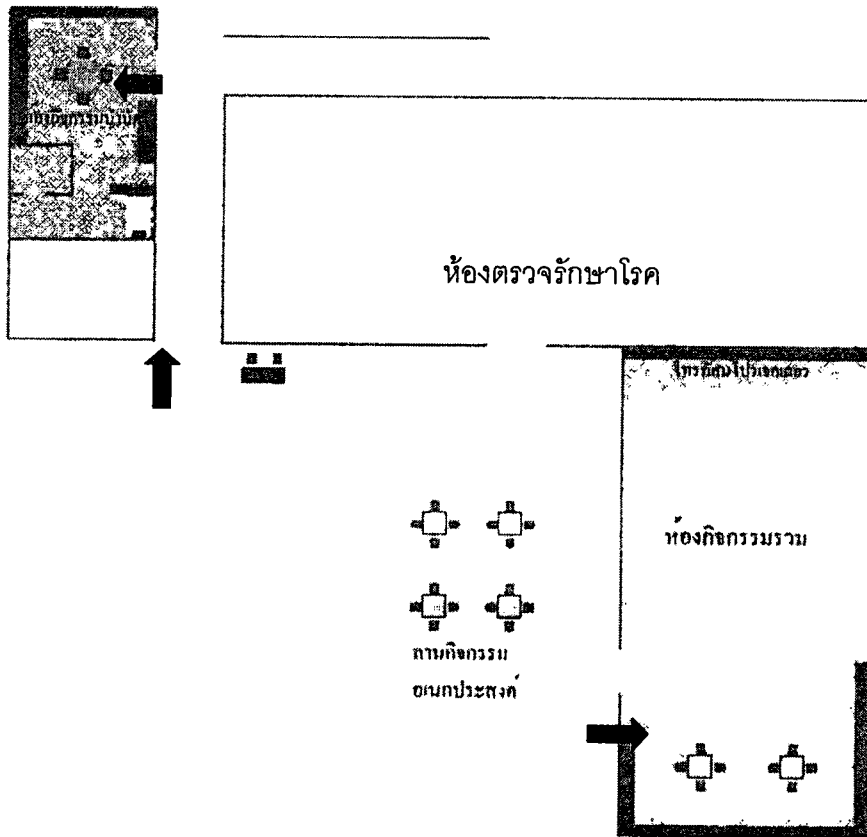
ภาพที่ 4.14 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์สามวัยसानสายไขว้รักรอบครัว

อีก 3 แห่งได้แบ่งห้องกิจกรรมออกเป็น 2 ห้อง หนึ่งห้องเป็นห้องกิจกรรมนอกประเทศ รวม ส่วนอีกห้องเป็นกิจกรรมเฉพาะ อาทิ ที่ศูนย์ผู้สูงอายุคนแดงแยกห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง กับกายภาพบำบัด ออกจากส่วนพื้นที่ทำกิจกรรมนอกประเทศ (ภาพที่ 4.15)

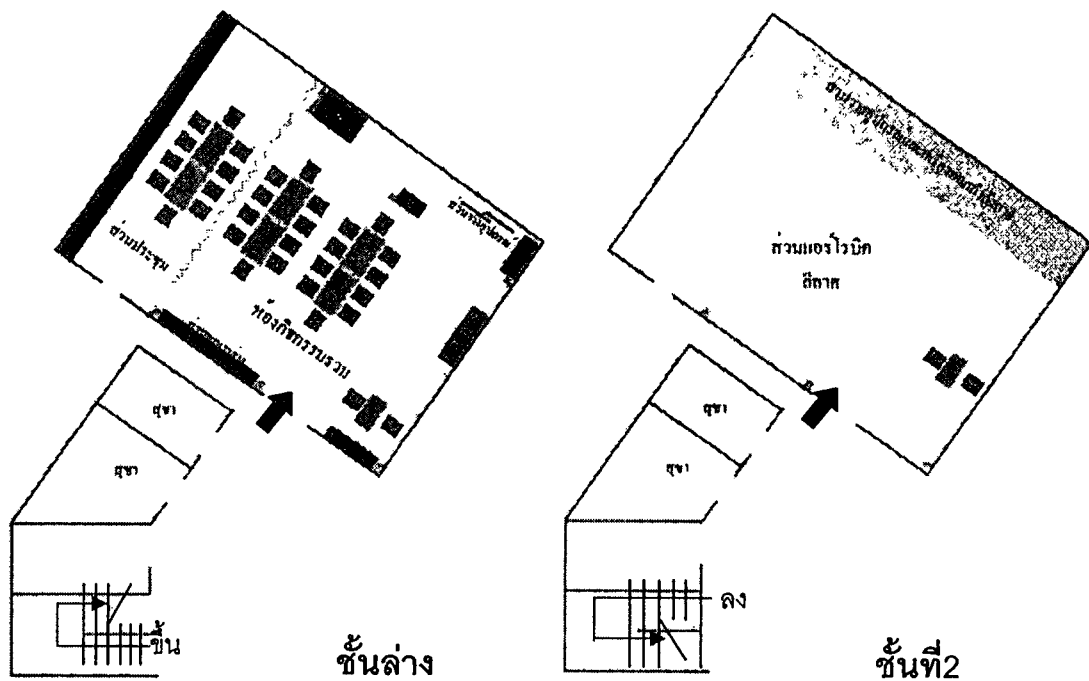


ภาพที่ 4.15 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง

โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท2 ได้แบ่งแยกห้องกิจกรรมบำบัดเฉพาะทางออกจากห้องกิจกรรม
 อเนกประสงค์ (ภาพที่ 4.16) และศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีได้แบ่งส่วน
 ห้องออกกำลังกาย ออกจากห้องกิจกรรมอเนกประสงค์ (ภาพที่ 4.17)



ภาพที่ 4.16 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารโรงพยาบาลกล้วยน้ำไท2



ภาพที่ 4.17 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี

จากการสังเกตลักษณะภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศและประเทศไทย พบว่าห้องกิจกรรมในต่างประเทศนั้นแยกห้องกิจกรรมออกเป็นแต่ละส่วน เพื่อสะดวกในการทำกิจกรรมแต่ละประเภท ส่วนในประเทศไทย ห้องกิจกรรมมักเป็นห้องทำกิจกรรมรวมและทำกิจกรรมหลากหลายภายในพื้นที่เดียวกัน มีที่สวนคนเฒ่าคนแก่ที่แยกห้องกิจกรรมออกเป็นแต่ละส่วนเหมือนของต่างประเทศ (ตารางที่ 4.20)

ตารางที่ 4.20 แสดงการเปรียบเทียบห้องกิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง

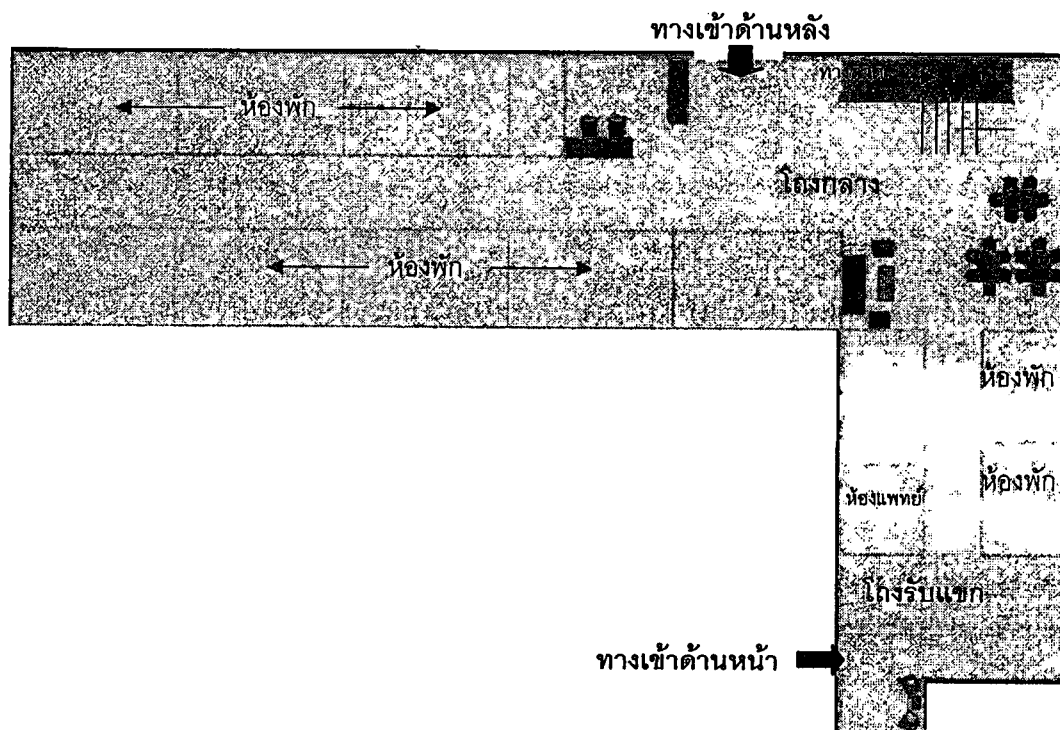
ศูนย์ผู้สูงอายุ / ห้องทำกิจกรรมโดยเฉพาะ	สวนคนเฒ่า	โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2	ดินแดง	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี	ศูนย์สามวัยสถานสายใยรักแห่งครอบครัว
โถงอเนกประสงค์	✓	✓	✓	✓	✓
ห้องออกกำลังกายและกายภาพบำบัด	✓	✓	✓	✓	✓
ชมภาพยนตร์ ร้องคาราโอเกะ	✓	✓		✓	✓
ห้องสมุด	✓				✓

ตารางที่ 4.20 (ต่อ) แสดงการเปรียบเทียบห้องกิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง

ห้องทำ กิจกรรมโดยเฉพาะ	ศูนย์ ผู้สูงอายุ	สวางคนิवास	โรงพยาบาล กล้วยน้ำไท2	ดินแดง	วิทยาลัย พยาบาลบรม ราชชนนี	ศูนย์สามวัยสาน สายใยรักแห่ง ครอบครัว
ห้องพระ		✓				
ห้องประชุม		✓				
ห้องซ้อมดนตรี				✓		
ห้องคอมพิวเตอร์						✓

ลักษณะภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ภายในแบ่งออกเป็นหลายห้องคล้ายกับโรงพยาบาล ทางเข้าด้านหน้าเป็น โถงพักคอย มีห้องแพทย์ตรวจรักษา ติดกับห้องผู้ป่วยที่ช่วยตนเองไม่ได้ ด้านหลังเป็น โถงอเนกประสงค์ใช้ทำกิจกรรมต่างๆ อาทิ รับประทานอาหาร ดูโทรทัศน์ ออกกำลังกาย นั่งเล่น รอพบญาติ สวดมนต์ไหว้พระ มีทางออกด้านหลังติดกับสวนหย่อม ด้านในสุดติดกับห้องพักผู้สูงอายุ ส่วนชั้น 2 เป็นห้องพักผู้สูงอายุทั้งหมด (ภาพที่ 4.18)



ภาพที่ 4.18 แสดงแผนผังการจัดห้องกิจกรรมภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ปัญหาที่พบ อุปสรรคทำกิจกรรมต่างปะปนรวมกันอยู่ภายใน โถงกลาง ทำให้ใช้งานลำบาก ไม่เป็นส่วนตัวในการทำกิจกรรม ดูไม่น่าสนใจไม่น่าใช้งาน

4.3.3 ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

จากการสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุ ทั้งหมด 4 ท่าน ได้ความคิดเห็นเกี่ยวกับห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยลักษณะห้องกิจกรรมขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ทำด้วย อาทิ กิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิควรเป็นห้องกิจกรรมแบบปิด บรรยากาศเงียบสงบ อาจใช้กลิ่นหอมเข้ามาช่วยบำบัด (Aroma Therapy) เพื่อช่วยในเรื่องสมาธิมากขึ้น เนื่องจากสภาพแวดล้อมมีส่วนสำคัญต่อการตัดสินใจของผู้สูงอายุ หากมีสิ่งรบกวนมีผลทำให้ผู้สูงอายุไขว้เขวไม่กล้าตัดสินใจ ส่วนกิจกรรมที่ให้ความสนุกสนานอาจเป็นห้องกิจกรรมแบบลักษณะเปิด เน้นสีสันสดใส และแตกต่างเพื่อผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านสายตาแยกแยะวัตถุได้อย่างชัดเจน

4.4 ลักษณะการตกแต่งภายใน

จากการศึกษาห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของต่างประเทศและในประเทศไทยจำแนกออกได้ดังต่อไปนี้

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมแต่ละประเภท ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 38 เลือกการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมแบบเรียบง่าย ผู้สูงอายुर้อยละ 32 เลือกเลือกการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมแบบแบบผสมผสานความเป็นไทย (ตารางที่ 4.21) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกการตกแต่งภายในห้องกิจกรรมแบบโมเดิร์น แบบผสมผสานความเป็นไทย แบบเรียบง่าย และแบบหูลุศลลาสติกไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 52.344, p = .000$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุหนึ่งในสามแบบเรียบง่าย ส่วนแบบหูลุศลลาสติกมีผู้สูงอายุเลือกน้อยที่สุด

ตารางที่ 4.21 รูปแบบการตกแต่งภายใน

รูปแบบการตกแต่งภายในห้องกิจกรรม	n	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Square (Sig.)
เรียบง่าย	183	69	38	52.344 (.000)
ผสมผสานแบบไทย		59	32	
โมเดิร์น		50	27	
หลุยส์คลาสสิก		5	3	

4.4.1 พื้น

พื้นในห้องกิจกรรมใช้วัสดุดังต่อไปนี้(ตาราง 4.22 -4.23)

ตารางที่ 4.22 วัสดุที่ใช้ทำพื้นในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง

ชื่อของศูนย์กิจกรรม ในประเทศไทย	The Daughters of Sarah	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	Beijing Senior Welfare Institution	Lily Country Senior Center	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
วัสดุพื้นที่ใช้	พรม หินขัด	พรม กระเบื้อง ขาง	พรม	กระเบื้อง ขาง	พรม กระเบื้องขาง	มีความยืดหยุ่นทำ ความสะอาด ง่าย

ตารางที่ 4.23 วัสดุที่ใช้ทำพื้นในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง

ชื่อของศูนย์กิจกรรม ในประเทศไทย	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา	วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา
วัสดุพื้นที่ใช้	กระเบื้อง เซรามิก กระเบื้องขาง	กระเบื้อง ขาง	ปูนขัดมัน กระเบื้อง เซรามิก	กระเบื้อง ขาง พรมอัด	หินขัด กรวดล้าง	มีความยืดหยุ่น ทำความ สะอาดง่าย

ข้อดีที่พบ ในประเทศไทยจากการสังเกต ส่วนใหญ่วัสดุพื้นที่ใช้มักเป็นกระเบื้องยางและเซรามิก ผิวหยาบ ช่วยป้องกันการลื่น รักษาและทำความสะอาดง่าย แต่มีผิวสัมผัสที่แข็ง เมื่อผู้สูงอายุล้ม อาจทำให้บาดเจ็บได้

ปัญหาที่พบ ในต่างประเทศจากการศึกษาที่พบมากคือการใช้วัสดุพรมซึ่งมีผิวสัมผัสนุ่ม แต่ต้องคอยทำความสะอาดบ่อยครั้ง เนื่องจากเป็นตัวกักฝุ่นและความชื้นอย่างดี ไม่เหมาะกับผูสูงอายุที่มีโรคประจำตัวที่เกี่ยวกับทางเดินหายใจ

ส่วนหินขัดและพื้นปูนขัดมันมีผิวสัมผัสแข็งและลื่นอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ ลื่นล้มได้ง่ายในผูสูงอายุ ส่วนกรวดล้างมีพื้นผิวหยาบ ไม่ลื่น แต่เมื่อผู้สูงอายุล้ม อาจทำให้บาดเจ็บได้

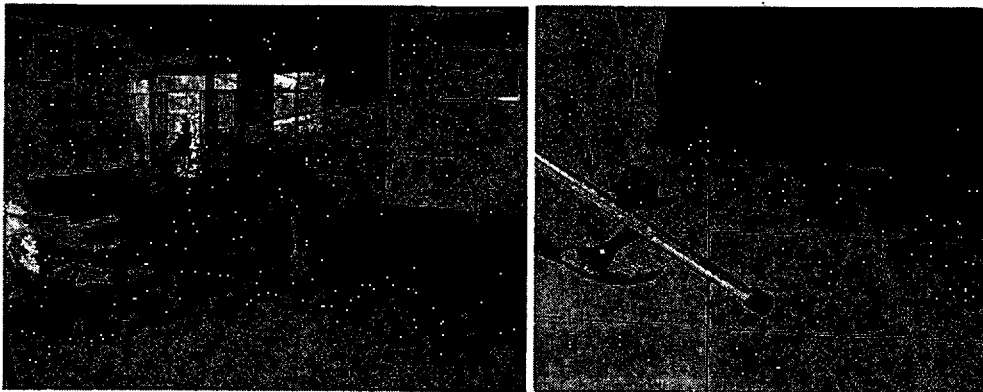
สรุป

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในต่างประเทศและในประเทศไทย พบว่าวัสดุพื้นที่เหมาะสมในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีพื้นผิวที่ยืดหยุ่นหรือหยาบ ไม่ทำให้ลื่น ทำความสะอาดง่าย ไม่เก็บฝุ่น อาทิ กระเบื้องยาง

ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อวัสดุพื้น
ใช้วัสดุที่ยืดหยุ่นป้องกันการลื่น ทำความสะอาดง่าย

วัสดุพื้นภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

วัสดุพื้นที่ใช้ภายในบ้านพักอุดมสุขเป็นกระเบื้องเซรามิกผิวหยาบ ซึ่งเหมือนกับห้องกิจกรรมที่สวางคนิवासที่ได้ไปสังเกต (ภาพที่ 4.19)



ภาพที่ 4.19 แสดงวัสดุพื้นที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.4.2 ผนัง

มีวัสดุดังต่อไปนี้ (ตาราง 4.24 – 4.25)

ตารางที่ 4.24 วัสดุที่ใช้ทำผนังในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง5แห่ง

ห้องกิจกรรมในต่างประเทศ	The Daughters of Sarah	บ้านพักในเครือองค์กรศาสนา Ohio	The Jefferson	Being Social Welfare Institution	Low Country Senior Center	กิจกรรมทางวัฒนธรรม
วัสดุผนังที่ใช้	ก่ออิฐฉาบปูน ผนังเบา ติด wallpaper มีหน้าต่าง	ก่ออิฐฉาบปูน ทำสี มีหน้าต่าง	ก่ออิฐฉาบปูน ทำสี มีหน้าต่าง	ก่ออิฐฉาบปูน ทำสี มีหน้าต่าง	ก่ออิฐฉาบปูน ทำสี มีหน้าต่าง	ทำความสะอาดง่าย มีหน้าต่างรับแสง

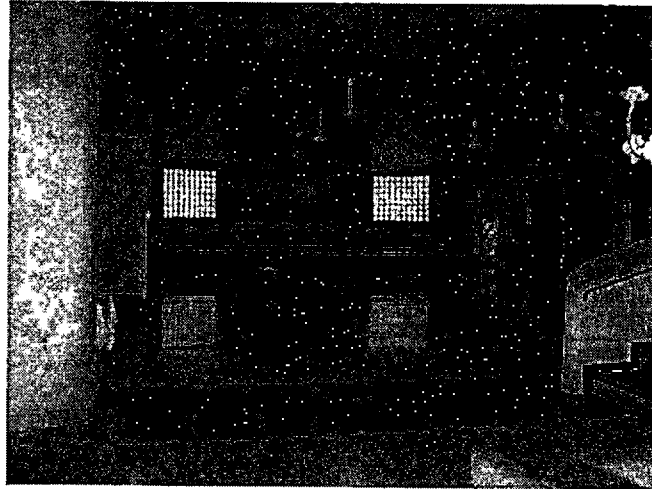
ตารางที่ 4.25 วัสดุที่ใช้ทำผนังในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง

ห้องกิจกรรมในประเทศไทย	สววงคนนิवास	โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2	ศูนย์ผู้สูงอายุ ดินแดง	ศูนย์ผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนน	ศูนย์ตามวัย สถานสายใยรักแห่งครอบครัว	จากกิจกรรมทางวัฒนธรรม
วัสดุผนังที่ใช้	ก่ออิฐฉาบปูน มีหน้าต่าง	ก่ออิฐฉาบปูน มีหน้าต่าง	เปิดโล่ง ไม่มีผนัง	ก่ออิฐฉาบปูน ฉากกั้นผนัง มีหน้าต่าง	ก่ออิฐฉาบปูน มีหน้าต่าง	ทำความสะอาดง่าย มีหน้าต่างรับแสง

ข้อดีที่พบ จากการศึกษาและสังเกตทั้งต่างประเทศและในประเทศไทยพบว่าผนังส่วนใหญ่เป็นผนังก่ออิฐฉาบปูนทำสี ซึ่งมีความแข็งแรงคงทน

การใช้ฉากกั้นบางส่วนในห้องกิจกรรมอย่างที่ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล สามารถแบ่งห้องออกเป็น2ห้องสามารถปรับเปลี่ยนการแยกทำกิจกรรมได้ และประหยัดกว่าการก่อผนัง ปัญหาที่พบ ผนังด้านหน้าในห้องกิจกรรมออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มักติดกระเบื้องบานใหญ่ไว้ด้านหน้า เมื่อแสงส่องเข้ามาทำให้สะท้อนเข้าตาผู้สูงอายุทำให้ผู้สูงอายุตาพร่ามัวอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ที่ศูนย์ผู้สูงอายุ ดินแดง ส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์ไม่ได้กั้นผนัง มีคนเดินผ่านพลุกพล่านทำให้รู้สึกไม่เป็นส่วนตัวระหว่างสมาชิก เมื่อฝนตก น้ำฝนสาดเข้ามาภายในอาคารทำให้ไม่สะดวกในการประกอบกิจกรรม ส่วนที่สววงคนนิवास ส่วนโถงกิจกรรมอเนกประสงค์

ค่อนข้างทึบ ไม่มีหน้าต่างทำให้ภายในมืดและร้อน ต้องใช้แสงไฟและพัดลมมากขึ้นทำให้สิ้นเปลืองพลังงาน (ภาพที่ 4.20)



ภาพที่ 4.20 แสดง โถงกิจกรรมอเนกประสงค์ สวางคนิวาส ภายในค่อนข้างมืด มีเพียงแสงที่ผ่านจากอิฐแก้ว ด้านหลังเวทีเท่านั้นซึ่งไม่เพียงพอ จึงต้องใช้แสงประดิษฐ์เข้ามาช่วยมากขึ้นทำให้สิ้นเปลืองพลังงานและอากาศภายในไม่ค่อยถ่ายเทเนื่องจากมีประตูระบายอากาศน้อย

ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอกห้องกิจกรรม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกผนังห้องกิจกรรมแต่ละประเภทได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 97 ต้องการผนังที่โปร่งสามารถมองเห็นภายนอกได้ ผู้สูงอายุร้อยละ 3 ต้องการผนังทึบ (ตารางที่ 4.26) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่ต้องการผนังห้องกิจกรรมแบบโปร่งสามารถมองเห็นภายนอกได้ และผนังทึบไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 159.787, p = .000$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการผนังที่โปร่งสามารถมองเห็นภายนอกได้

ตารางที่ 4.26 ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอก

(n=183)

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Square (Sig.)
ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการมองเห็นภายนอก			
โปร่งมองเห็นภายนอกได้	177	97	159.787
ผนังปิดทึบ	6	3	(.000)

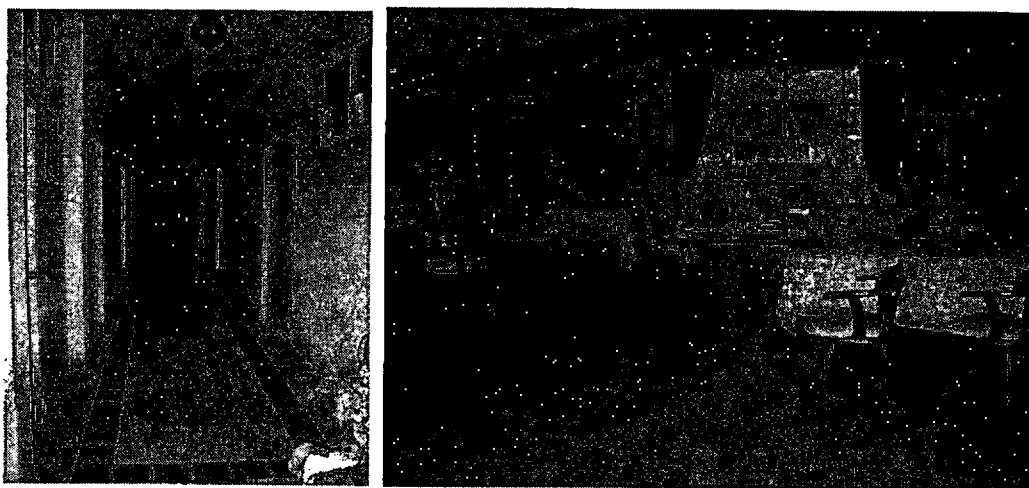
สรุป

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในต่างประเทศและในประเทศไทย พบว่าวัสดุผนังพบมากที่สุดคือผนังก่ออิฐฉาบปูนทำสี มีความทนทานและทำความสะอาดได้ง่ายควรมีส่วนเปิดเพื่อรับแสงสว่างจากภายนอก ประหยัดการใช้แสงประดิษฐ์ และช่วยในการถ่ายเทระบายอากาศภายใน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบผนังที่โปร่งสามารถมองเห็นทัศนียภาพภายนอกได้

ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อวัสดุผนัง มีการเล่นสีสันทันทีผนังเพื่อสร้างบรรยากาศภายใน ควรให้แสงภายนอกลอดผ่านเข้ามาได้ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับรู้เวลาจากธรรมชาติ

วัสดุผนังภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

วัสดุผนังที่ใช้ภายในบ้านพักอุดมสุขเป็นผนังก่ออิฐฉาบปูนทำสี ซึ่งเหมือนกับห้องกิจกรรมที่ได้ไปสังเกต ทำให้เกิดเสียงก้อง บางส่วนของผนังเป็นผนังช่องกระจกสูงทำให้มองเห็นและรับแสงสว่างจากภายนอก ทำให้ภายในดูโปร่งไม่อึดอัด (ภาพที่ 4.21)



ภาพที่ 4.21 แสดงวัสดุผนังที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.4.3 เพดาน

มีวัสดุดังต่อไปนี้ (ตาราง 4.27- 4.28)

ตารางที่ 4.27 วัสดุที่ใช้ทำเพดานในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง

ชื่อโครงการในประเทศไทย	The Dharma Center of Sarah	ศูนย์พัฒนาพฤกษศาสตร์นานาชาติ	The Jefferson	Beijing Social Welfare Institution	Long Center Senior Center	วิทยาลัยการศึกษาระดับอุดมศึกษา
วัสดุเพดานที่ใช้	ยิปซัมฉาบเรียบทำสี	ยิปซัมฉาบเรียบทำสี	ยิปซัมหลุมฝ้าฉาบเรียบทำสี	ยิปซัมหลุมฝ้าฉาบเรียบ ทำสี ไม้ไฟ, ไม้จริง โครงอลูมิเนียม ทำตาราง	ยิปซัมฉาบเรียบทำสี	ใช้วัสดุป้องกันเสียงสะท้อน

ตารางที่ 4.28 วัสดุที่ใช้ทำเพดานในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง

ชื่อโครงการในประเทศไทย	ตม.งคม.ม.ส.	โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2	ศูนย์ผู้สูงอายุคนแคระ	ศูนย์พัฒนาพฤกษศาสตร์นานาชาติ	ศูนย์พัฒนาคนพิการไทย	วิทยาลัยการศึกษาระดับอุดมศึกษา
วัสดุเพดานที่ใช้	ยิปซัมฉาบเรียบทำสี	ยิปซัมฉาบเรียบทำสี	เปลือยทำสี ยิปซัมโครงอลูมิเนียม	เปลือยทำสี	ยิปซัมหลุมฝ้า ยิปซัมฉาบเรียบทำสี	ใช้วัสดุป้องกันเสียงสะท้อน

ข้อดีที่พบ จากการศึกษาและสังเกตทั้งต่างประเทศและในประเทศไทย พบว่าที่ศูนย์ผู้สูงอายุ Beijing Social Welfare Institution ในประเทศจีนนั้น มีการตกแต่งฝ้าเพดานด้วยวัสดุหลายแบบ ทำให้ดูไม่น่าเบื่อ ทั้งยังใช้วัสดุพื้นดินที่หาได้ง่ายและเป็นเอกลักษณ์

ปัญหาที่พบ จากการสังเกต ฝ้าเพดานเปลือยทำสีนั้น มีข้อเสียคือ มีชอกมูมตามท้องคานทำความ สะอาดยาก และเป็นแหล่งทำรังของแมลงต่างๆ และต้องใช้พลังงานมากขึ้นเนื่องจากฝ้าที่สูงและมี มุมตามข้อทำให้เพดานมีคดต้องเพิ่มแสงไฟประดิษฐ์เพิ่มขึ้น

สรุป

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในต่างประเทศและในประเทศไทย พบว่าวัสดุส่วนใหญ่ที่ใช้คือยิปซัมฉาบเรียบทำสี ซึ่งทำความสะดวกง่าย อาจมีการตกแต่งโดยการเล่นระดับหรือใช้วัสดุอื่นเข้ามาช่วยเสริมทำให้ดูสวยงามขึ้น

วัสดุเพดานภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

วัสดุเพดานที่ใช้คือยิปซัมฉาบเรียบทำสี ซึ่งเหมือนกับห้องกิจกรรมที่ได้ไปสังเกตมา (ภาพที่ 4.21)



ภาพที่ 4.22 แสดงวัสดุเพดานที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.4.4 โทนสีที่ใช้ภายใน

มีดังต่อไปนี้ (ตาราง 4.29 – 4.30)

ตารางที่ 4.29 โทนสีที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง

ชื่อโครงการในต่างประเทศ	The Daughters of Sarah	บ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข	The Leisure Center	Beijing Social Welfare Institution	Low Country Senior Center	อาคารศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุบ้านจอมสุพรรณ
โทนสีที่ใช้	ครีม	ขาว	ขาว ครีม	ครีม	ขาว ครีม	โทนสีสว่าง ส่วนสำคัญทำสีที่โดดเด่น

ตารางที่ 4.30 โทนสีที่ใช้ในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง

สถานที่ ประเทศไทย	สีที่ใช้ในห้อง	ผลของสีกับ เด็กวัยนี้	โทน สีที่ใช้ในห้อง	ผลของสีกับ เด็กวัยนี้	ผลของสีกับ เด็กวัยนี้	ภาพที่ เกี่ยวข้อง
โทนสีที่ใช้	สีขาว	สีครีม	สีขาว	สีขาว	สีขาว	โทนสีสว่าง ส่วนสำคัญ ทำสีที่โดดเด่น

ข้อดีที่พบ สีที่พบส่วนใหญ่ใช้สีในโทนสว่างทำให้ห้องดูกว้างไม่อึดอัด และช่วยประหยัดไฟ จากการสังเกตใช้สีภายในห้องส่วนใหญ่ เมื่อผนังห้องเป็นสีสว่างประดูและพื้นเป็นสีตรงกันข้าม ช่วยให้ผู้สูงอายุที่เริ่มมีปัญหาทางด้านสายตา สามารถแยกประตูหน้าต่างออกจากผนังได้เด่นชัด

ปัญหาที่พบ สีที่ใช้ส่วนใหญ่เป็นโทนอ่อนจึงเกิดความสกปรกได้ง่าย ต้องมีการทำความสะอาดบ่อยครั้งขึ้น

สรุป

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในต่างประเทศและในประเทศไทยพบว่า โทนสีที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมส่วนใหญ่ใช้โทนสีสว่าง อาทิ สีขาวสีครีมทำให้ห้องดูสว่าง

ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อโทนสี

การเล่นสีเส้นที่ผนังเพื่อสร้างบรรยากาศ ควรใช้สีที่แตกต่างกันเพื่อการแยกแยะที่ถูกต้อง เนื่องจากผู้สูงอายุสายตาเริ่มเสื่อม การใช้สีเข้ามาช่วยในการแยกแยะวัตถุออกจากกัน จะช่วยลดอุบัติเหตุในการเดินชนสิ่งของได้

โทนสีภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

โทนสีที่ใช้ภายใน คือสีขาวแกมเขียวอ่อน เป็นสีโทนสว่าง ซึ่งเหมือนกับห้องกิจกรรมที่ได้ไปสังเกตมา (ภาพที่ 4.23)



ภาพที่ 4.23 แสดงวัสดุพื้นที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข

4.4.5 งานระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในห้องกิจกรรม
มีดังต่อไปนี้ (ตาราง 4.31 - 4.32)

ตารางที่ 4.31 งานระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง

ห้องกิจกรรม ในต่างประเทศ	The Daughters of Sarah	บ้านพักใน เครื่องจักร ศาสนา OHIO	The Jefferson	Beijing Social Welfare Institution	Low Country Senior Center	จากกิจการ ทบทวน วรรณกรรม
แสงสว่าง	ดาวน์ไลท์	ดาวน์ไลท์	ดาวน์ไลท์ โคมแขวน	โคมแขวน หลอดฟลูออเรส เซนซ์ ดาวน์ไลท์	ดาวน์ไลท์ โคมฟลูออเรส เซนซ์	ใช้หลอดไฟ ประหยัด พลังงาน ปรับแสง สว่างได้

ตารางที่ 4.32 งานระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง5แห่ง

ห้องกิจกรรม ในประเทศไทย	คุณลักษณะ	โรงพยาบาล อภัยภูฏา 2	ศูนย์ ศึกษา วิจัย วิจัย วิจัย	ศูนย์สูงอายุ วิทยาลัย วิทยาลัย วิทยาลัย	ศูนย์สูงอายุ วิทยาลัย วิทยาลัย วิทยาลัย	ศูนย์สูงอายุ วิทยาลัย วิทยาลัย วิทยาลัย
แสงสว่าง	ดาวน์ไลท์ โคมฟลูออเรสเซนต์	โคมฟลูออเรสเซนต์	โคมฟลูออเรสเซนต์	โคมฟลูออเรสเซนต์	โคมฟลูออเรสเซนต์	ใช้หลอดไฟ ประหยัด พลังงาน ปรับแสง สว่างได้

ข้อดีที่พบ งานระบบแสงสว่างในต่างประเทศส่วนใหญ่เป็นดาวน์ไลท์ ซึ่งต่างจากในประเทศไทย
 ที่ส่วนใหญ่ใช้หลอดฟลูออเรสเซนต์ ซึ่งให้แสงสว่างมากกว่าดาวน์ไลท์ เหมาะสมสำหรับการใช้
 ในห้องกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมักมีปัญหาเรื่องสายตามองเห็นไม่ชัดเจน
 ปัญหาที่พบ จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทย พบว่าการแสงประดิษฐ์ที่ใช้ภายในอาคาร
 บางแห่ง อาทิ สวาทศนิเวศ โรงพยาบาลอภัยภูฏา 2 ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี
 ใช้แสงประดิษฐ์มากทำให้สิ้นเปลืองพลังงานเกินความจำเป็น (ภาพที่ 4.24 – 4.25)



ภาพที่ 4.24 แสดงงานระบบแสงสว่างภายในห้องกิจกรรมออกกำลังกายภายในศูนย์ผู้สูงอายุ
 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี

เนื่องจากเป็นฝ้าเพดานเปลือยเห็นท้องคานทำให้เพดานมืด จึงต้องใช้แสงประดิษฐ์เข้ามาช่วย
นอกเหนือจากแสงสว่างจากภายนอก



ภาพที่ 4.25 แสดงงานระบบแสงสว่างภายในโครงการมอเนกประสงค์ภายในเนื่องจากเป็นผนัง
ทึบ มีแสงผ่านจากภายนอกจากอิฐแก้วด้านหลังเวที เมื่อทำกิจกรรมจึงต้องใช้แสง
ประดิษฐ์เพื่อให้แสงสว่างมากทำให้สิ้นเปลือง

สรุป

งานระบบแสงสว่างภายในห้องกิจกรรมภายในประเทศไทยส่วนใหญ่ใช้โคมหลอดฟลูออเรส
เซ็นต์ ในการให้แสงสว่างภายใน

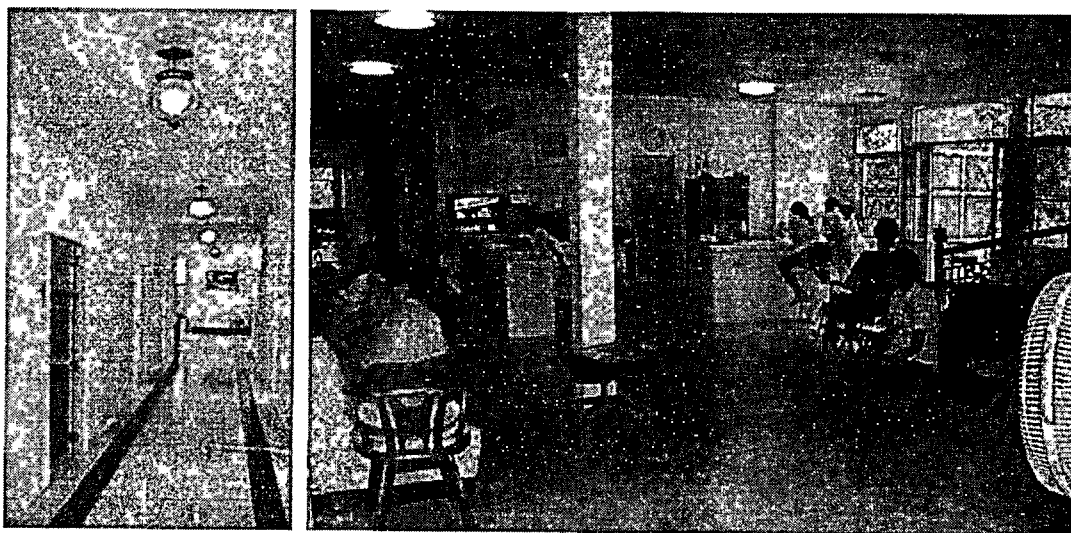
การสังเกตงานระบบแสงสว่างภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุทั้ง 5 แห่ง เป็นการสังเกตเฉพาะ
ตอนกลางวันเท่านั้น ไม่ได้สังเกตในเวลากลางคืน ทำให้ไม่ทราบว่าผู้สูงอายุเวลาทำกิจกรรมใน
เวลากลางคืนนั้นใช้แสงไฟประดิษฐ์มากน้อยเพียงใด

ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่องานระบบ
แสงสว่าง

ควรมีหน้าต่างรับแสงสว่างจากภายนอกเพื่อการรับรู้เวลาจากธรรมชาติ และช่วยประหยัด
พลังงานในการใช้แสงสว่าง

ระบบแสงสว่างภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข มี 2 แบบที่พบคือ โคมฟลูออเรสเซนซึ่ง
เหมือนกับห้องกิจกรรมที่ได้ไปสังเกตมา และโคมห้อยเพดานซึ่งเป็นหลอดไส้ทำให้สิ้นเปลือง
พลังงาน (ภาพที่ 4.26)



ภาพที่ 4.26 แสดงวัสดุพื้นระบบแสงสว่างที่ใช้ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.4.6 ระบบปรับอากาศ

มีดังต่อไปนี้ (ตาราง 4.33 – 4.34)

ตารางที่ 4.33 งานระบบที่ใช้ภายในห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ทั้ง 5 แห่ง

ห้องกิจกรรม ในต่างประเทศ	The Daughters of Sarah	บ้านพักในเครือ องค์การศาสนา Ohio	The Jefferson	Beijing Social Welfare Institution	Low Country Senior Center
ระบบปรับ อากาศ	เครื่องปรับอากาศ เครื่องทำความ ร้อน	เครื่องปรับอากาศ เครื่องทำความ ร้อน	เครื่องปรับอากาศ เครื่องทำความ ร้อน	เครื่องปรับอากาศ เครื่องทำความ ร้อน	เครื่องปรับอากาศ เครื่องทำความ ร้อน

ตารางที่ 4.34 งานระบบที่ใช้ในห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง

ห้องกิจกรรมใน ประเทศไทย	สว่างคนเฝ้า	โรงพยาบาล กล้วยน้ำไท 2	ศูนย์ผู้สูงอายุ ดินแดง	ศูนย์ผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี	ศูนย์สตรีวัยสาม สายใยรักแห่ง ครอบครัว
ระบบปรับ อากาศ	เครื่องปรับอากาศ พัดลมตั้งพื้น พัดลมติดเพดาน	เครื่องปรับอากาศ	เครื่องปรับอากาศ พัดลมติดเพดาน	เครื่องปรับอากาศ พัดลมติดเพดาน	เครื่องปรับอากาศ พัดลมติดเพดาน

ข้อดีที่พบ ในประเทศไทย ระบบปรับอากาศที่พบส่วนใหญ่ใช้ทั้งเครื่องปรับอากาศและแบบพัดลม ทำให้ผู้สูงอายุสามารถรับอากาศบริสุทธิ์ภายนอกได้

ปัญหาที่พบ ที่สวางคณิवासการ ใช้พัดลมตั้งพื้นมีปัญหาในเรื่องสายไฟฟ้าที่เกาะกะพั้นทางเดิน อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้และทำให้สายไปเกิดการชำรุดง่าย (ภาพที่ 4.27)



ภาพที่ 4.27 แสดงภายในห้องกิจกรรมดูหนังฟังเพลงร้องคาราโอเกะ สวางคณิवास
สายไฟที่วางเกาะกะบนพื้นอาจทำให้ผู้สูงอายุเดินสะดุดล้มเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อเครื่องปรับอากาศ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นหรือไม่จำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องทำกิจกรรมได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 63 คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ ผู้สูงอายुर้อยละ 37 คิดว่าจำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ (ตารางที่ 4.35) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ และคิดว่าจำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 12.071, p = .001$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ

ตารางที่ 4.35 ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ

(n=183)

ความจำเป็นในการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Square (Sig.)
ไม่จำเป็น	115	63	12.071
จำเป็น	68	37	(.001)

ความสัมพันธ์ระหว่างการติดตั้งเครื่องปรับอากาศและพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ

ขอบ

จากการวิเคราะห์พลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและการติดตั้งเครื่องปรับอากาศได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 182 คน ผู้สูงอายुर้อยละ 63.2 คิดว่าไม่จำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศ ผู้สูงอายुर้อยละ 63.2 ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนัก (ตาราง 4.36) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Test of Independence พบว่าการติดตั้งเครื่องปรับอากาศไม่สัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ($\chi^2 = 3.203, p = .202$) จึงสรุปได้ว่า การติดตั้งเครื่องปรับอากาศไม่เกี่ยวข้องกับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ

ตาราง 4.36 ความสัมพันธ์ระหว่างพลังงานในกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบและการเลือกใช้เครื่องปรับอากาศ

n = 182

	ติดตั้งเครื่องปรับอากาศ		Chi-Squared (Sig.)
	ไม่จำเป็น (n=115)	จำเป็น (n=67)	
หนัก	41.2	22	3.203 (.202)
ปานกลาง	4.9	6	
น้อย	17	8.8	

สรุป

งานระบบปรับอากาศภายในห้องกิจกรรมภายในประเทศไทยส่วนใหญ่ติดตั้งระบบเครื่องปรับอากาศ และมีการใช้พัดลมทั้งแบบติดผนังและแบบตั้งพื้นช่วยระบายอากาศภายใน จากการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุที่ใช้บริการห้องกิจกรรม คิดว่าไม่จำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศ

ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่องานระบบปรับอากาศ

ภายในห้องกิจกรรมควรให้มีอากาศถ่ายเทสะดวกหรือมีระบบฆ่าเชื้อโรค เพื่อป้องกันการติดเชื้อโรค เนื่องจากผู้สูงอายุสภาพร่างกายอ่อนแออาจติดเชื้อจากทางเดินหายใจได้ง่าย

ระบบปรับอากาศภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ส่วนโถงอเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ไม่ได้ติดตั้งเครื่องปรับอากาศแต่มีการใช้พัดลมตั้งพื้นตัวใหญ่ช่วยระบายอากาศภายใน มีอยู่แค่ 2 ตัว ซึ่งไม่ทั่วถึง และสายที่อยู่ตามพื้นอาจทำให้ผู้สูงอายุเดินสะดุดเกิดอุบัติเหตุได้

ข้อควรปรับปรุง ควรติดตั้งพัดลมแบบแขวนเพดานหรือแขวนผนังตามจุดที่ทำกิจกรรม เพื่อการระบายอากาศที่ทั่วถึงกว่า (ภาพที่ 4.28)



ภาพที่ 4.28 แสดงพัดลมระบายอากาศภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.4.7 เครื่องเรือน การจัดเครื่องเรือนในต่างประเทศและในประเทศไทย มีการจัดเครื่องเรือนแยกเป็นประเภทตามกิจกรรมที่ใช้งาน ส่วนใหญ่ที่พบสามารถเคลื่อนย้ายปรับเปลี่ยนได้ตามลักษณะการทำกิจกรรมนั้นๆ ไป

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการเลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์แต่ละประเภทได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 168 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 86 เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์บนเก้าอี้ ผู้สูงอายุร้อยละ 14 เลือกนั่งทำงานกิจกรรมงานประดิษฐ์บนพื้น (ตารางที่ 4.37) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์บนเก้าอี้ และบนพื้น ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 85.714, p = .000$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์บนเก้าอี้

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อโต๊ะทำกิจกรรม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกโต๊ะในการทำกิจกรรมแบบกลุ่มแต่ละประเภท ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 60 เลือกโต๊ะทำกิจกรรมแบบวงกลม ผู้สูงอายุร้อยละ 40 เลือกโต๊ะทำกิจกรรมแบบสี่เหลี่ยม (ตารางที่ 4.37) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าผู้สูงอายุที่เลือกโต๊ะทำกิจกรรมแบบวงกลม และแบบสี่เหลี่ยม ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 6.694, p = .010$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกโต๊ะทำกิจกรรมแบบวงกลม

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการเลือกเก้าอี้ทำกิจกรรม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกเก้าอี้ในการทำกิจกรรมแต่ละประเภท ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 86 เลือกเก้าอี้แบบมีที่วางแขน ผู้สูงอายุร้อยละ 25 เลือกเก้าอี้แบบไม่มีที่วางแขน (ตารางที่ 4.37) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกเก้าอี้แบบมีที่วางแขน และเก้าอี้แบบไม่มีที่วางแขนไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 96.661, p = .000$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกเก้าอี้แบบมีที่วางแขน

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการเลือกชั้นวางหนังสือ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกชั้นวางหนังสือแต่ละประเภท ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 48.6 เลือกชั้นวางหนังสือแบบชั้นติดผนัง ผู้สูงอายุร้อยละ 32.8 เลือกตู้แบบสำเร็จรูปมีบานปิด (ตารางที่ 4.37) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกชั้นวางหนังสือแบบติดผนัง แบบสำเร็จรูปมีบานปิด และแบบสำเร็จรูปเปิดโล่งไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 24.820, p = .000$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุครึ่งหนึ่งเลือกชั้นวางหนังสือแบบติดผนัง ผู้สูงอายุหนึ่งในสามเลือกตู้หนังสือแบบสำเร็จรูปมีบานปิด

ตารางที่ 4.37 ลักษณะเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุต้องการ

ข้อมูลเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุต้องการ	n	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Square (Sig.)
ลักษณะการนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์ที่				
ผู้สูงอายุต้องการ				85.714
นั่ง โต๊ะเก้าอี้	168	144	86	(.000)
นั่งกับพื้น		24	14	
รูปแบบโต๊ะทำกิจกรรมรวม				
แบบวงกลม	183	109	60	6.694
แบบสี่เหลี่ยม		74	40	(.010)
รูปแบบเก้าอี้ในการทำกิจกรรม				
มีที่วางแขน	183	158	86	96.661
ไม่มีที่วางแขน		25	14	(.000)

ตารางที่ 4.37 (ต่อ) ลักษณะเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุต้องการ

ข้อมูลเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุต้องการ	n	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Square (Sig.)
รูปแบบชั้นวางหนังสือ				
ชั้นติดผนัง	183	89	48.6	24.820
ตู้สำเร็จมีกระจกปิด		60	32.8	(.000)
ตู้สำเร็จเปิดโล่ง		34	17.6	

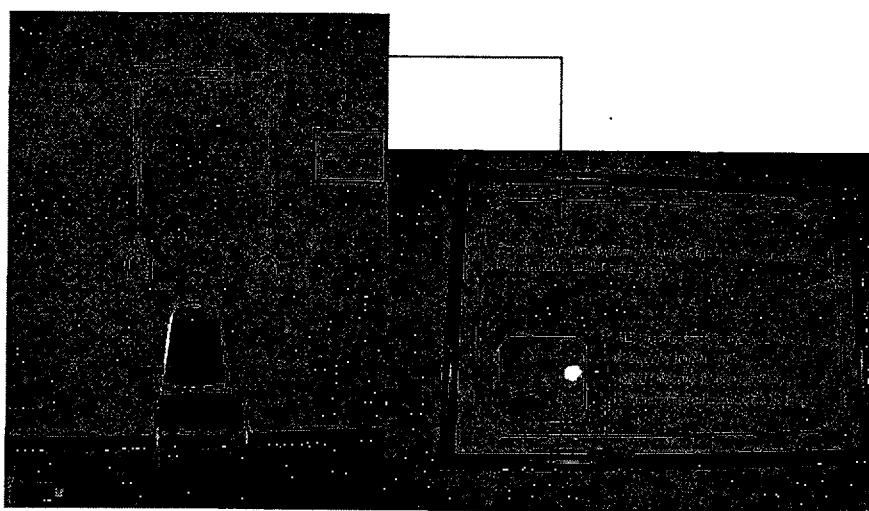
ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อเครื่องเรือน

เครื่องเรือนที่ใช้ควรจัดให้เป็นระเบียบ ไม่มีเหลี่ยมมีคมเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ อุบัติเหตุกับผู้สูงอายุที่มักจะเกิดขึ้นบ่อยคือการเดินเตะหรือสะดุด ภายในห้องกิจกรรมควรมีปฏิทิน นาฬิกา เพื่อการรับรู้วันเวลาที่ถูกต้อง มีตู้ปลาเพื่อช่วยกระตุ้นสายตาของผู้สูงอายุ

4.4.7.1 เครื่องเรือนและอุปกรณ์ในส่วนออกกำลังกาย

ข้อดีที่พบ ส่วนออกกำลังกายในต่างประเทศทั้ง 5 แห่ง ได้แยกห้องเฉพาะสำหรับกิจกรรมออกกำลังกาย มีทั้งบริเวณ โถงเพื่อออกกำลังกายแบบ โยคะ แอร์โรบิค เป็นต้น และอีกส่วนเป็นที่สำหรับวางอุปกรณ์ออกกำลังกาย เช่น เครื่องปั่นจักรยาน อุปกรณ์ลูกน้ำหนัก

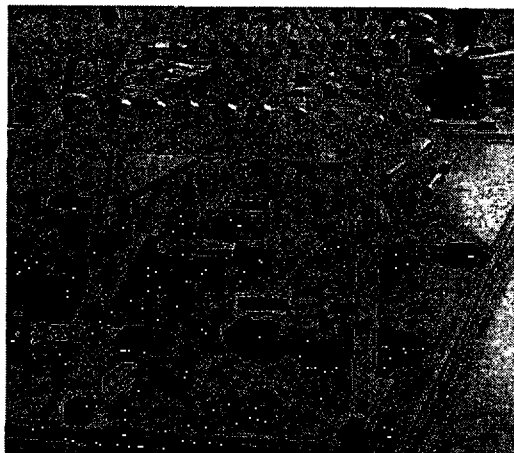
ในประเทศไทยที่สวางคนิवास มีวิธีใช้งานและประโยชน์ที่จะได้รับในการใช้งานอุปกรณ์คิดไว้ให้อ่านที่ผนัง เพื่อให้ผู้สูงอายุที่ใช้งานได้อ่านและใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธี (ภาพที่ 4.29)



ภาพที่ 4.29 แสดงเครื่องออกกำลังกายที่สวางคนิवास โดยมีวิธีการใช้งานและประโยชน์ที่ได้รับจากเครื่องออกกำลังกายคิดไว้ที่ผนัง

ที่กล้วยน้ำไท2 อุปกรณ์ออกกำลังกายเน้นการฟื้นฟูกล้ามเนื้อเป็นหลัก ผู้สูงอายุไม่สามารถเข้ามาใช้อุปกรณ์เหล่านี้ได้ด้วยตนเองต้องอยู่ในการดูแลของนักกายภาพบำบัดเท่านั้น ศูนย์ผู้สูงอายุคินแดง เน้นอุปกรณ์ฟื้นฟูกล้ามเนื้อ กายภาพบำบัดเป็นหลัก มีนักกายภาพบำบัดคอยให้คำแนะนำการใช้ประจำ

ศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัว มีการจัดวางอุปกรณ์น้ำหนักอย่างเป็นระเบียบ (ภาพที่ 4.30)

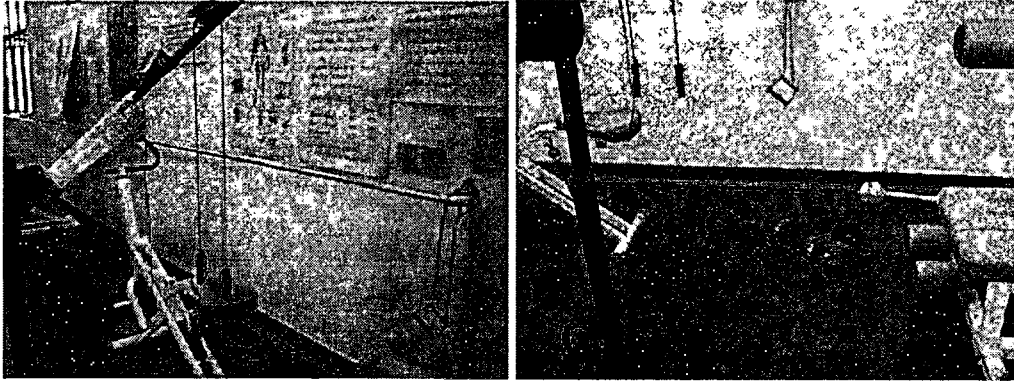


ภาพที่ 4.30 แสดงอุปกรณ์ภายในส่วนกิจกรรมออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ ที่ศูนย์สามวัย แทนวงลูกน้ำหนัก ทำให้หยิบใช้ได้ง่ายและเก็บอย่างเป็นระเบียบ

ปัญหาที่พบ ในประเทศไทยที่สว่างคนิวาส (ภาพที่ 4.31) และศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลศาสตร์ (ภาพที่ 4.32) อุปกรณ์ลูกน้ำหนักวางไว้ที่พื้น ซึ่งอาจก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้สูงอายุได้ และการหยิบใช้เป็นไปได้ยาก



ภาพที่ 4.31 แสดงอุปกรณ์ภายในส่วนกิจกรรมออกกำลังกายด้วยอุปกรณ์ ที่สว่างคนิวาส ไม่มีส่วนเก็บอุปกรณ์ขนาดเล็กทำให้ต้องวางบนพื้น ทำให้หยิบใช้ลำบากและอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้



ภาพที่ 4.32 แสดงส่วนออกกำลังกาย ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล ส่วนออกกำลังกาย ด้านข้างวางเครื่องออกกำลังกายไม่เป็นระเบียบทำให้งานไม่สะดวกไม่สามารถใช้ราวข้างผนังในการออกกำลังกายได้ อุปกรณ์ลื่นน้ำหนักวางบนพื้นกะกะอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

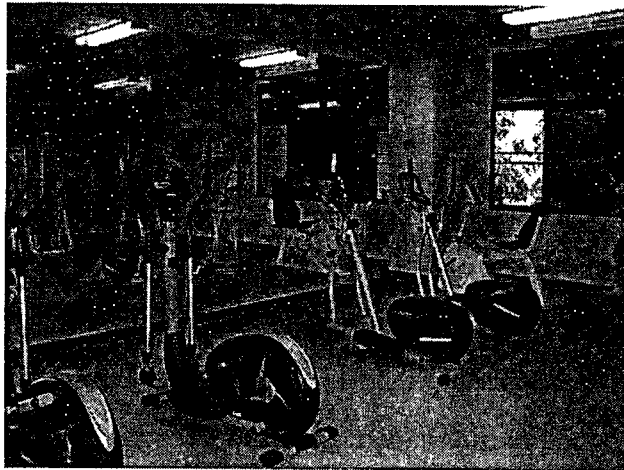
ส่วนออกกำลังกายที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง ใช้ร่วมกับห้องกายภาพบำบัดซึ่งควรมีการกั้นห้องแยกกิจกรรมทั้งสองออกจากกัน เนื่องจากกิจกรรมกายภาพบำบัดเป็นกิจกรรมเฉพาะสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านสรรถภาพร่างกายบางส่วน ซึ่งอาจทำให้ผู้สูงอายุที่ทำกิจกรรมรู้สึกเขินอาย ต่อผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการในส่วนเครื่องออกกำลังกายปกติ (ภาพที่ 4.33)



ภาพที่ 4.33 แสดงห้องกิจกรรมออกกำลังกายที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง ส่วนออกกำลังกายและกายภาพบำบัดอยู่รวมกันซึ่งควรกั้น2ส่วนนี้ออกจากกันเพื่อความเป็นส่วนตัว

ที่สวางคณิวาสมีอุปกรณ์ออกกำลังกายในแบบต่างๆทั้งแบบตั้งพื้นและแขวนติดบางชิ้นพื้นที่ในการออกกำลังกายแบบ แอร์โรบิค โยคะ มีน้อย ส่วนที่ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลศาสตร์จัดพื้นที่ห้องออกกำลังกายแบบแอร์โรบิค และ โยคะ มีพื้นที่มากกว่าที่

สวางคนิवास แต่พื้นที่ในการตั้งอุปกรณ์ออกกำลังกาย ดูแออัดและชิดหน้าต่างด้านในเกินไป ทำให้เล่นอุปกรณ์ไม่สะดวก (ภาพที่ 4.34)



ภาพที่ 4.34 แสดงห้องกิจกรรมออกกำลังกายที่สวางคนิवास ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องมีพื้นที่น้อยและตั้งหน้ากระจก ทำให้ไม่สะดวกในการออกกำลังกายแบบ โยคะ รำกระบอง

ศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว เนื่องจาก ได้จัดเครื่องออกกำลังกายอยู่มุมเล็กๆ ใกล้กับห้องตรวจสุขภาพ และยกระดับพื้นอาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุได้ อุปกรณ์ออกกำลังกายบางชนิดมีพื้นการใช้งานคับแคบเกินไปไม่สะดวกในการใช้งาน (ภาพที่ 4.35)



ภาพที่ 4.35 แสดงส่วนออกกำลังกายศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว มีการยกระดับพื้นขึ้น ทำให้ผู้ใช้งานไม่สะดวกในการเล่นอุปกรณ์ออกกำลังกาย อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุต่อผู้สูงอายุในการเดินสะดุดขึ้นลงได้

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อกระจกเงาบานใหญ่ในห้องออกกำลังกาย

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นหรือไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 183 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 54 คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง ผู้สูงอายुर้อยละ 46 คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง(ตารางที่ 4.38) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง และผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาเท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = .923, p = .337$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง

ตารางที่ 4.38 ความจำเป็นต้องมีกระจกเงาบานใหญ่ในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง (n=183)

กระจกเงาภายในห้องออกกำลังกาย	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Squared (Sig.)
ความจำเป็นต้องมีกระจกเงาบานใหญ่ในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง			
ไม่จำเป็น	98	54	.923
จำเป็น	85	46	(.337)

จากการสังเกตห้องออกกำลังกายทั้ง 5 แห่ง มีห้องออกกำลังกาย 3 แห่ง คือ สววงคนิवास ศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัว ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล ที่มีการติดตั้งกระจกเงาบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกาย จากแบบสอบถามผู้สูงอายุครั้งหนึ่งคิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาบานใหญ่ อีกครั้งคิดว่าไม่จำเป็นต้องมี

สรุป

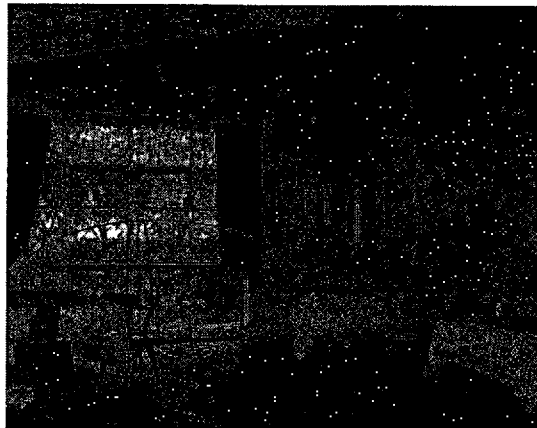
จากการสังเกตเครื่องเรือนภายในห้องออกกำลังกายภายในประเทศไทย ส่วนใหญ่แบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ ส่วนวางเครื่องออกกำลังกายด้วยเครื่อง และส่วนทำกายภาพบำบัด ซึ่งควรแยกทั้ง 2 ส่วนออกจากกันเนื่องจากส่วนทำกายภาพบำบัด มีอุปกรณ์เครื่องมือที่ต้องมีแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญคอยดูแลในการทำกายภาพบำบัดโดยเฉพาะ จากการสอบถามผู้สูงอายุเกี่ยวกับการติดตั้งกระจกเงาบานใหญ่ครั้งหนึ่งคิดว่าไม่จำเป็นต้องมี อีกครั้งคิดว่าจำเป็น ดังนั้นทางหน่วยงานมีงบประมาณก็สามารถติดตั้งกระจกเงาเพิ่มได้ หากหน่วยงานมีงบประมาณไม่เพียงพอก็ไม่จำเป็นต้องติดตั้งกระจกเงา

ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อเครื่องเรือนภายในห้องกิจกรรม

เครื่องออกกำลังกายควรเน้นเครื่องที่ช่วยฟื้นฟูสภาพกล้ามเนื้อ โดยต้องไม่ให้ผู้สูงอายุใช้แรงมากเกินไป และต้องอยู่ในการดูแลของนักกายภาพหรือผู้เชี่ยวชาญเท่านั้น

เครื่องออกกำลังกายภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

เครื่องออกกำลังกายภายในบ้านพักอุดมสุขเป็นแบบทำกายภาพบำบัดมี 2 แบบ คือ ราวจับช่วยเดินและรอกดึงกำลังแขน ส่วนจักรยานปั่นออกกำลังกายชำรุด ตั้งอยู่บริเวณโถงอเนกประสงค์ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ใช้งาน เนื่องจากไม่มีแรงจูงใจในการใช้งาน และอายุที่จะใช้งาน (ภาพที่ 4.36)



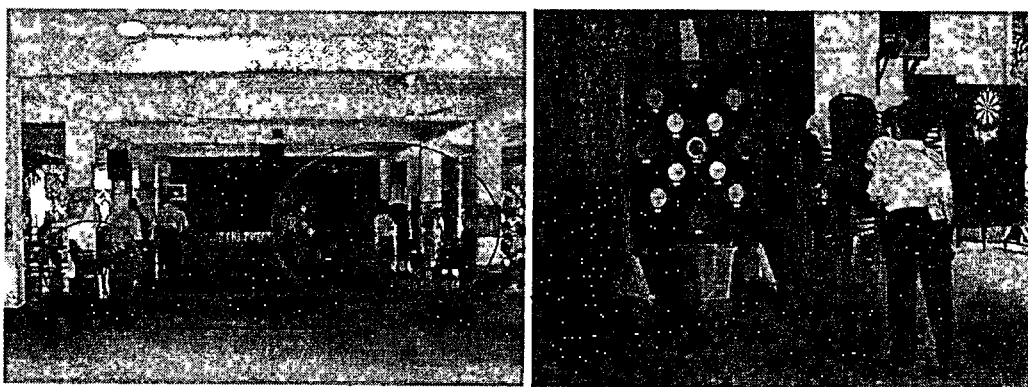
ภาพที่ 4.36 แสดงอุปกรณ์ออกกำลังกายภายในโถงอเนกประสงค์ ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.4.7.2 เครื่องเรือนและอุปกรณ์ในส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์

ข้อดีที่พบ ห้องกิจกรรมในต่างประเทศทั้ง 5 แห่ง เครื่องเรือนในส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์นั้นสามารถเคลื่อนย้ายปรับเปลี่ยนไปตามกิจกรรมที่จัดขึ้นได้ มีห้องสำหรับเก็บเครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบกิจกรรมภายในห้องอเนกประสงค์โดยเฉพาะ

ในประเทศไทย ศูนย์สามวัยसानสายใยรัก มีส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์ทั้งห้องโถงใหญ่และส่วนระเบียงอาคาร เครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบกิจกรรมสามารถเคลื่อนย้ายปรับเปลี่ยนมาใช้ได้กับทั้ง 2 พื้นที่ มีห้องเก็บอุปกรณ์และเครื่องเรือนโดยเฉพาะ เหมือนกับที่สวางคนิวาตที่มีห้องเก็บอุปกรณ์โดยเฉพาะเหมือนกัน

ปัญหาที่พบ ในประเทศไทย ที่ศูนย์ผู้สูงอายุคินแดง ไม่มีห้องเก็บเครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบกิจกรรมโดยเฉพาะ ทำให้ต้องเก็บอุปกรณ์ไว้ในห้องอเนกประสงค์ซึ่งดูไม่เรียบร้อย ทำให้พื้นที่ประกอบกิจกรรมน้อยลงและเสียพื้นที่ในการทำกิจกรรม (ภาพที่ 4.37)



ภาพที่ 4.37 แสดงการเก็บเครื่องเรือนภายในโถงอเนกประสงค์ ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง

ที่ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลเครื่องเรือนสามารถเคลื่อนย้ายได้ แต่มีน้ำหนักมากผู้สูงอายุไม่สามารถเคลื่อนย้ายเองได้ การจัดคั่นข้างไม่เป็นระเบียบ ไม่มีห้องเก็บอุปกรณ์ประกอบกิจกรรมเฉพาะ ต้องวางรวมกันทำให้เสียพื้นที่ในการทำกิจกรรมและ อาจก่อให้เกิดอันตรายกับผู้สูงอายุ (ภาพที่ 4.38)



ภาพที่ 4.38 แสดงเครื่องเรือนภายในโถงอเนกประสงค์ ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี

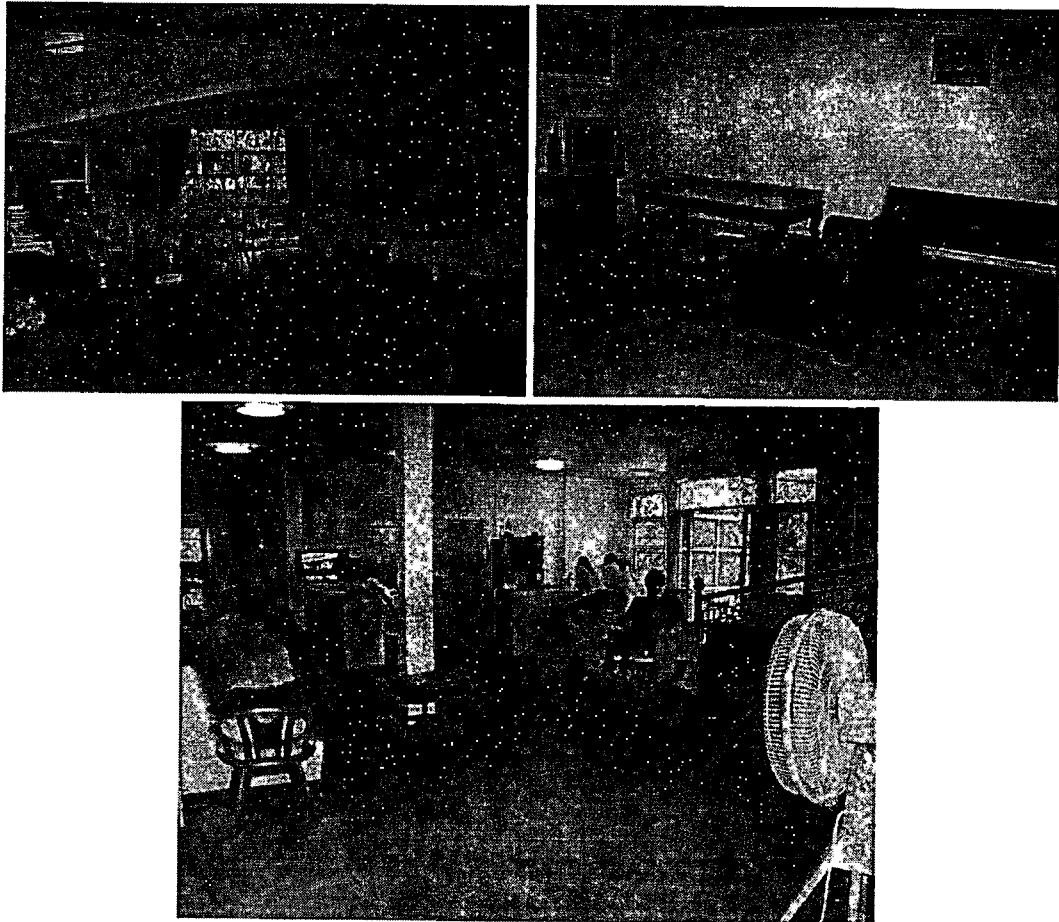
สรุป

เครื่องเรือนในส่วนห้องกิจกรรมอเนกประสงค์ จากการสังเกตพบว่าส่วนใหญ่วางอุปกรณ์ต่างๆรวมไว้ภายในห้อง ไม่มีห้องเก็บอุปกรณ์ทำกิจกรรมโดยเฉพาะทำให้เสียพื้นที่ทำกิจกรรมและเกะกะผู้สูงอายุเวลาทำกิจกรรมอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุ

เครื่องเรือนส่วนโถงอเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

จากการสังเกตเครื่องเรือนในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขส่วนใหญ่เป็นเก้าอี้หลากหลายรูปแบบ ผู้สูงอายุสามารถเลือกนั่งได้ มีโทรทัศน์ตั้งอยู่บนเคาน์เตอร์เจ้าหน้าที่ โดย

ผู้สูงอายุต้องตะแคงตัวดู ซึ่งควรจัดมุมสำหรับนั่งดูโทรทัศน์เป็นสัดส่วนหาตัววางโทรทัศน์ ส่วนชุดรับประทานอาหารเป็นโต๊ะ4ที่นั่ง เก้าอี้สามารถหมุนได้รอบ ซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุซึ่งอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ มีเครื่องออกกำลังกายตั้งอยู่ใกล้กับโต๊ะรับประทานอาหาร ดูกะกะไม่น่าใช้งาน ควรแยกห้องออกกำลังกายและกายภาพบำบัดให้เป็นสัดส่วน (ภาพที่ 4.39)



ภาพที่ 4.39 แสดงเครื่องเรือนภายในโถงอเนกประสงค์ บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

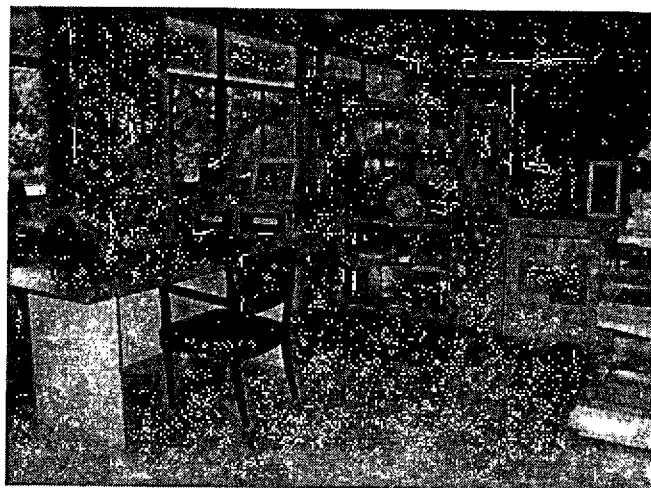
4.4.7.3 เครื่องเรือนในห้องกิจกรรมส่วนอื่นๆ

ข้อดีที่พบ เครื่องเรือนในศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัว เป็นเครื่องเรือนใหม่ทำให้น่าใช้สอย ภายในห้องสมุดมีชั้นหนังสือแบบติดผนังแยกประเภทหนังสือต่างๆไว้และมีป้ายบอกมีโต๊ะอ่านหนังสือรองรับผู้อ่านได้ 8-14 คน (ภาพที่ 4.40)



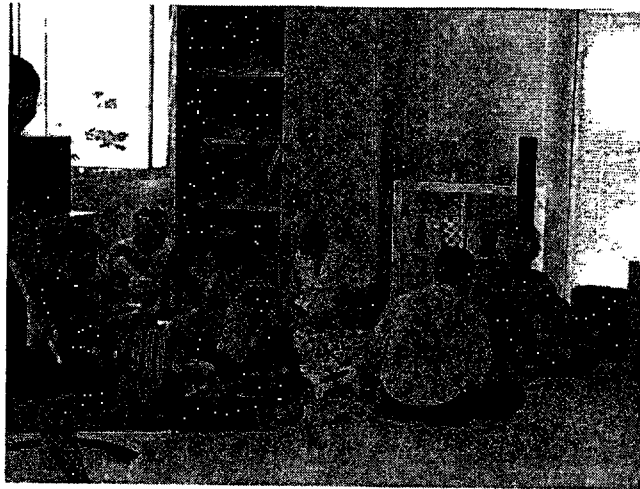
ภาพที่ 4.40 แสดงภายในห้องสมุดศูนย์สามวัยสถานสายใยรักแห่งครอบครัว

ที่สวางคนิवासห้องสมุดเล่นเกมสั้กับห้องพระอยู่รวมกัน โดยใช้ตู้หนังสือเป็นตัวกั้นพื้นที่ ซึ่งควรแยกห้องพระออกเป็นส่วนตัวกว่านี้เพราะเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิ (ภาพที่ 4.41)



ภาพที่ 4.41 แสดงภายในห้องสมุดและห้องพระ โดยกั้นห้องด้วยตู้หนังสือ

ปัญหาที่พบ ที่ศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัว ในส่วนงานฝีมืองานประดิษฐ์ ยังมีปัญหาในการจัด โต๊ะเก้าอี้ในการทำงานฝีมือกลุ่ม ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุนั่งกับพื้นทำงานฝีมือ ทำให้ไม่สะดวกในการลุกนั่ง เมื่อนั่งไปนานๆเกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ (ภาพที่ 4.42)



ภาพที่ 4.42 แสดงการทำกิจกรรมภายในศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัวกิจกรรมทำ
งานประดิษฐ์สำหรับผู้สูงอายุ นั่งทำกับพื้นในระยะเวลาานาน ทำให้ปวดเมื่อย
ร่างกายและไม่สะดวกในการลุกขึ้น

สรุป

เครื่องเรือนภายในห้องกิจกรรมต่างๆสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยส่วนใหญ่สามารถ
ปรับเปลี่ยนไปตามกิจกรรมที่ผู้สูงอายุทำ ควรมีห้องเก็บอุปกรณ์โดยเฉพาะ เพื่อความเป็นระเบียบ
และป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดจากการชนหรือสะดุด ควรมีโต๊ะเก้าอี้ที่นั่งทำงานประดิษฐ์เพื่ออำนวยความสะดวก
สำหรับผู้สูงอายุ

4.5 การปฏิบัติตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคาร สำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548

จากการสังเกตห้องกิจกรรมภายในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง เกี่ยวกับการปฏิบัติตาม
กฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและ
คนชรา พ.ศ.2548 แบ่งออกตามหัวข้อ พบว่า

4.5.1 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

ตามกฎกระทรวงที่ว่าด้วยป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ และคนชรา
ต้องมีความชัดเจน มองเห็นได้ง่าย ติดอยู่ในตำแหน่งที่ไม่ทำให้สับสน และต้องจัดให้มีแสงส่อง
สว่างเป็นพิเศษทั้งกลางวันและกลางคืน (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ
แห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2548)

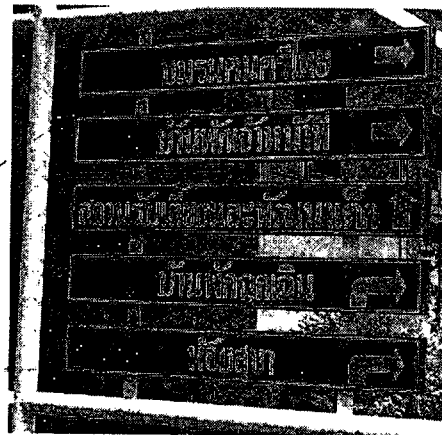
ข้อดีที่พบ จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่งนั้น มีเพียง 2 แห่งเท่านั้นคือที่ศูนย์
ผู้สูงอายุดินแดง และศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว ที่มีป้ายบอกทางและสิ่งอำนวยความสะดวก

สะดวก แต่ที่ศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัวมีป้ายสัญลักษณ์มากกว่า และมีป้ายชื่อกิจกรรม ติดไว้เหนือประตูห้องกิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้สังเกต (ภาพที่ 4.43)

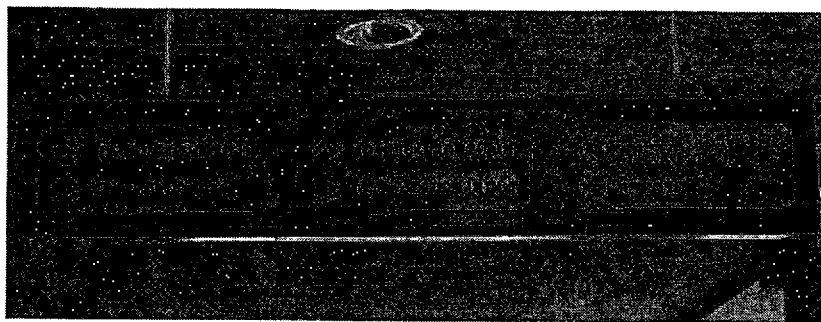
ปัญหาที่พบ ป้ายบอกทางและสิ่งอำนวยความสะดวกที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงนั้นมีอยู่น้อยทำให้หา สิ่งอำนวยความสะดวกยาก (ภาพที่ 4.44) ส่วนศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัวป้ายบอกสิ่ง อำนวยความสะดวกติดแขวนบนฝา และมีสันสไลอาจทำให้ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านสายตา อ่านได้ไม่ชัดเจน ส่วนห้องกิจกรรมอีก 3 แห่งไม่มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้ พิการ และคนชราไว้ ทำให้ผู้สูงอายุสับสนในการหา และไม่สามารถใช้งานได้สะดวก (ภาพที่ 4.45)



ภาพที่ 4.43 ป้ายบอกกิจกรรมหน้าห้องทำกิจกรรม เนื่องจากเป็นสติ๊กเกอร์ใสปิดบนแผ่น อคติลิสทำให้มองเห็นตัวหนังสือไม่ชัดซึ่งมีปัญหาต่อผู้สูงอายุในการมอง



ภาพที่ 4.44 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกภายในศูนย์ดินแดง ตัวหนังสือใหญ่ชัดเจน แต่มีป้ายบอกอยู่ไม่กี่จุด



ภาพที่ 4.45 แสดงป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกภายในศูนย์สามวัยสถานสายใยรัก
ครอบครัวซึ่งมีสีสันสดใส แข่งกับตัวหนังสือ อาจทำให้ผู้สูงอายุมองเห็น
ตัวอักษรไม่ชัดเจน

สรุป

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยพบว่าป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุมีน้อยมาก ส่วนใหญ่ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกจะบอกแค่ห้องสุขา การออกแบบป้ายจากการสังเกต ศูนย์ผู้สูงอายุ दिनแดงตัวหนังสือใหญ่ พื้นป้ายสีคำตัวอักษรสีเหลืองชัดเจน ผู้สูงอายุสามารถอ่านได้ ส่วนที่ศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัวมีการออกแบบให้มีสีสันสดใส ทำให้เป็นที่สังเกตง่ายแต่ตัวอักษรเบียดกัน ทำให้ผู้สูงอายุอ่านยาก

ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ไม่มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ

4.5.2 ทางลาด ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร และลิฟต์

ตามกฎกระทรวงที่ว่าด้วยพื้นผิวทางลาดต้องเป็นวัสดุที่ไม่ลื่นพื้นผิวของจุดต่อเนื่องระหว่างพื้นกับทางลาดต้องเรียบไม่สะดุด ความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ในกรณีที่ทางลาดมีความยาวของทุกช่วงรวมกัน ตั้งแต่ 6.00 เมตร ขึ้นไป ต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร มีพื้นที่หน้าทางลาดเป็นที่ว่างยาวไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 และมีความยาวช่วงละไม่เกิน 6.00 เมตร ในกรณีที่ทางลาดยาวเกิน 6.00 เมตร ต้องจัดให้มีชานพักยาวไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร คั่นระหว่างแต่ละช่วงของทางลาด ทางลาดด้านที่ไม่มีผนังกั้นให้ยกขอบสูงจากพื้นผิวของทางลาดไม่น้อยกว่า 5 เซนติเมตร และมีราวกันตก

ส่วนทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร ต้องจัดให้มีทางเข้าอาคารเพื่อให้ผู้พิการ และคนชราเข้าใช้ได้โดยมีลักษณะ พื้นผิวเรียบเสมอกัน ไม่ลื่น ไม่มีสิ่งกีดขวาง หรือส่วนของอาคารยื่นล้ำออกมา เป็นอุปสรรคหรืออาจทำให้เกิดอันตรายต่อผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา อยู่ในระดับเดียวกับพื้นถนนภายนอกอาคารหรือพื้นลานจอดรถ ในกรณีที่อยู่ต่างระดับต้องมีทางลาด

ที่สามารถขึ้นลงได้สะดวก และทางลาดนี้ให้อยู่ใกล้ที่จอดรถ (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนา
คุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2548)

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง มีอาคารที่จำเป็นต้องมีทางลาด
ทั้งหมด 4 แห่ง

ข้อดีที่พบ ที่สววงคนิवास ศูนย์ศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัว มีทางลาดสำหรับผู้พิการและ
ผู้สูงอายุอย่างครบถ้วนและถูกต้องตามหลักกฎกระทรวง (ภาพที่ 4.46)

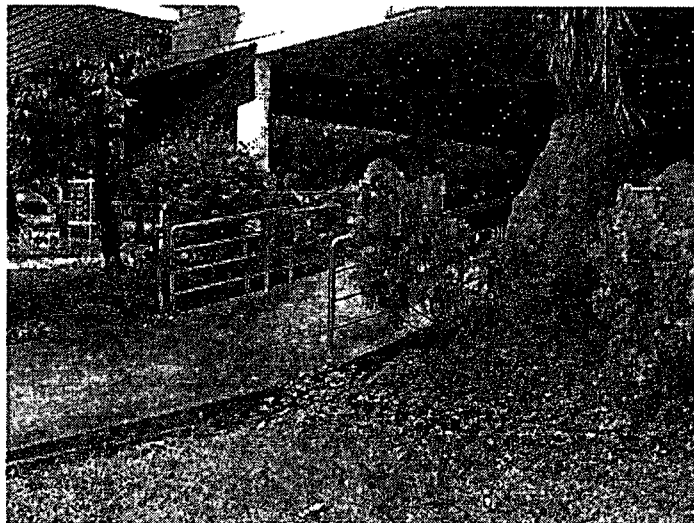
ปัญหาที่พบ จากการสังเกตมีเพียง 1 แห่งที่ไม่ทำทางลาดสำหรับผู้พิการและคนชราคือศูนย์
สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล ซึ่งได้ดัดแปลงห้องเรียนมาเป็นห้องกิจกรรม ไม่มีทางลาด
สำหรับรถเข็นเข้าตึก ภายในมีการเล่นระดับพื้นหลายจุดซึ่งเป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ (ภาพที่ 4.47)
ส่วนศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง ทางลาดสำหรับขึ้นอาคารเพื่อทำกิจกรรมนั้น ค่อนข้างชัน ไม่เป็นไปตาม
หลักกฎกระทรวงที่กำหนดให้ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 ทำให้ผู้สูงอายุที่ต้องนั่ง
รถเข็นเข้ามาใช้บริการด้วยตนเองลำบาก (ภาพที่ 4.48)



ภาพที่ 4.46 ศูนย์สามวัยฯ มีทางลาดสำหรับรถเข็นตั้งแต่ทางเข้าด้านหน้าและภายในทั้งหมด



ภาพที่ 4.47 แสดงทางลาดภายในอาคารภายในอาคารศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลซึ่งมี
การเล่นระดับภายในอาคารหลายจุดและไม่มีทางลาดรองรับรถเข็น



ภาพที่ 4.48 แสดงทางลาดขึ้นอาคารกิจกรรมภายในศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงซึ่งมีความลาดชันมาก ผู้สูงอายุที่นั่งรถเข็นไม่สามารถใช้งานได้สะดวก

สรุป

จากการสังเกต ส่วนใหญ่อาคารใหม่มีการทำทางลาดสำหรับผู้พิการและผู้สูงอายุ แต่ไม่ถูกตามกฎกระทรวงซึ่งกำหนดให้ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 ส่วนอาคารเก่ายังไม่มีการทำทางลาดสำหรับผู้พิการและผู้สูงอายุ ทำให้ผู้พิการและผู้สูงอายุ ไม่สะดวกในการใช้อาคาร

ทางลาด ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร และลิฟต์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

จากการสังเกตภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข มีทางลาดสำหรับรถเข็นผู้สูงอายุ 2 แห่ง คือทางเข้าด้านหลังอาคารและภายในอาคารทางขึ้นชั้น 2 ซึ่งมีความชันมากประมาณ 1:2 ซึ่งไม่เป็นไปตามกฎกระทรวงซึ่งกำหนดให้ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 ผู้สูงอายุไม่สามารถช่วยตัวเองได้ มีสิ่งกีดขวางทางลาดทำให้ไม่สะดวกในการสัญจรและอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ บริเวณหน้าประตูไม่มีชานพักประตูซึ่งตามกฎกระทรวงซึ่งกำหนด (ภาพที่ 4.49)



ภาพที่ 4.49 แสดงทางลาดภายนอกและภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข

4.5.3 ลิฟต์โดยสาร

ตามกฎกระทรวงที่ว่าด้วยลิฟต์ อาคารที่มีจำนวนชั้นตั้งแต่สองชั้นขึ้นไปต้องจัดให้มีลิฟต์หรือทางลาดที่ผู้พิการ และคนชราใช้ได้ระหว่างชั้นของอาคารลิฟต์ที่ผู้พิการ และคนชราใช้ได้ต้องสามารถขึ้นลงได้ทุกชั้น มีระบบควบคุมลิฟต์ที่ผู้พิการ และคนชราสามารถควบคุมได้เอง ใช้งานได้อย่างปลอดภัย และจัดไว้ในบริเวณที่ผู้พิการ และคนชราสามารถใช้ได้สะดวกให้มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ที่ช่องประตูด้านนอกของลิฟต์ที่จัดไว้ให้ผู้พิการและคนชราใช้ได้ (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2548)

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง ที่ตั้งห้องกิจกรรมทั้งหมดส่วนใหญ่ตั้งอยู่บริเวณชั้นหนึ่งและชั้นสองของอาคาร โดยมีบันไดเพื่อเดินขึ้นชั้นที่สอง มีเพียงศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัวที่มีลิฟต์ให้บริการเพียงแห่งเดียว ซึ่งช่วยอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุและผู้พิการที่เข้าใช้บริการ(ภาพที่ 4.50)



ภาพที่ 4.50 แสดงลิฟต์ภายในอาคารศูนย์สามวัยฯ เพื่ออำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการและผู้สูงอายุที่ขึ้นไปทำกิจกรรมบนชั้น 2 ของอาคาร

สรุป

จากการสังเกตลิฟต์ที่ใช้ภายใน มีอยู่ด้วยกัน 3 แห่ง ที่ช่วยอำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุ ซึ่งควรมีไว้เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านร่างกาย ไม่สามารถขึ้นบันไดได้อย่างสะดวก

ลิฟต์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขไม่มีลิฟต์โดยสาร เนื่องจากแพทย์เจ้าของไข้ให้ความเห็นว่าบ้านอุดมสุขเป็นอาคาร 2 ชั้น จึงไม่จำเป็นต้องมีและสิ้นเปลืองเกินไป อีกทั้งเป็นการให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายไปในตัว

4.5.4 บันได

ตามกฎกระทรวงที่ว่าด้วยอาคารต้องจัดให้มีบันไดที่ผู้พิการและคนชราใช้ได้อย่างน้อย 1 แห่ง โดยต้อง มีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร มีชานพักทุกกระยะในแนวตั้งไม่เกิน 2 เมตร มีราวบันไดทั้งสอง ลูกตั้งสูงไม่เกิน 15 เซนติเมตร ลูกนอนกว้างไม่น้อยกว่า 28 เซนติเมตร และมีขนาดสม่ำเสมอตลอดช่วงบันได พื้นผิวของบันไดต้องใช้วัสดุที่ไม่ลื่น ลูกตั้งบันไดห้ามเปิดเป็นช่อง โลง มีป้ายแสดงทิศทาง ตำแหน่ง หรือหมายเลขชั้นของอาคารที่คนชราสามารถทราบความหมายได้ ตั้งอยู่บริเวณทางขึ้นและทางลงของบันไดที่เชื่อมระหว่างชั้นของอาคาร (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2548)

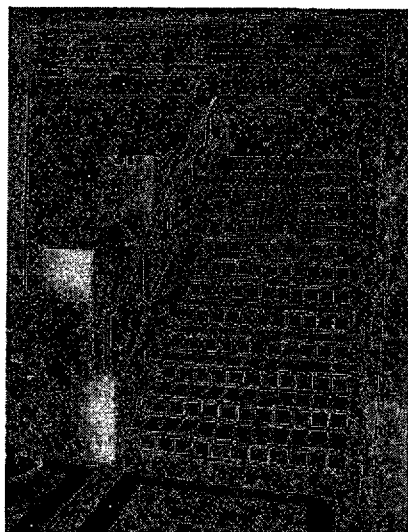
จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง มีอาคารที่จำเป็นต้องใช้บันไดขึ้นไปทำกิจกรรมบนชั้น 2 ของตึก มีอยู่ 2 แห่งคือศูนย์สามวัยสถานสายใยรักครอบครัว และศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล

ข้อดีที่พบ บันไดศูนย์ผู้สูงอายุทั้ง 2 แห่ง ทำตามข้อกำหนดของกระทรวงถูกต้อง

ปัญหาที่พบ ในกรณีห้องกิจกรรมอยู่ชั้น 2 ศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล ห้องกิจกรรมออกกำลังกายอยู่บนชั้น 2 ของตึก ซึ่งไม่มีลิฟต์ ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านข้อกระดูก หรือนั่งรถเข็น ไม่สามารถขึ้นใช้งานได้ และเสี่ยงต่ออุบัติเหตุในการขึ้นลงบันได (ภาพที่ 4.51 – 4.52) ดังนั้นห้องกิจกรรมควรอยู่บริเวณชั้นหนึ่งของอาคาร หรือควรมีลิฟต์เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการห้องกิจกรรมที่อยู่ชั้นบน



ภาพที่ 4.51 แสดงบันไดภายในอาคารบันไดทางขึ้นชั้น 2 ของศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนิ



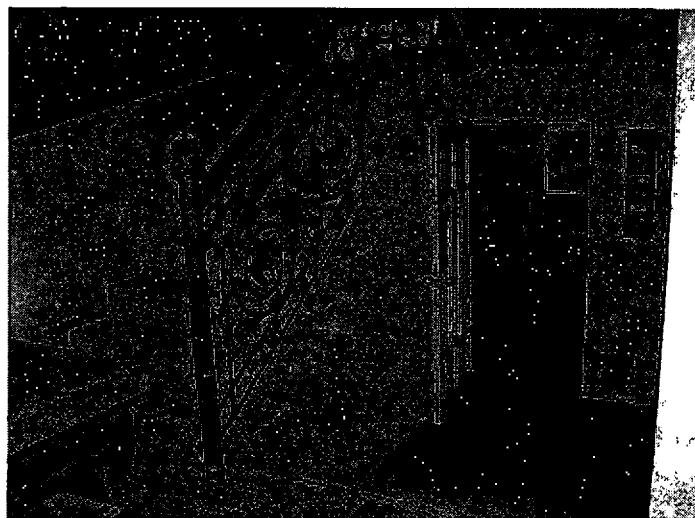
ภาพที่ 4.52 แสดงบันไดทางขึ้นชั้น 2 ของศูนย์สามวัยฯ ซึ่งผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้ลิฟต์มากกว่าบันได

สรุป

จากการสังเกตบันไดที่พบส่วนใหญ่ตรงตามกฎกระทรวงกำหนดไว้ แต่เนื่องจากผู้สูงอายุบางราย มีปัญหาทางด้านร่างกาย ไม่สามารถขึ้นลงบันไดได้สะดวกอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ จึงควรมีลิฟต์ให้บริการแก่ผู้สูงอายุเหล่านั้น

บันไดภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

บันไดภายในบ้านพักอุดมสุขเป็นบันไดค่อนข้างแคบและมีสิ่งของวางเกะกะไม่เหมาะสมที่จะใช้งาน ทำให้ผู้สูงอายุใช้ทางลาดเป็นส่วนใหญ่ (ภาพที่ 4.53)



ภาพที่ 4.53 บันไดทางขึ้นชั้น 2 ของบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข ซึ่งแคบและมีสิ่งของวางกีดขวางทางเดิน

4.5.5 ประตู

ประตูของอาคาร ต้องมีลักษณะเปิดปิดได้ง่าย หากมีธรณีประตู ความสูงของธรณีประตู ต้องไม่เกินกว่า 20 มิลลิเมตร และให้ขอบทั้งสองด้านมีความลาดเอียงไม่เกิน 45 องศา เพื่อให้เก้าอี้ล้อหรือผู้พิการหรือ และคนชราที่ใช้อุปกรณ์ช่วยเดินสามารถข้ามได้สะดวก ช่องประตูต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ในกรณีที่ประตูเป็นแบบบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกสู่ทางเดินหรือระเบียงต้องมีพื้นที่ว่างขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร ในกรณีที่ประตูเป็นแบบบานเลื่อนหรือแบบบานเปิดให้มีมือจับที่มีขนาดเท่ากับราวจับในแนวตั้งทั้งด้านในและด้านนอกของประตูซึ่งมีปลายด้านบนสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1 เมตร และปลายด้านล่างไม่เกิน 80 เซนติเมตร ในกรณีที่ประตูบานเปิดออกให้มีราวจับตามแนวนอนด้านในประตู และในกรณีที่ประตูบานเปิดเข้าให้มีราวจับตามแนวนอนด้านนอกประตูราวจับดังกล่าวให้สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 80 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน 9 เซนติเมตร ยาวไปตามความกว้าง

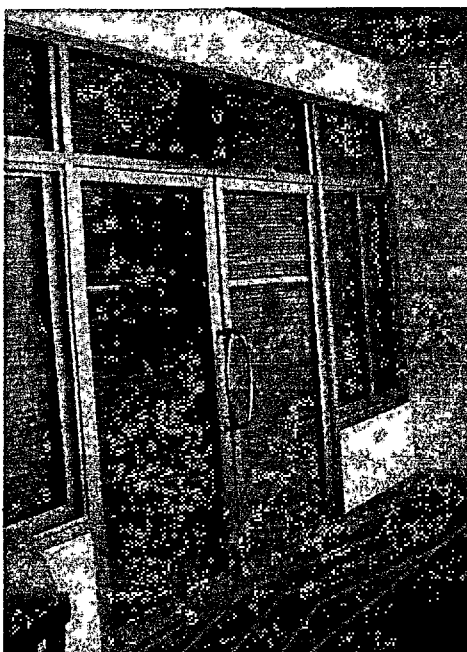
ของประตู ในกรณีที่ประตูเป็นกระจกหรือลูกฟูกเป็นกระจก ให้ติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สังเกตเห็นได้ชัด อุปกรณ์เปิดปิดประตูต้องเป็นชนิดก้านบิดหรือแกนผลัก อยู่สูงจากพื้น ไม่น้อยกว่า 1.00 เมตร แต่ไม่เกิน 1.20 เมตร ประตู ต้องไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เองที่อาจทำให้ประตูหนีบหรือกระแทกผู้พิการ และคนชรา ไม่ใช้บังคับกับประตูหนีไฟและประตูเปิดปิดโดยใช้ระบบอัตโนมัติ (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2548)

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง ประตูห้องกิจกรรมมีดังนี้ (ตารางที่ 4.39)

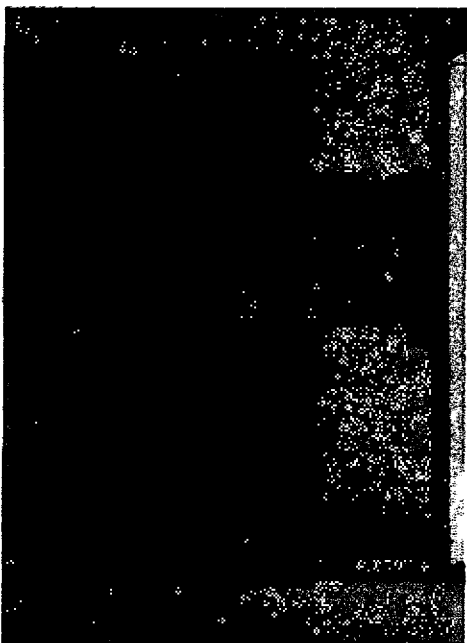
ตารางที่ 4.39 ประตูทางเข้าห้องกิจกรรมในประเทศไทย ทั้ง 5 แห่ง

ชื่อของกิจกรรม	ประเภทของประตู	วัสดุประตู	การเปิด	ความกว้างระยะขอบใน
กิจกรรมศิลปะ	บานเปิดผลัก	กระจกใส กรอบอลูมิเนียม	บานเลื่อน	1.50 ม.
กิจกรรมดนตรี	บานเลื่อน	กระจกใส กรอบอลูมิเนียม	บานเลื่อน	1.00 ม.
กิจกรรมการอ่าน	บานเลื่อน	กระจกใส กรอบอลูมิเนียม	บานเลื่อน	1.00 ม.
กิจกรรมการออกกำลังกาย	บานเปิดผลัก	กระจกใส กรอบอลูมิเนียม	บานเปิดผลัก เข้า-ออก	1.50 ม.
กิจกรรมการฟังเพลง	บานเปิดผลัก	กระจกใส กรอบอลูมิเนียม	บานเปิดผลัก เข้า-ออก	1.50 ม.

ข้อดีที่พบ ประตูห้องกิจกรรมทั้ง 5 แห่ง ทำตามข้อกำหนดของกฎกระทรวงที่บังคับไว้ มีการทำสัญลักษณ์ที่ประตูกระจกเพื่อกันอุบัติเหตุการชนสำหรับผู้สูงอายุ ไม่มีการติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เอง กรณีที่ศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว ประตูห้องกิจกรรมมีธรณีประตู ได้ทำการปรับพื้นให้ลาดเอียงเพื่อสะดวกในกรณีผู้ใช้รถเข็น (ภาพที่ 4.54 - 4.56)



ภาพที่ 4.54 แสดงบันไดภายในอาคารประตูทางเข้าห้องกิจกรรมศูนย์สามวัยเป็นกระจกใสแบบบานเปิดผลักเข้าออกมีสัญลักษณ์ที่กระจกแต่ไม่สะดวกตา ทางเข้าทำพื้นลาดเอียงสำหรับรถเข็น



ภาพที่ 4.55 ประตูทางเข้าห้องกิจกรรมศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล เป็นกระจกใสแบบบานเลื่อนมีการติดสัญลักษณ์ที่กระจกเพื่อความปลอดภัย



ภาพที่ 4.56 ประตูทางเข้าห้องกิจกรรมที่สวางคนิวาส เป็นประตูบานกระจกสีชาแบบบานเปิดผลัก
เข้าออก ทำให้สังเกตเห็นง่าย

สรุป

จากการสังเกตประตูทางเข้าห้องกิจกรรมทั้ง 5 แห่งในประเทศไทย ส่วนใหญ่เป็นประตูบานเปิดผลักเข้าออก และแบบบานเลื่อน วัสดุส่วนใหญ่เป็นกรอบอลูมิเนียมบานกระจกติดฟิล์มสีเข้มและกระจกใส ซึ่งกระจกใสส่วนใหญ่ติดสัญลักษณ์ที่กระจกไม่ชัดเจนอาจทำให้เกิดอันตรายต่อผู้สูงอายุได้

ประตูภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

จากการสังเกตประตูห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข เป็นประตูบานเปิดวัสดุทำด้วยไม้เหมือนที่ใช้ในโรงพยาบาล (ภาพที่ 4.57) ส่วนประตูทางเข้าด้านหลังอาคารเป็นบานเปิดติดกับทางลาดขึ้น โดยไม่มีระเบียงพัก ซึ่งไม่ทำตามกฎกระทรวงที่ว่าด้วยเรื่องประตูแบบบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกสู่ทางเดินหรือระเบียงต้องมีพื้นที่ว่างขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 1.5 เมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1.5 เมตร (ภาพที่ 4.58)



ภาพที่ 4.57 ประตูทางเข้าภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข ซึ่งเป็นแบบเดียวกับที่ใช้ใน
โรงพยาบาล



ภาพที่ 4.58 ประตูทางเข้าภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข ซึ่งไม่เป็นไปตาม
กฎกระทรวง

4.6 การปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุข 15 คน กลุ่มผู้สูงอายุจาก
ศูนย์ผู้สูงอายุ दिनแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จำนวน 15 คน เจ้าหน้าที่ดูแล
ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุข จำนวน 4 คน และแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุบ้านพักอุดมสุข ที่
มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ซึ่งผู้วิจัยได้จัดทำ

ทัศนียภาพจำลองในส่วนพื้นที่กิจกรรมต่างๆสำหรับผู้สูงอายุ ที่แสดงเปรียบเทียบระหว่างการปรับปรุงน้อยและปรับปรุงมาก โดยมีรายละเอียดของผลประโยชน์ และแนวทางการปรับปรุงพื้นที่ใช้สอยส่วนต่างๆดังนี้

4.6.1 ลักษณะกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ลักษณะกิจกรรมภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข มีดังนี้ กิจกรรมดูโทรทัศน์ กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่องและท่ากายภาพบำบัด กิจกรรมไหว้พระสวดมนต์ กิจกรรมเหล่านี้ไม่มีมีการจัดเป็นเวลาดตายตัวให้ผู้สูงอายุทำ ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมไหนก็ได้ตลอดเวลา จากการสังเกตพบว่ากิจกรรมที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ กิจกรรมดูโทรทัศน์ ส่วนกิจกรรมอื่นๆไม่ค่อยได้รับความนิยม

การเข้าใช้ห้องกิจกรรม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการเข้าใช้ห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 87 คิดว่าเข้าใช้ห้องกิจกรรม ผู้สูงอายुर้อยละ 13 คิดว่าไม่เข้าใช้ห้องกิจกรรม (ตารางที่ 4.40) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าเข้าใช้ห้องกิจกรรม และคิดว่าไม่เข้าใช้ห้องกิจกรรม ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 8.067, p = .005$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าถ้ามีห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขจะเข้าใช้บริการ

ตารางที่ 4.40 แสดงความพึงพอใจในห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุดมสุข

กิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข	n	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Squared (Sig.)
เข้าใช้	15	13	87	8.067
ไม่เข้าใช้		2	13	(.005)

ความคิดเห็นของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ผลจากการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ เกี่ยวกับกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ทั้งหมด 4 ท่านได้ดูแลผู้สูงอายุที่บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขมาเป็นเวลา 1 ถึง 3 ปีกว่า โดยกิจกรรมที่ผู้สูงอายุอุดมสุขทำประจำทุกวัน คือดูทีวี ออกกำลังกาย นั่งรถเข็นชมบริเวณสวนหย่อมรอบอาคาร ห้องกิจกรรมที่ควรมีภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่คิดว่าควรมีห้องออกกำลังกายและห้องท่ากายภาพบำบัดมากที่สุด รองลงมาคือห้องพระและห้องดูโทรทัศน์

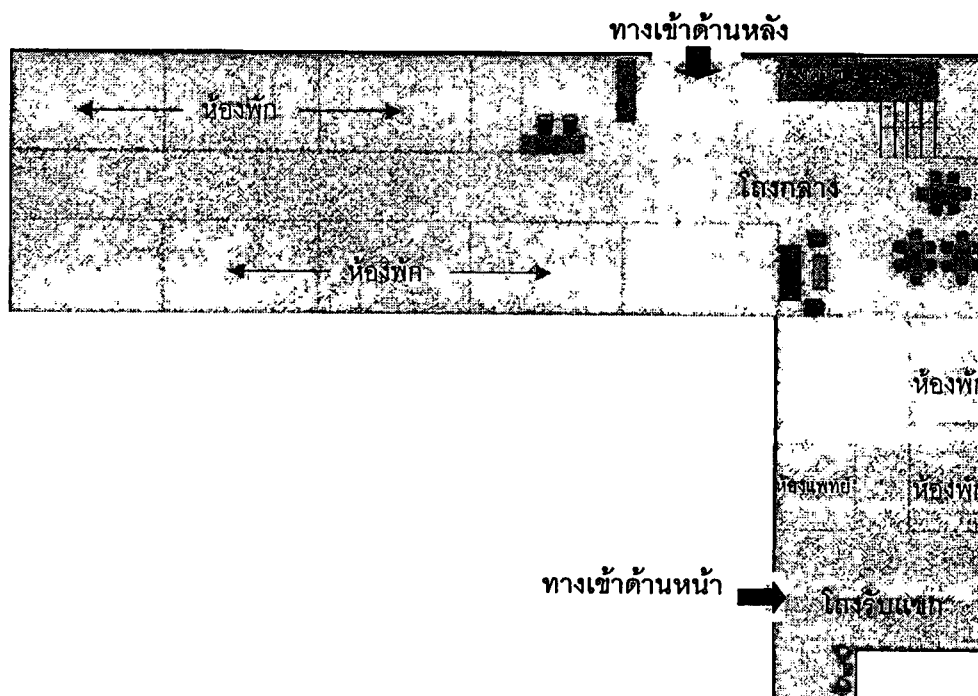
ความคิดเห็นของแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

จากการสัมภาษณ์นายแพทย์สมพงษ์ ศิริรัตน์ เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เกี่ยวกับกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อร่างกายและฟื้นฟูทางด้านสมองของผู้สูงอายุ กิจกรรมที่เหมาะสมในด้านสมาคม นันทนาการคือ การชมรายการโทรทัศน์ต่างๆ ภาพยนตร์ การนวดบำบัดนวดไทย การร่วมงานสังสรรค์ การสนทนาวงชาคาเฟ่ และการกิจกรรมตามเทศกาลต่างๆ ในกลุ่มผู้สูงอายุที่พักอยู่ร่วมกัน และกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการคือ การออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย การทำกายภาพบำบัด

จากการสังเกตผู้สูงอายุภายในบ้านอุดมสุข กิจกรรมที่ทำในปัจจุบันส่วนใหญ่คือ กิจกรรมชมโทรทัศน์ ส่วนกิจกรรมอื่นๆ ไม่ค่อยได้รับความสนใจ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่า จะเข้าใช้ห้องกิจกรรม ถ้ามีการจัดห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุขึ้น เจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุส่วนใหญ่ให้ความคิดเห็นว่ากิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัดควรมีมากที่สุดรองลงมาคือกิจกรรมทางศาสนาและกิจกรรมดูโทรทัศน์ แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขให้ความคิดเห็นว่ากิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อร่างกายและสมองของผู้สูงอายุเป็นกิจกรรมที่ควรมีมากที่สุด

4.6.2 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ปัญหาที่พบในการตกแต่งภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเดิม คือ ไม่มีการจัดพื้นที่กิจกรรมอย่างเป็นสัดส่วน กิจกรรมทุกอย่างรวมอยู่ที่โถงกลาง โทรทัศน์สำหรับผู้สูงอายุชม ตั้งอยู่ตรงเคาน์เตอร์เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ เวลานั่งชมโทรทัศน์ผู้สูงอายุต้องตะแคงตัวดู อุปกรณ์ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดอยู่รวมกับ โต๊ะรับประทานอาหารดูไม่เป็นสัดส่วนผู้สูงอายุไม่สามารถเข้าไปใช้งานได้อย่างสะดวก (ภาพที่ 4.59)



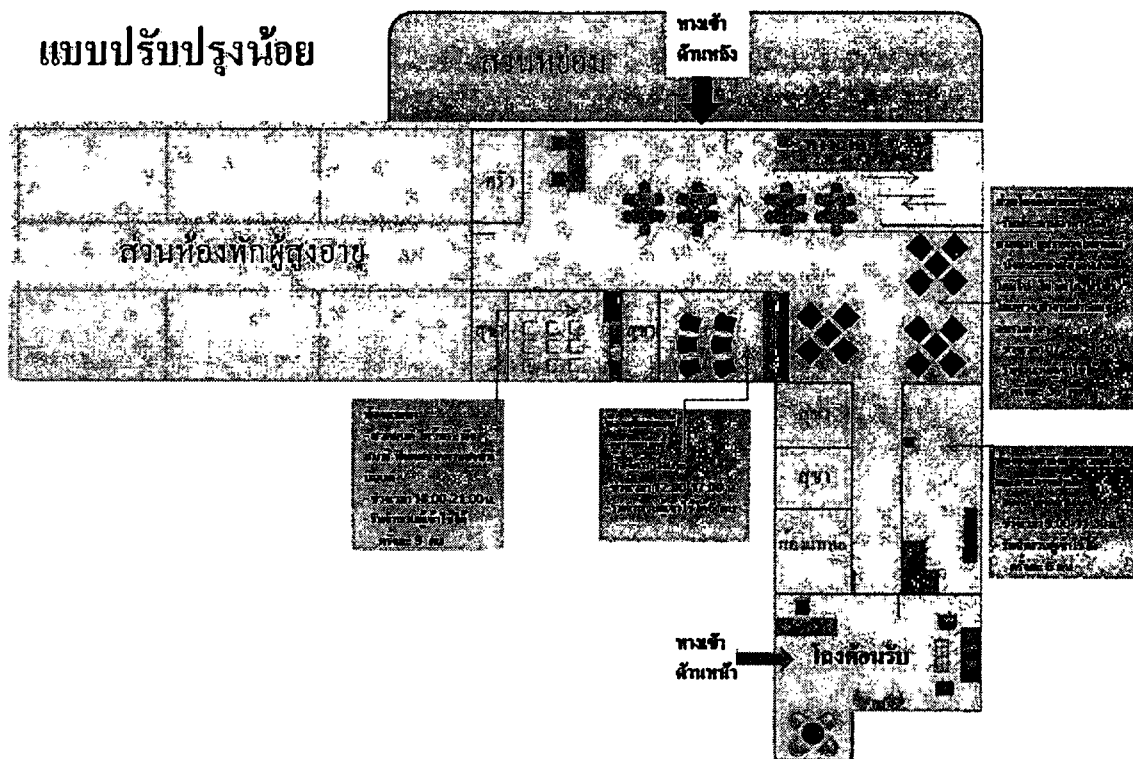
ภาพที่ 4.59 ผังอาคารภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

4.6.3 การออกแบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

จากการสังเกตห้องกิจกรรมทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ สัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพ จากภายนอกจำนวน 4 ท่าน และสัมภาษณ์ผู้สูงอายุจากศูนย์ที่ได้คัดเลือกมา นำผลที่ได้มาปรับปรุงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุออกเป็น 2 แบบ คือ แบบปรับปรุงน้อย และแบบปรับปรุงมาก

4.6.3.1 แบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบน้อย

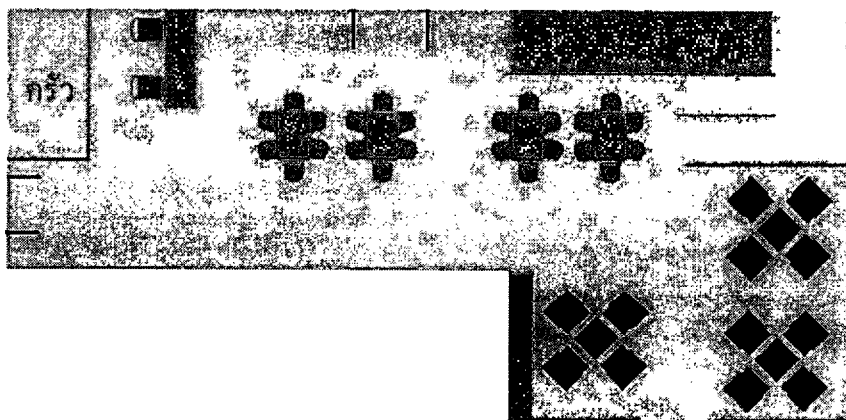
แบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ ได้ทำการปรับปรุงจากแบบเดิม โดยเลือกนำห้องพักผู้สูงอายุเดิม 3 ห้องมาปรับปรุงเป็นห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัด ห้องชมภาพยนตร์ และห้องทำพิธีทางศาสนา และปรับปรุงโถงกิจกรรมอเนกประสงค์กับห้องต้อนรับแขกด้านหน้าใหม่ กั้นส่วนทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุออกจากส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอก และส่วนของห้องพักผู้สูงอายุด้วยประตู (ภาพที่ 4.60)



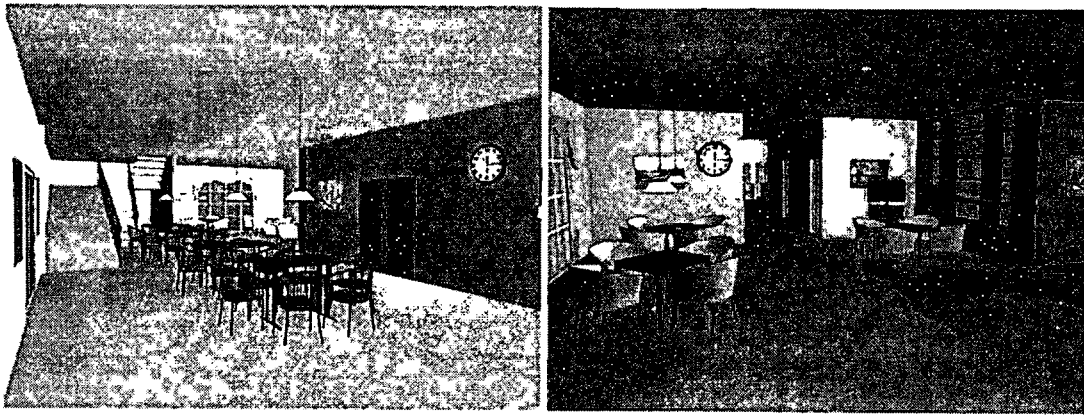
ภาพที่ 4.60 ผังการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วนต่างๆภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข
แบบปรับปรุงน้อย

โถงกิจกรรมอเนกประสงค์

ยังคงใช้ขนาดพื้นที่เดิม เครื่องเรือนยังคงใช้ของเดิมบางส่วน โดยจัดเพิ่มมุมเล่นเกม โดยเพิ่มตู้เก็บของ โต๊ะเก้าอี้ไว้สำหรับเล่นเกมและสนทนาการเพิ่มขึ้นภายในสามารถรับจำนวนผู้สูงอายุได้ 36 ที่นั่ง จากเดิมมี 17 ที่นั่ง (ภาพที่ 4.61)



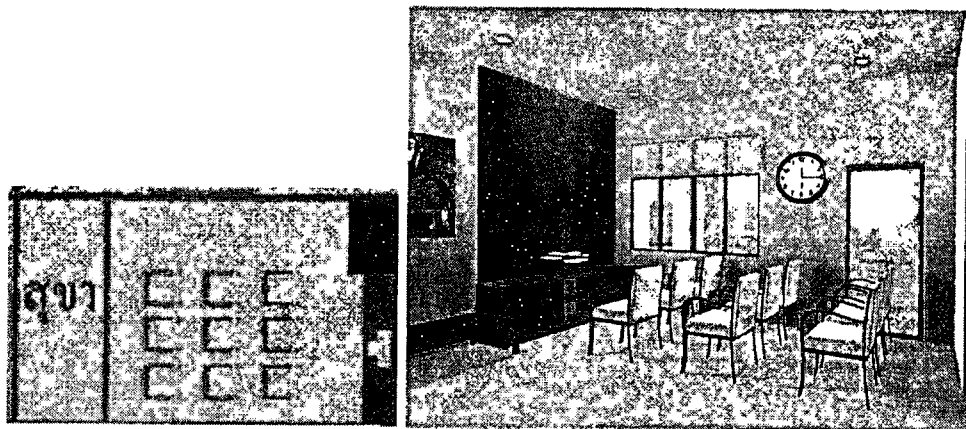
ภาพที่ 4.61 ภาพจำลองห้องกิจกรรมส่วน โถงอเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข
แบบปรับปรุงน้อย



ภาพที่ 4.61 (ต่อ) ภาพจำลองห้องกิจกรรมส่วนโถงเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบบปรับปรุงน้อย

ห้องพระ

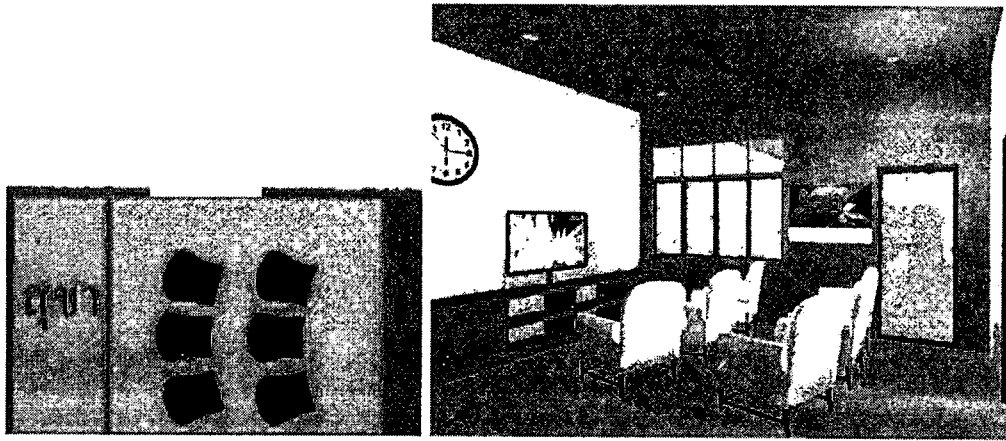
ปรับปรุงจากห้องพักผู้สูงอายุ ภายในมีตู้เตี้ยด้านบนจัดวางหิ้งพระ ด้านข้างมีอาสนสำหรับนิมนต์พระเทศนา สามารถรับผู้สูงอายุได้จำนวน 9 ท่าน (ภาพที่ 4.62)



ภาพที่ 4.62 ผังการปรับปรุงห้องกิจกรรมทางศาสนาแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงน้อย

ห้องชมโทรทัศน์

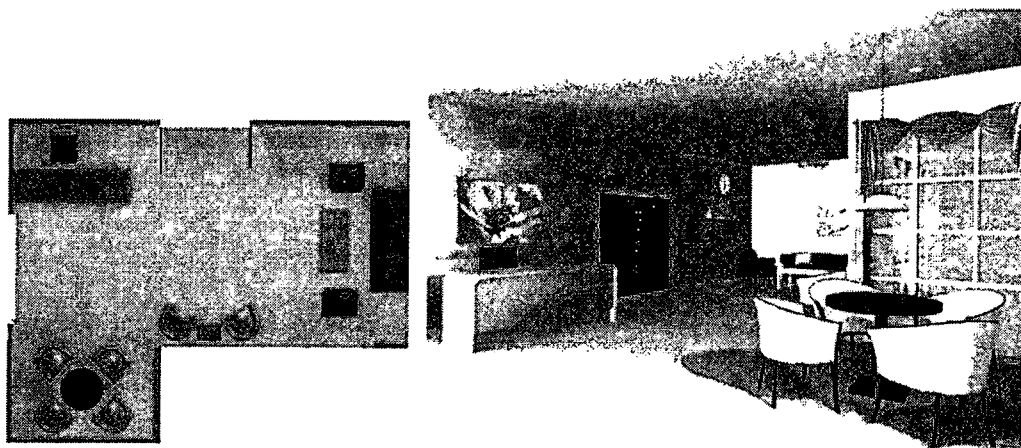
ปรับปรุงจากห้องพักผู้สูงอายุ ภายในมีตู้เตี้ยสำหรับวาง โทรทัศน์และอุปกรณ์ต่างๆ สามารถรับผู้สูงอายุได้จำนวน 6 ท่าน (ภาพที่ 4.63)



ภาพที่ 4.63 ผลการปรับปรุงห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงน้อย

ห้องรับแขกบุคคลภายนอก

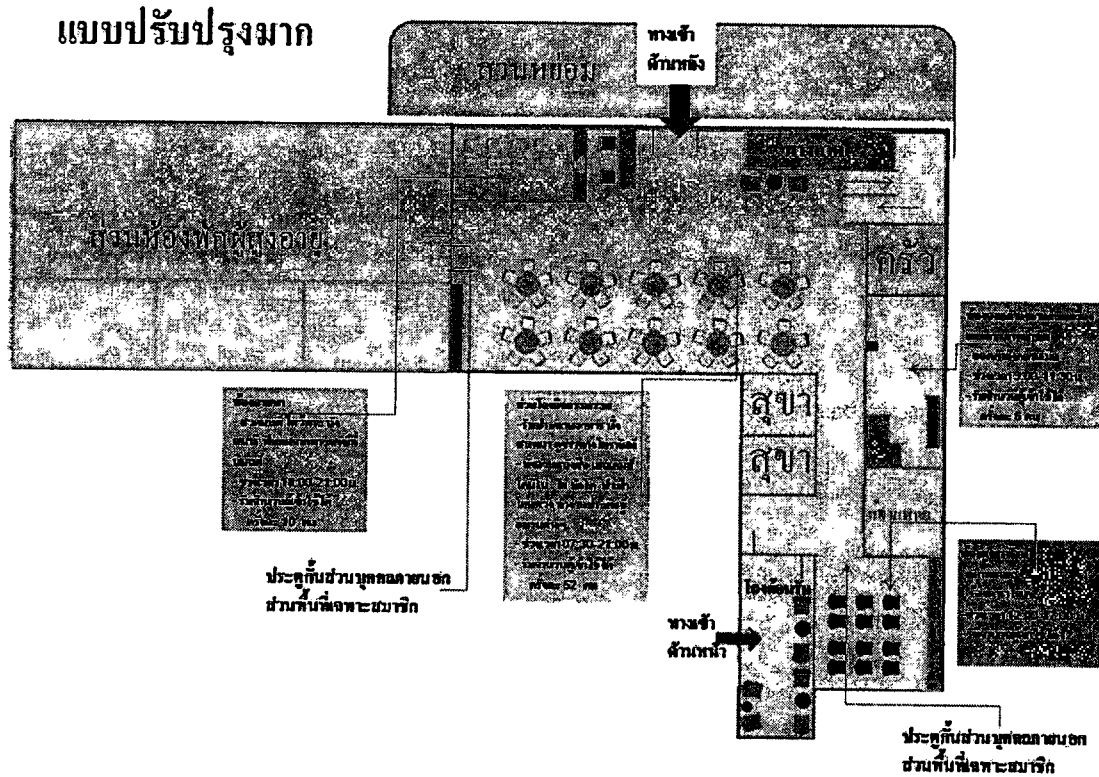
ยังคงใช้ขนาดพื้นที่เดิม เพิ่มประตูกันเพื่อแยกส่วนระหว่างผู้มาติดต่อกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข รับได้จำนวน 9 ท่าน (ภาพที่ 4.64)



ภาพที่ 4.64 ผลการปรับปรุงโถงต้อนรับแบบปรับปรุงน้อย

4.6.3.2 แบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบมาก

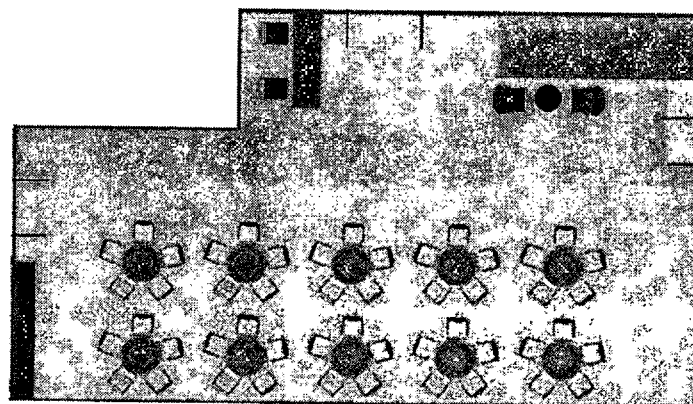
แบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ ได้ทำการปรับปรุงจากแบบเดิมโดยการทบทวนผนังห้องพักผู้สูงอายุออก 2 ห้อง เพื่อขยายส่วนโถงเนกประสงค์ให้กว้างขึ้น ทบส่วนห้องพักเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุทำเป็นห้องทำพิธีทางศาสนา ครั้วและห้องพักเจ้าหน้าที่ย้ายมาอยู่ข้างบันไดแทน กั้นส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอกเล็กลง ปรับปรุงให้เป็นส่วนห้องชมโทรทัศน์ กั้นส่วนทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุออกจากส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอกและส่วนของห้องพักผู้สูงอายุด้วยประตู (ภาพที่ 4.65)



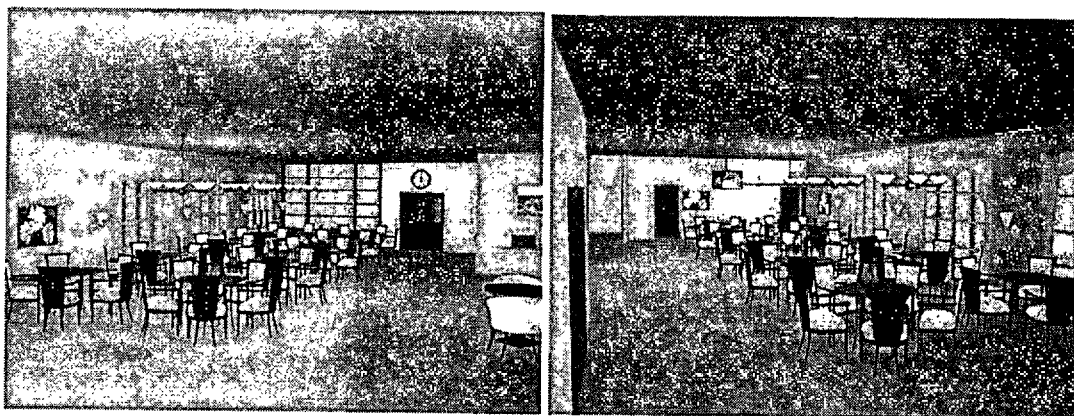
ภาพที่ 4.65 แบบจำลองห้องกิจกรรมส่วนต่างๆภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบบปรับปรุงมาก

โถงกิจกรรมอเนกประสงค์

ปรับปรุง โถงอเนกประสงค์เดิม โดยทบทวนผังห้องพักผู้สูงอายุออก 2 ห้อง เพื่อขยายพื้นที่ให้กว้างรองรับผู้สูงอายุทำกิจกรรมได้ 50 คน (ภาพที่ 4.66)



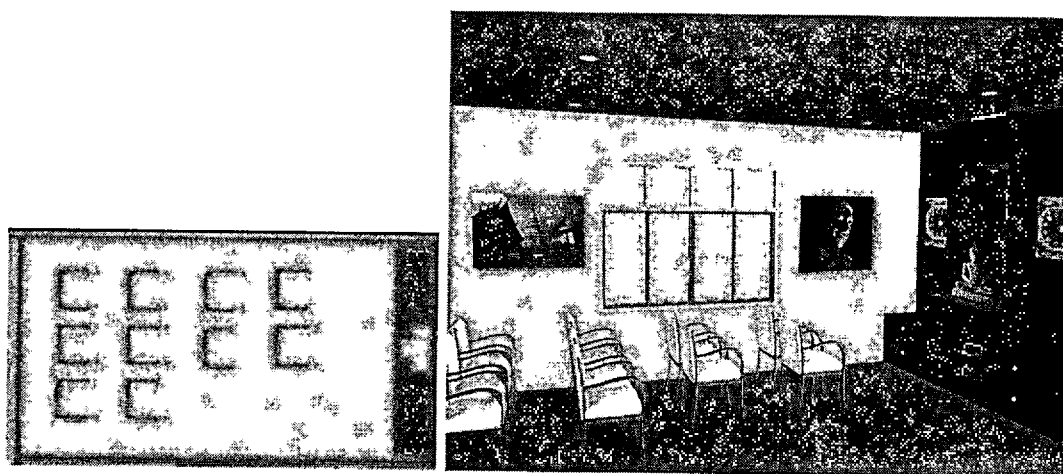
ภาพที่ 4.66 ผลการปรับปรุงโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก



ภาพที่ 4.66 (ต่อ) ผลการปรับปรุงโรงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก

ห้องพระ

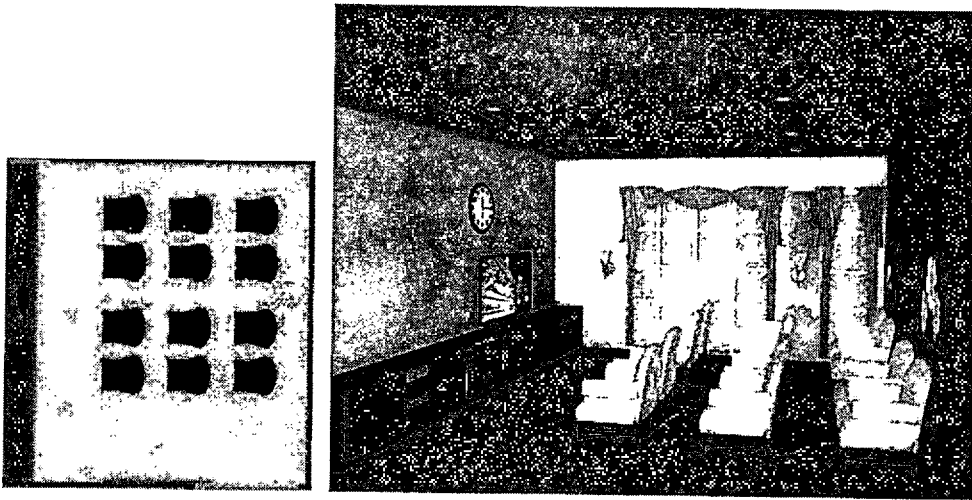
ปรับปรุงเพิ่มเติมจากห้องห้องพักเจ้าหน้าที่ ภายในมีตู้เตี้ยด้านบนจัดวางหิ้งพระ สามารถรับผู้สูงอายุได้จำนวน 12 ท่าน (ภาพที่ 4.67)



ภาพที่ 4.67 ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมทางศาสนาแบบปรับปรุงมาก

ห้องชมโทรทัศน์

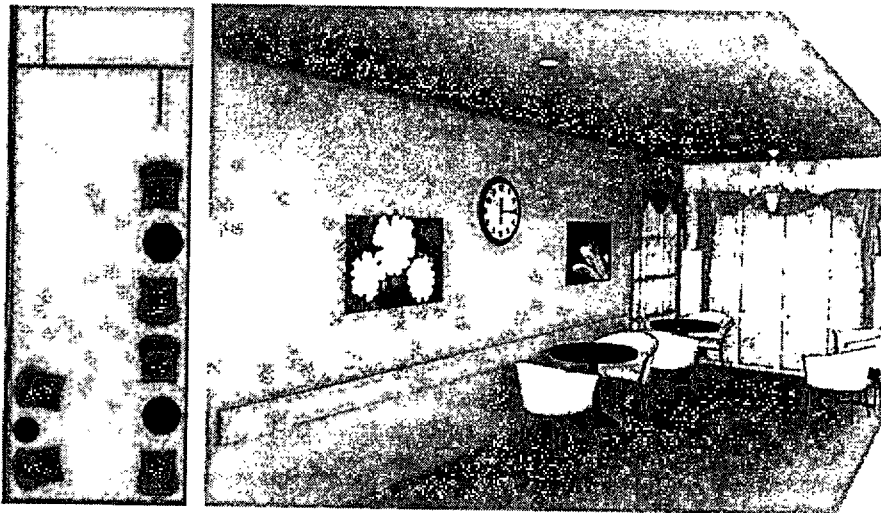
ปรับปรุงบางส่วนจากส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอก ภายในมีตู้เตี้ยสำหรับวางโทรทัศน์ และอุปกรณ์ต่างๆ สามารถรับผู้สูงอายุได้จำนวน 6 ท่าน (ภาพที่ 4.68)



ภาพที่ 4.68 ผลการปรับปรุงห้องดูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก

ห้องรับแขกบุคคลภายนอก

พื้นที่ห้องรับแขกบุคคลภายนอกเล็กลงเนื่องจากแบ่งเป็นส่วนห้องชมโทรทัศน์ เนื่องจากไม่ค่อยได้ใช้งานมากจึงแบ่งส่วนให้เล็กลง รองรับคนได้ 6 คน (ภาพที่ 4.69)



ภาพที่ 4.69 ผลการปรับปรุงโถงต้อนรับแบบปรับปรุงมาก

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่ใช้บริการบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เกี่ยวกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ทั้งหมด 15 ท่าน จากทั้งหมด 21 ท่าน ได้ผลดังนี้

4.6.4 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอูคมสุขเกี่ยวกับการออกแบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอูคมสุข

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอูคมสุขเกี่ยวกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอูคมสุข ทั้งหมด 15 ท่าน ได้ผลดังนี้

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องกิจกรรมผู้สูงอายุแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 13 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 61.5 พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 38.5 พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.41) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงน้อย เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = .692, p = .405$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงมากมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงน้อย

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 13 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 77 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย ผู้สูงอายุร้อยละ 23 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก (ตารางที่ 4.41) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อย เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 3.769, p = .052$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อยมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องทำพิธีทางศาสนา

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมาก ได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 13 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 85 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 15 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.41) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจ

ในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 6.231, p = .013$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงมากเป็นที่นิยมที่สุด

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 13 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 85 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 15 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.41) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 6.231, p = .013$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอก

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 13 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 77 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 23 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.41) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 3.769, p = .052$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกแบบปรับปรุงมากเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกแบบปรับปรุงน้อย

ตารางที่ 4.41 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุคมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการบ้านพัก

ผู้สูงอายุอุคมสุขต้องการ

(n=13)

การตกแต่งที่ผู้สูงอายุต้องการ	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก		Chi-Squared (Sig.)
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	
การจัดแปลนโดยรวม	5	38.5	8	61.5	.692 (.405)
ห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์	10	.77	3	23	3.769 (.052)
ห้องพระ	2	15	11	85	6.231 (.013)

ตารางที่ 4.41 (ต่อ) แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุคมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการบ้านพัก
ผู้สูงอายุอุคมสุขต้องการ (n=13)

การตกแต่งที่ผู้สูงอายุต้องการ	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก		Chi-Squared (Sig.)
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	
ห้องดูโทรทัศน์	2	15	11	85	6.231 (.013)
โถงต้อนรับ	3	23	10	77	3.769 (.052)

ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุคมสุขพึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวม การตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ โถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอก ทั้งแบบปรับปรุงมากและแบบปรับปรุงน้อยมีจำนวนเท่ากัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระ และห้องดูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก (ตารางที่ 4.41) ซึ่งผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุคมสุขได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ชื่นชอบ และสิ่งที่ควรปรับปรุงในการออกแบบไว้ ดังตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.42 แสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขที่ชื่นชอบและสิ่งที่ควรปรับปรุง

การตกแต่ง	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก	
	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง
การจัดแปลนโดยรวม	- ชอบที่กันเป็นห้องแบบเดิม	- ถ้าเปลี่ยนผนังให้โปร่งกว่านี้จะดีกว่า	- มีพื้นที่ใหญ่กว่าเดิม	
ห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์	- ชอบที่มีที่นั่งกินข้าวแยกจากที่นั่งเล่นเกมส์ - ชอบเก้าอี้ที่หมุนรอบได้ - ชอบเครื่องเรือนเดิมที่มี	อยากให้ผนังเป็นกระจกมองด้านนอกได้มากกว่านี้	- ดูกว้างกว่าเดิม - มีที่นั่งทำกิจกรรมเพิ่มขึ้นมากกว่าเดิม	

ตารางที่ 4.42 (ต่อ) แสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุทิศสุขที่ชื่นชอบและ
สิ่งที่ควรปรับปรุง

การตกแต่ง	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก	
	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง
ห้องพระ		-อยากให้มีโปรงมี อากาศถ่ายเท มากกว่านี้	- ตกแต่งสวยงาม น่าใช้	-น่าจะมีที่สำหรับ พระมานั่งเทศนา
ห้องดูโทรทัศน์		- อยากให้มีเก้าอี้ที่นั่ง หลากหลายแบบ กว่านี้	- ห้องใหญ่ดูไม่ อึดอัด - รองรับผู้ใช้งาน ได้มากขึ้น	
โถงต้อนรับ		- อยากให้มีความ เป็นส่วนตัวเวลา พบญาติ	-ขนาดกำลังดี เพราะไม่ค่อยได้ ใช้งานในส่วนนี้	

4.6.5 ความคิดเห็นของผู้สูงอายุจากที่อื่นเกี่ยวกับการออกแบบปรับปรุงห้องกิจกรรมภายใน
บ้านพักอุทิศสุขสัมภรณ์ผู้สูงอายุ

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุเพิ่มเติมจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัย
พยาบาลบรมราชชนนี จำนวน 15 คน เกี่ยวกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุ
อุทิศสุข ที่ศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ทั้งหมด 15 ท่าน
ได้ผลดังนี้

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องกิจกรรมผู้สูงอายุแบบ
ปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน
ผู้สูงอายุร้อยละ 87 พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 13 พึง
พอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.43) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-
Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวม
แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวมแบบปรับปรุงน้อย เท่ากันอย่างมี
นัยสำคัญ ($\chi^2 = 8.067, p = .005$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พึงพอใจในการจัดแปลนโดยรวม
แบบปรับปรุงมาก

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 87 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย ผู้สูงอายุร้อยละ 13 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก (ตารางที่ 4.43) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อย เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 8.067, p = .005$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งห้องพระ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 73 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 27 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.43) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 3.627, p = .071$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงมากเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงน้อย

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งคูโอรทัศน์

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโอรทัศน์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 93 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 7 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.43) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโอรทัศน์แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโอรทัศน์แบบปรับปรุงน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 11.267, p = .001$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโอรทัศน์แบบปรับปรุงมากเป็นที่นิยมที่สุด

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในการตกแต่งโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอก

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15

คน ผู้สูงอายุร้อยละ 53 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงมาก ผู้สูงอายุร้อยละ 47 พึงพอใจในการตกแต่งแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 4.43) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก และพึงพอใจในการตกแต่งห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงน้อย ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = .067, p = .796$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่ง โถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกแบบปรับปรุงมากเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่ง โถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกแบบปรับปรุงน้อย

ตารางที่ 4.43 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแคง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีต้องการ (n=15)

การตกแต่งที่ผู้สูงอายุต้องการ	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก		Chi-Squared (Sig.)
	ความถี่	ร้อยละ	ความถี่	ร้อยละ	
การจัดแปลน โดยรวม	2	13	13	87	8.067 (.005)
ห้องโถงกิจกรรม อเนกประสงค์	2	13	13	87	8.067 (.005)
ห้องพระ	4	27	11	73	3.267 (.071)
ห้องคูโทรทัศน์	1	7	14	93	11.267 (.001)
โถงต้อนรับ	7	47	8	53	.067 (.796)

ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขพึงพอใจในการตกแต่งห้องห้องพระ และโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอก ทั้งแบบปรับปรุงมากและแบบปรับปรุงน้อยเท่ากัน ผู้สูงอายุพึงพอใจในการตกแต่งอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากเท่ากัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่พึงพอใจในการจัดแบบแปลน โดยรวม ห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ และห้องคูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก ซึ่งผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแคงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีที่ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ชื่นชอบ และสิ่งที่ควรปรับปรุงในการออกแบบไว้ ดังตารางที่ 4.44

ตารางที่ 4.44 แสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี้นั้นชอบและสิ่งที่ควรปรับปรุง

การตกแต่ง	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก	
	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง
การจัดแปลนโดยรวม	- ประหยัด ไม่ต้องปรับเปลี่ยนของเดิมมาก		- มีพื้นที่มากดูกว้างขวางกว่าเดิมไม่อึดอัด	
ห้องโถงกิจกรรม อเนกประสงค์	- ชอบที่มีที่นั่งแยกออกเป็น 2 ส่วน สามารถเลือกนั่งทำกิจกรรมได้		- มีพื้นที่มากสามารถปรับเปลี่ยนทำกิจกรรมได้หลากหลาย	- ควรมิโตะ เก้าอี้ให้เลือกนั่งมากกว่านี้
ห้องพระ				- ควรมีพื้นที่รอบรับพระสงฆ์เวลาทำกิจกรรม
ห้องดูโทรทัศน์		- ดูห้องเล็กและแคบ	- กว้างขวางดูไม่อึดอัด - รองรับผู้ใช้งานได้มากขึ้น	
โถงต้อนรับ	- รองรับผู้ใช้งานได้เยอะ			

ความเห็นของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ผลจากการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ เกี่ยวกับห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ทั้งหมด 4 ท่าน โดยผู้สูงอายุชอบห้องกิจกรรมที่โปร่งสามารถมองเห็นภายนอกได้ จากการได้ทำแบบปรับปรุงพื้นที่ห้องกิจกรรมภายในอาคารที่พักบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เจ้าหน้าที่เห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบปรับปรุงมาก โดยให้ความคิดเห็นว่ามีพื้นที่ในการทำกิจกรรมต่างๆ และสามารถปรับเปลี่ยนพื้นที่ในการทำกิจกรรมได้หลากหลายประเภทมากกว่าการปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบปรับปรุงน้อย ซึ่งเจ้าหน้าที่ดูแล

ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสิ่งที่ชื่นชอบ และสิ่งที่ควรปรับปรุง ในการออกแบบไว้ ดังตารางที่ 4.45

ตารางที่ 4.45 แสดงความคิดเห็นของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

การตกแต่ง	แบบปรับปรุงน้อย		แบบปรับปรุงมาก	
	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง
การจัดแปลนโดยรวม	- ประหยัดงบประมาณ		- ดูกว้างกว่าเดิม	
ห้องโถงกิจกรรม อเนกประสงค์	- ชอบที่มีที่เลือก นั่งทำกิจกรรม 2 ส่วน		- มีพื้นที่มากขึ้น - ทำกิจกรรมได้ หลากหลายมากขึ้น	
ห้องพระ	- ชอบที่มีที่นั่ง เทศน์สำหรับพระ สงฆ์		- ตกแต่งสวยงาม	- อยากให้มี หน้าต่างมากกว่านี้
ห้องดูโทรทัศน์		- ดูอึดอัดเวลานั่ง ทำกิจกรรม - รับผู้ใช้งานได้ น้อย	- ดูกว้างขวาง	
โถงต้อนรับ		- ใหญ่ไปไม่ค่อย ได้ใช้งาน	- ชอบที่มี หน้าต่างบาน ใหญ่	

ความคิดเห็นของแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

จากการสัมภาษณ์ เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เกี่ยวกับลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข การตกแต่งภายในห้องกิจกรรมควรตกแต่งแบบเรียบง่าย ผสมผสานแบบไทย ทำความสะอาดได้ง่ายไม่เก็บฝุ่น ห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขคือ ห้องออกกำลังกาย ห้องชมภาพยนตร์ ห้องพระ และห้องนั่งเล่น

จากการทำแบบจำลองห้องกิจกรรม ปรับปรุงภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุอุดมสุข ทั้งหมด 2 แบบ คือแบบปรับปรุงน้อย และแบบปรับปรุงมาก นายแพทย์สมพงษ์มีแนวความคิดที่เห็นด้วยในแบบปรับปรุงน้อย เนื่องจากเหมาะสมกับผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการที่บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เนื่องจากผู้สูงอายุที่เข้ามาใช้บริการส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางด้านสุขภาพและช่วย

ตนเองได้น้อยลงอีกทั้งสังคมของผู้สูงอายุไทยมักชอบเก็บตัวและไม่ชอบเข้าสังคมกับผู้คนแปลกหน้าและที่ตนไม่ชอบ การปรับปรุงห้องพักบางส่วนมาเป็นห้องกิจกรรม นายแพทย์สมพงษ์คิดว่าเหมาะสมกว่า ที่จะปรับปรุงเป็นโถงใหญ่แบบปรับปรุงมาก เพื่อการแยกผู้สูงอายุออกเป็นกลุ่มๆ ในการทำกิจกรรมต่างๆ

จากการสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดตกแต่งห้อง โถงอเนกประสงค์ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขมีความพึงพอใจในแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากเท่ากันเท่ากัน ผู้สูงอายุจากที่อื่นเห็นด้วยกับแบบปรับปรุงมาก การจัดตกแต่งห้องพระผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขเห็นด้วยกับแบบปรับปรุงมาก แต่ผู้สูงอายุจากที่อื่นมีความพึงพอใจในแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากเท่ากันเท่ากัน การจัดตกแต่งห้องดูโทรทัศน์ ที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขและผู้สูงอายุจากที่อื่นเห็นด้วยกับแบบปรับปรุงมาก การจัดตกแต่งส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอกที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขและผู้สูงอายุจากที่อื่นมีความพึงพอใจในแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากเท่ากันเท่ากัน

การจัดแปลน โดยรวม ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขมีความพึงพอใจในแบบปรับปรุงน้อยและแบบปรับปรุงมากเท่ากัน ผู้สูงอายุจากที่อื่นและเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข เห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบปรับปรุงมาก ส่วนแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบปรับปรุงน้อย

4.6.3 ลักษณะเครื่องเรือนและอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขและผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุ दिनแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีได้ผลดังนี้

ลักษณะประตูห้องกิจกรรมที่เหมาะสม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกประตูแต่ละประเภทได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 80 เลือกประตูแบบบานเลื่อน ผู้สูงอายุร้อยละ 20 เลือกประตูแบบบานเปิด (ตารางที่ 4.46) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกประตูแบบบานเลื่อนและแบบบานเปิดไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 5.400, p = .020$) จึงสรุปได้ว่า ประตูแบบบานเลื่อนเป็นที่นิยมที่สุด

ลิฟต์โดยสาร

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับลิฟต์โดยสารได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 87 คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร ผู้สูงอายุร้อยละ 13 คิดว่าจำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร(ตารางที่ 4.46) เมื่อวิเคราะห์ด้วย

วิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสารและคิดว่าจำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสารไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 8.067, p = .005$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าภายในบ้านพักผู้สูงอายุไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร

การใช้เครื่องปั่นจักรยานที่อยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุ

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เคยใช้เครื่องปั่นจักรยานได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 80 ไม่เคยใช้ ผู้สูงอายুর้อยละ 20 เคยใช้ (ตารางที่ 4.46) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เคยใช้เครื่องปั่นจักรยานและไม่เคยใช้เครื่องปั่นจักรยานไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 5.400, p = .020$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่ไม่เคยใช้เครื่องปั่นจักรยานที่จัดไว้ให้

การติดตั้งโทรทัศน์ภายในโถงอเนกประสงค์ที่เหมาะสม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการติดตั้งโทรทัศน์ภายในโถงอเนกประสงค์ที่เหมาะสมได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 14 คน ผู้สูงอายुर้อยละ 57 เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะ ผู้สูงอายुर้อยละ 43 เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนบนเพดาน (ตารางที่ 4.46) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะและแบบแขวนบนเพดาน เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = .286, p = .593$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะเท่ากับ ผู้สูงอายุที่เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนบนเพดาน

การติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัด

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุเกี่ยวกับความพึงพอใจในการติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัดได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 13 คน ผู้สูงอายुर้อยละ 77 คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ ผู้สูงอายुर้อยละ 23 คิดว่าไม่จำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ (ตารางที่ 4.46) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ และคิดว่าไม่จำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 3.769, p = .052$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นที่ติดตั้งกระจกบานใหญ่เท่ากับผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ (ภาพที่ 4.70)



ภาพที่ 4.70 ผลการปรับปรุงห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดแบบไม่มีกระจกเงาและมี
กระจกเงาบานใหญ่

ตารางที่ 4.46 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการบ้านพัก
ผู้สูงอายุอุดมสุขต้องการ

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข	n	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Squared (Sig.)
ลักษณะประตูห้องกิจกรรมที่เหมาะสม				
บานเลื่อน	15	12	80	5.400
บานเปิด		3	20	(.020)
ลิฟต์โดยสาร				
ไม่จำเป็น	15	13	87	8.067
จำเป็น		2	13	(.005)
การใช้เครื่องปั่นจักรยาน				
ไม่เคย	15	12	80	5.400
เคย		3	20	(.020)
การติดตั้งโทรทัศน์ภายในโรงอเนกประสงค์ที่ เหมาะสม				
ตั้งกับ โต๊ะ	14	8	57	.286
แขวนเพดาน		6	43	(.593)
การติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลัง กายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัด				
ไม่จำเป็น	13	3	23	3.769
จำเป็น		10	77	(.052)

นอกจากนี้ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขยังได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับเครื่องเรือนที่ใช้ภายในอาคารดังตารางที่ 4.47

ตารางที่ 4.47 แสดงความเห็นของผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขให้เห็นเกี่ยวกับเครื่องเรือนภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

เครื่องเรือน	ความคิดเห็น	
	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง
เก้าอี้นั่ง	ชอบที่สามารถหมุนได้รอบ	
อุปกรณ์กายภาพบำบัด		อยู่ในสัดของผนังเข้าใช้ลำบาก ไม่กล้าเข้าใช้ เพราะไม่มีใครแนะนำการใช้
โซฟานั่งดูโทรทัศน์		เวลาลูกนั่งลำบาก นิ่มนั่งสบาย
โต๊ะหมู่บูชา		แคบมือไหว้ ไม่ได้สวดไม่มีสมาธิเพราะรอบข้างเสียงดัง

ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุขส่วนใหญ่คิดว่าประตูที่เหมาะสมต่อห้องกิจกรรมควรเป็นบานเลื่อน การใช้ลิฟต์ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมี ผู้สูงอายุภายในบ้านพักไม่เคยใช้เครื่องปั้นจักรยานออกกำลังกาย ผู้สูงอายุเห็นด้วยเท่ากันกับการติดตั้งโทรทัศน์ภายในโรงอเนกประสงค์แบบตั้งกับโต๊ะกับแขวนเพดาน ผู้สูงอายุที่เห็นด้วยกับความจำเป็นและไม่จำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัดนั้นมีจำนวนเท่ากัน

ความคิดเห็นของผู้สูงอายุจากที่อื่น

จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี

ลักษณะประตูห้องกิจกรรมที่เหมาะสม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกประตูแต่ละประเภทได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 87 เลือกประตูแบบบานเลื่อน ผู้สูงอายุร้อยละ 13 เลือกประตูแบบบานเปิด (ตารางที่ 4.48) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of

Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกประตูแบบบานเลื่อนและแบบบานเปิด ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 8.067, p = .005$) จึงสรุปได้ว่า ประตูแบบบานเลื่อนเป็นที่นิยมที่สุด

ลิฟต์โดยสาร

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุที่มีความคิดเห็นเกี่ยวกับลิฟต์โดยสารได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 80 คิดว่าจำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร ผู้สูงอายุร้อยละ 20 คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร (ตารางที่ 4.48) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร และคิดว่าจำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร ไม่เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 5.400, p = .020$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าภายในบ้านพักผู้สูงอายุจำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสาร

การติดตั้งโทรทัศน์ภายในห้องนอนประสงค์ที่เหมาะสม

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุเกี่ยวกับการติดตั้งโทรทัศน์ภายในห้องนอนประสงค์ที่เหมาะสมได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 73 เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะ ผู้สูงอายุร้อยละ 27 เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนบนเพดาน (ตารางที่ 4.48) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่เลือกตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะและแบบแขวนบนเพดาน เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 3.267, p = .071$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะ เท่ากับผู้สูงอายุที่เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนบนเพดาน

การติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัด

จากการวิเคราะห์สัดส่วนของผู้สูงอายุเกี่ยวกับความพึงพอใจในการติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัดได้ผลดังนี้ จากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุทั้งหมด 15 คน ผู้สูงอายุร้อยละ 80 คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ ผู้สูงอายุร้อยละ 20 คิดว่าไม่จำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ (ตารางที่ 4.48) เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Goodness of Fit Test พบว่าสัดส่วนของผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ และคิดว่าไม่จำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ เท่ากันอย่างมีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 5.400, p = .020$) จึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ตารางที่ 4.48 แสดงลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุขที่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีต้องการ (n=15)

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข	ความถี่	ร้อยละ	Chi-Squared (Sig.)
ลักษณะประตูห้องกิจกรรมที่เหมาะสม			
บานเลื่อน	13	87	8.067
บานเปิด	2	13	(.005)
ลิฟต์โดยสาร			
จำเป็น	12	80	5.400
ไม่จำเป็น	3	20	(.020)
การติดตั้งโทรทัศน์ภายในโรงอเนกประสงค์ที่เหมาะสม			
ตั้งกับ โต๊ะ	11	73	3.267
แขวนเพดาน	4	27	(.071)
การติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัด			
จำเป็น	12	80	5.400
ไม่จำเป็น	3	20	(.020)

ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่คิดว่าประตูที่เหมาะสมต่อห้องกิจกรรมควรเป็นบานเลื่อน การใช้ลิฟต์ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องมีให้บริการ ผู้สูงอายุเห็นด้วยเท่ากันกับการติดตั้งโทรทัศน์ภายในโรงอเนกประสงค์แบบตั้งกับ โต๊ะกับแขวนเพดาน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัด

ความคิดเห็นของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ผลจากการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ เกี่ยวกับลักษณะเครื่องเรือนและอุปกรณ์สิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ทั้งหมด 4 ท่าน โดยประตูที่เหมาะสมสำหรับห้องกิจกรรมควรเป็นประตูบานเลื่อน ห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ โต๊ะทำกิจกรรมรวมควรเป็น โต๊ะกลมเพราะรองรับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมได้มากกว่าโต๊ะสี่เหลี่ยม เก้าอี้ที่มีที่วางแขนเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ภายใน

ห้องกิจกรรมเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องคิดเครื่องปรับอากาศ เพราะอากาศภายในอาคารที่พักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุขไม่ร้อนมาก และไม่มีมลพิษ จึงไม่จำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศ โทรทัศน์สำหรับผู้สูงอายุเจ้าหน้าที่ส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการตั้งโทรทัศน์บนโต๊ะเพราะสะดวกในการเคลื่อนย้ายแต่อยากให้มีโต๊ะสำหรับตั้งโทรทัศน์โดยเฉพาะมากกว่าที่ปัจจุบันวางไว้บนเคาน์เตอร์เจ้าหน้าที่ ลิฟต์ภายในอาคารเจ้าหน้าที่ให้ความเห็นว่าไม่จำเป็นเพราะสิ้นเปลืองเกินไปและเป็นการให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย นอกจากนี้เจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักอุดมสุขยังได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับเครื่องเรือนที่ใช้ภายในอาคารดังตารางที่

ตารางที่ 4.49 แสดงความเห็นของเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักอุดมสุขให้ความเห็นเกี่ยวกับเครื่องเรือนภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข


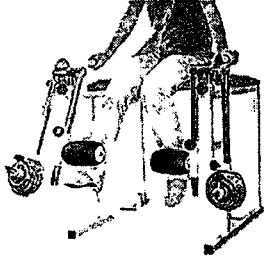


เครื่องเรือน	ความคิดเห็น	
	สิ่งที่ชอบ	สิ่งที่ควรปรับปรุง
เก้าอี้นั่ง	ผู้สูงอายุชอบเก้าอี้ที่สามารถหมุนได้รอบ	
อุปกรณ์กายภาพบำบัด		ไม่ได้รับความนิยมนอกจากเจ้าหน้าที่มีเวลาก็จะพาผู้สูงอายุบางท่านเล่น
โซฟานั่งดูโทรทัศน์		ต้องคอยพยุงผู้สูงอายุนั่งและลุกขึ้น เวลาชมโทรทัศน์ต้องตะแคงดูบางท่านอาจจะเมื่อย
โต๊ะหมู่บูชา		ไม่ได้รับความนิยมน ไม่มีที่นั่งทำกิจกรรมส่วนนี้โดยเฉพาะ

ความคิดเห็นของแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

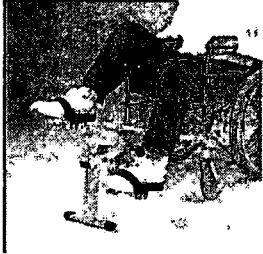
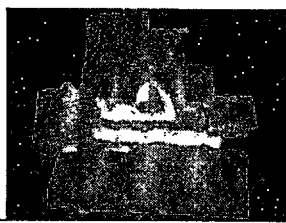
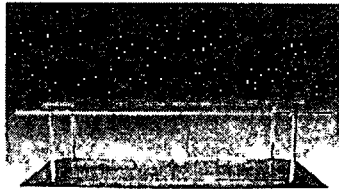

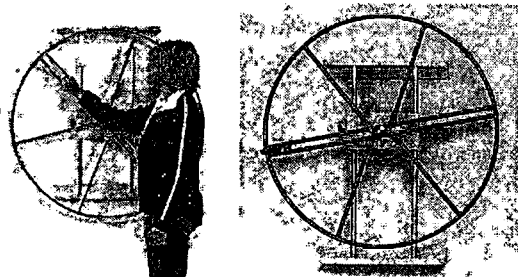
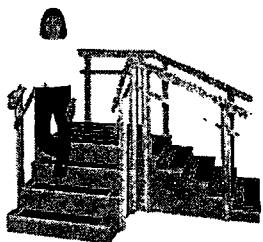
จากการสัมภาษณ์ เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข นายแพทย์สมพงษ์คิดว่ารูปแบบโต๊ะทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่เหมาะสม คือ ผู้สูงอายุต้องการ โต๊ะกลมเหมาะสมในการทำกิจกรรมกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุเพราะสามารถรับคนได้เยอะ เก้าอี้ที่มีที่วางแขนเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่นั่งสำหรับผู้สูงอายุควรเป็นแบบที่สามารถปรับเปลี่ยนอิริยาบถเป็นแบบนั่งหรือนอนได้ ประตูที่เหมาะสมสำหรับห้องกิจกรรมคือประตูบานเลื่อน ซึ่งไม่เปลืองที่ในการใช้งาน ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์ภายในเนื่องจากการสิ้นเปลืองพลังงาน และมีทางลาดอยู่แล้ว ผู้สูงอายุจะได้ออกกำลังกายกล้ามเนื้อของผู้สูงอายุ เพื่อความสบายและรองรับการพักผ่อนของผู้สูงอายุได้อย่างเต็มที่ เรื่องของการติดตั้งจอโทรทัศน์นั้น นายแพทย์สมพงษ์เห็นว่าการตั้ง

โทรทัศน์กับโต๊ะวางโทรทัศน์เหมาะสมกว่าการแขวนไว้กับเพดาน เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่ กล้ามเนื้อและกระดูกต้นคอเสื่อม การเงยหน้ามองโทรทัศน์อาจทำให้เกิดการอักเสบของกล้ามเนื้อ และกระดูกที่ต้นคอได้ และการวางไว้กับโต๊ะวางโทรทัศน์สามารถเคลื่อนย้ายไปยังยั้งที่ต่างได้ สะดวก ส่วนในเรื่องการติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายในห้องกิจกรรม นายแพทย์สมพงษ์เห็นว่าไม่ จำเป็น เนื่องจากสถานที่ตั้งของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ไม่ได้อยู่ในชุมชนแออัดหรือแหล่งก่อ มลพิษ และการติดตั้งเครื่องปรับอากาศในทำให้อากาศไม่มีการหมุนเวียน ก่อให้เกิดแหล่ง เพาะเชื้อโรคและทำให้ผู้สูงอายุติดเชื้อได้ง่าย การติดตั้งกระจกเงาบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกาย คุณหมอให้ความเห็นว่าไม่จำเป็นต้องมีก็ได้ อาจทำให้เกิดอุบัติเหตุต่อผู้สูงอายุที่มีปัญหา ทางด้านสายตา อุปกรณ์ออกกำลังกายนายแพทย์สมพงษ์ได้เลือกอุปกรณ์ที่เหมาะสมสำหรับผู้ สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขดังในตารางรูปที่ 4.1

ตารางภาพที่ 4.1 แสดงเครื่องออกกำลังกายที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่า เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

อุปกรณ์ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดที่สมควรมี	
<p>รอกคู่เหนือศีรษะ สำหรับบริหารไหล่และแขน</p> <p>Overhead Pulley</p> 	<p>โต๊ะบริหารขาและเข่า Knee Exercise Unit (N-K Table)</p> 
<p>โต๊ะสำหรับบริหารมือ ข้อมือ และแขน</p> <p>Hand , Wrist and Forearm Table</p> 	<p>เครื่องบริหารข้อมือแบบหมุน Rotary Wrist Machine</p> 

ตารางภาพที่ 4.1 (ต่อ) แสดงเครื่องออกกำลังกายที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่า
เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

อุปกรณ์ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดที่สมควรมี	
<p>เครื่องบริหารขาแบบจักรยาน Restorator</p> 	<p>เม็ดเหล็กในถุงหนัง ขนาดต่างๆ สำหรับข้อมือ ข้อเท้า</p> <p>Muscle Matic Weights</p> 
<p>บาร์คู่ขนานสำหรับฝึกเดิน ปรับส่วนสูงได้</p> <p>Walking Parallel Bar, Height Adjustable</p> 	
อุปกรณ์ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดที่มีหรือไม่มีก็ได้	
<p>บาร์แบบติดผนัง สำหรับบริหารร่างกาย</p> <p>Stall Bars</p> 	<p>วงล้อบริหารไหล่และแขน Shoulder Wheel</p> 
<p>บันไดเข้มุมสำหรับฝึกก้าวขึ้นลง Corner Style Staircase</p> 	

ที่มา : เครื่องมือและอุปกรณ์กายภาพบำบัด บริษัทเอสวี

นอกจากนี้แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขยังได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องเรือนที่ใช้ภายในอาคารดังตารางที่ 4.50

ตารางที่ 4.50 แสดงความเห็นของแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขให้เห็นเกี่ยวกับเรื่องเรือนภายในอาคารบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

เครื่องมือ	ความคิดเห็น
เก้าอี้นั่ง	อยากเปลี่ยนเป็นแบบไม่สามารถหมุนได้ อาจทำให้เกิดอันตราย
อุปกรณ์กายภาพบำบัด	อยากได้เพิ่มเติมเพื่อช่วยฟื้นฟูร่างกายผู้สูงอายุ และมีให้ผู้สูงอายุได้เลือกทำอย่างหลากหลาย
โซฟานั่งดูโทรทัศน์	อยากเพิ่มให้มีหลากหลายรูปแบบเพื่อให้ผู้สูงอายุได้เปลี่ยนอิริยาบถ
โต๊ะหมู่บูชา	ถ้าจัดเป็นห้องแยกก็จะดีกว่า

ผู้สูงอายุภายในบ้านพักไม่เคยใช้เครื่องปั่นจักรยานออกกำลังกาย ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักอุดมสุข ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงส่วนใหญ่คิดว่าประตูที่เหมาะสมต่อห้องกิจกรรมควรเป็นบานเลื่อนซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของเจ้าหน้าที่และแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข การใช้ลิฟต์ผู้สูงอายุภายในบ้านพัก เจ้าหน้าที่และแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุคิดว่าไม่จำเป็นต้องมี ซึ่งแตกต่างจากความเห็นผู้สูงอายุจากที่อื่นที่คิดว่าลิฟต์เป็นสิ่งจำเป็นต้องควรมี เจ้าหน้าที่แลแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นด้วยกับการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งกับ โต๊ะกับแขวนเพดาน แต่ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขและจากที่อื่นชอบกับการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งกับ โต๊ะและแขวนเพดานทั้ง 2 แบบ ผู้สูงอายุที่เห็นด้วยกับความจำเป็นและไม่จำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและทำกายภาพบำบัดนั้นมีจำนวนเท่ากัน เจ้าหน้าที่มีความคิดเห็นว่าจำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ ซึ่งแตกต่างจากความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่อื่นและแพทย์เจ้าของบ้านพักอุดมสุขที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมี

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

บทนี้นำเสนอสาระสำคัญของการวิจัย สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะในการนำผลไปใช้ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

5.1 สรุปผลการวิจัย

การวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาลักษณะห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์คือ 1. เพื่อศึกษารูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ 2. เพื่อศึกษาลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ และแพทย์ต้องการ 3. เพื่อหาแนวทางในการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี 4. เพื่อเสนอแนะแนวทางรูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทย

การวิจัยมุ่งเน้นความต้องการของผู้สูงอายุที่มีต่อห้องกิจกรรมภายในบ้านสำหรับผู้สูงอายุ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพโดยใช้วิธีการ สัมภาษณ์ สัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูลนำมาประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยมีกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูล คือ 1. ห้องกิจกรรมของต่างประเทศ จำนวน 5 แห่ง และห้องกิจกรรมในประเทศไทย จำนวน 5 แห่ง 2. แพทย์นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพที่ดูแลผู้สูงอายุ ที่ดูแลภายในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ จำนวน 5 คน 3. ผู้สูงอายุ อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อยู่ภายในบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี อาคารที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคินิวาส บางปู สมุทรปราการ ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล บรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ รวมทั้งหมด จำนวน 183 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลประกอบด้วยเครื่องมือ 9 ชนิดคือ 1. แบบสังเกตห้องกิจกรรมภายในอาคาร เพื่อใช้ในการบันทึกสิ่งที่พบหรือมีอยู่ภายในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย 2. แบบสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ 3. แบบสอบถามผู้สูงอายุ 4. แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกผู้สูงอายุ 5. แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกพยาบาลและเจ้าหน้าที่ 6. แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข 7. แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเชิงลึกผู้สูงอายุ 8. หุ่นจำลอง 9. แผ่นภาพ

วิธีการเก็บข้อมูลเริ่มจาก 1. การเก็บรวบรวมข้อมูล ศึกษาห้องกิจกรรมกรณีตัวอย่างในต่างประเทศ จำนวน 5 แห่ง 2. การสังเกตห้องกิจกรรมภายในประเทศไทย จำนวน 5 แห่ง 3. การสัมภาษณ์แพทย์นักกายภาพและพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุ 4. การสัมภาษณ์ผู้สูงอายุจากอาคาร

ที่พักอาศัยผู้สูงอายุสวางคนิवास บางปู สมุทรปราการ ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง ศูนย์ผู้สูงอายุ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ และศูนย์สามวัย สานสายใยรักแห่งครอบครัว บางเสาธง สมุทรปราการ 5. การสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่ใช้บริการภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข 6. การสัมภาษณ์เคียวเชิงลึกแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข 7. การสัมภาษณ์เคียวเชิงลึกเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขทั้ง 4 คน

5.1.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

จากการแจกแบบสอบถามผู้สูงอายุทั้ง 6 แห่ง ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดง (60%) ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (84%) ส่วนใหญ่ได้ทำกิจกรรม (92%) มีอายุระหว่าง 65-69 ปี (34%) อายุเฉลี่ยอยู่ที่ 70 ปี เข้าใช้บริการห้องกิจกรรมมานานประมาณ 4 ปี หนึ่งในสามมีสถานภาพสมรส (37%) หนึ่งในสามคู่สมรสเสียชีวิต (33%) ผู้สูงอายุเกินครึ่งมีโรคประจำตัวคือความดันโลหิตสูง (53%) รองลงมาคือข้อเสื่อม (44%) และโรคเกี่ยวกับดวงตา (43%) ส่วนใหญ่ยังเดินได้ด้วยตนเองรวมทั้งที่ใช้เครื่องช่วยเดิน (93%) สามารถหุงหาอาหารได้ (86%) ทำงานบ้านเอง (84%) แลกเปลี่ยนเงินทอง (95%) และสามารถใช้บริการขนส่งสาธารณะด้วยตนเอง (82%)

5.1.2 ลักษณะกิจกรรม

ลักษณะกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยและในต่างประเทศมีความเหมือนกัน โดยกิจกรรมที่ผู้สูงอายุไทยสนใจเข้าร่วมในส่วนกิจกรรมด้านสมาคมนันทนาการ คือ กิจกรรมร่วมตามเทศกาล (74%) ร่วมงานสังสรรค์ (66%) สนทนาวงซอกกาแฟ (50%) ในส่วนกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม คือ กิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิ (68%) กิจกรรมเข้าร่วมอบรมต่างๆ (57%) อ่านหนังสือ (55%) ส่วนกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ คือ กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่อง (42%) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจน้อยที่สุด เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมส่วนใหญ่ต้องการออกกำลังกาย แพทย์นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพด้านผู้สูงอายุได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุว่าควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูทางด้านร่างกาย สมอง และด้านจิตใจเป็นหลัก และควรเน้นกิจกรรมที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองสำหรับผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขอยากให้มีในส่วนกิจกรรมด้านสมาคม นันทนาการคือ กิจกรรมชมภาพยนตร์ (80%) สนทนาวงซอกกาแฟ (73%) ส่วนกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม คือ กิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิ (80%) ส่วนกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัย และโภชนาการ คือ กิจกรรมทำกายภาพบำบัด (27%) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจน้อยที่สุด เหตุผลที่อยากใช้ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุคือต้องการพบเพื่อน (47%) วางโครงการหากิจกรรมทำ (47%) ส่วนใหญ่ไม่เคยได้รับอุบัติเหตุจากกิจกรรม (87%) ถ้ามีห้องกิจกรรม

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการจะเข้าใช้บริการ (87%) เจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุ อุดมสุข ได้ให้ความเห็นว่ากิจกรรมที่ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขทำเป็นประจำทุกวันคือ ดูโทรทัศน์ ออกกำลังกายกายภาพบำบัด และนั่งรถเข็นชมสวนรอบอาคารที่พัก แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่ากิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูด้านสมองและกล้ามเนื้อร่างกาย กิจกรรมที่เหมาะสมด้านสมาคมนันทนาการคือ ชมรายการโทรทัศน์และภาพยนตร์ การนวดบำบัดนวดไทย การร่วมงานสังสรรค์ สนทนาทางชากาแฟ และร่วมงานเทศกาลต่างๆ กิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม คือกิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิ กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการคือ กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่อง และการทำกายภาพบำบัด

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมเพื่อออกกำลังกาย (70%) ผู้สูงอายุที่ได้ทำกิจกรรมที่ชื่นชอบตั้งแต่ก่อนจนถึงปัจจุบันก็ยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่ (83%) ส่วนใหญ่ไม่เคยประสบอุบัติเหตุจากกิจกรรม (93%)

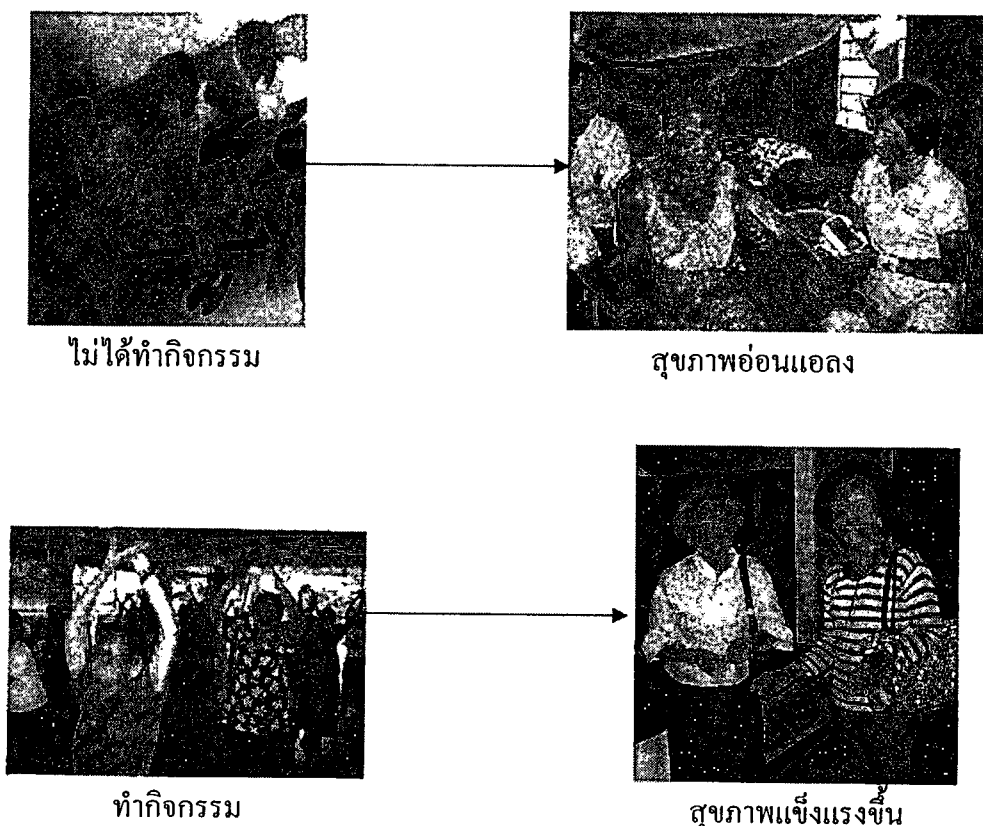
ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบกิจกรรมประเภทที่ใช้พลังงานหนัก (63%) จากการวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Test of Independence พบว่า เพศของผู้สูงอายุไม่สัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ($\chi^2 = 3.216, p = .200$) จึงสรุปได้ว่าเพศของผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ ผู้สูงอายุเพศหญิงชื่นชอบกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากได้เหมือนกับผู้สูงอายุเพศชาย และผู้สูงอายุเพศชายชื่นชอบกิจกรรมที่ใช้พลังงานน้อยได้เหมือนกับผู้สูงอายุเพศหญิง (ภาพที่ 5.1)



ภาพที่ 5.1 แสดงกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากผู้สูงอายุสามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่รู้สึกว่าร่ากายแข็งแรงขึ้นหลังจากได้เข้าใช้ห้องกิจกรรม (64%) จากการวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Square Test of Independence พบว่า การทำกิจกรรมของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ ($\chi^2 = 13.037, p = .001$) จึงสรุปได้ว่าผู้สูงอายุ

ส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมทำกิจกรรมมีความรู้สึกว่าคุณภาพที่แข็งแรงขึ้น ผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพที่อ่อนแอลง (ภาพที่ 5.2)



ภาพที่ 5.2 แสดงผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพอ่อนแอลงและผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพแข็งแรงขึ้น

5.1.3 ลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

5.1.3.1 ที่ตั้งห้องกิจกรรม

ที่ตั้งห้องกิจกรรมในต่างประเทศ ที่อยู่แถบชานเมืองมีพื้นที่มาก ห้องกิจกรรมเป็นอาคารชั้นเดียวอยู่ตรงกลางล้อมรอบด้วยห้องพักผู้สูงอายุ ด้านหลังของห้องกิจกรรมติดกับสวนหย่อมและลานทำกิจกรรมภายนอก ส่วนศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตเมืองมีพื้นที่จำกัดเป็นตึกสูงห้องกิจกรรมส่วนใหญ่อยู่ชั้นที่สองของตึก ด้านบนเป็นที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ การเข้าใช้บริการจึงต้องใช้ลิฟต์เป็นหลัก ส่วนในประเทศไทย ส่วนใหญ่ตั้งอยู่บนถนนสายรอง ห่างจากถนนหลัก ห้องกิจกรรมตั้งอยู่ในส่วนชั้นล่างของตึก มีการดัดแปลงอาคารเก่ามาใช้เป็นห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ และมีทั้งเป็นอาคารที่สร้างขึ้นใหม่เพื่อรองรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ ส่วนบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเป็นอาคาร 2 ชั้น ด้านหน้าติดกับถนนใหญ่ ส่วนด้านข้างทั้งสองและด้านหลังติดกับสวนผลไม้ โดยแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพที่ดูแลผู้สูงอายุได้ให้ความเห็นว่าที่ตั้งควร

ไกลจากถนนใหญ่เพื่อหลีกเลี่ยงเสียงและมลพิษรบกวน ยิ่งใกล้กับสถานรับเลี้ยงเด็กยิ่งเหมาะสม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีกิจกรรมร่วมกับเด็ก

5.1.3.2 ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ห้องกิจกรรมในต่างประเทศได้แบ่งกิจกรรมแต่ละประเภทเอาไว้เป็นห้องต่างๆ ส่วนในประเทศไทยมักใช้พื้นที่เดียวทำกิจกรรมที่หลากหลาย ห้องกิจกรรมหลักส่วนใหญ่ที่มีคือ ห้องโถงอเนกประสงค์ ห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัด ผู้สูงอายุที่ต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตลอดเวลาทำกิจกรรมและที่ไม่ต้องการให้คนภายนอกเห็นเวลาตนทำกิจกรรมมีจำนวนเท่ากัน เมื่อวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Square Test of Independence พบว่า ความไม่ต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรมไม่สัมพันธ์กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ จึงสรุปได้ว่าพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบไม่เกี่ยวข้องกับความต้องการให้คนภายนอกเห็นการทำกิจกรรม

ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบ่งออกเป็นหลายห้องคล้ายกับโรงพยาบาล ด้านหลังเป็นโถงอเนกประสงค์ใช้ทำกิจกรรมต่างๆ อาทิ รับประทานข้าว ดูโทรทัศน์ ออกกำลังกาย นั่งเล่น รอพบญาติ สวดมนต์ไหว้พระ มีทางออกด้านหลังติดกับสวนหย่อม โดยความเห็นของแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุ ลักษณะห้องกิจกรรมขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ทำด้วย อาทิ กิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิควรเป็นห้องกิจกรรมแบบปิด บรรยากาศเงียบสงบ ส่วนกิจกรรมที่ให้ความสนุกสนานอาจเป็นห้องกิจกรรมแบบลักษณะเปิด เน้นสีส้ม

ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุดมสุข ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขพึงพอใจในการจัดแปลน โดยรวมแบบปรับปรุงมากมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการจัดแปลน โดยรวมแบบปรับปรุงน้อย แต่ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่พึงพอใจในการจัดแปลน โดยรวมแบบปรับปรุงมาก(87%) ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขพึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงน้อยมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก แต่ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่พึงพอใจในการตกแต่งห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์แบบปรับปรุงมาก (87%) ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระ(85%) แต่ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงมากเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งห้องพระแบบปรับปรุงน้อย ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่พึงพอใจในการตกแต่งห้องดูโทรทัศน์แบบปรับปรุงมาก (85%) ซึ่งเหมือนกับผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงและศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี (93%) ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขและ

ตกแต่งโครงสร้างรับน้ำหนักภายนอกแบบปรับปรุงมากเท่ากับผู้สูงอายุที่พึงพอใจในการตกแต่งโครงสร้างรับน้ำหนักภายนอกแบบปรับปรุงน้อย เจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแบบปรับปรุงมาก ซึ่งแตกต่างจากแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขซึ่งพึงพอใจกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบปรับปรุงน้อย (ตารางที่ 5.1 – 5.5)

ตารางที่ 5.1 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดผังโดยรวมของห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุคมสุข

ความเห็น แบบปรับปรุง	ผู้สูงอายุอุคมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุคมสุข	แพทย์เจ้าของ อุคมสุข	ผู้สูงอายุคืนแดง บรมราชชนนี
ปรับปรุงมาก	✓		✓	
ปรับปรุงน้อย	✓	✓		✓

ตารางที่ 5.2 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดโครงสร้างของห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุคมสุข

ความเห็น แบบปรับปรุง	ผู้สูงอายุอุคมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุคมสุข	แพทย์เจ้าของ อุคมสุข	ผู้สูงอายุคืนแดง บรมราชชนนี
ปรับปรุงมาก	✓		✓	
ปรับปรุงน้อย	✓	✓		✓

ตารางที่ 5.3 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดห้องพิธีทางศาสนาของห้องกิจกรรมภายในบ้านพักอุคมสุข

ความเห็น แบบปรับปรุง	ผู้สูงอายุอุคมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุคมสุข	แพทย์เจ้าของ อุคมสุข	ผู้สูงอายุคืนแดง บรมราชชนนี
ปรับปรุงมาก			✓	✓
ปรับปรุงน้อย	✓	✓		✓

ตารางที่ 5.4 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดห้องชมภาพยนตร์ของห้องกิจกรรมภายในบ้านพัก
อุดมสุข

ความเห็น แบบปรับปรุง	ผู้สูงอายุอุดมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุดมสุข	แพทย์เจ้าของ อุดมสุข	ผู้สูงอายุคืนแดง บรมราชชนนี
ปรับปรุงมาก			✓	
ปรับปรุงน้อย	✓	✓		✓

ตารางที่ 5.5 ความเห็นเกี่ยวกับการจัดส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอกของห้องกิจกรรม
ภายในบ้านพักอุดมสุข

ความเห็น แบบปรับปรุง	ผู้สูงอายุอุดมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุดมสุข	แพทย์เจ้าของ อุดมสุข	ผู้สูงอายุคืนแดง บรมราชชนนี
ปรับปรุงมาก	✓		✓	✓
ปรับปรุงน้อย	✓	✓		✓

5.1.4 ลักษณะการตกแต่งภายใน

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบการตกแต่งแบบเรียบง่าย (38%) รองลงมาคือผสมผสานแบบไทย (32%)

5.1.4.1 พื้น

ในต่างประเทศส่วนใหญ่ใช้พรมและกระเบื้อง ซึ่งในประเทศไทยส่วนใหญ่เป็นกระเบื้องเซรามิกผิวหยาบและกระเบื้องยาง ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขใช้วัสดุพื้นกระเบื้องเซรามิกผิวหยาบ ความเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุควรใช้วัสดุที่ยืดหยุ่นป้องกันการลื่น ทำความสะอาดง่าย

5.1.4.2 ผนัง

ในต่างประเทศส่วนใหญ่เป็นผนังก่ออิฐฉาบปูน มีช่องหน้าต่างรับแสงเหมือนในประเทศไทยและที่บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แต่ที่ศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดงนั้นเปิดโล่งไม่มีผนัง โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการผนังที่โปร่งสามารถมองเห็นภายนอกได้ (97%) ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อผนังควรให้แสงภายนอกลอดผ่านเข้ามาได้เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับรู้เวลาจากธรรมชาติ

5.1.4.3 เพดาน

เพดานส่วนใหญ่ทั้งต่างประเทศ ในประเทศและบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขใช้วัสดุยิปซัม ฉาบเรียบทำสี แต่ในประเทศไทยศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีเป็นปูนเปลือยทำสี ส่วนในต่างประเทศ ที่ Beijing Social Welfare Institution ตกแต่งโดยใช้ไม้ไผ่มาเป็น ส่วนประกอบ

5.1.4.4 โทนสี

โทนสีที่ใช้ส่วนใหญ่ทั้งต่างประเทศ ในประเทศและบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเป็นสีโทน สว่าง แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุคิดว่าควรเล่นสีผนังเพื่อ สร้างบรรยากาศ ใช้สีที่แตกต่างกันเพื่อการแยกแยะที่ถูกต้อง

5.1.4.5 ระบบแสง

ระบบแสงที่ใช้ส่วนใหญ่ทั้งต่างประเทศและในประเทศไทยคือ ความถี่ไลท์ หลอดฟลูออ เรสเซนซ์ และ โคมไฟ ซึ่งใช้เหมือนกับบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แพทย์ นักกายภาพบำบัด และ พยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุคิดว่าควรมีหน้าต่างรับแสงสว่างจากภายนอกเพื่อการรับรู้เวลา จากธรรมชาติ และช่วยประหยัดพลังงาน

5.1.4.6 ระบบปรับอากาศ

ระบบปรับอากาศในประเทศไทยมีระบบปรับอากาศแบบทำความเย็นและพัดลมใน ต่างประเทศมีระบบทำความเย็นเหมือนในประเทศไทยแตกต่างกันที่ต่างประเทศมีเครื่องทำความ ร้อนด้วย โดยภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขใช้พัดลมในการระบายอากาศภายใน ผู้สูงอายุส่วน ใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีเครื่องปรับอากาศ (63%) ส่วนการติดตั้งเครื่องปรับอากาศไม่เกี่ยวข้อง กับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพ ด้านดูแลผู้สูงอายุคิดว่าควรมีอากาศถ่ายเทสะดวกหรือมีระบบฆ่าเชื้อโรค

5.1.4.7 เครื่องเรือน

ส่วนใหญ่เครื่องเรือนที่พบสามารถเคลื่อนย้ายปรับเปลี่ยนตามการใช้งานได้ ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์บนเก้าอี้ (86%) โต๊ะทำกิจกรรมแบบวงกลม (60%) เก้าอี้แบบมีที่วางแขน (86%) ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของแพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ภายใน บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ผู้สูงอายุครึ่งหนึ่งเลือกชั้นวางหนังสือแบบติดผนัง (49%) ผู้สูงอายุหนึ่ง ในสามเลือกตู้หนังสือแบบสำเร็จมีบานปิด (33%) แพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพ ด้านดูแลผู้สูงอายุคิดว่าเครื่องเรือนที่ใช้ควรจัดให้เป็นระเบียบ ไม่มีเหลี่ยมมีคมเพื่อป้องกัน อุบัติเหตุ

5.1.4.7.1 เครื่องเรือนและอุปกรณ์ในส่วนออกกำลังกาย

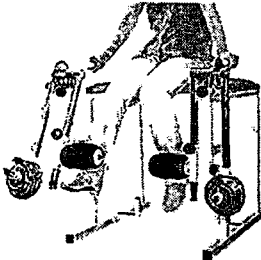
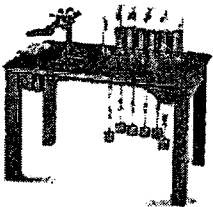
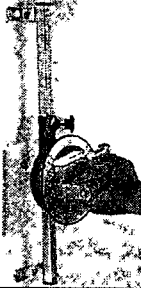


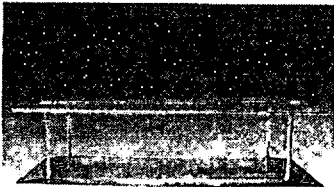
ทั้งในต่างประเทศและในประเทศไทย เน้นอุปกรณ์ออกกำลังกายส่วนใหญ่ที่ช่วยฟื้นฟูด้านกล้ามเนื้อ โดยมีทั้งเครื่องออกกำลังกายธรรมดาและแบบทำกายภาพบำบัดเหมือนกัน ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง ความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อเครื่องเรือนภายในห้องกิจกรรมควรเน้นเครื่องที่ช่วยฟื้นฟูสภาพกล้ามเนื้อ และต้องอยู่ในการดูแลของนักกายภาพหรือผู้เชี่ยวชาญ ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขที่คิดว่าไม่จำเป็นที่ต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่เท่ากับผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ โดยแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขคิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ แต่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกาย ในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข (80%) ซึ่งคิดเหมือนกับเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข (ตารางที่ 5.6)

ตารางที่ 5.6 ความเห็นเกี่ยวกับการติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในออกกำลังกายภายในบ้านพักอุดมสุข


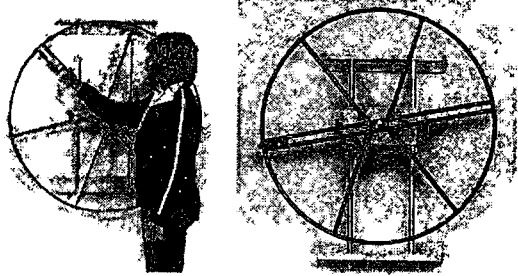
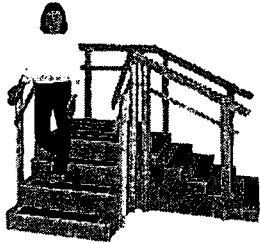
ความเห็น กระจกเงา	ผู้สูงอายุอุดมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุดมสุข	แพทย์เจ้าของ อุดมสุข	ผู้สูงอายุคินแดง บรมราชชนนี
ไม่ต้องมี	✓		✓	✓
ต้องมี	✓	✓		✓

ผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่ไม่เคยใช้เครื่องปั่นจักรยานที่จัดไว้ให้ (80%) เครื่องออกกำลังและเครื่องทำกายภาพบำบัดที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขคิดว่าจำเป็นและเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ดังตารางที่ 5.7

ตารางที่ 5.7 แสดงเครื่องออกกำลังกายที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่าเหมาะสมกับ
ผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

อุปกรณ์ออกกำลังกายและท่ากายภาพบำบัดที่สมควรมี	
<p>รอกคู่เหนือศีรษะ สำหรับบริหารไหล่และแขน</p> <p>Overhead Pulley</p> 	<p>โต๊ะบริหารขาและเข่า Knee Exercise Unit (N-K Table)</p> 
<p>โต๊ะสำหรับบริหารมือ ข้อมือ และแขน</p> <p>Hand , Wrist and Forearm Table</p> 	<p>เครื่องบริหารข้อมือแบบหมุน Rotary Wrist Machine</p> 
<p>เครื่องบริหารขาแบบจักรยาน Restorator</p> 	<p>เม็ดเหล็กในถุงหนัง ขนาดต่างๆ สำหรับข้อมือ ข้อเท้า</p> <p>Muscle Matic Weights</p> 
<p>บาร์คู่ขนานสำหรับฝึกเดิน ปรับส่วนสูงได้</p> <p>Walking Parallel Bar, Height Adjustable</p> 	

ตารางที่ 5.7 (ต่อ) แสดงเครื่องออกกำลังกายที่แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่า
เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

อุปกรณ์ออกกำลังกายและท่ากายภาพบำบัดที่มีหรือไม่มีก็ได้	
<p>บาร์แบบติดผนัง สำหรับบริหารร่างกาย</p> <p>Stall Bars</p> 	<p>วงล้อบริหารไหล่และแขน Shoulder Wheel</p> 
<p>บันไดเข้มนุ่มสำหรับฝึกก้าวขึ้นลง Corner Style Staircase</p> 	

5.1.4.7.2 เครื่องเรือนและอุปกรณ์ในส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์

ทั้งต่างประเทศและในประเทศไทยส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์ มีเครื่องเรือนที่สามารถเคลื่อนย้ายได้ เพื่อรองรับกิจกรรมได้หลากหลาย ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขและผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ต้องการที่เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่เลือกการติดตั้งโทรทัศน์แบบแขวนบนเพดาน โดยแพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการตั้งโทรทัศน์บนโต๊ะ (ตารางที่ 5.8)

ตารางที่ 5.8 ความเห็นเกี่ยวกับการติดตั้งโทรทัศน์ภายในบ้านพักอุดมสุข

ความเห็น แบบปรับปรุง	ผู้สูงอายุอุดมสุข	เจ้าหน้าที่ภายใน อุดมสุข	แพทย์เจ้าของ อุดมสุข	ผู้สูงอายุคืนแดง บรมราชชนนี
แบบแขวน เพดาน	✓			✓
แบบตั้งโต๊ะ	✓	✓	✓	

5.1.5 การปฏิบัติตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548

5.1.5.1 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง มี 2 แห่งที่มีป้ายบอกสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุคือที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง และศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว โดยภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขไม่มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

5.1.5.2 ทางลาด ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร และลิฟต์

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง พบว่ามีทางลาดสำหรับผู้พิการและผู้สูงอายุอยู่ 3 แห่ง คือ ที่สวางคนิवास ศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง ซึ่งเหมือนกับบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แต่มีที่ถูกหลักตามกฎกระทรวงเพียง 2 แห่ง คือ ที่สวางคนิवास ศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว

5.1.5.3 ลิฟต์โดยสาร

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง พบว่ามีเพียงศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัวที่มีลิฟต์ให้บริการเพียงแห่งเดียว ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์ (87%) แต่ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องมีลิฟต์ (80%) แพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขให้ความเห็นว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสารภายใน

5.1.5.4 บันได

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง มีอาคารที่จำเป็นต้องใช้บันไดขึ้นไปทำกิจกรรมบนชั้น 2 ของตึก มีอยู่ 2 แห่งคือศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว และศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล ส่วนบันไดภายในบ้านพักอุดมสุขเป็นบันไดแคบและมีสิ่งขวางเกาะ

5.1.5.5 ประตู

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง เป็นประตูบานเปิด เป็นประตูแบบผลัก 2 แห่ง แบบบานเลื่อน 3 แห่ง วัสดุเป็นกรอบอลูมิเนียมกระจกทั้ง 5 แห่ง โดยบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเป็นประตูแบบผลัก วัสดุเป็นไม้ ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุข (80%) และผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี (87%) ส่วนใหญ่คิดว่าประตูที่เหมาะสมกับห้องกิจกรรมเป็นแบบบานเลื่อน

5.2 อภิปรายผลการวิจัย

5.2.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 65-69 ปี ค่าเฉลี่ยอายุอยู่ที่ 70 ปี ซึ่งสอดคล้องกับการแบ่งประเภทผู้สูงอายุ โดยศศิธร กรุณา (2551) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้สูงอายุวัยต้น (early old age) อายุระหว่าง 65 – 75 ปี

ผู้สูงอายุเกินครึ่งมีโรคประจำตัวคือความดันโลหิตสูง รองลงมาคือข้อเสื่อม และโรคเกี่ยวกับดวงตา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพส่งผลกระทบต่อร่างกายของผู้สูงอายุ โดย Koncecik (1976) สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล (2544) ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2544) และ หลักการของสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ (2551) แต่มีบางส่วนที่ไม่สอดคล้องกับโรคที่ผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ 5 อันดับ คือ ปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดข้อ (ข้อเสื่อม) นอนไม่หลับ เวียนศีรษะ และ โรคเกี่ยวกับตา แต่พบ โรคความดันโลหิตสูงซึ่งนอกเหนือจากโรคที่ผู้สูงอายุเป็นส่วนใหญ่ 5 อันดับ

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังเดินได้ด้วยตนเองรวมทั้งที่ใช้เครื่องช่วยเดิน สามารถหุงหาอาหารได้ ทำงานบ้านเอง แลกเปลี่ยนเงินทอง และสามารถใช้บริการขนส่งสาธารณะด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสมจินต์ โฉมวัฒนะชัย (2539) ที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุตอนต้น (60-69ปี) มีลักษณะภาวะสุขภาพร่างกายสุขภาพจิตค่อนข้างแข็งแรงกระฉับกระเฉง ยังมีความสามารถ มีความต้องการทำงาน และมีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นค่อนข้างสูง ภาวะการฉ่ำเลือดยังมีร่องรอยปรากฏอยู่บ้างเล็กน้อย

5.2.2 ลักษณะกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

ลักษณะกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยและในต่างประเทศมีความเหมือนกัน โดยกิจกรรมที่ผู้สูงอายุไทยสนใจเข้าร่วมใน ส่วนกิจกรรมด้านสมาคมันทนาการคือ กิจกรรมร่วมตามเทศกาล ร่วมงานสังสรรค์ สนทนาวงชาคาเฟ่ ในส่วนกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม คือกิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิ กิจกรรมเข้าร่วมอบรมต่างๆ อ่านหนังสือ ส่วนกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ คือกิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่อง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุให้ความสนใจน้อยที่สุด เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมส่วนใหญ่ต้องการออกกำลังกาย โดยแพทย์นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพด้านผู้สูงอายุ ได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูทางด้านร่างกาย-สมอง และด้านจิตใจเป็นหลัก ควรเน้นกิจกรรมที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเห็นว่ากิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขควรเน้นกิจกรรมที่ช่วยฟื้นฟูด้านสมองและกล้ามเนื้อร่างกาย กิจกรรมที่เหมาะสมคือ ชมรายการ โทรทัศน์และภาพยนตร์ การนวดบำบัดนวดไทย การร่วมงานสังสรรค์ สนทนาวงชาคาเฟ่ และร่วมงานเทศกาลต่างๆ กิจกรรม

ไหว้พระนั่งสมาธิ กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่องและการทำกายภาพบำบัด ซึ่งตรงตามการวิจัยของ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2550) ที่แบ่งกิจกรรมหลักออกเป็น 3 ลักษณะ คือ 1. กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ อาทิ การเล่นเกมต่างๆ การสังสรรค์ตามเทศกาล การสนทนาอภิปรายกลุ่ม 2. กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม อาทิ การอบรมสารคดี ศิลปะประดิษฐ์ อ่านหนังสือ ศาสนา 3. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ อาทิ การออกกำลังกาย การบำบัดต่างๆ แตกต่างกันไปแต่รูปแบบกิจกรรมที่จัดขึ้น ซึ่งขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมประเพณีนั้น และความเหมาะสมต่อสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ กิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับองค์กรที่คุณดูแลอยู่ และรายได้ของผู้สูงอายุที่สามารถเลือกรับบริการจากองค์กรนั้น ซึ่งในประเทศไทยศูนย์ดูแลผู้สูงอายุในภาครัฐบาลเน้นการดูแลผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาสและรายได้น้อยในประเทศไทย ส่วนศูนย์ดูแลผู้สูงอายุในภาคเอกชนเน้นการดูแลผู้สูงอายุคนไทยที่มีรายได้สูงและผู้สูงอายุต่างชาติเป็นหลัก การบริการจึงมีทางเลือกให้ผู้สูงอายุได้มากกว่าทางภาครัฐบาล อาทิ การประเมินสภาพผู้สูงอายุก่อนเข้ารับบริการอย่างถูกต้อง ทางเลือกของผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรม และอุปกรณ์การทำกิจกรรมก็มีมากกว่า

จากการวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Test of Independence เพศของผู้สูงอายุไม่เกี่ยวข้องกับพลังงานในการทำกิจกรรมที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ (ภาพที่ 5.3) ซึ่งค้านกับหลักการของ Cavanaugh (1997) ที่กล่าวว่า ความแตกต่างในการทำกิจกรรมนั้นสามารถเห็นได้จาก เพศหญิงชาย แต่เมื่อศึกษาเรื่องนี้ในประเทศไทยจึงสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุไทยไม่ว่าเพศชายหรือเพศหญิงมีความเท่าเทียมกันในเรื่องพลังงานในการทำกิจกรรมที่ชื่นชอบ



ภาพที่ 5.3 แสดงกิจกรรมที่ใช้พลังงานมากผู้สูงอายุสามารถทำได้ทั้งผู้หญิงและผู้ชาย

จากการวิเคราะห์ด้วยวิธีการ Chi-Squared Test of Independence พบว่าการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุสัมพันธ์กับความรู้สึกต่อสุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ จึงสรุปได้ว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมทำกิจกรรมมีความรู้สึกว่าคุณภาพที่แข็งแรงขึ้น ผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพที่อ่อนแอลง (ภาพที่ 5.4) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องแนวทางในการหา

ความต้องการเพื่อตอบสนองผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ของ ณฤดี โดตาบ (2534) ที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุต้องการที่จะได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆในชีวิต แทนที่จะมีบทบาทเป็นเพียงผู้ปฏิบัติตาม และยังสอดคล้องกับการจัดแบ่งกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของ จรินทร์ ธาณิรัตน์ (2528) ที่กล่าวว่ากิจกรรมการออกกำลังกาย ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจ บีบตัวดี ความดันโลหิตลดลง ทำให้มองภาพลักษณะตนเองไปในทางบวกมากขึ้น



ไม่ได้ทำกิจกรรม



สุขภาพอ่อนแอลง



ทำกิจกรรม



สุขภาพแข็งแรงขึ้น

ภาพที่ 5.4 แสดงผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพอ่อนแอลง ในขณะที่ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าคุณภาพแข็งแรงขึ้น

5.2.3 ลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

5.2.3.1 ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ห้องกิจกรรมในต่างประเทศได้แบ่งกิจกรรมแต่ละประเภทเอาไว้เป็นห้องต่างๆ ซึ่งแตกต่างจากประเทศไทยมักใช้พื้นที่เดียวทำกิจกรรมที่หลากหลาย ผู้สูงอายุครั้งหนึ่งต้องการให้คนภายนอกมองเห็นตอนเวลาทำกิจกรรมแต่มีผู้สูงอายุอีกครึ่งหนึ่งที่ไม่ต้องการให้คนภายนอกเห็นเวลาตนทำกิจกรรม แพทย์ นักกายภาพบำบัดและพยาบาลวิชาชีพด้านผู้สูงอายุได้ให้ความเห็นว่าคุณลักษณะห้องกิจกรรมขึ้นอยู่กับกิจกรรมที่ทำด้วย อาทิ กิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิควรเป็นห้องกิจกรรมแบบปิด บรรยากาศเงียบสงบ ส่วนกิจกรรมที่ให้ความสนุกสนานอาจเป็นห้องกิจกรรม

แบบลักษณะเปิด ซึ่งสอดคล้องกับหลักการจัดสภาพแวดล้อมภายในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ในสถานดูแลผู้สูงอายุ ของ Regnier (2002) ที่กล่าวว่าควรจัดพื้นที่ห้องนั่งเล่นให้ผู้สูงอายุได้พบปะพูดคุยกัน จัดกิจกรรมสังสรรค์ กิจกรรมกลุ่ม ขณะเดียวกันต้องมีพื้นที่ส่วนตัวสำหรับให้แยกตัวออกมาได้ ในเวลาที่ต้องการความเป็นส่วนตัว มีพื้นที่ให้ผู้สูงอายุนั่งมองคนผ่านไปมา และยังสอดคล้องกับการศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตวิทยาความต้องการผู้สูงอายุของ ฌดุดี โดตาบ (2534) ที่กล่าวว่า ผู้สูงอายุต้องการที่จะได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ ในชีวิต แทนที่จะมีบทบาทเป็นเพียงผู้ปฏิบัติตาม และในบางครั้งต้องการที่จะปลดตัวเองออกจากวิถีทางการดำเนินชีวิตที่สับสนวุ่นวาย

ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขแบ่งออกเป็นหลายห้อง มีทางเดินยาวคล้ายกับโรงพยาบาล ซึ่งไม่ถูกตามหลักการจัดสภาพแวดล้อมภายในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ของ Regnier (2002) ที่กล่าวว่าควรตกแต่งพื้นที่ภายในให้มีลักษณะเหมือนบ้าน หลีกเลี่ยงลักษณะที่ดูเหมือนโรงพยาบาล ทางเดินที่เป็นช่องยาวๆ ดังนั้นควรตกแต่งห้องกิจกรรมให้มีลักษณะเหมือนบ้านหลีกเลี่ยงการทำช่องทางเดินแบบยาว

ส่วนด้านหลังเป็นโถงอเนกประสงค์ใช้ทำกิจกรรมต่างๆ อาทิ รับประทานอาหารข้าว ดูโทรทัศน์ ออกกำลังกาย นั่งเล่น รอพบญาติ สวดมนต์ไหว้พระ ซึ่งไม่ตรงกับความเห็นของแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุ กล่าวว่ากิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิควรใช้ห้องกิจกรรมแบบปิด บรรยากาศเงียบสงบ ดังนั้นกิจกรรมบางประเภท อาทิ กิจกรรมพิธีทางศาสนา กิจกรรมชมภาพยนตร์ ร้องคาราโอเกะ ควรจัดแยกห้องให้เป็นสัดส่วน

ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขให้ความสำคัญในเรื่องห้องชมภาพยนตร์ และห้องทำพิธีทางศาสนา ตรงกับความคิดเห็นของผู้สูงอายุที่สนใจอยากให้มีกิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิ ซึ่งเหมาะสมกับภาวะทางด้านร่างกายและการพึ่งพาผู้อื่นของผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ที่ช่วยเหลือตัวเองได้น้อยลง ตรงกับหลักการของ Cavanaugh (1997) ในเรื่องความสัมพันธ์ในการใช้พลังงานกับประเภทกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ที่กล่าวถึงกิจกรรมที่ใช้พลังงานต่ำ ได้แก่ การทำสมาธิ การอ่านหนังสือ

โดยความเห็นจากเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแบบปรับปรุงมาก ซึ่งแตกต่างจากแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขซึ่งพึงพอใจกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมแบบปรับปรุงน้อย

5.2.2 ลักษณะการตกแต่งภายใน

5.2.2.1 พื้น

ในต่างประเทศส่วนใหญ่ใช้พรมและกระเบื้องยาง ซึ่งในประเทศไทยส่วนใหญ่พบใช้กระเบื้องยาง ซึ่งเหมือนกันและพบใช้กระเบื้องเซรามิกผิวหยาบ ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขใช้วัสดุพื้นกระเบื้องเซรามิกผิวหยาบ ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นแพทย์ นักกายภาพบำบัด และ

พยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่ควรใช้วัสดุที่ยืดหยุ่นป้องกันการลื่น ทำความสะอาดง่าย และ สอดคล้องกับหลักการตกแต่งห้องกิจกรรมผู้สูงอายุของ Aranyi (1980) ที่กล่าวว่า พื้น ควรมีความ ยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น

5.2.2.2 ผ้าม่าน

ในต่างประเทศส่วนใหญ่เป็นผ้าม่านก้ออิฐฉาบปูน มีช่องหน้าต่างรับแสงเหมือนในประเทศไทยและที่บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แต่ที่ศูนย์ผู้สูงอายุดินแดงนั้นเปิดโล่งไม่มีผ้าม่าน โดยผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่ต้องการผ้าม่านที่โปร่งสามารถมองเห็นภายนอกได้ ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อผ้าม่านควรให้แสงภายนอกลอดผ่าน เข้ามาได้เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับรู้เวลาจากธรรมชาติ และสอดคล้องกับหลักการจัดสภาพแวดล้อม ภายในห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุของ Regnier (2002) ที่กล่าวว่า จัดให้มีทั้งแสง ไฟและแสง ธรรมชาติ มีหน้าต่างใช้บานกว้างรับแสงธรรมชาติ ขอบหน้าต่างด้านล่างควรสูงจากพื้น 30 เซนติเมตร เพื่อให้ผ้าม่านไม่บังทิวทัศน์ภายนอก สภาพปัจจุบันภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขมี กระจกบานใหญ่บางส่วนภายในโครงการมอเนกประสงค์ ดังนั้นหากมีการปรับปรุงทำห้อง กิจกรรมเฉพาะควรทำหน้าต่างบานใหญ่เพื่อความโปร่งภายในห้อง

5.2.2.3 เพดาน

เพดานส่วนใหญ่ทั้งต่างประเทศ ในประเทศและบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขที่ใช้วัสดุฉาบเรียบทำสี แต่ในประเทศไทยศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี้นั้นเป็นปูนเปลือยทำสี ส่วนในต่างประเทศที่ Beijing Social Welfare Institution ตกแต่งโดยใช้ไม้ไผ่มาเป็น ส่วนประกอบบ่งบอกถึงวัฒนธรรมของประเทศ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการตกแต่งของ Regnier (2002) ที่กล่าวว่า วัสดุและของประดับตกแต่งที่ใช้ภายในควรเป็นวัสดุที่หาได้ภายในท้องถิ่น

5.2.2.4 โทนนี

โทนนีที่ใช้ส่วนใหญ่ทั้งต่างประเทศ ในประเทศและบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเป็นสีโทนนี สว่าง โดยความคิดเห็นจากแพทย์ นักกายภาพบำบัด และพยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุที่มีต่อ โทนนี ควรเล่นสีสันทันทีผนังเพื่อสร้างบรรยากาศ ใช้สีที่แตกต่างกันเพื่อการแยกแยะที่ถูกต้อง ซึ่ง สอดคล้องกับหลักการตกแต่งของ Regnier (2002) ที่กล่าวว่า เน้นใช้โทนนีที่แตกต่าง เน้นในส่วน ที่สำคัญ อาทิ ประตู หน้าต่าง พื้นบริเวณที่ต่างระดับ และใช้โทนนีที่เหมาะสมกับกิจกรรมที่ทำ

5.2.2.7 เครื่องเรือน

จากความคิดเห็นผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกนั่งทำกิจกรรมงานประดิษฐ์บนเก้าอี้ โต๊ะทำกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขใช้ร่วมกับ โต๊ะรับประทานอาหาร เป็นแบบ สีเหลี่ยมกลมซึ่งเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ แต่มีโต๊ะอยู่น้อยไม่พอรองรับในการทำกิจกรรมจึง ควรมีโต๊ะเพิ่มเพื่อสำหรับรองรับการทำกิจกรรมสำหรับจำนวนผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือก โต๊ะทำกิจกรรมแบบวงกลม ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ แพทย์ นักกายภาพบำบัด และ พยาบาลวิชาชีพด้านดูแลผู้สูงอายุ แพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข และ

ยังสอดคล้องกับแนวทางการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพของผู้สูงอายุ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร (2544) ที่กล่าวว่า การใช้โตะกลมแทน โตะสี่เหลี่ยมมีส่วนช่วยให้ผู้สูงอายุมีการสนทนาพูดคุยกับผู้อื่นได้มากขึ้น

เก้าอี้ทำกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขมีลักษณะหมุนได้รอบซึ่งก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้สูงอายุเมื่อยืนตัวขึ้นจากเก้าอี้ สอดคล้องกับความเห็นของแพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขที่คิดว่าควรเปลี่ยนเป็นเก้าอี้ที่ไม่สามารถหมุนได้ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เลือกเก้าอี้แบบมีที่วางแขน ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของแพทย์ นักกายภาพบำบัด พยาบาลวิชาชีพที่ดูแลผู้สูงอายุ แพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ผู้สูงอายุจากห้องกิจกรรมทั้ง 5 แห่ง ที่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องมีกระจกเงาภายในห้องออกกำลังกายด้วยเครื่อง ส่วนผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขที่คิดว่าไม่จำเป็นที่ต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่มีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แพทย์เจ้าของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขคิดว่าไม่จำเป็นต้องมีกระจกบานใหญ่ภายในห้องกิจกรรมของบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข แต่ผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งกระจกบานใหญ่ภายในห้องออกกำลังกายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ซึ่งคิดเหมือนกับเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข ดังนั้นหากทางหน่วยงานมีงบประมาณก็สามารถติดตั้งกระจกเงาเพิ่มได้ หากหน่วยงานมีงบประมาณไม่เพียงพอก็ไม่จำเป็นต้องติดตั้งกระจกเงา

ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขและผู้สูงอายุที่ใช้บริการจากศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีที่เลือกการติดตั้ง โทรทัศน์แบบตั้ง โตะมีจำนวนเท่ากับผู้สูงอายุที่เลือกการติดตั้ง โทรทัศน์แบบแขวนบนเพดาน ซึ่งแพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขส่วนใหญ่เห็นด้วยกับการตั้งโทรทัศน์บน โตะ โดยแพทย์ได้ให้ความเห็นว่าเนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่กล้ามเนื้อและกระดูกต้นคอเสื่อม การเงยหน้ามองโทรทัศน์อาจทำให้เกิดการอักเสบของกล้ามเนื้อและกระดูกที่ต้นคอได้

5.2.5 การปฏิบัติตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548

5.2.5.1 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง มี 2 แห่งที่มีป้ายบอกสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุคือที่ศูนย์ผู้สูงอายุคืนแดง และศูนย์สามวัยसानสายใยรักครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 โดยต้องจัดให้มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ

และคนชรา ตามสมควร แต่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข ไม่มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก ซึ่งต้องทำการปรับปรุงต่อไป

5.2.5.2 ทางลาด ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร และลิฟต์

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง พบมีอยู่ 3 แห่ง คือที่สววงคณิवास ศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัว ศูนย์ผู้สูงอายุคินแดง ซึ่งเหมือนกับบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข แต่มีที่สอดคล้องกับหลักตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคาร สำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 โดยทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 ซึ่งมีเพียง 2 แห่ง คือ ที่สววงคณิवास ศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัว ที่ทำถูกตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 และสอดคล้องกับหลักการจัดสภาพแวดล้อมภายในห้องกิจกรรมของ Regnier (2002) ที่กล่าวว่า ปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อผู้สูงอายุ โดยทำทางลาด เสริมทางลาดในจุดต่างๆ เนื่องจากเป็นตึกที่สร้างใหม่สำหรับให้บริการผู้สูงอายุโดยเฉพาะ ดังนั้นทางลาดภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขควรมีการปรับปรุงทางลาดให้ถูกตามหลักของกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคาร โดยปรับให้มีความลาดชันไม่เกิน 1:12

4.2.5.3 ลิฟต์โดยสาร

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง พบมีเพียงศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัวที่มีลิฟต์ให้บริการเพียงแห่งเดียว ซึ่งสอดคล้องกับ กฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 ที่ว่าด้วยอาคารที่มีจำนวนชั้นตั้งแต่สองชั้นขึ้นไปต้องจัดให้มีลิฟต์บริการสำหรับผู้พิการและคนชรา

ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุคมสุขส่วนใหญ่คิดว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์ แต่ผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุคินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีส่วนใหญ่คิดว่าจำเป็นต้องมีลิฟต์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข ซึ่งความเห็นต่างจากแพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขให้ความเห็นว่าไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสารภายใน

อย่างไรก็ตามบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุขควรมีการติดตั้งลิฟต์เพื่ออำนวยความสะดวกเมื่อมีงบประมาณเพียงพอ

4.2.5.4 บันได

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง มีอาคารที่จำเป็นต้องใช้บันไดขึ้นไปทำกิจกรรมบนชั้น 2 ของตึก มีอยู่ 2 แห่งคือศูนย์สามวัยสานสายใยรักครอบครัว และศูนย์สุขภาพผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาล ซึ่งสอดคล้องกับกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 (สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2548) ที่ว่าด้วยอาคารต้องจัดให้มีบันไดสำหรับผู้พิการ และคนชราใช้ได้อย่างน้อยชั้นละ 1 แห่ง โดยต้องมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 150 เซนติเมตร มีชานพักทุกระยะในแนวตั้งไม่เกิน 2 เมตร พื้นผิวของบันไดต้อง

ใช้วัสดุที่ไม่ลื่น ลูกดั่งบันไดห้ามเปิดเป็นช่องโถง ส่วนบันไดภายในบ้านพักอุดมสุขมีลักษณะไม่ถูกต้องตามกฎหมาย โดยวัสดุที่ใช้เป็นกระเบื้องเซรามิกสันขอบเป็นผิวกรวดล่าง และมีสิ่งของวางเกะกะ ซึ่งอาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุ ซึ่งสอดคล้องกับที่คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล (2551) ได้กล่าวถึงอุบัติเหตุในผู้สูงอายุส่วนใหญ่สิ่งแวดล้อม แสงสว่างไม่เพียงพอ พื้นบ้านลื่น โดยเฉพาะพื้นผิวขัดมัน หรือพื้นเปียก บันไดบ้านลื่น หรือไม่มีราวบันได มีสิ่งของวางระเกะระกะ กีดขวาง

5.2.5.5 ประตู

จากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง เป็นประตูบานเปิด เป็นประตูแบบผลัก 2 แห่ง แบบบานเลื่อน 3 แห่ง วัสดุเป็นกรอบอลูมิเนียมกระจกทั้ง 5 แห่ง ซึ่งทำถูกต้องตามหลักการของกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการ ทูพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 ที่ว่าด้วยประตูของอาคาร ต้องมีลักษณะ เปิดปิดได้ง่าย ช่องประตูต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร

ส่วนบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขเป็นประตูแบบผลักซึ่งประตูทางเข้าด้านหลังของอาคารเป็นบานเปิดซึ่งติดกับทางลาดไม้ชันพักซึ่งไม่สอดคล้องกับหลักการของกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทูพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 ที่ว่าด้วยประตูเป็นแบบบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกสู่ทางเดินหรือระเบียงต้องมีพื้นที่ว่างขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 1.5 เซนติเมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1.5 เซนติเมตร ซึ่งต้องมีการแก้ไขต่อไป

ผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุข และผู้สูงอายุจากศูนย์ผู้สูงอายุดินแดง และศูนย์ผู้สูงอายุวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ส่วนใหญ่คิดว่าประตูที่เหมาะสมกับห้องกิจกรรมเป็นแบบบานเลื่อนซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของแพทย์ นักกายภาพบำบัด พยาบาลวิชาชีพผู้ดูแลผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับหลักการของ Regnier (2002) ประตูต้องกว้างพอสำหรับ wheelchair ประตูที่นิยมใช้มากที่สุดคือประตูบานเลื่อน

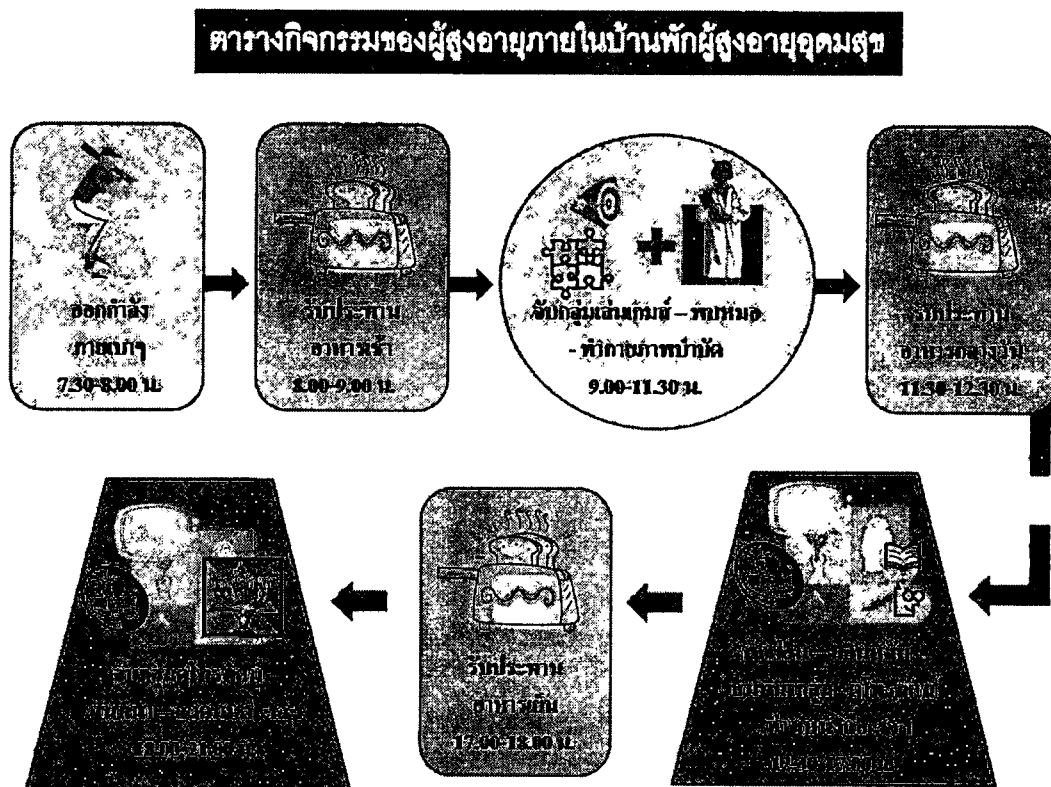
5.3 ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

5.3.1 ลักษณะห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

5.3.1.1 ลักษณะกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ลักษณะกิจกรรมที่เหมาะสม แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ 1. กิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม คือกิจกรรมทางศาสนา อาทิ การไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ 2. กิจกรรมการสมาคมและนันทนาการ คือกิจกรรมชมภาพยนตร์ การร้องคาราโอเกะ สนทนากลุ่มวงซอกาแฟ การร่วมงานสังสรรค์ การเล่นเกมร่วมกัน อาทิ หมากรูก โฟ่ บิงโก 3. กิจกรรมที่เกี่ยวกับด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ คือการออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย การทำกายภาพบำบัดฟื้นฟูกล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกาย

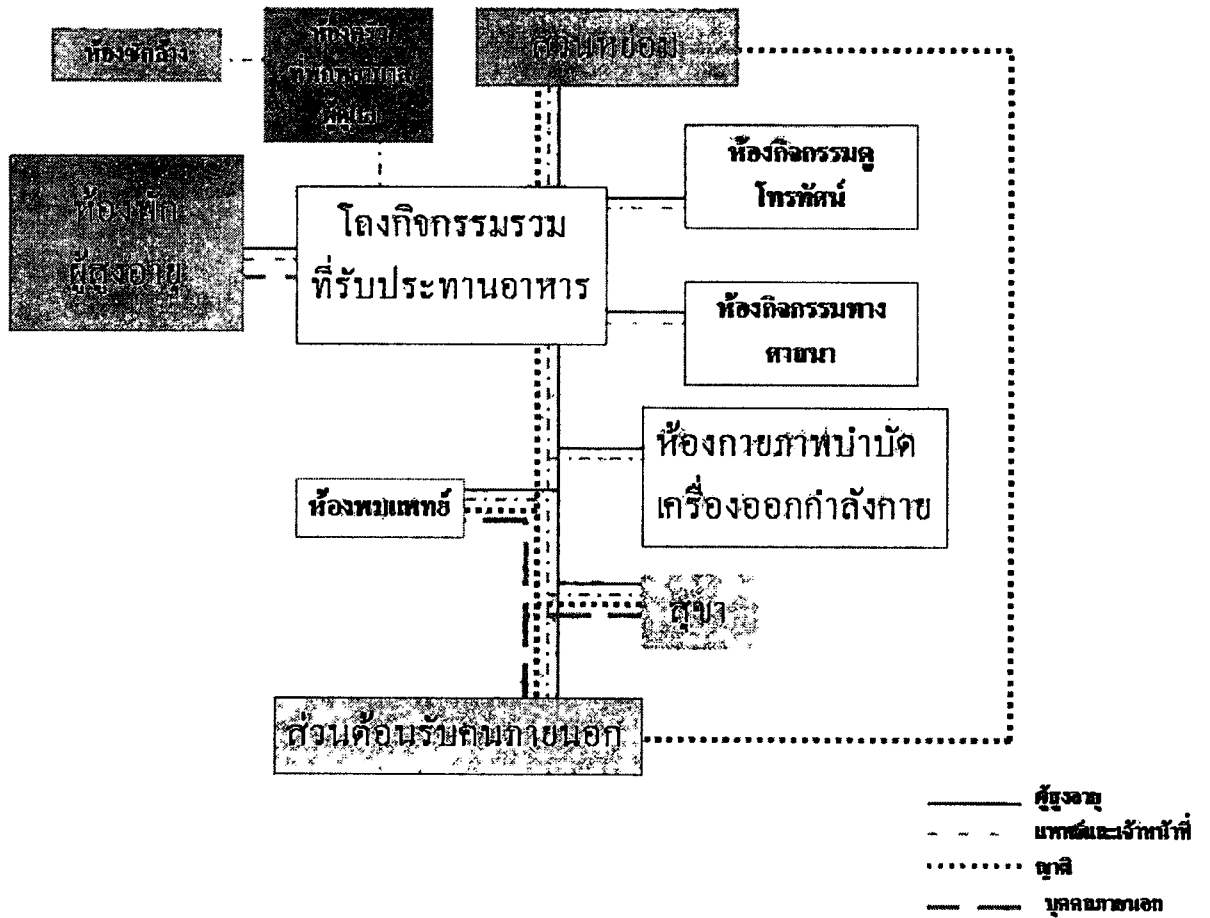
การแนะนำการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักอุดมสุขได้แบ่งเป็นช่วงเวลาในการทำกิจกรรมดังภาพที่ 5.5



ภาพที่ 5.5 แสดงตารางกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

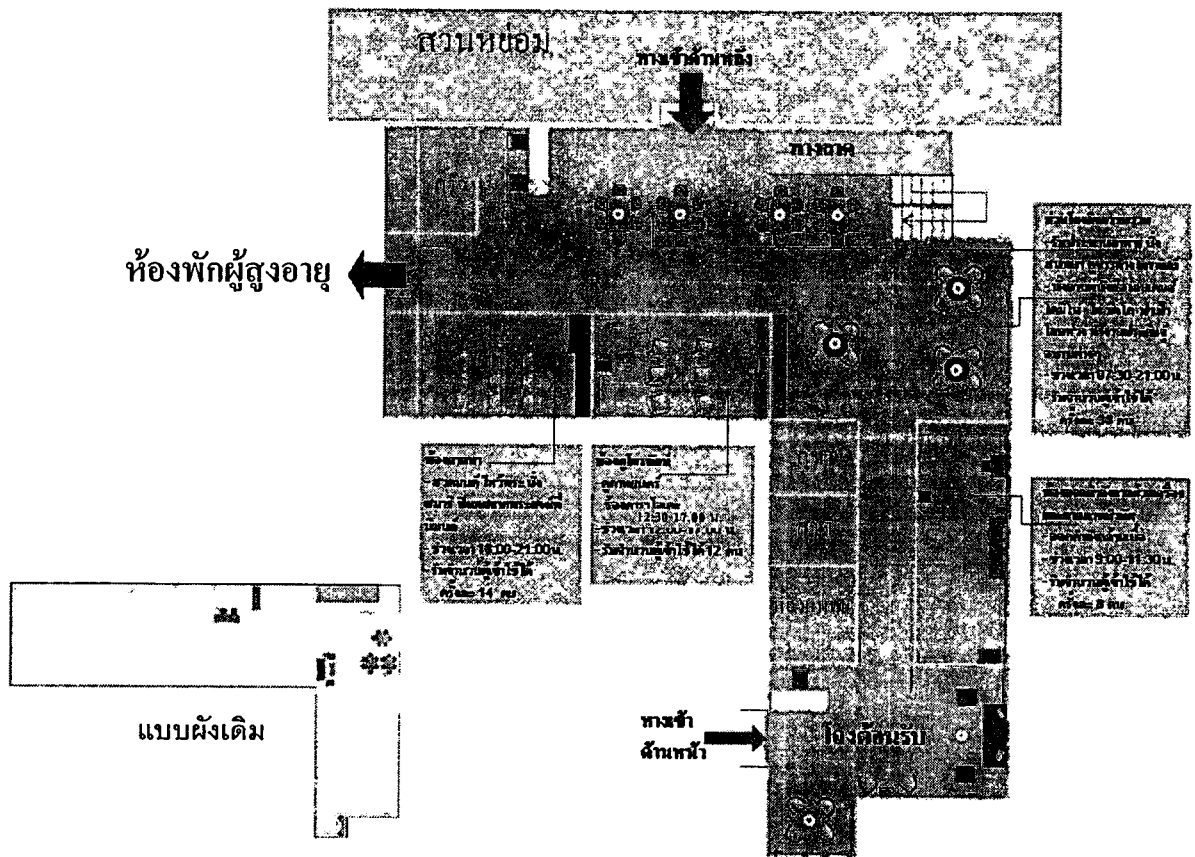
5.3.1.2 ที่ตั้งห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข ควรจัดอยู่ชั้นล่างของอาคาร ความสัมพันธ์ของพื้นที่ห้องกิจกรรมแบ่งห้องกิจกรรมออกเป็นแต่ห้องกิจกรรม คือ ห้องทำพิธีกรรมทางศาสนา ห้องออกกำลังกายและการทำกายภาพบำบัด ห้องชมโทรทัศน์ โดยมีโถงอเนกประสงค์เป็นศูนย์กลางของอาคาร อยู่ใกล้กับห้องน้ำ ซึ่งเป็นส่วนเฉพาะของสมาชิกเท่านั้น แบ่งแยกออกจากส่วนโถงต้อนรับผู้มาติดต่อ (ภาพที่ 5.6)



ภาพที่ 5.6 แสดงพื้นที่ใช้สอยเส้นทางสัญจรภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

การจัดผังภายในอาคารเดิม มีการปรับปรุงตัดแปลงห้องภายในบางส่วนเพื่อใช้เป็นห้องกิจกรรม มีการแยกระหว่างส่วนพักผู้สูงอายุ ส่วนกิจกรรม และส่วนบุคคลภายนอกที่มาติดต่อออกเป็นแต่ละส่วน โดยใช้ประตูเป็นส่วนกันแยกพื้นที่ (ภาพที่ 5.7)



ภาพที่ 5.7 แสดงผังการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วนต่างๆภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

5.3.1.3 ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

5.3.1.3.1 การตกแต่งพื้นที่ห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุขโดยรวม

1. วัสดุพื้น เปลี่ยนมาใช้วัสดุที่มีความยืดหยุ่น คือกระเบื้องยางแทนวัสดุเดิมที่เป็นกระเบื้องเซรามิก

2. มีป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก บอกห้องกิจกรรมต่างๆและห้องน้ำ มีความชัดเจนมองเห็นได้ง่าย ติดอยู่ในตำแหน่งที่ไม่ทำให้สับสน

3. ผ้าม่าน จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ แพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ ควรปรับเปลี่ยนผ้าม่านเป็นกระจกบางส่วน เพื่อความโปร่ง ทำให้ผู้สูงอายุที่ใช้บริการห้องกิจกรรมรู้สึกไม่อึดอัด

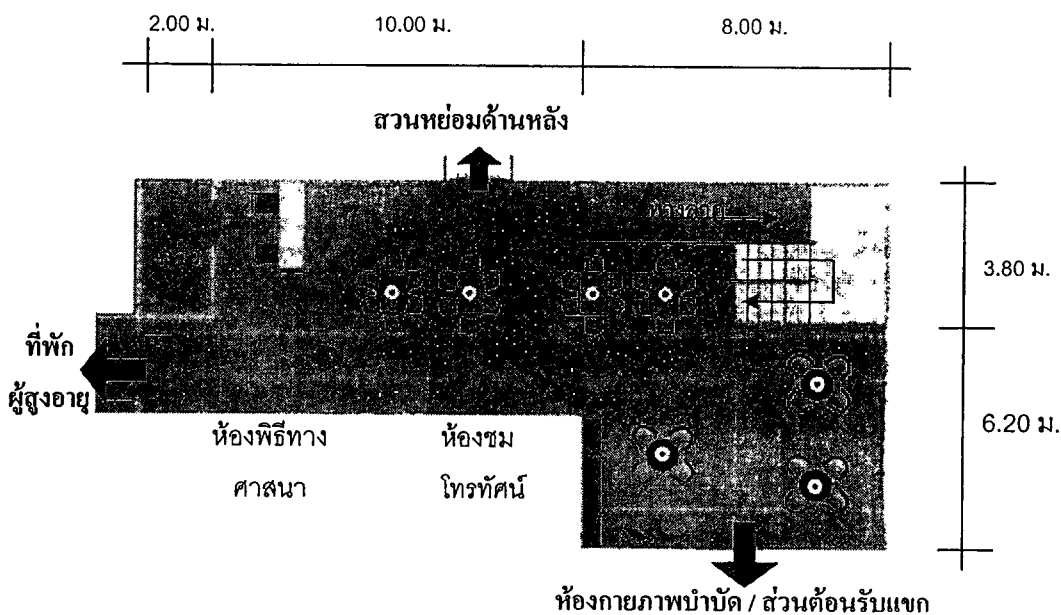
4. ประตู จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ แพทย์เจ้าของและเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ ควรเปลี่ยนจากเดิมที่เป็นบานเปิด เป็นบานเลื่อนกระจกใส เนื่องจากประหยัดพื้นที่ ป้องกันการเปิดกระแทกโดนผู้สูงอายุ

5. หน้าต่าง เป็นหน้าต่างบานใหญ่เปิดได้ อยู่ด้านติดกับสวนหย่อมภายนอกสามารถรับอากาศและแสงจากธรรมชาติได้

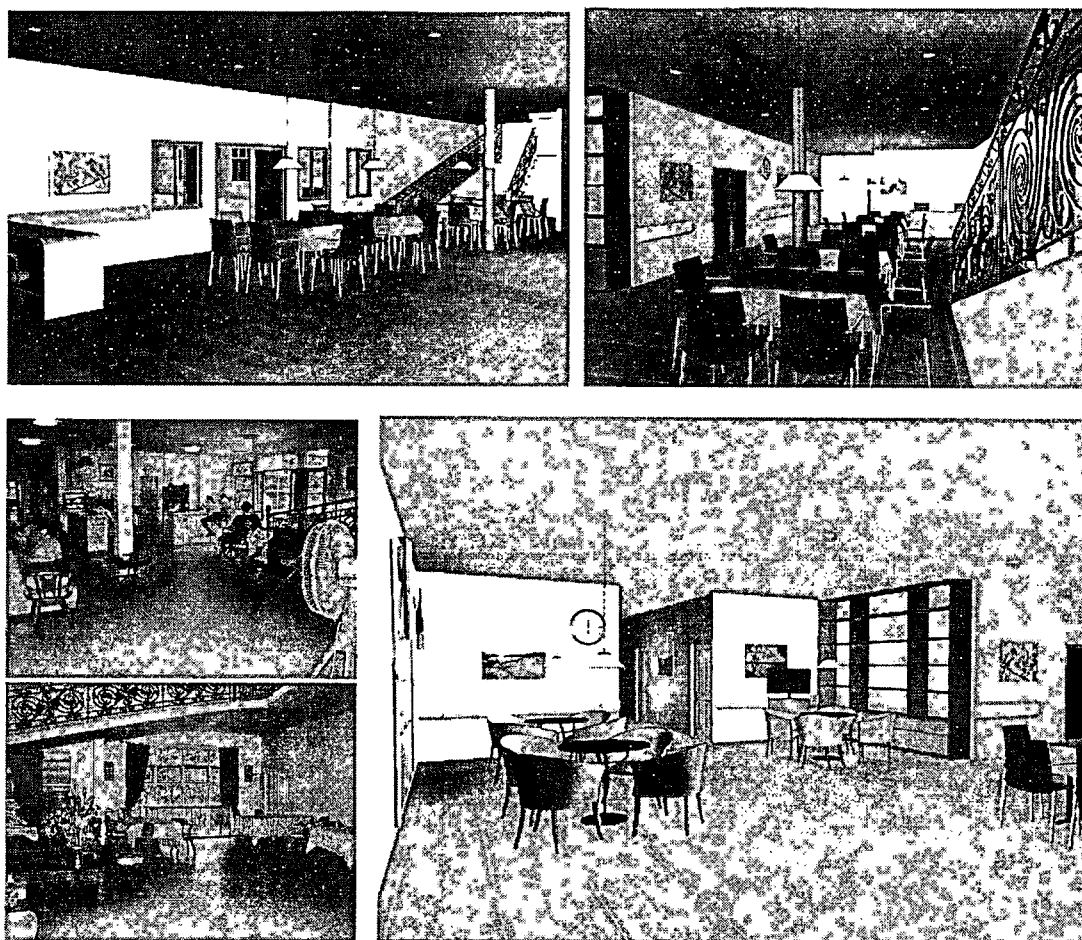
6. ผนัง ประตู หน้าต่างบานใหญ่ที่เป็นกระจก ให้ติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สังเกตเห็นได้ชัดเพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

5.3.1.3.2 ห้องโถงอเนกประสงค์

1. ห้องโถงอเนกประสงค์รับจำนวนผู้เข้าใช้งานได้ 38 คน และเผื่อพื้นที่ไว้สำหรับผู้ที่ใช้เก้าอี้ล้อเลื่อน Wheelchair 2. วัสดุพื้นเปลี่ยนเป็นกระเบื้องยางซึ่งมีความยืดหยุ่นดูแลรักษาง่าย 3. ผนัง ยังคงวัสดุเดิมคือผนังก่ออิฐฉาบปูน เจาะหน้าต่างบานกระจกที่สามารถเปิดปิดได้เพื่อความโปร่งภายในห้อง มีอุปกรณ์เพิ่มเติมคือ ราวจับที่ผนังสำหรับผู้สูงอายุเกาะ เสาสี่เหลี่ยมตรงกลางห้องปรับปรุงเป็นเสากลม ใช้ฟองน้ำหุ้มด้วยผ้าครอบเสาป้องกันผู้สูงอายุเดินชน 4. ประตูที่กั้นระหว่างส่วนที่พักผู้สูงอายุ กับส่วนต้อนรับแขกบุคคลภายนอกเป็นบานแบบผลัก บานคู่ไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เอง 5. งานระบบไฟฟ้าเปลี่ยนเป็นใช้หลอดประหยัดไฟเพิ่ม โคมไฟส่องที่โต๊ะรับประทานอาหารและโต๊ะทำกิจกรรม 6. งานระบบปรับอากาศ ใช้พัดลมแบบติดผนังหรือเพดานในการระบายอากาศ ไม่ต้องติดตั้งระบบเครื่องปรับอากาศ 7. เครื่องเรือนยังคงใช้โต๊ะรับประทานอาหารแบบเดิม เปลี่ยนเก้าอี้เป็นแบบหมุนไม่ได้เพื่อความปลอดภัยในการใช้งานของผู้สูงอายุ มีอาร์มแชร์ที่สามารถปรับเอนได้เพื่อให้ผู้สูงอายุเปลี่ยนอิริยาบถ มีโทรทัศน์แบบตั้งโต๊ะสามารถเคลื่อนย้ายได้ (ภาพที่ 5.8 – 5.9)



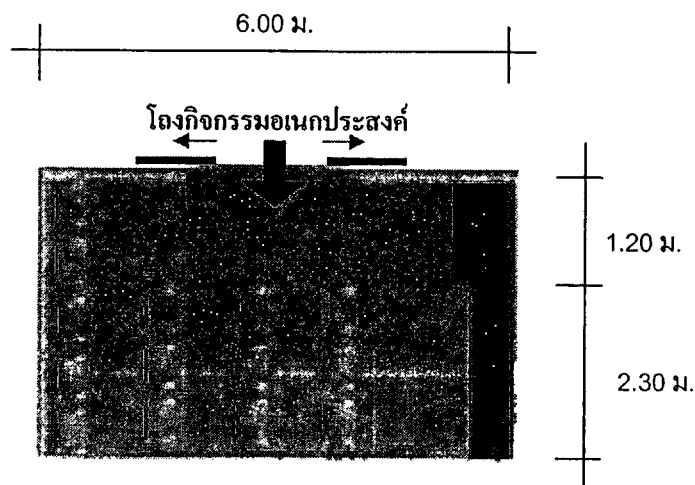
ภาพที่ 5.8 แสดงผังการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วน โถงกิจกรรมอเนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข



ภาพที่ 5.9 แสดงภาพก่อนปรับปรุงและภาพจำลองการปรับปรุงห้องกิจกรรมส่วนโดงกิจกรรม
อนกประสงค์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

5.3.1.3.3 ห้องทำพิธีกรรมทางศาสนา

1. ห้องทำพิธีกรรมทางศาสนารองรับจำนวนผู้เข้าใช้งานได้ 14 คน และเนื้อพื้นที่ไว้สำหรับผู้ที่ใช้เก้าอี้ล้อเลื่อน Wheelchair 2. วัสดุพื้น เปลี่ยนเป็นกระเบื้องยางซึ่งมีความยืดหยุ่นดูแลรักษาง่าย 3.ผนัง ยังคงวัสดุเดิมคือผนังก่ออิฐฉาบปูน เจาะหน้าต่างบานกระจกเพื่อความโปร่งภายในห้อง ติดอุปกรณ์ราวจับที่ผนังสำหรับผู้สูงอายุเกาะ 4.ประตูบานเลื่อน ไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เอง 5.งานระบบไฟฟ้าเปลี่ยนเป็นใช้หลอดประหยัดไฟ เน้นแสงไฟส่องที่โต๊ะหมู่บูชา 6. งานระบบปรับอากาศ ใช้พัดลมแบบติดผนังหรือเพดานในการระบายอากาศ ไม่ต้องติดตั้งระบบเครื่องปรับอากาศ 7.เครื่องเรือน มีเก้าอี้สำหรับนั่งทำกิจกรรม เนื่องจากผู้สูงอายุไม่เหมาะที่จะนั่งกับพื้น ผู้ตั้งโต๊ะหมู่บูชา อาสนะเพื่อพระสงฆ์มาประกอบพิธี (ภาพที่ 5.10 – 5.11)



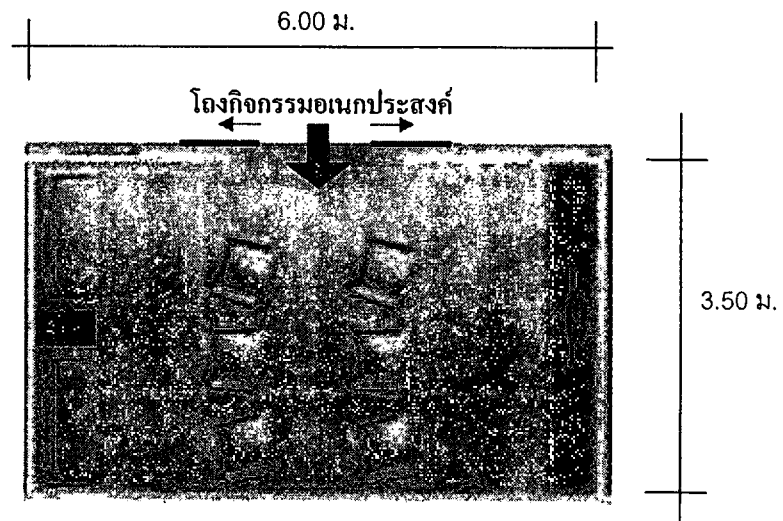
ภาพที่ 5.10 แสดงผังการปรับปรุงห้องทำพิธีทางศาสนาบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข



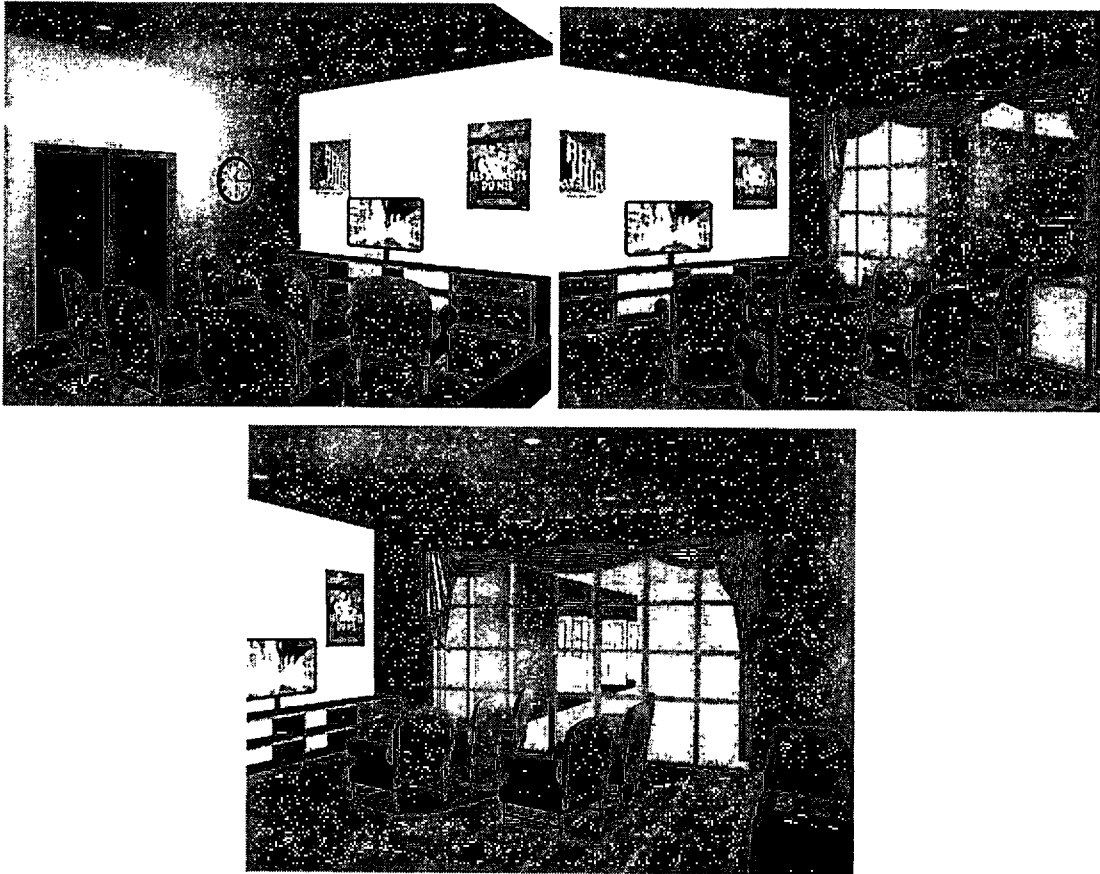
ภาพที่ 5.11 แสดงภาพจำลองการปรับปรุงห้องทำพิธีทางศาสนาภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุคมสุข

5.3.1.3.4 ห้องชมโทรทัศน์

1. ห้องชมโทรทัศน์รับจำนวนผู้เข้าใช้งานได้ 12 คน และเผื่อพื้นที่ไว้สำหรับผู้ที่ใช้เก้าอี้ล้อเลื่อน Wheelchair 2. วัสดุพื้นเปลี่ยนเป็นกระเบื้องยางซึ่งมีความยืดหยุ่นดูแลรักษาง่าย 3.ผนังยังคงวัสดุเดิมคือผนังก่ออิฐฉาบปูน เจาะหน้าต่างบานกระจกที่สามารถเปิดปิดได้เพื่อความโปร่งภายในห้อง มีอุปกรณ์เพิ่มเติมคือ ราวจับที่ผนังสำหรับผู้สูงอายุเกาะ 4.ประตูบานเลื่อนไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เอง 5.งานระบบไฟฟ้าเปลี่ยนเป็นใช้หลอดประหยัดไฟ 6.งานระบบปรับอากาศ ใช้พัดลมแบบติดผนังหรือเพดานในการระบายอากาศ ไม่ต้องติดตั้งระบบเครื่องปรับอากาศ 7.เครื่องเรือน มีเก้าอี้เพื่อความสะดวกในการนั่งทำกิจกรรมมากกว่าการนั่งกับพื้น (ภาพที่ 5.12 – 5.13)



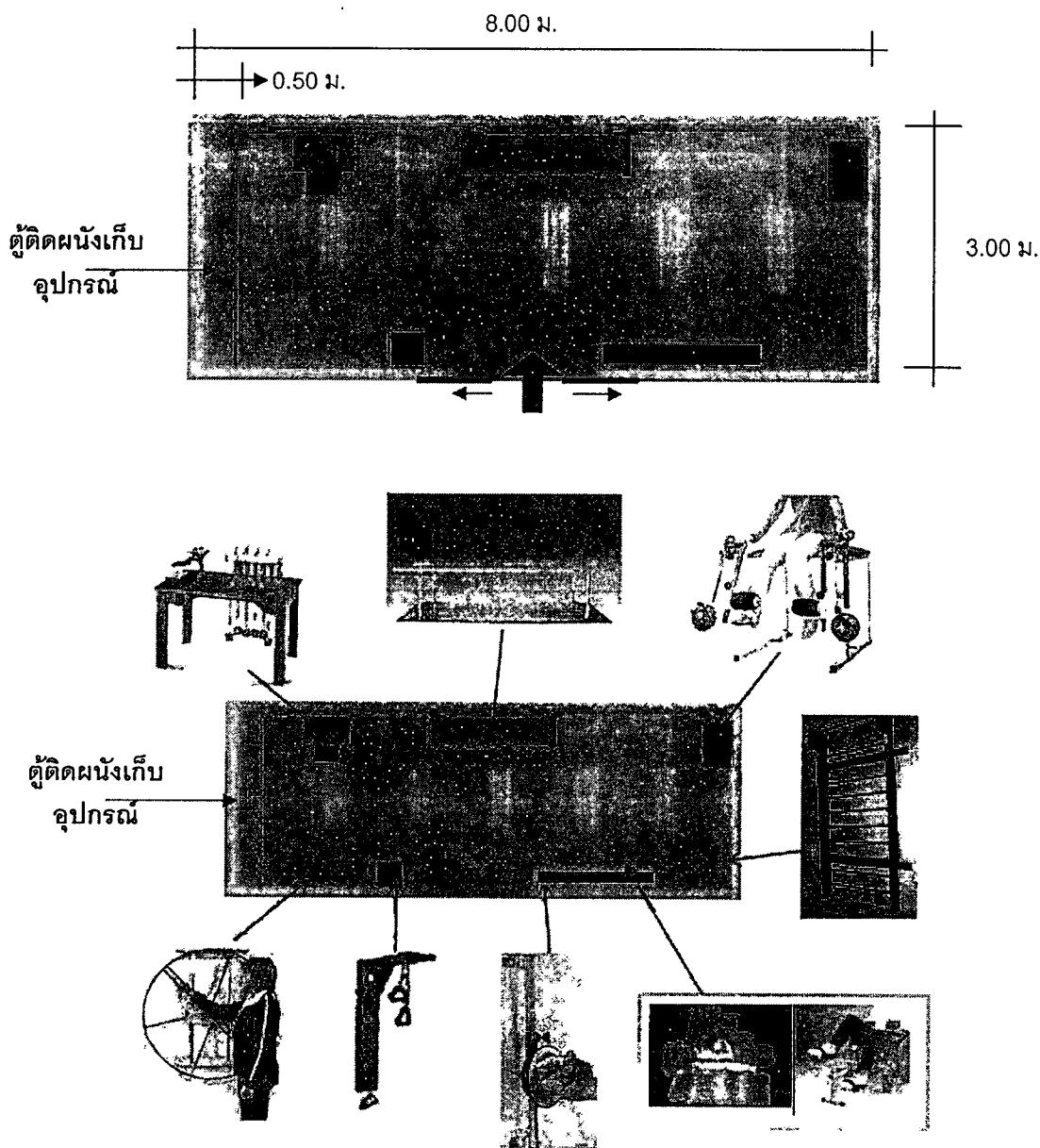
ภาพที่ 5.12 แสดงผังการปรับปรุงห้องชมโทรทัศน์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข



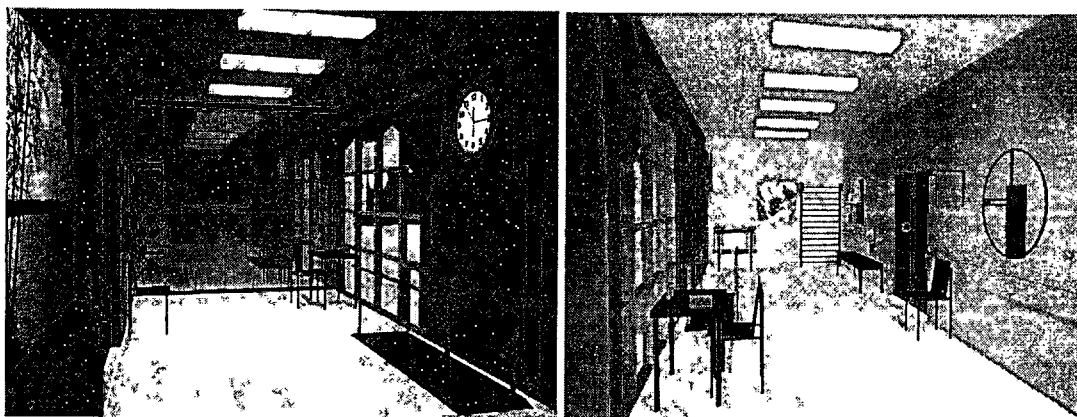
ภาพที่ 5.13 แสดงภาพถ่ายการปรับปรุงห้องชมโทรทัศน์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

5.3.1.3.5 ห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัด

1. รับจำนวนผู้เข้าใช้งานได้ 8 คน และเนื้อพื้นที่ไว้สำหรับผู้ที่ใช้เก้าอี้ล้อเลื่อน Wheelchair
 2. วัสดุพื้น ยังคงวัสดุเดิมคือกระเบื้องเซรามิก 3.ผนัง ยังคงวัสดุเดิมคือผนังก่ออิฐฉาบปูน เจาะ
 หน้าต่างบานกระจกเพื่อความโปร่งภายในห้อง กันห้องเก็บอุปกรณ์เพิ่มกระจกเงาติดผนัง ติด
 อุปกรณ์ราวจับที่ผนังสำหรับผู้สูงอายุเกาะ 4.ประตูบานเลื่อนไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บาน
 ประตูปิดได้เอง 5. งานระบบไฟฟ้าเปลี่ยนเป็นใช้โคมและหลอดประหยัดไฟ 6.งานระบบปรับ
 อากาศ ใช้พัดลมแบบติดผนังหรือเพดานในการระบายอากาศ ไม่ต้องติดตั้งระบบ
 เครื่องปรับอากาศ (ภาพที่ 5.14 – 5.15)



ภาพที่ 5.14 แสดงผังการปรับปรุงห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดภายในบ้านพักผู้สูงอายุ
 อุดมสุข



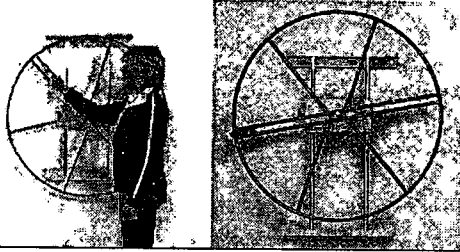
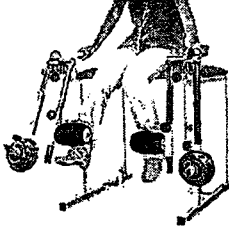
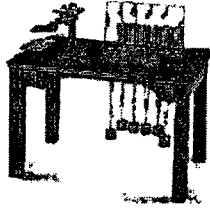
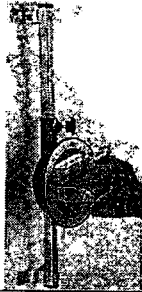

ภาพที่ 5.15 แสดงภาพจำลองการปรับปรุงห้องออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัดภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

7.เครื่องเรือน ประกอบด้วยเครื่องออกกำลังกายและเครื่องทำกายภาพบำบัดที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข มีดังตารางรูปที่ 5.9


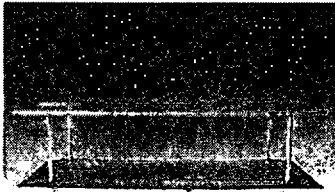
ตารางที่ 5.9 แสดงเครื่องออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

<p>อุปกรณ์ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัด</p>
<p>บาร์แบบติดผนัง สำหรับบริหารร่างกาย Stall Bars</p>
<p>รอกคู่เหนือศีรษะ สำหรับบริหาร ไหล่และแขน</p> <p>Overhead Pulley</p>

ตารางรูปที่ 5.9 (ต่อ) แสดงเครื่องออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพัก
ผู้สูงอายุอุดมสุข

<p>อุปกรณ์ออกกำลังกายและทำกายภาพบำบัด</p>
<p style="text-align: center;">วงล้อบริหาร ไหล่และแขน Shoulder Wheel</p> 
<p style="text-align: center;">โต๊ะบริหารขาและเข่า Knee Exercise Unit (N-K Table)</p> 
<p style="text-align: center;">โต๊ะสำหรับบริหารมือ ข้อมือ และแขน Hand , Wrist and Forearm Table</p> 
<p style="text-align: center;">เครื่องบริหารข้อมือแบบหมุน Rotary Wrist Machine</p> 
<p style="text-align: center;">เครื่องบริหารขาแบบจักรยาน Restorator</p> 

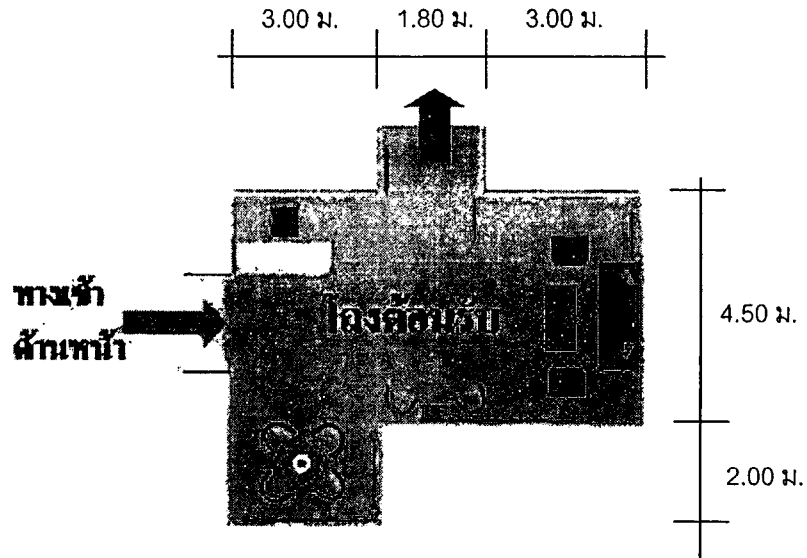
ตารางรูปที่ 5.9 (ต่อ) แสดงเครื่องออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่พักอยู่ภายในบ้านพัก
ผู้สูงอายุอุคมสุข

อุปกรณ์ออกกำลังกายและท่ากายภาพบำบัด	
<p>เม็คเหล็กในถุงหนัง ขนาดต่างๆ สำหรับข้อมือ ข้อเท้า Muscle Matic Weights</p> 	
<p>บาร์คู่ขนานสำหรับฝึกเดิน ปรับส่วนสูงได้ Walking Parallel Bar, Height Adjustable</p> 	

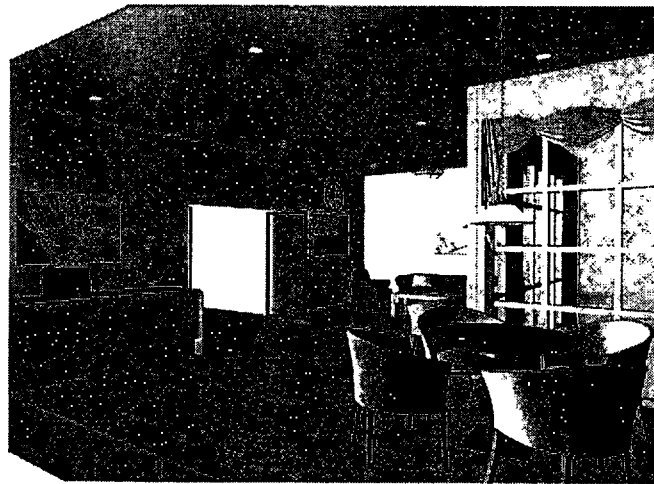
ที่มา : เครื่องมือและอุปกรณ์กายภาพบำบัด บริษัทเอสวี

5.3.1.3.6 โถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอก

1. โถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกสามารถรับจำนวนผู้เข้าใช้งานได้ 11 คน เพื่อพื้นที่ไว้สำหรับผู้ที่ใช้เก้าอี้ล้อเลื่อน Wheelchair 2. วัสดุเปลี่ยนเป็นกระเบื้องยางซึ่งมีความยืดหยุ่นดูแลรักษา
ง่าย 3.ผนัง ยังคงวัสดุเดิมคือผนังก่ออิฐฉาบปูน ภายในติดอุปกรณ์ราวจับที่ผนังสำหรับผู้สูงอายุ
เกาะ 4.เพิ่มประตูกั้นระหว่างส่วนห้องรับแขกและส่วนห้องกิจกรรม โดยประตูบานผลักคู่มือติดตั้ง
อุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เอง 5. งานระบบไฟฟ้าเปลี่ยนเป็นใช้หลอดประหยัดไฟ
เพิ่มโคมไฟบริเวณส่วน โชนฟา 6.งานระบบปรับอากาศ ใช้พัดลมแบบติดผนังหรือเพดาน ในการ
ระบายอากาศ ไม่ต้องติดตั้งระบบเครื่องปรับอากาศ 7.เครื่องเรือน ยังคงใช้ชุด โชนฟาเดิมที่มีและ
เพิ่มเติมเก้าอี้อาร์มแชร์และ โต๊ะกลม มีแกนเดอร์ต้อนรับนั่งได้ 1 คน (ภาพที่ 5.16 -5.17)



ภาพที่ 5.16 แสดงผังการปรับปรุงโถงต้อนรับแขกบุคคลภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

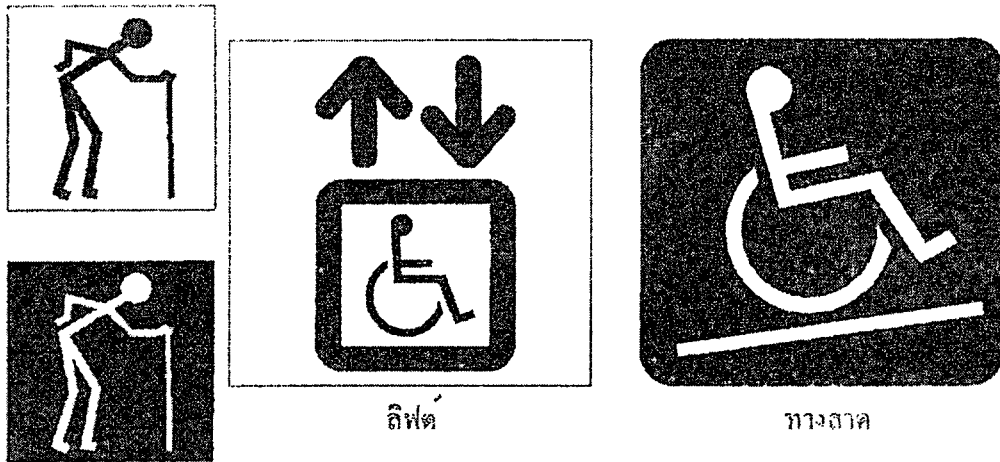


ภาพที่ 5.17 แสดงภาพจำลองการปรับปรุงโถงต้อนรับแขกบุคคลภายนอกภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

5.3.1.4 การปฏิบัติตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548

5.3.1.4.1 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

ภายในบ้านพักผู้สูงอายุต้องเพิ่มป้ายบอกสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุให้ชัดเจน ได้แก่ ป้ายห้องน้ำ (ภาพที่ 5.18)



ภาพที่ 5.18 สัญลักษณ์แสดงสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ

5.3.1.4.2 ทางลาด

บริเวณทางลาดทางเข้าด้านหลังต้องปรับปรุงแก้ไข โดยทางลาดต้องปรับความลาดชันไม่เกิน 1:12 และมีความยาวช่วงละไม่เกิน 6 เมตร ประตูทางเข้าด้านหลังที่เชื่อมต่อกับทางลาดทำพื้นที่ระเบียงเพิ่มมีพื้นที่ว่างขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร

5.3.1.4.3 ลิฟต์โดยสาร

ภายในบ้านพักผู้สูงอายุยุคผสมไม่จำเป็นต้องมีลิฟต์โดยสารภายใน

5.3.1.4.4 บันได

นำสิ่งของที่วางเกะกะออกให้พ้นทางเดิน

5.3.1.4.5 ประตู

ประตูที่เหมาะสมกับห้องกิจกรรมเป็นแบบบานเลื่อน ช่องประตูต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร มีมือจับที่มีขนาดเท่ากับราวจับในแนวตั้งทั้งด้านในและด้านนอกของประตูซึ่งมีปลายด้านบนสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1.00 เมตร และปลายด้านล่างไม่เกิน 80 เซนติเมตร ในกรณีที่เป็นประตูบานเปิดออกให้มีราวจับตามแนวอนด้านในประตู

5.3.2 ลักษณะห้องกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย

5.3.2.1 ลักษณะกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

แบ่งตามประเภทได้ 3 ประเภท คือ

1. กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ ซึ่งมี กิจกรรมชมรมต่างๆ อาทิชมรมรักโคลเชชมรมงานฝีมือต่างๆ เป็นการให้ผู้สูงอายุได้ตัดสินใจในการเลือกสิ่งที่ตนเองสนใจกิจกรรมดนตรี การร้องเพลง การเดินลีลาศช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกสนุกสนาน และผ่อนคลายความตึงเครียด ฝึกความกล้าแสดงออก กิจกรรมตามเทศกาล การจัดงานพิธีทำบุญในวันสำคัญต่างๆ การพบปะสังสรรค์

ในวันหยุด ผู้สูงอายุมีความสุขกับการทดลองตามเทศกาล โดยมีส่วนร่วมใน การวางแผนงานและ การตกแต่งสำหรับเหตุการณ์ (ภาพที่ 5.19)



กิจกรรมเกี่ยวกับชมรมต่างๆ



กิจกรรมดนตรี



กิจกรรมทางศาสนา



กิจกรรมตามเทศกาล

ภาพที่ 5.19 ตัวอย่างกิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนันทนาการ

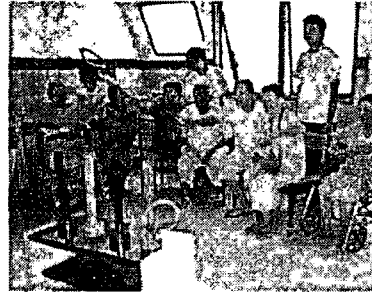
2. กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม ซึ่งมีกิจกรรมทางศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยยืดเหนี่ยวจิตใจ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ทำให้เกิดความสุข สร้างความสบายใจ กิจกรรมศิลปะ การวาด การปั้น งานฝีมือ เป็นการฝึกการใช้กล้ามเนื้อ ฝึกสมาธิความคิดสร้างสรรค์เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกภูมิใจกับผลงานของตนเอง กิจกรรมด้านความรู้ อาทิ โปรแกรมการศึกษาอบรม การอ่านหนังสือ การเล่นคอมพิวเตอร์อินเทอร์เน็ต การสนทนาอภิปรายกลุ่ม การเล่นเกมต่างๆ ช่วยในการรับรู้ ความเข้าใจ การตัดสินใจ สมาธิ ความจำ ด้านร่างกายฝึกการใช้สายตา กล้ามเนื้อมือ ทำให้ทราบถึงสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ (ภาพที่ 5.20)



กิจกรรมศิลปะ



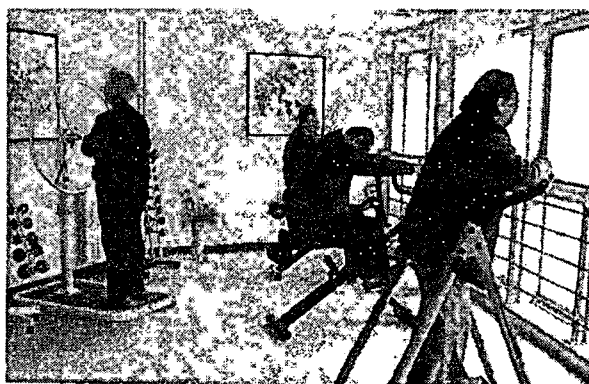
กิจกรรมการอบรมให้ความรู้



กิจกรรมเกมสันทนาการ

ภาพที่ 5.20 ตัวอย่างกิจกรรมเกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม

3. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ ซึ่งมีกิจกรรมดังต่อไปนี้ กิจกรรมการออกกำลังกายที่ช่วยฟื้นฟูกล้ามเนื้อส่วนต่างๆของร่างกาย หลีกเลี่ยงการลงน้ำหนักที่เท้าและหัวเข่า อาทิ การออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย และกายภาพบำบัด กิจกรรมบำบัด การทำขนม การนวดตัวมือเท้าแบบไทย การเล่น ลูกหัวสัตว์เลี้ยง ทำให้รู้สึกผ่อนคลายเพลิดเพลิน (ภาพที่ 5.21)



การออกกำลังกายด้วยเครื่อง



กิจกรรมบำบัดด้วยสัตว์เลี้ยง

ภาพที่ 5.21 ตัวอย่างกิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ

กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุทุกอย่างไม่่ว่าจะใช้พลังงานหนักหรือเบา ผู้สูงอายุทั้งชายและหญิงมีความชื่นชอบและสามารถทำกิจกรรมทุกอย่างได้เท่าเทียมกัน ผู้สูงอายุที่ทำกิจกรรมจะมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับผู้สูงอายุที่ไม่ได้เข้าทำกิจกรรมจะมีสุขภาพที่อ่อนแอลง

5.3.2 ลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

5.3.2.1 ที่ตั้งห้องกิจกรรม

รูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุควรเป็นอาคารชั้นเดียวหรือจัดให้อยู่บริเวณชั้นหนึ่งของอาคารเพื่อการเข้าใช้ที่สะดวก เส้นทางสัญจรภายในมีลักษณะเป็นแนวราบ อากาศถ่ายเทสะดวก ใกล้กับแหล่งธรรมชาติ ห่างจากมลภาวะและเสียงรบกวนภายนอก ยิ่งใกล้กับสถานรับเลี้ยงเด็กยิ่งเหมาะสม ความสัมพันธ์ของพื้นที่ห้องกิจกรรม อยู่ใกล้ห้องน้ำเนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาในการขับถ่ายบ่อย ห้องทำงานพยาบาลเจ้าหน้าที่เพื่อการดูแลได้สะดวก ด้านหลังห้องกิจกรรม เชื่อมต่อกับสวนหย่อมภายนอกอาคารเพื่อรับอากาศและแสงจากธรรมชาติ และสะดวกในการทำกิจกรรมภายนอกอาคารพื้นที่รับประทานอาหารสามารถตัดแปลงเป็นพื้นที่ใช้สอยด้านกิจกรรมได้ อาทิ กิจกรรมทำขนม การนั่งสนทนาดื่มชากาแฟ กิจกรรมอบรมสชาติต่างๆ

5. 3.2.2 ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ลักษณะห้องกิจกรรมขึ้นอยู่กับกิจกรรม โดยกิจกรรมที่ต้องใช้สมาธิควรเป็นห้องกิจกรรมแบบปิด บรรยากาศเงียบสงบ ส่วนกิจกรรมแบบกลุ่มที่ให้ความสนุกสนานอาจเป็นห้องกิจกรรมแบบลักษณะเปิด

วัสดุพื้น ควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้นผนัง เพดาน ใช้วัสดุเก็บเสียงและป้องกันเสียงสะท้อน ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด

มีหน้าต่างขนาดใหญ่ อยู่ด้านติดกับสวนหย่อมภายนอกสามารถรับอากาศและแสงจากธรรมชาติได้ เพื่อผู้สูงอายุได้รับรู้เวลาจากแสงธรรมชาติ

ผนังหรือหน้าต่างบานใหญ่ที่เป็นกระจก ให้ติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สังเกตเห็นได้ชัด เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

เครื่องเรือน โต๊ะทำกิจกรรมเป็น โต๊ะกลม เก้าอี้ทำกิจกรรมมีที่เท้าแขน การจัดวางเครื่องเรือน ไม่วางเกะกะทางเดิน กีดขวางประตูหน้าต่าง ควรคำนึงถึงพื้นที่การใช้สอยสำหรับผู้สูงอายุที่นั่งรถเข็น

อุณหภูมิภายในพื้นที่ อากาศถ่ายเทได้สะดวก มีการติดตั้งเครื่องปรับอากาศหรือพัดลม เพื่อช่วยในการหมุนเวียนอากาศภายในห้องและรักษาอุณหภูมิไม่ให้ร้อนหรือเย็นจนเกินไป

สีภายใน พื้นผนังประตูควรเน้นสีที่แตกต่างกันเพื่อการมองเห็นแยกแยะความแตกต่างได้ชัดเจนเนื่องจากผู้สูงอายุมักมีปัญหาทางด้านสายตา

บรรยากาศภายใน พื้นที่ที่ต้องใช้สมาธิในการทำกิจกรรม ควรใช้เครื่องหอมเข้ามาช่วย โดยกลิ่นLavenderและกลิ่นLemon balm นั้น สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีสมาธิในการทำกิจกรรมได้นานขึ้น และรู้สึกผ่อนคลาย

5.3.2.3 การปฏิบัติตามกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548

5.3.2.3.1 ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

จัดให้มีป้าย เครื่องหมายแสดงทางไปสู่สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการ และคนชรา ต้องมีความชัดเจน มองเห็นได้ง่าย ติดอยู่ในตำแหน่งที่ไม่ทำให้สับสน และต้องจัดให้มีแสงส่องสว่างเป็นพิเศษทั้งกลางวันและกลางคืน

5.3.2.3.2 ทางลาด

พื้นผิวทางลาดต้องเป็นวัสดุที่ไม่ลื่น มีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ทางลาดต้องมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 และมีความยาวช่วงละไม่เกิน 6.00 เมตร ในกรณีที่ทางลาดยาวเกิน 6.00 เมตร ต้องจัดให้มีชานพักยาวไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร คั่นระหว่างแต่ละช่วงของทางลาด มีราวกันตก

5.3.2.3.3 ลิฟต์โดยสาร

อาคารที่มีจำนวนชั้นตั้งแต่สองชั้นขึ้นไปต้องจัดให้มีลิฟต์หรือทางลาดสำหรับผู้พิการ และคนชราใช้ได้ระหว่างชั้นของอาคารลิฟต์สำหรับผู้พิการ และคนชราใช้ได้ต้องสามารถขึ้นลงได้ทุกชั้น มีระบบควบคุมลิฟต์สำหรับผู้พิการ และคนชราสามารถควบคุมได้เอง ใช้งานได้อย่างปลอดภัย และจัดไว้ในบริเวณที่ผู้พิการ และคนชราสามารถใช้ได้สะดวกให้มีสัญลักษณ์รูปผู้พิการติดไว้ที่ช่องประตูด้านนอกของลิฟต์ที่จัดไว้ให้ผู้พิการและคนชราใช้ได้

5.3.2.3.4 บันได

อาคารต้องจัดให้มีบันไดสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพและคนชราใช้ได้อย่างน้อยชั้นละ 1 แห่ง โดยมีความกว้างไม่น้อยกว่า 1.5 เมตร มีชานพักทุกระยะในแนวตั้งไม่เกิน 2 เมตร มีราวบันไดทั้งสองข้าง ลูกตั้งสูงไม่เกิน 15 เซนติเมตร ลูกนอนเมื่อหักส่วนที่ขึ้นบันไดเหลื่อมกันออกแล้วเหลือความกว้างไม่น้อยกว่า 28 เซนติเมตร พื้นผิวของบันไดต้องใช้วัสดุที่ไม่ลื่น ลูกตั้งบันไดห้ามเปิดเป็นช่องโล่ง

5.3.2.3.5 ประตู

ประตูแบบบานเลื่อนเปิดปิดง่าย ไม่มีธรณีประตู ช่องประตูต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ต้องไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูปิดได้เองที่อาจทำให้ประตูหนีบหรือกระแทกผู้สูงอายุ

5.4 ข้อเสนอแนะในการศึกษารั้งต่อไป

1. ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการห้องกิจกรรมในประเทศไทยเพียง 5 แห่งและสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทางด้านผู้สูงอายุเพียง 5 ท่านเท่านั้น จึงควรทำการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการภายในห้องกิจกรรมในที่อื่นเพิ่มเติมให้มากขึ้นและสัมภาษณ์พยาบาลและเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุจำนวนมากกว่านี้ ซึ่งจะ ได้ข้อมูลที่ลึกกว่านี้
2. การสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง นั้นไม่ได้แบ่งประเภทศูนย์ผู้สูงอายุที่ดูแลแบบไปกลับและตลอด 24 ชั่วโมง อาจมีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่แบ่งประเภทมากกว่านี้ จึงควรทำการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุแบบไปกลับและตลอด 24 ชั่วโมง
3. การสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง เป็นการสังเกตเฉพาะในกรุงเทพฯและปริมณฑล ซึ่งเป็นการดำเนินงานของกลุ่มคนไทยเท่านั้น ยังมีศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ต่างจังหวัดและดำเนินงานโดยชาวต่างชาติในประเทศไทยซึ่งควรทำการศึกษาเพิ่มเติมอีกด้วย

บรรณานุกรม

- กนิษฐา บุญธรรมเจริญ, ศิริพันธุ์ สาสัตย์. 2548. “รายงานผลการศึกษาโครงการ: การทบทวน
วรรณกรรมเปรียบเทียบการดูแลระยะยาว (Long Term Care) ในประเทศต่างๆ.” เสนอต่อ
สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ(สปสช.).
- กิจกรรมส่งเสริมเพื่อสุขภาพ และเครือข่ายผู้สูงอายุ สำนักงานส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข. 2551. [Online] . Available : <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai>
- จรินทร์ ธานีรัตน์. 2528. “นันทนาการชุมชน. โอเดียนสโตร์, กรุงเทพมหานคร.
- คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล. 2551. “อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ.”
สารนำรู้สำหรับผู้สูงวัย.
[Online] . Available : <http://www.si.mahidol.ac.th/project/geriatrics/Thaiweb/accident.htm>
- ณฤดี โตตาบ. 2534. “แนวทางการจัดบริการหน่วยบริการเคลื่อนที่แก่ผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร :
ศึกษาเฉพาะกรณีการจัดบริการของหน่วยงานสังกัดกรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์คณะ
สังคมสงเคราะห์ศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ณิชานันท์ เสริมศรี. 2544. “การศึกษาแนวทางในการออกแบบ ทางสถาปัตยกรรมภายในศูนย์
ผู้สูงอายุ กรณีศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครชั้นใน.” วิทยานิพนธ์สถาปัตยกรรมศาสตร์
มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.
- ไทรรัตน์ จารุทัศน์. 2548. “การสัมมนาเรื่อง การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุที่บ้าน.” ภาควิชาเคหะการ
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จัดทำโดย สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรม
อนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ธนุช ตรีทิพย์บุตร. 2551. “สรุปผลเบื้องต้นการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.
2550.” สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.
[Online] . Available: <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/service/survey/older50.pdf>
- บรรลุ ศิริพานิช. 2550. “การดูแลต่อเนื่องและการดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุไทย.” เอกสารสรุป
สาระสำคัญการประชุมวิชาการ เรื่อง บูรณาการความรู้สู่การดูแลผู้สูงอายุเรื้อรัง จัดโดย
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ร่วมกับสมาคมพยาบาลด้านผู้สูงอายุ.
[Online] . Available : hpc7.anamai.moph.go.th/kpi8/heading_DataFile.asp?FileID=4,
- เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม. 2547. “การสำรวจสถานะสุขภาพอนามัยของประชาชนไทย.”
สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.

เขาวรัตน์ ปรปักษ์ขาม. 2551. “นโยบายเรื่องการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ บทเรียนจากประเทศเพื่อนบ้าน.” เอกสารประกอบการบรรยาย, วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

[Online] . Available : http://www.cps.chula.ac.th/pop_info/thai/nop7/aging98.html

วิรัชญา บัวศรี. 2544. “นวัตกรรมและการยอมรับในเรื่องที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ ของอาจารย์ก่อนวัยเกษียณ ในบางมหาลัยในประเทศไทย.” การประชุมวิชาการและวิชาชีพสถาปัตยกรรม ครั้งที่ 1 คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2550. “ศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน: กลไกการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืน.” เครือข่ายวิจัยสุขภาพโดยมูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544. “สวัสดิการผู้สูงอายุ.” โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.

ศศิพัฒน์ ยอดเพชรและวรรณลักษณ์ เมียนเกิด. 2544. “การบริหารจัดการและการขยายสาขาเครือข่ายสาขา: โครงการประเมินการพัฒนาคุณภาพด้านการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุของสาขาสาขา.” โรงพิมพ์ ทีพีเอ็น เพรส, กรุงเทพมหานคร.

ศศิธร กรณา. 2551. “แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ.” มหาวิทยาลัยราชธานี อุบลราชธานี

[Online] . Available : <http://www.rtu.ac.th/home.htm>.

ศิริพันธุ์ สาสัตย์. 2550. “รูปแบบและระบบการดูแลผู้สูงอายุ” เอกสารสรุปสาระสำคัญการประชุมวิชาการเรื่อง บูรณาการความรู้สู่การดูแลผู้สูงอายุเรื่องจริง จัดโดย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ร่วมกับสมาคมพยาบาลด้านผู้สูงอายุ.

[Online] . Available : hpc7.anamai.moph.go.th/kpi8/heading_DataFile.asp?FileID=4,

ศิริพันธุ์ สาสัตย์. 2551. “รูปแบบการดูแลผู้สูงอายุในสถานบริการ.” เอกสารประกอบการบรรยาย พิเศษ ศูนย์อนามัยเขต 1 ณ โรงแรมกรุงศรีวิเวร์

ศูนย์สามวัยสานสายใยรักแห่งครอบครัว. 2551. “กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ.”

[Online] . Available: <http://www.syrbs.com>.

สมจินต์ โฉมวัฒน์ชัย. 2539. “ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการขาดการตอบสนองความต้องการตามทฤษฎีของมาสโลว์ในผู้สูงอายุ.” วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สาระนารู้เพื่อผู้สูงอายุ. 2551 “อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ.” คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล [Online] . Available : <http://www.si.mahidol.ac.th>.

สาระประชากร มหาวิทยาลัยมหิดล. 2551. [Online] . Available : <http://www.ipsr.mahidol.ac.th>.

- สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ 2551. “การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ.” กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข. [Online] . Available : <http://www.agingthai.org> ,
- สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. 2547. “พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546.” [Online] . Available : www.oppo.opp.go.th/info/low.pdf.
- สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. 2549. “รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ.2540.” [Online] . Available : www.etcommission.go.th/documents/laws/th_const.pdf.
- สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ. 2552. “กลุ่มเรื่องที่ต้องวิจัยเร่งด่วนตามนโยบายและยุทธศาสตร์การวิจัยของชาติ.” [Online] . Available : <http://www.nrct.go.th/download/22103.pdf>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานรัฐมนตรี. 2551. “สถิติผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย.” [Online] . Available : <http://www.nso.go.th>
- สำนักงานรัฐมนตรี. 2545. “แผนผู้สูงอายุแห่งชาติฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564).” คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ สำนักงานรัฐมนตรี. กรุงเทพฯ,
- สำนักงานส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการแห่งชาติกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2551. “กฎกระทรวงกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และชรา พ.ศ. 2548.” เอกสารประกอบการสัมมนาเรื่องการออกแบบเพื่อคนทั้งมวล 2008 คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544. “หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ (Principles of Geriatric Medicine).” พิมพ์ครั้งที่ 3. สาขาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุและพญาวิทยา ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร.
- สุรกุล เจนอบรม. 2541. “วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย.” นิชนเอดเวอร์ไทท์ซิงกรุ๊ป. กรุงเทพมหานคร.
- อริยา อรุณินท์. 2540. “สภาพแวดล้อมที่สมบรูณ์ที่เอื้ออาหารต่อผู้ชราและคนพิการ.” การประชุมวิชาการ ครั้งที่1 ภาควิชาสถาปัตยกรรมศาสตร์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

องค์การสหประชาชาติ คณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งภูมิภาคเอเชียและภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก. 2542. “แผนปฏิบัติการเชียงใหม่ กลยุทธ์ การปฏิบัติระดับภูมิภาค สำหรับแผนปฏิบัติการระหว่างประเทศกรุงแมดริด ว่าด้วยการดำเนินงานผู้สูงอายุปี 2002 (พ.ศ 2545) และแผนปฏิบัติการเมืองมาเก๊าว่าด้วยการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก ปี 1999 (พ.ศ.2542).” สำนักพิมพ์ส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ.สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส ,กรุงเทพมหานคร.

Aranyi, L. & Goldman,L.L. 1980. “**Design of long-term care facilities**”. New York :

Van Nostrand Reinhold.

Beijing Social Welfare Institution 1 Beijing Geriatric Hospital. (n.d.). “ **Beijing Social Welfare Institution 1 Beijing Geriatric Hospital.**” Beijing, China: Beijing Social Welfare Institution 1 Beijing Geriatric Hospital.

Breckenridge village. 2008. “**Breckenridge village**”. Ohio.

[Online] . Available : http://www.oprs.org/breckenridge_village/contact.asp

Cavanaugh., J.C. 1997. “**Adult Development and Aging**”. USA: Cole Publishing Company.

Chiara, J.D. & Callender , J.H. .1973. “**Time-saver standards for building types**”. New York : McGraw-Hill,

Goldsmith, S. 2000. “**Universal Design: A Manual of Practical Guidance for Architects.**” Oxford: Architectural Press.

Joseph, D.C. 1992. “**Time-saver standards for interior design and space planning.**” New York : McGraw-Hill

Koncecil, J .A . 1976. “**Designing The Open Nursing Home.**” USA. Dawden , Hutchinson & Ross.

Low County Senior Center. 2008. “**Activities.**”

[Online] . Available : <http://www.ropersaintfrancis.com>.

Regnier, V. 2002. “ **Design for assisted living: Guidelines for housing the physically and mentally frail.**” New York: John Willey & Sons.

Seaton , D.C. & staffs. 1993. “**Physical education Handbook. Eighth Edition.**” New Jersey: Prentice Hall.

The Daughters of Sarah. 2008. “**The Daughters of Sarah.**”

[Online] . Available : <http://www.daughtersofsarah.org>.

The Jefferson. 2008. “**The Jefferson.**” Mid-Atlantic.

[Online] . Available : <http://www.thejeffersonatballston.com>.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสังเกตลักษณะห้องกิจกรรมเพื่องานวิทยานิพนธ์

เรื่อง ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบต่อเนื่อง
กรณีศึกษา : บ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข จังหวัดกาญจนบุรี
สาขาสถาปัตยกรรมภายใน แขนงวิชาวิจัยสภาพแวดล้อมภายใน
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ชื่อนักศึกษา นางสาวกรรณิการ์ ปิจฉิมพิหงค์

ส่วนที่ 1 ข้อมูลสถานที่

1. ชื่อสถานที่.....
2. ที่ตั้ง.....
3. ลักษณะที่ตั้งห้องกิจกรรมอยู่ส่วนไหนของอาคาร.....
.....
4. วัน/เวลาทำการ.....

ส่วนที่ 2 กิจกรรมภายใน

1. กิจกรรมภายในสำหรับผู้สูงอายุมีทั้งหมด.....กิจกรรม

ภาคผนวก ก

2. มีห้องทำกิจกรรมทั้งหมด.....ห้อง

3. ห้องกิจกรรม

1. ห้องทำกิจกรรม.....

2. *ทางเข้าสู่ห้องกิจกรรม ทางลาด ขึ้นบันได พื้นระดับเดียวกัน

3. *ประตู บานเปิด บานเลื่อน

ไม่มีธรณีประตู มีธรณีประตูสูง.....

วัสดุที่ทำประตู.....

4. *ป้ายบอกห้องกิจกรรม มี ไม่มี

5. ลักษณะทั่วไป.....

พื้น.....

ผนัง.....

เพดาน.....

เครื่องเรือน.....

อุปกรณ์อำนวยความสะดวก.....

ภาคผนวก ก

* เป็นกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการทุพพลภาพ และคนชรา พ.ศ.2548

4. ผังและรายละเอียดสภาพแวดล้อมภายในห้องกิจกรรม.....

ผังภายใน	รายละเอียดประกอบ

อื่นๆ.....

.....

ส่วนที่ 3 ข้อมูลทั่วไป

1. จำนวนเจ้าหน้าที่

1.1 แพทย์ที่ดูแลผู้สูงอายุ.....คน

1.2 พยาบาล.....คน

1.3 เจ้าหน้าที่หรือพี่เลี้ยงที่ดูแล.....คน

2. จำนวนผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการ.....คน

2.1 ผู้สูงอายุเพศหญิง.....คน

2.2 ผู้สูงอายุเพศชาย.....คน

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์แพทย์ นักกายภาพ และพยาบาลวิชาชีพดูแลผู้สูงอายุสำหรับห้องกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ

เรื่อง ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบต่อเนื่อง
 สาขาสถาปัตยกรรมภายใน แขนงวิชาวิจัยสภาพแวดล้อมภายใน
 คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
 ชื่อนักศึกษา นางสาวกรรณิการ์ ปัจฉิมพิหงค์

วันที่สัมภาษณ์.....

ส่วนที่1 ข้อมูลทั่วไป

1. ชื่อ.....
2. ชื่อสถานที่ที่ประจำการ.....
3. ประสบการณ์ระยะเวลาในการทำงานด้านผู้สูงอายุ.....

ส่วนที่2 กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

1.คุณหมอบอกเคยไปดูห้องกิจกรรมผู้สูงอายุในต่างประเทศหรือไม่

1.เคย

2.ไม่เคย

2.มีกิจกรรมใดบ้างที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ.....

3.มีการบริหารจัดการเป็นอย่างไรภายในห้องกิจกรรม.....

ภาคผนวก ข

4.นำมาใช้กับคนไทยได้หรือไม่.....

5.กิจกรรมที่ควรจัดให้สำหรับผู้สูงอายุ.....

6.อุปกรณ์ออกกำลังกายอะไรบ้าง.....

7.เกมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ.....

8.อุบัติเหตุที่ควรระวัง.....

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุก่อนปรับปรุง

แบบสัมภาษณ์ที่.....

เลขที่แบบสัมภาษณ์.....

วันที่.....เวลา.....

แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุเพื่องานวิทยานิพนธ์
เรื่อง ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบต่อเนื่อง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลของผู้สูงอายุ

1. ชื่อ.....

2. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี

3. เพศ

- 1) ชาย 2) หญิง

4. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

- 1) ประถมปีที่ 6 หรือต่ำกว่า
 2) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
 3) ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ปวช.
 4) ระดับ ปวส. หรืออนุปริญญา
 5) ระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า
 6) อื่นๆ ระบุ.....

5. สถานภาพปัจจุบัน

- 1) โสด 2) สมรส
 3) คู่สมรสเสียชีวิต 4) หย่าร้าง

6. ท่านมาใช้บริการที่ห้องกิจกรรมแห่งนี้เป็นระยะเวลา

.....ปีเดือน

7. ท่านมีโรคประจำตัว (ตอบได้มากกว่าข้อ)

- 1) ปวดเมื่อยตามร่างกาย
 2) ข้อเสื่อม
 3) นอนไม่หลับ
 4) เวียนศีรษะ
 5) โรคเกี่ยวกับดวงตา
 7) ความดันโลหิตสูง
 8) เบาหวาน
 9) โรคที่เกี่ยวกับสมอง เช่น ความจำเสื่อม อัลไซเมอร์
 10) กลั้นปัสสาวะไม่ได้
 11) โรคหัวใจ
 12) อื่นๆ.....

8. ลักษณะการเคลื่อนไหวของท่าน

- 1) เดินด้วยตนเองได้ 2) ต้องใช้ไม้เท้า

- 3) นั่งรถเข็น

9. ท่านเดินหรือเคลื่อนที่นอกบ้าน(Working outdoor)

- 0) เดินไม่ได้
 1) ใช้รถเข็นและช่วยตัวเองได้ หรือต้องการคนประคอง 2 ข้าง
 2) ต้องการคนช่วยพยุงหรือไปด้วยตลอด
 3) เดินได้เอง (รวมทั้งที่ใช้เครื่องช่วยเดิน)

10. ทำหรือเตรียมอาหาร/หุงข้าว (Cooking)

- 0) ทำไม่ได้
 1) ต้องการคนช่วยในการทำ หรือจัดเตรียมการบางอย่างไว้ให้ล่วงหน้า
 จึงจะทำได้
 2) ทำได้เอง

11. การทำงานบ้าน (Heavy house work)

- 0) ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย 1) ทำได้เอง

12. การแลกเปลี่ยน/เงินทอง

- 0) ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย 1) ทำได้เอง

13. การใช้บริการขนส่งสาธารณะ(Public transportation)

- 0) ไม่สามารถทำได้ 1) ทำได้แต่ต้องมีคนช่วยดูแลไปด้วย
 2) ไปเองได้

ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

14. เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ (ตอบได้มากกว่าข้อ)

- 1) ต้องการออกกำลังกาย 2) ต้องการพบเพื่อน
 3) วางแผนทำกิจกรรมทำ 4) ต้องการหาความรู้เพิ่มเติม
 5) อื่นๆ ระบุ.....

ภาคผนวก ก

15. ช่วงเวลาที่ผ่านมามีท่านเข้าร่วมกิจกรรมใดบ้าง

กิจกรรม ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาและวัฒนธรรม	เข้าร่วม 1
อ่านหนังสือ	
เข้าร่วมการอบรมต่างๆ	
ไหว้พระ นุ่งสมาธิ	
เล่นคอมพิวเตอร์	
วาดรูป ศิลปะ	
ทำงานประดิษฐ์	
ทำอาหาร	
อื่นๆ	

กิจกรรม สมาคมและนันทนาการ	เข้าร่วม 1
บิงโก	
ไพ่	
โดมิโน่	
เกมส์ cross word	
ค่อจิกซอ	
ปาเป้า	
โยนห่วง	
ชมภาพยนตร์	
เล่นดนตรีไทย,สากล	
ร้องคาราโอเกะ	
เล่นกับสัตว์เลี้ยง	
นวดไทย นวดบำบัด	
ร่วมงานสังสรรค์	
สนทนาวงชา กาแฟ	
ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	
อื่นๆ	

ภาคผนวก ค

กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและ โภชนาการ	เข้าร่วม 1
ออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย	
โยคะ	
แอโรบิค	
รำไทเก๊ก	
กายภาพบำบัด	
รำไม้พลอง	
วอลเลย์บอลลูกโป่ง	
เดินจ็อกกิ้ง	
เดินลีลาศ	
อื่นๆ	

16. กิจกรรมที่ท่านชื่นชอบคือกิจกรรม.....

.....

17. ท่านยังได้ทำกิจกรรมที่ท่านชื่นชอบนั้นอยู่หรือไม่

- 0) ไม่ได้ทำแล้ว 1) ยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่

18. สุขภาพของท่านเป็นอย่างไรหลังจากเข้าใช้บริการห้องกิจกรรม

- 0) ร่างกายอ่อนแอลง 1) ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง
 2) แข็งแรงขึ้น

19. ปัจจุบันสุขภาพของท่านเป็นอย่างไร

- 0) ร่างกายอ่อนแอลง 1) ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง
 2) แข็งแรงขึ้น

20. ท่านเคยประสบอุบัติเหตุจากกิจกรรมที่ท่านทำหรือไม่

- 0) ไม่เคย 1) เคย

21. จากข้อ 6 ท่านเคยประสบอุบัติเหตุจากกิจกรรม.....

22. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ค

ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่ท่านต้องการ

23. ท่านต้องการให้คนภายนอกมองเห็นท่านทำกิจกรรมหรือไม่

- 0) ไม่ต้องการ 1) ต้องการ

24. ท่านอยากให้ห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบหรือโปร่งมองเห็นภายนอกได้ (มีภาพประกอบ)

- 1) ผนังปิดทึบ 2) โปร่งมองเห็นภายนอกได้

25. กิจกรรมงานประดิษฐ์ท่านคิดว่าควรนั่งทำกิจกรรมแบบไหนที่สุด (มีภาพประกอบ)

- 1) นั่งโต๊ะเก้าอี้ 2) นั่งกับพื้น

26. ท่านคิดว่าห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องต้องมีการระบายอากาศใหญ่หรือไม่ (มีภาพประกอบ)

- 0) ไม่จำเป็น 1) จำเป็น

27. โต๊ะนั่งทำกิจกรรมรวมทั้งท่านคิดว่าควรเป็นแบบไหน (มีภาพประกอบ)

- 1) แบบสี่เหลี่ยม

28. ท่านคิดว่าเก้าอี้ควรเป็นแบบไหน (มีภาพประกอบ)

- 1) ไม่มีที่วางแขน 2) มีที่วางแขน

29. ท่านคิดว่ารูปแบบชั้นวางหนังสือควรเป็นแบบไหน (มีภาพประกอบ)

- 1) ผู้สำเร็จมีกระจกปิด 2) ผู้สำเร็จเปิดโล่ง
 3) ชั้นติดผนัง

30. ภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศหรือไม่

- 0) ไม่จำเป็น 1) จำเป็น

31. การตกแต่งภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าควรแบบไหนมากที่สุด (มีภาพประกอบ)

- 1) โมเดิร์น 2) ผสมผสานแบบไทย
 3) เรียบง่าย 4) หลุยส์คลาสสิก

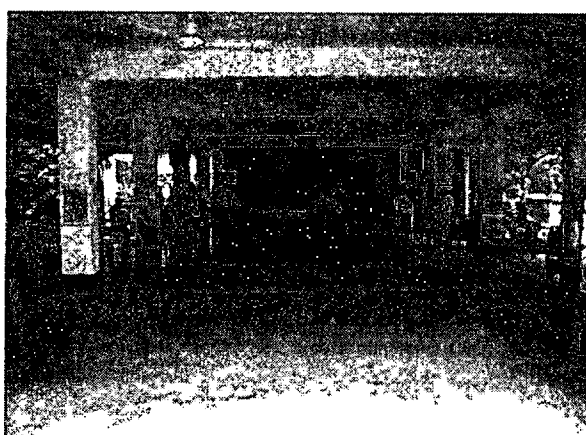
32. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ.....2)แบบกลม.....

รูปภาพประกอบคำถาม

24. ท่านอยากให้ห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบหรือโปร่งมองเห็นภายนอกได้ (มีภาพประกอบ)



1) ผนังปิดทึบ



2) โปร่งมองเห็นภายนอกได้

ภาคผนวก ค

25. กิจกรรมงานประดิษฐ์ที่ท่านชอบนั่งทำกิจกรรมแบบไหนมากกว่ากัน(มีภาพประกอบ)

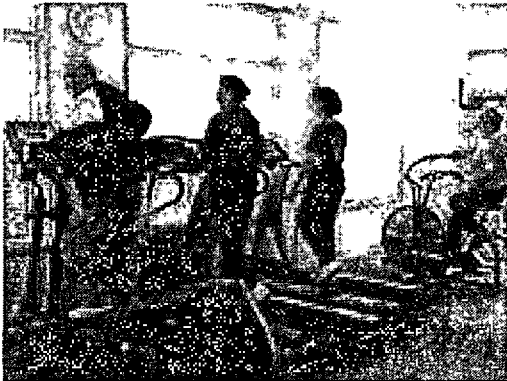


1) นั่งโต๊ะ

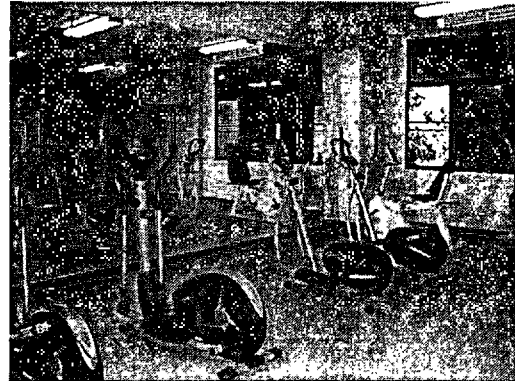


2) นั่งกับพื้น

26. ท่านคิดว่าห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องต้องมึกระแจะงานานใหญ่หรือไม่ (มีภาพประกอบ)

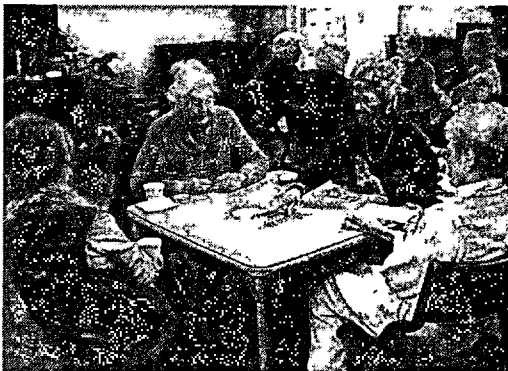


0) ไม่จำเป็น



1) จำเป็น

27. โต๊ะนั่งทำกิจกรรมรวมที่ท่านชอบ (มีภาพประกอบ)



1) แบบเหลี่ยม



2) แบบกลม

ภาคผนวก ค

28. ท่านชอบนั่งเก้าอี้แบบมีที่วางแขนหรือไม่



1) ไม่มีที่วางแขน



2) มีที่วางแขน

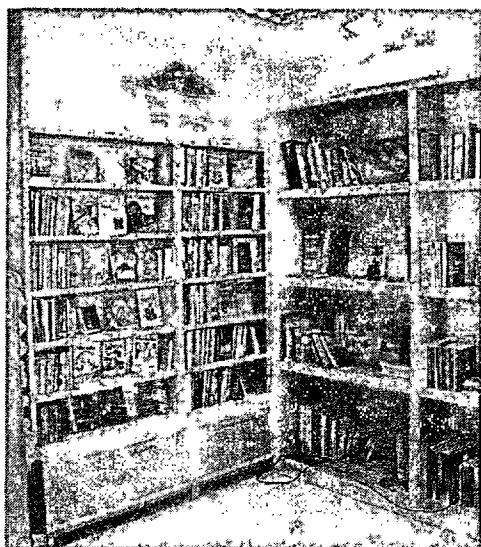
29. รูปแบบชั้นหนังสือที่ท่านชอบ (มีภาพประกอบ)



1) ตู้สำเร็จมีกระจกปิด

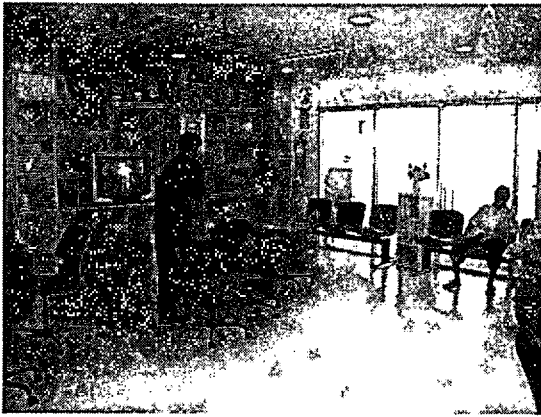


2) ตู้สำเร็จเปิดโล่ง

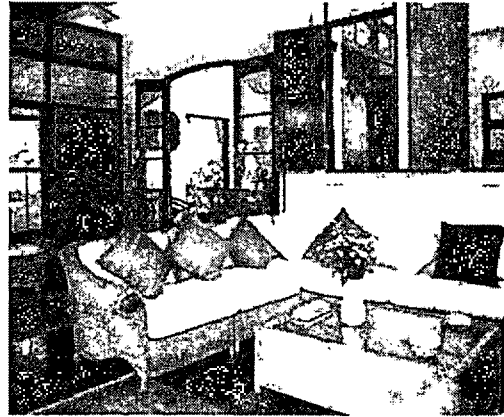


3) ชั้นติดผนัง

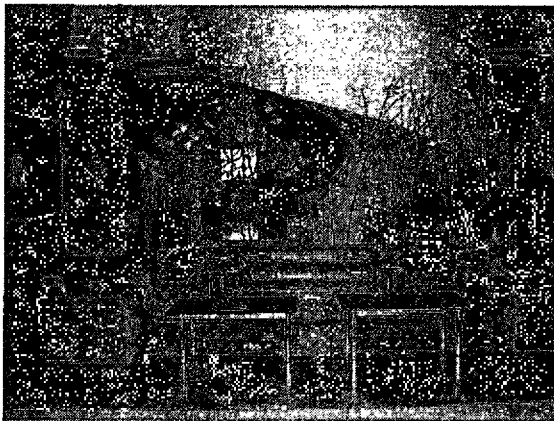
31.การตกแต่งบ้านชอบแบบไหนมากที่สุด (มีภาพประกอบ)



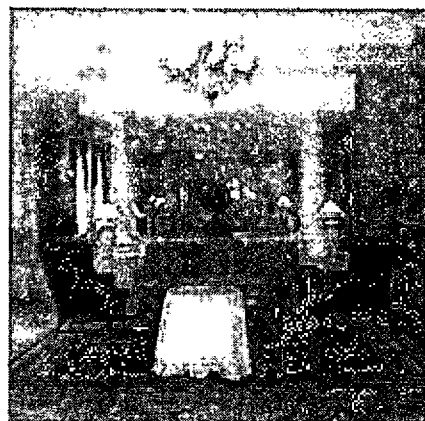
1)โมเดิร์น



2)ผสมผสานแบบไทย



3)เรียบง่าย



4)หลุยส์คลาสสิก

ภาคผนวก ค
แบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้ว

สถานที่.....

เลขที่แบบสอบถาม.....

วันที่.....เวลา.....

แบบสอบถามผู้สูงอายุเพื่องานวิทยานิพนธ์
เรื่อง ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุแบบต่อเนื่อง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลของผู้สูงอายุ

1. ชื่อ.....

2. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี

3. เพศ

1) ชาย

2) หญิง

4. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

1) ประถมปีที่ 6 หรือต่ำกว่า

4) ระดับ ปวส. หรือ

อนุปริญญา

2) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

5) ระดับปริญญาตรี

หรือสูงกว่า

3) ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ปวช.

6) อื่นๆ ระบุ.....

5. สถานภาพปัจจุบัน

1) โสด

2) สมรส

3) คู่สมรสเสียชีวิต

4) หย่าร้าง

6. ท่านมาใช้บริการที่ห้องกิจกรรมแห่งนี้เป็นระยะเวลาปีเดือน

7. ท่านมีโรคประจำตัว (ตอบได้มากกว่าข้อ)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1)ปวดเมื่อยตามร่างกาย | <input type="checkbox"/> 6)ความดันโลหิตสูง |
| <input type="checkbox"/> 2)ข้อเสื่อม | <input type="checkbox"/> 7)เบาหวาน |
| <input type="checkbox"/> 3)นอนไม่หลับ | <input type="checkbox"/> 8)โรคที่เกี่ยวกับสมอง เช่น อัลไซเมอร์ |
| <input type="checkbox"/> 4)เวียนศีรษะ | <input type="checkbox"/> 9)กลั้นปัสสาวะไม่ได้ |
| <input type="checkbox"/> 5)โรคเกี่ยวกับดวงตา | <input type="checkbox"/> 10)โรคหัวใจ |
| | <input type="checkbox"/> 11) อื่นๆ..... |

8. ลักษณะการเคลื่อนไหวของท่าน

- 1)เดินด้วยตนเองได้ 2)ต้องใช้ไม้เท้า 3)นั่งรถเข็น

9. ท่านเดินหรือเคลื่อนที่นอกบ้าน(Working outdoor)

- 0) เดินไม่ได้
- 1) ใช้รถเข็นและช่วยตัวเองได้ หรือต้องการคนประคอง2 ข้าง
- 2) ต้องการคนช่วยพยุงหรือไปด้วยตลอด
- 3) เดินได้เอง (รวมทั้งที่ใช้เครื่องช่วยเดิน)

10. ทำหรือเตรียมอาหาร/หุงข้าว (Cooking)

- 0) ทำไม่ได้
- 1) ต้องการคนช่วยในการทำ หรือจัดเตรียมการบางอย่างไว้ให้ล่วงหน้าจึงจะทำได้
- 2) ทำได้เอง

ภาคผนวก ค

11. การทำงานบ้าน (Heavy house work)

- 0) ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย 1) ทำได้เอง

12. การแลกเปลี่ยน/เงินทอน

- 0) ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย 1) ทำได้เอง

13. การใช้บริการขนส่งสาธารณะ(Public transportation)

- 0) ไม่สามารถทำได้ 1) ทำได้แต่ต้องมีคนช่วยดูแลไปด้วย
 2) ไปเองได้

ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

14. เหตุผลที่เข้ามาใช้ห้องกิจกรรมเพื่อผู้สูงอายุ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1) ต้องการออกกำลังกาย 2) ต้องการพบเพื่อน
 3) ว่างๆมาหากิจกรรมทำ 4) ต้องการหาความรู้เพิ่มเติม
 5) อื่นๆ ระบุ.....

ภาคผนวก ค

15. ช่วงเวลาที่ผ่านมามีท่านเข้าร่วมกิจกรรมใดบ้าง

กิจกรรม สมาคมและนันทนาการ	เข้าร่วม 1
บิงโก	
ไพ่	
โดมิโน	
เกมส์ cross word	
ต่อจิ๊กซอ	
ปาเป้า	
โยนห่วง	
ชมภาพยนตร์	
เล่นดนตรีไทย,สากล	
ร้องคาราโอเกะ	
เล่นกับสัตว์เลี้ยง	
นวดไทย นวดบำบัด	
ร่วมงานสังสรรค์	
สนทนาวงชา กาแฟ	
ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	
อื่นๆ	

ภาคผนวก ค

กิจกรรม ที่เกี่ยวกับการศึกษาและ วัฒนธรรม	เข้าร่วม 1
อ่านหนังสือ	
เข้าร่วมการอบรมต่างๆ	
ไหว้พระ นั่งสมาธิ	
เล่นคอมพิวเตอร์	
วาดรูป ศิลปะ	
ทำงานประดิษฐ์	
ทำอาหาร	
อื่นๆ	

กิจกรรมด้านสุขภาพ อนามัยและโภชนาการ	เข้าร่วม 1
ออกกำลังกายด้วยเครื่อง	
โยคะ	
แอร์โรบิก	
รำไทเก๊ก	
กายภาพบำบัด	
รำไม้พลอง	
วอลเลย์บอลลูกโป่ง	
เดินจ็อกกิ้ง	
เต้นลีลาศ	
อื่นๆ	

ภาคผนวก ค

16. กิจกรรมที่ท่านชื่นชอบคือกิจกรรม.....

17. ท่านยังได้ทำกิจกรรมที่ท่านชื่นชอบนั้นอยู่หรือไม่

0) ไม่ได้ทำแล้ว 1) ยังได้ทำกิจกรรมนั้นอยู่

18. สุขภาพของท่านเป็นอย่างไรหลังจากเข้าใช้บริการห้องกิจกรรม

0) ร่างกายอ่อนแอลง 1) ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง

2) แข็งแรงขึ้น

19. ปัจจุบันสุขภาพของท่านเป็นอย่างไร

0) ร่างกายอ่อนแอลง 1) ไม่มีอะไรเปลี่ยนแปลง

2) แข็งแรงขึ้น

20. ท่านเคยประสบอุบัติเหตุจากกิจกรรมที่ท่านทำหรือไม่

0) ไม่เคย 1) เคย

21. จากข้อ 6 ท่านเคยประสบอุบัติเหตุจากกิจกรรม.....

22. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ.....

.....

.....

ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่ท่านต้องการ

23. ท่านต้องการให้คนภายนอกมองเห็นท่านทำกิจกรรมหรือไม่

0) ไม่ต้องการ

1) ต้องการ

24. ท่านอยากให้ห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบหรือโปร่งมองเห็นภายนอกได้



1) ผนังปิดทึบ



2) โปร่งมองเห็นภายนอกได้

25. กิจกรรมงานประดิษฐ์ท่านคิดว่าควรนั่งทำกิจกรรมแบบไหนที่สุด



1) นั่งโต๊ะ



2) นั่งกับพื้น

ภาคผนวก ค

26. ท่านคิดว่าห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องต้องมีกระจกเงาบานใหญ่หรือไม่

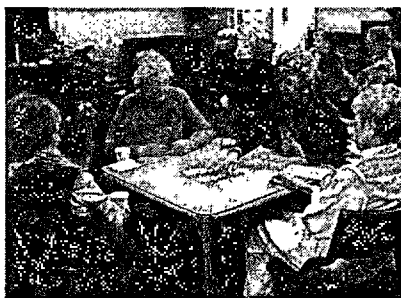


0) ไม่จำเป็น



1) จำเป็น

27. โต๊ะนั่งทำกิจกรรมรวมท่านคิดว่าควรเป็นแบบไหน



1) แบบเหลี่ยม



2) แบบกลม

28. ท่านคิดว่าเก้าอี้ควรเป็นแบบไหน

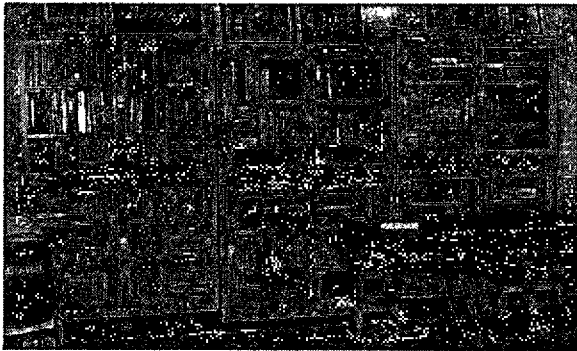


1) ไม่มีที่วางแขน

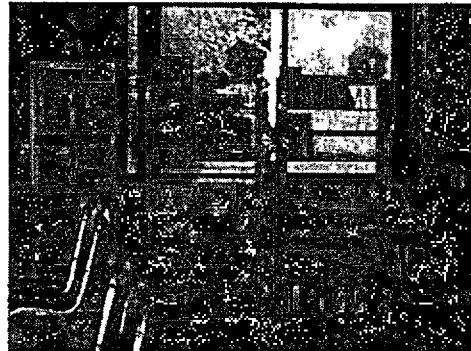


2) มีที่วางแขน

29. ท่านคิดว่ารูปแบบชั้นวางหนังสือควรเป็นแบบไหน



1) ตู้สำเร็จมีกระจกปิด



2) ตู้สำเร็จเปิดโล่ง



3) ชั้นติดผนัง

30. ภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศหรือไม่

0) ไม่จำเป็น

1) จำเป็น

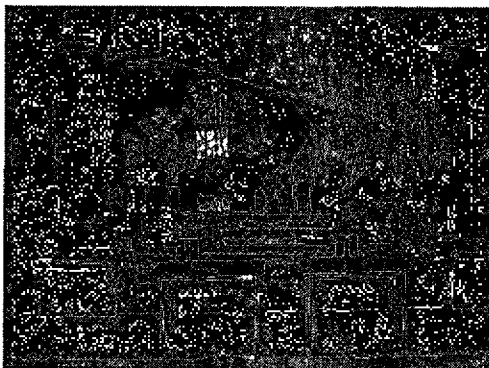
31. การตกแต่งภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าควรแบบไหนมากที่สุด



1) โมเดิร์น



2) ผสมผสานแบบไทย



3) เรียบง่าย



4) หลุยส์คลาสสิก

32. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ

.....

.....

- ขอบพระคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถาม -

ภาคผนวก ง

แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

สถานที่.....

เลขที่แบบสอบถาม.....

วันที่.....เวลา.....

แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุเพื่องานวิทยานิพนธ์

เรื่อง ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ส่วนที่ 1 ข้อมูลของผู้สูงอายุ

1. ชื่อ.....

2. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี

3. เพศ

 1) ชาย 2) หญิง

4. ระดับการศึกษาสูงสุดของท่าน

 1) ประถมปีที่ 6 หรือต่ำกว่า 4) ระดับ ปวส. หรือ

อนุปริญญา

 2) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น 5) ระดับปริญญาตรี

หรือสูงกว่า

 3) ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือ ปวช. 6) อื่นๆ ระบุ

.....

5. สถานภาพปัจจุบัน

 1) โสด 2) สมรส 3) คู่สมรสเสียชีวิต 4) หย่าร้าง

6. ท่านมาใช้บริการที่บ้านอุดมสุขแห่งนี้เป็นระยะเวลา.....ปีเดือน

ภาคผนวก ง

7. ท่านมีโรคประจำตัว (ตอบได้มากกว่า1ข้อ)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1)ปวดเมื่อยตามร่างกาย | <input type="checkbox"/> 6)ความดันโลหิตสูง |
| <input type="checkbox"/> 2)ข้อเสื่อม | <input type="checkbox"/> 7)เบาหวาน |
| <input type="checkbox"/> 3)นอนไม่หลับ | <input type="checkbox"/> 8)โรคที่เกี่ยวกับสมอง เช่น อัลไซเมอร์ |
| <input type="checkbox"/> 4)เวียนศีรษะ | <input type="checkbox"/> 9)กลั้นปัสสาวะไม่ได้ |
| <input type="checkbox"/> 5)โรคเกี่ยวกับดวงตา | <input type="checkbox"/> 10)โรคหัวใจ |
| | <input type="checkbox"/> 11) อื่นๆ..... |

8. ลักษณะการเคลื่อนไหวของท่าน

- | | | |
|---|---|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1)เดินด้วยตนเองได้ | <input type="checkbox"/> 2)ต้องใช้ไม้เท้า | <input type="checkbox"/> 3)นั่งรถเข็น |
|---|---|---------------------------------------|

9. ท่านเดินหรือเคลื่อนที่นอกบ้าน(Working outdoor)

- 0) เดินไม่ได้
- 1) ใช้รถเข็นและช่วยตัวเองได้ หรือต้องการคนประคอง2 ข้าง
- 2) ต้องการคนช่วยพยุงหรือไปด้วยตลอด
- 3) เดินได้เอง (รวมทั้งที่ใช้เครื่องช่วยเดิน)

10. ทำหรือเตรียมอาหาร/หุงข้าว (Cooking)

- 0) ทำไม่ได้
- 1) ต้องการคนช่วยในการทำ หรือจัดเตรียมการบางอย่างไว้ให้ล่วงหน้าจึงจะทำได้
- 2) ทำได้เอง

11. การทำงานบ้าน (Heavy house work)

- 0) ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย
- 1) ทำได้เอง

ภาคผนวก ง

12. การแลกเปลี่ยน/เงินทอน

- 0) ทำไม่ได้/ต้องมีคนช่วย 1) ทำได้เอง

13. การใช้บริการขนส่งสาธารณะ(Public transportation)

- 0) ไม่สามารถทำได้ 1) ทำได้แต่ต้องมีคนช่วยดูแลไปด้วย
 2) ไปเองได้

ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุต้องการ

14. เหตุผลที่ท่านอยากให้มีห้องกิจกรรม (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 1) ต้องการออกกำลังกาย 2) ต้องการพบเพื่อน
 3) ว่างๆมาหากิจกรรมทำ 4) ต้องการหาความรู้เพิ่มเติม
 5) อื่นๆ ระบุ.....

ภาคผนวก ง

15. ท่านอยากมีกิจกรรมใดบ้างภายในบ้านมีความสุข (ตอบได้มากกว่า1ข้อ)

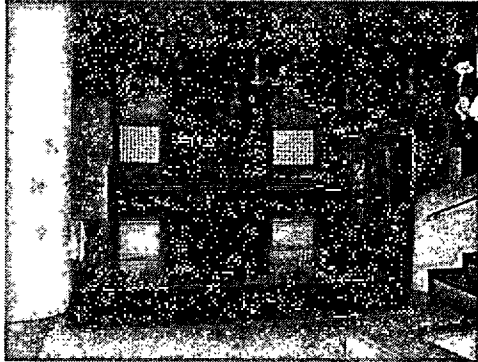
กิจกรรม สมาคมและนันทนาการ	เข้าร่วม 1
บิงโก	
ไพ่	
โดมิโน่	
เกมส์ cross word	
ต่อจิ๊กซอ	
ปาเป้า	
โยนห่วง	
ชมภาพยนตร์	
เล่นดนตรีไทย,สากล	
ร้องคาราโอเกะ	
เล่นกับสัตว์เลี้ยง	
นวดไทย นวดบำบัด	
ร่วมงานสังสรรค์	
สนทนาวงชา กาแฟ	
ร่วมกิจกรรมตามเทศกาล	
อื่นๆ	

ภาคผนวก ง

กิจกรรม ที่เกี่ยวกับการศึกษาและ วัฒนธรรม	เข้าร่วม 1
อ่านหนังสือ	
เข้าร่วมการอบรมต่างๆ	
ไหว้พระ นั่งสมาธิ	
เล่นคอมพิวเตอร์	
วาดรูป ศิลปะ	
ทำงานประดิษฐ์	
ทำอาหาร	
อื่นๆ	
กิจกรรมด้านสุขภาพ อนามัยและโภชนาการ	เข้าร่วม 1
ออกกำลังกายด้วยเครื่อง	
โยคะ	
แอร์โรบิค	
รำไทเก๊ก	
กายภาพบำบัด	
รำไม้พลอง	
วอลเลย์บอลลูกโป่ง	
เดินจ็อกกิ้ง	
เต้นลีลาศ	
อื่นๆ	

ภาคผนวก ง

23. ท่านอยากให้ห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบหรือ โปร่งมองเห็นภายนอกได้



1) ผนังปิดทึบ



2) โปร่งมองเห็นภายนอกได้

24. ท่านคิดว่าห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องต้องมึ่กระจกเงาบานใหญ่หรือไม่



0) ไม่จำเป็น



1) จำเป็น

25. โต๊ะนั่งทำกิจกรรมรวมท่านคิดว่าควรเป็นแบบไหน



1) แบบเหลี่ยม



2) แบบกลม

26. ท่านคิดว่าเก้าอี้ควรเป็นแบบไหน



1) ไม่มีที่วางแขน

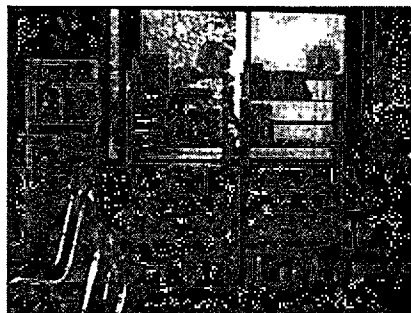


2) มีที่วางแขน

27. ท่านคิดว่ารูปแบบชั้นวางหนังสือควรเป็นแบบไหน



1) ตู้สำเร็จมีกระจกปิด



2) ตู้สำเร็จเปิดโล่ง



3) ชั้นติดผนัง

28. ภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศหรือไม่

0) ไม่จำเป็น

1) จำเป็น

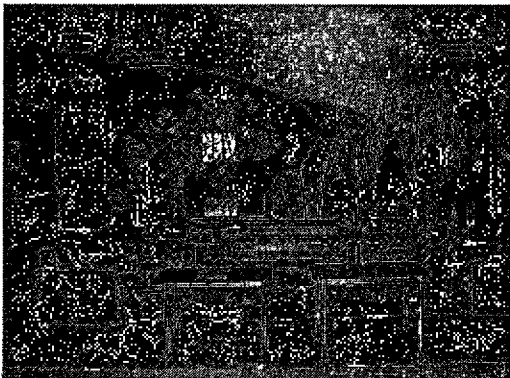
29. การตกแต่งภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าควรแบบไหนมากที่สุด



1) โมเดิร์น



2) ผสมผสานแบบไทย



3) เรียบง่าย



4) หลุยส์คลาสสิก

30. ประตูห้องกิจกรรมควรเป็นแบบไหน

1) บานเปิด

2) บานเลื่อน

31. ควรมีลิฟท์โดยสารภายในหรือไม่

0) ไม่จำเป็น

1) จำเป็น

ภาคผนวก ง

32. ท่านเคยใช้เครื่องออกกำลังกาย(ปั่นจักรยาน)ภายในบ้านอุดมสุขหรือไม่

0) ไม่เคย

1) เคย

33. ส่วนใหญ่ท่านมาทำกิจกรรมอะไรบริเวณ โถงกิจกรรมรวม.....

.....

34. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ.....

.....

.....

ส่วนที่4 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุข

35.ท่านอยากให้ภายในบ้านอุดมสุขมีห้องกิจกรรมใดบ้าง

1)ห้องสมุด

2)ห้องพระ

3)ห้องออกกำลังกาย

4)ห้องชมภาพยนตร์

5)

6)

36.ถ้ามีห้องกิจกรรมที่ท่านเลือก ท่านจะเข้าใช้บริการหรือไม่

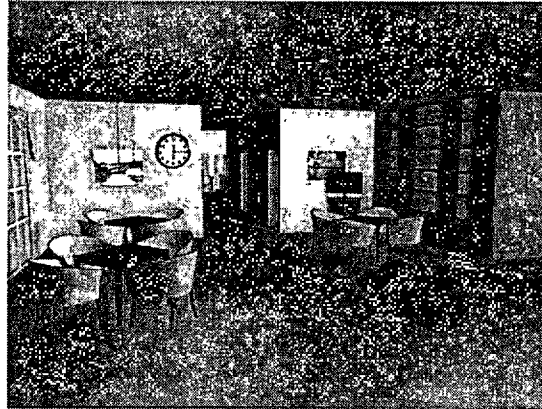
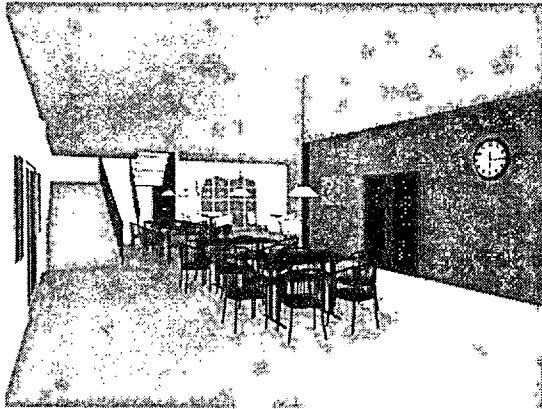
0)ไม่เข้าใช้

1)เข้าใช้

เหตุผล.....

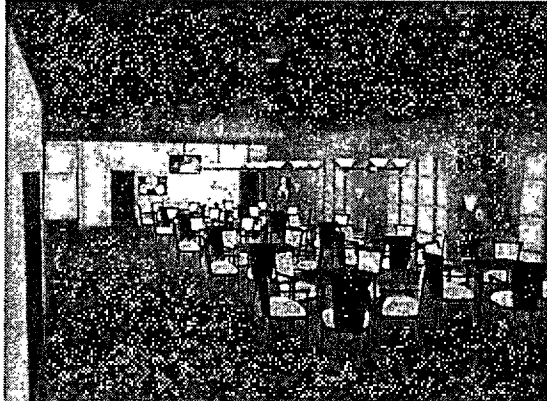
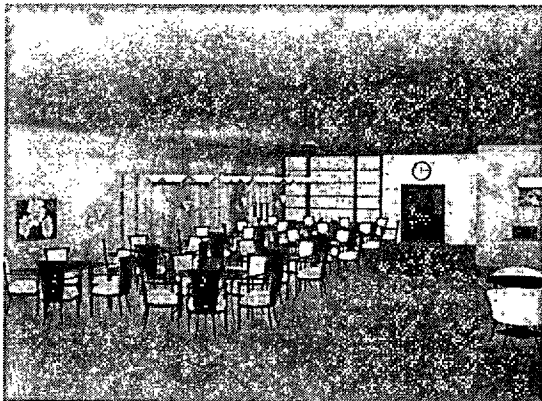
.....

37. ห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์(ดูแปลนและ โมเดลประกอบ)


 1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

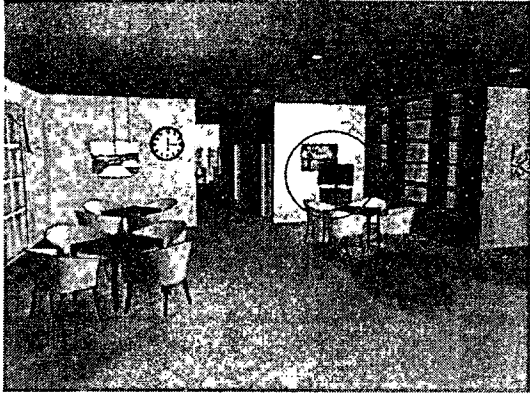

 2) ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

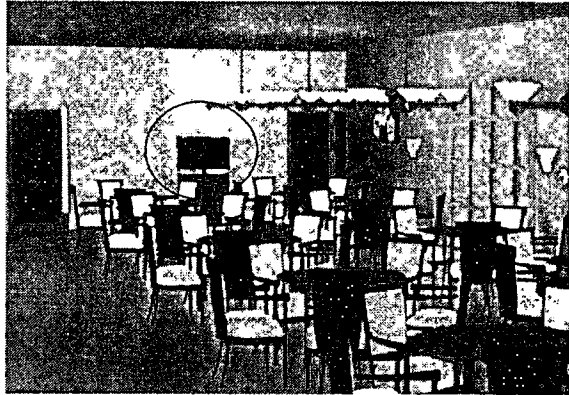
- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

ภาคผนวก ง

38. โททัศน์ภายในห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ควรถັังโต๊ะหรือแขวนเพดาน



ปรับปรุงน้อย



ปรับปรุงมาก

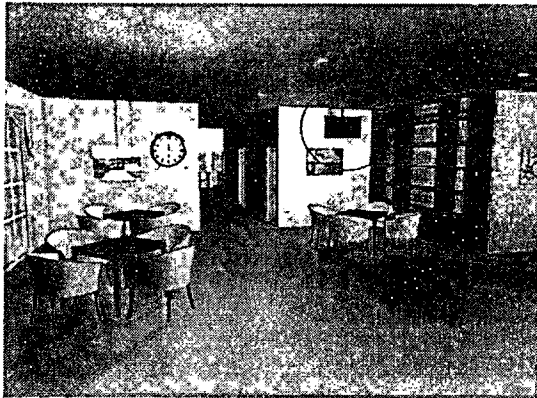
 1)แบบตั้ง โต๊ะ

ความคิดเห็น

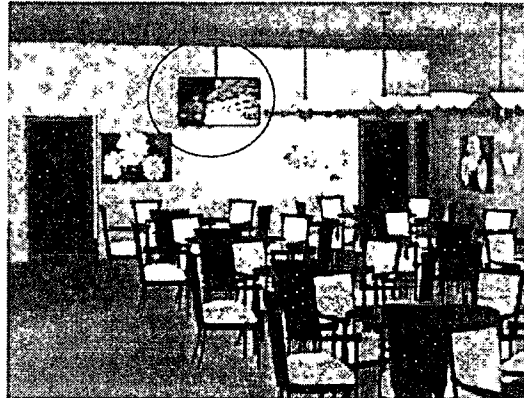
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....



ปรับปรุงน้อย



ปรับปรุงมาก

 2)แบบแขวนเพดาน

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

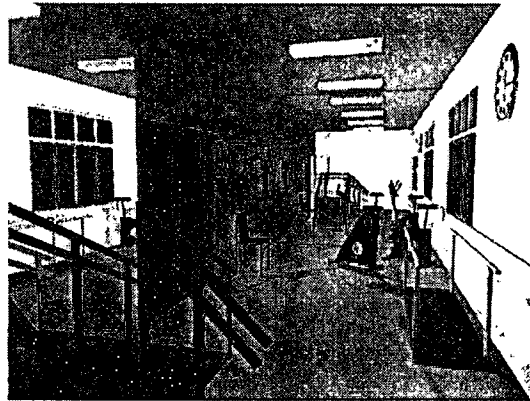
- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

39. ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัดควรมีกระจกเงาหรือไม่

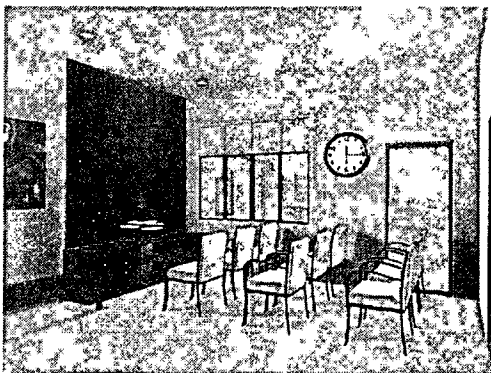


0) ไม่จำเป็น



1) จำเป็น

40. ห้องพระควรจัดแบบไหน(ดูแปลนและ โมเดลประกอบ)



1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....



2) ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

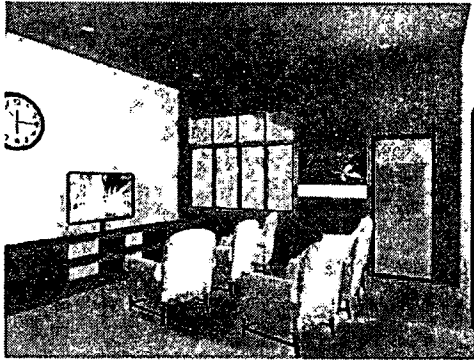
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....

41. ห้องดูโทรทัศน์ควรจัดแบบไหน(ดูแปลนและโมเดลประกอบ)


 1) ปรับปรุงน้อย

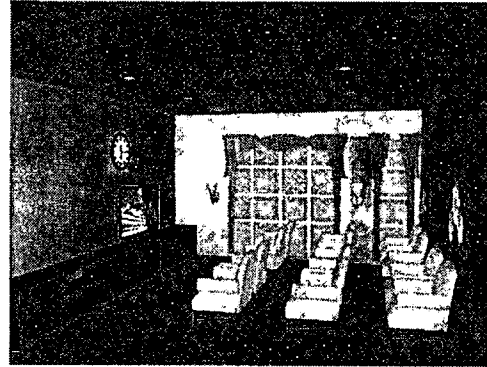
ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....


 2) ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

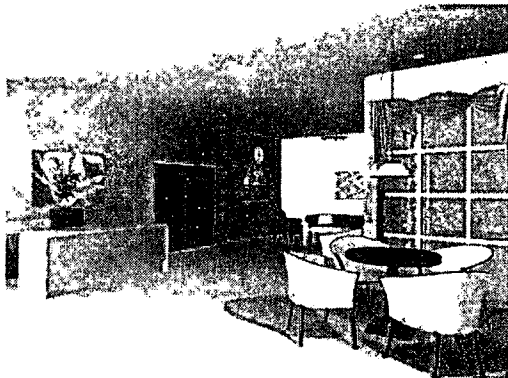
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....

42. ห้องโถงต้อนรับด้านหน้าควรจัดแบบไหน (ดูแปลนและ โมเดลประกอบ)


 1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....


 2) ปรับปรุงมาก

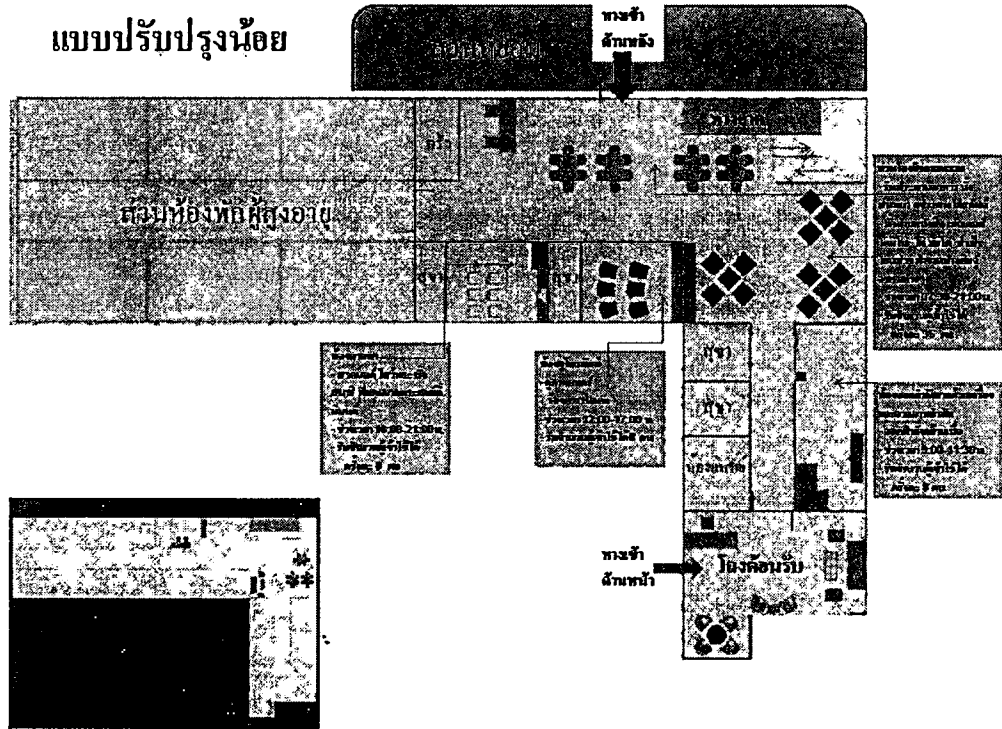
ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

43. ท่านเห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแบบไหนมากที่สุด (ดูจากโมเดลและภาพ)



1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น.....

ภาคผนวก จ

แบบสัมภาษณ์พยาบาลเจ้าหน้าที่ภายในบ้านพักผู้สูงอายุอุดมสุข

ส่วนที่ 1 ข้อมูลของเจ้าหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ

1. ชื่อ.....
- 2.ประจำหน้าที่.....
3. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี
4. ท่านทำงานที่บ้านอุดมสุขแห่งนี้เป็นระยะเวลา..... ปีเดือน

ส่วนที่ 2 กิจกรรมที่ต้องการ

5. ผู้สูงอายุที่ท่านดูแลชอบทำกิจกรรมอะไรมากที่สุดในแต่ละวัน

.....

.....

.....

ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่พยาบาลเจ้าหน้าที่ต้องการ (เลือกตอบ 1 ข้อ)

6. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุต้องการให้คนภายนอกมองเห็นท่านทำกิจกรรมหรือไม่

0) ไม่ต้องการ 1) ต้องการ

7. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุอยากให้ห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบหรือโปร่งมองเห็นภายนอกได้

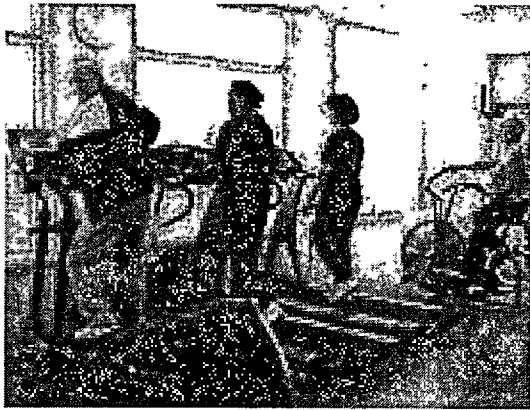


1) ผนังปิดทึบ

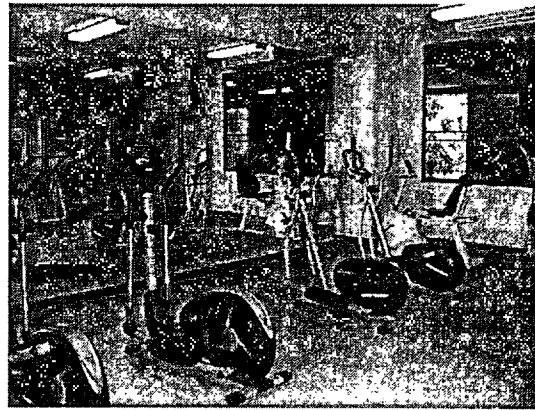
2) โปร่งมองเห็นภายนอกได้

ภาคผนวก จ

8. ท่านคิดว่าห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องต้องมีกระจกเงาบานใหญ่หรือไม่



0) ไม่จำเป็น



1) จำเป็น

9. โต๊ะนั่งทำกิจกรรมรวมสำหรับผู้สูงอายุท่านคิดว่าควรเป็นแบบไหน



1) แบบเหลี่ยม



2) แบบกลม

10. ท่านคิดว่าเก้าอี้สำหรับผู้สูงอายุควรเป็นแบบไหน



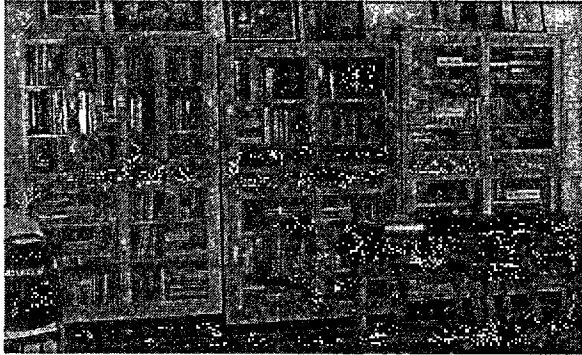
1) ไม่มีที่วางแขน



2) มีที่วางแขน

ภาคผนวก จ

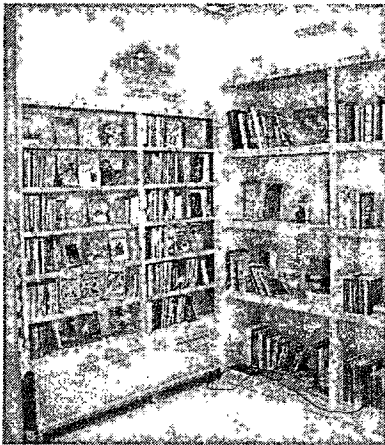
11. ท่านคิดว่ารูปแบบชั้นวางหนังสือควรเป็นแบบไหน



1) ตู้สำเร็จมีกระจกปิด

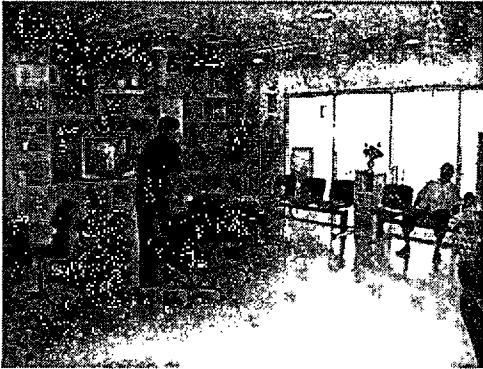


2) ตู้สำเร็จเปิดโล่ง

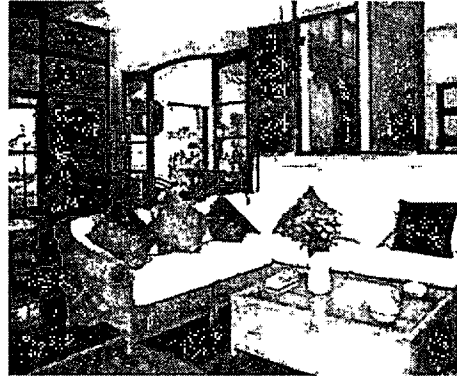


3) ชั้นติดผนัง

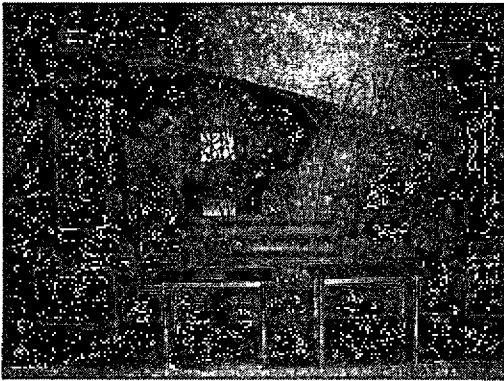
29. การตกแต่งภายในห้องกิจกรรมท่านคิดว่าควรแบบไหนมากที่สุด



1)โมเดิร์น



2)ผสมผสานแบบไทย



3)เรียบง่าย



4)หลุยส์คลาสสิก

13. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ

.....

.....

ส่วนที่4 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุข

14.ท่านอยากให้ภายในบ้านอุดมสุขมีห้องกิจกรรมใดบ้าง

1)ห้องสมุด

2)ห้องพระ

3)ห้องออกกำลังกาย

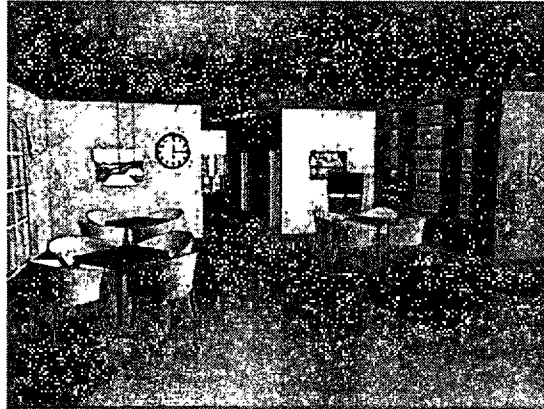
4)ห้องชมภาพยนตร์

5)

6)

ภาคผนวก จ

15. ห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์(ดูแปลนและโมเดลประกอบ)

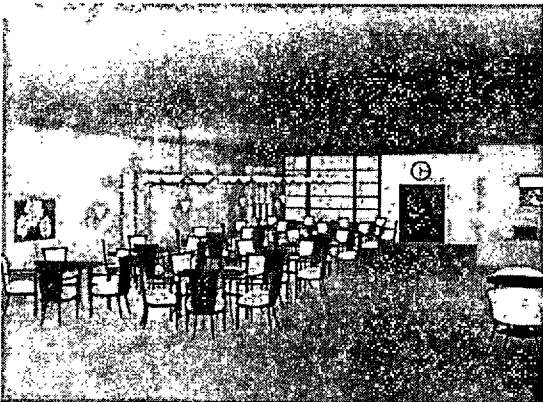

 1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....


 2) ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

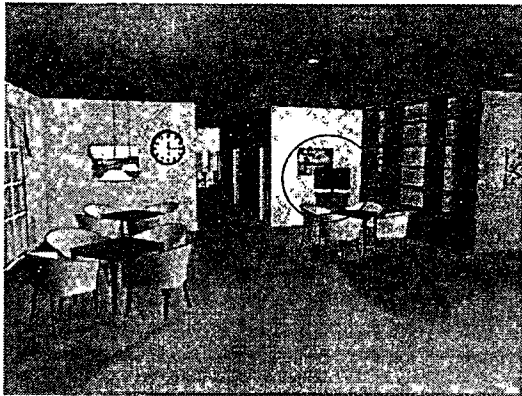
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

ภาคผนวก จ

16. โทรทศน์ภายในห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์ควรถัง โต๊ะหรือแขวนเพดาน



ปรับปรุงน้อย



ปรับปรุงมาก

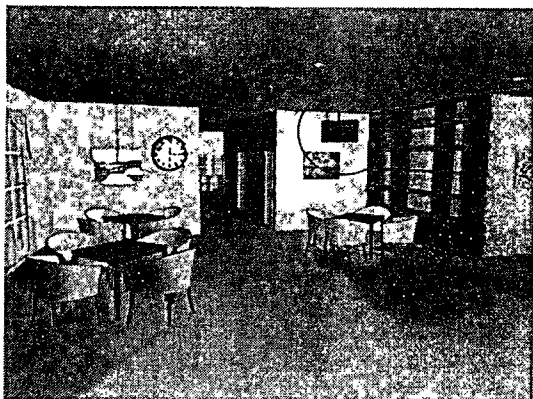
 1)แบบตั้ง โต๊ะ

ความคิดเห็น

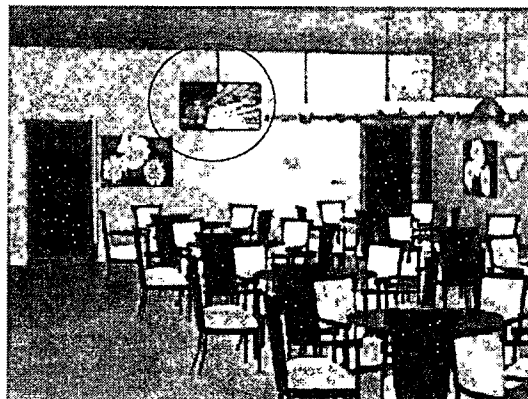
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....



ปรับปรุงน้อย



ปรับปรุงมาก

 2)แบบแขวนเพดาน

ความคิดเห็น

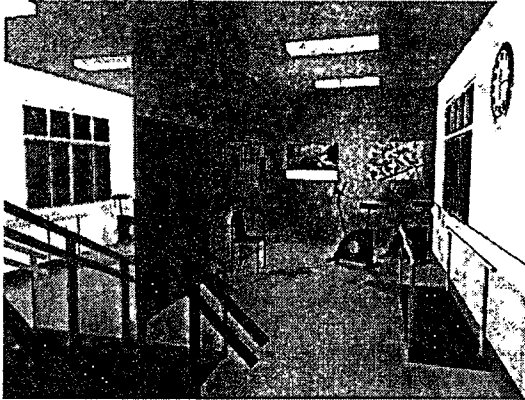
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

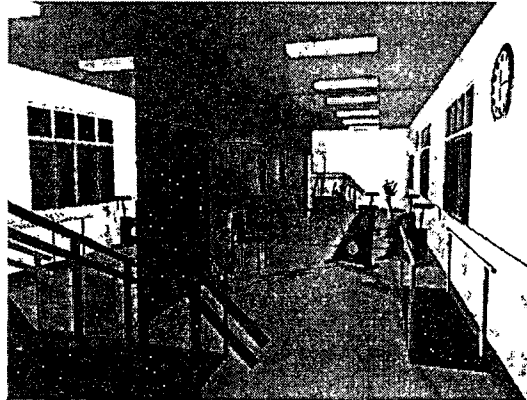
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

ภาคผนวก จ

17. ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัดควรมีกระจกเงาหรือไม่

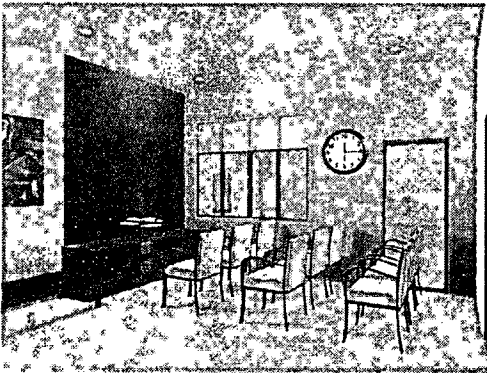


0) ไม่จำเป็น

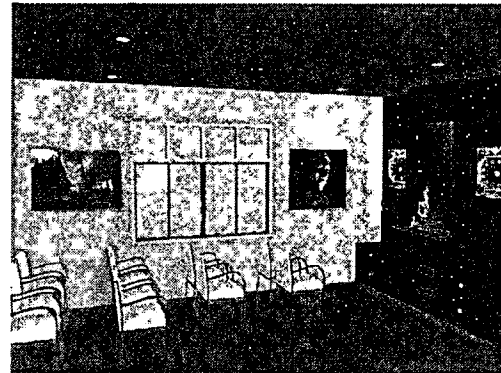


1) จำเป็น

18. ห้องพระกวจัดแบบไหน(ดูแปลนและ โมเดลประกอบ)



ปรับปรุงน้อย



2) ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....

ความคิดเห็น

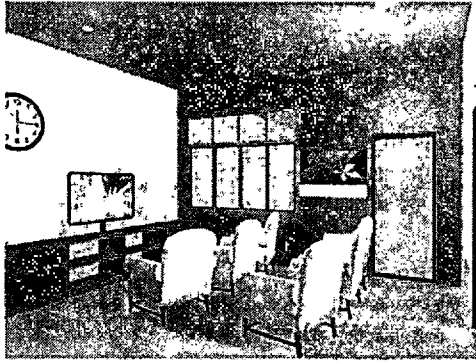
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....

19. ห้องดูโทรทัศน์ควรจัดแบบไหน (ดูแปลนและ โมเดลประกอบ)



ปรับปรุงน้อย

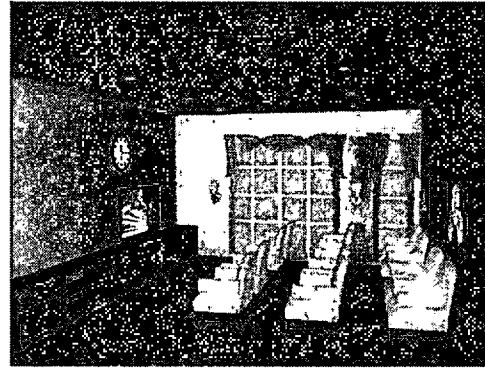
ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....



2)ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

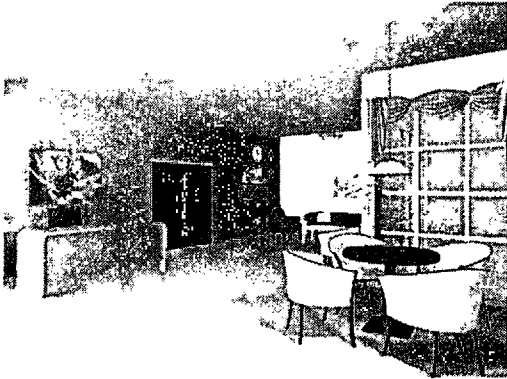
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....

20. ห้องโถงต้อนรับด้านหน้าควรจัดแบบไหน (ดูแปลนและ โมเดลประกอบ)



1) ปรับปรุงน้อย

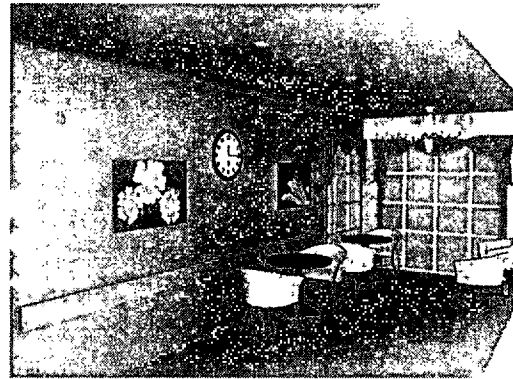
ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....



2)ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

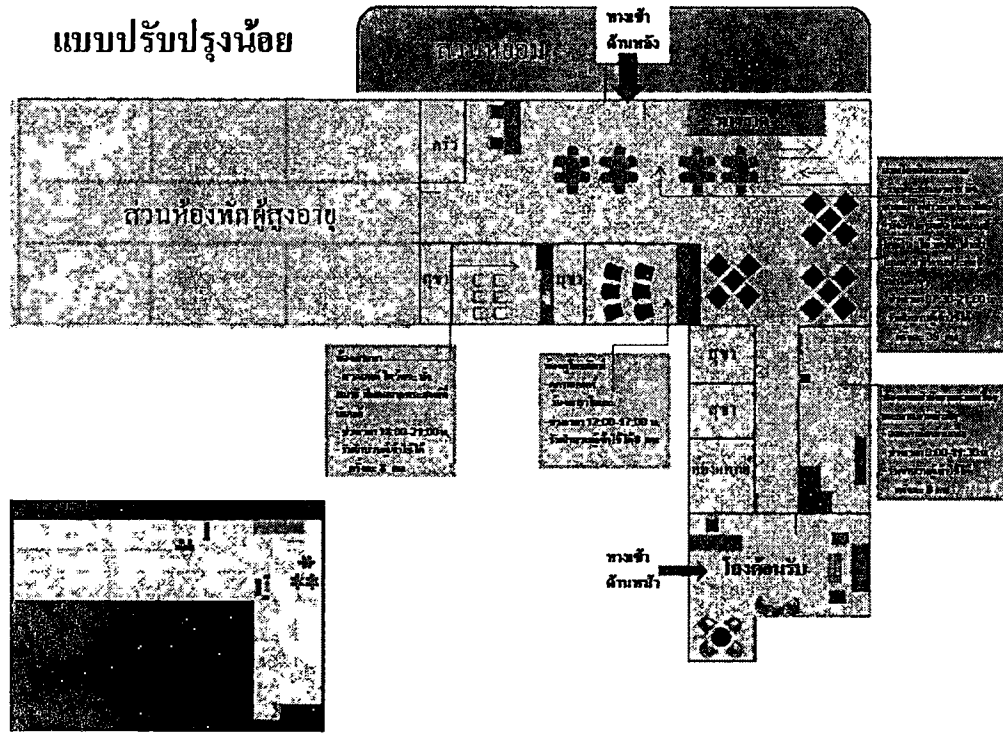
- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

.....

ภาคผนวก จ

21. ท่านเห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแบบไหนมากที่สุด (ดูจาก โมเดลและภาพ)



1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น.....

.....

.....

ภาคผนวก จ

23. ประตู่ห้องกิจกรรมควรเป็นแบบไหน

1) บานเปิด

2) บานเลื่อน

24. ควรมีลิฟต์โดยสารภายในหรือไม่

0) ไม่จำเป็น

1) จำเป็น

25. ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุทำกิจกรรมอะไรบ้างบริเวณโถงกิจกรรม

รวม.....
.....

- ขอขอบคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถาม -

ภาคผนวก จ

แบบสอบถามแพทย์ภายในบ้านพักผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

ส่วนที่ 1 ข้อมูลของแพทย์

1. ชื่อ.....
2. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี
3. ก่อตั้งบ้านอุดมสุขแห่งนี้เป็นระยะเวลา..... ปีเดือน
4. ท่านเคยไปดูงานศูนย์ผู้สูงอายุที่ไหนบ้าง
- ในประเทศ

- ต่างประเทศ

ภาคผนวก ฉ

กิจกรรม ที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม	เข้าร่วม 1
อ่านหนังสือ	
เข้าร่วมการอบรมต่างๆ	
ไหว้พระ นั่งสมาธิ	
เล่นคอมพิวเตอร์	
วาดรูป ศิลปะ	
ทำงานประดิษฐ์	
ทำอาหาร	
อื่นๆ	

กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและ โภชนาการ	เข้าร่วม 1
ออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกาย	
โยคะ	
แอโรบิค	
รำไทเก๊ก	
กายภาพบำบัด	
รำไม้พลอง	
วอลเลย์บอลลูกโป่ง	
เดินจ็อกกิ้ง	
เดินลีลาศ	
อื่นๆ	

6. กิจกรรมอะไรบ้างที่ผู้สูงอายุควรระวังอุบัติเหตุ

.....

.....

ภาคผนวก ฉ

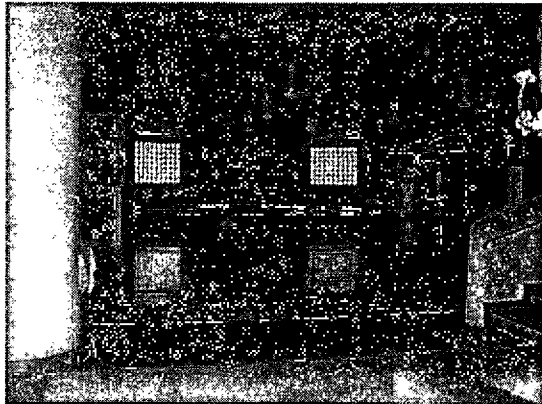
ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมที่ท่านต้องการ (เลือกตอบ 1 ข้อ)

7. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุต้องการให้คนภายนอกมองเห็นผู้สูงอายุทำกิจกรรมหรือไม่

0) ไม่ต้องการ

1) ต้องการ

8. ท่านคิดว่าผู้สูงอายุอยากให้ห้องกิจกรรมเป็นผนังปิดทึบหรือโปร่งมองเห็นภายนอกได้



1) ผนังปิดทึบ



2) โปร่งมองเห็นภายนอกได้

9. ท่านคิดว่าคิดว่าผู้สูงอายุต้องการให้ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องต้องมึกระจกงานบานใหญ่หรือไม่



0) ไม่จำเป็น



1) จำเป็น

ภาคผนวก จ

10. โต๊ะนั่งทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุรวมท่านคิดว่าควรเป็นแบบไหน



1) แบบเหลี่ยม



2) แบบกลม

11. ท่านคิดว่าเก้าอี้สำหรับผู้สูงอายุควรเป็นแบบไหน



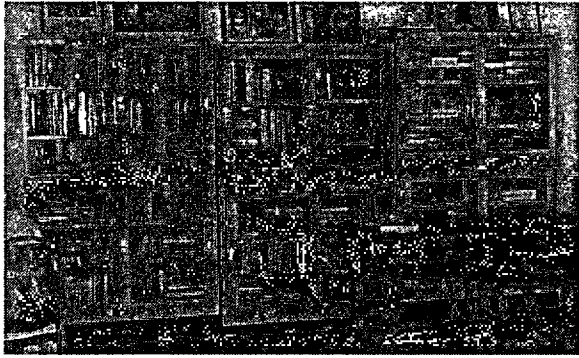
1) ไม่มีที่วางแขน



2) มีที่วางแขน

ภาคผนวก จ

12. ท่านคิดว่ารูปแบบชั้นวางหนังสือควรเป็นแบบไหน



1) ตู้สำเร็จมีกระจกปิด



2) ตู้สำเร็จเปิดโล่ง



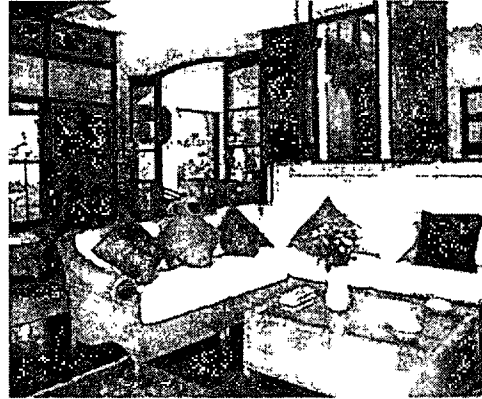
3) ชั้นติดผนัง

ภาคผนวก จ

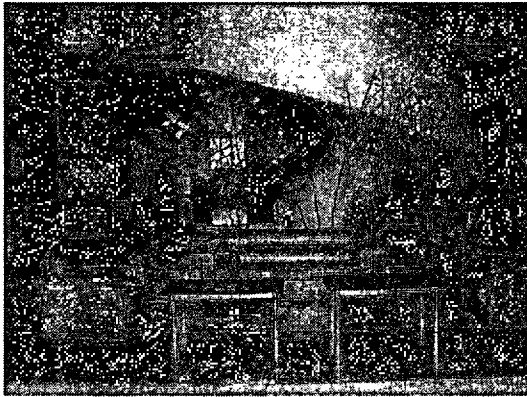
13. การตกแต่งภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุท่านคิดว่าควรแบบไหนมากที่สุด



1) โมเดิร์น



2) ผสมผสานแบบไทย



3) เรียบง่าย



4) หลุยส์คลาสสิก

14. ประตูห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุควรเป็นแบบไหน

1) บานเปิด

2) บานเลื่อน

15. ควรมีลิฟต์โดยสารภายในหรือไม่

0) ไม่จำเป็น

1) จำเป็น

16. ข้อเสนอแนะต่อห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ

.....

.....

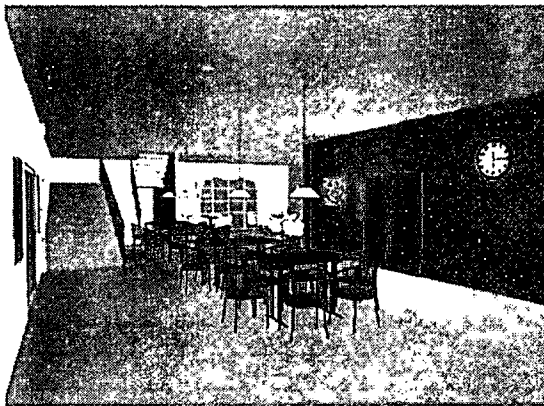
ภาคผนวก ฉ

ส่วนที่ 3 ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านอุดมสุข

17. ท่านอยากให้ภายในบ้านอุดมสุขมีห้องกิจกรรมใดบ้าง

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 1) ห้องสมุด | <input type="checkbox"/> 2) ห้องพระ |
| <input type="checkbox"/> 3) ห้องออกกำลังกาย | <input type="checkbox"/> 4) ห้องชมภาพยนตร์ |
| <input type="checkbox"/> 5) | <input type="checkbox"/> 6) |

18. ห้องโถงกิจกรรมอเนกประสงค์(ดูแปลนและโมเดลประกอบ)

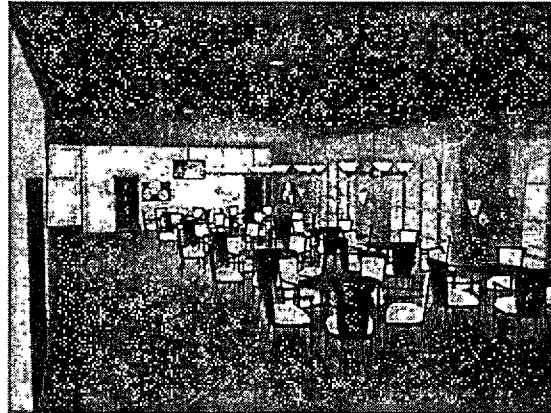
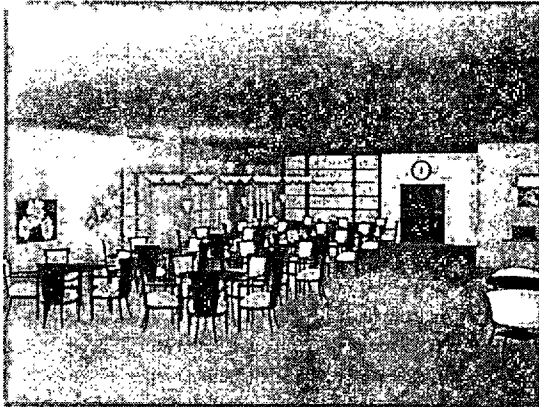


- 1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

ภาคผนวก จ

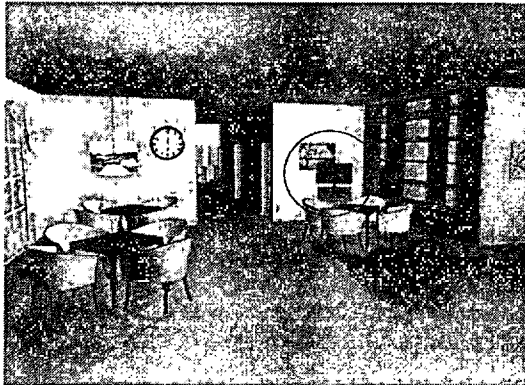


2)ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

19. โทรศัพท์ภายในห้องโถงกิจกรรมนอกประสงค์ควรถังโต๊ะหรือแขวนเพดาน



ปรับปรุงน้อย



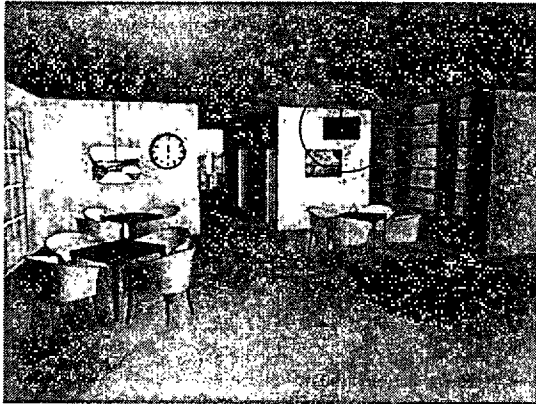
ปรับปรุงมาก

1)แบบตั้งโต๊ะ

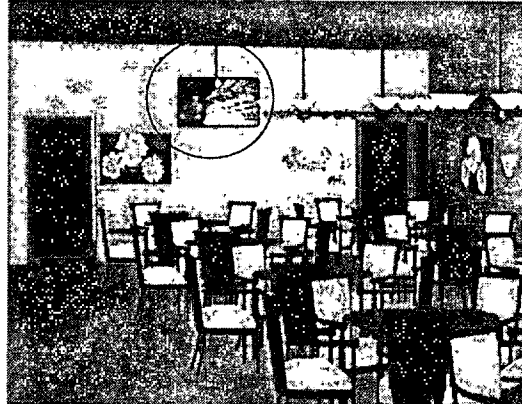
ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

ภาคผนวก ฉ



ปรับปรุงน้อย



ปรับปรุงมาก

2)แบบเขวนพาดาน

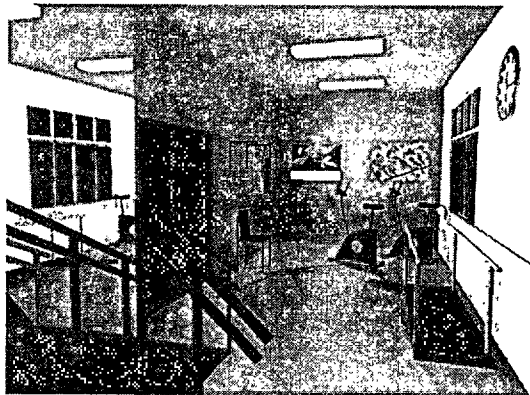
ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

20. ห้องออกกำลังกายด้วยเครื่องและกายภาพบำบัดควรมีกระจกเงาหรือไม่



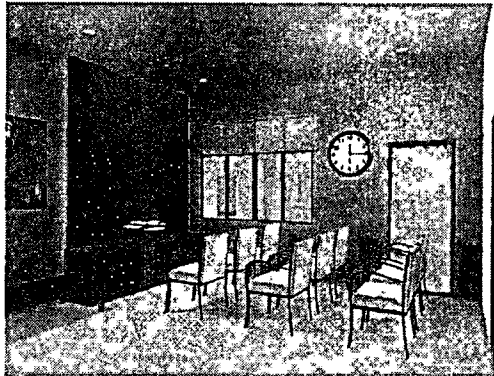
0)ไม่จำเป็น



1)จำเป็น

ภาคผนวก ฉ

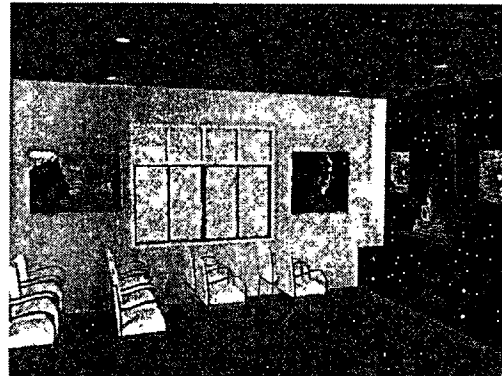
21. ห้องพระควรวัดแบบไทหน(ดูแปลนและโมเดลประกอบ)



ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....
-

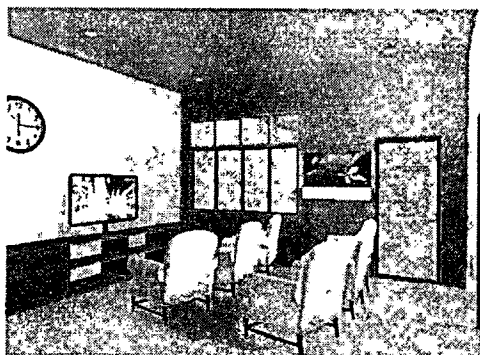


2)ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....
-

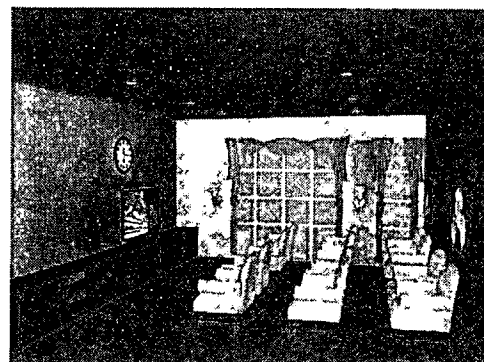
22. ห้องคูโทรทัศน์ควรวัดแบบไทหน (ดูแปลนและโมเดลประกอบ)



ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....
-



2)ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....
- การตกแต่ง.....
- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....
-

ภาคผนวก ฉ

23. ห้องโถงต้อนรับด้านหน้าควรจัดแบบไหน (ดูแปลนและโมเดลประกอบ)

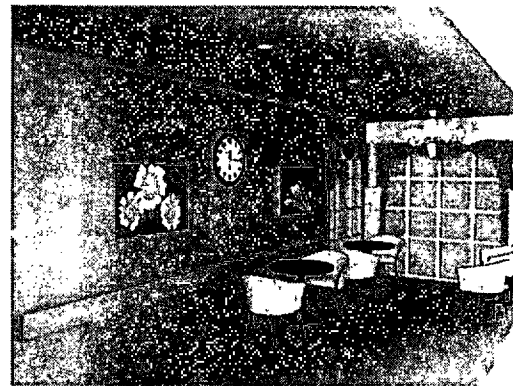

 1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น

- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....


 2) ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น

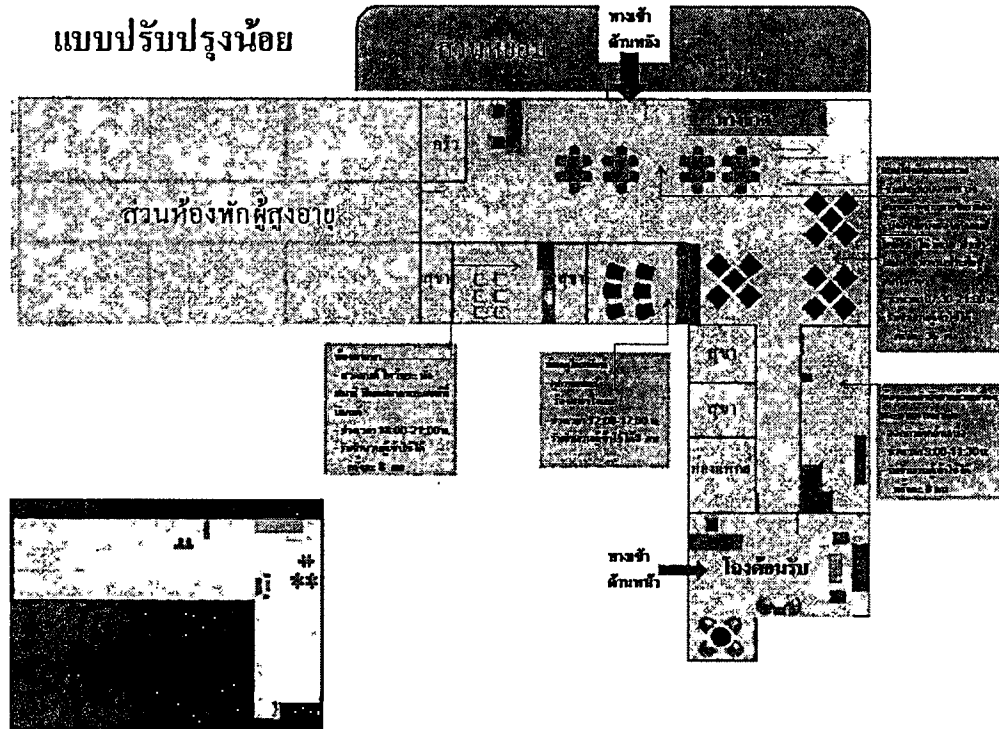
- เครื่องเรือน.....

- การตกแต่ง.....

- อยากให้เพิ่มเติมอะไรบ้าง.....

ภาคผนวก ฉ

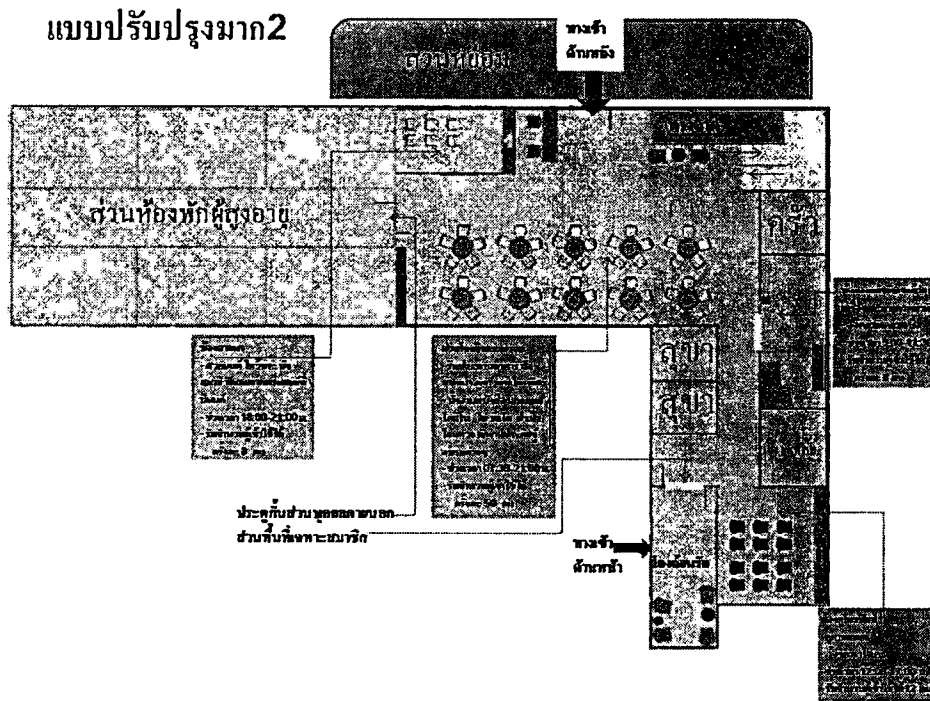
24. ท่านเห็นด้วยกับการปรับปรุงห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแบบไหนมากที่สุด (ดูจากโมเดลและภาพ)



1) ปรับปรุงน้อย

ความคิดเห็น.....

ภาคผนวก จ



2)ปรับปรุงมาก

ความคิดเห็น.....

ความคิดเห็น.....

25. ภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุท่านคิดว่าจำเป็นต้องติดตั้งเครื่องปรับอากาศหรือไม่

- โถงกิจกรรมรวม0) ไม่จำเป็น1) จำเป็น
- ห้องออกกำลังกายกายภาพบำบัด0) ไม่จำเป็น1) จำเป็น
- ห้องชมภาพยนตร์0) ไม่จำเป็น1) จำเป็น
- ห้องพระ0) ไม่จำเป็น1) จำเป็น

ภาคผนวก ฉ

26. ปัจจุบันมีการจัดกิจกรรมอะไรบ้างบริเวณ โถงกิจกรรมรวม.....

.....
.....

27. เครื่องออกกำลังกายและเครื่องกายภาพบำบัดอะไรบ้างที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุบ้านอุดมสุข

.....
.....

- ขอบพระคุณที่กรุณาตอบแบบสอบถาม -

ภาคผนวก ข
การคำนวณทางสถิติ

	Name	Type	Width	Decimals	Label	Values	Missing	Columns	align	Measure
1	a2	Numeric	8	0		None	None	8	Right	Scale
2	a2.2	Numeric	8	0		{1,60-64}...	None	8	Right	Nominal
3	a3	Numeric	8	0		{1,m}...	None	8	Right	Nominal
4	a4	Numeric	8	0		{1,p}...	None	8	Right	Nominal
5	a5	Numeric	8	0		{1,single}...	None	8	Right	Nominal
6	a6	Numeric	8	2		None	None	8	Right	Scale
7	a8	Numeric	8	0		{1,yes}...	None	8	Right	Nominal
8	a9	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
9	a10	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
10	a11	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
11	a12	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
12	a13	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
13	b16	Numeric	8	0		{1,low}...	None	8	Right	Ordinal
14	b17	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
15	b18	Numeric	8	0		{1,frail}...	None	8	Right	Nominal
16	b19	Numeric	8	0		{1,frail}...	None	8	Right	Nominal
17	b20	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
18	b21	Numeric	8	0		{1,low}...	None	8	Right	Ordinal
19	c23	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
20	c24	Numeric	8	0		{1,darkness}...	None	8	Right	Nominal
21	c25	Numeric	8	0		{1,chair}...	None	8	Right	Nominal
22	c26	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
23	c27	Numeric	8	0		{1,angle}...	None	8	Right	Nominal
24	c28	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
25	c29	Numeric	8	0		{1,a}...	None	8	Right	Nominal
26	c30	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
27	c31	Numeric	8	0		{1,moden}...	None	8	Right	Nominal

	Name	Type	Width	Decimals	Label	Values	Missing	Columns	align	Measure
28	place	Numeric	8	0		{1,dindang}...	None	8	Right	Nominal
29	activity	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
30	disease	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
31	a7.1	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
32	a7.2	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
33	a7.3	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
34	a7.4	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
35	a7.5	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
36	a7.6	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
37	a7.7	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
38	a7.8	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
39	a7.9	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
40	a7.10	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
41	a7.11.1	Numeric	8	0	the fat in a blood vessel	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
42	a7.11.2	Numeric	8	0	kidney	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
43	a7.11.3	Numeric	8	0	genital organ big gland	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
44	a7.11.4	Numeric	8	0	the bone is riddled	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
45	a7.11.5	Numeric	8	0	allergy	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
46	a7.11.6	Numeric	8	0	thyroid	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
47	a7.11.7	Numeric	8	0	alimentary canal system	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
48	a7.11.8	Numeric	8	0	hemorrhoids	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
49	a7.11.9	Numeric	8	0	ear	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
50	bingo	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
51	card	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
52	domino	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
53	cross	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal

	Name	Type	Width	Decimals	Label	Values	Missing	Columns	align	Measure
54	ji	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
55	dart	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
56	ring	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
57	moive	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
58	music	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
59	karaoke	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
60	pet	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
61	massage	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
62	party	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
63	tea	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
64	celebrate	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
65	book	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
66	train	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
67	religion	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
68	computer	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
69	art	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
70	invent	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
71	cooking	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
72	fitness	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
73	yoga	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
74	airobick	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
75	taikak	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
76	physical	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
77	stick	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
78	valeball	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
79	walk	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
80	dance	Numeric	8	0	dance thai	{0,no}...	None	8	Right	Nominal

	Name	Type	Width	Decimals	Label	Values	Missing	Columns	align	Measure
81	oth.ball	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
82	oth.dance	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
83	oth.tree	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
84	oth.sekung	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
85	b14.1	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
86	b14.2	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
87	b14.3	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
88	b14.4	Numeric	8	0		{0,no}...	None	8	Right	Nominal
89	b14.5.1	Numeric	8	0	move to a new environment	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
90	b14.5.2	Numeric	8	0	meet a doctor	{0,no}...	None	8	Right	Nominal
91	b14.5.3	Numeric	8	0	peaceful	{0,no}...	None	8	Right	Nominal

	a2	a2.2	a3	a4	a5	a6	a8	a9	a10	a11	a12
1	66	2	2	1	3	2.04	1	3	2	1	1
2	71	3	2	1	3	6.00	1	3	2	1	1
3	66	2	2	1	2	4.00	1	3	2	1	1
4	82	5	2	1	3	8.00	1	3	2	1	1
5	62	1	2	2	2	1.00	1	3	2	1	1
6	65	2	1	3	2	4.00	1	3	2	1	1
7	79	4	2	1	3	10.00	1	0	2	0	1
8	72	3	2	4	2	7.00	1	3	2	0	1
9	65	2	2	5	1	5.00	1	3	2	1	1
10	75	4	1	5	1	4.00	1	3	2	1	1
11	71	3	2	4	1	2.00	1	3	2	1	1
12	69	2	2	1	1	3.00	1	3	2	1	1
13	68	2	2	1	2	4.00	1	0	2	1	1
14	80	5	2	5	3	20.00	1	3	2	1	1
15	75	4	1	5	2	12.05	1	3	2	1	1
16	66	2	2	2	3	14.00	1	3	2	1	1
17	68	2	2	3	2	3.00	1	3	2	1	1
18	64	1	2	2	2	2.00	1	3	2	1	1
19	68	2	2	5	1	9.00	1	3	2	1	1
20	69	2	2	5	2	9.00	1	3	2	1	1
21	71	3	2	5	1	6.00	1	3	2	1	1
22	72	3	2	2	2	7.00	1	3	2	1	1
23	74	3	1	2	2	7.00	1	3	0	0	1
24	80	4	2	1	3	9.00	2	3	0	0	1
25	74	3	2	5	1	5.00	1	3	2	1	1
26	68	2	2	5	2	8.00	1	3	2	1	1
27	67	2	2	5	1	2.00	1	3	2	1	1
28	68	2	2	5	4	8.00	1	3	1	1	1
29	63	1	2	5	3	.06	1	3	2	1	1
30	61	1	2	5	1	9.00	1	3	2	1	1
31	75	2	1	5	2	9.00	1	3	2	1	1
32	60	1	2	5	2	2.00	1	3	2	1	1

	a13	b16	b17	b18	b19	b20	b21	c23	c24	c25	c26
1	2	1	1	2	0	0	0	1	2	1	0
2	2	5	1	2	1	0	0	1	2	2	0
3	2	2	1	2	0	0	0	1	2	1	0
4	2	5	1	1	0	0	0	0	2	1	1
5	2	5	1	2	0	0	0	0	2	1	1
6	2	3	1	2	2	0	0	1	2	1	1
7	2	5	1	2	0	0	0	0	2	1	0
8	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
9	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
10	2	1	1	2	0	0	0	1	2	1	1
11	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
12	2	2	1	2	2	0	0	0	2	1	0
13	1	5	1	2	2	0	0	1	1	1	0
14	1	5	0	0	1	0	0	0	2	1	0
15	2	5	1	2	2	0	0	1	2	2	1
16	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
17	2	5	1	2	2	0	0	1	2	1	1
18	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	1
19	2	2	1	2	1	1	5	1	1	1	0
20	2	3	1	2	1	0	0	1	2	1	1
21	2	5	1	0	0	0	0	1	2	1	1
22	2	4	1	2	1	0	0	0	2	1	1
23	2	2	1	2	1	0	0	0	2	2	0
24	2	2	1	2	1	0	0	0	2	1	0
25	2	5	1	2	1	0	0	0	2	1	0
26	2	1	1	2	1	0	0	1	2	1	1
27	2	5	1	2	2	0	0	0	1	1	1
28	2	5	1	2	1	0	0	0	2	1	0
29	2	5	1	1	1	0	0	0	1	1	0
30	2	2	1	2	2	0	0	0	1	1	0
31	2	1	1	1	1	0	0	0	2	1	0
32	2	2	1	2	1	0	0	0	2	1	1

	c27	c28	c29	c30	c31	place	activity
1	2	2	1	0	3	1	1
2	1	1	3	0	2	1	1
3	1	2	1	0	2	1	1
4	1	2	1	1	1	1	1
5	2	2	3	0	1	1	1
6	1	2	3	1	2	1	1
7	1	2	3	0	2	1	1
8	1	2	3	1	3	1	1
9	2	2	3	0	3	1	1
10	1	1	3	1	4	1	1
11	2	2	1	0	3	1	1
12	2	2	2	0	3	1	1
13	2	2	3	0	1	1	1
14	2	2	3	0	2	1	1
15	2	2	2	1	3	1	1
16	2	2	1	1	2	1	1
17	2	2	3	1	2	1	1
18	2	1	2	1	2	1	1
19	1	2	1	0	3	2	1
20	2	2	1	1	2	2	1
21	2	2	3	0	3	2	1
22	2	2	1	1	1	2	1
23	2	2	1	1	1	2	1
24	2	2	3	0	1	2	1
25	2	2	1	1	3	2	1
26	2	2	1	1	1	2	1
27	2	2	3	1	3	2	1
28	2	2	3	0	3	2	1
29	2	2	3	1	3	2	1
30	1	2	2	1	3	2	1
31	2	2	1	1	1	2	1
32	2	2	3	0	3	2	1

	a2	a2.2	a3	a4	a5	a6	a8	a9	a10	a11	a12
33	62	1	2	5	2	4.00	1	3	0	1	1
34	72	3	2	5	2	9.00	1	3	2	1	1
35	67	2	2	1	1	7.00	1	3	2	1	1
36	68	2	2	2	2	.06	1	3	2	1	1
37	80	5	1	4	2	4.06	1	3	2	1	1
38	69	2	2	5	2	6.00	1	3	2	0	1
39	72	3	2	3	3	12.00	1	3	2	1	1
40	79	4	2	3	3	7.00	1	3	2	1	1
41	67	2	2	1	1	15.00	1	3	2	1	1
42	79	4	2	2	3	10.00	1	3	2	1	1
43	74	3	2	1	3	5.00	1	3	2	1	1
44	82	5	2	1	3	20.00	1	2	0	0	1
45	60	1	2	1	1	5.00	1	3	2	1	1
46	76	4	2	2	1	12.00	1	3	1	1	1
47	69	2	2	1	3	7.00	1	3	2	1	1
48	68	2	2	1	3	2.00	1	3	2	1	0
49	65	2	1	3	3	3.00	1	3	2	1	1
50	76	4	2	1	2	2.00	1	3	2	1	1
51	72	3	1	1	2	6.00	1	3	2	1	1
52	77	4	2	1	3	8.00	1	3	1	0	1
53	70	3	2	1	3	9.00	1	3	2	1	1
54	78	4	2	5	1	7.00	1	3	2	1	1
55	80	5	2	1	3	10.00	2	3	0	0	1
56	64	1	2	2	1	7.00	1	3	2	1	1
57	80	5	2	1	3	20.00	1	3	2	0	1
58	70	3	2	2	3	9.00	1	3	2	1	1
59	72	3	2	2	3	5.00	1	3	2	1	1
60	69	2	1	4	2	8.05	1	3	2	1	1
61	72	3	1	4	2	7.00	1	3	2	1	1
62	71	3	1	2	2	6.01	1	3	2	1	1
63	70	3	2	1	2	13.00	1	3	2	1	1
64	73	3	1	1	2	2.00	1	3	2	1	1

	a13	b16	b17	b18	b19	b20	b21	c23	c24	c25	c26
33	2	5	1	2	1	0	0	0	2	1	1
34	1	3	1	1	0	0	0	1	2	1	1
35	2	2	1	2	0	0	0	1	2	1	0
36	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	1
37	2	5	1	2	1	1	5	1	2	1	1
38	1	5	0	2	1	1	5	0	2	2	0
39	2	4	0	1	0	0	0	0	2	1	1
40	2	4	1	2	0	1	5	0	2	1	0
41	2	4	1	1	1	1	5	0	2	2	1
42	2	5	0	1	0	0	0	0	2	1	1
43	2	4	1	2	0	0	0	0	2	1	0
44	1	5	0	1	0	0	0	0	2	1	0
45	2	5	1	2	2	0	0	1	2	1	1
46	2	4	0	1	1	0	0	0	2	1	0
47	2	2	1	2	2	0	0	0	2	1	1
48	2	2	1	2	1	0	0	0	2	1	1
49	2	5	1	2	0	0	0	0	2	1	1
50	1	1	1	2	0	0	0	0	2	1	1
51	2	5	1	1	0	0	0	1	2	1	0
52	1	1	0	1	0	0	0	0	2	1	0
53	2	5	1	2	0	0	0	1	2	1	0
54	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	1
55	1	2	1	1	0	0	0	0	2	1	0
56	2	5	1	2	0	0	0	0	2	1	0
57	2	2	1	2	0	0	0	0	2	1	0
58	2	2	1	2	2	0	0	1	2	1	0
59	2	2	1	2	2	0	0	0	2	1	0
60	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
61	2	4	1	1	1	0	0	0	2	1	0
62	2	4	1	2	1	0	0	1	2	1	1
63	2	1	1	2	2	0	0	0	2	1	1
64	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1

	c27	c28	c29	c30	c31	place	activity
33	2	2	1	1	2	2	1
34	2	2	2	1	1	2	1
35	2	2	3	0	1	2	1
36	1	2	1	0	1	2	1
37	1	2	2	0	3	2	1
38	2	2	3	0	3	2	1
39	2	2	3	0	2	1	1
40	1	2	3	0	3	1	1
41	1	2	3	0	3	1	1
42	1	2	1	1	1	1	1
43	1	2	3	0	3	1	1
44	2	2	1	1	1	1	1
45	1	2	1	0	3	1	1
46	2	1	1	0	1	1	1
47	1	2	3	0	2	1	1
48	1	2	3	0	2	1	1
49	1	2	3	1	3	1	1
50	1	2	3	1	3	1	1
51	1	2	3	0	1	1	1
52	2	2	1	0	3	1	1
53	1	2	1	0	3	1	1
54	2	2	2	0	2	1	1
55	2	2	1	0	1	1	1
56	1	2	3	0	1	1	1
57	2	2	1	0	3	1	1
58	2	2	3	0	2	1	1
59	2	2	3	0	2	1	1
60	2	1	1	0	2	1	1
61	2	1	1	0	2	1	1
62	1	2	3	0	3	1	1
63	1	2	1	0	3	1	1
64	1	2	2	1	3	1	1

	a2	a2.2	a3	a4	a5	a6	a8	a9	a10	a11	a12
65	69	2	1	4	2	8.00	1	3	2	0	1
66	75	4	1	5	3	.08	1	3	2	1	1
67	62	1	2	5	3	.09	1	3	2	1	1
68	67	2	2	5	3	2.00	1	3	2	1	1
69	69	2	2	4	3	20.00	1	3	2	1	1
70	69	2	2	3	3	5.00	1	3	2	1	1
71	70	3	2	3	3	8.06	1	3	2	1	1
72	77	4	2	4	3	8.10	1	3	1	1	1
73	75	4	2	5	2	.06	1	3	2	1	0
74	66	2	2	1	2	3.00	1	3	2	1	1
75	60	1	1	5	2	1.06	1	3	2	1	1
76	64	1	1	5	2	5.03	1	3	2	0	1
77	63	1	2	4	1	.06	1	3	2	1	1
78	66	2	2	3	3	.07	1	3	0	1	1
79	67	2	2	5	3	1.00	1	3	2	1	1
80	70	3	2	2	1	6.00	1	3	2	1	1
81	76	4	1	5	2	6.00	1	3	0	0	1
82	81	5	2	1	3	9.00	1	3	2	1	1
83	72	3	2	5	3	6.00	2	3	1	0	1
84	77	4	2	1	3	9.00	2	3	1	1	1
85	60	1	2	2	2	7.00	1	3	2	1	1
86	75	4	2	3	4	8.00	1	3	2	1	1
87	79	4	2	3	3	7.00	1	3	2	1	1
88	81	5	2	3	3	9.01	1	3	2	1	1
89	64	1	2	5	2	1.06	1	3	2	1	1
90	66	2	2	5	2	3.00	1	3	2	1	1
91	64	1	2	5	1	2.00	1	3	2	1	1
92	67	2	2	4	3	3.00	1	3	2	1	1
93	72	3	2	5	1	3.05	1	3	2	1	1
94	70	3	2	5	2	4.02	1	3	2	1	1
95	68	2	2	5	1	4.00	1	3	2	1	1
96	69	2	1	5	1	6.00	1	3	2	1	1

	a13	b16	b17	b18	b19	b20	b21	c23	c24	c25	c26
65	2	5	1	2	0	0	0	0	2	2	1
66	2	3	0	1	0	0	0	0	2	1	0
67	2	5	1	1	1	0	0	1	2	1	0
68	2	5	1	1	1	0	0	1	2	2	0
69	2	5	1	2	2	0	0	1	2	2	0
70	2	5	1	2	0	0	0	0	2	1	0
71	1	5	1	1	1	0	0	1	2	1	0
72	2	4	1	2	2	0	0	0	2	1	0
73	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1
74	1	5	0	2	2	0	0	0	2	1	0
75	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1
76	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	0
77	2	4	1	2	1	0	0	1	1	1	1
78	0	5	1	2	2	0	0	0	2	1	1
79	2	4	1	2	2	0	0	0	2	1	0
80	2	4	0	0	0	0	0	0	2	1	0
81	2	2	0	2	2	1	0	0	2	1	0
82	2	5	1	2	2	0	0	1	2	1	0
83	1	5	0	1	0	0	0	0	2	1	0
84	2	1	1	0	0	0	0	0	2	1	0
85	2	5	1	1	2	0	0	0	2	1	0
86	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
87	2	5	0	2	2	0	0	0	2	1	1
88	2	2	1	2	2	1	5	0	2	1	1
89	2	1	1	2	2	0	0	1	2	1	1
90	2	2	1	2	0	0	0	1	2	1	1
91	2	5	0	1	1	0	0	1	2	1	1
92	2	5	1	1	1	0	0	1	2	1	0
93	2	5	1	2	2	0	0	1	2	1	0
94	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	1
95	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
96	2	3	1	1	1	0	0	1	2	1	1

	c27	c28	c29	c30	c31	place	activity
65	2	2	1	0	2	1	1
66	1	2	1	0	1	1	1
67	2	2	1	0	2	1	1
68	2	2	1	0	2	1	1
69	2	2	3	0	3	1	1
70	1	2	3	0	1	1	1
71	2	2	3	0	3	1	1
72	2	2	3	1	3	1	1
73	2	2	2	0	2	1	1
74	1	2	1	0	1	1	1
75	1	2	1	0	2	1	1
76	2	2	1	0	2	1	1
77	2	2	2	1	3	1	1
78	2	2	3	0	3	1	1
79	1	2	3	1	2	1	1
80	1	2	1	0	3	1	1
81	2	2	3	1	3	2	1
82	2	2	2	1	3	2	1
83	1	2	1	1	3	2	1
84	1	2	1	1	3	2	1
85	1	2	3	1	1	2	1
86	2	2	2	0	2	2	1
87	2	2	3	0	2	2	1
88	2	2	3	0	2	2	1
89	1	1	1	0	3	2	1
90	1	1	1	0	3	2	1
91	2	2	1	0	1	4	1
92	1	2	3	1	1	4	1
93	2	2	1	0	2	4	1
94	2	1	2	1	3	4	1
95	2	2	1	0	3	4	1
96	2	2	1	1	1	4	1

	a2	a2.2	a3	a4	a5	a6	a8	a9	a10	a11	a12
97	68	2	2	5	1	6.00	1	3	2	1	1
98	60	1	2	5	1	3.06	1	3	2	1	1
99	77	4	2	4	1	4.00	1	3	2	1	1
100	75	4	2	5	1	2.00	1	3	2	1	1
101	69	2	2	5	1	1.01	1	3	2	1	1
102	66	2	1	3	1	4.05	1	3	2	1	1
103	80	5	2	2	1	10.06	1	2	2	1	0
104	66	2	2	5	1	.01	1	3	2	1	1
105	77	4	2	5	3	9.00	1	3	2	1	1
106	70	3	2	5	1	3.06	1	3	2	1	1
107	73	3	2	5	4	4.06	1	3	2	1	1
108	79	4	2	5	1	10.05	1	3	2	1	1
109	66	2	1	5	2	3.03	1	3	2	1	1
110	65	2	2	5	2	3.03	1	3	2	1	1
111	82	5	1	5	2	10.00	1	3	2	1	1
112	62	1	2	5	2	11.03	1	3	2	1	1
113	65	2	2	4	2	3.00	1	3	2	1	1
114	72	3	2	5	3	6.02	1	3	2	1	1
115	76	4	2	4	4	6.00	1	3	2	1	1
116	74	3	2	5	3	3.00	1	3	2	1	1
117	79	4	2	2	1	7.00	1	3	2	0	0
118	67	2	1	1	4	.06	1	3	2	1	1
119	65	2	2	3	3	1.00	1	3	2	1	1
120	64	1	1	4	2	1.00	1	3	2	1	1
121	69	2	2	1	2	1.00	1	0	2	1	1
122	72	3	2	1	4	1.00	2	3	2	1	1
123	74	3	2	1	1	1.01	2	3	2	1	1
124	60	1	2	1	3	.06	1	3	2	1	1
125	81	5	2	1	3	1.01	1	3	2	1	1
126	65	2	2	4	3	1.02	1	3	2	1	1
127	62	1	2	2	2	1.02	1	3	2	1	1
128	62	1	2	1	3	1.02	1	3	2	1	1

	a13	b16	b17	b18	b19	b20	b21	c23	c24	c25	c26
97	2	3	0	1	1	0	0	1	2	1	0
98	2	2	1	0	0	0	0	0	2	1	1
99	1	3	1	0	0	0	0	1	2	1	1
100	1	1	1	0	0	0	0	1	2	1	1
101	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
102	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
103	1	5	1	1	1	1	3	1	2	1	1
104	2	5	1	1	1	0	0	1	2	1	1
105	2	5	0	1	0	1	5	1	2	1	0
106	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
107	1	5	1	2	1	0	0	1	2	1	1
108	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
109	2	3	1	2	2	0	0	0	2	1	1
110	2	3	1	1	2	0	0	1	2	1	1
111	2	2	1	0	0	0	0	0	2	2	0
112	2	3	1	2	2	0	0	0	2	1	1
113	2	5	1	1	1	0	0	1	2	1	1
114	2	1	1	1	0	0	0	0	2	1	0
115	2	1	1	1	1	0	0	0	2	1	0
116	2	3	0	1	1	0	0	0	2	1	0
117	1	5	0	1	1	0	0	0	2	1	0
118	2	5	0	1	1	0	0	1	2	1	0
119	2	4	1	2	2	0	0	0	2	1	0
120	2	2	1	2	2	0	0	1	2	2	1
121	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	1
122	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1
123	2	4	0	2	2	0	0	0	2	1	1
124	2	4	1	2	2	0	0	0	2	2	1
125	2	1	1	2	2	0	0	1	2	2	1
126	2	5	1	2	2	1	5	1	2	2	1
127	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
128	2	5	1	1	0	0	0	0	2	2	1

	c27	c28	c29	c30	c31	place	activity
97	2	2	1	0	1	4	1
98	2	2	2	0	3	4	1
99	1	2	1	0	3	4	1
100	2	2	1	0	3	4	1
101	1	1	1	0	2	4	1
102	2	2	1	0	1	4	1
103	2	2	1	1	4	4	1
104	2	2	1	0	3	4	1
105	2	2	1	1	2	4	1
106	2	2	1	0	3	4	1
107	2	2	3	1	2	4	1
108	1	2	3	0	3	4	1
109	2	2	2	1	3	4	1
110	2	2	2	1	1	4	1
111	2	2	3	0	2	4	1
112	2	2	3	1	3	4	1
113	1	2	3	1	1	4	1
114	2	2	3	0	3	4	1
115	1	2	3	0	2	4	1
116	2	2	3	1	3	4	1
117	2	2	1	1	4	4	1
118	2	1	3	0	3	3	1
119	2	2	3	1	1	3	1
120	1	2	3	1	3	3	1
121	1	2	2	1	2	3	1
122	1	2	2	1	2	3	1
123	1	2	3	0	2	3	1
124	2	2	2	1	3	3	1
125	1	2	1	1	1	3	1
126	1	2	2	0	3	3	1
127	1	2	3	0	2	3	1
128	2	2	3	0	1	3	1

	a2	a2.2	a3	a4	a5	a6	a8	a9	a10	a11	a12
129	67	2	2	3	3	1.00	1	3	2	0	0
130	79	4	2	1	4	1.02	1	3	2	1	1
131	67	2	2	1	3	1.02	1	3	2	1	1
132	61	1	2	1	2	1.02	1	3	2	1	1
133	66	2	2	1	2	1.01	1	3	2	1	1
134	64	1	2	1	1	1.02	1	3	2	1	1
135	66	2	2	2	1	1.02	1	3	2	1	1
136	63	1	2	2	3	1.02	1	3	2	1	1
137	65	2	2	1	2	1.02	1	3	2	1	1
138	78	4	2	1	4	1.02	1	3	2	1	1
139	63	1	2	1	4	1.02	1	3	2	1	1
140	70	3	2	1	4	1.02	1	3	2	1	1
141	68	2	1	3	3	.11	1	3	2	1	1
142	60	1	2	1	2	.08	1	3	2	1	1
143	60	1	1	3	2	.04	1	3	2	1	1
144	64	1	2	1	2	1.02	1	3	2	1	1
145	62	1	2	3	3	1.02	1	3	2	1	1
146	63	1	2	1	2	.10	1	3	2	1	1
147	77	4	2	1	3	.10	1	3	2	1	1
148	67	2	2	1	2	1.02	1	3	1	1	1
149	67	2	2	1	2	1.02	1	3	2	1	1
150	70	3	2	1	1	1.02	1	3	2	1	1
151	61	1	2	2	3	1.02	1	3	2	1	1
152	72	3	2	1	3	1.00	1	3	2	1	1
153	62	1	2	1	3	1.02	1	3	2	1	1
154	60	1	2	1	2	1.02	1	3	2	1	1
155	71	3	2	1	2	.10	1	3	2	1	1
156	61	1	2	1	2	1.02	1	3	2	1	1
157	61	1	2	4	1	1.00	1	3	2	1	1
158	78	4	2	1	2	.05	1	3	2	1	1
159	62	1	2	5	3	.06	1	3	2	1	1
160	74	3	2	5	2	6.00	1	3	2	0	1
				1	1	9.00	1	3	2	1	1

	a13	b16	b17	b18	b19	b20	b21	c23	c24	c25	c26
129	2	2	1	2	0	0	0	0	2	1	1
130	2	2	1	2	2	0	0	1	2	1	1
131	2	3	0	2	2	0	0	0	2	1	1
132	2	5	1	2	2	0	0	1	2	2	1
133	2	5	1	2	2	0	0	0	2	2	1
134	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1
135	2	4	1	1	1	1	5	0	2	2	1
136	2	5	1	2	2	0	0	1	2	2	0
137	2	4	1	2	2	0	0	1	2	2	0
138	2	5	0	1	1	0	0	0	2	1	0
139	2	5	1	2	2	0	0	1	2	1	0
140	2	5	0	1	1	0	0	0	2	1	0
141	2	5	1	2	2	0	0	1	2	2	0
142	2	4	1	1	1	0	0	0	2	1	0
143	2	5	0	2	2	0	0	0	2	1	0
144	2	2	1	2	2	0	0	1	2	1	0
145	2	5	0	2	2	0	0	0	2	1	0
146	2	5	1	2	2	0	0	0	2	2	0
147	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	0
148	2	4	1	2	2	0	0	0	2	1	1
149	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1
150	2	4	1	1	1	0	0	1	2	1	1
151	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	1
152	2	5	0	2	2	0	0	0	2	1	0
153	2	1	1	2	2	0	0	1	2	2	1
154	2	5	0	2	2	0	0	0	2	1	0
155	2	2	1	2	2	0	0	0	2	1	0
156	2	5	1	2	2	0	0	1	2	1	0
157	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
158	2	3	1	2	2	0	0	1	2	1	0
159	1	2	1	2	1	1	5	0	2	2	0
160	2	5	1	1	2	0	0	0	2	1	1

	c27	c28	c29	c30	c31	place	activity
129	1	2	3	1	1	3	1
130	1	2	3	1	1	3	1
131	1	2	3	0	2	3	1
132	2	2	2	1	2	3	1
133	2	2	3	0	1	3	1
134	2	2	1	0	3	3	1
135	2	2	2	1	4	3	1
136	2	2	2	0	2	3	1
137	2	2	2	0	2	3	1
138	2	1	3	0	3	3	1
139	2	2	3	0	1	3	1
140	2	1	3	0	1	3	1
141	1	2	1	0	2	3	1
142	1	1	2	0	1	3	1
143	2	1	3	0	1	3	1
144	1	1	2	0	1	3	1
145	2	1	3	0	1	3	1
146	1	1	3	0	2	3	1
147	2	1	1	0	2	3	1
148	1	1	3	0	3	3	1
149	1	2	1	1	1	3	1
150	1	2	3	0	2	3	1
151	1	2	3	0	1	3	1
152	2	1	3	0	1	3	1
153	1	2	2	0	2	3	1
154	2	1	3	0	1	3	1
155	2	1	3	0	3	3	1
156	1	1	2	0	1	3	1
157	1	2	3	0	3	3	1
158	1	2	3	0	3	2	1
159	2	2	3	0	3	2	1
160	2	2	3	1	4	2	1

	a2	a2.2	a3	a4	a5	a6	a8	a9	a10	a11	a12
161	72	3	2	5	1	9.00	1	3	2	1	1
162	62	2	2	5	1	2.00	1	3	2	1	1
163	68	3	2	5	4	6.00	1	3	2	1	1
164	72	3	1	5	2	6.00	1	3	0	0	1
165	70	3	2	5	2	9.00	1	3	2	1	1
166	66	2	2	2	2	.06	1	3	2	1	1
167	67	2	2	5	3	10.00	1	3	2	1	1
168	68	2	2	5	1	7.00	1	3	2	1	1
169	72	3	2	1	2	.20	2	3	0	0	0
170	70	3	1	3	2	2.00	2	3	2	0	0
171	75	4	2	1	2	.01	1	3	2	1	1
172	67	2	2	4	3	.04	2	3	1	0	1
173	69	2	2	1	2	.01	3	1	0	0	1
174	72	3	2	1	3	.01	2	3	1	0	1
175	76	4	1	2	2	.06	3	1	0	0	1
176	68	2	2	4	3	.02	2	2	0	0	1
177	66	2	2	2	3	1.00	2	3	2	0	1
178	70	3	2	1	4	.03	2	2	0	0	1
179	67	2	1	3	2	.07	2	3	0	0	1
180	66	2	2	5	2	3.00	1	3	2	1	1
181	73	3	2	1	3	.01	3	0	1	1	1
182	78	4	2	1	4	.04	3	1	0	0	0
183	76	4	1	2	3	1.00	3	1	0	0	0

	a13	b16	b17	b18	b19	b20	b21	c23	c24	c25	c26
161	2	1	1	2	0	0	0	0	2	1	0
162	2	3	0	1	1	0	0	1	2	1	1
163	2	5	1	2	1	0	0	0	2	1	0
164	2	5	1	1	1	0	0	0	2	1	0
165	1	2	1	1	0	0	0	1	2	1	1
166	2	3	1	1	0	0	0	0	2	1	0
167	2	5	1	2	2	0	0	0	2	1	0
168	2	4	1	2	2	0	0	1	2	1	1
169	0	2	1	1	1	0	0	1	2	1	1
170	0	2	1	1	0	0	0	1	2	1	1
171	0	1	0	1	1	0	0	1	2	1	0
172	0	2	1	0	0	0	1	1	2	1	0
173	0	5	0	1	0	0	0	0	2	1	0
174	1	3	0	0	0	1	5	0	2	1	0
175	0	3	0	1	1	0	0	1	2	1	0
176	1	3	0	0	0	0	0	1	2	1	1
177	0	5	0	1	0	0	0	1	2	1	1
178	0	5	0	0	0	0	0	1	2	1	1
179	0	3	0	1	0	0	0	1	2	1	1
180	2	2	1	0	2	0	0	1	2	1	1
181	1	2	1	0	2	1	5	1	2	1	0
182	0	3	0	0	0	0	0	1	2	1	0
183	0	2	1	0	0	0	0	1	2	1	0

	c27	c28	c29	c30	c31	place	activity
161	1	2	3	0	2	2	1
162	2	2	1	0	1	2	1
163	2	2	3	0	3	2	1
164	2	2	3	1	1	2	1
165	2	2	2	1	1	2	1
166	2	1	1	0	1	2	1
167	1	2	3	0	2	2	1
168	1	2	3	1	3	4	1
169	2	2	2	1	2	5	0
170	2	2	3	0	2	5	0
171	1	2	1	1	3	5	0
172	2	2	3	0	3	5	0
173	1	2	2	1	2	5	0
174	2	2	3	1	2	5	0
175	1	2	2	0	2	5	0
176	1	2	3	1	2	5	0
177	2	2	1	1	2	5	0
178	2	2	3	0	3	5	0
179	2	2	3	1	2	5	0
180	1	2	3	1	1	5	0
181	1	2	2	1	3	5	0
182	2	2	2	0	2	5	0
183	2	2	3	0	2	5	0

ภาคผนวก ข
การนำเสนอ POWER POINT

ภาคผนวก ๗

ลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้าน
กรณีศึกษา : บ้านพักผู้สูงอายุ
จังหวัดกาฬ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยมีประชากรสูงอายุถึง 200,000 คนในปี 2551 และคาดว่าจะเพิ่มขึ้นเป็น 300,000 คนในปี 2565 ซึ่งจะทำให้ประเทศไทยกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุ (สังคมที่มีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปมีจำนวนมากกว่าประชากรอายุ 15 ปี) ประเทศไทยจึงมีแนวโน้มที่จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ในช่วงปี 2539-2565

ที่มา: วิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, ๒๕๕๖

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

บ้านพักผู้สูงอายุเป็นสถานที่ที่ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขและปลอดภัย โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากเกินไป บ้านพักผู้สูงอายุที่ดีควรมีลักษณะดังนี้

บ้านพักผู้สูงอายุเป็นสถานที่ที่ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุขและปลอดภัย โดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่นมากเกินไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบรูปแบบการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทย

เพื่อหาแนวทางในการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทยจากภาคกลาง

เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบรูปแบบการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทย

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้ประกอบการที่สนใจจะพัฒนาโครงการในลักษณะนี้
2. ให้ข้อมูลหรือการร่วมมือของบรรณารักษ์ในการจัดหาและดูแลผู้สูงอายุในบ้านพักผู้สูงอายุ
3. ได้แนวทางในการออกแบบห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุที่เหมาะสม
4. ให้ลักษณะห้องกิจกรรมภายในประเทศไทย ตลอดจนข้อมูลแบบแปลนที่จัดทำขึ้นและพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้ผู้สูงอายุได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกายและจิตใจให้มีการเข้าร่วมกิจกรรมมากขึ้น

การทบทวนวรรณกรรม

วรรณกรรมที่ทบทวน	เหตุผลในการศึกษา	การนำไปใช้
ลักษณะทางสถาปัตย์ของห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ	- ความเปลี่ยนแปลงทางสถาปัตย์ - สังคม - วัตถุประสงค์	- ศึกษาการเปรียบเทียบในมิติพื้นที่ - วัตถุประสงค์ - วัตถุประสงค์
อิทธิพลของพฤติกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ	- ผลกระทบต่อจิตใจโดยจิตจาก - ความเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย - ความเปลี่ยนแปลงด้านสังคม	- กิจกรรมที่ช่วยปรับ - กิจกรรมที่ช่วยปรับและสังคม
การดูแลผู้สูงอายุระยะยาว	- ประเภทการดูแล	- กิจกรรมที่สอดคล้องกับการดูแลผู้สูงอายุ

การทบทวนวรรณกรรม

วรรณกรรมที่ทบทวน	เหตุผลในการศึกษา	การนำไปใช้
นโยบายที่สัมพันธ์ของโครงการออกแบบสถาปัตย์ของบ้านพักผู้สูงอายุ	- นโยบายที่เกี่ยวข้องกับโครงการ - บ้านพักผู้สูงอายุ - สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม	- ออกแบบเพื่อสอดคล้องกับ - นโยบาย - สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม
รูปแบบการออกแบบภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ	- รูปแบบและการป้องกัน - ตัวอย่างรูปแบบกิจกรรมที่จัดขึ้นภายในบ้านพักผู้สูงอายุ - ลักษณะในการใช้พื้นที่	- รูปแบบการจัดกิจกรรม - ลักษณะในการใช้พื้นที่
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	- แนวทางในการศึกษา - ลักษณะการในการศึกษา	- เป็นแหล่งข้อมูลเบื้องต้น - ศึกษาเพิ่มเติม

วิธีวิจัย

การวิจัยเชิงพรรณนาและเชิงคุณภาพโดยใช้วิธีการ

เพื่อเก็บข้อมูลนำมาประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล

ภาคผนวก ข

ผู้ให้ข้อมูล

1. เลือกประเภทของใบปลิวหรือใบปลิว
 2. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 3. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 4. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 5. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 6. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 7. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 8. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน
 9. เลือกชนิดของใบปลิวหรือใบปลิวในการประชุมของภาคพื้นดิน

เครื่องมืออ้างอิง

1. แบบฟอร์มของกิจกรรม
 2. แบบฟอร์มกำหนดเวลา
 3. แบบฟอร์มตามผู้สูงอายุ
 4. แบบฟอร์มกำหนดเคี้ยวแข็งผู้สูงอายุ

เครื่องมือวิจัย

5. แบบฟอร์มกำหนดเคี้ยวแข็ง
 6. แบบฟอร์มกำหนดเคี้ยวแข็ง
 7. แบบฟอร์มกำหนดเคี้ยวแข็ง
 8. แบบฟอร์มกำหนดเคี้ยวแข็ง

เครื่องมือวิจัย

8. ฟันจำลอง
 9. ผนังกา

ผู้ให้ข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. 1
 2. 2
 3. 3
 4. 4

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. 1
 2. 2

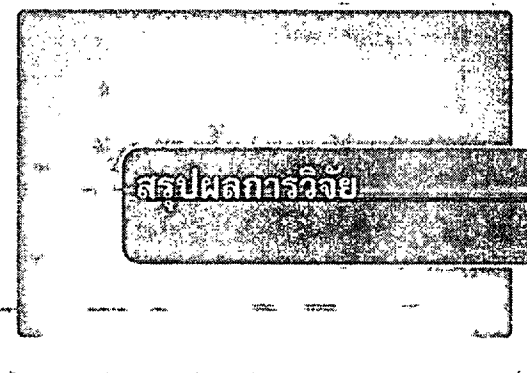
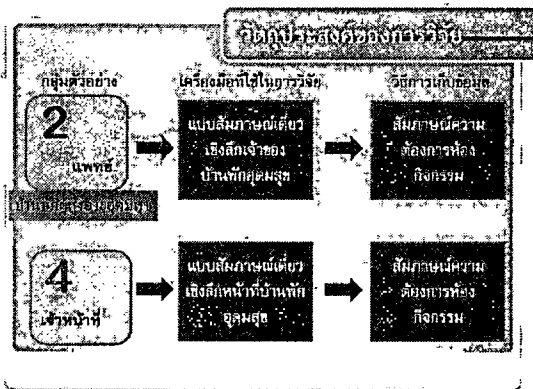
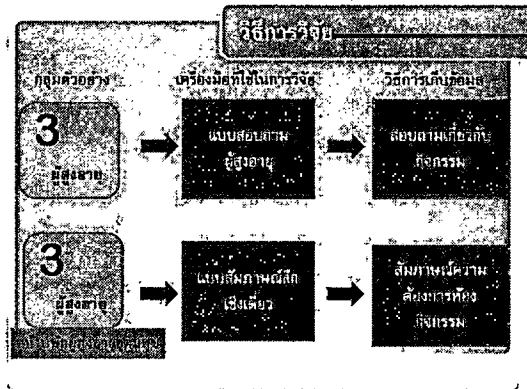
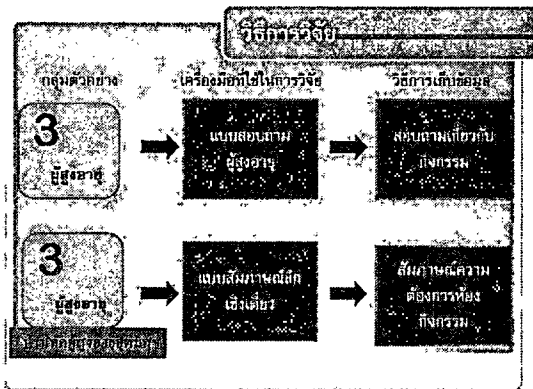
การเก็บรวบรวมข้อมูล

3. 3
 4. 4

วิธีการวิจัย

1. 1
 2. 2

ภาคผนวก ข



เป้าหมายและวัตถุประสงค์ของผลวิจัย

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 65-69 ปี

ผู้สูงอายุเกินครึ่งมีโรคประจำตัวคือความดันโลหิตสูง รองลงมาคือโรคไต และโรคเกี่ยวกับกระดูก

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังเดินทางด้วยรถส่วนตัว

ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังเดินทางด้วยรถส่วนตัวร่วมกับใช้เครื่องช่วยเดิน

ผู้สูงอายุอยู่ในบ้านพักผู้สูงอายุ

ส่วนใหญ่ ความสามารถในการช่วยเหลือตนเองน้อย คือยังใช้เครื่องช่วยเดิน

และรถเข็น

ผลวิจัยสำคัญ กิจกรรมที่ผู้สูงอายุทำ

ในต่างประเทศ

- ชมรมต่างๆ สำหรับผู้สูงอายุ
- กิจกรรมทำอาหารกลางวัน
- กิจกรรมทำบุญ
- กิจกรรมทางศาสนา
- กิจกรรมกีฬา
- กิจกรรมชมรม
- กิจกรรมการศึกษาดูงาน
- กิจกรรมร่วมเล่นดนตรี
- กิจกรรมทำบุญ
- กิจกรรมทำบุญทำทาน
- กิจกรรมทำบุญทำทาน

ในประเทศไทย

กิจกรรมการออกกำลังกาย

กิจกรรมเล่น นันทนาการ

กิจกรรมดนตรี

กิจกรรมศิลปะ

กิจกรรมบำบัด

กิจกรรมสันทนาการ

ความต้องการ กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุสนใจเข้าร่วม

กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพและนันทนาการ

กิจกรรมร่วมทำอาหารกลางวัน (74%)

ชมรมชมรม (66%)

ชมรมทำบุญ (59%)

กิจกรรมเกี่ยวกับทัศนศึกษาและวัฒนธรรม

กิจกรรมไหว้พระนั่งสมาธิ (68%)

กิจกรรมทำบุญร่วมธรรมดั่งๆ (57%)

อ่านหนังสือ (55%)

กิจกรรมทำบุญทำทานทำทานและโภชนาการ

กิจกรรมออกกำลังกายด้วยเครื่อง (42%)

ภาคผนวก ข

เครื่องเรือน

ลักษณะการตกแต่งภายใน

ผู้สูงอายุครึ่งหนึ่งเลือกชมวางทรงนอนแบบคouch (49%)
 ผู้สูงอายุหนึ่งไม่สามรถเลือกดูทรงนอนแบบ
 ยางรมี่มีบานปิด (33%)
 $\chi^2 = 24.920, p = .000$

ถ้ามีเงินงบประมาณให้ลงมือทำ
 ปีนี้ก็ ทำดูสิ

เครื่องเรือนส่วนอื่นอีกต่างหาก

ลักษณะการตกแต่งภายใน

เหมือนกัน ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต่อ:
 มีกระเป๋ากายมีจำนวนเท่ากับตู้สูงยาวที่
 คิดว่าจำเป็นต้องมีการวางภายในห้อง
 ออกมาโดยอาศัยเครื่อง
 $\chi^2 = 9.237, p = .037$

ผลการสังเกต : การปฏิบัติตามกฎกระทรวง

ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก

ส่วนใหญ่ไม่มีป้ายบอกถึงอำนวยความสะดวก
 ความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ หรือมีแต่
 ไม่ถูกต้องตามกฎกระทรวง

ทางลาด

ผลการสังเกต : การปฏิบัติตามกฎกระทรวง

ส่วนใหญ่

ประตูทางเข้าด้านหลังที่
 ใกล้เคียงกับทางลาด ไม่มี
 พื้นที่จะมีของ
 ตามกฎกระทรวงต้องมีพื้นที่
 วางขนาดกว้าง ไม่น้อยกว่า
 1.50 เมตร และยาวไม่น้อย
 กว่า 1.50 เมตร

ที่พักโดยสวัสดิ์

การปฏิบัติตามกฎหมายกระทรวง

ที่พักเพื่อตอบสนองความต้องการด้านอายุ
 ครอบครัวที่พักให้บริการเพียงหนึ่งเดียว
 ผู้สูงอายุภายในบ้านทุกจุดดูสวยงามดูดีที่สว่างไม่จำเป็นต้องมี
 ไฟฟ้า (80%)
 แต่ผู้สูงอายุบางคนไม่สะดวกดูผู้สูงอายุที่มีอาการตาบอด
 บ้านรวมยังมีห้องน้ำที่ผู้สูงอายุจำเป็นต้องใช้ไฟฟ้า (87%)

บันได

การปฏิบัติตามกฎหมายกระทรวง

ส่วนใหญ่ทำถูกต้องแล้วตามระเบียบ
 ของกฎกระทรวง

ถ้ามีที่พักโดยสวัสดิ์จะดีกว่าจะได้
 ที่ใช้รวมกันบนโดยสวัสดิ์

ประตู

การปฏิบัติตามกฎหมายกระทรวง

ช่องเปิดประตู ไม้ประดัก ไม้	วางทงขวาง	ร่องพนัก ที่ต่ำกว่า หัวเข่าผู้ใหญ่	บันได ขั้นสูง น้อยกว่า หนึ่ง ขั้น	บันไดสูง ที่ต่ำกว่า หัวเข่าผู้ใหญ่ มากกว่า หนึ่ง ขั้น	บันไดสูง ที่ต่ำกว่า หัวเข่าผู้ใหญ่ มากกว่า หนึ่ง ขั้น
วัสดุ	กระจกนิรภัย กันชน อลูมิเนียม	กระจกใส กันชน อลูมิเนียม	กระจกใส กันชน อลูมิเนียม	กระจกใส กันชน อลูมิเนียม	กระจกใส กันชน อลูมิเนียม
การเปิด	บานเปิดผลัก เข้า-ออก	บานเปิด ผลัก	บานเปิด ผลัก	บานเปิด ผลัก	บานเปิดผลัก เข้า-ออก
ความกว้าง ประตู ระตะขอบ ใน	1.50 ม.	1.00 ม.	1.00 ม.	1.00 ม.	1.50 ม.

ประตูภายในบ้านผู้สูงอายุ

การปฏิบัติตามกฎหมายกระทรวง

บ้านพักผู้สูงอายุผู้สูงอายุเป็นประตูแบบผลัก
 ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต่อ (80%) ผู้สูงอายุที่
 คิดว่าจำเป็นต่อ (20%) และผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต่อ
 (80%) ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต่อ (20%) ผู้สูงอายุที่
 คิดว่าจำเป็นต่อ (20%) ผู้สูงอายุที่คิดว่าไม่จำเป็นต่อ (80%)

ภาคผนวก ข



ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดห้องงิมภาพยนต์

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุงน้อย				
แบบปรับปรุงมาก				

ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดห้องทอผ้าเส้นยาว

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุงน้อย				
แบบปรับปรุงน้อย				
แบบปรับปรุงมาก				

ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดโต๊ะกิจกรรมต่อเนื่อง

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุง				
แบบปรับปรุงน้อย				
แบบปรับปรุงมาก				

ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดแปลนเดี่ยวรวม

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุง				
แบบปรับปรุงน้อย				
แบบปรับปรุงมาก				

ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดโต๊ะต่อเนื่องรับแขกบุคคลภายนอก

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุง				
แบบปรับปรุงน้อย				
แบบปรับปรุงมาก				

ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดตั้งวงโต๊ะเก้าอี้ในห้องนั่งเล่นและภายในภาพโปสเตอร์

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุง				
ไม่มีกระจก				
มีกระจก				

ผลการปรับปรุงห้องกิจกรรมภายในอาคาร

การวัดตั้งโถงคน

ความถี่	ผู้สูงอายุคนเดียว	เจ้าหน้าที่ภายใน	แพทย์เจ้าของ	ผู้สูงอายุ สิบคน ชมภาพยนตร์
แบบปรับปรุง				
แบบปรับเฉพาะ				
แบบตั้งโต๊ะ				

ภาคผนวก ซ

ห้องโถงรวม **ความเคลื่อนไหว**

แบบปรับปรุงน้อย แบบปรับปรุงมาก

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

โถงเนกประสงค์ **ความเคลื่อนไหว**

แบบปรับปรุงน้อย แบบปรับปรุงมาก

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ห้องพระ **ความเคลื่อนไหว**

แบบปรับปรุงน้อย แบบปรับปรุงมาก

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ห้องชมภาพยนตร์ **ความเคลื่อนไหว**

แบบปรับปรุงน้อย แบบปรับปรุงมาก

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

มีวนรับแขกบุคคลภายนอก **ความเคลื่อนไหว**

แบบปรับปรุงน้อย แบบปรับปรุงมาก

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

กระถางภายในห้องออกกักกลาง **ความเคลื่อนไหว**

แบบไม่มีการจัด แบบมีการจัด

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

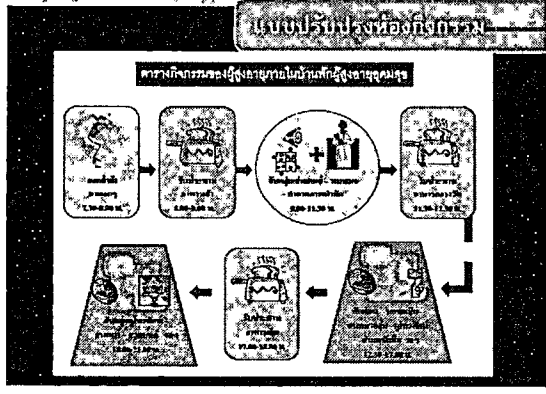
ทางเดินคนพิการ **ความเคลื่อนไหว**

แบบดั้งเดิม แบบมีการจัด

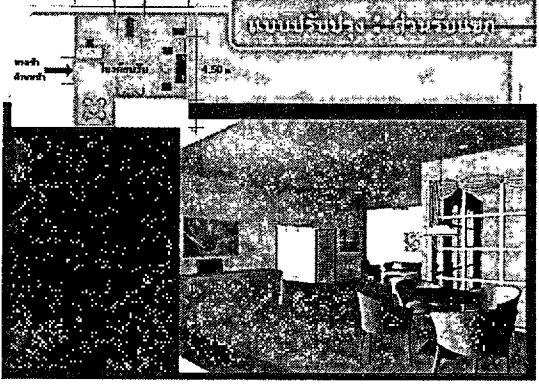
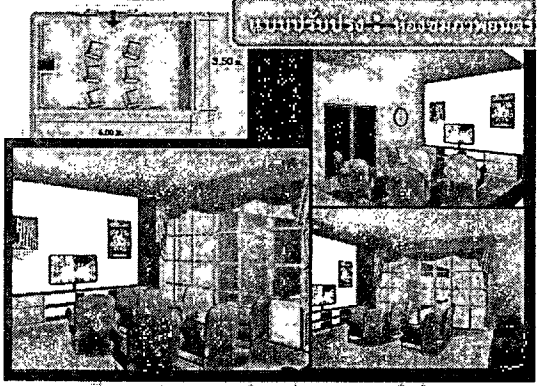
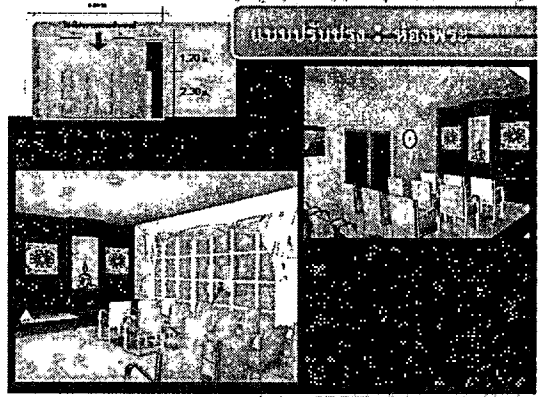
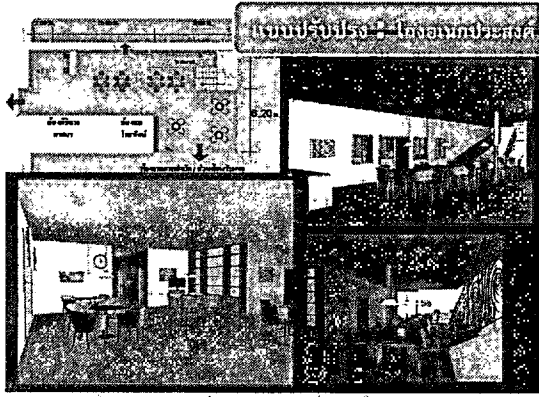
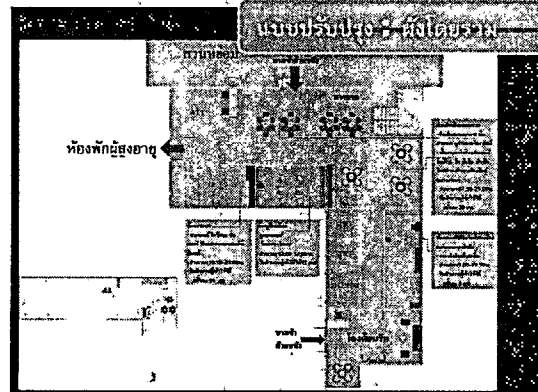
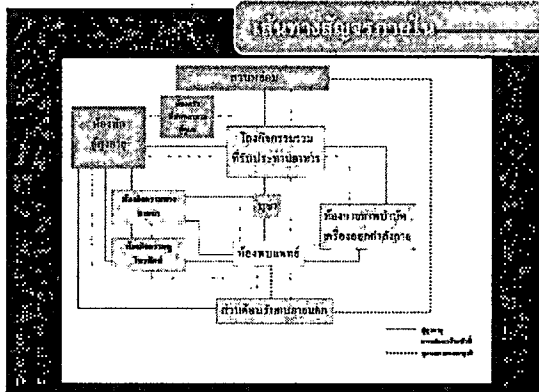
ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

ไม่ยึดติด
ทำกิจกรรมได้
หลากหลาย

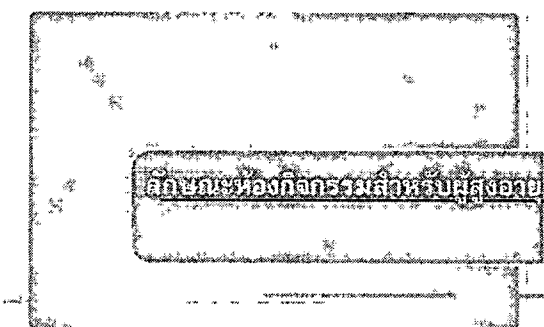
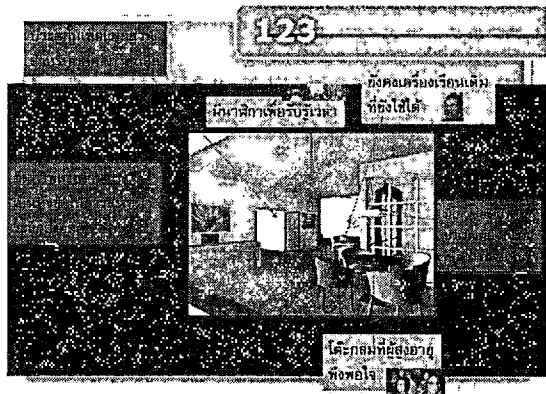
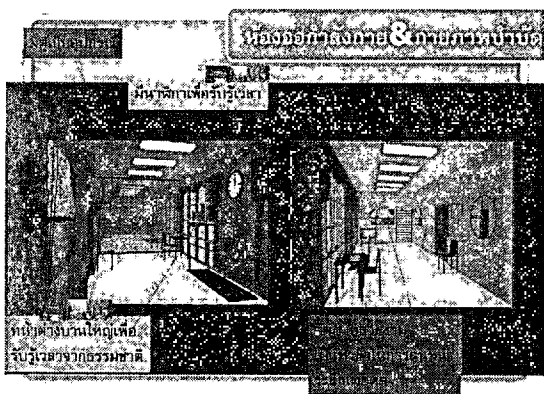
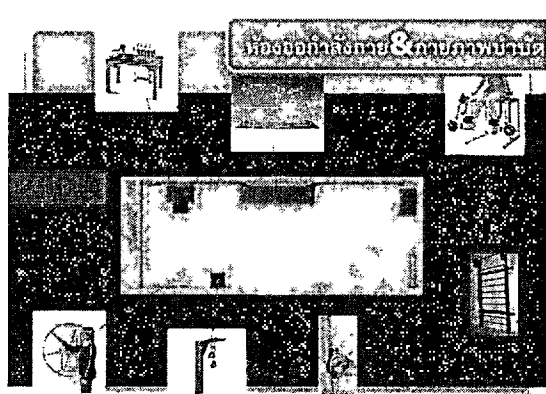
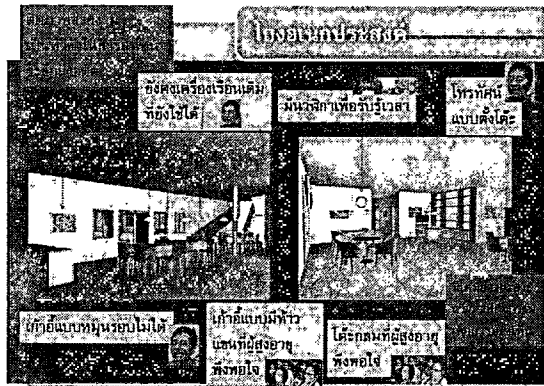


ภาคผนวก ซ



ข้อเสนอแนะในการออกแบบ
ห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุชุมชนสูง

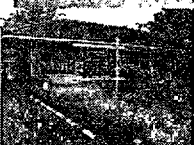

ภาคผนวก ซ



ภาคผนวก ช



ลักษณะห้องกิจกรรม

ห้องกิจกรรมควรเป็นอาคารแบบตึกหรือจัดห้องรวมรวมกันของอาคารในลักษณะรวมอยู่ในตึกหนึ่งตึกเดียวหรือเป็นอาคารที่สร้างขึ้นใหม่และตั้งรวมกันภายนอกอยู่ใกล้ห้องนำห้องทำงานทุกส่วนหน้าทีบ้านหลังเรียนตรงกับสวนหย่อมภายนอก

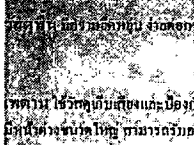

ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

กิจกรรมที่จัดในอาคารเรียนเป็นห้องกิจกรรมแบบเปิด (รวมกัน) หรือเป็นอาคารที่สร้างขึ้นใหม่และตั้งรวมกันภายนอกอยู่ใกล้ห้องนำห้องทำงานทุกส่วนหน้าทีบ้านหลังเรียนตรงกับสวนหย่อมภายนอก



ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ใช้วัสดุที่ทนทานและปลอดภัย มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก

ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ใช้วัสดุที่ทนทานและปลอดภัย มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก

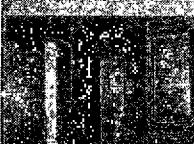

ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ใช้วัสดุที่ทนทานและปลอดภัย มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก




ลักษณะภายในห้องกิจกรรม

ใช้วัสดุที่ทนทานและปลอดภัย มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก มีพื้นที่ใช้สอยกว้างขวาง มีแสงสว่างเพียงพอ มีอากาศถ่ายเทสะดวก

ข้อเสนอในการศึกษาครั้งต่อไป

การศึกษาคณะกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง ยังไม่ได้มีงบประมาณที่เพียงพอในการดำเนินการศึกษาครั้งต่อไป การศึกษาครั้งต่อไปควรดำเนินการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างกิจกรรมที่จัดในห้องเรียนกับที่จัดนอกห้องเรียน

2. การศึกษาคณะกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 5 แห่ง ยังไม่ได้มีงบประมาณที่เพียงพอในการดำเนินการศึกษาครั้งต่อไป การศึกษาครั้งต่อไปควรดำเนินการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างกิจกรรมที่จัดในห้องเรียนกับที่จัดนอกห้องเรียน

ภาคผนวก ฉ
ผลงานวิจัยที่ได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่



สำนักบริหารวิชาการ
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

ประชุมวิชาการ

การนำเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา สจล. ครั้งที่ 1



การเปรียบเทียบลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยและต่างประเทศ
Characters of Activity Rooms for Seniors: A Comparison between Activity Rooms in
Thailand and Activity Rooms in Foreign Countries

กรรณิการ์ ปิงฉิมพิงค์ *พศ.ศร. เภยจนนท กฤอินทร์

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อเปรียบเทียบลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยและต่างประเทศ เพื่อเสนอแนะแนวทางรูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทย โดยศึกษาห้องกิจกรรมกรณีตัวอย่างจากต่างประเทศทั้งหมด 3 แห่ง ในประเทศไทยทั้งหมด 3 แห่ง และได้ทำการสัมภาษณ์แพทย์และ นักกายภาพบำบัดที่เชี่ยวชาญทางด้านผู้สูงอายุ เกี่ยวกับประสบการณ์การดูแลผู้สูงอายุ ความต้องการทั้งด้านการจัดกิจกรรมและลักษณะการจัดพื้นที่ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่เหมาะสม จากการศึกษาวิจัยพบว่า ลักษณะกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุแบ่งกิจกรรมหลักออกเป็น 3 ลักษณะคือ 1. กิจกรรมเกี่ยวกับการสวดมนต์และนั่งสมาธิ 2. กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม 3. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ การเปรียบเทียบลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยและต่างประเทศพบว่า ผู้สูงอายุต่างประเทศที่มีพื้นที่มาก ห้องกิจกรรมเป็นอาคาร ชั้นเดียวพื้นที่ด้านหลังติดกับพื้นที่สวนหย่อมและลานทำกิจกรรมภายนอก ส่วนศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ในเมืองมีพื้นที่น้อย เป็นอาคารสูงห้องกิจกรรมจะตั้งอยู่บนชั้น 2 ของอาคาร มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ ซึ่งในประเทศไทยส่วนใหญ่ห้องกิจกรรมมักคิดแปลงจากอาคารเก่า สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุจึงยังไม่พร้อมอาทิ ทางลาดสำหรับรถเข็น ส่วนใหญ่ และมักใช้พื้นที่เดียวชั้นของชั้นล่างอาคารทำกิจกรรมที่หลากหลาย ผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นถึง แนวทางรูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพักผู้สูงอายุในประเทศไทยควรเป็นอาคารชั้นเดียวหรือจัดให้อยู่บริเวณชั้นหนึ่งของอาคารเพื่อการเข้าถึงที่สะดวก เส้นทางการภายในมีลักษณะเป็นแนวราบ อาคารด้านทึบ ครอบคลุมพื้นที่หลังคาและหลังคาหน้าจั่ว ฝ้าเพดานและเสียงรบกวน มีความเป็นส่วนตัวเหมาะสมที่ให้บริการ ควรอยู่ใกล้ห้องน้ำ ห้องทำงานพยาบาลเจ้าหน้าที่ ด้านหลังเชื่อมต่อกับสวนหย่อมภายนอกอาคารเพื่อรับอากาศและแสงจากธรรมชาติ การตกแต่งวัสดุพื้นควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด บึงกับความชื้น อาทิ กระเบื้องยาง กระเบื้องเซรามิกพื้นผิวหยาบ ผนังเพดานใช้วัสดุเก็บเสียง และป้องกันเสียงสะท้อน อาทิ แผ่นฉนวนกันเสียงในกรณี (เช่น ใยหิน) ผนังบอร์ดกรุด้วยผ้าหรือหนังเทียม

คำสำคัญ: ผู้สูงอายุ, บ้านผู้สูงอายุที่ให้บริการอย่างต่อเนื่อง, กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ, ห้องกิจกรรม

1. บทนำ

ในปัจจุบันวิถีชีวิตคนไทยเปลี่ยนแปลงไป ทำให้จำนวนผู้สูงอายุที่ถูกต้องหรืออยู่โดดเดี่ยวมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นทุกปี จากปัญหาดังกล่าวจึงได้เกิดการจัดตั้งสถานรับดูแลผู้สูงอายุขึ้นมากมาย ทั้งในภาครัฐบาลและเอกชน เพื่อเป็นทางเลือกให้ผู้สูงอายุที่ไม่มีผู้ดูแล เข้ามาใช้บริการ

นอกจากการดูแลที่อยู่อันดีแล้ว กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุนั้นก็มีความสำคัญ ซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์ทำกิจกรรมร่วมกับผู้ที่อยู่ร่วมกันมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองมีคุณค่า ทั้งยังส่งผลต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 และนโยบายระหว่างประเทศนี้เนื่องมาจากและ

การประชุมวิชาการการนำเสนองานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 1

สำนักบริหารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

28 สิงหาคม 2551

แบบปฏิบัติงานด้านผู้สูงอายุในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก ในปี ค.ศ. 1999 ที่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับผู้สูงอายุในเรื่อง สุขภาพ อาหาร ที่อยู่อาศัย การคมนาคม และการจัด สภาพแวดล้อม บริการสังคมและชุมชน' ดังนั้น การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุและปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ของห้องกิจกรรมภายในแบบบริการอย่างต่อเนื่อง จึงมีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบลักษณะห้อง กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุมี ปฏิสัมพันธ์ การทำกิจกรรมร่วมกับผู้ที่อยู่ร่วมกันมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกตนเองมีคุณค่า ทั้งยังส่งผลต่อสุขภาพ ร่างกายและจิตใจที่แข็งแรง'

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
2. เพื่อเปรียบเทียบลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ในประเทศไทยและต่างประเทศ
3. เพื่อเสนอแนะลักษณะห้องกิจกรรมภายในบ้านพัก ผู้สูงอายุในประเทศไทย

3. ทฤษฎีและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

รูปแบบกิจกรรมภายในห้องกิจกรรมผู้สูงอายุ ที่จัดขึ้น นั้นมักเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่น ดังนั้น กิจกรรมหลักจึงแบ่ง ออกเป็น 3 ลักษณะ คือ 1.กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคม และนันทนาการ (Social and Recreational Programs) เพื่อสร้างความสนุกสนาน พัฒนาศักยภาพและทักษะ ในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น 2.กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม (Educational and Cultural Programs) เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจถึงความสามารถในการ เรียนรู้ และการพัฒนาทักษะต่างๆของตน 3.กิจกรรมด้าน สุขภาพอนามัยและโภชนาการ (Health Services and Nutrition Programs) เพื่อให้ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพของตน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ อาจรวมไปถึงการฟื้นฟูสุขภาพ อีกด้วย' การจัดพื้นที่กิจกรรม ควรอยู่ใกล้สำนักงาน

ผู้ดูแลผู้สูงอายุ ห้องเก็บอุปกรณ์และห้องนำ รองลงมาคือ พื้นที่บริเวณสวนหย่อมภายนอก ไม่ควรตั้งอยู่ใกล้ตัวม ห้องรับแขกทุกกถภายนอกและพื้นที่ที่เป็นอันตราย บรรเทาทัศนียภาพใน ให้ความรู้สึกระดับกระตือรือร้นให้ ผู้สูงอายุมีความเบิกบาน สดชื่น ควรเป็นโถงอบอุ่น ธรรมชาติ ขนาดพื้นที่ 1.35 - 2.25 ตารางเมตรต่อคน ขนาดพื้นที่ห้องโดยรวมไม่ควรต่ำกว่า 90 ตารางเมตร ห้องเก็บของควรมีขนาดอย่างน้อย 6.30 ตารางเมตร ความ สูงเพดาน 2.70 ถึง 3.50 เมตร การตกแต่ง พื้นควรใช้วัสดุ ที่มีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น ผนังและเพดานใช้วัสดุป้องกันเสียง สะท้อนง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ข้อควร คำนึงถึงพิเศษ ควรเตรียมพื้นที่ให้เพียงพอสำหรับกลุ่ม ผู้สูงอายุที่ด้อยใช้รถเข็น' ด้านตั้งอำนวยความสะดวก สำหรับผู้สูงอายุ ต้องมีป้ายแสดงเครื่องหมายแสดงทาง ไปสู่สิ่งอำนวยความสะดวก มีความชัดเจน มองเห็นได้ ง่าย ประตูเปิดปิดได้ง่าย มีความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร ไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตู ปิดได้เองที่อาจทำให้ประตูหนีบหรือกระแทกผู้สูงอายุ

4. ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้วิธีการศึกษา ข้อมูลจากสื่ออิเล็กทรอนิกส์ สังเกตและสัมภาษณ์ ประชากร ได้แก่ ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุใน ต่างประเทศ และในประเทศไทย และผู้เชี่ยวชาญด้าน ผู้สูงอายุ กลุ่มตัวอย่างถูกคัดเลือกอย่างเจาะจง 1) กลุ่ม ตัวอย่างห้องกิจกรรม คือ ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ต่างประเทศทั้งหมด 5 แห่ง คือ บ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah Albany รัฐ New York ศูนย์ บ้านพัก ผู้สูงอายุในเครือองค์กรศาสนาในรัฐOhio ชุมชนหมู่บ้าน ผู้เกษียณอายุราชการ Breckenridge รัฐOhio ศูนย์ อนุเคราะห์สังคม Low County Senior Center รัฐ South Carolina ศูนย์ดูแลผู้เกษียณอายุ The Jefferson ภูมิภาค Mid-Atlantic ประเทศสหรัฐอเมริกา และที่พักอาศัย สำหรับผู้สูงอายุ Beijing Social Welfare Institution กง

บักกิ่ง ประเทศจีน และห้องกิจกรรมภายในประเทศไทย
ทั้งหมด 3 แห่งคือ ที่อาคารที่หอพักผู้สูงอายุต.วังคนิศา
บางปู โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท 2 และ ศูนย์ผู้สูงอายุเขต
ดินแดง 2) กลุ่มตัวอย่างแพทย์และนักกายภาพบำบัดที่
ดูแลผู้สูงอายุทั้งหมด 3 ท่าน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
ได้แก่ 1) แบบสังเกตห้องกิจกรรม ประกอบด้วย แบบ
สังเกตและบันทึกเกี่ยวกับ ประเภทของกิจกรรม ที่ตั้งของ
ห้องกิจกรรม รายละเอียดของเฟอร์นิเจอร์ชนิดต่างๆ ถึง
ย่านความสะดวกต่าง ๆ อาทิ ทีวี เครื่องเสียงลำโพง
เครื่องออกกำลังกาย คอมพิวเตอร์ เครื่องปรับอากาศ
สภาพแวดล้อมทางกายภาพ อาทิ วัสดุตกแต่งใน
ภาพรวม การจัดแสง ระบบไฟต่างๆ พื้น ผนัง เพดาน
การประดับตกแต่ง 2) แบบสัมภาษณ์แพทย์และนัก
กายภาพบำบัดที่ดูแลผู้สูงอายุ

การเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอนดังนี้คือ 1.) ศึกษาห้อง
กิจกรรมในการปีตัวอย่างของต่างประเทศ 2.) สังเกต
ลักษณะ ห้องกิจกรรมและการใช้ห้องกิจกรรมของ
ผู้สูงอายุ 3.) สัมภาษณ์แพทย์และนักกายภาพบำบัดที่มี
ความเชี่ยวชาญทางด้านผู้สูงอายุ

5. ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อทำการศึกษาลักษณะ
กิจกรรมที่เหมาะสม เปรียบเทียบลักษณะห้องกิจกรรม
สำหรับผู้สูงอายุ ใน ประเทศไทยและต่างประเทศ เพื่อ
เสนอแนะแนวทางรูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมภายใน
บ้านพักผู้สูงอายุ ในประเทศไทย โดยมีแนวทางใน
การศึกษาคือ ศึกษาห้องกิจกรรมในต่างประเทศทั้งหมด 5
แห่ง สังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้งหมด 3 แห่ง
และการสัมภาษณ์แพทย์และนักกายภาพบำบัดที่ดูแล
ผู้สูงอายุทั้งหมด 3 ท่าน ผลการวิจัยถูกนำมาสรุปได้ดังนี้

5.1 รูปแบบกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ใน
ต่างประเทศพบว่ากิจกรรมที่จัดภายในอาคารให้ผู้สูงอายุ
นั้นคือ ชมรมต่างๆ สำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ ชมรมของผู้
สูงอายุ ชมรมการตกแต่ง ผู้สูงอายุสามารถเลือกเข้าชมรมที่
ตนเองสนใจ กิจกรรมการออกกำลังกายตามความ

เหมาะสม ได้แก่ การออกกำลังกายโดยใช้อุปกรณ์
(Fitness) โยคะ โยคะ ในน้ำ วอลเลย์บอลลูกโป่ง ปาลูกคอก
กิจกรรมทางปัญญาความรู้อารมณ์ใจ ได้แก่ โปรแกรม
การศึกษารับรู้เหตุการณ์ปัจจุบัน บิงโก โดมิโน โห้ ทาย
ปริศนา คณิตศาสตร์ กิจกรรมทางศาสนา เช่น การสวดมนต์
ร้องเพลงในวันอาทิตย์ การเขียนคำสอน การสนทนากับ
บาทหลวง กิจกรรมดนตรี เช่น การเล่นดนตรี การร้อง
เพลง การเต้นรำ กิจกรรมศิลปะ ได้แก่ การวาดรูปลงสี
งานฝีมือ งานปั้น เช่นการ กิจกรรมการประดิษฐ์
ได้แก่ การแช่ภาพถ่าย สนทนา กิจกรรมบำบัด ได้แก่
การปีนขมบึงปอนด์ นวดมือเท้าและกล้ามเนื้อ ฟังเพลง
การลูบสัตว์เลี้ยง อาทิ สุนัข แมว กระต่าย กิจกรรม
ร่วมกับเยาวชน ได้แก่ ร่วมทำกิจกรรมจากเด็กนักเรียน
กองทัพลูกเสือที่มาเยี่ยม กิจกรรมตามความชำนาญขั้น
ชอม เช่น การปรุงอาหาร การหัดทำเชิดปลา กิจกรรม
ตามเทศกาลได้แก่ ตั้งสรรค์วันหยุด และเทศกาลต่างๆ
ส่วนในประเทศไทยกิจกรรมที่จัดภายในอาคารนั้นคือ
กิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ การออกกำลังกายโดยใช้
อุปกรณ์ (Fitness) แอโรบิก กิจกรรมตามบ้านอาคาร
ได้แก่ บิงโก โห้ น้ำคำปูปลา ทานทายคำศัพท์ หมากรูก
โดมิโน อ่านหนังสือ กิจกรรมดนตรี ได้แก่ การเล่น
ดนตรีไทย การรำวง ร้องเพลง การลิลาศกิจกรรมศิลปะ
ได้แก่ งานฝีมือต่างๆ กิจกรรมบำบัด ได้แก่ การบำบัด
ด้วยกลิ่นและเสียงเพลง นวดแผนไทย การลูบหัวสัตว์
เลี้ยง กิจกรรมตามเทศกาล ได้แก่ จัดงานตามเทศกาล
ต่างๆ

5.1.1 รูปภาพแสดงกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ



รูปที่ 1 กิจกรรมบำบัดด้วยการลูบหัวและเล่นกับสัตว์เลี้ยง

การประจําวิชาการรณามทอนอหองงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 1

เพื่อบริการวิชาการ เสดานับทกโนโตอิพระจวมเกลาเจ้าฤฤททหทารทาดกระบัง

28 สิงหาคม 2551



รูปที่ 2 กิจกรรมการออกกําลังกาย วงกลมดัดขดลูกโป่ง



รูปที่ 3 กิจกรรมการร้องเพลงประเพณีไทย



รูปที่ 4 กิจกรรมบันทึกบทการ การค้นไ้บนกระชองก



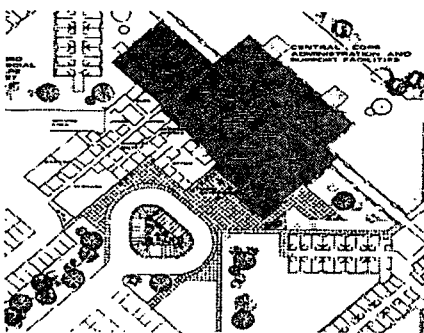
รูปที่ 5 (ซ้าย)กิจกรรมการเล่นดนตรีไทย

รูปที่ 6 (ขวา)การทากถ่าถึงกาขเบทาแโรนิก(ศูนย์ผู้สูงอายุคนมแดง)

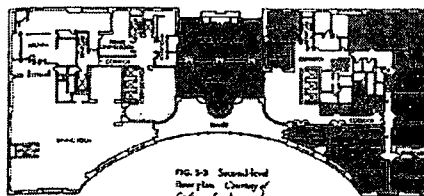
5.2 ลักษณะห้องกิจกรรมในต่างประเทศทั้ง 5 แห่งนั้นพบว่า ที่ตั้งอยู่ห่างจากถนนสายหลัก ห้องกิจกรรมเป็นอาคารชั้นเดียว ล้อมรอบด้วยอาคารที่ทักผู้สูงอายุ สำหรับศูนย์ผู้สูงอายุที่จัดกฏไว้มขดมืองเป็นอาคารสูงมีพื้นที่น้กย

ห้องกิจกรรมจะตั้งอยู่ในบริเวณชั้นที่ 2 ของตึก โดยห้องกิจกรรมแบ่งออกเป็นพื้นที่ใช้เสียงดัง ได้กับส่วนเก็บเสียงซึ่งแบ่งเป็นห้องออกไปอาทิ ห้องสมุด ห้องอบรม สานิต ห้องประกอบพิธีทางศาสนา ห้องภาษาทบนำมัดพื้นที่กิจกรรมเป็นส่วนตัวสำหรับสมาชิกผู้สูงอายุท่านั้นใกล้เคียงกับห้องน้ำ มละออฟิศของเจ้าหน้าที่ การคคคต่งวัตถุประสงค์ป้องกันการหกกลิ่น เช่นพรม กระเบื้องยาง การใช้สีใช้สีในโชนอรุ่น เน้นหน้าทางบานใหญ่เพื่อรับแสงจากธรรมชาติและสามารถเห็นทัศนียภาพธรรมชาติภายนอกอาคารได้ ฤปกครองย้านวยสำหรับผู้สูงอายุ กทาลิพีท ทางลาด มีกรบนและสามารถช่วยเหลือตนเองได้

5.2.1 รูปภาพแสดงพื้นที่ลักษณะห้องกิจกรรมในต่างประเทศ



รูปที่ 7 แปลนพื้นที่ส่วนพื้นที่กิจกรรมบ้านพักผู้สูงอายุ The Daughters of Sarah Albany 29 New York สหรัฐอเมริกา เป็นอาคารชั้นเดียวล้อมรอบด้วยบ้านพักผู้สูงอายุและสวนหย่อม

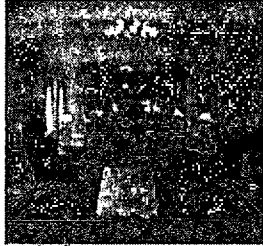


รูปเน้นที่ส่วนพื้นที่ส่วนกิจกรรมบนชั้น 2 ของอาคารที่พักภายในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ The Jefferson ภูมิภาค Mid-Atlantic สหรัฐอเมริกา

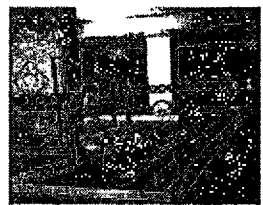
การประจําวิชาการศึกษาแผนกผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 1
 สำนักบริหารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

28 สิงหาคม 2551

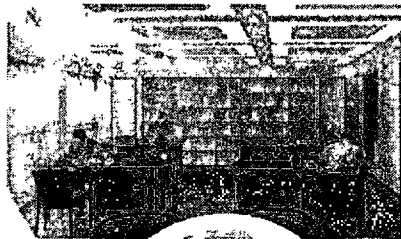
5.2.1 รูปภาพแสดงพื้นที่ลักษณะห้องกิจกรรมใน ต่างประเภท



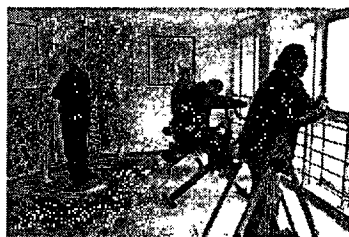
รูปที่ 9 พื้นที่ทำกิจกรรมนั่งบนทาวนาซา



รูปที่ 10 พื้นที่ทำกิจกรรมออกกำลังกายในน้ำ



รูปที่ 11 ห้องสมุดสำหรับผู้อาวุโส

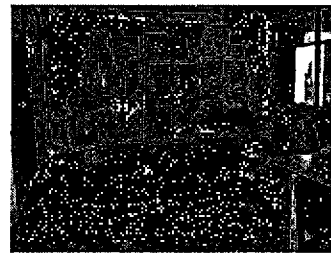


รูปที่ 12 ห้องออกกำลังกาย Fitness

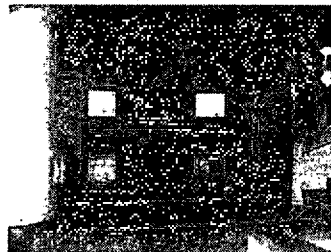
5.3 ลักษณะห้องกิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 3 แห่งนั้น
 พบว่า ที่ตั้งอาคารห่างจากถนนใหญ่ ห้องกิจกรรมตั้งอยู่
 ภายในชั้นล่างของอาคาร อาคารที่หืออกับผู้อาวุโส

สวางคานิวาสบางปูนั้นแบ่งห้องกิจกรรมได้ดังนี้ 1. ห้องดู
 หนังร้องเพลง 2. ห้องสมุด เล่นเกมและห้องพระซึ่งอยู่
 รวมกัน 3. ห้องประชุมและอบรมสาธิต 4. ห้องออกกำลังกาย
 (Fitness) 5. ส่วนจัดการแสดงและกิจกรรมในเทศกาล
 ต่างๆ เครื่องเรือนสามารถเคลื่อนย้ายได้ มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกครบ
 แสงภายในค่อนข้างมืดต้องใช้แสง
 ประหยัดช่วย ระบบปรับอากาศติดตั้งเครื่องปรับอากาศ
 ยกเว้นส่วนกิจกรรมจัดคาบเทศกาศาถัญ ที่ติดตั้งพัดลม
 เพดาน ผู้อาวุโสที่อยู่ที่นี่สามารถลงมาจากห้องพักมาใช้
 ห้องกิจกรรมได้ตลอด 24 ชั่วโมง

5.3.1 รูปภาพห้องกิจกรรมภายในที่พักผู้อาวุโส นิวาส



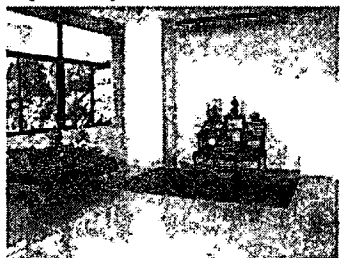
รูปที่ 13 ห้องสมุดและคอมพิวเตอร์ในอาคาร



รูปที่ 14 ส่วนกิจกรรมอเนกประสงค์ มีเวทีสำหรับจัดการแสดง
 ต่างๆ



รูปที่ 15 ห้องดูหนัง ฟังเพลง และโรงอาหารในคณะ



รูปที่ 16 พื้นที่ทางศาสนาซึ่งอยู่ร่วมกับห้องสมุด



รูปที่ 17 ห้องออกกำลังกาย Piness

ศูนย์ผู้สูงอายุเขตดินแดงนั้นแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ส่วนแรกตั้งอยู่บริเวณชั้นหนึ่งของที่ทำการศูนย์ผู้สูงอายุโดยต่างปรับปรุงอาคารสำนักงานเก่ามาเป็นห้องกิจกรรมรวมตัวอาคารยกพื้นสูง มีทางลาดสำหรับรถเข็นแต่ละชั้น ผู้สูงอายุที่นั่งรถเข็นไม่สามารถขึ้นได้เองต้องมีผู้คอยช่วยเหลือ ดึงขณะเปิดไม่มีหมิงกันแต่ก่อนข้างมืด จึงต้องให้แสงประดิษฐ์ช่วย มีเวทีสำหรับการแสดง สำหรับทำกิจกรรมต่างๆ มีทัศนียภาพช่วยในการระบายอากาศ ส่วนที่สองเป็นอาคารชั้นเดียวสำหรับออกกำลังกาย (Piness)และทำกายภาพบำบัด มีการติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายใน

ส่วนพื้นที่กิจกรรมโรงพยาบาลด้วยน้ำไท 2 ตั้งอยู่บริเวณชั้นล่างของอาคารแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ส่วนแรกเป็นพื้นที่รวมทำกิจกรรมนันทนาการต่างๆ ส่วนที่สองเป็นพื้นที่ทำกิจกรรมบำบัด ทั้งสองส่วนติดตั้งเครื่องปรับอากาศภายใน เนื่องจากพื้นที่มีจำกัดอยู่ในช่วงปรับปรุง พื้นที่กิจกรรม 2 ส่วนไม่ได้อยู่ในอาคารเดียวกัน เส้นทางสัญจรภายในสลับซับซ้อน ไม่มีป้ายบอกห้องกิจกรรมอย่างชัดเจน ผู้สูงอายุไม่สามารถเดินมาใช้บริการเองได้ ต้องมีเจ้าหน้าที่พามาเท่านั้น

5.4 ผลการสัมภาษณ์แพทย์และนักกายภาพบำบัดที่ดูแลผู้สูงอายุ ผลการสัมภาษณ์พบว่า การบริหารงานด้านศูนย์ผู้สูงอายุในประเทศไทยนั้น แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ แบบชุมชนสำหรับผู้สูงอายุที่มีบริการ 24 ชั่วโมง แบบบริการผ่านดูแลชั่วคราว และแบบจ้างคนดูแลที่บ้าน การดูแลแบบชุมชนสำหรับผู้สูงอายุที่มีบริการ 24 ชั่วโมงนั้น มีทั้งแบบภาครัฐบาลและเอกชน กิจกรรมส่วนใหญ่เน้นด้านการดูแลสุขภาพ กิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุเน้นการเน้นเกี่ยวกับการฟื้นฟูทางด้านร่างกายจิตใจและสมอง เน้นกิจกรรมที่ปลอดภัยแต่ท้าทายทางด้านนันทนาการต่างๆ ที่ช่วยฝึกกล้ามเนื้อเนื้อร่างกาย และสมอง กิจกรรมการเข้าสังคมเพื่อการเรียนรู้และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น การบำบัดต่างๆ อาทิ การบำบัดด้วยเสียงเพลง กลิ่น การนวดตัว การดูแลสุขภาพเท้าเหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย มีสมาธิเพิ่มขึ้น

การจัดสภาพห้องกิจกรรม การเน้นวัสดุที่ปลอดภัย มีสีฉูดฉาดอย่างเด่นชัด ภายในมีหมอนนั่งสบายใหญ่เพื่อการรับรู้ในเรื่องของช่วงเวลาจากธรรมชาติ และติดตั้งปฏิทินนาฬิกาเพื่อรับรู้วันเวลาที่ถูกต้อง มีอุปกรณ์ที่ช่วยกระตุ้นสายตาเช่นตู้เสียงปลา โทรทัศน์ กลิ่นน้ำมันช่วยในการบำบัด กลิ่นพวกLavender และLemon Balm ช่วยให้มีสมาธิเพิ่มขึ้น

6. อภิปรายผลการวิจัย

6.1 ลักษณะกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ที่ทำการศึกษาทั้งในต่างประเทศ จากการศึกษาจากผู้สูงอายุในประเทศ

ไทยและจากการตีพิมพ์แพทย์ นักรักษาที่ดูแล ผู้สูงอายุ นั้นตรงตามหลักการของ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร¹² ที่แบ่งกิจกรรมหลักออกเป็น 3 ลักษณะ คือ 1.กิจกรรมเกี่ยวกับการสมาคมและนัดหมายการ อาทิ การเล่นเกม ต่างๆ การสังสรรค์ตามเทศกาล การสนทนาอภิปรายกลุ่ม 2.กิจกรรมที่เกี่ยวกับการศึกษาและวัฒนธรรม อาทิ การอบรมสารคดี ศิลปะประดิษฐ์ อ่านหนังสือ สาสนา 3. กิจกรรมด้านสุขภาพอนามัยและโภชนาการ อาทิ การออกกำลังกาย การบำบัดต่างๆ แยกต่างหากแต่รูปแบบกิจกรรมที่จัดขึ้น ซึ่งขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมประเพณีนั้น และความเหมาะสมต่อสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับองค์กรที่ดูแลอยู่ และรายได้ของผู้สูงอายุที่สามารถเลือกรับบริการจากองค์กรนั้น ซึ่งในประเทศไทยศูนย์ดูแล ผู้สูงอายุในภาครัฐบาลเน้นการดูแลผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาส และรายได้น้อยในประเทศไทย ส่วนศูนย์ดูแลผู้สูงอายุในภาคเอกชนเน้นการดูแลผู้สูงอายุคนไทยที่มีรายได้สูงและผู้สูงอายุต่างชาติเป็นหลัก การบริการจึงมีทางเลือกให้ผู้สูงอายุได้มากกว่าทางภาครัฐบาล อาทิ การประเมินสภาพผู้สูงอายุก่อนเข้ารับบริการอย่างถูกต้อง ทางเลือกของผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรม และอุปกรณ์การทำกิจกรรมที่มีมากกว่า

6.2 การเปรียบเทียบข้อดีข้อเสียของกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยและต่างประเทศ จากการศึกษากรณีตัวอย่างในต่างประเทศพบว่า ศูนย์ผู้สูงอายุที่มีพื้นที่มาก ห้องกิจกรรมเป็นอาคารชั้นเดียวพื้นที่ด้านหลังติดกับพื้นที่สวนหย่อมและลานทำกิจกรรมภายนอกล้อมรอบด้วยอาคารที่พักสำหรับผู้สูงอายุ ส่วนศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ในเมืองมีพื้นที่น้อย เป็นอาคารสูงห้องกิจกรรมจะตั้งอยู่บนชั้น 2 ของอาคาร ส่วนด้านบนเป็นที่พักสำหรับผู้สูงอายุ อาคารเหล่านี้เตรียมอุปกรณ์อำนวยความสะดวก อาทิ ทางลาดสำหรับรถเข็น ลิฟท์ สำหรับผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ ซึ่งจากการสังเกตห้องกิจกรรมในประเทศไทยส่วนใหญ่ห้องกิจกรรมมักติดแปลงจากอาคารเก่า ซึ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุจึงยัง

ไม่พร้อมอาทิ ทางลาดสำหรับรถเข็น ซึ่งไม่สอดคล้องกับกฎกระทรวงว่าด้วยการกำหนดกึ่งอำนาจความสะดวกในอาคาร สำหรับผู้พิการทุพพลภาพและคนชรา พ.ศ.2548 ว่าด้วยการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพและผู้สูงอายุที่ตั้งอยู่ภายในและภายนอกอาคาร

6.3 พื้นที่ห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในประเทศไทยนั้น ซึ่งส่วนใหญ่มักใช้พื้นที่เดียวกันของชั้นล่างอาคารทำกิจกรรมที่หลากหลาย เว้นแต่ที่สวนกนิวาาศที่แยกส่วนกิจกรรมออกเป็นแต่ละห้องไป การตกแต่งส่วนใหญ่พื้นที่ใช้ประโยชน์มีแบบผิวหยาบหรือกระเบื้องยาง ซึ่งสอดคล้องกับหลักการโดย Aranyi & Goldman¹³ ที่พูดถึงการตกแต่ง พื้น ควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น ผนังและเพดาน ใช้วัสดุป้องกันเสียงสะท้อน ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด สำหรับเครื่องเรือนภายในห้องกิจกรรมที่ไว้ได้สังเกตเป็นแบบไม่ติดตายตัว สามารถเคลื่อนย้ายปรับเปลี่ยนได้

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

7.1.1 ลักษณะกิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุไทย แบ่งตามประเภทได้ดังต่อไปนี้ 1.กิจกรรมชมรมต่างๆ อาทิ ชมรมรักโคลเช ชมรมงานฝีมือต่างๆ เป็นการให้ผู้สูงอายุได้ตัดสินใจในการเลือกสิ่งทีตนเองสนใจ 2. กิจกรรมทางศาสนา เป็นสิ่งที่ช่วยยึดเหนี่ยวจิตใจ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ ทำให้เกิดความรู้สึก สร้างความสบายใจ 3.กิจกรรมการออกกำลังกาย อาทิ ออกกำลังกายด้วยเครื่องออกกำลังกายที่ติดการลงน้ำหนักที่เท้าและหัวเข่า ช่วยในเรื่องการฟื้นฟูกล้ามเนื้อ และกายภาพบำบัด 4.กิจกรรมดนตรี การร้องเพลง การเต้นลีลาศ ช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกสนุกสนาน และผ่อนคลายความตึงเครียด ผิดความกังวลแสดงออก 5.กิจกรรมศิลปะ การวาด การปั้น งานฝีมือ เป็นการฝึกการใช้กล้ามเนื้อมือ ผิดสมาธิ ความคิดสร้างสรรค์เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกภูมิใจกับผลงาน

ของตนเอง 6.กิจกรรมความรู้บันเทิงนันทนาการ อาทิ โปรแกรม การศึกษายอบรม การอ่านหนังสือ การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ต การสนทนาอภิปรายกลุ่ม การเล่นเกมต่างๆ ช่วยในการรับรู้ ความเข้าใจ การตัดสินใจ สมาธิ ความจำ ด้านร่างกายฝึกการใช้สายตา กล้ามเนื้อมือ ทำให้ทราบถึงสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ 7.กิจกรรมนันทนาการ ทำขนม การนวดตัว มือ เท้าแบบไทย การเต้น ลูกหัดสัตว์เลี้ยง ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย เพื่อกิจกรรม 8.กิจกรรมตามเทศกาล การจัดงานพิธีทำบุญในวันสำคัญต่างๆ การพบปะสังสรรค์ในวันหยุด ผู้สูงอายุมีความสุขกับการฉลองตามเทศกาล โดยมีส่วนร่วมใน การวางแผนงานและการตกแต่งสำหรับเหตุการณ์

7.1.2 รูปแบบลักษณะห้องกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ ควรเป็นอาคารชั้นเดียวหรือจัดให้อยู่บริเวณชั้นหนึ่งของอาคารเพื่อการเข้าใช้ที่สะดวก เห็นทางสัญจรภายในมีลักษณะเป็นแนวราบ อากาศถ่ายเทสะดวก ใกล้กับแหล่งธรรมชาติ ห่างจากมลภาวะและเสียงรบกวนภายนอก

7.1.3 ความสัมพันธ์ของพื้นที่ห้องกิจกรรม ต้องมีความเป็นส่วนตัวเฉพาะสมาชิกที่ใช้บริการภายในบ้านพัก ควรอยู่ใกล้ห้องน้ำเนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาในการจับถ่ายบ่อ ห้องทำงานพยาบาลเจ้าหน้าที่เพื่อการดูแลได้สะดวก ด้านหลังห้องกิจกรรมควรเชื่อมต่อกับสวนหย่อม ภายนอกอาคารเพื่อรับอากาศและแสงจากธรรมชาติ และสะดวกในการทำกิจกรรมภายนอกอาคาร พื้นที่ที่รับประทานอาหารเช้าสามารถดัดแปลงเป็นพื้นที่ใช้สอยด้านกิจกรรมได้ อาทิ กิจกรรมทำขนม การนั่งสนทนาดื่มชา กาแฟ กิจกรรมอบรมสาธิตต่างๆ

7.1.4 การตกแต่งพื้นที่ห้องกิจกรรม 1.วัสดุพื้น ควรมีความยืดหยุ่น ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด ป้องกันความชื้น ผนัง เพดาน ใช้วัสดุเก็บเสียงและป้องกันเสียงสะท้อน ง่ายต่อการรักษาและทำความสะอาด 2.ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก ต้องมีความชัดเจน มองเห็นได้ง่าย ติดอยู่ในตำแหน่งที่ไม่ทำให้ตีบสน และต้องจัดให้มีแสงส่องสว่างเป็นพิเศษทั้งกลางวันและกลางคืน 3.ประตูเปิดปิดง่าย ไม่มีธรณีประตู

ช่องประตูต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 90 เซนติเมตร กรณีที่ประตูเป็นแบบบานเปิดผลักเข้าออก เมื่อเปิดออกผู้ ทางเดินต้องมีความกว้างไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร และยาวไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร กรณีที่ประตูเป็นแบบบานเลื่อนหรือแบบบานเปิดให้มีมือจับที่มีขนาดเท่ากับราวจับ ในแนวตั้งทั้งด้านในและด้านนอกของประตูซึ่งมีปลาย ด้านบนสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 1 เมตร และปลายด้านต่ำ ไม่เกิน 80 เซนติเมตร ในกรณีที่ประตูบานเปิดออก ให้มีราวจับตามแนวอนค้ำในประตู และในกรณีที่ประตูบานเปิดเข้าให้มีราวจับตามแนวอนค้ำด้านนอก ประตูราวจับดังกล่าวให้สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 80 เซนติเมตร แต่ไม่เกิน

9 เซนติเมตร ยาวไปตามความกว้างของประตู อุปกรณ์ เปิดปิดประตูต้องเป็นชนิดก้านบิดหรือแกนหลัก อยู่สูง จากพื้นไม่น้อยกว่า 1 เมตร แต่ไม่เกิน 1.2 เมตร ประตู ต้องไม่ติดตั้งอุปกรณ์ชนิดที่บังคับให้บานประตูเปิดได้เอง ที่อาจทำให้ประตูหนีบหรือกระแทกผู้สูงอายุ 4.หน้าต่าง อยู่ด้านติดกับสวนหย่อมภายนอกสามารถรับอากาศและ แสงจากธรรมชาติได้ เพื่อผู้สูงอายุได้ฝึกรับรู้เรื่องเวลา จากแสงธรรมชาติ 5.ผนังหรือหน้าต่างบานใหญ่ที่เป็น กระจก ให้ติดเครื่องหมายหรือแถบสีที่สังเกตเห็นได้ชัด เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ

7.1.5 การจัดวางเครื่องเรือน ไม่วางกะทะทางเดิน กีด ขวางประตูหน้าต่าง ควรคำนึงถึงพื้นที่การใช้สอยสำหรับผู้ สูงอายุที่นั่งรถเข็น

7.1.6 อุณหภูมิภายในพื้นที่ อากาศถ่ายเทได้สะดวก มีการติดตั้งเครื่องปรับอากาศและพัดลมเพื่อช่วยในการ หมุนเวียนอากาศภายในห้องและรักษาอุณหภูมิไม่ให้ ร้อนหรือเย็นจนเกินไป

7.1.7 สีภายในภายใน พื้นผนังประตูควรเน้นสีที่ แดกต่างกันเพื่อการมองเห็นแยกแยะความแตกต่างได้ ชัดเจน เนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาทางด้านสายตา

7.1.8 บรรยากาศภายใน พื้นที่ที่ต้องใช้สมาธิในการทำ กิจกรรม ควรใช้เครื่องหอมเข้ามาช่วยโดยกลิ่นLavender

การประจําวิชาการนําเสนอของวิทยาระดับบัณฑิตศึกษาครั้งที่ 1

สำนักบริหารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าจํานุภาพารลาดกระบัง

28 สิงหาคม 2551

และกลิ่น Lemon balm นั้น สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีสมาธิ
ในการทํางานได้มากขึ้น และรู้สึกผ่อนคลาย

7.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

1. ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการห้องกิจกรรมในประเทศไทย
ไทยเพียง 3 แห่งและสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทางด้าน
ผู้สูงอายุเพียง 3 ท่านเท่านั้น จึงควรทํากการศึกษาเพิ่มเติม
เกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการภายใน
ห้องกิจกรรมและสัมภาษณ์พยาบาลและเจ้าหน้าที่ดูแล
ผู้สูงอายุซึ่งจะได้ข้อมูลที่ลึกกว่านี้ 2. การสังเกตห้อง
กิจกรรมในประเทศไทยทั้ง 3 แห่ง นั้นไม่ได้แบ่งประเภท
ศูนย์ผู้สูงอายุที่ดูแลแบบไปกลับและตลอด 24 ชั่วโมง
อาจมีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุที่แบ่งประเภทมากกว่านี้
จึงควรทํากการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับความแตกต่าง
ระหว่างกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุในศูนย์ผู้สูงอายุแบบไป
กลับและตลอด 24 ชั่วโมง 3. การสังเกตห้องกิจกรรมใน
ประเทศไทยทั้ง 3 แห่ง เป็นการสังเกตเฉพาะ ในกรุงเทพฯ
และปริมณฑล ซึ่งเป็นการค้ามิจานองของกลุ่มคนไทย
เท่านั้น ยังมีศูนย์ผู้สูงอายุที่อยู่ต่างจังหวัดและค้ามิจานอง
โดยชาวต่างชาติในประเทศไทยซึ่งควรทํากการศึกษา
เพิ่มเติมอีกด้วย

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผศ. ดร. เบลญมาศ ภูอินทร์ ซึ่ง
เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ตลอดจนให้คำปรึกษาแนะผู้วิจัยอย่างคิ
มาโดยตลอด และผลงานวิจัยชิ้นนี้จะมีเกิดขึ้นไม่ได้ถ้าขาด
แรงบันดาลใจจาก พ.ศ. อ.พิเชษ ฤกษ์ชัย ปิจฉิมพิหงษ์ที่
ประโยชน์ที่ได้จากงานวิจัยชิ้นนี้ขออุทิศให้แก่ม่าานซึ่ง
เป็นคุณปู่ของผู้วิจัย

เอกสารอ้างอิง

[1] เหวรัตน์ ปรีกษ์ขาม. 2547. "การสำรวจสถานะ
สุขภาพอนามัยของประชาชนไทย." กรุงเทพฯ:
สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข กรมอนามัย
กระทรวงสาธารณสุข

- [2] องค์การสหประชาชาติ คณะกรรมาธิการเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก.
2542 "แผนปฏิบัติการเชียงใหม่ ๒542 การปฏิบัติ
ระดับภูมิภาค สำหรับแผนปฏิบัติการระหว่าง
ประเทศกรุงแมตริค ว่าด้วยการค้ามิจานองผู้สูงอายุ
ปี 2002 (พ.ศ. 2545) และแผนปฏิบัติการเมืองมิก
ว่าด้วยการค้ามิจานองผู้สูงอายุภูมิภาคเอเชีย
และแปซิฟิกปี 1999 (พ.ศ. 2542)"
กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ.
สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน
ผู้ด้อยโอกาส.
- [3] ศลิตพัฒน์ ยอดเทพ. 2550. "ศูนย์อเนกประสงค์
สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน: กลไกการค้ามิจานองเพื่อ
ความยั่งยืน". กรุงเทพฯ: เครือข่ายวิจัยสุขภาพโดย
มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติและ สำนักงานกองทุน
สนับสนุนการวิจัย
- [4] ศลิตพัฒน์ ยอดเทพ. 2550. "ศูนย์อเนกประสงค์สำหรับผู้
สูงอายุในชุมชน: กลไกการค้ามิจานองเพื่อความ
ยั่งยืน" กรุงเทพฯ: เครือข่ายวิจัยสุขภาพโดยมูลนิธิ
สาธารณสุขแห่งชาติและ สำนักงานกองทุน
สนับสนุนการวิจัย
- [5] Aranyi, L. & Goldman, L.L., 1980. "Design of long-
term care facilities." New York: Van Nostrand
Reinhold
- [6] The Daughters of Sarah Albany.(Online) 2008. (cited
2008 June 20). Available from:
<http://www.daughtersofSarah.org>.
- [7] Beijing Social Welfare Institution. 2008 "Beijing
social welfare institution 1/Beijing geriatric
hospital." Beijing: Beijing social Welfare Institution.
- [8] Aranyi, L. & Goldman, L.L., 1980. "Design of long-
term care facilities." New York : Van Nostrand
Reinhold
- [9] Anderzhon, J.W., 2007. "Design for aging post-
occupancy evaluations : lessons learned from
senior living environments featured in the AIA's

- 298 -

การประชุมวิชาการการนำเสนอผลงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 1
สำนักบริหารวิชาการ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

28 สิงหาคม 2551

design for aging review". Hoboken, NJ : John Wiley.

[10] Broker, P.M. (Online) 2008. (cited 2008 June 20).

"Living at the Jefferson." Available from:

<http://www.thejeffersonatballston.com>

[11] Beijing Social Welfare Institution. 2008 . "Beijing

social welfare institution 1/Beijing geriatric

hospital." Beijing: Beijing social Welfare Institution.

[12] ศศิพัฒน์ อ้อคเพชร. 2550. "ศูนย์ออมกประสงค์

สำหรับผู้สูงอายุในชุมชน:กรณีการดำเนินงานเพื่อ

ความยั่งยืน" . กรุงเทพฯ: เครือข่ายวิจัยสุขภาพโดย

มูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติและสำนักงานกองทุน

สนับสนุนการวิจัย

[13] Aranyi, L. & Goldman, L.L., 1980. "Design of long-

term care facilities." New York : Van Nostrand

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-นามสกุล นางสาวกรรณิการ์ ปิจฉิมพิหงส์

วัน/เดือน/ปีเกิด 11 ตุลาคม 2524

สถานที่เกิด กรุงเทพฯ

วุฒิการศึกษา ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาการออกแบบตกแต่งภายใน

สถานที่สำเร็จการศึกษา สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ กรมศิลปากร

สถานที่อยู่ปัจจุบัน ลาดกระบัง กรุงเทพฯ

E-Mail kannika-skeet@hotmail.com