

เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย  
ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

A DESIGN CRITERIA OF APPROPRIATE HOME ENVIRONMENTS FOR  
ELDERLY IN BANGKOK AREA

พรทิพย์ เรืองธรรม  
PORNTIP RUENGTAM

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน

บัณฑิตวิทยาลัย

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

พ.ศ. 2546

ISBN 974-324-299-6

สำนักหอสมุดกลาง พระจอมเกล้าลาดกระบัง

เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย  
ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

A DESIGN CRITERIA OF APPROPRIATE HOME ENVIRONMENTS FOR  
ELDERLY IN BANGKOK AREA



พรทิพย์ เรืองธรรม  
PORNTIP RUENG TAM

เลขหม.....  
เลขทะเบียน..... 47693  
วัน, เดือน, ปี 22 ส.ค. 2546

.b.....  
.i.....

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน  
บัณฑิตวิทยาลัย  
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง  
พ.ศ.2546  
ISBN 974-324-299-6

A DESIGN CRITERIA OF APPROPRIATE HOME ENVIRONMENTS FOR  
ELDERLY IN BANGKOK AREA

PORNTIP RUENGTAM

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

2003

ISBN 974-324-299-6

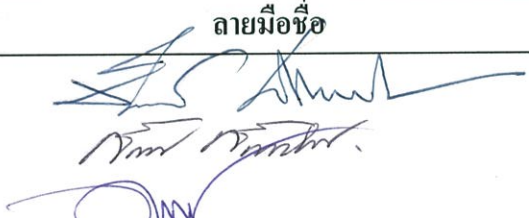
COPYRIGHT 2003

SCHOOL OF GRADUATE STUDIES

KING MONGKUT'S INSTITUTE OF TECHNOLOGY LADKRABANG

บัณฑิตวิทยาลัย  
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง  
ใบรับรองวิทยานิพนธ์

หัวข้อวิทยานิพนธ์      เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อ  
ผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร  
A DESIGN CRITERIA OF APPROPRIATE HOME ENVIRONMENTS  
FOR ELDERLY IN BANGKOK AREA  
ชื่อนักศึกษา              นางสาวพรทิพย์ เรืองธรรม  
รหัสประจำตัว              44063320  
หลักสูตร                      สถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชา                      สถาปัตยกรรมภายใน  
อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์      ผศ.จันทน์      เพชรานนท์

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์		ลายมือชื่อ
ผศ.จันทน์	เพชรานนท์	
อาจารย์ฉัตรชัย	อินทรโชติ	
รศ.อรรถพร	เพชรานนท์	

วัน/เดือน/ปี ที่สอบ 17 เมษายน 2546 เวลา 10.00 น. เป็นต้นไป  
สถานที่สอบ ณ ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน



วันที่.....30.....เดือน.....เมษายน.....พ.ศ.....๒5๔6.....

หัวข้อวิทยานิพนธ์	เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
นักศึกษา	นางสาวพรทิพย์ เรืองธรรม
รหัสประจำตัว	44063320
ปริญญา	สถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา	สถาปัตยกรรมภายใน
พ.ศ.	2546
อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์	ผศ.จันทน์ เพชรานนท์

### บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อหาเกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วต่อโครงสร้างประชากร ครอบครัว และวิถีชีวิตในสังคมไทยทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเน้นความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ปัจจัยคือ ปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

การศึกษามี 2 ขั้นตอนคือ ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง ที่เป็นสมาชิกสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 500 คน ด้วยการตอบแบบสอบถาม โดยใช้การวิเคราะห์ผลทางสถิติในเชิงปริมาณ เพื่อสรุปผลประเภทของพื้นที่ใช้งาน ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย และ ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างที่คัดเลือกจากขั้นตอนที่ 1 จำนวน 30 คน ด้วยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกและสังเกตการณ์ โดยใช้การวิเคราะห์ผลทางสถิติในเชิงปริมาณ และการวิเคราะห์ผลเชิงคุณภาพ เพื่อเสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านกายภาพเกี่ยวกับสายตาและการทรงตัวไม่ดี โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยว และกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ คือ การนั่งเล่น / นอนเล่นและดูโทรทัศน์ ภายในพื้นที่นั่งเล่นมากที่สุด ( พื้นที่นั่งเล่นมีขนาดร้อยละ 10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย ) โดยมีพฤติกรรมส่วนใหญ่คือ การนั่งหรือนอนบนพื้น , บนเตียงหรือเตียง และบริเวณชุดรับแขก

ลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่นมีลักษณะที่ตั้งอยู่ในบริเวณที่มีอากาศปลอดโปร่ง ไกลล้นธรรมชาติ มีต้นไม้และหญ้าคลุมดิน เพื่อลดความเข้มของแสง สามารถเข้าถึงได้สะดวกจากภายนอก เส้นทางสัญจรภายในเป็นแนวราบ พื้นที่เปิดโล่งภายในต่อเนื่องกัน

มีสิ่งอำนวยความสะดวก และมีขนาดพื้นที่เพียงพอตามความต้องการใช้งานในชีวิตประจำวัน สำหรับผู้สูงอายุ

เครื่องเรือน ประกอบด้วย ชุดรับแขก , ชุดสำหรับพักผ่อน , ชุดทำงาน , ชุดสำหรับวาง และเก็บของ เครื่องเรือนที่มีความสำคัญ เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และเป็นเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวันคือ ชุดรับแขกและชุดพักผ่อน มีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอยคือ หมอนอิงหรือหมอนหนุน , เบาะรองนั่ง , พรมขึ้นปูพื้น และเครื่องใช้ไฟฟ้า ประกอบด้วย พัดลมตั้งพื้นหรือตั้งโต๊ะ , โทรทัศน์และเครื่องเสียง การจัดวางชุดรับแขก มี 3 แบบ คือ จัดวางแบบตัวแอล , จัดวางแบบแถวเดียว และจัดวางแบบตัวยู โดยจัดวางชุดรับแขกชิดผนังด้านใดด้านหนึ่ง ให้ประธานของชุดรับแขกหันหน้าไปด้านที่มีตู้ หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ และวางตำแหน่งเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ให้สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ทั่วถึง และมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก

สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงในการออกแบบคือ ความมั่นคงปลอดภัยในการใช้งาน และสามารถตอบสนองความต้องการทั้งทางกายภาพและทางสังคม รวมถึงความสวยงามและบรรยากาศ ด้วยการตกแต่งรูปภาพต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับสมมุติฐานการวิจัยที่ว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับลักษณะการดำรงชีวิต และลักษณะทางสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยอยู่ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความปลอดภัย , ความสะดวกสบายในการอยู่อาศัย และสามารถตอบสนองความต้องการด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม

Thesis Title	A Design Criteria of Appropriate Home Environments for Elderly in Bangkok Area
Student	Miss Porntip Ruengtam
Student ID.	44063320
Degree	Master of Architecture
Programme	Interior of Architecture
Year	2003
Thesis Advisor	Asst. Jantanee Bejrananda

## ABSTRACT

This Thesis was written in search of a criteria for designing ideal physical environment of interior habitat. The rapid changing in the structure of Thai population, families, and social lifestyle impact the lifestyle of senile people. This research emphasizes a relation between two factors: the factor arising from the physical change with the senile, and the factor arising from the physical environment of interior habitat of the senile.

This research consists of two stages. First stage was made by means of questionnaires which were sent to 500 members of THE SENIOR CITIZENS COUNCIL OF THAILAND whose ages were minimum 60 years and whose habitats were in Bangkok. This was made in order to reach conclusion on each functional space classification in relation with the activities and behaviors of the senile within their habitats. Second stage was made on the 30 samples selected out of those in first stage. They were analytically and observationally interviewed. The obtained statistics then got analyzed by quantitative and qualitative means –in order to recommend a criteria for designing ideal physical environment of interior habitat for the senile residents in Bangkok.

According to this finding, most of the senile residents have visual and poisoning problems. Most of them reside in single-house and spend daily activities by sitting /reclining/ television watching within leisure area (the leisure area covers 10 percent of residential space) Most of their behaviors are sitting / reclining upon floor or bed or sofa.

Ideal physical environment for senile people is a leisure area through which fresh air can flow. It must also situate near natural plants such as trees and grass-covered soil in order to alleviate the daylight intensity. It must also be easily accessible. Its internal passages should be flat and thorough. It should contain sufficient facilities and space for a senile's daily living demands

Ideal furnishing should consist of guest-reception furniture, reclination set, working desk set, display / storage set. Significant furnishing for senile people: guest-reception furniture set and reclination set comprising recliner pillow, illow, cushion, floor carpet. Ideal electric appliances are floor fan or table fan, television, stereo. Three ideal styles of furniture setting: L- shaped, single-row, and U-shaped settings. The foremost piece of such guest-reception furniture should turn face to a cabinet or television. And the regularly used furnitures should be set in a visible corner in the leisure room. Besides, the front-side fence should be in easy sight.

Important elements in any design is its functional security and its supply to both their physical and social demands, including its beauty, ideal atmosphere decorated of pictures in harmony with the hypothesis that any satisfaction of physical environment for senile habitat depends on their lifestyle and physical environment. Thus, this will originate safety, comfort, and ideal supply to their physical demands.

# กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ประสบความสำเร็จได้ ด้วยคำแนะนำและคำปรึกษาของ ผศ.จันทน์ เพชรานนท์ ซึ่งเป็นอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความอนุเคราะห์จากท่าน และขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ประจำภาควิชาสถาปัตยกรรมภายในทุกท่าน ที่ช่วยเหลือและให้คำแนะนำในบางส่วนของผู้วิจัยมีปัญหา ซึ่งมีส่วนช่วยให้ผู้วิจัยมีความเข้าใจและทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้อย่างราบรื่น

ขอขอบพระคุณ ประธานสาขาสังคมศาสตร์ผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยทุกท่าน ที่ช่วยให้ข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุในแต่ละสาขา และให้ความช่วยเหลือด้านการตอบแบบสอบถามทั้งหมดของผู้สูงอายุ ตลอดจนการให้สัมภาษณ์ด้วยดีตลอดมา

ขอขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ และสมาชิกทุกคนในครอบครัวของผู้ทำวิจัย ที่เติมเต็มความหวังและกำลังใจให้ผู้วิจัยตลอดเวลา

ขอขอบพระคุณ อาจารย์พวงเพ็ญ วิบูลย์สวัสดิ์ ที่สนับสนุนและสร้างโอกาสในการศึกษาต่อระดับปริญญาโทครั้งนี้ของผู้วิจัย

ขอขอบพระคุณ ผู้สูงอายุทุกท่าน ที่สละเวลา และให้ความสนใจในผู้วิจัย ให้เข้าสัมภาษณ์ อีกทั้งกรุณาเลี้ยงอาหาร น้ำ และมอบของฝากต่างๆให้ผู้ทำวิจัย

ขอขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่กรมประชาสัมพันธ์ทุกท่าน ที่ช่วยอำนวยความสะดวกในการค้นคว้าข้อมูลงานวิจัยที่ผ่านมาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ขอขอบคุณ เพื่อนทุกคน ที่ให้ความช่วยเหลือ และคอยเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยมาตลอด

ขอขอบคุณ คุณธัญเทพ แก้วประทุม ผู้อยู่เบื้องหลัง และเอื้อเฟื้ออุปภาพประกอบพฤติกรรมในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ทั้งหมด

สุดท้ายนี้ขอขอบพระคุณมหาวิทยาลัยมหาสารคาม ที่ได้ให้ทุนสนับสนุนในการศึกษาระดับปริญญาโทครั้งนี้

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เกิดจากแนวทางปฏิบัติที่ผู้วิจัยได้จากพุทธศาสนา ยึดมั่นเป็นหลักประจำใจเสมอมา ผู้วิจัยขอมอบหลักประจำใจนี้แด่ผู้สูงอายุและผู้มีพระคุณทุกท่าน

“ จงเรียนรู้ที่จะอยู่อย่างความสุข และทำตัวให้มีคุณค่า ”

พรทิพย์ เรืองธรรม

# สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	I
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	III
กิตติกรรมประกาศ.....	V
สารบัญ.....	VI
สารบัญตาราง.....	X
สารบัญภาพ.....	XV
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 คำนำ.....	1
1.2 ความเป็นมา และ ความสำคัญของปัญหา.....	1
1.3 ประเด็นปัญหาของการวิจัย.....	5
1.4 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
1.5 สมมติฐานของการวิจัย.....	7
1.6 ขอบเขตของการวิจัย.....	7
1.7 ขั้นตอนการวิจัย.....	8
1.8 ข้อจำกัดของการวิจัย.....	10
1.9 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
1.10 นิยามคำศัพท์.....	11
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรม.....	13
2.1 แนวคิด และ ทฤษฎีด้านผู้สูงอายุ.....	16
2.1.1 ครอบครัวไทย และ โครงสร้างทางสังคม.....	16
2.1.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุในประเทศไทย.....	18
2.1.3 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพ สังคมและสภาพแวดล้อม ของผู้สูงอายุ.....	23
2.1.4 สาเหตุและที่มาของภาวะต่างๆในผู้สูงอายุ.....	34
2.1.5 จิตวิทยาผู้สูงอายุ.....	36
2.2 แนวคิด และ ทฤษฎีเกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่ อาศัย.....	40

## สารบัญ (ต่อ)

หน้า

2.2.1	นโยบาย และ แนวทางต่างๆของภาครัฐบาล ที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ.....	40
2.2.2	หลักการจัดการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ.....	41
2.2.3	แนวทางการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ.....	46
2.2.4	การออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่ช่วยในการป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ.....	51
บทที่ 3	วิธีการวิจัย.....	55
3.1	ลักษณะของการวิจัย และ วิธีการศึกษา.....	55
3.2	ประชากร และ กลุ่มตัวอย่าง.....	55
3.3	เครื่องมือการวิจัย.....	58
3.4	ตัวแปรการวิจัย.....	59
3.5	ขั้นตอนในการวิจัย.....	66
บทที่ 4	ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไป และ กิจกรรมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	68
4.1	ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	69
4.2	ประเภทกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	79
4.3	สรุป และ อภิปรายผลที่ได้จากการศึกษา.....	87
บทที่ 5	การวิเคราะห์ และ อภิปรายผลด้านกิจกรรม ,พฤติกรรม และ สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	88
5.1	ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตาม.....	89
5.2	ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	94

## สารบัญ (ต่อ)

หน้า

5.3	กิจกรรม และ ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่นภายใน ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	103
5.3.1	ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และ บุตรหลาน ( กลุ่มที่ 1 ).....	104
5.3.2	ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน ( กลุ่มที่ 2 ).....	112
5.3.3	ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว ( กลุ่มที่ 3 ).....	121
5.4	สภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของ ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	135
5.4.1	ตำแหน่ง , ความสัมพันธ์ และ ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่ อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	135
5.4.2	วัสดุพื้น , ผนัง , เพดาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของ ผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา.....	149
5.4.3	รูปแบบของประตู และ หน้าต่าง , แสงสว่าง และ สี ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา.....	152
5.4.4	เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	155
บทที่ 6	สรุปผลการศึกษา และ ข้อเสนอแนะ.....	190
6.1	ผู้สูงอายุ.....	190
6.2	สภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขต กรุงเทพมหานคร.....	192
6.3	ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของ ผู้สูงอายุ กับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ของ ผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	206
6.4	เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่ เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	209
6.5	เสนอแนะการศึกษาเพิ่มเติม.....	228
บรรณานุกรม.....		229

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก ก. ....	233
ก / 1 แบบสอบถาม ชุดที่ 1.....	234
ก / 2 แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ชั้นตอนที่ 2.....	241
ภาคผนวก ข. ....	248
ข / 1 แบบบันทึกสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย.....	249
ข / 2 ผังพื้นที่สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย.....	254
ข / 3 ภาพสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย.....	270
ภาคผนวก ค. สถิติผู้สูงอายุในประเทศไทย.....	275
ภาคผนวก ง. ภาพประกอบการบรรยาย.....	282
ประวัติผู้เขียน.....	305

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
2.1 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุที่เหมือนกัน ระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย.....	24
2.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุที่แตกต่างกัน ระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย.....	26
2.3 ส่วนสูงและน้ำหนักโดยเฉลี่ย เมื่อเทียบเพศ และ อายุต่างกัน.....	27
2.4 ส่วนสูงที่ลดลงเมื่อมีอายุเพิ่มขึ้น.....	27
2.5 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุที่เหมือนกัน ระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย.....	29
2.6 บทบาทของผู้สูงอายุ.....	31
2.7 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุที่แตกต่างกัน ระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย.....	32
3.1 การแปลงนิยาม Conceptual เป็น นิยาม Operational.....	59
3.2 ตัวแปร , มาตรการวัด , ตัวชี้วัด วิธีการวัดและ สถิติสำหรับการวิเคราะห์.....	60
3.3 วิธีการค้นหาข้อมูลสำหรับการวิจัยชุดนี้ เพื่อวัตถุประสงค์ และ คำถามการวิจัย.....	65
3.4 ตารางแสดงการดำเนินงานวิจัย.....	67
4.1 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของผู้สูงอายุในแต่ละเขต ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	70
4.2 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	70
4.3 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	71
4.4 การเปรียบเทียบสัดส่วน ( คน ) ของระดับการศึกษา กับ ประเภทของการประกอบอาชีพ ของผู้สูงอายุ ( ในอดีต ) ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง .....	72
4.5 การเปรียบเทียบสัดส่วน ( คน ) ของระดับการศึกษา กับ ประเภทของการประกอบอาชีพ ของผู้สูงอายุ ( ในปัจจุบัน ) ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	73
4.6 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านรายได้ , แหล่งที่มาของรายได้ , แบบแผนครอบครัว และ จำนวนบุตรของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	74
4.7 การเปรียบเทียบสัดส่วน ( คน ) ระหว่างระดับการศึกษา กับ ระดับรายได้ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	76
4.8 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านบทบาท และ หน้าที่ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	77

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.9 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านกายภาพ ( ส่วนสูง และ น้ำหนัก ) ของผู้สูงอายุ ที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง.....	77
4.10 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	78
4.11 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านการตอบรับการมีส่วนร่วมการวิจัยของผู้สูงอายุที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง.....	78
4.12 ข้อมูลด้านประเภทกิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง..	82
4.13 สัดส่วน ( ร้อยละ ) ของการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ ที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง.....	83
4.14 สัดส่วน ( ร้อยละ ) ของพื้นที่ที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมต่างๆของผู้สูงอายุ ที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง.....	85
4.15 สัดส่วน ( ร้อยละ ) ของช่วงเวลาในการประกอบกิจกรรมในแต่ละวันของผู้สูงอายุ ที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง.....	86
5.1 จำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านเพศของผู้สูงอายุ.....	89
5.2 จำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านอายุของผู้สูงอายุ.....	90
5.3 จำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านจำนวนผู้อยู่อาศัยร่วมกับผู้สูงอายุ.....	90
5.4 จำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านระยะเวลาการอยู่อาศัยภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุ.....	91
5.5 จำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านความสูงของผู้สูงอายุ.....	92
5.6 จำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านน้ำหนักของผู้สูงอายุ.....	92
5.7 แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมกับข้อมูลการศึกษา ด้านปัญหา สุขภาพของผู้สูงอายุ.....	93
5.8 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ( พื้นที่นั่งเล่น ) ของผู้สูงอายุ.....	98
5.9 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) เหตุผลของความพึงพอใจในระดับพึงพอใจมาก ถึงพึงพอใจ มากที่สุดของผู้สูงอายุ.....	99
5.10 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) เหตุผลของความพึงพอใจในระดับไม่ค่อยพอใจ ถึง ไม่พอใจเลยของผู้สูงอายุ.....	101

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.11 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	103
5.12 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) ของการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับ คู่สมรส และ บุตรหลาน ).....	105
5.13 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของการใช้อุปกรณ์ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ).....	107
5.14 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) ของการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน ).....	114
5.15 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของการใช้อุปกรณ์ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 2 ).....	116
5.16 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) ของการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว ).....	123
5.17 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของการใช้อุปกรณ์ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ).....	124
5.18 การเปรียบเทียบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	129
5.19 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	136
5.20 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของทิศในการวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	141
5.21 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	142
5.22 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของการใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขก ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	143
5.23 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของขนาดพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และ บุตรหลาน ).....	145

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.24 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของขนาดพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน ).....	146
5.25 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของขนาดพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว ).....	147
5.26 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย(ร้อยละ) ของขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย , พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย และ ค่าร้อยละของพื้นที่นั่งเล่น ต่อ พื้นที่ที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	147
5.27 ความสูงจากพื้นถึงฝ้าเพดาน(เมตร) และค่าเฉลี่ย(ร้อยละ) ของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	148
5.28 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของวัสดุปูพื้นภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	149
5.29 การเปรียบเทียบข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมกับผลที่ได้จากการศึกษา ด้านวัสดุปูพื้นกับปัญหาการเกิดอุบัติเหตุภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ.....	150
5.30 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของวัสดุผนังภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	151
5.31 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของวัสดุฝ้าเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	152
5.32 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของรูปแบบประตูเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	153
5.33 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของรูปแบบหน้าต่างเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	154
5.34 แสดงจำนวนเครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ).....	157
5.35 แสดงจำนวนเครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 2 ).....	160

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
5.36 แสดงจำนวนเครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ).....	162
5.37 แสดงการเปรียบเทียบจำนวนของเครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( ทั้ง 3 กลุ่ม ).....	164
5.38 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของรูปแบบการจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	165

## สารบัญญภาพ

ภาพที่	หน้า
1.1 โครงสร้างประชากรของประเทศไทยในปี พ.ศ. 2503 , 2523 , 2543 และ 2563.....	3
1.2 โครงสร้างอายุและเพศของประชากรสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) พ.ศ. 2543 – 2563.....	4
1.3 ขั้นตอนการวิจัยที่ 1 การจัดการด้านผู้สูงอายุ.....	8
1.4 ขั้นตอนการวิจัยที่ 2 การจัดการด้านการสัมภาระณ์ และ สังเกตการณ์.....	9
2.1 การเชื่อมโยงกรอบแนวคิด และ ทฤษฎีการวิจัย.....	15
2.2 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ.....	17
2.3 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคมของผู้สูงอายุในครอบครัวไทย.....	18
2.4 ตัวแปรด้านครอบครัวในโครงสร้างสังคม กับครอบครัวไทย.....	18
2.5 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสถานะภาพ บทบาททางสังคม และ เศรษฐกิจของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน.....	21
2.6 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมของผู้สูงอายุไทย.....	22
2.7 ตัวแปรด้านสถานะภาพ บทบาททางสังคม และ เศรษฐกิจ รวมถึงวัฒนธรรมของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน.....	23
2.8 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของผู้สูงอายุ.....	28
2.9 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ.....	33
2.10 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพสังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ.....	34
2.11 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสาเหตุ และ ที่มาของภาวะทุพพลภาพของผู้สูงอายุ.....	36
2.12 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาผู้สูงอายุ.....	39
2.13 ความสัมพันธ์ในการพิจารณาสภาพแวดล้อมส่วนบุคคล.....	44
2.14 เครือข่ายความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุที่ควรคำนึงถึงในการจัดสภาพแวดล้อม.....	44
2.15 เครือข่ายความสัมพันธ์ด้านการจัดสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ.....	45
2.16 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการจัดการที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ.....	45
2.17 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบที่อยู่อาศัยที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ.....	46
2.18 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องด้านข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ.....	51

## สารบัญญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
2.19 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบ และ การจัดการสภาพแวดล้อมกายภาพภายใน ที่ช่วยป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ.....	54
3.1 ขั้นตอนที่ 1 ในการเก็บข้อมูล.....	57
3.2 ขั้นตอนที่ 2 ในการเก็บข้อมูล.....	58
3.3 การเชื่อมโยงตัวแปรการวิจัยด้านลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ กับการออกแบบ สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย.....	63
3.4 การเชื่อมโยงตัวแปรการวิจัยด้านความพึงพอใจของผู้สูงอายุกับสภาพแวดล้อม กายภาพภายในที่อยู่อาศัย.....	64
4.1 ลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน จากการทบทวนวรรณกรรม.....	79
4.2 ลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน ด้วยการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม.....	80
4.3 การเปรียบเทียบลักษณะกิจกรรมส่วนตัวของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวันระหว่าง การทบทวนวรรณกรรม กับ การเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม.....	80
4.4 การเปรียบเทียบลักษณะกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรกของผู้สูงอายุนระหว่างการทบทวน วรรณกรรม กับ การเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม.....	81
4.5 การสรุปผลการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้.....	84
4.6 การสรุปผลของการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้ ภายใน ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	85
4.7 การสรุปผลของช่วงเวลาในการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัย ครั้งนี้ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	87
5.1 ระดับความพึงพอใจต่อองค์ประกอบต่างๆภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของ ผู้สูงอายุ.....	98
5.2 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรม ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ).....	106
5.3 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆ(ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 2 ).....	113
5.4 ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆ(ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) ในการ ประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ).....	149

## สารบัญญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
5.5 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนพื้น ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	130
5.6 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนตั่งหรือเตียง ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	131
5.7 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนชุดรับแขก ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	133
5.8 ลักษณะพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุทั้งกลุ่มที่ 3 ในส่วนอื่น.....	134
5.9 ตัวอย่าง ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่มีลักษณะปิด ( เป็นห้อง ) อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอกที่อยู่อาศัย เข้าสู่พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	137
5.10 ตัวอย่าง ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ลักษณะเปิดโล่ง ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอกที่อยู่อาศัย เข้าสู่พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	138
5.11 ตัวอย่างตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านในของตัวบ้าน ที่ต่อเนื่องจากพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	139
5.12 ตัวอย่างสภาพแวดล้อมที่มีปัญหา กรณีพื้นที่นั่งเล่นติดกับพื้นที่จอดรถ ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	143
5.13 ตัวอย่างลักษณะการใช้พื้นที่นั่งเล่นเป็นพื้นที่รับประทานอาหารของสมาชิกในครอบครัวของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	144
5.14 ตัวอย่างวัสดุปูพื้นภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ.....	153
5.15 ตัวอย่างวัสดุผนังภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	151
5.16 ตัวอย่างวัสดุฝ้าเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	152
5.17 ตัวอย่างรูปแบบของประตูทางเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	153
5.18 ตัวอย่างรูปแบบของหน้าต่างทางเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	154

## สารบัญญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
5.19 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบแถวเดี่ยวภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	166
5.20 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบตัวแอลภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	167
5.21 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบตัวยู ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	167
5.22 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบวางศูนย์กลาง ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	168
5.23 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน ในกรณีที่ไม่มีชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	169
5.24 ตัวอย่างรูปแบบของชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	171
5.25 ตัวอย่างรูปแบบของชุดทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	173
5.26 ตัวอย่างรูปแบบของชุดสำหรับพักผ่อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	175
5.27 ตัวอย่างรูปแบบของชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง.....	177
5.28 ตัวอย่าง ขนาดพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษาที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	179
5.29 ตัวอย่าง การจัดวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษา.....	179
5.30 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยแบบไม่มีชุดรับแขก.....	180
5.31 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัยแบบไม่มีชุดรับแขก.....	181
5.32 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบแถวเดี่ยว.....	182
5.33 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบแถวเดี่ยว.....	183
5.34 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวแอล.....	184

## สารบัญญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
5.35 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวแอล.....	185
5.36 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวยู.....	186
5.37 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวยู.....	187
5.38 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบศูนย์กลาง.....	188
5.39 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบศูนย์กลาง.....	189
6.1 ลักษณะพฤติกรรมต่าง ๆ บนพื้น ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม.....	194
6.2 ลักษณะพฤติกรรมต่าง ๆ บนตั้งหรือเตียง ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่ม ตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม.....	195
6.3 ลักษณะพฤติกรรมต่าง ๆ บนชุดรับแขก ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่ม ตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม.....	196
6.4 ลักษณะพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุทั้งกลุ่มที่ 3 ในส่วนอื่นๆ.....	197
6.5 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรม ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบที่ 1.....	198
6.6 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรม ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบที่ 2.....	198
6.7 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรม ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบที่ 3.....	199
6.8 ตัวอย่าง การแก้ปัญหาเกี่ยวกับแสงแดดและความร้อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ที่อยู่ ด้านทิศตะวันตก.....	200
6.9 ตัวอย่าง ทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	210
6.10 ตัวอย่าง ลักษณะของที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	210
6.11 ตัวอย่าง การออกแบบพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพ มหานคร.....	211

## สารบัญญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
6.12 ความสัมพันธ์ของพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัย ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	212
6.13 ความสัมพันธ์ของพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัย กับหน้าที่ใช้สอย ตามความต้องการของผู้สูงอายุ ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	213
6.14 ตัวอย่าง การป้องกันแสงแดดและความร้อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ด้านทิศตะวันตก.....	213
6.15 ตัวอย่าง ลักษณะพฤติกรรมต่างๆภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุ.....	217
6.16 ตัวอย่าง ขนาดพื้นที่นั่งเล่น และการจัดวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	217
6.17 ตัวอย่าง การวางตำแหน่งประตู - หน้าต่างภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	218
6.18 ตัวอย่าง การต่อเติมพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	220
6.19 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น หรือ พื้นที่ใกล้เคียงภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	221
6.20 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนแบบตัวแอล ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่ เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	222
6.21 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนแบบแถวเดียว ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	223
6.22 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนแบบตัวยู ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่ เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	223
6.23 ตัวอย่าง การจัดวางชุดสำหรับพักผ่อนและชุดทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	225
6.24 ตัวอย่าง ชุดสำหรับวาง และเก็บของภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสม ต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	225
6.25 ตัวอย่าง อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสม ต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	226

## สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
6.26 ตัวอย่าง การวางตำแหน่งอุปกรณ์ประเภทสวิตช์ไฟต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	227
6.27 ตัวอย่าง คุณหมอนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร.....	227

# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 คำนำ

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วต่อโครงสร้างประชากร ครอบครัวและวิถีชีวิตในสังคมไทย ทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

การศึกษามี 2 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง ที่เป็นสมาชิกสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 500 คน ด้วยการตอบแบบสอบถาม โดยใช้การวิเคราะห์ผลทางสถิติในเชิงปริมาณ เพื่อสรุปผลด้านการใช้พื้นที่ ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยว และกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น และดูโทรทัศน์ ภายในพื้นที่นั่งเล่นมากที่สุด และขั้นตอนที่ 2 ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างที่คัดเลือกจากขั้นตอนที่ 1 จำนวน 30 คน ด้วยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกและสังเกตการณ์ โดยใช้การวิเคราะห์ผลทางสถิติในเชิงปริมาณและการวิเคราะห์ผลเชิงคุณภาพ เพื่อเสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป นับถือศาสนาพุทธ สถานภาพแต่งงานแล้ว เป็นม่ายและเป็นโสด มีระดับการศึกษาตั้งแต่ประถมศึกษาถึงระดับปริญญาโท ปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ มีบทบาทและหน้าที่เป็นหัวหน้าครอบครัว ที่อยู่อาศัยมีลักษณะเป็นบ้านเดี่ยว

### 1.2 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันนี้ เป็นที่ทราบกันดีว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วต่อโครงสร้างประชากร ครอบครัว และวิถีชีวิตในสังคมไทย อัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรไทยลดลงอย่างมาก โดยในอนาคตจำนวน และสัดส่วนของประชากรสูงอายุในประเทศไทย มีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ( ดูภาพที่ 1.1 : 3 และ 1.2 : 4 ) จากข้อมูลการคาดประมาณประชากรในปี พ.ศ. 2553 แสดงให้เห็นว่า แนวโน้มประชากรสูงอายุของประเทศไทยจะเพิ่มเป็น 7.6 ล้านคน หรือร้อยละ 11.4 ของประชากรทั้งหมด ทั้งนี้ประชากรสูงอายุเพศหญิงจะมีจำนวนสูงกว่าประชากรสูงอายุเพศชาย โดยมีความแตกต่างอยู่ที่ร้อยละ 1.2 - 1.9 เนื่องจากอายุขัยเฉลี่ยของประชากรเพศหญิงยืนยาวกว่า

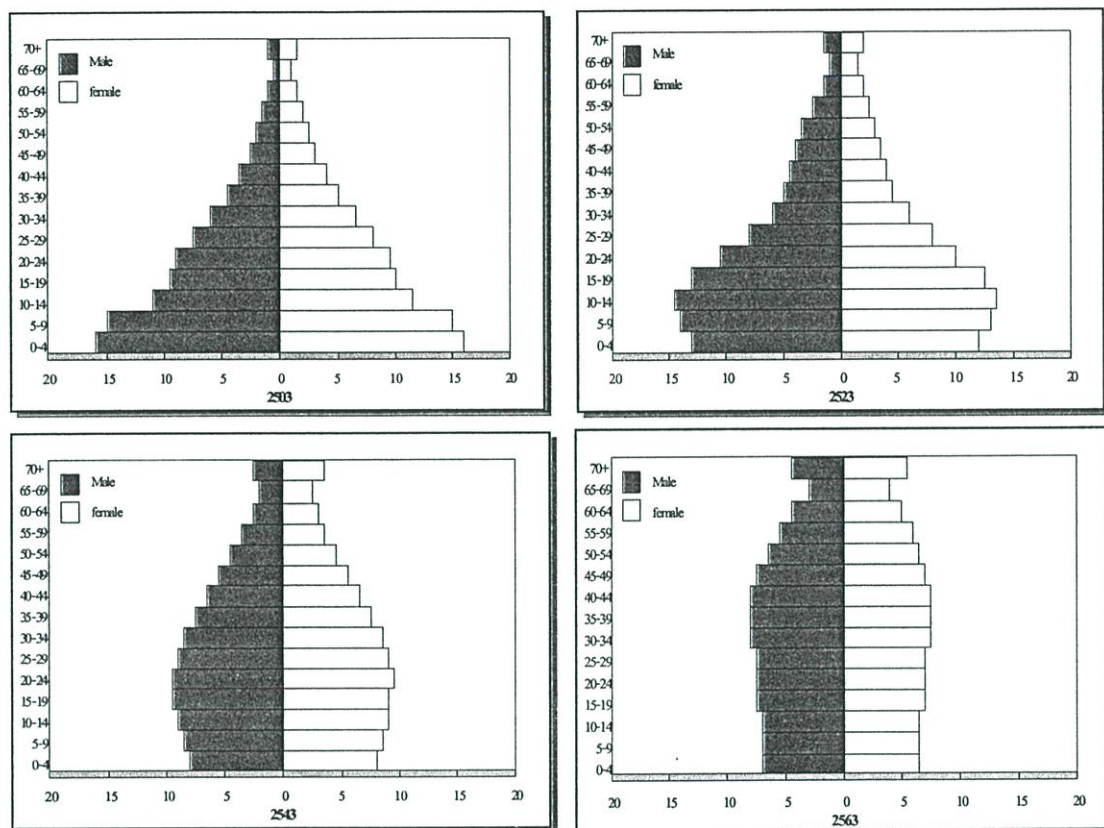
เพศชาย และในปี พ.ศ.2558 จะมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทยเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 8 ล้านคน เนื่องจากอายุขัยเฉลี่ยของประชากรประเทศไทยเพิ่มสูงขึ้น สืบเนื่องมาจากความสำเร็จตามนโยบายการวางแผนครอบครัวของภาครัฐบาลและการพัฒนาด้านสาธารณสุข ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของครอบครัว ทำให้ครอบครัวแบบขยายมีแนวโน้มลดลง เกิดครอบครัวเดี่ยวเพิ่มมากขึ้น บุตรหลานไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุได้ เนื่องจากภาวะทางเศรษฐกิจ ทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาความพึงพอใจของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุต้องการทำกิจกรรมที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิตได้ โดยไม่ต้องพึ่งพาบุคคลอื่น และมีการคาดการณ์ถึงลักษณะของผู้สูงอายุในอนาคตว่าจะมีความแตกต่างจากปัจจุบันในเรื่องของระดับการศึกษา โดยผลจากการคาดประมาณองค์ประกอบด้านการศึกษาพบว่า ในปี พ.ศ.2563 ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่จะมีความรู้มากขึ้น ซึ่งจะทำให้ความต้องการในด้านต่างๆของผู้สูงอายุมีความแตกต่างไปจากปัจจุบัน เช่น ผู้สูงอายุในอนาคตอาจชอบความเป็นส่วนตัว , ไม่ต้องการอยู่กับบุตรหลาน แต่ประสงค์อยู่ใกล้บุตรหลาน , ต้องการพึ่งพาตนเองด้วยการทำงานต่อ และจำนวนผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวเพิ่มมากขึ้น คือ เมื่อปี พ.ศ. 2540 มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่คนเดียวประมาณ 3 แสนคน คิดเป็นร้อยละ 6.0 ของผู้สูงอายุทั้งหมด โดยผู้สูงอายุเพศหญิงมีสัดส่วนมากกว่าผู้สูงอายุเพศชาย สำหรับในเขตกรุงเทพฯ ปี พ.ศ. 2541 มีสัดส่วนผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวประมาณร้อยละ 4.3 และในปี พ.ศ. 2544 มีสัดส่วนผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวเพิ่มขึ้นเป็นประมาณร้อยละ 8.9 ( สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. 2544 : 17 )

จากผลของการคาดการณ์นี้ แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของที่อยู่อาศัย อันจัดว่าเป็นสิ่ง ที่บุคคลผู้ใกล้เข้าสู่วัยสูงอายุควรต้องวางแผนและจัดเตรียมความพร้อม ( เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ ศักดิ์. 2543 : 134 ) เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตในบ้านปลายได้อย่างมีความสุข อีกทั้งยังพบว่าการอาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี จะส่งผลต่อสุขภาพกายและใจของผู้สูงอายุได้อีกด้วย

ดังนั้น ในฐานะที่เป็นผู้มีความเกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายใน ได้เห็นความสำคัญของการจัดการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ จึงมุ่งเน้นความสำคัญของการศึกษาวิจัยนี้ครอบคลุมด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยที่มีความเหมาะสม และมีความปลอดภัยในการดำรงชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ โดยเน้นการส่งเสริมและป้องกันต่อผู้สูงอายุ รวมถึงให้มีความเหมาะสมกับวัยและความต้องการด้านร่างกาย ทั้งนี้เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 : 68 - 69 กล่าวถึงคุณภาพชีวิตในความหมายของ " การมี ชีวิตที่ยืนยาว มีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี สามารถประกอบกิจส่วนตัวประจำวันด้วยตนเอง และเป็นที่ยอมรับของสังคม " ) สามารถอาศัยอยู่ในบ้านอย่างปลอดภัย และสอดคล้องกับการ

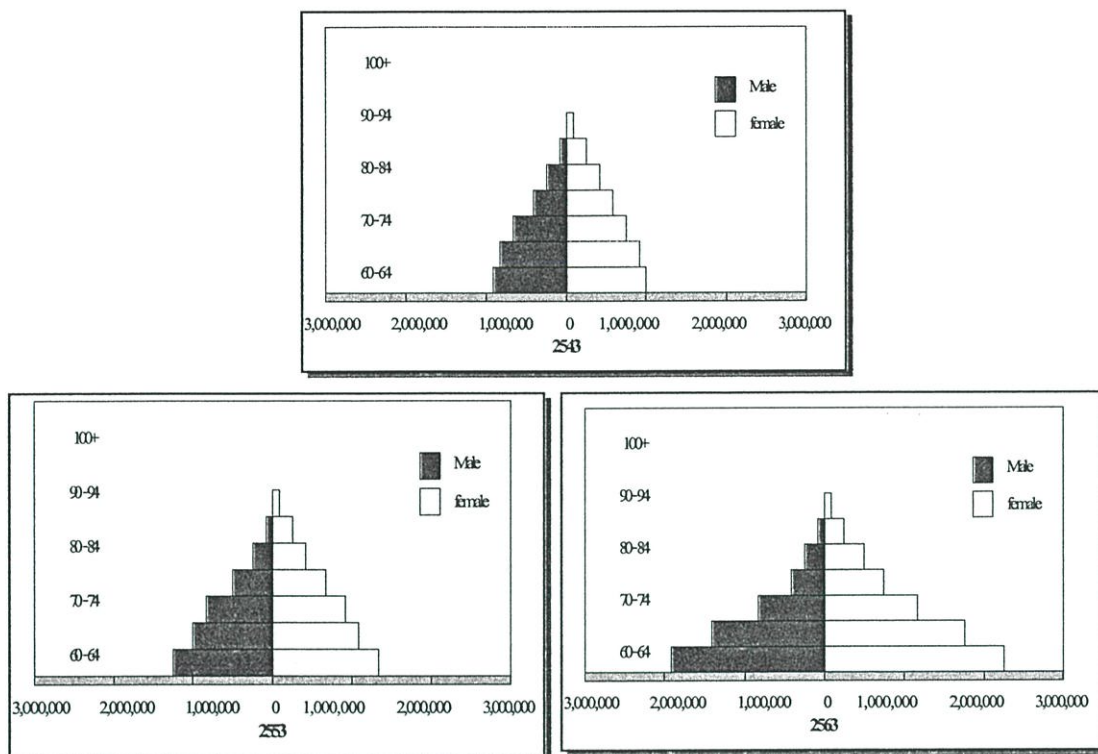
นิยามความหมายของคำว่า “ บ้าน ” ( home ) ในบริบทของจิตวิทยาสภาพแวดล้อม ที่กล่าวถึงคุณลักษณะของ “ บ้าน ” ส่วนหนึ่งว่า บ้านมีความปลอดภัย ความสะดวกสบาย และสามารถควบคุมได้



จากภาพแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร เพศหญิงและเพศชาย จากลักษณะของปิรามิดของประชากร ( population pyramid ) ในระยะเวลาต่างๆ อย่างชัดเจน โดยจากลักษณะโครงสร้างที่มีรูปร่างปิรามิดชัดเจน ในปี พ.ศ. 2503 ไปเป็นลักษณะระฆังคว่ำ ในปีพ.ศ. 2543 และ เป็นรูปแจกัน ในปี พ.ศ. 2563

ที่มา : สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. 2544 : 50

ภาพที่ 1.1 โครงสร้างประชากรของประเทศไทยในปี พ.ศ. 2503 , 2523 , 2543 และ 2563



ที่มา : ปราโมทย์ ประสาทกุล และคณะ (2542 : 56) โครงสร้างอายุ และ เพศของ  
ประชากรสูงอายุในประเทศไทย

#### ภาพที่ 1.2 โครงสร้างอายุ และเพศของประชากรสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) พ.ศ. 2543 - 2563

ในอนาคต ประชากรสูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร มีจำนวนเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 6.6 เป็นร้อยละ 9.9 โดยมีความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิงร้อยละ 1.1 - 1.2 และเนื่องจากปัจจุบันสถานภาพของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวในเขตกรุงเทพมหานครมีแนวโน้มสูงขึ้นตามที่สำนักงานสถิติแห่งชาติ สรุปสัดส่วนผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร ที่อาศัยอยู่คนเดียวในปี พ.ศ. 2544 เพิ่มขึ้นเป็นประมาณร้อยละ 8.9 โดยผู้สูงอายุเพศหญิงมีสัดส่วนมากกว่าผู้สูงอายุเพศชาย รวมถึงสภาพเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของครอบครัวในสังคมไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้สูงอายุเพศหญิงในครอบครัวที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพฯ มีแนวโน้มของครอบครัวเดี่ยวเพิ่มมากขึ้น ส่งผลกระทบให้ผู้สูงอายุต้องประสบกับปัญหาต่างๆ มากมาย เช่น ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในสังคม และสภาพแวดล้อมที่ตนอาศัยอยู่ ปัญหาการถูกทอดทิ้ง ปัญหาการปรับเปลี่ยนจากภาวะผู้ให้การพึ่งพามาสูภาวะพึ่งพาแทน และที่สำคัญคือ ปัญหาด้านที่อยู่อาศัย

จากการศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ พบว่าผู้สูงอายุมีความต้องการด้านที่อยู่อาศัย โดยอาจจะอยู่ในบ้านของตนเองหรือบุตรหลาน ญาติพี่น้องหรือในสถานสงเคราะห์ของรัฐหรือเอกชน ต้องการมีที่อยู่อาศัยในเขตชานเมือง ( ปัญหาผู้สูงอายุ และ แนวทางแก้ไข. 2534 : 7 ) และจากการศึกษาผลการสำรวจสภาพแวดล้อมกายภาพของที่อยู่อาศัย ภายในเขตกรุงเทพฯ ในปัจจุบันนี้พบว่า บ้านพักอาศัยส่วนใหญ่มีสภาพแวดล้อมแออัด รวมทั้งการออกแบบบ้านไม่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ

ดังนั้นเกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบมากมาย อีกทั้งความขาดแคลนทางเอกสารวิชาการ และการศึกษาวิจัยด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุมีอยู่จำกัด ดังนั้นการศึกษารังนี้จึงเป็นการศึกษาเพื่อหาแนวทางในการจัดการ และเกณฑ์การออกแบบ เพื่อสามารถนำไปปรับปรุงลักษณะของสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุต่อไป และสามารถใช้เป็นข้อมูลเบื้องต้น สำหรับศึกษาแนวทางการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย สำหรับผู้สูงอายุในลักษณะอื่นๆต่อไป ที่สำคัญคือการจัดให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการออกแบบ ( Participation ) โดยอยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจและมีเหตุผล มีความเหมาะสม สอดคล้องกับลักษณะทางกิจกรรมและพฤติกรรม รวมถึงลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ

### 1.3 ประเด็นปัญหาของการวิจัย

จากการศึกษาสถานการณ์ของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน กล่าวถึงความสำคัญในการเปลี่ยนแปลงลักษณะของผู้สูงอายุเพศหญิง และเพศชายไว้ 3 ด้าน คือ

1. ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ
2. ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจของผู้สูงอายุ
3. ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงทั้ง 3 ด้านนี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ตามวัยที่มีอายุสูงขึ้นตามลำดับ และเกิดขึ้นตามสภาพของสิ่งแวดล้อม รวมถึงลักษณะของกิจกรรมและพฤติกรรมที่ได้กระทำมาในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 ; ชูศักดิ์ เวชแพทย์. 2531 ; ชูศักดิ์ เวชแพทย์, ยุทธนา อักษรนันท์, วิญญูรัตน์ ต้นศิริ. 2531 ; สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 ) และจากแนวทางในการศึกษาที่มุ่งเน้นการจัดการด้านที่อยู่อาศัย ที่ครอบคลุมสภาพแวดล้อมกายภาพภายใน ดังนั้นการศึกษารังนี้จึงเป็นการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุในส่วนที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อม จึงเน้นการศึกษาไป

ที่การเปลี่ยนแปลงด้านที่หนึ่งคือ ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และด้านที่สามคือ ด้านสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ ทำให้ได้คำถามของการวิจัยที่ว่า

1. มีปัจจัยอะไรบ้างที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญ และมีผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร

จากกรอบแนวคิดพื้นฐานด้านผู้สูงอายุที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัย และการกำหนดนโยบายผู้สูงอายุในอนาคต ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 ) กล่าวถึงสิ่งแวดล้อมว่ามีอิทธิพลต่อความเครียดของผู้สูงอายุ อันเป็นผลถึงอัตราของความอยู่รอด ( ชูศักดิ์ เวชแพทย์ , ยุทธนา อักษรนันท์ , วิญญูวรรณ์ ตันศิริ. 2531 : 17 – 19 ) และจากเอกสารทางการแพทย์ ได้กล่าวถึงสภาพแวดล้อมกายภาพของที่อยู่อาศัย ว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ และเป็นสาเหตุของการเกิดภาวะทุพพลภาพอีกด้วย ( บรรลุ ศิริพานิช. 2543 : 66 – 69 ; สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 134 – 138 ) และผลสรุปจากการศึกษาด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพของสถานพักฟื้นคนชราในบริบทของสังคมไทย ( กาญจนา ใ้อวด. 2540 ) ที่กล่าวถึงปัจจัยและข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายใน ให้มีความเหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ทำให้ได้คำถามของการวิจัยที่ว่า

2. มีปัจจัยทางสภาพแวดล้อมกายภาพภายในอะไรบ้าง ที่มีความสำคัญ และควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

จากประเด็นปัญหาของการวิจัยข้อ 1 และ 2 ที่กล่าวถึงปัจจัยต่างๆที่ควรคำนึงถึงในการออกแบบ ทำให้ได้คำถามของการวิจัยที่ว่า

3. เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ควรเป็นอย่างไร

#### 1.4 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยต่างๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุกับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

4. เพื่อเสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

## 1.5 สมมติฐานของการวิจัย

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับลักษณะการดำรงชีวิต และลักษณะทางสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยอยู่ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความปลอดภัย , ความสะดวกสบายในการอยู่อาศัย และสามารถตอบสนองความต้องการด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม

## 1.6 ขอบเขตของการวิจัย

1.6.1 การศึกษามุ่งเน้นที่ปัจจัยหลักด้านความเหมาะสม ความสะดวกสบายและความปลอดภัย โดยผู้สูงอายุมีคุณลักษณะดังต่อไปนี้

1. บุคคลเพศหญิงและเพศชาย มีอายุ 60 ปีขึ้นไป และไม่อยู่ในภาวะพึ่งพา ( สามารถดูแลตนเอง และประกอบกิจกรรมประจำวันหรือกิจกรรมทางสังคมได้ด้วยตนเองตามปกติ )
2. ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านพักของตนเองหรือของบุตรหลาน และญาติพี่น้อง ในเขตกรุงเทพฯ
3. ผู้สูงอายุที่มีลักษณะสอดคล้องกับการคาดการณ์ลักษณะของผู้สูงอายุในอนาคต คือ มีแนวโน้มด้านการศึกษาสูงขึ้น มีศักยภาพและประสบการณ์ในการทำงาน สามารถที่จะช่วยเหลือสังคมต่อไปได้

1.6.2 การศึกษาเกี่ยวกับกิจกรรมและพฤติกรรม ในสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็น

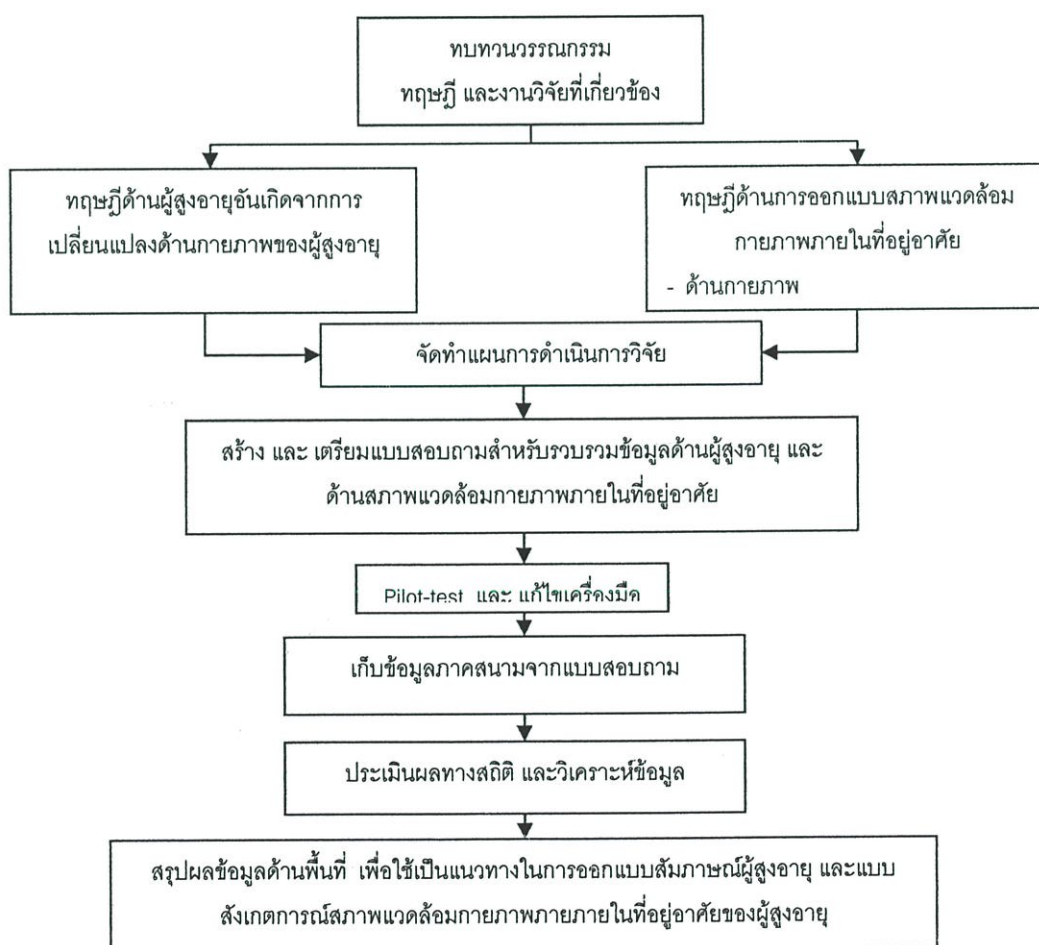
1. การประกอบกิจกรรมส่วนตัวประจำวัน
2. การประกอบกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก
3. การประกอบกิจกรรมทางสังคม

## 1.7 ขั้นตอนการวิจัย

การวิจัยชุดนี้แบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน โดยสามารถแสดงเป็นภาพ ดังนี้

### 1.7.1 ขั้นตอนที่ 1 การจัดการด้านผู้สูงอายุ

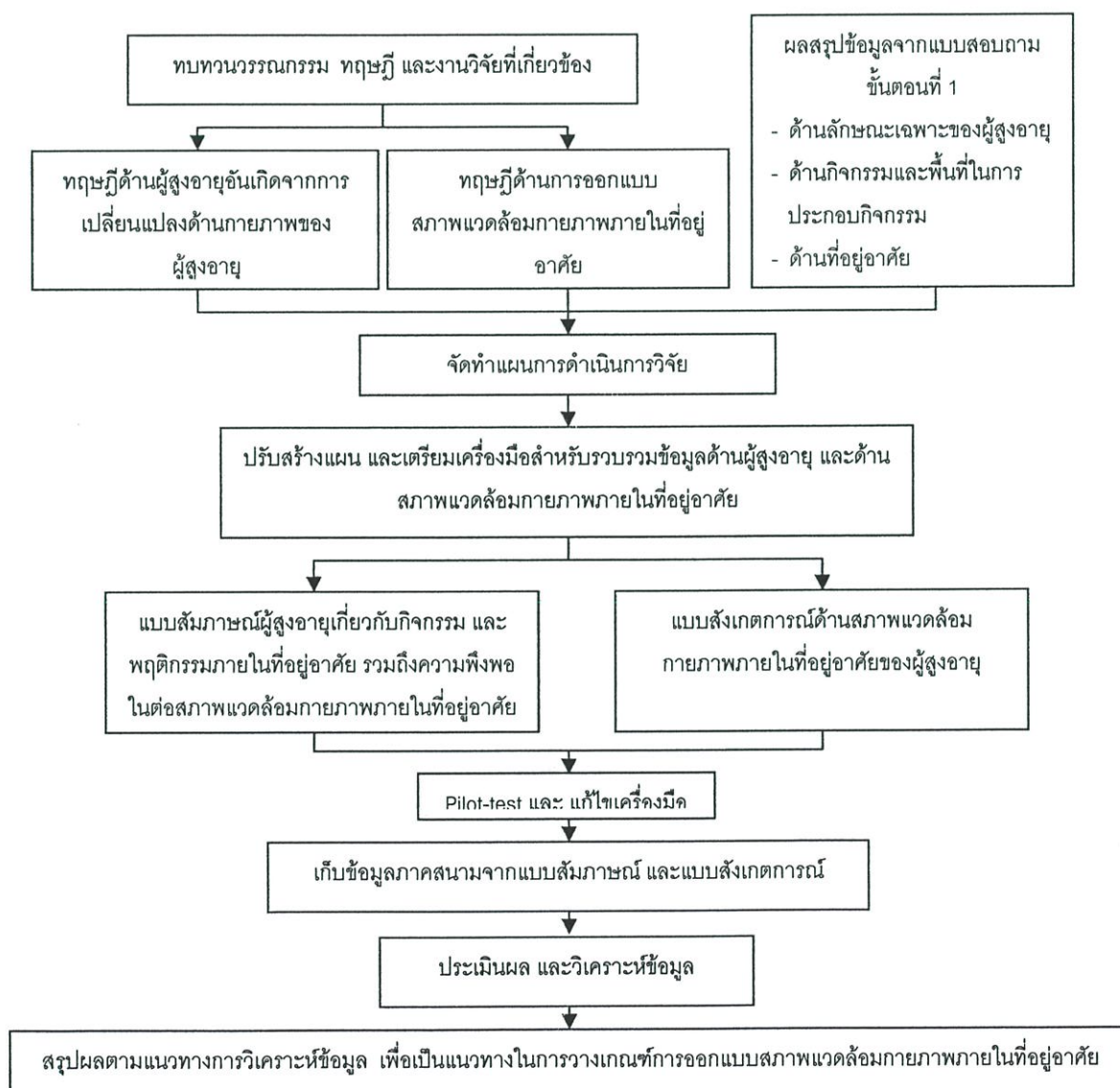
การจัดการด้านผู้สูงอายุ เริ่มจากการทบทวนวรรณกรรม ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ด้านผู้สูงอายุ และด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย เพื่อจัดทำแผนดำเนินการวิจัย , การสร้างและเตรียมเครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามสำหรับรวบรวมข้อมูลด้านผู้สูงอายุ และสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย เพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล การประเมินผลและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ จากนั้นสรุปผลข้อมูลด้านพื้นที่ในการวิจัย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบสัณฐานผู้สูงอายุ และแบบสำรวจสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุต่อไป ( ดูภาพที่ 1.3 : 8 )



ภาพที่ 1.3 ขั้นตอนการวิจัยที่ 1 การจัดการด้านผู้สูงอายุ

## 1.7.2 ขั้นตอนที่ 2 การจัดการด้านการสัมภาษณ์, การสังเกตการณ์ และการมีส่วนร่วมในการออกแบบ

การจัดการด้านการสัมภาษณ์, การสำรวจ และการมีส่วนร่วมในการออกแบบ โดยการนำผลสรุปข้อมูลจากขั้นตอนที่ 1 เพื่อจัดทำแผนการวิจัย และสร้างเครื่องมือการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุเกี่ยวกับกิจกรรมและพฤติกรรมภายในที่อยู่อาศัย และแบบสำรวจสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ รวมถึงการจัดให้มีการมีส่วนร่วมในการออกแบบ เพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลภาคสนาม การประเมินผลและวิเคราะห์เชิงคุณภาพ เพื่อใช้เป็นแนวทางวางแผนการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ด้วยการนำผลสรุปข้อมูลจากขั้นตอนที่ 2 มาจัดทำแผนการวิจัย และเพื่อใช้ในการประเมินผลและวิเคราะห์เชิงคุณภาพ เพื่อใช้ในการเสนอเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย (ดูภาพที่ 1.4 : 9)



ภาพที่ 1.4 ขั้นตอนที่ 2 การจัดการด้านการสัมภาษณ์ และสังเกตการณ์

## 1.8 ข้อจำกัดของการวิจัย

การวิจัยนี้สามารถอธิบายข้อจำกัดภายใต้ปัจจัย 2 ประการ ดังต่อไปนี้

### 1. ด้านข้อมูล

เอกสารที่เกี่ยวกับสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยนั้นยังมีจำกัด และเอกสารที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเอกสารด้านสังคมศาสตร์ และแพทยศาสตร์ ทำให้การศึกษาข้อมูลอยู่ในวงจำกัดด้วย ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้จึงใช้ข้อมูลจากเอกสารด้านสังคมศาสตร์และการแพทย์เป็นพื้นฐานในการกำหนดตัวแปรด้านผู้สูงอายุ รวมถึงตัวแปรที่ควรคำนึงถึงในการจัดการสภาพแวดล้อม อันเนื่องมาจากลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ และใช้ข้อมูลด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย และการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในโรงพยาบาลที่มีความเกี่ยวข้องบางส่วน รวมถึงแนวทางการออกแบบที่เป็น Universal Design เพื่อใช้ในการอ้างอิง และเป็นพื้นฐานในการกำหนดตัวแปรด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ประกอบกับใช้เป็นแนวทางในการศึกษาครั้งนี้

### 2. ด้านกลุ่มตัวอย่าง , งบประมาณและเวลา

ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกสมาคมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ในเขตกรุงเทพฯ เป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เพราะ มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มคาดการณ์ในอนาคตเป็นอย่างมาก เนื่องจากผลทางสถิติที่กล่าวถึงลักษณะของประชากรสูงอายุที่คาดการณ์ในอนาคต มีแนวโน้มด้านการศึกษาที่สูงขึ้น มีศักยภาพและประสบการณ์ในการทำงาน สามารถที่จะช่วยเหลือสังคมต่อไปได้ ดังนั้นจึงใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างตามความเหมาะสมและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์มากที่สุด แต่เนื่องจากข้อจำกัดด้านเวลาและความสามารถในการเข้าถึงกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงการศึกษาไม่สามารถใช้จำนวนเต็มของผู้สูงอายุทั้งหมดได้ และจากการศึกษาเบื้องต้นพบว่า สมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ มีจำนวนสมาชิกมากพอที่จะใช้ในการศึกษาครั้งนี้ได้ ประกอบกับข้อจำกัดทางด้านงบประมาณ ดังนั้นวิธีการในส่วนของ การสรุปผลและเสนอเกณฑ์ในการออกแบบ รวมถึงความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย โดยยึดหลักการมีส่วนร่วมในการออกแบบ ( Participation ) จึงนำเสนอในลักษณะของภาพ 2 มิติ เพื่อใช้ประกอบการสรุปผล และเสนอเกณฑ์ในการออกแบบ พร้อมทั้งจัดทำรายงาน

## 1.9 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ปัจจัยที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ กับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ
3. เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
4. ข้อมูลเบื้องต้นเพื่อศึกษาแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในกรณีอื่นๆต่อไป

## 1.10 นิยามคำศัพท์

1.10.1 ผู้สูงอายุ มีหน่วยงาน และองค์กรต่างๆให้ความหมายของคำว่า “ ผู้สูงอายุ ” ไว้ดังนี้

1. สมัชชาโลกผู้สูงอายุ พ.ศ. 2525 ( ปัญหาผู้สูงอายุและแนวทางแก้ไข. 2534 : 1 ) ให้ความหมายว่า ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งชายและหญิง
2. องค์การอนามัยโลก ( สรีรวิทยาผู้สูงอายุ. 2531 : 1 ) ให้ความหมายว่า “ ผู้สูงอายุ ” ( Elderly ) คือ ผู้มีอายุระหว่าง 60 - 74 ปี, คนชรา ( Old ) คือ ผู้มีอายุระหว่าง 75 - 90 ปี และคนชรามาก ( Very Old ) คือ ผู้มีอายุตั้งแต่ 90 ปีขึ้นไป
3. องค์การสหประชาชาติ และสำนักงานสถิติแห่งประเทศไทย ( สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย. 2541 : 5 ) ให้ความหมายว่า บุคคลทั้งเพศหญิง และเพศชายที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
4. กุลยา ตันติผลชีวะ ( 2528 : 2 ) ได้แยกระดับคือ อายุระหว่าง 60 - 75 ปี เรียกว่าวัยเริ่มมีอายุ ( young old ) และระยะที่ 2 อายุตั้งแต่ 75 ปีขึ้นไป เป็นวัยที่มีอายุเต็มที่ ( old หรือ really old ) ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 : 3 )
5. สมศักดิ์ ศรีสันติสุข ( 2539 : 1 ) ให้ความหมายว่า บุคคลที่สังคมได้กำหนดเกณฑ์อายุ เมื่อมีชีวิตอยู่ในช่วงวัยสุดท้ายของชีวิต ซึ่งเป็นวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจิตใจและสังคม
6. ไสว พราหมณี ( การบรรยายเรื่องนโยบายรัฐบาลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ. 2538 : 15 ) ให้ความหมายว่า บุคคลในวัยสุดท้ายของวงจรชีวิต ในประเทศไทยกำหนดอายุที่พ้นจากวัยทำงานเป็นเกณฑ์คือ มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
7. หลักลากทัวไป ( ปัญหาผู้สูงอายุและแนวทางแก้ไข. 2534 : 83 ) หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป มีความเสื่อมสภาพตามวัย ความเจริญเติบโตของร่างกายลดลง ความต้านทานโรคลดลง ( ข้อมูลองค์การสหประชาชาติ )

จากความหมายของคำว่า “ ผู้สูงอายุ ” ที่ได้กล่าวมาข้างต้น ในการวิจัยชุดนี้สามารถให้ความหมาย และ กำหนดขอบเขตของคำว่า “ ผู้สูงอายุ ” ได้ดังนี้

**ผู้สูงอายุ** หมายถึง ประชากรเพศหญิง และ เพศชาย ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นผู้ที่พักอาศัยอยู่ในบ้านพักอาศัยของตนเอง หรือของบุตรหลานและญาติพี่น้อง ในเขตกรุงเทพฯ ที่สามารถดูแลตนเองและประกอบกิจวัตรประจำวัน หรือกิจกรรมทางสังคมได้ด้วยตนเองตามปกติ และเป็นผู้ที่ไม่อยู่ในภาวะพึ่งพา

1.10.2 **สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย** การศึกษาครั้งนี้สามารถแยกอธิบายได้เป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. **สภาพแวดล้อมกายภาพภายใน** หมายถึง สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆที่อยู่รอบตัวผู้สูงอายุ ภายในสถานที่ที่ผู้สูงอายุดำรงชีวิตประจำวัน ซึ่งมีผลกระทบและมีอิทธิพลต่อผู้สูงอายุ
2. **ที่อยู่อาศัย** หมายถึง สถานที่อยู่ของบุคคลหรือครอบครัว ได้แก่ บ้านเดี่ยว , ทาวน์เฮ้าส์ , อาคารพาณิชย์และห้องชุด เป็นต้น

1.10.3 **ความเหมาะสมต่อผู้สูงอายุ** ในการศึกษาวิจัยชุดนี้ หมายถึง ความเหมาะสมในการดำรงชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ โดยมุ่งเน้นที่ลักษณะของกิจกรรมและวิธีการ รวมถึงลักษณะของพฤติกรรมของผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตประจำวัน เพื่อให้ชีวิตมีความสุข

1.10.4 **ลักษณะกิจกรรมและวิธีการ , ลักษณะพฤติกรรม ของผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตประจำวัน** ได้แก่

1. **การประกอบกิจกรรมส่วนตัวประจำวัน** เช่น การทำงานในบ้าน , ฝากบ้านให้บุตรหลาน , อ่านหนังสือ , เล่นกีฬา , นั่งเล่น / นอนเล่น เป็นต้น
2. **การประกอบกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก** เช่น การประดิษฐ์สิ่งของ , การเขียนหนังสือ , อ่านหนังสือ , เลี้ยงสัตว์ , สะสมของเก่า , ฟังวิทยุ , ดูโทรทัศน์ , เล่นดนตรี , ปลูกต้นไม้ เป็นต้น
3. **การประกอบกิจกรรมทางสังคม** เช่น กิจกรรมที่ใช้ความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ของคนที่มียู่ , การเป็นสมาชิกชมรม หรือ สมาคมต่างๆ เป็นต้น

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรม

จากวัตถุประสงค์ของการวิจัยมีแนวทางในการศึกษาทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

#### 2.1 แนวคิดและทฤษฎีด้านผู้สูงอายุ

การศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ เป็นแนวทางในการศึกษาเพื่อสร้างความเข้าใจถึงปัจจัยด้านต่างๆที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในด้านกายภาพและสังคมของผู้สูงอายุ รวมถึงด้านนโยบายการจัดการของภาครัฐบาล ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรด้านผู้สูงอายุ ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยประเด็นที่เกี่ยวข้อง 5 ประเด็น ดังนี้

##### 2.1.1 ครอบครัวไทยและโครงสร้างทางสังคม

เพื่อสร้างความเข้าใจถึงลักษณะโครงสร้างของครอบครัวไทยและสังคมไทย เนื่องจากเป็นฐานรากทางวัฒนธรรมของบุคคลในสังคมไทย ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดกรอบและขอบเขตของการวิจัยที่สอดคล้องกับประเด็นการศึกษา

##### 2.1.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุในประเทศไทย

เพื่อสร้างความเข้าใจถึงลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรผู้สูงอายุ ในประเทศไทยและสาเหตุของการเปลี่ยนแปลง รวมถึงแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ทั้งนี้เพื่อกำหนดกรอบแนวทางของการวิจัยให้มีความสอดคล้อง และมีประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในอนาคต ภายใต้การคาดการณ์ที่มีเหตุมีผล

##### 2.1.3 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพ สังคมและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

เพื่อศึกษาลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามกระบวนการธรรมชาติ ที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรด้านผู้สูงอายุที่มีความสำคัญ และควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

##### 2.1.4 สาเหตุและที่มาของภาวะต่างๆในผู้สูงอายุ

เพื่อศึกษาลักษณะการเกิดภาวะต่างๆในผู้สูงอายุ ที่เกิดขึ้นตามกระบวนการธรรมชาติและจากสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรด้านผู้สูงอายุ และ

ด้านสภาพแวดล้อมที่มีความสำคัญ และควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

### 2.1.5 จิตวิทยาผู้สูงอายุ

เพื่อศึกษาและสร้างความเข้าใจถึงการยอมรับ และการตอบสนองของผู้สูงอายุต่อพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรด้านสังคมของผู้สูงอายุ ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

## 2.2 แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

การศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ เป็นแนวทางในการศึกษาเพื่อสร้างความเข้าใจถึงปัจจัยด้านต่างๆที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยที่ผู้สูงอายุใช้ดำรงชีวิตและประกอบกิจกรรมต่างๆภายในพื้นที่นั้น รวมถึงแนวทางด้านนโยบายการจัดการของภาครัฐบาลเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายใน ที่มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยประเด็นที่เกี่ยวข้อง 4 ประเด็น ดังนี้

### 2.2.1 นโยบายและแนวทางต่างๆของภาครัฐบาลที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

เพื่อรับทราบและสร้างความเข้าใจในกรอบนโยบายต่างๆ ที่ภาครัฐบาลมีต่อการจัดการด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เพื่อวางแผนการและแนวทางการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ให้มีความสอดคล้องกับแนวทางของภาครัฐบาล

### 2.2.2 หลักการจัดการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

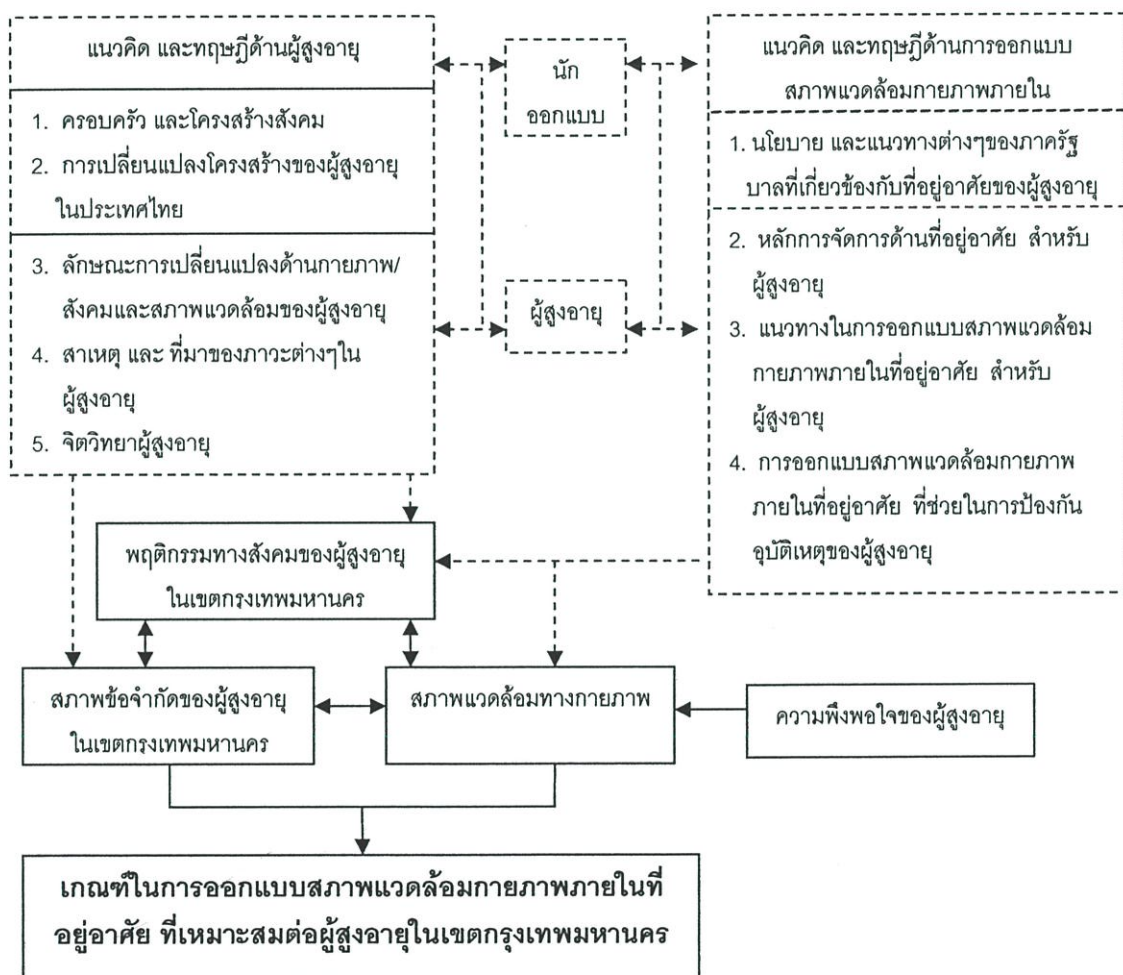
### 2.2.3 แนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

หัวข้อที่ 2.2.2 และ 2.2.3 เป็นการศึกษาเพื่อสร้างความเข้าใจหลักการออกแบบ และการจัดการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ แนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรต่างๆที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อม และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

### 2.2.4 การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่พักอาศัย ที่ช่วยในการป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

เพื่อสร้างความเข้าใจถึงสาเหตุและที่มาของการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุภายในสภาพแวดล้อม และทราบถึงปัจจัยต่างๆที่ควรคำนึงถึงในการออกแบบเพื่อการป้องกัน ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดตัวแปรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในและสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

จากกรอบแนวคิด และ ทฤษฎีที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ สามารถนำมาเชื่อมโยงเพื่อแสดงความสัมพันธ์ได้ ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.1 : 15 )



ภาพที่ 2.1 การเชื่อมโยงกรอบแนวคิด และ ทฤษฎีการวิจัย

การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุนั้น มีแนวทางปฏิบัติดังนี้

ประการที่ 1 นักออกแบบต้องศึกษาแนวคิดและทฤษฎีด้านผู้สูงอายุ เพื่อเข้าใจลักษณะพฤติกรรม และสภาพข้อจำกัดของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ

ประการที่ 2 นักออกแบบต้องศึกษาแนวคิด และทฤษฎีด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในสำหรับผู้สูงอายุ โดยอาศัยกระบวนการออกแบบ และกระบวนการวิจัยด้านการมีส่วนร่วมในการออกแบบ ( participation ) ด้านความพึงพอใจของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย สำหรับผู้สูงอายุ

ซึ่งทั้ง 2 แนวคิดนี้จะทำให้นักออกแบบสามารถวางแผนทาง หรือเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ ได้อย่างเหมาะสม

## 2.1 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

การศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ มีประเด็นที่เกี่ยวข้อง 5 ประเด็น ดังนี้

### 2.1.1 ครอบครัวไทยและโครงสร้างทางสังคม

จากวัตถุประสงค์ของการวิจัย ที่ต้องการศึกษาแนวทางการวางแผนการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ จึงมีความจำเป็นต้องเข้าใจถึงลักษณะของครอบครัวไทยและโครงสร้างทางสังคมไทย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการวางแผนการวิจัย การกำหนดปัจจัยและตัวแปรต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม จากการศึกษาเกี่ยวกับสังคมวิทยาครอบครัว ( สัญญา สัญญาวิวัฒน์. 2544 ) ได้อธิบายรายละเอียดในส่วนต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยสามารถสรุปความสำคัญได้ ดังต่อไปนี้

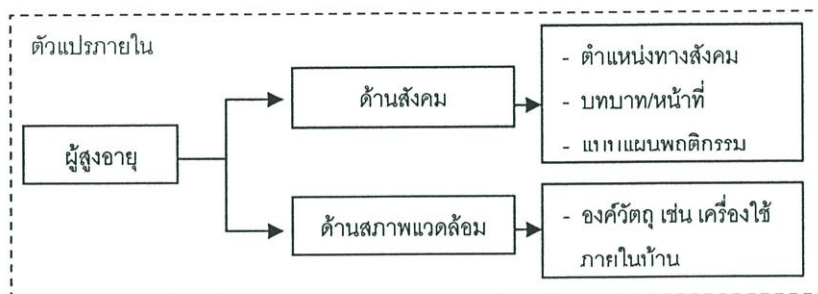
#### 2.1.1.1 ครอบครัวในโครงสร้างสังคม

ครอบครัวเป็นหน่วยสังคม ( social unit ) หนึ่งของโครงสร้างสังคม ที่เป็นทั้งสถาบัน และเป็นองค์การทางสังคม มีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ

1. ตำแหน่งทางสังคม ( social position ) เช่น บิดา มารดา สามี ภรรยา บุตร หลาน พี่ ป้า น้า อา เป็นต้น
2. การหน้าที่ ( Function ) เช่น การให้กำเนิดสมาชิกใหม่ การอบรมเลี้ยงดู และให้สถานภาพ เป็นต้น
3. แบบแผนพฤติกรรม ( Pattern of behavior ) เช่น ความเชื่อ ความรู้ ค่านิยม อุดมการณ์ เป็นต้น

4. องค์วัตถุ (material component) เช่น ตัวบ้าน เครื่องใช้ - เครื่องประดับ ภายในบ้าน เป็นต้น

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับตำแหน่งทางสังคม , บทบาท / หน้าที่ , แบบแผนพฤติกรรม และองค์วัตถุของบ้านที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.2 : 17 )



ภาพที่ 2.2 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

### 2.1.1.2 ครอบครัวไทย

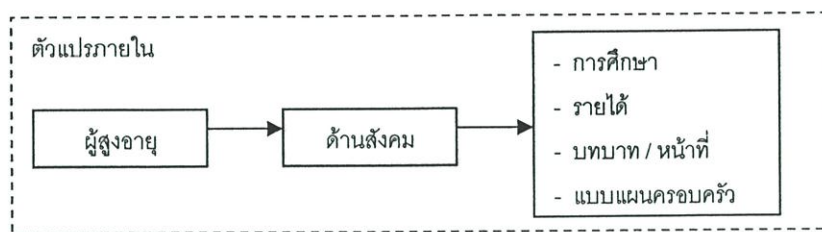
ครอบครัวไทยเป็นสถาบันหลักของสังคมไทย ภาพทั่วไปในครอบครัวไทย พ่อ / แม่ / ลูก จะใกล้ชิดสนิทสนมกัน ลูกจะใกล้ชิดแม่มากกว่า พ่อแม่เอาใจใส่ลูกมาก ดังจะแยกอธิบายออกเป็นส่วนต่างๆ ดังนี้

1. อำนาจในครอบครัว ( authority ) ทางทฤษฎีคือ พ่อ แต่ในทางปฏิบัติ มักมีการออมชอมกัน ในสมัยปัจจุบันที่เป็นประชาธิปไตย สามีภรรยาออมมีสิทธิเสรีภาพเสมอกัน อย่างไรก็ตามในสังคมสมัยใหม่ มีปัจจัยเกี่ยวข้องหลายอย่าง เช่น การศึกษา , ราย ได้ เป็นต้น

2. ครอบครัวไทยทำหน้าที่ให้การศึกษา หรืออบรมสมาชิกใหม่

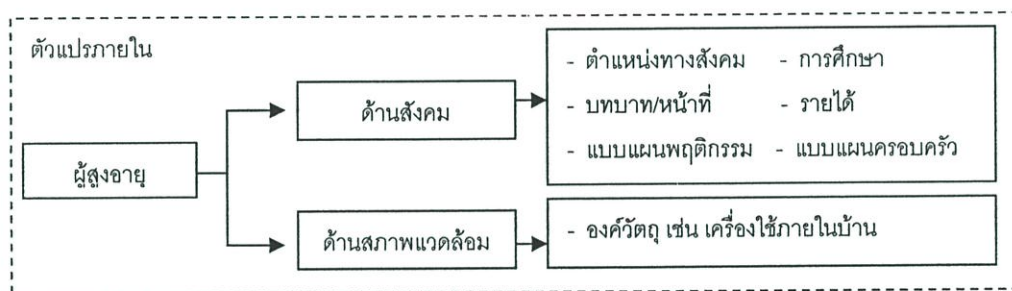
3. แบบแผนครอบครัวของผู้สูงอายุจะเป็นครอบครัวขยาย ผู้สูงอายุบางครอบครัวจะอยู่เป็นอิสระ บางครอบครัวผู้สูงอายุจะอาศัยอยู่กับบุตรและมีบทบาทในการเลี้ยงดูหลาน ผู้สูงอายุบางรายต้องไปอยู่สถานสงเคราะห์คนชราของรัฐบาล หรือบางรายมีความต้องการอิสระและมีฐานะดี จึงไปอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราของเอกชน เป็นต้น ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 )

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคมของผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุในด้านการศึกษา , รายได้ , บทบาท / หน้าที่ , แบบแผนครอบครัว ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.3 : 18 )



ภาพที่ 2.3 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคมของผู้สูงอายุในครอบครัวไทย

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับครอบครัวไทย และครอบครัวไทยในโครงสร้างสังคม สามารถใช้เป็นแนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ ที่มีความจำเป็นในการวิจัยครั้งนี้ ในลักษณะของแผนภูมิ ดังต่อไปนี้ (ดูภาพที่ 2.4 : 18)



ภาพที่ 2.4 ตัวแปรด้านครอบครัวในโครงสร้างสังคม กับ ครอบครัวไทย

### 2.1.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุในประเทศไทย

จากการศึกษาด้านสถานะทางสังคมของผู้สูงอายุไทย และการเปลี่ยนแปลงลักษณะของประชากร ในปรากฏการณ์ที่เรียกว่า Greying phenomenon (สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล, 2544) ได้อธิบายถึงลักษณะสำคัญของปรากฏการณ์ คือ การที่มีอัตราการลดลงของอัตราการเกิด - อัตราการเจริญพันธุ์ (fertility rate) - อัตราการตายตามกลุ่มอายุ และปรากฏประชากรที่มีอายุมากขึ้นเรื่อยๆ ทั้งจำนวนและสัดส่วนโดยเฉพาะเพศหญิง อันจะนำสังคมเข้าสู่สถานะใหม่ ที่จากเดิมภาระของสังคมส่วนใหญ่อยู่ที่เด็ก เริ่มเปลี่ยนมาที่ผู้สูงอายุแทนในเวลาอันรวดเร็ว (สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล, 2544 : 11 - 12) รวมถึงแนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมผู้สูงอายุ (สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, 2539) ที่กล่าวถึง แนวความคิดเพื่อให้เข้าใจวัฒนธรรมของผู้สูงอายุยิ่งขึ้น ทั้งนี้เพื่อใช้ในการกำหนดแนวทางการศึกษาให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยสามารถแบ่งสาระสำคัญออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

### 2.1.2.1 ประชากรสูงอายุไทย

#### 2.1.2.2 ปัจจัยที่ทำให้เกิดลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุไทย

#### 2.1.2.3 สถานะภาพ บทบาททางสังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน

#### 2.1.2.4 แนวความคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมผู้สูงอายุ

### 2.1.2.1 ประชากรผู้สูงอายุไทย

จากการศึกษาเกี่ยวกับสรีรวิทยาของผู้สูงอายุ ( ชูศักดิ์ เวชแพทย์ , ยุทธนา อักษรนันท์ , วิทยุวรรณ ดันศิริ. 2531 : 15 – 17) ทำให้สามารถแบ่งอายุขัย ( life span ) ของคน เป็น 3 ระยะคือ

1. ระยะเจริญเติบโต ( Developmental Phase, Growth Phase )

2. ระยะเจริญพันธุ์ ( Reproductive, Maturing Phase )

3. ระยะวัยชรา ( Senescence Phase ) ซึ่งเป็นลักษณะจำเพาะสำหรับเซลล์ทุกชนิด เริ่มจากความสามารถทางหน้าที่ของร่างกายเสื่อมลง และความสามารถในการปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมเสื่อมลงด้วย และระยะนี้ยังทำให้ร่างกายมีความไวต่อการเป็นโรคเพิ่มขึ้น เป็นจุดสุดท้ายของอายุขัยของคน

ดังจะพบว่า “ ระยะวัยชรา ” เป็นระยะหนึ่งของบุคคลที่นักวิจัย และนักออกแบบสภาพแวดล้อมควรให้ความสำคัญ ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นไปที่กลุ่มผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสนอแนะแนวทางการวางแผนการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ

จากการศึกษาเกี่ยวกับประชากรผู้สูงอายุไทย ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 48 ) พบว่า การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุ ( อายุ 60 ปีหรือมากกว่า ) มีจำนวนเพิ่มขึ้น และคาดว่าจะเพิ่มเป็น 10.78 ล้านคนหรือร้อยละ 15.28 ในปี พ.ศ. 2563 การเปลี่ยนแปลงนี้กำลังนำประเทศไทยไปสู่สภาวะที่เรียกว่า “ ประชากรความชรา ” ( population ageing ) ซึ่งหมายถึง การเพิ่มขึ้นของสัดส่วนประชากรสูงอายุจากประชากรทั้งหมด ดังนั้นประเทศไทยจะเข้าสู่ระยะชราในราวปี พ.ศ. 2563

ลักษณะโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงไป มีผลกระทบต่อความชราของประชากรกับภาวะพึ่งพา และในปี พ.ศ. 2503 อัตราส่วนพึ่งพารวมเท่ากับร้อยละ 91.55 โดยเกือบทั้งหมดของประชากรพึ่งพา คือ เด็ก ในระยะหลังความชราของประชากรเพิ่มมากขึ้น เป็นผลให้อัตราส่วนพึ่งพาผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ จากแนวโน้มดังกล่าว การรอกกลับของทิศทางอัตราส่วนพึ่งพารวมจากการลดลงไปเป็นเพิ่มขึ้น โดยจะเกิดขึ้นในราวปี พ.ศ. 2553 และในศตวรรษที่ 21 อัตราส่วนพึ่งพา

ผู้สูงอายุจะสูงกว่าอัตราส่วนพึ่งพาเด็ก ดังนั้นการให้ความสำคัญต่อความต้องการของผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งจำเป็นในการวางนโยบาย และ แผนงานเป็นอย่างยิ่ง

### 2.1.2.2 ปัจจัยที่ทำให้เกิดลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุไทย

จากการศึกษาลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรสูงอายุในประเทศไทย และการเปลี่ยนแปลงภาวะการตาย และสิ่งอำนวยความสะดวกในด้านสุขภาพอนามัย ( นภาพรณี หะวานนท์. ( ผู้แปล ) การปฏิวัติขนาดครอบครัวในประเทศไทย. 2530 ) พบว่าปัจจัยสำคัญที่มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงนี้ ประกอบด้วย

1. การลดลงของอัตราการเจริญพันธุ์ ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 50 ) อันเนื่องมาจาก นโยบายการวางแผนครอบครัว และการชะลอการมีบุตรของประเทศ

2. การลดลงของอัตราการตายของเด็กและทารก ( นภาพรณี หะวานนท์. ( ผู้แปล ). 2530 : 30 ) รวมถึงการลดลงอย่างต่อเนื่องของอัตราการตายตามอายุขัย ที่มีแนวโน้มการเพิ่มขึ้นทั้งจำนวน และอายุที่ยืนยาวของผู้สูงอายุไทย อันเนื่องมาจากความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ และการขยายตัวของระบบการสาธารณสุข ความสามารถในการควบคุมสิ่งแวดล้อม

ดังนั้น การให้ความสำคัญในการออกแบบสภาพแวดล้อมที่มีความเหมาะสมต่อผู้สูงอายุ จึงเป็นสิ่งจำเป็นในการวางนโยบาย และแผนงานในอนาคต

### 2.1.2.3 สถานะภาพ บทบาททางสังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน

จากการศึกษาด้านสถานะทางสังคมของผู้สูงอายุไทย ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 ) ที่ได้กล่าวถึงลักษณะของสถานะทางสังคมในด้านต่างๆในปัจจุบัน อันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เศรษฐกิจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. ประชากรสูงอายุไทยในปัจจุบันส่วนใหญ่เป็นหญิง ( ที่ไม่ได้อยู่กับคู่สมรส ) มากกว่าชาย ประมาณร้อยละ 55 ของประชากรสูงอายุไทย และมีอายุยืนยาวกว่าในอดีต

2. ผู้สูงอายุชายเสียชีวิตเร็วกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง

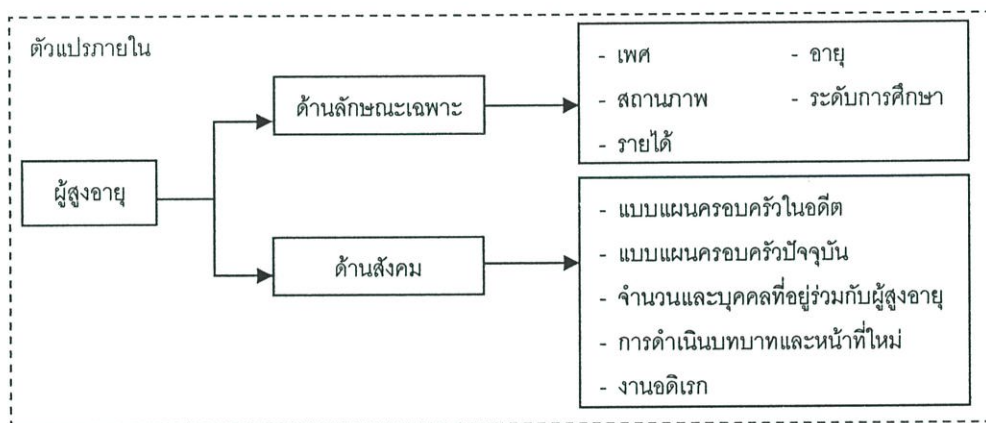
3. ผู้สูงอายุชายส่วนมากจะอาศัยอยู่กับคู่สมรส ในขณะที่ผู้สูงอายุหญิง ไม่ได้อาศัยอยู่กับคู่สมรส ด้วยเหตุนี้ผู้สูงอายุหญิงจึงมีโอกาสต้องการการดูแลสนับสนุนจากบุตรหลานมากกว่าผู้สูงอายุชาย

4. ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุมีสภาพที่ไม่ค่อยดีนัก ถึงประมาณร้อยละ 12 ของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน ( พ.ศ. 2545 )

5. ลักษณะของครอบครัวเดิมเป็นครอบครัวขยายมีแนวโน้มการลดลงของคู่สมรสเปลี่ยนเป็นครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ทำให้ผู้สูงอายุขาดผู้ดูแลจำเป็นต้องพึ่งพาอาศัยบุตรหลาน

6. จำนวนครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ไม่ว่าจะในสถานะใด มีแนวโน้มสูงขึ้น จากที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่า ประเทศไทยกำลังเข้าสู่ระยะความชราของประชากร โดยมีอัตราการเปลี่ยนแปลงที่เร็วมาก โดยเริ่มปรากฏชัดในต้นศตวรรษที่ 21 การเปลี่ยนแปลงทางสังคมวัฒนธรรม และระบบเศรษฐกิจของประเทศ ทำให้เกิดการพอกพูนของภาวะในอนาคต

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสถานะภาพ บทบาททางสังคม และ เศรษฐกิจของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับเพศ , อายุ , สถานะ , ระดับการศึกษา , ลักษณะของครอบครัว , จำนวน และบุคคลที่อยู่ร่วมกับผู้สูงอายุ , งานอดิเรก , การดำเนินบทบาท / หน้าที่ใหม่ โดยขึ้นกับความชอบ , ความพอใจ , สุขภาพ , การสมาคม , อุปนิสัย , ประสบการณ์ และวิถีชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.5 : 21 )



ภาพที่ 2.5 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสถานะภาพ บทบาททางสังคม และ เศรษฐกิจของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน

#### 2.1.2.4 แนวความคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมผู้สูงอายุ

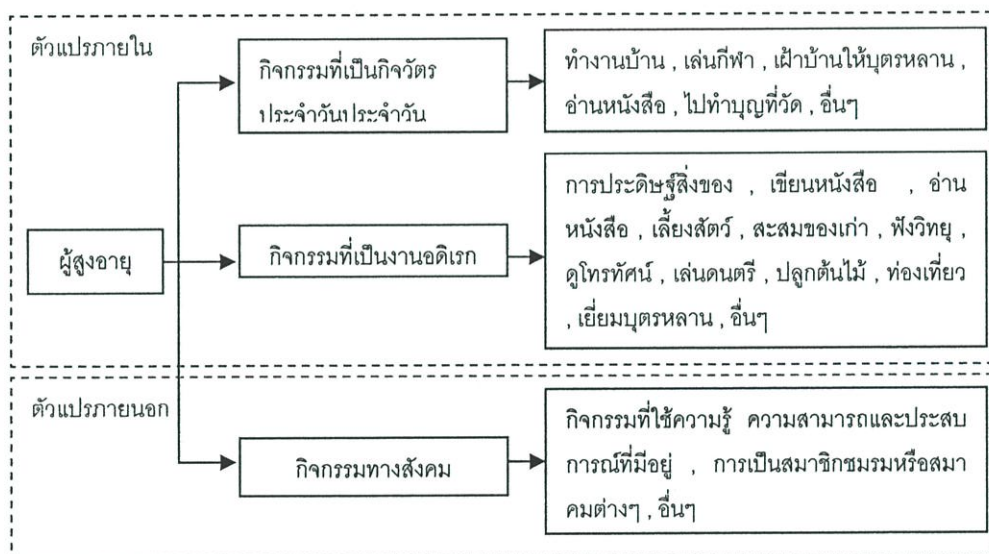
การศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมผู้สูงอายุในสังคมเมือง ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 : 88 – 91 ) เพื่อสร้างความเข้าใจมิติทางวัฒนธรรมของผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น โดยสามารถกล่าวโดยสรุปได้ดังนี้

1. วัฒนธรรมของผู้สูงอายุในสังคมเมือง มีวิถีชีวิตความเป็นอิสระในการทำกิจกรรมต่างๆ ไม่ค่อยพึ่งพาบุตรหลานมากนัก ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 : 88 )
2. นิยมการไปวัดใกล้บ้าน และมักเดินทางไปวัดสำคัญในเมืองด้วย
3. นิยมอยู่บ้านของตน โดยการอ่านหนังสือ ฟังข่าว ดูทีวี การเลี้ยงหลาน และ การเป็นสมาชิกของชมรมผู้สูงอายุ
4. มักนิยมไปตามสวนสาธารณะโดยมีบุตรหลานพาไป เพื่อออกกำลังกาย

5. มีความเชื่อในเหตุและผล เชื่อทางพุทธศาสนา เพื่อต้องการที่พึ่งทางใจ
6. ฐานะของผู้สูงอายุมีความแตกต่างกันไปตามเศรษฐกิจของครัวเรือน
7. จากงานวิจัยของทองอยู่ แก้วไพเราะ และคณะ ( 2527 ) เกี่ยวกับผู้สูงอายุใน

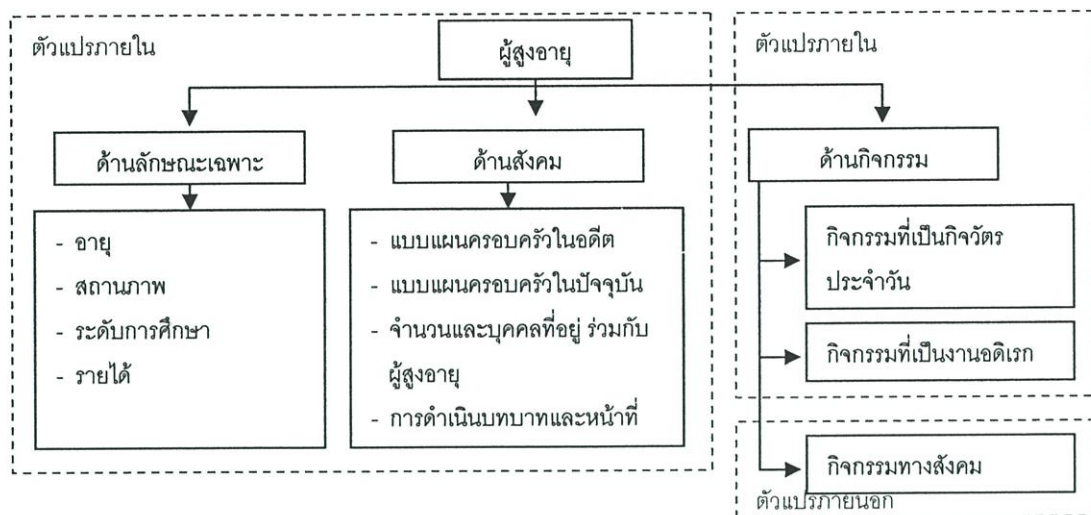
สังคมไทย พบว่า กิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ คือ ทำงานในบ้าน , เลี้ยงหลาน , ฝากบ้านให้บุตร, ทำบุญที่วัด และกิจกรรมอื่นๆ เช่น สังสรรค์กับเพื่อนบ้าน , การออกกำลังกาย , ฟังวิทยุ , ดูโทรทัศน์ , อ่านหนังสือ เป็นต้น ( ปัญหาผู้สูงอายุและแนวทางแก้ไข. 2534 )

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมของผู้สูงอายุไทย จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับวิถีชีวิตในการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ได้แก่ กิจกรรมที่เป็นกิจวัตรประจำวัน , กิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก และ กิจกรรมทางสังคม โดยสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.6 : 22 )



ภาพที่ 2.6 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมของผู้สูงอายุไทย

จากการศึกษาแนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสถานะภาพ บทบาททางสังคม และเศรษฐกิจ รวมถึงวัฒนธรรมของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน สามารถใช้เป็นแนวทางในการแสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรด้านสังคม และลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุ ที่มีความเกี่ยวข้องกับการวิจัยครั้งนี้ ในลักษณะของแผนภูมิดังต่อไปนี้ ( ดูภาพที่ 2.7 : 23 )



ภาพที่ 2.7 ตัวแปรด้านสถานะภาพ บทบาททางสังคม และ เศรษฐกิจ รวมถึงวัฒนธรรมของผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน

### 2.1.3 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพ สังคมและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาลักษณะของผู้สูงอายุ พบว่า มีผู้กล่าวถึงลักษณะโดยทั่วไปของผู้สูงอายุไว้ดังนี้

1. พล.ต.อ.อรรถสิทธิ์ ลิทธิสุนทร กล่าวถึงผู้สูงอายุว่า จะต้องมียุทธศาสตร์ ( สุภัตราสุภาพ. 2528 : 50 ) เป็นผู้ที่อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป , เป็นผู้ที่มีความเสื่อมตามสภาพ มีกำลังลดลงและเชื่องช้า

2. ฟอง เกิดแก้ว ( 2525 : 124 ) กล่าวถึงลักษณะของผู้สูงอายุว่า เมื่อใดกำลังกายและสุขภาพร่างกายเริ่มลดลง , ขาดหน้าที่ทางเศรษฐกิจ ทำงานเลี้ยงชีพได้น้อยกว่าเดิมในลักษณะที่ร่างกายไม่อำนวยให้ทำ เป็นผู้ที่มีปัญหาทางด้านจิตใจเพิ่มขึ้น

3. เริงสังคมวิทยา จะพิจารณาลักษณะของผู้สูงอายุจากการเปลี่ยนแปลงของสถานภาพ บทบาท ค่านิยม บรรทัดฐานทางสังคม การจัดช่วงชั้นทางสังคมและองค์กร หรือสถาบันต่างๆที่เกี่ยวกับภาวะผู้สูงอายุ

จากการศึกษาลักษณะการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุนั้นพบว่า สามารถแบ่งประเภทของลักษณะการเปลี่ยนแปลงออกเป็น 3 ด้าน คือ

2.1.3.1 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ

2.1.3.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจของผู้สูงอายุ

2.1.3.3 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

ซึ่งทั้ง 3 ด้านนี้ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยการเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ เป็นการเปลี่ยนแปลงตามวัยที่มีอายุสูงขึ้นตามลำดับ และการเกิดขึ้นตามสภาพของสิ่งแวดล้อม แต่เพื่อให้มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย จึงมุ่งเน้นการศึกษาไปที่ลักษณะการเปลี่ยนแปลง 2 ด้าน คือ ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุเท่านั้น รวมถึงลักษณะของกิจกรรม และพฤติกรรมที่ได้กระทำมาในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน โดยสามารถสรุปลักษณะของการเปลี่ยนแปลงในแต่ละด้าน ดังนี้

#### 2.1.3.1 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาเอกสารทางการแพทย์เกี่ยวกับลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 ) และ ( ชูศักดิ์ เวชแพทย์. 2531 ) และ ( ชูศักดิ์ เวชแพทย์ ; ยุทธนา อักษรนันท์ ; วิญญารัตน์ ตันศิริ. 2531 ) ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในรูปร่าง และลักษณะท่าทาง , การเสื่อมโทรม และการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามกระบวนการชราในมนุษย์ ( ageing process in man ) และจากการศึกษาถึงลักษณะภาวะของผู้สูงอายุในด้านต่างๆ ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 ) ที่ว่า ภาวะสูงอายุทางร่างกาย ( biological ageing ) เป็นการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย อันเนื่องมาจากประสิทธิภาพการทำงานของอวัยวะต่างๆในร่างกายลดน้อยลง เป็นผลจากความเสื่อมตามขบวนการสูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามอายุขัย ( life span ) ของแต่ละบุคคล ทำให้สามารถรวบรวมลักษณะการเปลี่ยนแปลง และลักษณะการเสื่อมโทรมทางด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ทั้งนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และแนวทางการวิจัย รายละเอียดในส่วนนี้จึงแสดงให้เห็นในลักษณะของการเปรียบเทียบระหว่างเพศหญิง และเพศชาย ดังรายละเอียดต่อไปนี้ ( ดูตารางที่ 2.1 : 24 – 26 , ตารางที่ 2.2 : 26 และตารางที่ 2.3 - 2.4 : 27 )

ตารางที่ 2.1 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุที่เหมือนกัน ระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย

การเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ	ผลกระทบ
1. ผิวหนัง - ขาดความยืดหยุ่น มีไขมันใต้ผิวหนังน้อยลง  - การสร้าง และ เก็บความร้อนลดลง	- การรับรู้ความรู้สึกเจ็บปวด ตามร่างกายลดลง เกิดอาการชาบริเวณส่วนปลายของร่างกาย โดยเฉพาะเท้าอันเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดการหกล้ม และ อุบัติเหตุในผู้สูงอายุ  - ไม่อาจทนอากาศร้อนหรือหนาวได้ ทำให้ความสามารถในการทนต่อความเย็นลดลง เมื่ออยู่ในสถานที่ที่มีอุณหภูมิต่ำ ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีอุณหภูมิต่ำได้ไม่ดี

## ตารางที่ 2.1 ( ต่อ )

การเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ	ผลกระทบ
<p>2. สายตา</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สายตาแยลง กระจกตนาหน้าขึ้น เลนส์ตาเริ่มขุ่นมัว</li> <li>- สายตาเปลี่ยนเป็นสายตายาว</li> <li>- บริเวณรอบนอกของจอตาบางลง เซลล์รับแสงลดลง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ต้องการแสงสว่างมากขึ้น</li> <li>- มองเห็นในระยะใกล้ไม่ชัด</li> <li>- ความไวต่อแสงของจอตาลดลง การปรับตาต่อความมืด และ สว่างลดลง ทำให้เกิดปัญหาหกล้มได้ง่ายขึ้น สามารถมองวัตถุในที่มืดได้ดีกว่าในที่แจ้ง การรับรู้สีลดลง โดยเริ่มจากสีฟ้า สีน้ำเงิน และ สีเขียวตามลำดับ</li> </ul>
<p>3. หู</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ประสาทรับเสียงเสื่อม</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การได้ยิน และ การควบคุมการทรงตัวลดลง ความสามารถในการรับฟังเสียงความถี่สูง และการแยกคำลดลง ทำให้ได้ยินเสียงต่ำชัดกว่า การกำหนดตำแหน่งที่มาของเสียงลดลง เกิดอาการมึนงงและอาการบ้านหมุนได้ง่าย</li> </ul>
<p>4. กระดูกโครงร่างและข้อ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กระดูกพรุนเปราะบาง</li> <li>- กระดูกบาง และ ลดความแข็งแรง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หักง่าย</li> <li>- เตี้ยลง ตัวเอียง สูญเสียความยืดหยุ่น ทำให้ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลดลง หลังงอหรือโก่ง (Kyphosis) , เดินหลังค่อม และท่าทางการเดินมีการเปลี่ยนแปลง ทำให้เกิดลักษณะพิเศษในผู้สูงอายุที่มีอายุมากๆ เรียกว่า " ท่าเดินผู้สูงอายุ " (senile gait) โดยจะเดินก้าวสั้นๆและช้าลง ช่วงเวลาที่เท้าทั้งสองข้างแตะพื้นพร้อมกัน ในขณะที่เดินนานขึ้น เมื่อเทียบกับช่วงเวลาทั้งหมดของจังหวะก้าวเดิน เท้ากางออกจากกันมากกว่าปกติ หลังงอและตัวเอนไปข้างหน้าเล็กน้อย แขนกางออกและแกว่งน้อย เวลาหมุนตัวแล้วลำตัวจะแข็งและมีการบิดของเขว่น้อยคล้ายกับหมุนไปพร้อมลำตัว การทรงตัวและท่าทางการเดินที่เปลี่ยนไปเป็นปัจจัยร่วมของการหกล้ม ที่มีมากขึ้นในผู้สูงอายุ</li> </ul>

ตารางที่ 2.1 ( ต่อ )

การเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ	ผลกระทบ
- ข้อต่อเสื่อม 5. กล้ามเนื้อ - เซลล์กล้ามเนื้อลดน้อยลงเนื่องจากความเสื่อมและมีเยื่อพังผืดขึ้นมาแทน 6. ระบบขับถ่ายปัสสาวะ - กระเพาะปัสสาวะเสื่อมไม่แข็งแรงเพราะกล้ามเนื้อหย่อน 7. การพักผ่อน - ระยะเวลาการนอน	- ข้อเข่าและสะโพกอ่อนเล็กน้อย ทำให้ส่วนสูงของร่างกายลดลง ประมาณ 1-2 ซม. - เดินเข่าและเคลื่อนไหวได้ลำบาก การทรงตัวไม่ดี หกล้มง่าย - กลั้นปัสสาวะไม่อยู่ ถ่ายปัสสาวะบ่อยในตอนกลางคืน และขับถ่ายบ่อยขึ้น - ระยะเวลาการนอนหลับลดลง ทำให้ช่วงการนอนหลับลึกสั้นลง, มักตื่นในเวลากลางคืน และตื่นได้ง่าย ทำให้นอนหลับชั่วครู่ในเวลากลางวัน

ที่มา : 1. สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ. 2544

2. ชูศักดิ์ เวชแพทย์. การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา. 2531

3. ชูศักดิ์ เวชแพทย์, ยุทธนา อักษรนันท์, วิญญารัตน์ ตันศิริ. สรีรวิทยาของผู้สูงอายุ. 2531

4. สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. สังคมวิทยาภาวะผู้สูงอายุ : ความเป็นจริง และการคาดการณ์ในสังคมไทย. 2539

ตารางที่ 2.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่แตกต่างกันระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

การเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ	เพศหญิง	เพศชาย
1. หู - ประสาทรับเสียงเสื่อม 2. กระดูกโครงร่างและข้อ - ข้อต่อ	- จะเริ่มลดลงเมื่ออายุ 40 ปี	- จะเสียการได้ยินมากกว่าเพศหญิง - จะเริ่มลดลงเมื่ออายุ 30 ปี

ที่มา : "สรีรวิทยาของผู้สูงอายุ" ชูศักดิ์ เวชแพทย์, ยุทธนา อักษรนันท์, วิญญารัตน์ ตันศิริ. 2531

ตารางที่ 2.3 ส่วนสูง และ น้ำหนักโดยเฉลี่ย เมื่อเทียบเพศ และ อายุต่างกัน

อายุ	ชาย		หญิง	
	ส่วนสูง (นิ้ว)	น้ำหนัก (ปอนด์)	ส่วนสูง (นิ้ว)	น้ำหนัก (ปอนด์)
60-64	67.4	166	62.4	152
65-74	66.9	160	61.5	146
75-79	65.9	150	61.1	138

ที่มา : “ สรีรวิทยาของผู้สูงอายุ ” ชูศักดิ์ เวชแพศย์ , ยุทธนา อักษรนันท์ , วิญญูรัตน์ ต้นศิริ.

2531

ตารางที่ 2.4 ส่วนสูง ที่ลดลงเมื่อมีอายุเพิ่มขึ้น

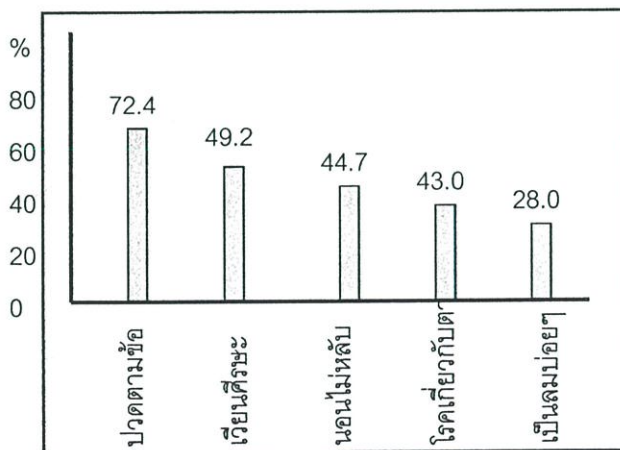
อายุ(ปี)	ความสูง(ซม.)
60	165.8
80	164.2
90	160.8

ที่มา : “ สรีรวิทยาของผู้สูงอายุ ” ชูศักดิ์ เวชแพศย์ , ยุทธนา อักษรนันท์ , วิญญูรัตน์ ต้นศิริ.

2531

จากการศึกษา พบว่า โรคที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นมากที่สุด 5 อันดับแรกคือ

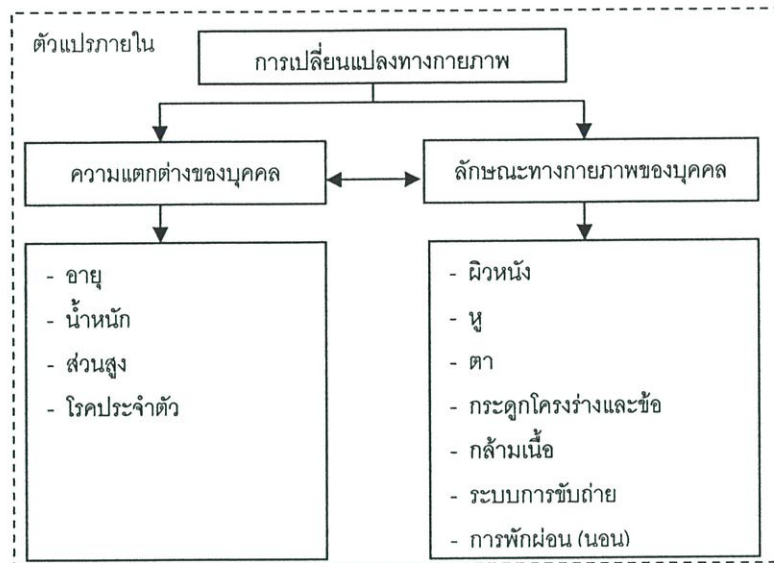
1. ปวดตามข้อ
2. เวียนศีรษะ
3. นอนไม่หลับ
4. โรคเกี่ยวกับตา
5. เป็นลมบ่อย



ที่มา : สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตร. 2541 : 25

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับข้อจำกัดต่างๆที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลง ดังนี้ อายุ , เพศ , น้ำหนัก , ส่วนสูง , โรคประจำตัว และลักษณะทางกายภาพที่เกี่ยวกับผิวหนัง , หู

, ตา , กระดูกโครงร่าง และข้อ , กล้ามเนื้อ , ระบบการขับถ่ายและการพักผ่อน ( นอน ) โดยสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( รูปภาพที่ 2.8 : 28 )



ภาพที่ 2.8 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของผู้สูงอายุ

### 2.1.3.2 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษากระบวนการภาวะสูงอายุทางสังคม ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 ) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ให้ความหมายของ " ภาวะสูงอายุทางสังคม " ( sociological ageing ) ว่าหมายถึง บทบาทสถานภาพในครอบครัวและการทำงาน รวมทั้งความคาดหวังของสังคมต่อบุคคลนั้นๆ ซึ่งเกี่ยวกับอายุ การแสดงออกตามคุณค่า และความต้องการของสังคม และจากการศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการเผชิญหน้ากับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ( เกียรติศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2543 ) ที่กล่าวถึง ภาวะสูงอายุในลักษณะของการก้าวเข้าสู่สภาพการเปลี่ยนแปลง และบทบาทใหม่ในสังคม การที่บุคคลต้องเข้าสู่บทบาทใหม่ หรือการที่ไม่มีบทบาทใดๆในสังคม รวมถึงการเปลี่ยนแปลงในด้านอื่นๆที่มากขึ้นตามอายุขัยที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้เกิดความรู้สึกสูญเสียมากมาย ดังรายละเอียดต่อไปนี้ ( ดูตารางที่ 2.5 : 29 – 30 )

ตารางที่ 2.5 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และ สิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุที่เหมือนกัน  
ระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย

การเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	ผลกระทบ
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสูญเสียงานที่เคยทำ</li> <li>2. การสูญเสียตำแหน่ง อำนาจ หน้าที่</li> <li>3. การสูญเสียวิถีการดำเนินชีวิตประจำวันที่เคยชิน</li> <li>4. การสูญเสียบทบาท "ที่พึ่ง" กลายเป็น "พึ่งพา"</li> <li>5. การคาดการณ์บทบาทผู้สูงอายุในอนาคต</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำให้ต้องกำหนดชีวิตใหม่ว่าจะเป็นเช่นใด</li> <li>- ค่อยๆถดถอยออกจากสังคม เพื่อเป็นการลดภาวะกดดันทางสังคมบางประการ เนื่องจากเกิดความ รู้สึกสูญเสียบทบาทหน้าที่ของตนที่เคยมี รู้สึกขาดความมั่นใจในตนเอง หมดหวัง ท้อแท้ เกิดความ เครียด</li> <li>- บทบาทเป็นที่ปรึกษา , ผู้นำทางวิชาการ , ผู้นำทางสาธารณสุข , ผู้นำทางศาสนา และขนบธรรมเนียมประเพณี , ผู้นำทางการเมือง , ผู้นำทางศิลปะ , ผู้นำด้านองค์การสงเคราะห์ และสวัสดิการสังคม</li> </ul>
<ol style="list-style-type: none"> <li>6. ความต้องการ <ul style="list-style-type: none"> <li>- ด้านเศรษฐกิจ</li> <li>- ด้านที่อยู่อาศัย</li> <li>- ด้านความต้องการพื้นฐาน</li> <li>- ด้านความต้องการขั้นสูง</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ต้องการได้รับความช่วยเหลือทางการเงินจากบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง แต่ถ้ากล่าวถึงความมั่นคงทางสังคม ก็ต้องเป็นหน้าที่ของรัฐที่จะต้องมีการสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ทุกคนมีรายได้เมื่อถึงภาวะสูงอายุ</li> <li>- อาจจะอยู่ในบ้านของตนเอง หรือ บุตรหลาน ญาติพี่น้อง หรือในสถานสงเคราะห์ของรัฐบาลหรือเอกชน จากงานวิจัย (อมรรัตน์ เจริญชัยและคณะ. 2530) พบว่า ผู้สูงอายุในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่ต้องการมีที่อยู่อาศัยในเขตชานเมือง</li> <li>- ผู้สูงอายุพยายามมีชีวิตอยู่นานเท่านาน หรืออย่างน้อยก็อยู่ไปจนกว่าความพึงพอใจในสิ่งรอบตัวนั้นไม่มี ความหมายหรือเมื่อถึงแก่ความตาย การพยายามรักษาพลังและศักยภาพทางร่างกาย และสมองให้คงอยู่มากที่สุด และใช้ประโยชน์จากสิ่งดังกล่าวให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ รวมถึงพยายามป้องกัน และดำรงไว้ซึ่งสิทธิพิเศษที่เคยเป็นในชีวิตวัยต้น เช่น ความรู้ ทรัพย์สินสมบัติ เกียรติคุณและอำนาจ</li> <li>- มีลักษณะเปลี่ยนแปลงง่าย อาจเป็นความต้องการเฉพาะหน้า หรือระยะยาวหรือเป็นจุดหมายปลายทางของผู้สูงอายุ เป็นความต้องการที่สอดคล้องกับลักษณะสังคมและวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ การได้รับ</li> </ul>

ตารางที่ 2.5 ( ต่อ )

การเปลี่ยนแปลงด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม	ผลกระทบ
<p>- ด้านกิจกรรม</p>	<p>ความดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลานและครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของอีริกสัน (Erikson's Theory) ที่ว่า การพัฒนาด้านจิตวิทยาสังคมของผู้สูงอายุนั้น เป็นช่วงชีวิตที่ผู้สูงอายุจะรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า มั่นคง หรือท้อแท้หมดหวัง</p> <p>- ผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ ที่ได้จากการมีกิจกรรม และการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ทำให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และ มีความรู้สึกที่ตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม</p>

- ที่มา : 1. สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. สังคมวิทยาภาวะผู้สูงอายุ : ความเป็นจริงและการคาดการณ์ในสังคมไทย. 2539
2. เกียรติศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. 108 แผนชีวิต : สูตรด้านวิกฤตวัยชรา. 2543
3. สุภัตรา สุภาพ. 2526 : 35 ; อมรรัตน์ เจริญชัย และ คณะ. 2530
4. ปัญหาผู้สูงอายุและแนวทางแก้ไข. 2534 : 7 ; พันธุ์ทิพย์ รามสูต. 2527: 32 - 35

จากที่กล่าวมา พบว่า ผู้สูงอายุมิแนวนั้นที่มีบทบาทมากขึ้น มีกิจกรรมต่างๆมากขึ้น แต่เอกลักษณ์เฉพาะของสังคมไทยที่เป็นพื้นฐานความเชื่อทางพุทธศาสนา และความเชื่อท้องถิ่น จะทำให้การเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้สูงอายุในอนาคตไม่แตกต่างจากอดีตและปัจจุบัน และจากการศึกษาการทำงานบ้านของผู้สูงอายุ โดย ศิริวรรณ ศิริบุญ และมาลินี วงษ์สิทธิ์ ( 265 / 41 : 43 ) พบว่า งานที่ผู้สูงอายุมีส่วนทำมากมีตามลำดับ ดังนี้คือ

- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. เฝ้าบ้าน (ร้อยละ 90.6)           | 2. นั่งเล่น / นอนเล่น (ร้อยละ 78.5) |
| 3. ทำความสะอาดบ้าน (ร้อยละ 70.9)    | 4. ซักผ้า (ร้อยละ 62.0)             |
| 5. ทำกับข้าว (ร้อยละ 57.9)          | 6. ซื้ออาหาร (ร้อยละ 49.6)          |
| 7. ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 4.6) | 8. อ่านหนังสือ (ร้อยละ 2.8)         |
| 9. ทำสวน (ร้อยละ 2.1)               |                                     |

ผู้สูงอายุสามารถปรับปรุงบทบาทของตนเองให้มีความน่านับถือยกย่อง มีภาพพจน์ที่ดีได้ ( Bose, A.B. " Roles. 1992. No.129. ) ดังนี้

1. สามารถช่วยอบรมสั่งสอนดูแลเด็กเล็กในเรื่องของศีลธรรม ประวัติศาสตร์ ประเพณีทางสังคมวัฒนธรรม และเรื่องพื้นฐาน บทบาทของการเป็นปู่ ย่า ตา ยาย เป็นบทบาทที่อบอุ่น และเป็นส่วนเชื่อมต่อระหว่างสังคมวัฒนธรรม
2. ผู้สูงอายุเป็นผู้ประสานวัฒนธรรมเข้ากับความทันสมัย และดีต่อการดูแลสุขภาพโภชนาการ อารมณ์ และความต้องการอื่นๆ ของเด็กในทางที่ดีขึ้น
3. สามารถมีบทบาทในฐานะเพื่อน นักปรัชญา นักแนะแนว และสามารถเป็นนักศึกษาได้ในเวลาเดียวกัน โดยการมีปฏิสัมพันธ์กับคนวัยหนุ่มสาว ควรจะทำให้ช่องว่างระหว่างวัยลดลง
4. สามารถช่วยแก้ไขปัญหาความตึงเครียด และขัดแย้งภายในครอบครัว โดยใช้ประสบการณ์ที่มีมายาวนาน รวมทั้งการจัดการกับเหตุการณ์วิกฤต ซึ่งสามารถจะแสดงบทบาทที่เป็นไปได้ในทางบวก และใช้ความรู้ ความเข้าใจ ความชำนาญในการแก้ไข
5. สามารถเป็นผู้มีกิจกรรมทางเศรษฐกิจ โดยเป็นผู้ผลิตสินค้าและบริการ ซึ่งจะทำให้ประเทศชาติมีจำนวนผู้ผลิตเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้เป็นภาระ อันจะนำมาซึ่งรายได้ และให้บางสิ่งบางอย่างแก่ครอบครัวได้เพิ่มคุณค่าตนเอง มองภาพตนเองในทางบวก

ตารางที่ 2.6 บทบาทของผู้สูงอายุ ( Bose, A.B. " Roles, 1992. No.129. )

ตามแนวคิดสมัยใหม่	ตามแบบแผนประเพณีดั้งเดิม
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลักษณะทางเศรษฐกิจและสังคมของผู้สูงอายุ เปลี่ยนแปลงไปจากที่เคยเป็นในอดีต คือมีจำนวนมากที่มีระดับการศึกษาสูงขึ้น มีสถานภาพทางเศรษฐกิจดีขึ้น มีรายได้เป็นของตนเอง ประสบการณ์การทำงานและวิถีชีวิตแตกต่างจากรุ่นของบิดามารดาตนเอง โครงสร้างทางครอบครัวก็เปลี่ยนแปลงไป บุตรจะไม่อยู่ภายใต้การดูแลแนะนำ หรือการควบคุมของผู้สูงอายุ มักจะออกไปหางานทำที่เมืองอื่น หรือแยกครอบครัวออกไป</li> <li>- ผู้สูงอายุยอมรับแนวคิดใหม่เกี่ยวกับการเกษียณอายุการทำงานหลังอายุ 60 ปี ถอนตัวจากบทบาททางเศรษฐกิจ สังคม และจำกัดการใช้ชีวิตอยู่กับเรื่องศาสนา ใช้เวลาว่างอย่างมีความสุข ไม่ปล่อยให้เวลาผ่านไป</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้สูงอายุมีสิ่งที่สนใจอยู่เพียง 2-3 อย่าง คือ ศาสนา และความต้องการทางจิตใจ มักจะชอบอยู่ลำพัง และมักจะชอบร่วมกลุ่มกับผู้สูงอายุด้วยกัน</li> <li>- ผู้สูงอายุจะเรียกร้องความสนใจ ลำสมัย ไม่ค่อยจะเต็มใจที่จะปรับแนวคิด ค่านิยม หรือวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป ระดับการศึกษาและความรู้ก็มักจะล้าหลัง จึงเกิดช่องว่างระหว่างวัยกับคนหนุ่มสาว</li> <li>- ผู้สูงอายุเป็นภาระแก่ครอบครัว และต้องการการดูแลจากครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งต้องเอาใจใส่สุขภาพของผู้สูงอายุ</li> </ul>

## ตารางที่ 2.6 ( ต่อ )

ตามแนวคิดสมัยใหม่	ตามแบบแผนประเพณีดั้งเดิม
- ผู้สูงอายุจำนวนมากต้องการใช้ชีวิตเพื่อความสำเร็จของครอบครัวและชุมชน	- ผู้สูงอายุเป็นประชากรที่ไม่มีกำลังการผลิตแล้วเป็นภาระในแง่ที่ว่าต้องมีเงินก้อนหนึ่ง ที่จะไว้ใช้ดูแลตนเองในยามที่ไม่สามารถมีกำลังการผลิต ยิ่ง กว่านั้นผู้สูงอายุยังเป็นกำลังประชากรที่ยังต้องใช้จ่ายเงินอยู่ด้วย

ที่มา : Bose, A.B. " Roles of Local Level Elderlies in Respect of Their Families and Comminities", September, 1992.

## ตารางที่ 2.7 ลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านสังคม และ สิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุที่แตกต่างกันระหว่างเพศหญิง และ เพศชาย

การเปลี่ยนแปลง	เพศหญิง	เพศชาย
1. เศรษฐกิจ - การประกอบอาชีพ		- มีอัตราการทำงานในเชิงเศรษฐกิจมากกว่าหญิง
2. สังคม - สถานภาพ - การศึกษา - ค่านิยม - บรรทัดฐานทางสังคม	- เป็นหม้ายมากกว่าชาย - นิยมไปวัดมากกว่าเพศชาย	- มีระดับการศึกษามากกว่าหญิง - จะทำงานเล็กๆน้อย และมักจะรวมกลุ่มกันทำงานเพื่อส่วนรวม - เป็นหัวหน้าครัวเรือน

ที่มา : 1. นภาพร ชโยวรรณ และคณะ. 2532 : 16

2. สมศักดิ์ ศรีสันติสุข และสุวรรณ บัวทวน. 2528; สมศักดิ์ ศรีสันติสุข และคณะ. 2535

สถิติการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในประเทศไทย ( การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2537 โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติ ) พบว่า

1. ผู้สูงอายุในประเทศไทยเกือบทั้งหมด ( ร้อยละ 96.4 ) อยู่อาศัยในบ้านหลายคนคือ ไม่ได้อาศัยอยู่ลำพังคนเดียว
2. ผู้สูงอายุกว่าครึ่ง ( ร้อยละ 58.0 ) มีฐานะเป็นหัวหน้าครัวเรือน

3. ร้อยละ 23.7 มีฐานะเป็นสามีหรือภรรยาของหัวหน้าครัวเรือน

4. ร้อยละ 15.0 เป็นบิดา หรือมารดาของหัวหน้าครัวเรือน นอกนั้นเป็นญาติหรือผู้อาศัย

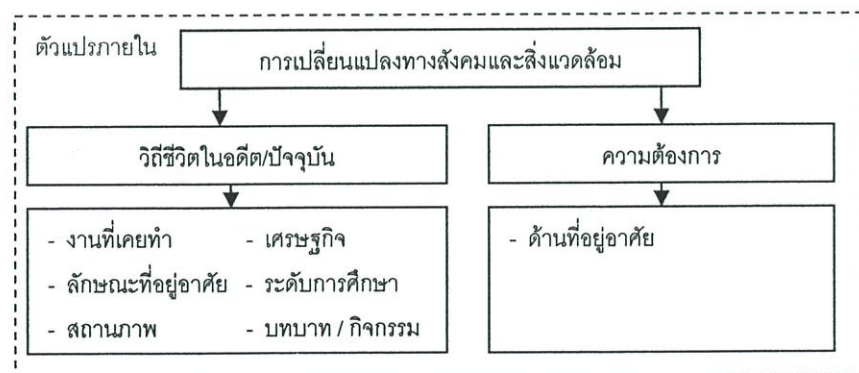
5. การเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยนั้น พบว่า ผู้สูงอายุกว่าครึ่ง ( ร้อยละ 63.9 ) เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยของตนเอง

จากการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2537 ( สำนักสถิติแห่งชาติ. 2539) เกี่ยวกับปัญหาการอยู่อาศัยคนเดียวของผู้สูงอายุ พบว่า

1. ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวส่วนใหญ่ ( ร้อยละ 80.1 ) ไม่มีปัญหาในการอยู่คนเดียว

2. ร้อยละ 19.9 มีปัญหาในการอยู่คนเดียว โดยปัญหาที่มีคือ ไม่มีคนดูแลเมื่อเจ็บป่วย , เหนงา , ต้องช่วยเหลือตนเองในการดำรงชีวิต , มีปัญหาด้านการเงินต้องหาเลี้ยงชีพตนเอง

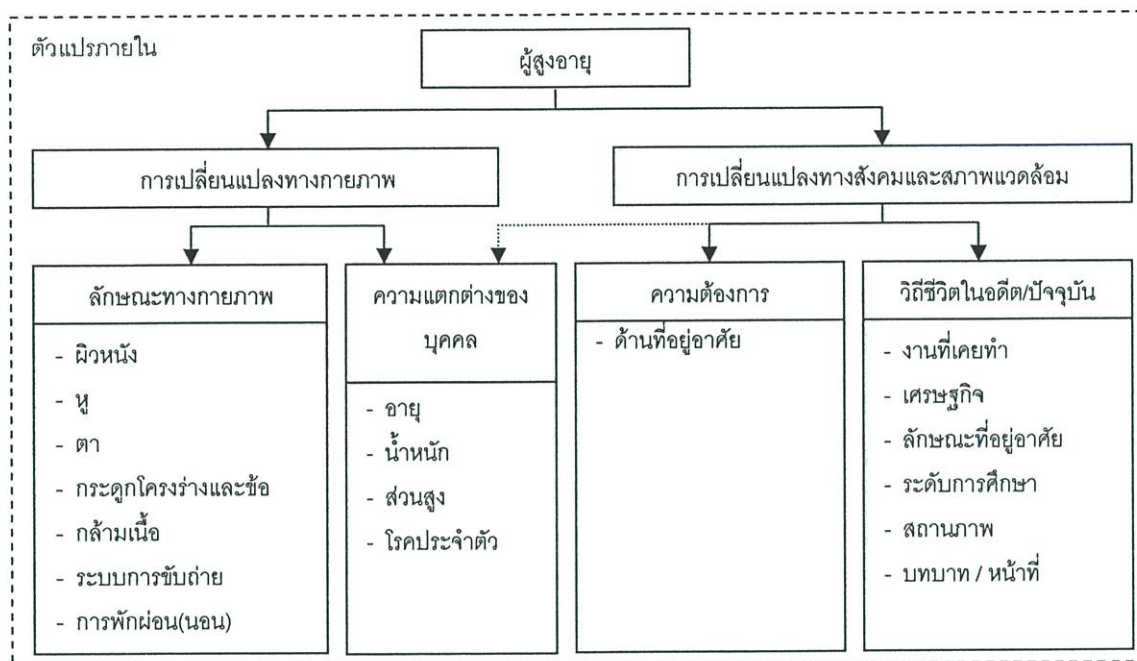
ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และสิ่งแวดล้อมของผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับข้อจำกัดต่างๆที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลง ได้แก่ งานที่เคยทำ , วิถีการดำเนินชีวิต , เศรษฐกิจ , ลักษณะที่อยู่อาศัย , ความรู้ , สถานภาพ , ค่านิยม , บรรทัดฐาน , บทบาทและกิจกรรมทางสังคม โดยสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.9 : 33 )



ภาพที่ 2.9 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับลักษณะการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพ สังคม และวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ โดยสามารถพิจารณาปัจจัยต่างๆ และใช้เป็นแนวทางในการกำหนด

ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการออกแบบ และมีความสอดคล้องในการวิจัยครั้งนี้ ในลักษณะของแผนภูมิดังต่อไปนี้ ( ภาพที่ 2.10 : 34 )



ภาพที่ 2.10 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ สังคม และ สภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ

#### 2.1.4 สาเหตุและที่มาของภาวะต่างๆในผู้สูงอายุ

นอกจากการศึกษาลักษณะการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุแล้ว ยังพบว่าการศึกษสาเหตุและที่มาของภาวะต่างๆในผู้สูงอายุนั้น มีความจำเป็นอย่างมากในการสร้างความเข้าใจและให้ความสำคัญในผู้สูงอายุได้มากขึ้น การศึกษาลักษณะของการเกิดภาวะต่างๆในผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นตามกระบวนการธรรมชาติ และจากสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ทั้งนี้เพื่อให้สามารถเข้าใจถึงสาเหตุ และที่มาของภาวะต่างๆของผู้สูงอายุ ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 ) รวมถึงการเกิดอุบัติเหตุ และแนวทางในการป้องกันขั้นพื้นฐาน ( บรรลุ ศิริพานิช. 2543 ) โดยสามารถอธิบายรายละเอียดได้ 3 ส่วน ดังนี้

##### 2.1.4.1 ภาวะทุพพลภาพ

##### 2.1.4.2 ภาวะการกลั้นปัสสาวะไม่ได้

##### 2.1.4.3 กระบวนการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยทั่วไป

### 2.1.4.1 ภาวะทุพพลภาพ

ภาวะทุพพลภาพ เกิดขึ้นได้จากทั้งปัจจัยอายุและปัจจัยสภาพแวดล้อม รวมถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่มีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อม เช่น

1. ผู้สูงอายุบางคนไม่อาจลุกขึ้นยืนจากการนั่งเก้าอี้ที่เตี้ย ซึ่งมีเบาะอ่อนยวบ และไม่มีเท้าแขน แต่จะสามารถดันตัวเองขึ้นยืนได้ ถ้าหากเก้าอี้ที่นั่งมีความสูงพอเหมาะ เบาะนั่งไม่ยุบยวบจนเกินไป และมีที่เท้าแขนให้จับยึด และอีกตัวอย่างหนึ่งที่ได้ชัดคือ บ้านใดทางลาด หรือห้องสุขาที่จัดทำสำหรับคนทุพพลภาพหรือผู้สูงอายุ ในสถานที่ต่างๆจะต้องมีการออกแบบที่เหมาะสมสำหรับการใช้งาน สภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุนั้น อาจก่อให้เกิดภาวะทุพพลภาพ และภาวะด้อยโอกาสได้มากขึ้น ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 99 )

2. การหกล้ม ( falls ) ในผู้สูงอายุเป็นปัญหาสำคัญ โดยสาเหตุของการหกล้ม นั้นอาจเกิดขึ้นจากปัญหาทางสุขภาพที่เป็นปัจจัยภายใน เช่น การตอบสนองช้าลง , สายตาแยลง , การทรงตัวไม่ดี เป็นต้น และสภาพแวดล้อมที่เป็นปัจจัยภายนอก เช่น แสงสว่างไม่เพียงพอ , พื้นที่ลื่น ขรุขระหรือมีสิ่งกีดขวางทางเดิน , เฟอร์นิเจอร์ที่ไม่มั่นคงเวลาจับ และวางในที่ที่ไม่เหมาะสม เมื่อพยางค์จะทำให้หกล้มได้ , ไม่ควรมีธรณีประตู ถ้ามีควรทาสีให้ชัดเจน , ผังหรือที่จับยึดบริเวณบันได รวมถึงตำแหน่งของสวิทช์ไฟ หรือในห้องสุขาที่ไม่เหมาะสม หรือไม่เพียงพอ , มีน้ำ – ลื่น , วัสดุของใช้ไม่เหมาะสม , ห้องสุขาเป็นแบบนั่งยอง เป็นต้น ( บรรลุ ศิริพานิช. 2543 : 66 – 69 ) และ ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 134 -138 ) และรวมถึงวัฒนธรรมความเป็นอยู่ของคนไทยนั้น ผู้สูงอายุจะนั่งอยู่กับพื้น และนิยมการถัดตัวเพื่อเอื้อมหยิบสิ่งต่างๆมากกว่าลุกเดิน ซึ่งจะทำให้อัตราการหกล้มในบ้านต่ำกว่านอกบ้าน และมีแนวโน้มที่ผู้สูง อายุที่อายุมากขึ้นจะมีการลุกเดินในบ้านลดลง

### 2.1.4.2 ภาวะการกลั้นปัสสาวะไม่ได้

ปัญหาการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ เป็นปัญหาสำคัญของผู้สูงอายุไทย มีผลกระทบต่อจิตใจ และ สถานะทางสังคมอย่างมาก จากการศึกษาพบว่า สภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่เป็นสาเหตุของการกลั้นปัสสาวะไม่ได้ เช่น ตำแหน่งที่ตั้งของห้องสุขาอยู่ไกล หรือไปถึงโดยลำบาก , ห้องสุขาที่มีลักษณะไม่เหมาะสม , สภาพทางเดินไปยังห้องสุขา , แสงสว่างส่องทางเดิน , อุณหภูมิในห้องต่ำหรือมีลมโกรกเย็น , มีเสียงหรือเห็นน้ำไหล , รวมถึงเครื่องเรือนที่มีความสูง หรือลักษณะที่ไม่เหมาะสม เช่น เตี้ย เก้าอี้ เป็นต้น ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 144 – 145 )

### 2.1.4.3 กระบวนการฟื้นฟูสมรรถภาพโดยทั่วไป

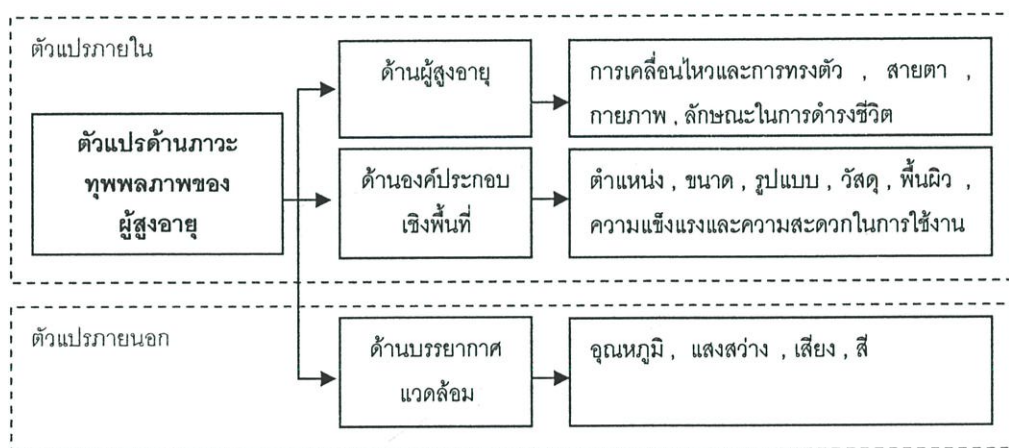
การปรับสภาพแวดล้อมโดยเฉพาะในบริเวณที่อยู่อาศัย การใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือต่างๆ เป็นกระบวนการฟื้นฟูสมรรถภาพอย่างหนึ่งที่สำคัญ เช่น การปรับแต่งความสูงของเตียง และเก้าอี้

การทำพื้นลาดเอียงเพื่อให้นารถเข็นขึ้น - ลงได้ และการทำราวจับยึดเป็นอุปกรณ์ช่วยเหลือในการเคลื่อนที่ เช่น ไม้เท้า หรือเก้าอี้เข็น รวมถึงอุปกรณ์ที่ช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวันต่างๆ ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 228 – 229 )

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสาเหตุและที่มาของภาวะทุพพลภาพของผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับข้อจำกัดของผู้สูงอายุ และองค์ประกอบเชิงพื้นที่ภายในสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ดังนี้

1. ด้านผู้สูงอายุ การเคลื่อนไหวและการทรงตัว , สายตา , กายภาพ , วัฒนธรรมในการดำรงชีวิต
2. ด้านองค์ประกอบเชิงพื้นที่ภายในสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ขึ้นอยู่กับ ตำแหน่ง , ขนาด , รูปแบบ , วัสดุ , พื้นผิว , ความแข็งแรง และความสะดวกและปลอดภัยในการใช้งาน
3. ด้านบรรยากาศแวดล้อมภายในสภาพแวดล้อมที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ขึ้นอยู่กับ , อุณหภูมิ , แสงสว่าง , เสียง , สี

โดยสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.11 : 36 )



ภาพที่ 2.11 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสาเหตุ และ ที่มาของภาวะทุพพลภาพของผู้สูงอายุ

### 2.1.5 จิตวิทยาผู้สูงอายุ

ถึงแม้การศึกษาครั้งนี้ ไม่มุ่งเน้นด้านจิตวิทยาของผู้สูงอายุ แต่การทำความเข้าใจถึงสาเหตุต่างๆที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยา ก็ยังมีความจำเป็น และควรทราบ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน ดังนั้นการศึกษาจิตวิทยาผู้สูงอายุ ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ การยอมรับและการตอบสนองของผู้สูงอายุต่อพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย และจากการศึกษาเอกสารทางการแพทย์เกี่ยวกับกระบวนการชราของภาวะจิตใจของผู้สูงอายุ ( สุทธิชัย จิ

ตะพันธ์กุล. 2544 ) ได้กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของภาวะจิตใจ และจากการศึกษาถึงกระบวนการ ภาวะสูงอายุทางจิตวิทยา และทฤษฎีด้านจิตวิทยาสังคม ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 ) ที่กล่าวถึง การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจและอารมณ์ ความเครียดและความต้องการของผู้สูงอายุว่า ภาวะสูงอายุทางจิตใจ ( psychological ageing ) หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวตาม สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้มากยิ่งขึ้น ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ การรับรู้ การ แก้ปัญหา ทักษะคิด ตลอดจนบุคลิกภาพ ทำให้สามารถรวบรวมลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้าน จิตใจของผู้สูงอายุ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1.5.1 เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ ( 108 แผนชีวิต : สูตรด้านวิกฤตวัยชรา. 2543 ) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของผู้สูงอายุนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลัก 5 ประการ ได้แก่

ปัจจัยที่ 1 ผลกระทบจากความเสื่อมทางร่างกาย มีผลทำให้เกิดอาการซึมเศร้า และเกิดการสูญเสียความสามารถในการเรียนรู้ และเข้าใจ มีความหงุดหงิด และความเครียด รู้สึกว่าตนเองด้อยค่าและสิ้นหวัง และอาจมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น เนื่องจากสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น ผู้พักอาศัยในอาคารสูง เป็นต้น

ปัจจัยที่ 2 ความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง อันเป็นผลจาก ลักษณะทางกายภาพเปลี่ยนไป การแยกครอบครัวของบุตร การสูญเสียคู่ครอง หรืองานที่เคยทำ ถ้าผู้สูงอายุสามารถปรับตัวยอมรับสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น และปรับตัวได้อย่างสอดคล้อง จะช่วยลดปัญหาด้านสุขภาพจิตได้ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีความต่อเนื่อง ( Continuity Theory ) ที่ว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุข เมื่อได้ทำกิจกรรมเช่นที่เคยกระทำมาก่อน และกล่าวถึงพฤติกรรมของ ผู้สูงอายุอย่างกว้างๆว่า จะต้องปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงมากมายที่เกิดขึ้นในสังคม

ปัจจัยที่ 3 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ในเรื่องหลัก 6 เรื่อง ได้แก่ การเตรียมความพร้อมในการยอมรับสภาพความเป็นจริง , ด้านสุขภาพ , ด้านจิตใจ , ด้าน เศรษฐกิจ , ด้านเป้าหมายชีวิต และ สุดท้ายคือ ด้านที่อยู่อาศัย เหล่านี้จะทำให้เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ แล้ว จะไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพจิตมากนัก

ปัจจัยที่ 4 ความรู้สึกประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว การที่บุคคลที่ไม่ประสบความสำเร็จในช่วงวัยทำงาน การประสบกับภาวะความล้มเหลวในชีวิตก่อนเข้าสู่วัยบั้นปลาย จะ ทำให้บุคคลนั้นเกิดความท้อแท้ในชีวิต เกิดความรู้สึกกลังโทษตนเอง ทำให้เข้าสู่วัยชราพร้อมกับ ความสิ้นหวังมากกว่าความภูมิใจในตนเอง

ปัจจัยที่ 5 ได้รับการตอบสนองด้านความต้องการพื้นฐาน โดยผู้สูงอายุที่มี ฐานะทางเศรษฐกิจดี อาหารดี ที่พักอาศัยดี มีลูกหลานคอยดูแล มีบทบาทหน้าที่ในครอบครัว หรือสังคม จะส่งผลให้มีสภาพจิตดี รู้สึกว่าตนเองมีค่า และมีกำลังใจในการดำรงชีวิต ซึ่งตรงข้าม กับผู้สูงอายุที่ขาดสิ่งเหล่านี้ จะส่งผลต่อสภาพจิตใจในด้านลบ

2.1.5.2 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ค่อยๆ ถดถอยออกจากสังคม เพื่อเป็นการลดภาวะกดดันทางสังคมบางประการ ( ทฤษฎีการถดถอย หรือ Disengagement Theory ) เนื่องจากเกิดความรู้สึกสูญเสียบทบาทหน้าที่ของตนที่เคยมี เกิดการขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกหมดหวัง ท้อแท้ ซึ่งพบว่ามักเกิดขึ้นในผู้สูงอายุเพศชายมากกว่าเพศหญิง

2.1.5.3 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเครียด อันเกิดจากความเสื่อมโทรมของร่างกายที่ทำให้ต้องพึ่งพาผู้อื่น รู้สึกว่าตนมีความสามารถลดลง มีโรคประจำตัวต่างๆ รวมถึงการออกจากงานทำให้ตนเองรู้สึกว่างเปล่าไม่มีอะไรทำ เกิดอาการซึมเศร้า

2.1.5.4 ผู้สูงอายุมีความต้องการ 2 ประการ ( สุภัตรา สุภาพ. 2526 : 35 ) คือ

ประการที่ 1 ความต้องการด้านเศรษฐกิจ ที่ต้องการได้รับความช่วยเหลือด้านการเงินจากบุตรหลานหรือญาติพี่น้อง แต่ถ้ากล่าวถึงความมั่นคงทางสังคม ก็ต้องเป็นหน้าที่ของรัฐที่จะต้องมีการสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ทุกคนมีรายได้เมื่อถึงภาวะสูงอายุ

ประการที่ 2 ความต้องการด้านที่อยู่อาศัย โดยอาจจะอยู่ในบ้านของตนเองหรือบุตรหลาน ญาติพี่น้องหรือในสถานสงเคราะห์ของรัฐหรือเอกชน จากงานวิจัยของอมรรัตน์ เจริญชัย และคณะ ( 2530 ) พบว่า ผู้สูงอายุในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่ต้องการมีที่อยู่อาศัยในเขตชานเมือง ( ปัญหาผู้สูงอายุและแนวทางแก้ไข. 2534 : 7 )

2.1.5.5 พันธุ์ทิพย์ รามสูต ( 2527 : 32 – 35 ) ได้กล่าวถึงแนวทางการศึกษาความต้องการของผู้สูงอายุ โดยจำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ

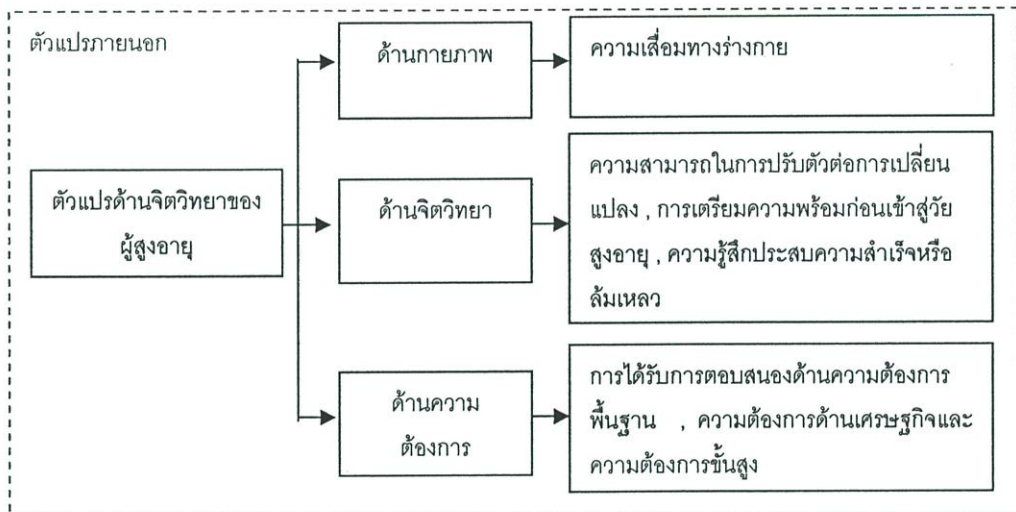
ประเภทที่ 1 ความต้องการพื้นฐานโดยผู้สูงอายุพยายามมีชีวิตอยู่นานเท่านานหรืออย่างน้อยก็อยู่ไปจนกว่าความพึงพอใจในสิ่งรอบตัวนั้นไม่มีความหมาย หรือเมื่อถึงแก่ความตาย การพยายามรักษาพลังและศักยภาพทางร่างกายและสมองให้คงอยู่มากที่สุด และใช้ประโยชน์จากสิ่งดังกล่าวให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ รวมถึงพยายามป้องกันและดำรงไว้ซึ่งสิทธิพิเศษที่เคยเป็นในชีวิตวัยต้น เช่น ความรู้ ทักษะสมบัติ เกียรติคุณ และอำนาจ

ประเภทที่ 2 ความต้องการขั้นสูง เป็นความต้องการที่มีลักษณะเปลี่ยนแปลงง่าย อาจเป็นความต้องการเฉพาะหน้า หรือระยะยาวหรือเป็นจุดหมายปลายทางของผู้สูงอายุ เป็นความต้องการที่สอดคล้องกับลักษณะสังคม และวัฒนธรรมของผู้สูงอายุที่เข้ากับวิถีชีวิตของตนเอง การได้รับความดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลานและครอบครัว. ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของอีริกสัน ( Erikson's Theory ) ที่ว่า การพัฒนาด้านจิตวิทยาสังคมของผู้สูงอายุนั้น เป็นช่วงชีวิตที่ผู้สูงอายุจะรู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่า มั่นคงหรือท้อแท้หมดหวัง สำหรับบุคคลที่มีความรู้สึกกว่า ชีวิตนั้นมีคุณค่า ถ้ามีความมั่นคง ก็จะมีความรู้สึกพึงพอใจในผลของความ สำเร็จจากช่วงที่ผ่านมา และเกิดความรู้สึกเป็นสุขสงบทางใจ และสามารถยอมรับได้ในเรื่องความตายว่าเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ในทาง

กลับกันผู้สูงอายุที่ไม่ยอมรับ จะเกิดความท้อถอย สิ้นหวัง คับข้องใจ รู้สึกว่าตนไม่มีคุณค่า และความสามารถที่จะเผชิญกับภาวะสูงอายุลดน้อยลง

2.1.5.6 ทฤษฎีการทำกิจกรรม ( Activity Theory ) เชื่อว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งทางร่างกาย และจิตใจ ที่ได้จากการมีกิจกรรม และการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ทำให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และมีความรู้สึกว่าเป็นประโยชน์ต่อสังคม

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านจิตวิทยาของผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความเสื่อมทางร่างกาย , ความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง , การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ , ความรู้สึกประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว , การได้รับการตอบสนองด้านความต้องการพื้นฐาน , ความต้องการด้านเศรษฐกิจ และ ความต้องการขั้นสูง โดยสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ภาพที่ 2.12 : 39 )



ภาพที่ 2.12 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาของผู้สูงอายุ

หมายเหตุ : จากประเด็นปัญหาของการศึกษาคั้งนี้ มุ่งเน้นในการแก้ปัญหาด้านที่อยู่อาศัยโดยหาแนวทางในการออกแบบที่เหมาะสม จึงยกประเด็นด้านกายภาพ และด้านสภาพแวดล้อมเป็นหลักใหญ่ในการดำเนินการวิจัย ดังนั้นตัวแปรที่ได้จากปัจจัยทางจิตวิทยาผู้สูงอายุ จึงขอเสนอไว้ในบทนี้เพื่อเป็นพื้นฐานความรู้ความเข้าใจ และไม่นำมาเป็นส่วนหนึ่งของตัวแปรการวิจัยชุดนี้

## 2.2 แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

การศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วยประเด็นที่เกี่ยวข้อง 4 ประเด็น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### 2.2.1 นโยบาย และแนวทางต่างๆของภาครัฐที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาเอกสารด้านนโยบายของรัฐ ที่เกี่ยวกับการวางแผน และแนวทางการดำเนินงาน ( กุศล สุนทรธาดา. จุดเปลี่ยนนโยบายประชากรของไทย ) และการกำหนดนโยบายผู้สูงอายุ ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 ) และ ( สาระสำคัญของนโยบาย และมาตรการสำหรับผู้สูงอายุระยะยาว. 2535 ) ที่กล่าวถึงสภาพปัญหาและกรอบแนวคิดพื้นฐานด้านผู้สูงอายุที่เกี่ยวข้องกับที่อยู่อาศัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.2.1.1 นโยบาย และมาตรการด้านจัดสวัสดิการทางสังคมให้แก่ผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องได้แก่

1. ด้านสวัสดิการเกี่ยวกับที่พักอาศัย สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และนันทนาการ ได้แก่ การสร้างอาคารโดยการจัดสรรให้มีโครงการสร้างที่อำนวยความสะดวกต่อผู้สูงอายุ และให้มีห้อง / เนื้อที่เพิ่มอย่างเหมาะสมสำหรับครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอยู่ด้วย , จัดบริการที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยหรือไม่มีรายได้และไม่มีผู้อุปการะ , สนับสนุนหน่วยงานเอกชนในการจัดสร้างที่พักอาศัยตามความต้องการและความเหมาะสมของผู้สูงอายุ , จัดบริเวณและอุปกรณ์ที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกาย และการพักผ่อนหย่อนใจสำหรับผู้สูงอายุ

2. ด้านอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

- การรณรงค์ให้ครอบครัวเป็นศูนย์กลางของสมาชิก เพื่อแก้ไขปัญหาระยะยาวในเรื่องของรูปแบบที่อยู่อาศัยของครอบครัว ให้มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ และสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ( กุศล สุนทรธาดา : 316 ) อันเนื่องมาจากการส่งเสริมให้สถาบันครอบครัว มีบทบาทในการดูแล และเลี้ยงดูผู้สูงอายุ

- การวางแผนการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุในด้านบ้านพักคนชรา ( สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539 : 120 )

- มาตรการเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยในด้านอาคาร จัดสรรให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกต่อผู้สูงอายุ ให้มีห้อง และมีเนื้อที่อย่างเหมาะสมสำหรับครอบครัวที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ด้วย โดยการจัดทำราวบันไดทางเดิน , ราวห้องน้ำและทางลาดในอาคารพักอาศัย รวมถึงการจัดบริเวณ

และอุปกรณ์ที่เหมาะสมสำหรับการออกกำลังกายและพักผ่อนหย่อนใจ ( สาระสำคัญของนโยบาย และมาตรการสำหรับผู้สูงอายุระยะยาว. 2535 : 15 – 16 )

2.2.1.2 การศึกษานโยบายและแนวทางต่างๆของภาครัฐ ที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุหรือสวัสดิการสังคม โดยภาครัฐบาลเป็นแนวทางการศึกษาเพื่อให้บริการ และสร้างความเข้าใจในกรอบนโยบายต่างๆที่ภาครัฐบาลมีต่อการจัดการด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยมีขอบเขตที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ได้แก่ การบริการสังคม ( Social Services ) ในด้านที่อยู่อาศัย ( Housing )

1. นโยบาย และมาตรการเพื่อที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในแผนระยะยาวแห่งชาติสำหรับผู้สูงอายุ ฉบับที่ 1 ( 2525 – 2544 ) ได้กำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ คือ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุทั่วไปในรูปแบบศูนย์บริการด้านสังคมส่งเสริม การรักษาพยาบาล กายภาพบำบัด และที่อยู่อาศัย

2. แผนระยะยาวแห่งชาติสำหรับผู้สูงอายุ ฉบับที่ 2 ( 2545 – 2564 ) ให้ความสำคัญต่อที่อยู่อาศัย และสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องมากยิ่งขึ้น โดยกำหนดมาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้มีที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม ปลอดภัย ด้วยการกำหนดมาตรฐานขั้นต่ำขึ้น

สำหรับนโยบายผู้สูงอายุในประเทศไทย รัฐวางแผนดำเนินการจัดตั้งคณะกรรมการผู้สูงอายุเพื่อวางนโยบายในระดับประเทศ การวางนโยบายเป็นหน้าที่ของคณะกรรมการ ซึ่งจะต้องเป็นนโยบายการกระจายอำนาจ และการจัดสรรภารกิจ จะต้องกระทำอย่างเหมาะสม ทั้งในด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและบุคลากร การดำเนินงานจะต้องได้รับความร่วมมือจากฝ่ายต่างๆ โดยเฉพาะในด้านการเมืองและงบประมาณ การดำเนินนโยบายในด้านอื่นๆที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ด้านการศึกษา แรงงานและกฎหมาย นอกจากนี้ จัดแผนการดำเนินงานเฉพาะกิจ หรืองานด้านเทคนิค เช่น การให้การศึกษาดูงาน การวิจัยและงานด้านข้อมูลสารสนเทศ

จากนโยบายและมาตรการระยะยาวของภาครัฐบาลพบว่าหน่วยงานต่างๆทั้งด้านวิชาการ ด้านการพัฒนา และด้านอื่นๆทั้งภาครัฐและเอกชน เห็นถึงความสำคัญของผู้สูงอายุ มีการร่วมมือและมีความสำนึกในการรับผิดชอบต่อสังคมส่วนรวมมากขึ้น และการวิจัยชุดนี้ก็เป็นส่วนหนึ่งของสำนึกรับผิดชอบต่อสังคมเช่นเดียวกัน

## 2.2.2 หลักการจัดการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

จากการคาดการณ์ถึงลักษณะของผู้สูงอายุในอนาคตว่าจะมีความต้องการอยู่อาศัยคนเดียวเพิ่มมากขึ้นหรือต้องอยู่คนเดียว เนื่องจากปัญหาทางเศรษฐกิจของครอบครัวที่บุตรหลานต้องออกไปทำงานนอกบ้าน โดยเฉพาะในเขตเมือง ( กรุงเทพมหานคร ) ทำให้หน่วยงานหรือผู้ที่มี

ความเกี่ยวข้องในการจัดการด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายใน หันมาให้ความสนใจด้านการจัดการที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุมากขึ้น

รองศาสตราจารย์ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร ได้นำบทความของ Mary Marshall. *Social Work with Older People*. 3<sup>rd</sup> ( London, Macmillan press 1996 ) pp. 129 - 137 ที่กล่าวถึงผู้สูงอายุดังนี้

“ สถานภาพและบทบาทในสังคมของผู้สูงอายุที่ปรากฏให้เห็นในกิจวัตรในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ คือ กิจกรรมภายในบ้าน และกิจกรรมทางศาสนา เป็นบทบาทที่เกิดขึ้นตามการรับรู้และความเข้าใจของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุคาดคิดว่าบทบาทของตนเองในช่วงเข้าสู่วัยสูงอายุควรเป็นอย่างไร ทั้งนี้ย่อมเกี่ยวข้องกับทัศนคติ ค่านิยม หรือบุคลิกภาพและประสบการณ์ของผู้สูงอายุแต่ละคน ” ( ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. *สวัสดิการผู้สูงอายุ*. 2544 : 16 )

ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้มีความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของผู้สูงอายุโดยตรงจึงมีความจำเป็นที่จะต้องให้ความสำคัญในการศึกษาข้อมูลที่เป็นภูมิหลัง และประสบการณ์ของผู้สูงอายุ เพื่อให้เข้าใจถึงสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมที่ชัดเจนมากที่สุด

การจัดการสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุนั้น มีองค์ประกอบที่ซับซ้อนและประกอบด้วยปัจจัยในด้านต่างๆ เพื่อให้สภาพแวดล้อมนั้นมีความเหมาะสมกับการดำเนินชีวิตในการศึกษาส่วนนี้ จึงขออ้างอิงเอกสารของรองศาสตราจารย์ ศศิพัฒน์ ยอดเพชร ( *สวัสดิการผู้สูงอายุ*. 2544 ) ที่กล่าวไว้ในบทที่ 2 *สภาวะแวดล้อมและการจัดการด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ* ( หน้า 23 – 38 ) ดังต่อไปนี้

1. สภาวะแวดล้อม ( สภาพแวดล้อม ) คือ สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับบุคคลด้านกายภาพ เช่น การจัดตั้งที่อยู่อาศัย บริเวณโดยรอบ สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ รวมทั้งบริการสาธารณะบางประเภทด้วย

2. ที่อยู่อาศัย หมายถึง สถานที่อยู่ของบุคคลหรือครอบครัว ซึ่งอาจเป็นบ้าน สถานสงเคราะห์ สถานพักฟื้น ทั้งประเภทส่วนตัว หรือของภาครัฐหรือเอกชนทั้งประเภทถาวร และชั่วคราว

โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวบุคคล , สถานการณ์ , สภาวะอื่นๆที่เกี่ยวข้อง การที่บุคคลปรับปรุงสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้เกิดความสมดุลกับการดำรงชีวิตที่แตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ ประสบการณ์ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ และรูปแบบการจัดการ สิ่งเหล่านี้นำมาซึ่งสภาพปัญหาด้านสภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัย โดยสรุปเป็นหัวข้อได้ดังนี้

2.2.2.1 การเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อผู้สูงอายุ

2.2.2.2 การจัดการด้านสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ

2.2.2.1 การเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อผู้สูงอายุ

สภาพแวดล้อมมีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต โดยเริ่มจากการก่อสร้าง การตกแต่ง อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ดังนั้น การจัดสภาพแวดล้อม ( Environmental Design ) จึงหมายถึง การวางแผนและการดำเนินการแทรกแซง เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสภาพแวดล้อมทั้งหมด โดยมุ่งให้บุคคลเกิดการปรับเปลี่ยนและพัฒนาสิ่งใหม่ขึ้น เพื่อนำไปสู่สิ่งที่ดีและเหมาะสมกว่า ( ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544 : 24 ) กล่าวถึงสภาพแวดล้อม ในตอนหนึ่งว่า

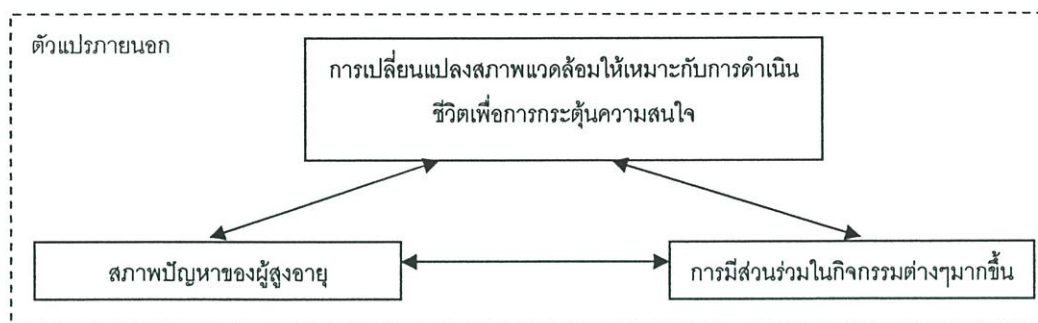
“ สภาพแวดล้อมมีผลกระทบต่อพฤติกรรม และชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคลเป็นอย่างมาก สภาพแวดล้อมมีความซับซ้อนประกอบด้วยปัจจัยหลายด้าน ทั้งด้านตัวบุคคลสถานการณ์ และสภาพแวดล้อมอื่นที่เกี่ยวข้อง มนุษย์มีการเคลื่อนไหว มีการรับรู้ มีการสังสรรค์ประสมการณ์ และพยายามที่จะสร้างกฎเกณฑ์ที่เป็นเอกภาพในด้านการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมให้เกิดความสมดุลกับความต้องการ เพื่อให้บรรลุซึ่งความมั่นคงในชีวิต ด้วยการตอบสนองของเอาใจใส่ และปรับปรุงสภาพแวดล้อมให้เกิดความพึงพอใจ และเหมาะสมกับความต้องการของตน ”

ซึ่งผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุนั้น จะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัว และสภาพแวดล้อมที่มีคุณภาพจะมีผลต่อการเกิดพฤติกรรม และในทางตรงข้ามถ้าสภาพแวดล้อมไม่มีคุณภาพจะไม่เอื้อต่อภาวะความเป็นส่วนตัว

2.2.2.2 การจัดการด้านสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ

จากภาวะความเสื่อมถอยในด้านต่างๆของผู้สูงอายุ ทำให้มีความจำเป็นในการจัดการด้านที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยพิจารณาสภาพแวดล้อม 3 ประเภท ( ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544 : 25 ) ดังนี้

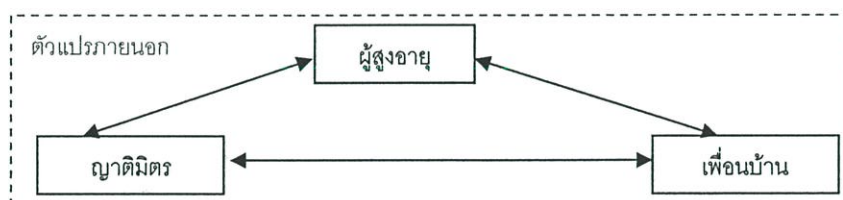
1. สภาพแวดล้อมส่วนบุคคล ( Individual environment ) ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจและศักยภาพของแต่ละบุคคล การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ จะช่วยกระตุ้นความสนใจและก่อให้เกิดกิจกรรมต่างๆขึ้น โดยการปรับเปลี่ยนควรรำคาญถึงภาวะความเสื่อมถอยทางร่างกาย และส่วนของสภาพแวดล้อมควรรำคาญถึง แสงสว่าง สี สัน เครื่องเรือน เครื่องตกแต่งบ้าน อุปกรณ์ต่างๆภายในบ้าน ดังนั้น การจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ จึงควรพิจารณาดังนี้ ( คูภาพที่ 2.13 : 44 )



ภาพที่ 2.13 ความสัมพันธ์ในการพิจารณาสภาพแวดล้อมส่วนบุคคล

หมายเหตุ : การศึกษาครั้งนี้ มุ่งเน้นในการแก้ปัญหาด้านที่อยู่อาศัย โดยหาแนวทางในการออกแบบที่เหมาะสม จึงยกประเด็นด้านสภาพแวดล้อมกายภาพเป็นหลักใหญ่ในการดำเนินการวิจัย ดังนั้น ตัวแปรที่ได้จากปัจจัยสภาพแวดล้อมส่วนบุคคล จึงขอเสนอไว้ในบทนี้ เพื่อเป็นพื้นฐานความรู้ความเข้าใจ และเป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยชุดนี้

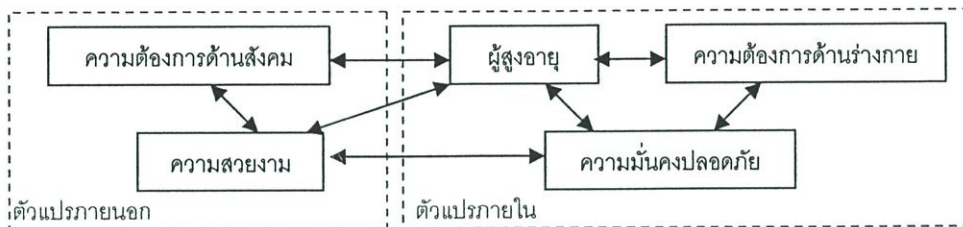
2. สภาพแวดล้อมทางสังคม (Social environment) ได้แก่ ครอบครัว เพื่อนบ้าน บุคคลอื่นๆ โดยเน้นที่การจัดสภาพแวดล้อมที่ก่อให้เกิดการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรม เพื่อเสริมสร้างกำลังใจ เช่น การจัดมุมเครื่องดืม มุมหนังสือหรือเกมต่างๆ รวมถึงการจัดวางตำแหน่งชุดรับแขก เป็นต้น ดังนั้นการจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ จึงควรพิจารณาดังนี้ (ดูภาพที่ 2.14 : 44)



ภาพที่ 2.14 เครือข่ายสัมพันธ์ภาพของผู้สูงอายุที่ควรคำนึงถึงในการจัดสภาพแวดล้อม

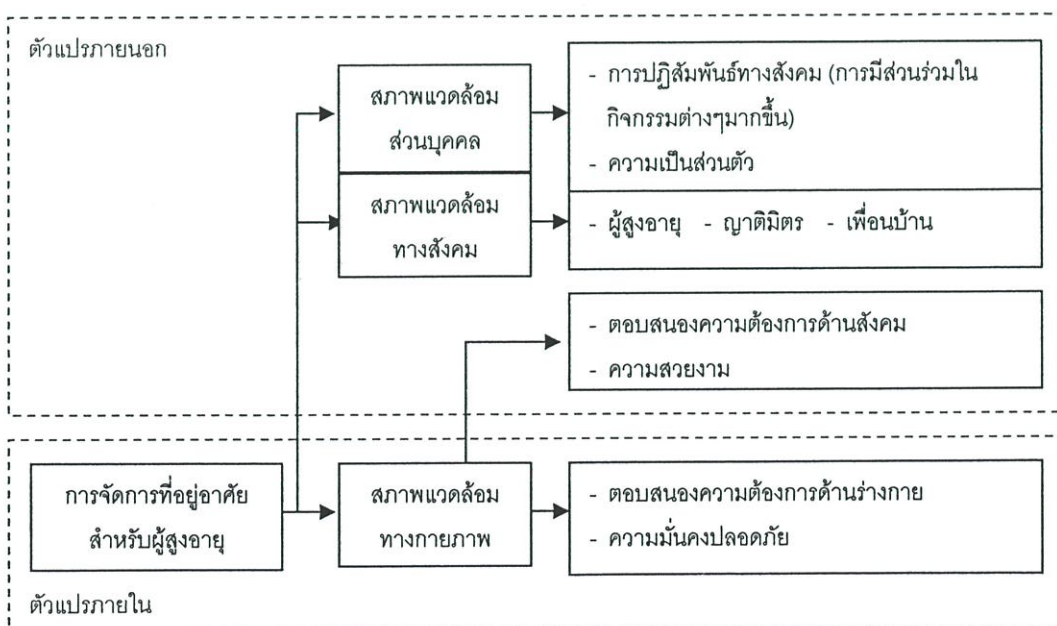
หมายเหตุ : การศึกษาครั้งนี้ มุ่งเน้นในการแก้ปัญหาด้านที่อยู่อาศัย โดยหาแนวทางในการออกแบบที่เหมาะสม จึงยกประเด็นด้านสภาพแวดล้อมกายภาพเป็นหลักใหญ่ในการดำเนินการวิจัย ดังนั้น ตัวแปรที่ได้จากปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคม จึงขอเสนอไว้ในบทนี้ เพื่อเป็นพื้นฐานความรู้ความเข้าใจ และไม่นำมาเป็นส่วนหนึ่งของตัวแปรการวิจัยชุดนี้

3. สภาพแวดล้อมทางกายภาพ ( Physical environment ) ได้แก่ การออกแบบที่อยู่อาศัยและบริเวณโดยรอบ การตกแต่งภายในห้องต่างๆ การให้สีและการเลือกของตกแต่งบ้าน นอกจากความสวยงามที่ได้จากการตกแต่งแล้ว สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึง คือความมั่นคงปลอดภัยในการใช้งาน และสามารถตอบสนองความต้องการทั้งทางกายภาพ และทางสังคมได้อีกด้วย โดยอาศัยการพิจารณาจาก ความเหมาะสมกับสภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจและความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ดังนั้น การจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ จึงควรพิจารณาดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.15 : 45 )



ภาพที่ 2.15 เครือข่ายความสัมพันธ์ด้านการจัดสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านการเปลี่ยนแปลง และการจัดการสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อผู้สูงอายุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยด้านตัวบุคคล ได้แก่ การเคลื่อนไหว การรับรู้ ประสบการณ์ , ปัจจัยด้านสถานการณ์ และสภาพแวดล้อมอื่นที่เกี่ยวข้อง โดยสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.16 : 45 )



ภาพที่ 2.16 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการจัดการที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

### 2.2.3 แนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

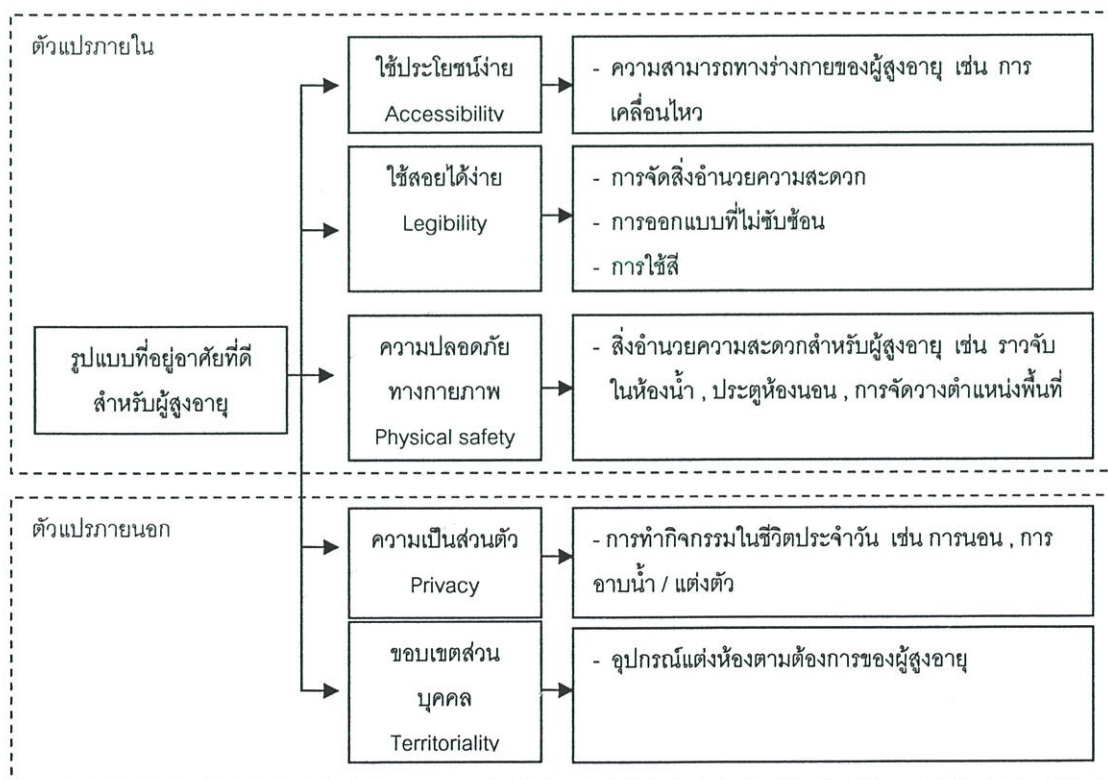
จากการศึกษาที่กล่าวถึงสาเหตุหนึ่งที่ทำให้มนุษย์มีอายุยืนยาว ได้แก่ สิ่งแวดล้อม ( สิ่งแวดล้อมหมายถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่แวดล้อมตัวเรา ) เช่น สถานที่ที่มีความสงบ สะอาด สว่าง เป็นต้น และจากการศึกษาการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุนั้น ได้มีการศึกษารูปแบบบ้านพักอาศัยของผู้สูงอายุ โดย นภาพรและจอนัน ( 2539 ) ได้ระบุว่าแบบของบ้านที่มีผู้สูงอายุ 50 ปีขึ้นไปอาศัยอยู่ แบ่งเป็น 7 แบบ คือ

- ในชนบท ได้แก่ เฟิงที่พักรั้วควรว , กระท่อม , บ้านไทยยกพื้น
- ในเมือง ได้แก่ เรือนแถวไม้ , ตึกแถว , ทาวเฮ้าส์ , บ้านเดี่ยว

ดังนั้น จากการสังเกตการณ์ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ในเขตกรุงเทพมหานคร และ จากที่กล่าวมาในเบื้องต้นการศึกษารุ่นนี้ จึงแบ่งลักษณะที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ( ในเมือง ) ออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. อาคารพาณิชย์ ( ตึกแถว )
2. ทาวเฮ้าส์
3. บ้านเดี่ยว
4. ห้างชุด

โฮแมนและไคยค ( Hooyman & Kiyak. 1996 : 325 – 327 ) กล่าวถึงลักษณะรูปแบบของที่อยู่อาศัยที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ โดยสามารถสรุปเป็นแผนภูมิได้ ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.17 : 46 )



ภาพที่ 2.17 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบที่อยู่อาศัยที่ดีสำหรับผู้สูงอายุ

จากการศึกษาการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพของสถานพักฟื้นคนชรา ในบริบทของสังคมไทย ( กาญจนา ใจรอด. 2540 ) พบว่า ผู้สูงอายุต้องการความเป็นส่วนตัว และความรู้สึกส่วนตัวของการครอบครองพื้นที่ จากแนวทางนี้และแนวทางการออกแบบที่เป็น Universal Design ทำให้สามารถสรุปแนวทางการออกแบบสภาพแวดล้อมที่ใช้อ้างอิง และเป็นแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพของที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุได้ โดยสามารถนำมาเป็นข้อกำหนดแนวทางและสิ่งที่ควรคำนึงถึงในการออกแบบพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยได้ 7 พื้นที่ ในการวิจัยครั้งนี้เน้นการศึกษาพื้นที่นั่งเล่น จึงขอล่าวถึงเฉพาะพื้นที่นั่งเล่น และพื้นที่ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

2.2.3.1 ข้อกำหนดและข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบพื้นที่ส่วนทางเดิน

2.2.3.2 ข้อกำหนดและข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบเครื่องอำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อม

2.2.3.3 ข้อกำหนดและข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบเกี่ยวกับความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมกายภาพ

2.2.3.1 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบพื้นที่ส่วนทางเดิน

ผู้สูงอายุมีข้อจำกัดทางกายภาพด้านการเคลื่อนไหวที่ก่อให้เกิดอุบัติเหตุง่าย ดังนั้น การออกแบบพื้นที่ทางเดินจึงควรคำนึงถึงความสะดวกสบาย และความปลอดภัยในการใช้งาน และควรคำนึงถึงเกณฑ์ต่างๆในการออกแบบ ดังต่อไปนี้

1. พื้นที่ทางเดินไม่ควรต่ำกว่า 2.00 เมตร
2. การออกแบบควรคำนึงถึงความปลอดภัย โดยบริเวณผนังทางเดินควรออกแบบให้มีราวสำหรับยึดเกาะขณะเดิน
3. ควรมีแสงสว่างที่เพียงพอ วัสดุในการกรุพื้นควรมีความเรียบ และสะท้อนแสงน้อยในกรณีบริเวณทางเดินที่ยาว หรือควรมีแสงไฟจากโคมเพื่อช่วยในเรื่องของแสงสว่าง
4. พื้นที่ทางเดินหน้าอาคารควรออกแบบเป็นทางลาด ( ramp ) สำหรับผู้สูงอายุที่ใช้รถเข็น
5. การออกแบบควรคำนึงถึงความสะดวก และ บรรยากาศ ด้วยการตกแต่งรูปภาพหรืออื่นๆ

ดังนั้น แนวทางในการออกแบบพื้นที่ส่วนทางเดิน ควรคำนึงถึงตัวแปรดังต่อไปนี้

1. ตัวแปรด้านพื้นที่ แบ่งพื้นที่ออกเป็น ขนาดของพื้นที่ , รูปแบบ , วัสดุ / พื้นผิว , การเชื่อมต่อระหว่างพื้นที่

2. ตัวแปรด้านองค์ประกอบเชิงพื้นที่ ประกอบด้วย ความต้องการของผู้สูงอายุ , ความปลอดภัย , ตำแหน่งการจัดวาง , ลักษณะ และ รูปแบบ , ความสะดวกในการใช้งาน
3. ตัวแปรด้านอุปกรณ์อำนวยความสะดวก ประกอบด้วย ราวจับ , วัสดุกันลื่น
4. ตัวแปรด้านบรรยากาศ ประกอบด้วย แสงสว่าง , อุปกรณ์ตกแต่ง

### 2.2.3.2 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบเครื่องอำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อม

การออกแบบเครื่องอำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อมนั้น ควรคำนึงถึงข้อจำกัดของลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ เช่น การเคลื่อนไหว การเห็น หรือความเจ็บป่วยต่างๆที่เกิดจากกระบวนการชรา เหล่านี้ทำให้ผู้สูงอายุต้องการความปลอดภัยในการอยู่อาศัยภายในสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัยของตน เพื่อความเหมาะสมและความพอใจในการอยู่อาศัย ได้สรุปเกณฑ์การออกแบบเครื่องอำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อมไว้ ดังนี้

1. การออกแบบภายในพื้นที่ ต้องมีราวสำหรับยึดเกาะได้แก่ บริเวณทางเดิน, ห้องน้ำ และห้องส้วม เพื่อความสะดวกในการเดิน และ การเคลื่อนที่
2. การใช้วัสดุในการกรุผนัง และพื้นที่ไม่ลื่น สะดวกในการทำความสะดวก เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่จะเกิดขึ้น
3. พื้นที่ทางเข้าอาคารควรออกแบบให้มี ramp สำหรับขึ้นลงของผู้สูงอายุที่ใช้รถเข็น
4. การออกแบบเครื่องเรือนควรเน้นความปลอดภัย ไม่ควรใช้วัสดุที่เป็นโลหะหรือ สังกะสี เพราะอาจเกิดอาการคัน หรือเกิดเสียดขณะใช้งาน การเกิดสนิมเมื่อเก่า ควรใช้วัสดุที่เป็นไม้ แก้ว อีโคโนไมค และนั่งสบาย
5. การออกแบบเตียงนอนควรให้มีลักษณะโปร่ง และออกแบบราวกันตกเพื่อความปลอดภัย
6. ภายในพื้นที่ส่วนนอนของผู้สูงอายุ ควรมีปุ่มขอความช่วยเหลือในกรณีเกิดอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยกะทันหัน

ดังนั้นแนวทางในการออกแบบเครื่องอำนวยความสะดวกในสภาพแวดล้อม ควรคำนึงถึงตัวแปรดังต่อไปนี้

1. ตัวแปรด้านผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การเคลื่อนไหว , การมองเห็น , สภาพร่างกาย

2. ตัวแปรด้านองค์ประกอบเชิงพื้นที่ ประกอบด้วย ความต้องการของผู้สูงอายุ , ความปลอดภัย , ตำแหน่งการจัดวาง , ลักษณะ และ รูปแบบ , วัสดุ / พื้นผิว , ขนาด , การดูแลรักษา , ความสะดวกในการใช้งาน

3. ตัวแปรด้านอุปกรณ์อำนวยความสะดวก ประกอบด้วย ราวจับ , วัสดุกันลื่น

### 2.2.3.3 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบเกี่ยวกับความเหมาะสมของสภาพแวดล้อมกายภาพ

สภาพแวดล้อมที่มีความเหมาะสม และสามารถสรุปเป็นเกณฑ์ในการพิจารณาลักษณะสภาพแวดล้อม ที่พึงพอใจของผู้สูงอายุดังนี้

#### 1. แสงสว่าง

อาคารที่อยู่อาศัย ควรออกแบบให้มีลักษณะโปร่ง ควรมีแสงสว่างจากภายนอกเข้ามาภายในพื้นที่ เช่น การเจาะช่องแสง และหน้าต่าง ภายในห้องควรใช้สีอ่อนเพื่อสะท้อนแสงได้ดี ตำแหน่งที่ตั้งของพื้นที่นอนควรออกแบบให้อยู่ชั้นล่างของอาคาร ไม่ควรมีสิ่งกีดขวาง เช่น อาคารสูงหรือต้นไม้ใหญ่ที่หนาทึบเกินไปและควรใช้แสงไฟฟ้าช่วยในบริเวณทางเดิน หรือภายในห้องกรณีที่แสงจากภายนอกไม่เพียงพอ เนื่องจากข้อจำกัดของผู้สูงอายุในการปรับสายตาได้ช้ากว่าคนปกติ

#### 2. กลิ่นรบกวน

การออกแบบส่วนนอน ควรอยู่ห่างจากส่วนปรุงอาหารหรือครัว และควรอยู่ห่างจากแหล่งของชุมชน และคลองหรือพื้นที่ที่มีน้ำขังเน่าเสีย นอกจากนี้ควรมีการทำความสะอาดพื้นที่ภายในห้องสม่ำเสมอ พื้นที่ภายในห้องควรเปิดโล่ง มีแสงสว่างอย่างเพียงพอ

#### 3. การใช้สี

การใช้สีในพื้นที่ ควรคำนึงถึงการสะท้อนของแสงได้ดี ควรเป็นสีอ่อน เช่น โทนสีฟ้าอ่อน หรือสีครีม การใช้สีควรแยกสีระหว่างพื้นที่ผนังและประตู เพื่อความสะดวกในการรับรู้ของผู้สูงอายุ

#### 4. เสียง

การกำหนดที่ตั้งของที่อยู่อาศัยควรห่างไกลจากแหล่งเสียง เช่น การจราจร ชุมชน ตลาดหรือโรงเรียน ที่ก่อให้เกิดเสียงรบกวน หรือการออกแบบอาคารที่มีผนังกันเสียง เพื่อช่วยในการบรรเทาเสียงให้เบาลง รวมถึงการเลือกใช้วัสดุในการออกแบบผนัง ควรเก็บเสียงหรือดูดซับเสียงที่เกิดขึ้นได้

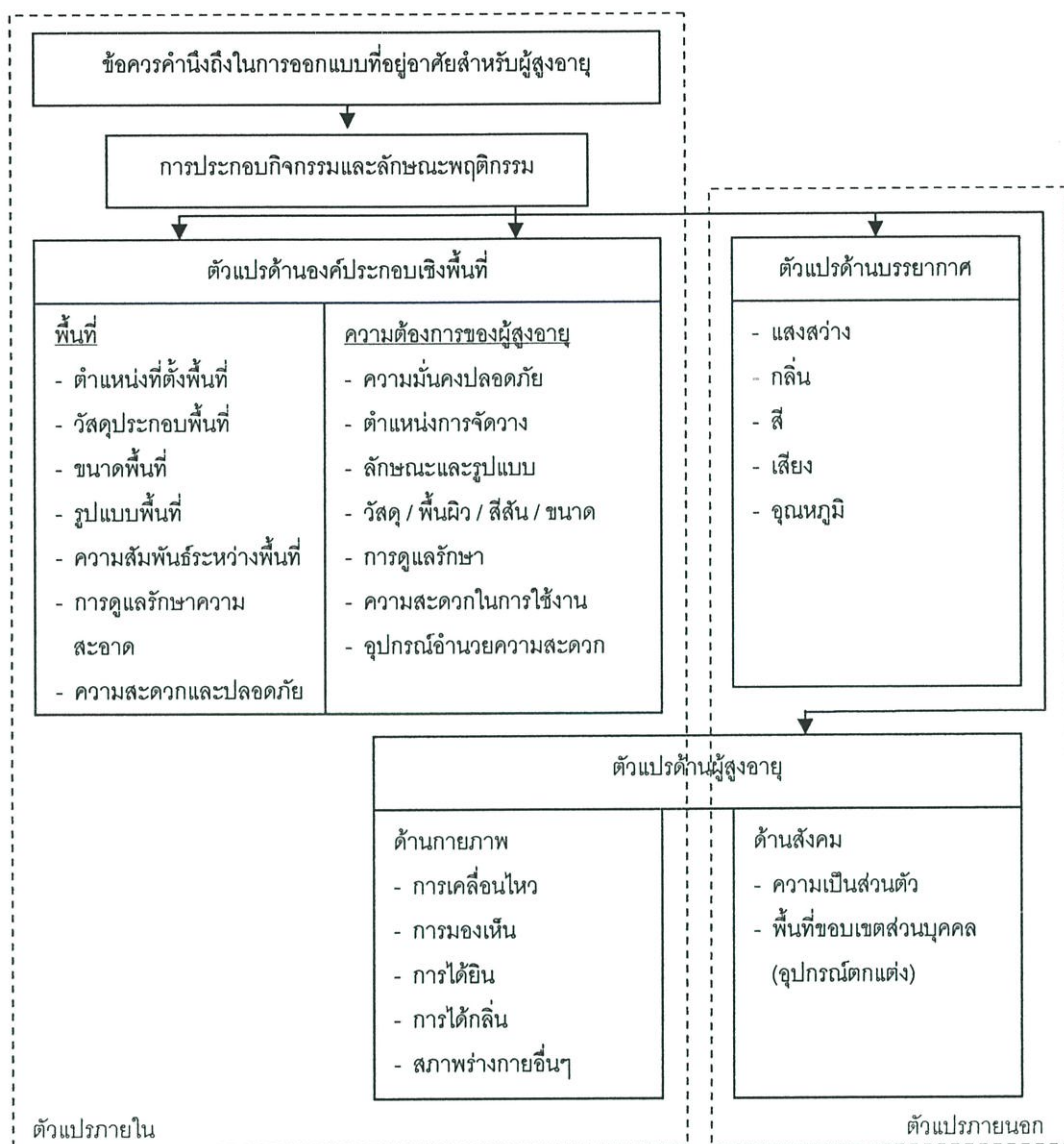
#### 5. อุณหภูมิที่เหมาะสม

ในห้องที่ไม่มีเครื่องปรับอากาศ ควรออกแบบให้มีความโปร่ง ใช้พัดลมช่วยในตำแหน่งที่เหมาะสม การออกแบบควรคำนึงถึงทิศทางที่มีลมพัดผ่าน และมีบรรยากาศของต้นไม้ เพื่อให้มีความร่มรื่นในการอยู่อาศัย

ดังนั้นแนวทางในการออกแบบเกี่ยวกับความเหมาะสมของสภาพแวดล้อม ควรคำนึงถึงตัวแปรดังต่อไปนี้

1. ตัวแปรด้านผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การเคลื่อนไหว , การมองเห็น , การได้ยิน , การได้กลิ่น , สภาพร่างกายอื่นๆ
2. ตัวแปรด้านสภาพแวดล้อม ( บรรยากาศ ) ประกอบด้วย แสงสว่าง , กลิ่น , สี , เสียง , อุณหภูมิ
3. ตัวแปรด้านพื้นที่ แบ่งพื้นที่ออกเป็น ตำแหน่งที่ตั้งของพื้นที่ , วัสดุประกอบของพื้นที่ , ขนาดของพื้นที่ , รูปแบบ , ความสัมพันธ์กับพื้นที่ข้างเคียง , การดูแลรักษาความสะอาดภายในพื้นที่

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ สามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.18 : 51 )



ภาพที่ 2.18 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องด้านข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

#### 2.2.4 การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่พักอาศัย ที่ช่วยในการป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

การศึกษสาเหตุ และที่มาของการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุภายในสภาพแวดล้อม ควรคำนึงถึงปัจจัยต่างๆในการออกแบบ และจากการศึกษาพบว่า อายุขัยมีความสัมพันธ์กับความเครียดจากสภาพแวดล้อม โดยจะเห็นอิทธิพลของความเครียดจากสภาพแวดล้อมคือ ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม อัตราของความอยู่รอดก็สูงตามด้วย ( ชูศักดิ์ เวชแพทย์ , ยุทธนา อักษรนันท์ , วิทยุวรรณ ตันศิริ. 2531 : 17 – 19 ) ดังนั้น การออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง จากการศึกษาเอกสารที่

เกี่ยวข้อง พบว่า สภาพแวดล้อมกายภาพของที่อยู่อาศัย เป็นปัจจัยสำคัญมีผลต่อการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ และเป็นสาเหตุของการเกิดภาวะทุพพลภาพในผู้สูงอายุ ( บรรลุ ศิริพานิช. 2543 : 66 – 69 ) และ ( สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544 : 134 – 138 ) ตามที่ได้กล่าวไว้ในส่วนของ “ ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพ ด้านสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ: ภาวะทุพพลภาพ” ซึ่งสามารถสรุปแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่พักอาศัย ที่ช่วยในการป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ ทำให้สามารถสรุปแนวทางการออกแบบสภาพแวดล้อมที่ใช้อ้างอิง และเป็นแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพของที่อยู่อาศัยได้ ในการวิจัยครั้งนี้เน้นการศึกษาพื้นที่นั่งเล่น จึงขอกล่าวถึงเฉพาะส่วนที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

#### 2.2.4.1 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบแสงสว่าง

#### 2.2.4.2 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบและเลือกใช้วัสดุ

#### 2.2.4.3 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบราวบันไดและราวจับ

#### 2.2.4.4 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบเครื่องเรือน

#### 2.2.4.1 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบแสงสว่าง

1. แสงไฟในที่ต่างๆต้องสว่างพอ โดยเฉพาะทางเดินและบันได สวิตช์ไฟต้องอยู่ใกล้ๆ ควรมีสวิตช์ไฟที่ส่วนบนสุด และล่างสุดของบันได และสวิตช์ที่ข้างประตูห้องทุกห้อง

2. จากการศึกษาการออกแบบแสงสว่าง พบว่า ตามทางเดินที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำนั้น ต้องมีหลังคา หรือ ชุ่มไม้เล็กๆ เพื่อลดความชื้นของแสง เพราะนัยน์ตาของผู้สูงอายุไม่สามารถทนต่อแสงที่มีความเข้มสูงได้ ( ชูติวรรณ ฟองสุวรรณ, 2539 )

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านการออกแบบแสงสว่าง จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับ การจัดวางตำแหน่งของสวิตช์ และ ดวงโคม , ความสว่างของแสง , รูปแบบ , ชนิด และ จำนวนของแสงสว่างที่ใช้ , ง่ายต่อการดูแลรักษา , ความสะดวก และความปลอดภัยในการใช้งาน เป็นต้น

#### 2.2.4.2 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบ และ เลือกใช้วัสดุ

1. พื้นห้องนอน ห้องครัว ห้องรับแขก ให้หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุที่ลื่น

2. พื้นควรราบเรียบเสมอกัน ไม่ควรมีธรณีประตู ถ้าจำเป็นต้องมีควรทาสีให้เห็นชัดเจน รวมถึงเลือกใช้เสื่อหรือพรมเช็ดเท้าที่ไม่ลื่น และขอบไม่สูงเกินไป เพราะทำให้สะดุดได้ และควรมีทางลาดสำหรับรถเข็น

ดังนั้นแนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านการออกแบบและเลือกใช้วัสดุ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับ คุณสมบัติของวัสดุ , ความเหมาะสมในการใช้งาน , สีสนั , ความสะดวก และความปลอดภัยในการใช้งาน เป็นต้น

### 2.2.4.3 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบราวบันได และ ราวจับ

- ราวบันไดจะต้องติดตั้งอย่างมั่นคง และควรมีราวบันไดทั้ง 2 ข้าง หรือ ถ้าเป็นบันไดที่เดี่ยว ควรเปลี่ยนเป็นทางลาด โดยเฉพาะบันไดที่ชัน

ดังนั้น แนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านการออกแบบราวบันได และ ราวจับ จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับการจัดวางตำแหน่ง , รูปแบบที่เหมาะสมกับลักษณะทางกายภาพ และการใช้งานของผู้สูงอายุ , ความสะดวกและความปลอดภัยในการใช้งาน เป็นต้น

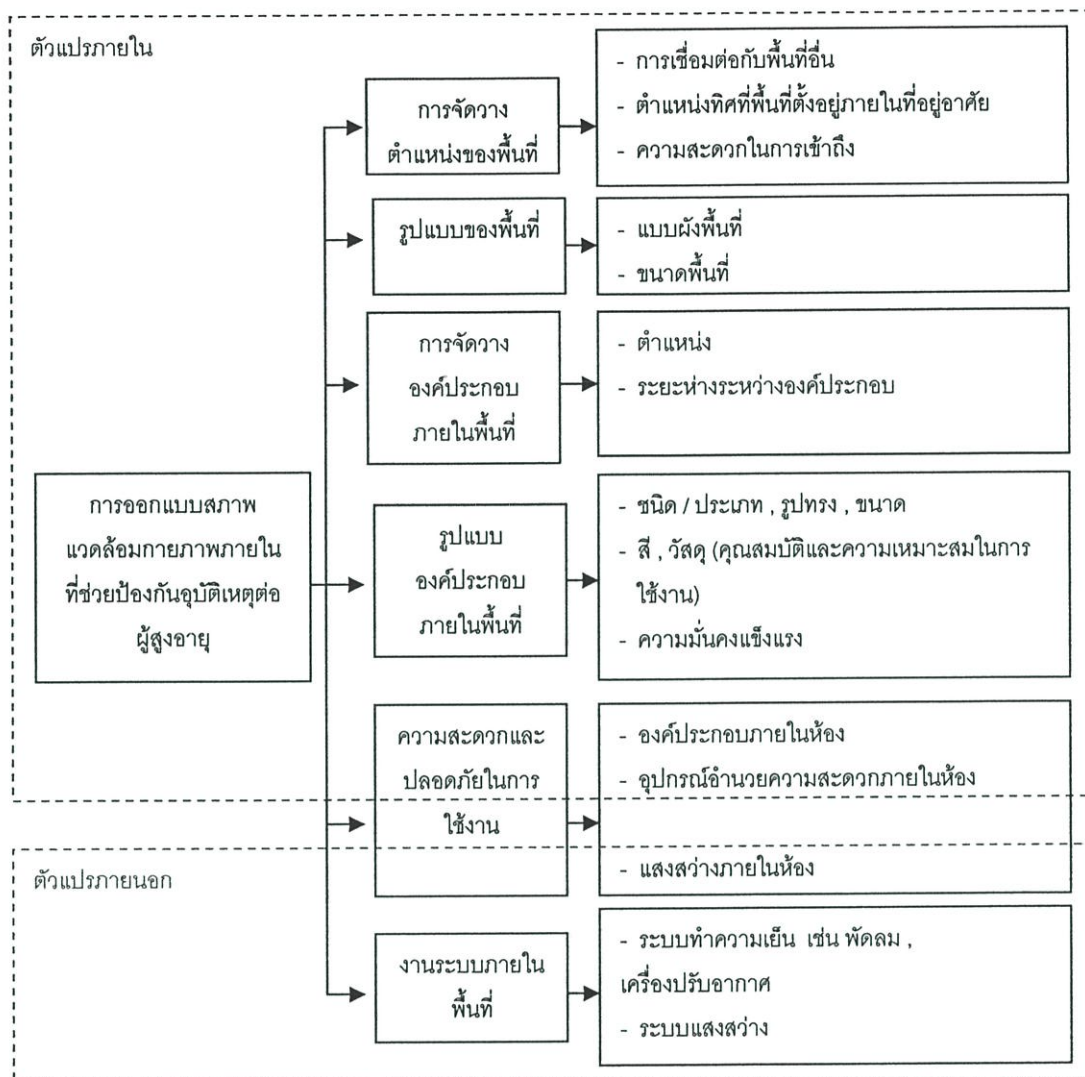
### 2.2.4.4 ข้อควรคำนึงถึงในการออกแบบเครื่องเรือน

1. เฟอร์นิเจอร์ในที่อยู่อาศัยไม่ควรวางกีดขวางทางเดิน หรือไม่ควรใช้เฟอร์นิเจอร์ที่ไม่มั่นคง เพราะเวลาจับเพื่อพยุงตัวจะทำให้หกล้มได้

2. หิ้งไม่ควรสูงเกินไปจนเอื้อมไม่ถึง ถ้าต้องปีนบนเฟอร์นิเจอร์หรือหิ้ง ต้องแน่ใจว่าวัสดุที่เหยียบนั้นมีความมั่นคงพอ

ดังนั้นแนวทางในการกำหนดตัวแปรด้านการออกแบบเครื่องเรือน จึงมีความจำเป็นที่ต้องทราบข้อมูลเกี่ยวกับ การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่ , รูปแบบ / ขนาด / วัสดุ / สี / ความมั่นคงแข็งแรงของเครื่องเรือน , การดูแลรักษาความสะอาด , ความสะดวกและความปลอดภัยในการใช้งาน เป็นต้น

จากที่กล่าวมาในเบื้องต้น สามารถแสดงตัวแปรต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบสภาพแวดล้อมที่ช่วยป้องกันอุบัติเหตุต่อผู้สูงอายุ โดยแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 2.19 : 54 )



ภาพที่ 2.19 ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบ และการจัดการสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่ช่วยในการป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

## บทที่ 3

### วิธีการวิจัย

#### 3.1 ลักษณะของการวิจัยและวิธีการศึกษา

การวิจัยชุดนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพร่วมกับเชิงปริมาณ ดังนี้

3.1.1 การวิจัยเชิงปริมาณ เพื่อใช้ในการศึกษาและเก็บข้อมูลทั่วไปด้านผู้สูงอายุ ได้แก่ เพศ , อายุ , สถานภาพ , ศาสนา , การศึกษา , อาชีพ , รายได้ , แบบแผนครอบครัว , ลักษณะ และข้อจำกัดทางกายภาพ , โรคประจำตัว , ประเภทกิจกรรม , ลักษณะพฤติกรรม และข้อมูลด้านพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ได้แก่ พื้นที่ที่ใช้ประกอบกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวัน ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่รับแขก , พื้นที่รับประทานอาหาร , พื้นที่นั่งเล่น , พื้นที่ทำงาน , พื้นที่ทำครัว , พื้นที่นอน , พื้นที่ระเบียงบ้าน , พื้นที่ประกอบกิจกรรมทางศาสนา , พื้นที่เก็บของ , พื้นที่บริเวณรอบบ้าน , พื้นที่จอดรถ ทั้งนี้เป็นการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ และสรุปผลด้านการใช้พื้นที่ ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย และนำเสนอเพื่อใช้เป็นพื้นที่ในการวิจัยต่อไป

3.1.2 การวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อใช้ในการศึกษา และเก็บข้อมูลเชิงลึกด้านผู้สูงอายุ ได้แก่ ประเภทกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรมภายในพื้นที่ที่ทำการวิจัย รวมถึงความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อพื้นที่ที่ทำการวิจัย ทั้งนี้เป็นการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เจาะลึก และข้อมูลด้านพื้นที่ที่ทำการวิจัยภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยการเก็บข้อมูลจากการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อม เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสรุปผลด้านกิจกรรม , พฤติกรรม และพื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ด้วยการนำเสนอการออกแบบพื้นที่ที่ทำการวิจัย เพื่อใช้ในการนำเสนอแนวทางการวางแผนพื้นที่ในการออกแบบพื้นที่ที่ทำการวิจัยต่อไป และสามารถตอบคำถามและสมมติฐานของการวิจัย และเสนอแนะแนวทางในการพัฒนาเกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

#### 3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

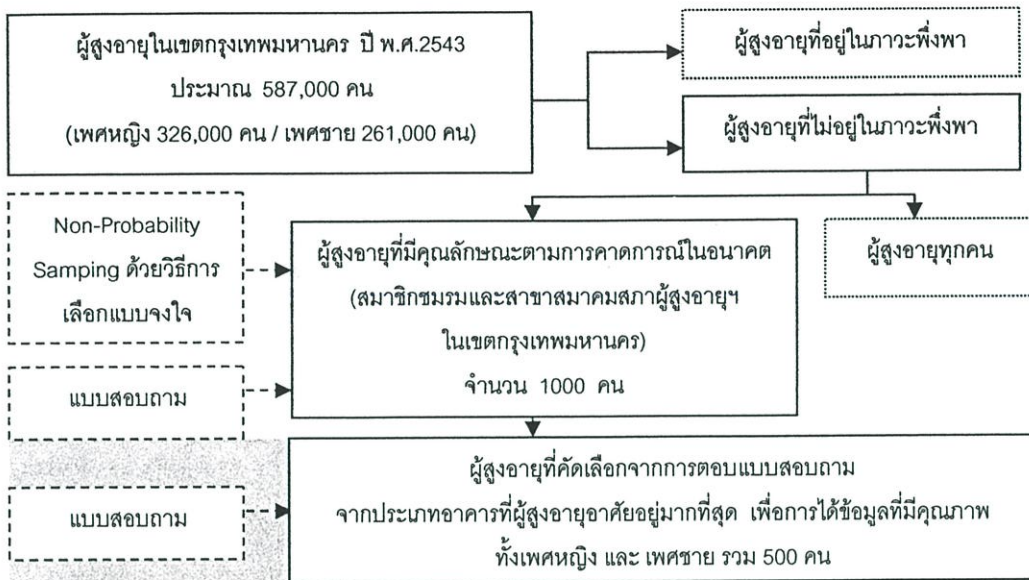
3.2.1 ประชากร คือ ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ ( สถิติผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2543 จำแนกประเภท ) ทั้งหมดจำนวน 587,000 คน แบ่งเป็นเพศชาย จำนวน 261,000 คน และเพศหญิง จำนวน 326,000 คน

3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมและสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 500 คน โดยการเลือกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการเลือกโดยไม่ใช้ทฤษฎีความน่าจะเป็น ( Non Probability Sampling ) ด้วยวิธีการเลือกแบบจงใจ ( Purposive sampling ) เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ซึ่งผลจากการศึกษาเบื้องต้นพบว่า การคาดการณ์ด้านความต้องการของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ ในอนาคตนั้นกล่าวว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีการศึกษามากขึ้น และเป็นผู้ที่มีการเตรียมความพร้อม เมื่อตนเองต้องก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ มีศักยภาพในการทำงาน และมีประสบการณ์สูง พร้อมทั้งจะทำคุณประโยชน์ให้กับกลุ่มหรือสังคมของตนเอง ดังนั้นการเลือกผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมและสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ จึงเป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างขั้นตอนแรก ซึ่งมีความสอดคล้องกับลักษณะของผู้สูงอายุที่คาดการณ์ในอนาคต เนื่องจากกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมและสมาคมสภาผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความสามารถในการประกอบกิจกรรมทางสังคม และสามารถดูแลตนเองได้ และเป็นผู้ที่มีการศึกษา มีความต้องการทางสังคมสูง ขอบอิสระ

### 3.2.3 ขั้นตอนในการเก็บข้อมูล สามารถแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอนดังนี้

#### ขั้นตอนที่ 1

เริ่มจากการสุ่มรายชื่อ และประวัติผู้สูงอายุ ทั้งเพศหญิง และเพศชาย จำนวน 1000 คน ( จากจำนวนทั้งหมด ) ที่เป็นสมาชิกชมรมและสภาผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ โดยผ่านทางประธานและเลขานุการของแต่ละชมรมและสาขาสมาคมสภาฯ จากนั้นใช้วิธีส่งจดหมายขอความร่วมมือและตอบแบบสอบถามในเบื้องต้น โดยให้ตอบกลับมายังผู้ทำวิจัย ( จำนวนแบบสอบถามที่ส่งไป 1000 ชุด เพื่อป้องกันการสูญหายและการเสียหายของแบบสอบถาม โดยคัดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยอีกครั้งหนึ่ง จากประเภทของอาคารที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่มากที่สุด จำนวน 500 ชุด ) ( ดูภาพที่ 3.1 : 57 )



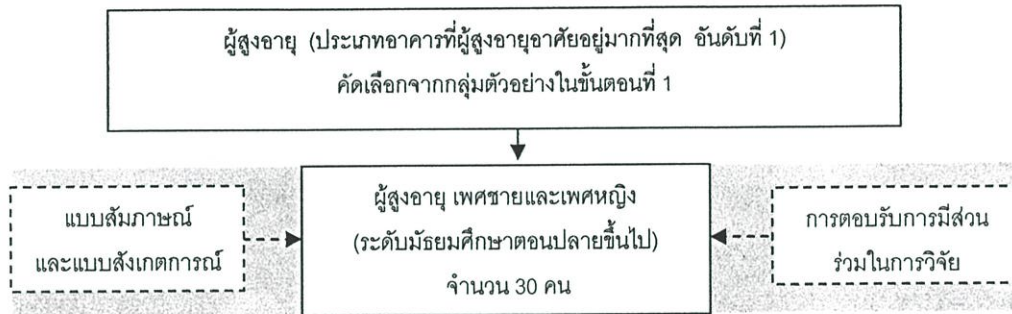
ภาพที่ 3.1 ขั้นตอนที่ 1 ในการเก็บข้อมูล

### ขั้นตอนที่ 2

จากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากแบบสอบถามในขั้นตอนที่ 1 ที่ใช้วิธีการตอบรับการมีส่วนร่วมในการวิจัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในขั้นตอนที่ 2 จำนวนทั้งหมด 30 คน เป็นเพศชายและเพศหญิง โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกจากระดับการศึกษา (มัธยมศึกษาตอนปลายขึ้นไป) เพื่อการตอบแบบสัมภาษณ์และเข้าถึงเหตุการณ์ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีเหตุผลเพียงพอและสอดคล้องกับการคาดการณ์ด้านคุณสมบัติของผู้สูงอายุในอนาคต และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (ดูภาพที่ 3.2 : 58)

การเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ใช้เวลาในการเก็บข้อมูล 1 คน ต่อ 1 วัน โดยใช้เวลาประมาณ 5 – 8 ชั่วโมง โดยการติดต่อเพื่อขอเข้าสัมภาษณ์ในครั้งแรกกระทำโดยผ่านประธานชมรมผู้สูงอายุ จากนั้นติดต่อผู้สูงอายุทางโทรศัพท์เพื่อแนะนำตัวผู้สัมภาษณ์ และแจ้งวัตถุประสงค์ในการเข้าสัมภาษณ์ นัดวันและเวลาในการเข้าพบ โดยผู้สัมภาษณ์นำหนังสือแนะนำตัวจากสถานศึกษา พร้อมทั้งบัตรประจำตัวนักศึกษา (ผู้สัมภาษณ์เข้าพบผู้สูงอายุ ที่บ้านของผู้สูงอายุเพียงคนเดียว เพื่อสร้างความไว้วางใจให้กับผู้สูงอายุ) ทั้งนี้มีวิธีการในการสัมภาษณ์ที่เป็นลักษณะของการพูดคุยแบบปกติ ตามวินิจัยและสถานการณ์ในขณะนั้นของผู้สัมภาษณ์ เพื่อไม่ทำให้ผู้ถูกสัมภาษณ์รู้สึกเบื่อ และเพื่อให้ได้ข้อมูลความคิดเห็นที่มาจากความรู้สึกของผู้ถูกสัมภาษณ์ การเริ่มต้นพูดคุยจากเรื่องทั่วไปเพื่อให้ผู้ถูกสัมภาษณ์มีความคุ้นเคย และเป็นการสร้างความไว้วางใจต่อกัน เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของผู้สูงอายุไทยและสังคมไทย

สถานที่ที่ใช้ในการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่ผู้สูงอายุใช้ในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ นั้น ใช้สถานที่พักอาศัยของกลุ่มตัวอย่างที่ตอบรับเข้าร่วมในการวิจัย ( จำนวน 30 คน ) โดยแบ่งลักษณะของการสังเกตการณ์ตามปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย , ลักษณะกิจกรรมและพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน



ภาพที่ 3.2 ขั้นตอนที่ 2 ในการเก็บข้อมูล

### 3.3 เครื่องมือการวิจัย

เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สมเหตุสมผล การวิจัยชุดนี้ใช้เครื่องมือในการวิจัย 3 ลักษณะ คือ

#### 3.3.1 แบบสอบถาม

แบบสอบถามในการวิจัยชุดนี้ มีทั้งหมด 6 หน้า ประกอบด้วย

- ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านกายภาพของผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 3 ข้อมูลด้านกิจกรรมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
- ส่วนที่ 4 ข้อมูลด้านกิจกรรมทางสังคม
- ส่วนที่ 5 ข้อมูลการตอบรับเข้าร่วมการวิจัยในส่วนของแบบสัมภาษณ์แบบเจาะลึก

และการเข้าสังเกตการณ์สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

โดยการดำเนินการด้านการตอบแบบสอบถามนั้น อยู่ในขั้นตอนที่ 1 ของการเก็บข้อมูล เพื่อการได้มาซึ่งภาพรวมด้านผู้สูงอายุและกิจกรรม , พฤติกรรมของผู้สูงอายุ และเพื่อสรุปผลการกำหนดพื้นที่ในการทำวิจัยชุดนี้ต่อไป

#### 3.3.2 แบบสัมภาษณ์

แบบสัมภาษณ์ในการวิจัยชุดนี้มีทั้งหมด 6 หน้า ประกอบด้วย 3 ส่วนดังนี้

- ส่วนที่ 1 ประกอบด้วย ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ , ข้อมูลด้านกายภาพ , ข้อมูลด้านกิจกรรมและพฤติกรรมภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

- ส่วนที่ 2 ประกอบด้วย ข้อมูลความต้องการด้านสภาพแวดล้อมกายภาพ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

- ส่วนที่ 3 ประกอบด้วย ข้อมูลด้านความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพ ภายในที่อยู่อาศัยของตนเอง

โดยการดำเนินการด้านการสัมภาษณ์นั้น อยู่ในขั้นตอนที่ 2 ของการเก็บข้อมูล เพื่อการ ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกด้านผู้สูงอายุและกิจกรรม , พฤติกรรม รวมถึงความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

### 3.3.3 แบบสังเกตการณ์

แบบสังเกตการณ์ในการวิจัยชุดนี้ ประกอบด้วย

- ส่วนที่ 1 รูปแบบบ้าน , พื้นที่การใช้งานตามลักษณะกิจกรรมและพฤติกรรม ของผู้สูงอายุ , การจัดวางตำแหน่งที่ตั้ง , รูปแบบผังพื้นที่ , ขนาดพื้นที่ , วัสดุประกอบพื้นที่ , อุปกรณ์อำนวยความสะดวกภายในพื้นที่ , ความมั่นคงปลอดภัย และความสะดวกในการใช้สอย

- ส่วนที่ 2 ลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย

โดยการดำเนินการด้านสังเกตการณ์นั้น อยู่ในขั้นตอนที่ 2 ของการเก็บข้อมูล เพื่อนำมา ประกอบกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึก และสรุปผลที่ได้เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบ พื้นที่ที่ทำการศึกษา

## 3.4 ตัวแปรการวิจัย

ตัวแปรการวิจัยชุดนี้ แสดงให้เห็นถึงการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุนั้น ขึ้นอยู่กับลักษณะการดำรงชีวิต และ ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุโดยตรง ( ดูตารางที่ 3.1 : 59 และ ตารางที่ 3.2 : 60 – 62 )

ตาราง 3.1 การแปลงนิยาม Conceptual เป็นนิยาม Operational

Conceptual	Operational
ตัวแปรตาม สภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย	สภาพแวดล้อมที่เป็นวัตถุทางกายภาพ
ตัวแปรอิสระ ความเหมาะสมต่อผู้สูงอายุ	1. ลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ - ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ - ด้านสภาพแวดล้อม[ด้านกิจกรรม] 2. ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

ตาราง 3.2 ตัวแปร , มาตรการวัด , ตัวชี้วัด , วิธีการวัด และ สถิติสำหรับการวิเคราะห์

Operational	มาตรการวัด	ตัวชี้วัด / หน่วยสำหรับวัด	วิธีการวัด	สถิติที่ใช้
สภาพแวดล้อมที่เป็นวัตถุทางกายภาพ				
1. ด้านสภาพแวดล้อม				
- องค์วัตถุ	Ratio	- เครื่องเรือนและอุปกรณ์ตกแต่ง , อุปกรณ์ประกอบกิจกรรม (หน่วยวัด : เซนติเมตร)	แบบสำรวจ	Descriptive : Percent, Mean,SD
- พื้นที่	Ratio	- พื้นที่การใช้งานตามลักษณะกิจกรรม และพฤติกรรมของผู้สูงอายุ (หน่วยวัด : ตารางเมตร)	แบบสำรวจ	Descriptive : Percent, Mean, SD
		- การจัดวางตำแหน่งที่ตั้ง (การเชื่อมต่อและความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่ , ตำแหน่งทิศที่ห้องตั้งอยู่ภายในที่อยู่อาศัย , ความสะดวกในการเข้าถึง , ความปลอดภัยในการเข้าใช้พื้นที่	แบบสำรวจ	
	Ratio	- รูปแบบ (แบบผังพื้นที่)	แบบสำรวจ	
	Ratio	- ขนาดพื้นที่ (หน่วยวัด : ตารางเมตร)	แบบสำรวจ	Descriptive : Percent, Mean, SD
- องค์ประกอบเชิงพื้นที่	Nominal	- วัสดุประกอบพื้นที่ , การดูแลรักษา ความสะอาด		
	Nominal	- ความต้องการของผู้สูงอายุ , ตำแหน่งการจัดวาง	แบบสัมภาษณ์	
	Nominal	- ลักษณะและรูปแบบ (ชนิด , ประเภท , รูปทรง , วัสดุ , พื้นผิว , สี)	แบบสำรวจ	Descriptive : Percent, Mean, SD
		- ความแข็งแรง , ความสะดวกในการใช้งาน , การดูแลรักษา , ความปลอดภัยในการใช้งาน	แบบสำรวจ	Descriptive : Percent, Mean, SD
	Ratio	- ขนาด , ระยะห่างในการจัดวาง (หน่วยวัด : เซนติเมตร)	แบบสำรวจ	Descriptive : Percent, Mean, SD
- อุปกรณ์อำนวยความสะดวก ( ราวจับ , วัสดุกันลื่น , อุปกรณ์อื่นๆ )	Nominal	- ความต้องการของผู้สูงอายุ , ตำแหน่งการจัดวาง	แบบสัมภาษณ์	Descriptive : Percent, Mean, SD
	Nominal	- ลักษณะและรูปแบบ (วัสดุ , พื้นผิว , สี)	แบบสำรวจ	SD
	Nominal	- ความแข็งแรง , ความสะดวกในการใช้	แบบสำรวจ	Descriptive :

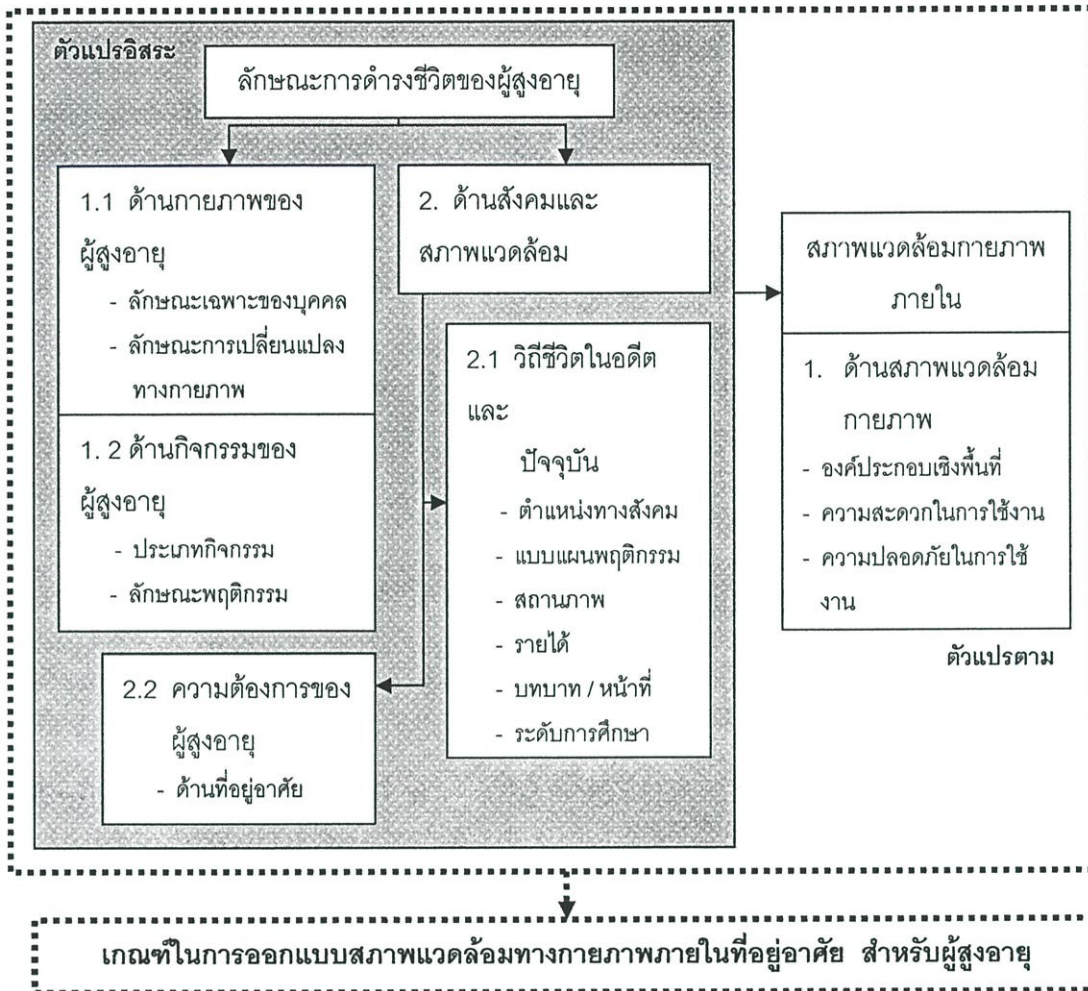
ตาราง 3.2 (ต่อ)

Operational	มาตรการวัด	ตัวชี้วัด / หน่วยในการวัด	วิธีการวัด	สถิติที่ใช้
	Ratio	งาน , การดูแลรักษา , ความปลอดภัย ในการใช้งาน - ขนาด (หน่วยวัด : เซนติเมตร)	แบบสำรวจ	Percent, Mean, SD Descriptive : Percent, Mean, SD
ลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ 1. ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ - ลักษณะเฉพาะของบุคคล	Nominal	- เพศ (หน่วยวัด : ชาย – หญิง)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent, Mean, SD
	Interval	- อายุ ( 60 ปีขึ้นไป) (หน่วยวัด : ช่วงระดับอายุ)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
	Interval	- น้ำหนัก , ส่วนสูง (หน่วยวัด : ช่วงระดับน้ำหนัก/กก. – ส่วนสูง/ซม.)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
	Nominal	- โรคประจำตัว	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent, Mean, SD
- ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ	Nominal	- การมองเห็น , การเคลื่อนไหวและการทรงตัว , ระบบขับถ่าย , การพักผ่อน(นอน) , ความเสื่อมของร่างกาย	แบบสอบถาม	
2. ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม 2.1 วิถีชีวิตในอดีตและปัจจุบัน - แบบแผนพฤติกรรม	Nominal	- ความเชื่อ (หน่วยวัด : ศาสนา)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
	Nominal	- ลักษณะที่อยู่อาศัย (หน่วยวัด : บ้านเดี่ยว , ทาวน์เฮ้าส์ , อาคารพาณิชย์ , ห้องชุด)ในอดีตและปัจจุบัน	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
- สถานภาพ	Nominal	- ประเภทสถานภาพ (หน่วยวัด : โสด , แต่งงาน , ม่าย , หย่าร้าง , แยกกันอยู่)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent

ตาราง 3.2 (ต่อ)

Operational	มาตราการวัด	ตัวชี้วัด / หน่วยในการวัด	วิธีการวัด	สถิติที่ใช้
- รายได้	Ratio	- ระดับรายได้ (ในอดีตและปัจจุบัน) (หน่วยวัด : บาท)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent, Mean, SD
- บทบาทและหน้าที่	Nominal	- บทบาทและหน้าที่ (หน่วยวัด : หัวหน้าครอบครัว , อบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน , นักปรัชญา , นักแนะแนว , เป็นที่ปรึกษา , ผู้นำทางด้านต่างๆ)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent,
- แบบแผนครอบครัว	Nominal	- ในอดีตและปัจจุบัน (ครอบครัวขยาย , ครอบครัวเดี่ยว , ครอบครัวคนเดียว)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent,
	Ratio	- จำนวนและบุคคลที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ด้วย (หน่วยวัด : คน)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent Mean, SD
- การศึกษา	Ordinal	- ระดับการศึกษา	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
2.2 ความต้องการของผู้สูงอายุ				
- ด้านที่อยู่อาศัย	Nominal	- ความต้องการอาศัยอยู่ร่วมกับบุคคลใด (หน่วยวัด : ประเภทที่อยู่อาศัย , ทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัย )	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
3. ด้านกิจกรรม - พฤติกรรม				
- กิจกรรม	Nominal	- ประเภทกิจกรรม (หน่วยวัด : งานอดิเรก - กิจกรรมประจำวัน - กิจกรรมทางสังคม)	แบบสอบถาม	Descriptive : Percent
- พฤติกรรมการทำกิจกรรม	Ordinal		แบบสัมภาษณ์	
- วิธีการทำกิจกรรม			แบบสัมภาษณ์	Descriptive :
- ช่วงเวลาในการทำ	Interval	- (หน่วยวัด : ลำดับชั้นช่วงเวลา)	แบบสอบถาม	Percent, Mean, SD
ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ สภาพแวดล้อมที่เป็นวัตถุทางกายภาพ				
- ตอบสนองความต้องการด้านร่างกาย	Interval	- ความมั่นคงปลอดภัย / ความสะดวกในการใช้สอย (หน่วยวัด : มาก - น้อย)	แบบสอบถาม/ แบบสัมภาษณ์ เจาะลึก	Descriptive : Percent, Mean, SD

จากตัวแปรการวิจัย สามารถแสดงการเชื่อมโยงตัวแปรต่างๆ โดยแบ่งออกเป็น 2  
 ขั้นตอน ได้ดังนี้ ( ภาพที่ 3.3 : 63 และ ภาพที่ 3.4 : 64 )



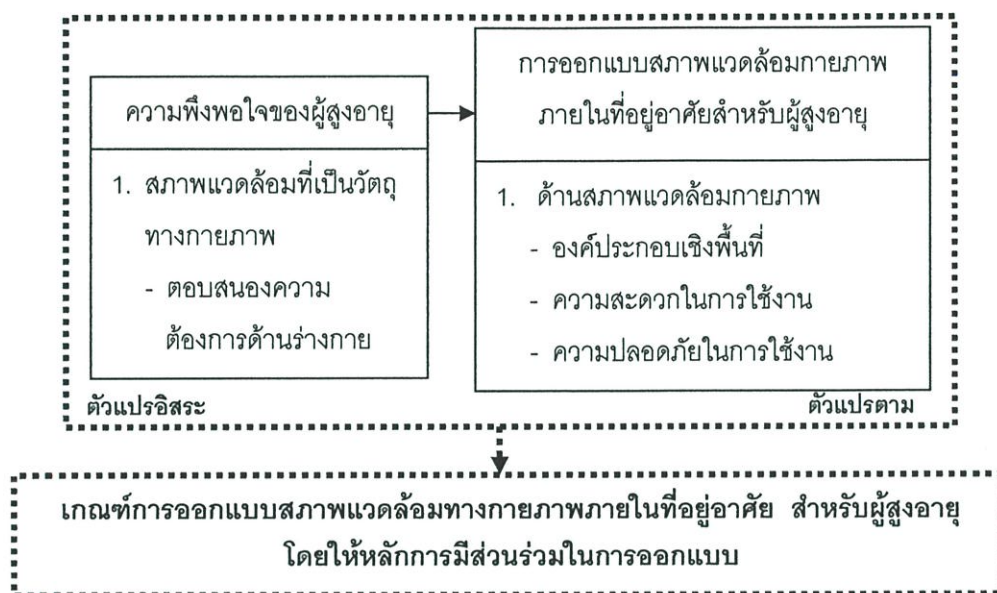
ภาพที่ 3.3 การเชื่อมโยงตัวแปรการวิจัยด้านลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุกับการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

จากภาพที่ 3.3 เป็นการเชื่อมโยงตัวแปรการวิจัยในส่วนของ การเก็บข้อมูล การวิจัยขั้นตอนที่ 1 และ 2 โดยสามารถอธิบายรายละเอียด ได้ดังนี้

1. ตัวแปรอิสระ คือ ลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยตัวแปรย่อยต่างๆ ได้แก่ ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ , ด้านกิจกรรม และความต้องการ รวมถึงรูปแบบวิถีชีวิตของผู้สูงอายุ

2. ตัวแปรตาม คือ สภาพแวดล้อมกายภาพภายใน ประกอบด้วยตัวแปรย่อยต่างๆ ได้แก่ องค์ประกอบเชิงพื้นที่ , ความสะดวกและความปลอดภัยในการใช้งาน

ซึ่งแสดงว่า เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ นั้น นักออกแบบต้องคำนึงถึงลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุเป็นหลัก เพื่อทราบถึงข้อจำกัด และ มีความเข้าใจด้านผู้สูงอายุ



ภาพที่ 3.4 การเชื่อมโยงตัวแปรการวิจัยด้านความพึงพอใจของผู้สูงอายุกับสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

จากภาพที่ 3.4 เป็นการเชื่อมโยงตัวแปรการวิจัยในส่วนของการเก็บข้อมูลการวิจัยขั้นตอนที่ 2 โดยสามารถอธิบายรายละเอียด ได้ดังนี้

1. ตัวแปรอิสระ คือ ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ
2. ตัวแปรตาม คือ การออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วยตัวแปรย่อยต่างๆ ได้แก่ องค์ประกอบเชิงพื้นที่ , ความสะดวก และความปลอดภัยในการใช้งาน

ซึ่งแสดงว่า เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ซึ่งนักออกแบบต้องคำนึงถึงการมีส่วนร่วมในการออกแบบของกลุ่มผู้สูงอายุ ( ผู้สูงอายุ ) เป็นหลัก เพื่อการออกแบบที่สามารถรองรับการใช้งาน และเหมาะสมต่อลักษณะทางกายภาพ รวมถึงความต้องการของผู้สูงอายุมากที่สุด

ตาราง 3.3 วิธีการค้นหาข้อมูลสำหรับการวิจัยชุดนี้ เพื่อตอบวัตถุประสงค์ และ คำถามการวิจัย

วิธีการ ตัวแปรการวิจัย	การทบทวนวรรณกรรม Literature Research	Observation / Field Survey การสังเกตการณ์ / แบบสำรวจ	Focused Interview การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก	Opened form Questionnaire แบบสอบถามปลายเปิด	Closed form Questionnaire แบบสอบถามปลายปิด	Sketch Plot บันทึกภาพ / วาดภาพ	Pattern Analysis การวิเคราะห์รูปแบบ	วัตถุประสงค์	คำถามการวิจัย
<p>สภาพแวดล้อมที่เป็นวัตถุทางกายภาพ</p> <p>1. ด้านสภาพแวดล้อม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- องค์ประกอบเชิงพื้นที่</li> <li>- อุปกรณ์อำนวยความสะดวก (ราวจับ, วัสดุกันลื่น, อุปกรณ์อื่นๆ)</li> </ul>	* *	* *	* *			* *	* *	2 2	2/3 2/3
<p>ลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ</p> <p>1. ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ลักษณะเฉพาะของบุคคล</li> <li>- ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ</li> </ul>	* *			* *	* *			1 1	1/3 1/3
<p>2. ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม</p> <p>2.1 วิถีชีวิตในอดีตและปัจจุบัน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ตำแหน่งทางสังคม</li> <li>- แบบแผนพฤติกรรม</li> <li>- สถานภาพ</li> <li>- รายได้</li> <li>- บทบาทและหน้าที่</li> <li>- แบบแผนครอบครัว</li> <li>- การศึกษา</li> </ul>				* *	* * * * * *			1 1 1 1 1 1 1	1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3 1/3
<p>2.2 ความต้องการของผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ด้านที่อยู่อาศัย</li> </ul>			*		*			1	1/3
<p>3. ด้านกิจกรรม</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- งานอดิเรก / กิจกรรมประจำวัน / กิจกรรมทางสังคม</li> </ul>	*		*		*		*	1	1/3
<p>ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ</p> <p>1. สภาพแวดล้อมที่เป็นวัตถุทางกายภาพ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ตอบสนองความต้องการด้านร่างกาย</li> </ul>			*		*		*	3	3

### 3.5 ขั้นตอนในการทำวิจัย

สามารถแบ่งขั้นตอนในการรวบรวมข้อมูลออกเป็น 10 ขั้นตอน โดยมีรายละเอียดดังนี้ (ดูตารางที่ 3.4 : 67)

3.5.1 ศึกษาข้อมูลปฐมภูมิ ( Primary Data ) จากการสำรวจลักษณะประชากรสูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร จากเอกสารทางสถิติ และการสัมภาษณ์ประชากร รวมถึงข้อมูลเชิงปริมาณ ( Quantitative Data ) และเชิงคุณภาพ ( Qualitative Data ) ด้านผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดกรอบ และขอบเขตในการวิจัย

3.5.2 ศึกษาข้อมูลทุติยภูมิ ( Secondary Data ) จากงานวิจัย , หนังสือ , เอกสาร และแหล่งข้อมูลต่างๆที่เกี่ยวข้อง รวมถึงการสำรวจความเป็นไปได้ในการวิจัย จากแบบสอบถาม และศึกษาข้อมูลสภาพแวดล้อม ( Environmental Data ) จากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และจากการสังเกตการณ์สภาพที่อยู่อาศัยโดยรวม ( โครงการศึกษานำร่อง = Pilot – study ) เพื่อเป็นข้อมูลเปรียบเทียบและใช้เป็นแนวทางในการวิจัย

3.5.3 ศึกษาข้อมูลที่ได้ในขั้นตอนที่ 1 และ 2 เพื่อเปรียบเทียบหาความสัมพันธ์ ความเป็นเหตุเป็นผลในการทำวิจัย

3.5.4 ออกแบบและวางแผนโครงการวิจัย เพื่อเป็นแนวทางในการทำวิจัย

3.5.5 เก็บข้อมูล โครงการศึกษานำร่อง ( Pilot – test ) จากการศึกษาในขั้นต้นด้วยแบบสอบถาม เพื่อทดสอบความสมบูรณ์ และความเหมาะสมของเครื่องมือ ( แบบสอบถาม ) โดยนำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือต่อไป

3.5.6 จัดส่งแบบสอบถามชุดที่ 1 ไปยังกลุ่มตัวอย่างที่จัดเตรียมไว้ทั้งหมดทางไปรษณีย์ และจัดเก็บข้อมูลกลับคืน โดยกลุ่มตัวอย่างส่งแบบสอบถามกลับมายังผู้ทำวิจัย

3.5.7 สรุปและวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามชุดที่ 1 เพื่อสรุปพื้นที่ที่ใช้ในการทำวิจัย

3.5.8 ผลจากการสำรวจ และ ศึกษาขั้นตอนที่ 7 ในส่วนของขั้นตอนที่ 8 นี้เป็นการสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่างและการสุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และศึกษา

ข้อมูลพฤติกรรม ( Behavioral Data ) และ สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

- ศึกษาข้อมูลลักษณะทางกายภาพภายในสถานที่ที่ผู้สูงอายุใช้ดำรงชีวิตประจำวัน เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของส่วนประกอบต่างๆ โดยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และการสังเกตการณ์ เพื่อเป็นข้อมูลด้านการจัดการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน
- ศึกษาข้อมูลพฤติกรรม ( Behavioral Data ) ถึงประเภทกิจกรรม และลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุ เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรม และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในสภาพแวดล้อมกายภาพ โดยการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ และสังเกตการณ์ตามลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเป็นข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
- ศึกษาข้อมูลด้านความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ในส่วนของการมีส่วนร่วมในการออกแบบของกลุ่มตัวอย่าง ( ผู้สูงอายุ )

3.5.9 สรุปและวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ เพื่อสรุปและวางแผนการออกแบบพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

3.5.10 จัดทำรายงาน พร้อมทั้งนำเสนอผลการวิจัยต่อกรรมการต่อไป

ตารางที่ 3.4 ตารางแสดงการดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนการวิจัย	สัปดาห์									
	เม.ย. 45 1 - 5	พ.ค.-มิ.ย. 45 6-10	มิ.ย.-ก.ค. 45 11-15	ก.ค.-ส.ค. 45 16-20	ส.ค.-ก.ย. 45 21-25	ก.ย.-ต.ค. 45 26-30	ต.ค.-พ.ย. 45 31-35	ธ.ค. 45 36-40	ม.ค.-ก.พ. 46 41-45	ก.พ.-มี.ค. 46 46-50
Literature research	■									
Pilot study - Observation & Questionnaire		■								
Literature research			■							
Research design				■						
Pilot - test และแก้ไขแบบสอบถาม					■					
Questionnaire & By mailing method					■					
Data Collection & Data compilation						■				
Focus Interview & Observation							■			
Data Collection & Data compilation								■		
Analysis of Data									■	
Report Writing										■

หมายเหตุ : เริ่มดำเนินการขั้นตอนที่ 1 ในเดือนเมษายน พ.ศ.2545 และคาดว่าจะแล้วเสร็จประมาณเดือนมีนาคม พ.ศ.2546 ใช้เวลา

ในการดำเนินงานวิจัยทั้งสิ้นประมาณ 50 - 55 สัปดาห์

## บทที่ 4

# ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไป และกิจกรรมภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง รวบรวมข้อมูลด้วยการส่งแบบสอบถามจำนวน 1,000 ชุด ไปยังประธานสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 12 เขต จากทั้งหมด 30 เขต โดยส่งแบบสอบถามในช่วงต้นเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2545 และตอบกลับมาในช่วงปลายเดือนกันยายน พ.ศ. 2545 ผลจากการศึกษาครั้งนี้สามารถสรุปข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ และกิจกรรมต่างๆภายในสภาพแวดล้อมแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

สาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ ในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 12 เขต ที่ทำการศึกษา ประกอบด้วย

1. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตราชบุรี
2. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตมีนบุรี
3. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตบางกอกใหญ่
4. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตบางกอกน้อย
5. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตห้วยขวาง
6. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตจตุจักร
7. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตดุสิต
8. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตธนบุรี
9. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตบึงกุ่ม
10. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตบางขุนเทียน
11. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตทวีวัฒนา
12. สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย สาขาสมาคมสภาฯ ประจำเขตพญาไท

ผลที่ได้จากการศึกษาในขั้นตอนนี้ เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติและสรุปผลด้านการใช้พื้นที่ ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรม และสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และนำเสนอผลสรุปของการศึกษา เพื่อใช้เป็นพื้นที่ในการวิจัยต่อไป โดยศึกษาภาพรวมของผู้สูงอายุ และกิจกรรมต่างๆภายในสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย จากแบบสอบถามที่ได้รับการส่งกลับมายังผู้ทำวิจัย จำนวน 863 ชุด แบบสอบถามที่อยู่ในสภาพสมบูรณ์ คือ ตอบคำถามในส่วนที่ 1 , 2 และ 3 ครบถ้วนสามารถใช้งานได้ ( ภาคผนวก ก/1 : 234 – 240 )

มีจำนวน 706 ชุด และทำการคัดเลือกแบบสอบถามออกเป็น 4 กลุ่ม แบ่งตามประเภทของที่อยู่อาศัย ได้แก่

กลุ่มที่ 1. บ้านเดี่ยว	จำนวน 516 ชุด ( 73.0% )
กลุ่มที่ 2. ทาวน์เฮ้าส์	จำนวน 114 ชุด ( 16.1% )
กลุ่มที่ 3. อาคารพาณิชย์	จำนวน 58 ชุด ( 8.2% )
กลุ่มที่ 4. อาคารชุด ( อพาร์ทเมนท์ , คอนโดมิเนียม )	จำนวน 18 ชุด ( 2.7% )

ผลจากการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามประเภทของที่อยู่อาศัย ที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่มากที่สุด คือ กลุ่มที่ 1. ( บ้านเดี่ยว ร้อยละ 73.0 ) ดังนั้น การศึกษาค้นคว้าจึงทำการศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยว โดยใช้ข้อมูลจากแบบสอบถามในกลุ่มที่ 1. จำนวน 500 ชุด สามารถอธิบายและสรุปผลการศึกษา โดยแบ่งออกเป็นส่วนต่างๆ ได้ดังต่อไปนี้

- 4.1 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
- 4.2 ประเภทกิจกรรม และการใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
- 4.3 การสรุปและอภิปรายผลที่ได้จากการศึกษา

#### 4.1 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วยผู้สูงอายุเพศหญิงและเพศชายที่เป็นสมาชิกสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทยฯ ในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 12 เขต รวม 500 คน พบว่า จำนวนของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ( ร้อยละ 64.6 ) มากกว่าเพศชาย ( ร้อยละ 35.4 ) และมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตกรุงเทพฯ โดยอาศัยอยู่ในเขตจตุจักร ( ร้อยละ 21.0 ) มากที่สุด ( ดูตารางที่ 4.1 : 70 ) และพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ ( ร้อยละ 91.0 ) มีช่วงอายุที่ 65 – 69 ปี ( ร้อยละ 33.4 ) ด้านสถานภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่แต่งงานแล้ว ( ร้อยละ 57.6 )

สำหรับข้อมูลด้านระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีระดับการศึกษาที่ประถมศึกษามากที่สุด ( ดูตารางที่ 4.2 : 70 )

ตารางที่ 4.1 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของผู้สูงอายุในแต่ละเขต ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

เขตที่ทำการศึกษา	เพศ		รวม (คน)	ร้อยละ(%)
	ชาย (คน)	หญิง (คน)		
ราชบุรี	4	19	23	4.6
มีนบุรี	19	26	45	9.0
บางกอกใหญ่	8	19	27	5.4
หนองจอก	20	27	47	9.4
<b>จตุจักร</b>	<b>32</b>	<b>73</b>	<b>105</b>	<b>21.0</b>
ดุสิต	8	19	27	5.4
ธนบุรี	3	11	14	2.8
บึงกุ่ม	2	14	6	1.2
บางขุนเทียน	51	45	96	19.2
ทวีวัฒนา	11	9	20	4.0
บางกอกน้อย	11	32	43	8.6
พญาไท	8	39	47	9.4
<b>รวม</b>	<b>177 คน (35.4%)</b>	<b>323 คน (64.6%)</b>	<b>500 คน</b>	<b>100 %</b>

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ตารางที่ 4.2 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ศาสนา	ร้อยละ(%)		สถานภาพ	ร้อยละ(%)	
	ศาสนาพุทธ	ศาสนาอิสลาม		แต่งงาน	ไม่แต่งงาน
ศาสนา	ศาสนาพุทธ	91.0	สถานภาพ	แต่งงาน	57.6
	ศาสนาอิสลาม	9.0		ไม่แต่งงาน	25.6
				โสด	10.6
				แยกกันอยู่ , หย่าร้าง	6.2
	<b>รวม</b>	<b>100(%)</b>		<b>รวม</b>	<b>100(%)</b>
ช่วงอายุ (ปี)	60 – 64	27.2	ระดับการศึกษา	ประถมศึกษา	30.4
	<b>65 – 69</b>	<b>33.4</b>		ปริญญาตรี	28.0
	70 – 74	22.6		มัธยมศึกษาตอนปลาย	9.8
	75 – 79	10.8		มัธยมศึกษาตอนต้น	9.0
	80 – 84	4.0		สูงกว่าปริญญาตรี	8.8
	85 – 89	1.4		สายอาชีพ(ปวส. ,ปวช)ต่ำ	6.2
	90 ขึ้นไป	0.6		กว่าประถมศึกษา	4.6
				ไม่ได้ศึกษา	3.2
	<b>รวม</b>	<b>100(%)</b>		<b>รวม</b>	<b>100(%)</b>

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ด้านการประกอบอาชีพในอดีตและปัจจุบันของผู้สูงอายุ พบว่า ในอดีตผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับราชการ ( ร้อยละ 29.2 ) สำหรับการประกอบอาชีพในปัจจุบัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ พบว่า ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้ว ( ร้อยละ 28.0 ) ( ดูตารางที่ 4.3 : 71 )

ตารางที่ 4.3 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

	อาชีพเดิม	ร้อยละ(%)	อาชีพปัจจุบัน	ร้อยละ(%)
1	รับราชการ	29.2	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	28.0
2	แม่บ้าน	18.8	แม่บ้าน	21.4
3	อื่นๆ	12.0	อื่นๆ	21.2
4	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	11.0	ค้าขาย , ธุรกิจ	11.6
5	รับจ้างทั่วไป	10.4	รับจ้างทั่วไป	7.8
6	ค้าขาย , ธุรกิจ	10.2	รับราชการ	6.4
7	พนักงานบริษัท	7.4	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	2.2
8	นักวิชาการ	0	วิชาชีพ	0.8
9	วิชาชีพ	1.0	พนักงานบริษัท	0.4
	รวม (%)	100%	รวม (%)	100%

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ผลจากการศึกษาในด้านระดับการศึกษาและด้านการประกอบอาชีพทั้งในอดีต และ ปัจจุบัน พบว่ามีความสัมพันธ์กันโดยสามารถอธิบายได้ดังนี้ ( ดูตารางที่ 4.4 : 72 และ ตารางที่ 4.5 : 73 )

**กลุ่มที่ 1** ผู้สูงอายุที่ไม่ได้ศึกษาจนถึงระดับประถมศึกษา มีการประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่ คือ รับจ้างทั่วไป สำหรับในปัจจุบันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพและเป็นแม่บ้านอยู่บ้าน

**กลุ่มที่ 2** ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่มัธยมศึกษาตอนต้นจนถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย มีการประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่ คือ ค้าขายและรับราชการ สำหรับในปัจจุบันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้วและค้าขาย

**กลุ่มที่ 3** ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป พบว่ามีการประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่ คือ รับราชการ สำหรับในปัจจุบันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้วและบางส่วนยังรับราชการอยู่

จากการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการประกอบอาชีพ สามารถสรุปได้ว่า ในอดีตผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง คือ ตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป ส่วนใหญ่จะรับราชการและเป็นพนักงานรัฐวิสาหกิจ ในขณะที่ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรีส่วนใหญ่จะรับจ้างทั่วไป มีส่วนน้อยที่ประกอบอาชีพรับราชการ ทั้งนี้พบว่าผู้สูงอายุ

ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย ประกอบอาชีพทั้งในอดีตและปัจจุบันคือ การทำธุรกิจ และค้าขาย ดังนั้นจึงมีโอกาสในการสร้างรายได้ที่ยาวนานกว่าผู้สูงอายุในระดับการศึกษาอื่นๆ แต่สำหรับการประกอบอาชีพในปัจจุบัน พบว่าระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการประกอบอาชีพ เนื่องจากผู้สูงอายุทุกระดับการศึกษาส่วนใหญ่เกษียณอายุ และไม่ได้ประกอบอาชีพแล้ว

ตารางที่ 4.4 การเปรียบเทียบสัดส่วน ( คน ) ของระดับการศึกษา กับ ประเภทของการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ ( ในอดีต ) ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ระดับการศึกษา	ประเภทการประกอบอาชีพ (จำนวน = คน)										
	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	รับราชการ	ค้าขาย/ธุรกิจ	แม่บ้าน	รับจ้างทั่วไป	วิชาชีพ	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	พนักงานห้างบริษัท	นักวิชาการ	อื่นๆ	รวม(คน) ร้อยละ(%)
ไม่ได้ศึกษา	0	0	5	2	7	0	0	0	0	2	16 (3.2%)
ต่ำกว่าประถมศึกษา	0	0	1	8	8	1	0	2	0	3	23 (4.6%)
<b>ประถมศึกษา</b>	0	4	19	49	32	3	9	4	0	32	152 (30.4%)
มัธยมศึกษาตอนต้น	0	14	6	5	2	0	7	11	0	0	45 (9.0%)
มัธยมศึกษาตอนปลาย	0	5	19	6	1	0	4	14	0	0	49 (9.8%)
ปริญญาตรี	0	83	1	23	0	0	10	3	0	20	140 (28.0%)
สูงกว่าปริญญาตรี	0	35	0	0	1	1	7	0	0	0	44 (8.8%)
สายอาชีพ (ปวช.)	0	1	0	1	1	0	15	2	0	1	21 (4.2%)
สายอาชีพ (ปวส.)	0	4	0	0	0	0	3	1	0	2	10 (2.0%)
<b>รวม (คน)</b>	0	146	51	94	52	5	55	37	0	60	500
<b>ร้อยละ(%)</b>	0	29.2	10.2	18.8	10.4	1.0	11.0	7.4	0	12.0	100%

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

- ผลรวมและค่าร้อยละในแนวดิ่ง ( ขวา ) แสดงผลรวมของจำนวนผู้สูงอายุ ( คน ) ด้านระดับการศึกษา
- ผลรวมและค่าร้อยละในแนวนอน ( ล่าง ) แสดงผลรวมของจำนวนผู้สูงอายุ ( คน ) ด้านประเภทการประกอบอาชีพ

ตารางที่ 4.5 การเปรียบเทียบสัดส่วน ( คน ) ของระดับการศึกษา กับ ประเภทของการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ ( ในปัจจุบัน ) ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ระดับการศึกษา	ประเภทการประกอบอาชีพ (จำนวน = คน)										รวม (คน) ร้อยละ(%)
	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	รับราชการ	ค้าขาย/ธุรกิจ	แม่บ้าน	รับจ้างทั่วไป	วิชาชีพ	พนักงานรัฐวิสาหกิจ	พนักงานห้างร้าน/บริษัท	นักวิชาการ	อื่นๆ	
ไม่ได้ศึกษา	6	0	4	2	4	0	0	0	0	0	16 (3.2%)
ต่ำกว่าประถมศึกษา	7	0	1	9	2	1	1	0	0	2	23 (4.6%)
<b>ประถมศึกษา</b>	<b>62</b>	<b>1</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>21</b>	<b>152</b> <b>(30.4%)</b>
มัธยมศึกษาตอนต้น	12	0	4	20	0	0	2	1	0	6	45 (9.0%)
มัธยมศึกษาตอนปลาย	4	1	28	9	2	1	1	0	0	3	49 (9.8%)
ปริญญาตรี	23	6	10	11	21	1	0	0	0	68	140 (28.0%)
สูงกว่าปริญญาตรี	6	24	0	3	1	0	6	0	1	3	44 (8.8%)
สายอาชีพ (ปวช.)	16	0	0	3	0	0	0	1	0	1	21 (4.2%)
สายอาชีพ (ปวส.)	4	0	1	1	1	0	0	0	0	3	10 (2.0%)
<b>รวม (คน)</b>	<b>140</b>	<b>32</b>	<b>58</b>	<b>106</b>	<b>39</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>107</b>	<b>500</b>
<b>ร้อยละ(%)</b>	<b>28.0</b>	<b>6.4</b>	<b>11.6</b>	<b>21.2</b>	<b>7.8</b>	<b>0.8</b>	<b>2.2</b>	<b>0.4</b>	<b>0.2</b>	<b>21.4</b>	<b>100%</b>

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

- ผลรวมและค่าร้อยละในแนวดิ่ง ( ขวา ) แสดงผลรวมของจำนวนผู้สูงอายุ ( คน ) ด้านระดับการศึกษา
- ผลรวมและค่าร้อยละในแนวนอน ( ล่าง ) แสดงผลรวมของจำนวนผู้สูงอายุ ( คน ) ด้านประเภทการประกอบอาชีพ

ด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือนในอดีตของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ประมาณ 1 – 5,000 บาท ( ร้อยละ 32.4 ) ด้านแหล่งที่มาของรายได้ในปัจจุบันของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับเงินจากบุตรหลาน ( ร้อยละ 32.8 ) และแบบแผนครอบครัวของผู้สูงอายุทั้ง

ในอดีตและปัจจุบัน ส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว ( ร้อยละ 52.6 ) และผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีบุตรจำนวน 1 – 2 คน ( ร้อยละ 31.0 ) อาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัว ( ร้อยละ 42.2 ) (ดูตารางที่ 4.6 : 74)

ตารางที่ 4.6 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านรายได้ , แหล่งที่มาของรายได้ , แบบแผนครอบครัว และจำนวนบุตรของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ระดับรายได้ (บาท)	ร้อยละ(%)	แหล่งที่มาของรายได้/ปัจจุบัน	ร้อยละ(%)
ไม่มีรายได้	15.0	จากบุตรหลาน	32.8
1 - 5,000 บาท	32.4	จากการประกอบอาชีพ	28.2
5,001 - 10,000 บาท	15.6	อื่นๆ	22.0
10,001 - 15,000 บาท	12.4	ไม่มีรายได้	14.6
15,001 - 20,000 บาท	8.6	จากญาติพี่น้อง	2.4
20,001 - 25,000 บาท	4.6		
25,001 - 30,000 บาท	6.6		
30,001 - 35,000 บาท	0.4		
35,001 - 40,000 บาท	2.0		
40,001 - 45,000 บาท	1.8		
45,001 - 50,000 บาท	0.6		
50,001 บาท ขึ้นไป	0		
รวม (%)	100%	รวม (%)	100%
แบบแผนครอบครัวในอดีต	ร้อยละ(%)	แบบแผนครอบครัวในปัจจุบัน	ร้อยละ(%)
ครอบครัวเดี่ยว	52.6	ครอบครัวเดี่ยว	55.2
ครอบครัวขยาย	44.0	ครอบครัวขยาย	38.6
ครอบครัวคนเดียว (อยู่คนเดียว)	3.4	ครอบครัวคนเดียว (อยู่คนเดียว)	6.2
รวม (%)	100%	รวม (%)	100%
จำนวนบุตร (คน)		บุคคลที่อยู่ร่วมกัน	
ไม่มีบุตร	19.0	ครอบครัว	42.2
1 - 2	31.0	บุตรหลาน	22.4
3 - 4	30.0	คู่สมรส	17.6
5 - 6	13.6	อยู่คนเดียว	6.6
7 คนขึ้นไป	6.4	บุตร	6.4
		หลาน	4.8
รวม (%)	100%	รวม (%)	100%

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ข้อสังเกตจากผลการศึกษาในส่วนนี้ คือ ระดับการศึกษาที่มีผลต่อระดับรายได้และการประกอบอาชีพทั้งในอดีตและปัจจุบัน โดยผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป โดยเฉพาะในระดับปริญญาตรีส่วนใหญ่ประกอบอาชีพในอดีตด้วยการรับราชการ และปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ โดยมีรายได้จากเงินบำนาญของตนเอง ส่วนผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำ

กว่าปริญญาตรีส่วนใหญ่ประกอบอาชีพด้านการรับจ้างทั่วไป และอาชีพอื่นๆ เช่น ค้าขาย , ทำนา , รับจ้าง และอาชีพอิสระต่างๆ โดยในปัจจุบันมีรายได้จากการเลี้ยงดูของบุตรหลานและคู่สมรส อีกทั้งยังพบว่า มีผู้สูงอายุบางส่วนยังต้องประกอบอาชีพรับจ้างและงานฝีมืออยู่ เนื่องจากไม่มีบุตรหลานเลี้ยงดูและไม่มีเงินบำนาญ และผลจากการศึกษาด้านระดับรายได้ พบว่ามีความสัมพันธ์กับระดับการศึกษาและการประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ โดยสามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับระดับรายได้ สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง คือ ตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไปส่วนใหญ่จะมีรายได้สูง ในขณะที่ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่จะมีรายได้น้อยกว่า ( ดูตารางที่ 4.7 : 76 ) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประกอบอาชีพของผู้สูงอายุ โดยสามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 3 คือ ระดับการศึกษา , ระดับรายได้ และการประกอบอาชีพ ได้ดังนี้

**กลุ่มที่ 1** ผู้สูงอายุที่ไม่ได้ศึกษา จนถึงระดับประถมศึกษา การประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่คือ รับจ้างทั่วไป สำหรับปัจจุบันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพและเป็นแม่บ้านอยู่บ้าน โดยมีช่วงรายได้ตั้งแต่ 0 – 35,000 บาท และมีระดับรายได้ส่วนใหญ่อยู่ที่ 1 – 5,000 บาท

**กลุ่มที่ 2** ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่มัธยมศึกษาตอนต้น จนถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย การประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่คือ ค้าขายและรับราชการ สำหรับปัจจุบันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพและค้าขาย โดยมีช่วงรายได้ตั้งแต่ 0 – 50,000 บาท และมีระดับรายได้ส่วนใหญ่อยู่ที่ 1 – 5,000 บาท

**กลุ่มที่ 3** ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไป พบว่าการประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่คือ รับราชการ สำหรับในปัจจุบันผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพ และบางส่วนยังรับราชการอยู่ โดยการเป็นที่ปรึกษาด้านวิชาการและด้านอื่นๆตามความสามารถของตน โดยมีช่วงรายได้ตั้งแต่ 1 – 50,000 บาท และมีระดับรายได้ส่วนใหญ่อยู่ที่ 5,001 – 15,000 บาท

ตารางที่ 4.7 การเปรียบเทียบสัดส่วน ( คน ) ระหว่างระดับการศึกษา กับ ระดับรายได้ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ระดับการศึกษา	ระดับรายได้ (บาท)											รวม (คน) ร้อยละ(%)
	ไม่มีรายได้	1 – 5,000 บาท	5,001 – 10,000 บาท	10,001 – 15,000 บาท	15,001 – 20,000 บาท	20,001 – 25,000 บาท	25,001 – 30,000 บาท	30,001 – 35,000 บาท	35,001 – 40,000 บาท	40,001 – 45,000 บาท	45,001 – 50,000 บาท	
ไม่ได้ศึกษา	5	10	1	0	0	0	0	0	0	0	0	16 (3.2%)
ต่ำกว่า ประถมศึกษา	7	11	3	1	1	0	0	0	0	0	0	23 (4.6%)
<b>ประถมศึกษา</b>	40	83	18	5	3	1	1	1	0	0	0	152 (30.4%)
มัธยมศึกษาตอนต้น	4	17	7	5	6	1	4	0	0	0	1	45 (9.0%)
มัธยมศึกษา ตอนปลาย	3	32	7	1	3	0	3	0	0	0	0	49 (9.8%)
ปริญญาตรี	0	7	14	44	24	11	21	0	10	9	0	140 (28.0%)
สูงกว่าปริญญาตรี	0	0	28	1	2	9	2	1	0	0	1	44 (8.8%)
สายอาชีพ (ปวช.)	15	1	0	0	3	0	1	0	0	0	1	21 (4.2%)
สายอาชีพ (ปวส.)	1	1	0	5	1	1	1	0	0	0	0	10 (2.0%)
<b>รวม (คน)</b>	75	162	78	62	43	23	33	2	10	9	3	500
<b>ร้อยละ(%)</b>	15.0	32.4	15.6	12.4	8.6	4.6	6.6	0.4	2.0	1.8	0.6	100%

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

- ผลรวมในแนวดิ่ง ( ขวา ) แสดงผลรวมของจำนวนผู้สูงอายุ ( คน ) ด้านระดับการศึกษา
- ผลรวมในแนวนอน ( ล่าง ) แสดงผลรวมของจำนวนผู้สูงอายุ ( คน ) ด้านระดับรายได้

ด้านบทบาท และหน้าที่ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นหัวหน้าครอบครัว ( ร้อยละ 36.1 ) ( ดูตารางที่ 4.8 : 77 )

ตารางที่ 4.8 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านบทบาท และ หน้าที่ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

บทบาทและหน้าที่	ร้อยละ(%)
หัวหน้าครอบครัว	36.1
อบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน	33.6
ที่ปรึกษาในด้านต่างๆ	11.1
ผู้นำด้านต่างๆ	8.8
อื่นๆ	5.2
นักแนะแนวด้านต่าง	4.8
นักปรัชญาในด้านต่างๆ	0.4
รวม	100(%)

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ด้านกายภาพของผู้สูงอายุนั้น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความสูงประมาณ 155 – 159 ซม. ( ร้อยละ 28.2 ) และมีน้ำหนักประมาณ 50 – 54 กก. ( ร้อยละ 19.0 ) ( ดูตารางที่ 4.9 : 77 ) และผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นโรคข้อโดยเฉพาะข้อเข่า ( ร้อยละ 16.6 ) ( ดูตารางที่ 4.10 : 78 )

ตารางที่ 4.9 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านกายภาพ ( ส่วนสูง และ น้ำหนัก ) ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

น้ำหนัก (กก.)	ร้อยละ(%)	ส่วนสูง (ซม.)	ร้อยละ(%)
ต่ำกว่า 40 กก.	1.8	ต่ำกว่า 140 ซม.	0.6
40 – 44	4.8	140 – 144	1.4
45 – 49	7.0	145 – 149	5.8
<u>50 – 54</u>	<u>19.0</u>	150 – 154	22.4
55 – 59	17.4	<u>155 – 159</u>	<u>28.2</u>
60 – 64	15.6	160 – 164	18.6
65 – 69	14.6	165 – 169	14.0
70 – 74	11.0	170 ซม. ขึ้นไป	9.0
75 – 79	4.2		
80 ขึ้นไป	4.6		
รวม	100(%)	รวม	100(%)

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ตารางที่ 4.10 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

สุขภาพ	ร้อยละ(%)
โรคข้อโดยเฉพาข้อเข่า	16.6
ความดันโลหิตสูง	16.3
โคเรสเตอรอลในเลือดสูง	13.3
โรคตา	10.7
โรคเบาหวาน	10.0
นอนไม่หลับ	8.8
กั้นปัสสาวะไม่ได้	5.8
ปวดหลังเรื้อรัง	5.7
โรคหลอดเลือดหัวใจและโรคหัวใจอื่นๆ	5.6
ความผิดปกติของการได้ยิน	3.9
โรคหลอดเลือดในสมอง	1.4
รวม	100(%)

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ด้านการตอบรับการมีส่วนร่วมการวิจัยในส่วนของการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และการเข้าถึงเหตุการณ์สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุตอบรับ ( ร้อยละ 70.2 ) มากกว่าไม่ตอบรับ ( ร้อยละ 29.8 ) โดยผู้สูงอายุที่ตอบรับเป็นเพศหญิง ( ร้อยละ 76.1 ) มากกว่าเพศชาย ( ร้อยละ 23.9 ) ( ดูตารางที่ 4.11 : 78 )

ตารางที่ 4.11 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านการตอบรับการมีส่วนร่วมการวิจัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การตอบรับการมีส่วนร่วมการวิจัย	ร้อยละ(%)	เพศหญิง ร้อยละ(%)	เพศชาย ร้อยละ(%)
ตอบรับ	70.2	76.1	23.9
ไม่ตอบรับ	29.8	-	-
รวม	100(%)		

## 4.2 ประเภทกิจกรรม และการใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

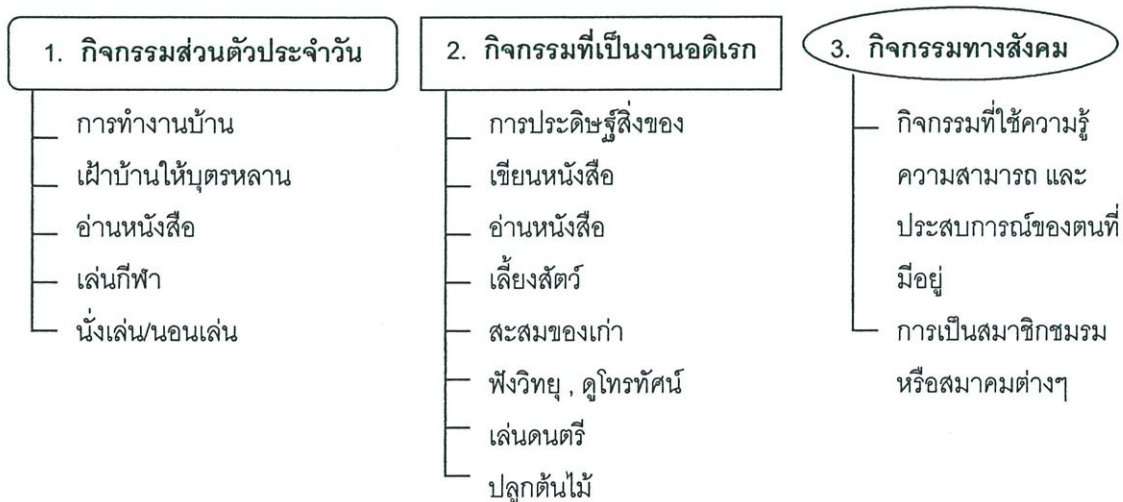
ผลจากการตอบแบบสอบถามข้อมูลด้านประเภทกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวัน พบว่าสามารถแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ (ดูตารางที่ 4.12 : 82) ดังนี้

กลุ่มที่ 1 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้แก่ การนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 10.22 ) และดูโทรทัศน์ ( ร้อยละ 10.22 ) เนื่องจากผู้สูงอายุไม่ได้ประกอบอาชีพ มีเวลาว่างและใช้เวลาอยู่บ้านกับครอบครัวและบุตรหลานเกือบตลอดทั้งวัน และใช้ความรู้ความสามารถของตนเองที่มีอยู่ด้วยการประกอบกิจกรรมทางสังคม โดยการเข้าเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุและชมรมอื่นๆตามที่ตนเองมีความสนใจ

กลุ่มที่ 2 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวันอื่นๆ ได้แก่ การสังสรรค์กับเพื่อน , เลี้ยงสัตว์ , เลี้ยงหลาน , สะสมของเก่า , ประดิษฐ์สิ่งของ , เขียนหนังสือและเล่นดนตรี ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ มีการปฏิบัติที่แตกต่างกันออกไปตามลักษณะของรูปแบบครอบครัว ความสนใจและความชอบส่วนตัวของผู้สูงอายุ

ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นที่การประกอบกิจกรรมในกลุ่มที่ 1 ( กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ ) โดยเฉพาะกิจกรรมที่ปฏิบัติมากที่สุด คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น และ ดูโทรทัศน์ รองลงมาคือ พังวิทยุ , ทำงานบ้าน , อ่านหนังสือ , ปลูกต้นไม้และเฝ้าบ้าน

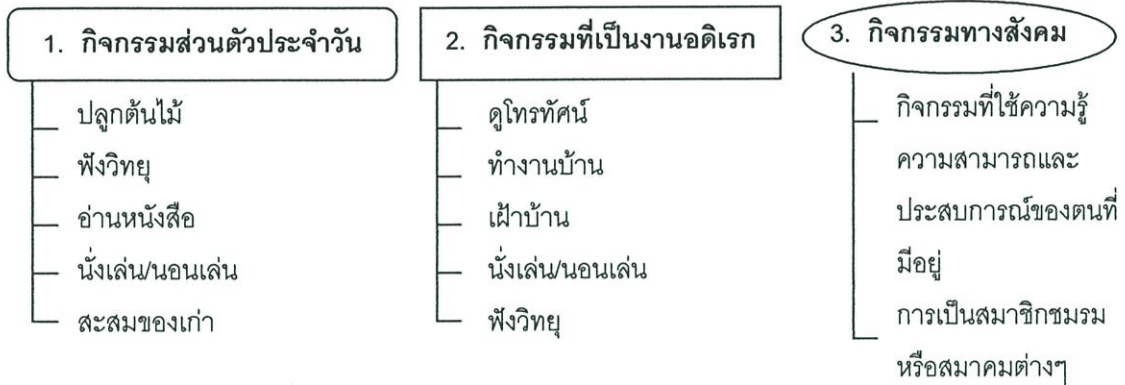
จากการศึกษาในเบื้องต้นเกี่ยวกับลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน ได้กล่าวถึงการจัดประเภทของลักษณะกิจกรรม (ดูภาพที่ 4.1 : 79) ดังนี้



ภาพที่ 4.1 ลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน จากการทบทวนวรรณกรรม

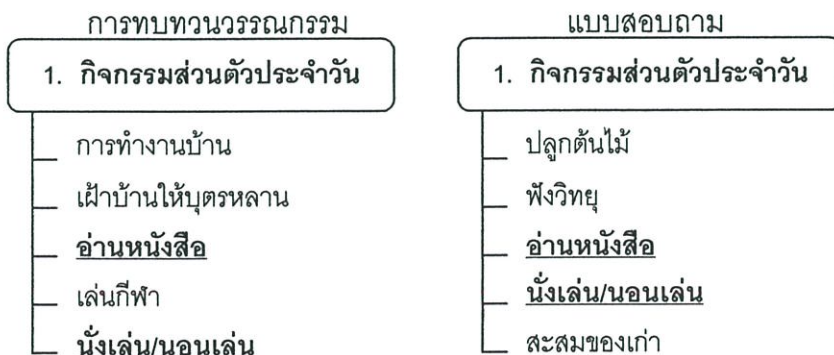
ผลการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามด้านประเภทกิจกรรม ที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ( ดูตารางที่ 4.12 : 82 และ ภาพที่ 4.2 : 80 ) พบว่า

1. การประกอบกิจกรรมส่วนตัวประจำวัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะปลูกต้นไม้ ( ร้อยละ 14.07 )
2. กิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะดูโทรทัศน์ ( ร้อยละ 16.34 )
3. กิจกรรมทางสังคม พบว่า ผู้สูงอายุเป็นสมาชิกชมรม และ สมาคมผู้สูงอายุทุกคน



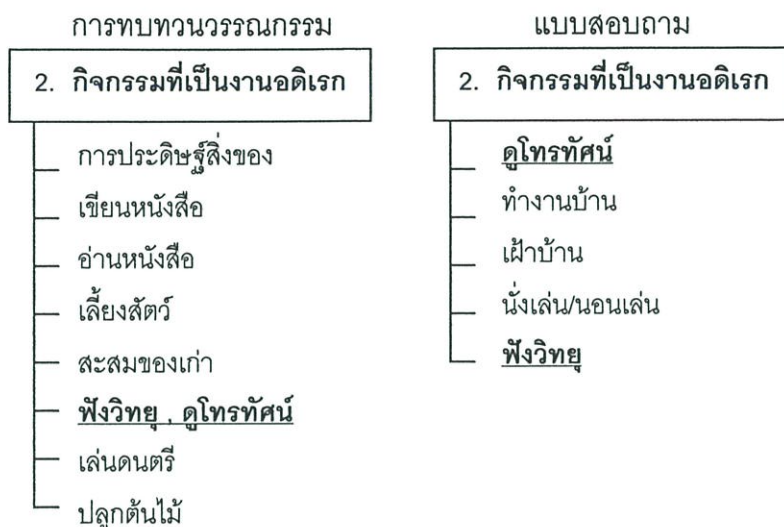
ภาพที่ 4.2 ลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน ด้วยการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม

เมื่อเปรียบเทียบข้อมูลการทบทวนวรรณกรรม กับการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม พบว่ากิจกรรมส่วนตัวประจำวันของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา ตรงกับข้อมูลการทบทวนวรรณกรรม ในส่วนของกิจกรรมการอ่านหนังสือ และนั่งเล่น / นอนเล่น เท่านั้น ส่วนกิจกรรมอื่นๆ พบว่าผู้สูงอายุจะปลูกต้นไม้ , ฟังวิทยุ และสะสมของเก่า ( ดูภาพที่ 4.3 : 80 )



ภาพที่ 4.3 การเปรียบเทียบลักษณะกิจกรรมส่วนตัวของผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน ระหว่างการทบทวนวรรณกรรม กับการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม

ด้านกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรกของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตรงกับข้อมูลการทบทวนวรรณกรรม ในส่วนของกิจกรรมการดูโทรทัศน์และฟังวิทยุ เท่านั้น ส่วนกิจกรรมอื่นๆ พบว่าผู้สูงอายุจะทำงานบ้าน , ใฝ่บ้าน และ ฟังวิทยุ ( ภาพที่ 4.4 : 81 )



ภาพที่ 4.4 การเปรียบเทียบลักษณะกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรกของผู้สูงอายุ ระหว่างการทบทวนวรรณกรรม กับ การเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม

ด้านกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตรงกับข้อมูลการทบทวนวรรณกรรม คือ กิจกรรมที่ใช้ความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ของตนที่มีอยู่ และการเป็นสมาชิกชมรมหรือสมาคมต่างๆ

จากการสรุปผลด้านการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้ คือ กิจกรรมในกลุ่มที่ 1 ( กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ ) คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น , ดูโทรทัศน์ , ฟังวิทยุ , ทำงานบ้าน , อ่านหนังสือ , ปลูกต้นไม้และใฝ่บ้าน

โดยจะอภิปรายผลด้านการใช้พื้นที่ของแต่ละกิจกรรมในขั้นตอนต่อไป

ตารางที่ 4.12 ข้อมูลด้านประเภทกิจกรรมในการดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

		ร้อยละ(%)			ร้อยละ(%)
ประเภทกิจกรรม	นั่งเล่น / นอนเล่น	10.22	กิจกรรมทางสังคม	เป็นสมาชิกชมรม / สมาคมต่างๆ	100
	ดูโทรทัศน์	10.22		เช่น การประชุมสมาชิก	
	ฟังวิทยุ	9.28		ชมรมภายในพื้นที่นั่งเล่น	
	ทำงานบ้าน	8.89		หรือพื้นที่รับแขกภายในที่อยู่	
	อ่านหนังสือ	8.44		อาศัยของผู้สูงอายุ และการ	
	ปลูกต้นไม้	8.16		ประกอบกิจกรรมอื่นๆ	
	เฝ้าบ้าน	7.91		ร่วมกับสมาชิกชมรม	
	สังสรรค์กับเพื่อน	6.61		ผู้สูงอายุในกรณีที่เจ้าของ	
	เลี้ยงสัตว์	6.13		บ้าน เป็นประธานหรือ	
	เล่นกีฬา	5.79		เลขานุการของชมรม	
	เลี้ยงหลาน	5.54			
	สะสมของเก่า	4.47			
	ประดิษฐ์สิ่งของ	4.08			
	เขียนหนังสือ	2.53			
เล่นดนตรี	1.73				
	รวม	100(%)		รวม	100(%)
กิจวัตรประจำวัน	ประดิษฐ์สิ่งของ	6.75	งานอดิเรก (%)	ประดิษฐ์สิ่งของ	1.38
	เขียนหนังสือ	3.87		เขียนหนังสือ	1.21
	อ่านหนังสือ	9.93		อ่านหนังสือ	7.86
	เลี้ยงสัตว์	6.49		เลี้ยงสัตว์	6.75
	สะสมของเก่า	7.88		สะสมของเก่า	0.83
	ฟังวิทยุ	10.54		ฟังวิทยุ	9.14
	ดูโทรทัศน์	6.66		ดูโทรทัศน์	16.34
	เล่นดนตรี	3.13		เล่นดนตรี	0.22
	ปลูกต้นไม้	14.07		ปลูกต้นไม้	1.93
	นั่งเล่น / นอนเล่น	9.54		นั่งเล่น / นอนเล่น	12.68
	ทำงานบ้าน	4.66		ทำงานบ้าน	15.73
	เลี้ยงหลาน	5.35		เลี้ยงหลาน	6.70
	เฝ้าบ้าน	3.52		เฝ้าบ้าน	14.68
	เล่นกีฬา	7.61		เล่นกีฬา	4.55
	รวม	100(%)		รวม	100(%)

หมายเหตุ : - ตัวหนังสือเข้ม และ ชีตเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ด้านการประกอบกิจกรรมในพื้นที่ต่างๆ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลการศึกษาดังนี้ ( ดูตารางที่ 4.13: 83 และ ภาพที่ 4.5 : หน้า 84 )

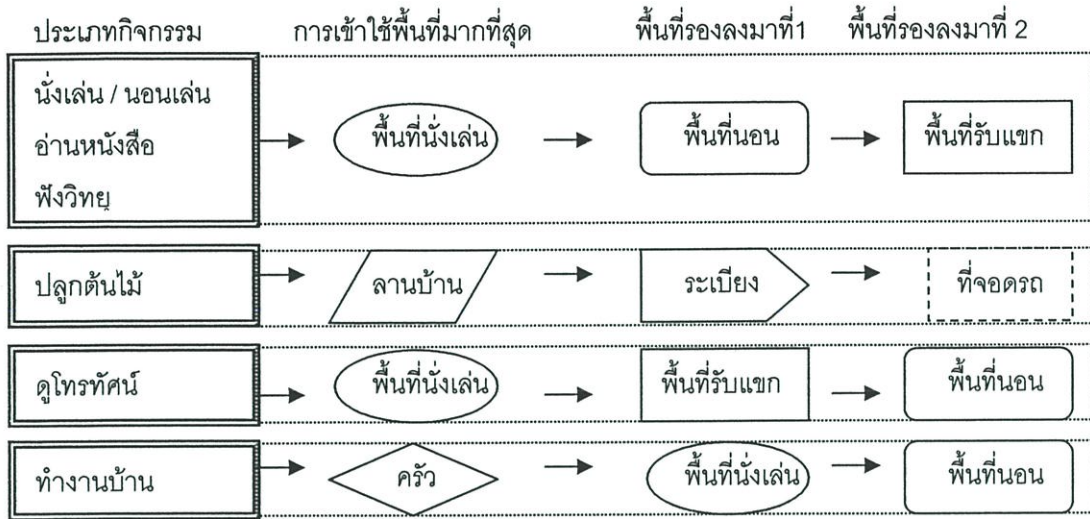
1. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบกิจกรรมการนั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุและอ่านหนังสือ ในพื้นที่นั่งเล่น รองลงมาคือ พื้นที่นอนและพื้นที่รับแขก
2. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบกิจกรรมการดูโทรทัศน์ ในพื้นที่นั่งเล่น รองลงมาคือ พื้นที่รับแขกและพื้นที่นอน
3. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบกิจกรรมการทำงานบ้าน ในพื้นที่ทำครัว รองลงมาคือ พื้นที่นั่งเล่นและพื้นที่นอน
4. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบกิจกรรมการปลูกต้นไม้ ในพื้นที่ลานบ้าน รองลงมาคือ ระเบียง

ตารางที่ 4.13 สัดส่วน ( ร้อยละ ) ของการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ประเภท กิจกรรม	พื้นที่ (ร้อยละ)										รวม (%)
	พื้นที่รับแขก	พื้นที่รับประทานอาหาร	พื้นที่นั่งเล่น	พื้นที่ทำงาน	พื้นที่ทำครัว	พื้นที่นอน	ห้องพระ	ระเบียง	ลานบ้าน	ที่จอดรถ	
ประดิษฐ์สิ่งของ	15.4	8.9	<u>25.6</u>	4.8	4.4	5.6	-	13.7	16.1	5.5	100
เขียนหนังสือ	6.5	2.6	7.8	<u>71.4</u>	-	7.8	-	2.6	1.3	-	100
อ่านหนังสือ	19.5	8.1	<u>42.2</u>	9.9	-	19.6	-	0.1	0.6	-	100
เลี้ยงสัตว์	2.5	2.0	9.1	2.0	-	-	-	16.0	<u>57.1</u>	11.3	100
สะสมของเก่า	25.5	2.2	12.3	1.8	-	21.9	<u>36.3</u>	-	-	-	100
ฟังวิทยุ	16.7	9.7	<u>30.7</u>	6.6	1.1	27.1	-	7.6	0.5	-	100
ดูโทรทัศน์	37.8	7.9	<u>39.1</u>	4.7	-	26.2	3.1	-	-	-	100
เล่นดนตรี	26.1	-	<u>32.0</u>	5.4	-	12.3	-	5.4	-	-	100
ปลูกต้นไม้	-	-	-	-	-	-	-	21.3	<u>78.7</u>	-	100
นั่งเล่น / นอนเล่น	18.0	7.0	<u>33.9</u>	3.2	-	21.0	-	15.3	1.6	-	100
ทำงานบ้าน	11.7	11.1	12.9	6.6	<u>16.8</u>	12.6	8.4	8.0	11.2	0.7	100
เลี้ยงหลาน	14.8	1.4	<u>34.8</u>	4.2	-	9.7	-	12.8	22.3	-	100
เล่นกีฬา	4.7	-	12.2	-	-	5.6	-	22.5	<u>55.0</u>	-	100
สังสรรค์กับเพื่อน	26.6	5.6	21.5	-	-	-	-	16.5	<u>29.8</u>	-	100

หมายเหตุ :- ตัวหนังสือที่ขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

- ผลรวมในแนวดิ่ง ( ขวา ) แสดงผลรวมของสัดส่วน ( ร้อยละ ) ของการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ



ภาพที่ 4.5 การสรุปผลการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้

จากการสรุปผลด้านการประกอบกิจกรรมในพื้นที่ต่างๆภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างพบว่า พื้นที่ส่วนใหญ่ที่ผู้สูงอายุใช้ในการประกอบกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวัน ที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ( ดูตารางที่ 4.14 และ ภาพที่ 4.6 : 85 )

1. พื้นที่นั่งเล่น กิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าใช้พื้นที่ส่วนใหญ่ คือ อ่านหนังสือ ( ร้อยละ 13.4 )
2. รองลงมาคือ พื้นที่ลานบ้าน กิจกรรมที่ผู้สูงอายุเข้าใช้พื้นที่ส่วนใหญ่ คือ ปลูกต้นไม้ ( ร้อยละ 28.7 )

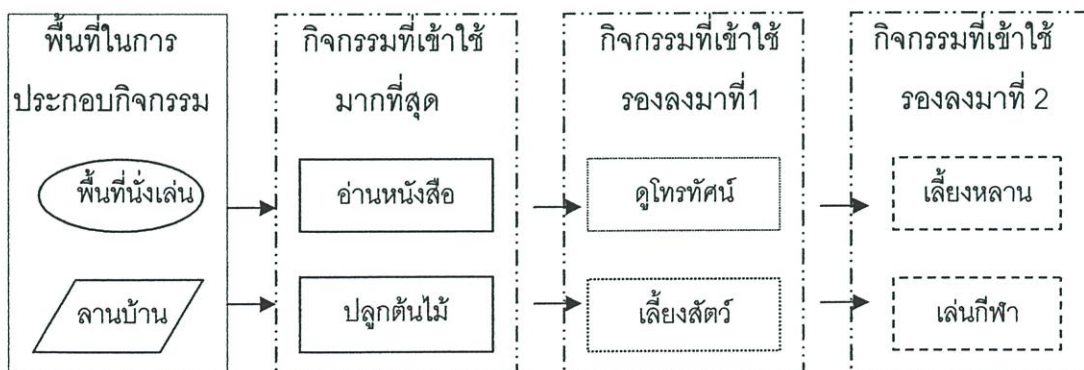
ผลจากการใช้พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ สามารถสรุปได้ว่า พื้นที่นั่งเล่น เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัยมากที่สุด เนื่องจากเป็นพื้นที่ที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมต่างๆ และใช้เวลาในแต่ละวันอยู่กับพื้นที่นี้มากที่สุด ได้แก่ นั่งเล่น / นอนเล่น , ดูโทรทัศน์ , ฟังวิทยุและอ่านหนังสือ ผลจากการสรุปข้อมูลด้านการประกอบกิจกรรมในพื้นที่นั่งเล่น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบกิจกรรมเกี่ยวกับการอ่านหนังสือ ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงเน้นทำการศึกษาเฉพาะส่วนที่เป็นพื้นที่นั่งเล่น เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกในการศึกษาวิจัย

ตารางที่ 4.14 แสดงสัดส่วน (ร้อยละ) ของพื้นที่ที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมต่างๆของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทกิจกรรม	พื้นที่									
	พื้นที่รับแขก	พื้นที่รับประทานอาหาร	พื้นที่นั่งเล่น	พื้นที่ทำงาน	พื้นที่ทำครัว	พื้นที่นอน	ห้องพระ	ระเบียง	ลานบ้าน	ที่จอดรถ
ประดิษฐ์สิ่งของ	6.8	13.3	8.1	3.9	19.7	3.3	-	9.6	5.8	31.4
เขียนหนังสือ	2.8	3.9	2.4	<u>59.2</u>	-	0.6	-	1.8	0.4	-
อ่านหนังสือ	8.6	12.1	<u>13.4</u>	8.2	-	11.5	-	0.1	0.2	-
เลี้ยงสัตว์	1.1	3.0	2.9	1.6	-	-	-	11.2	20.8	<u>64.5</u>
สะสมของเก่า	11.2	3.3	3.9	1.5	-	12.9	<u>75.9</u>	-	-	-
ฟังวิทยุ	7.4	14.5	9.7	5.4	4.9	<u>16.0</u>	-	5.3	0.1	-
ดูโทรทัศน์	<u>16.7</u>	11.8	12.4	3.9	-	15.4	6.4	-	-	-
เล่นดนตรี	11.5	-	10.1	4.4	-	7.2	-	3.8	-	-
ปลูกต้นไม้	-	-	-	-	-	-	-	15.0	<u>28.7</u>	-
นั่งเล่น / นอนเล่น	7.9	10.5	10.7	2.6	-	12.4	-	10.7	0.5	-
ทำงานบ้าน	5.1	<u>16.6</u>	4.1	5.4	<u>75.4</u>	7.4	17.7	5.6	4.0	4.1
เลี้ยงหลาน	6.5	2.1	11.0	3.9	-	5.7	-	9.0	8.1	-
เล่นกีฬา	2.0	-	3.8	-	-	7.6	-	<u>15.8</u>	20.0	-
สังสรรค์กับเพื่อน	12.4	8.9	7.5	-	-	-	-	12.1	11.4	-
รวม (%)	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

หมายเหตุ :- ตัวหนังสือที่ขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

- ผลรวมในแนวนอน(ล่าง) แสดงผลรวมของสัดส่วน(ร้อยละ) ของพื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ



ภาพที่ 4.6 การสรุปผลของการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ด้านช่วงเวลาในการประกอบกิจกรรมในแต่ละวันของผู้สูงอายุ พบว่า ( ดูตารางที่ 4.15 : 86 และ แผนภูมิที่ 4.7 : 87 )

1. ช่วงเช้า (เวลาตื่นนอน – 10.59 น.) ผู้สูงอายุจะทำงานบ้าน (ร้อยละ 13.4) มากที่สุด
2. ช่วงกลางวัน (เวลา 11.00 – 15.59 น.) ผู้สูงอายุจะนั่งเล่น / นอนเล่น (ร้อยละ 14.8) มากที่สุด
3. ช่วงเย็น (เวลา 16.00 – 19.59 น.) ผู้สูงอายุจะดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 11.8) มากที่สุด
4. ช่วงกลางคืน (เวลา 20.00 – เช้านอน) ผู้สูงอายุจะดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 27.2) มากที่สุด

ตารางที่ 4.15 แสดงสัดส่วน ( ร้อยละ ) ของช่วงเวลาในการประกอบกิจกรรมในแต่ละวันของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ประเภทกิจกรรม	ช่วงเวลา (ร้อยละ)			
	เช้า	กลางวัน	เย็น	กลางคืน
ประดิษฐ์สิ่งของ	2.3	5.5	3.2	0.9
เขียนหนังสือ	2.3	4.9	2.8	2.3
อ่านหนังสือ	9.4	11.4	6.9	7.9
เลี้ยงสัตว์	9.2	3.5	7.4	0.8
ฟังวิทยุ	11.4	10.5	9.1	16.7
ดูโทรทัศน์	7.3	7.8	<u>11.8</u>	<u>27.2</u>
เล่นดนตรี	0.7	1.9	2.4	0.6
ปลูกต้นไม้	10.2	2.7	10.4	0.8
นั่งเล่น / นอนเล่น	2.7	<u>14.8</u>	5.8	13.8
ทำงานบ้าน	<u>13.4</u>	8.2	10.7	2.3
เลี้ยงหลาน	6.1	6.8	6.8	3.8
เฝ้าบ้าน	11.8	13.1	10.3	18.2
เล่นกีฬา	7.4	2.6	4.8	0.4
สังสรรค์กับเพื่อน	5.8	6.3	7.6	4.3
รวม (%)	100	100	100	100

หมายเหตุ :- ตัวหนังสือที่ขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

- ผลรวมในแนวนอน ( ล่าง ) แสดงผลรวมของสัดส่วน ( ร้อยละ ) ของช่วงเวลาในการประกอบกิจกรรมในแต่ละวัน

ตื่นนอน → 10.59	11.00 → 15.59	16.00 → 19.59	20.00 → เข้านอน	นอนหลับ
ทำงานบ้าน	นั่งเล่น/นอนเล่น	ดูโทรทัศน์	ดูโทรทัศน์	
เฝ้าบ้าน	เฝ้าบ้าน	ทำงานบ้าน	เฝ้าบ้าน	
ฟังวิทยุ	อ่านหนังสือ	ปลูกต้นไม้	ฟังวิทยุ	

ภาพที่ 4.7 การสรุปผลของช่วงเวลาในการเข้าใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมที่มุ่งเน้นในการวิจัยครั้งนี้ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

### 4.3 สรุปและอภิปรายผลที่ได้จากการศึกษา

จากวัตถุประสงค์ของการศึกษาในขั้นตอนนี้ เพื่อหาข้อสรุปด้านกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ภายในสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และเพื่อหาข้อสรุปด้านพื้นที่ที่ใช้ในการวิจัยต่อไป ดังนั้นจึงสามารถสรุปการอภิปรายผลการศึกษา ดังนี้

4.3.1 กิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ภายในสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวันเป็นส่วนใหญ่ ได้แก่ การนั่งเล่น / นอนเล่น และ ดูโทรทัศน์ ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นที่การประกอบกิจกรรมเหล่านี้

4.3.2 ด้านพื้นที่ที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ

ผลสรุปจากการประกอบกิจกรรม สามารถนำมาอธิบายผลการใช้พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุสรุปได้ว่า พื้นที่นั่งเล่น เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัยมากที่สุด เป็นพื้นที่ที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมต่างๆ และ ใช้เวลาทุกช่วงเวลาในแต่ละวัน ( ยกเว้นเข้านอน ) อยู่กับพื้นที่นี้มากที่สุด และผลจากการสรุปข้อมูลด้านการประกอบกิจกรรมในพื้นที่นั่งเล่นพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบกิจกรรมเกี่ยวกับการอ่านหนังสือ รองลงมาคือ ดูโทรทัศน์ , เลี้ยงหลานและนั่งเล่น / นอนเล่น ดังนั้นการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงเน้นทำการศึกษาเฉพาะส่วนที่เป็นพื้นที่นั่งเล่น เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกในการศึกษาวิจัย

## บทที่ 5

# - การวิเคราะห์และอภิปรายผลด้านกิจกรรม , พฤติกรรม และสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของ ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

กิจกรรม , พฤติกรรม และสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เป็นการศึกษาขั้นตอนที่ 2 ของการวิจัย ด้วยการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากแบบสอบถามในขั้นตอนที่ 1. ( ส่วนที่ 5. การตอบรับการมีส่วนร่วมในการวิจัย ) กลุ่มตัวอย่างในขั้นตอนที่ 2 มีจำนวนทั้งหมด 30 คน ใช้เวลาการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 30 วัน ในช่วง 2 เดือน คือ ต้นเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2545 ถึงปลายเดือนธันวาคม พ.ศ.2545 ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงและเพศชายเท่ากัน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกจากระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย ถึงระดับปริญญาโท วิธีการเก็บข้อมูลในขั้นตอนนี้มี 2 ส่วน ดังนี้

1. การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (ภาคผนวก ก/2. : 241 - 247 ) ตามปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- ด้านกิจกรรมและพฤติกรรม ประกอบกับแบบสัมภาษณ์
- ด้านความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย โดยแบ่งระดับความพึงพอใจออกเป็น 4 ช่วง คือ พึงพอใจมากที่สุด , พึงพอใจมาก , ไม่ค่อยพึงพอใจ และไม่พึงพอใจเลย

การเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ใช้เวลาในการเก็บข้อมูล 1 คน ต่อ 1 วัน โดยใช้เวลาประมาณ 5 – 8 ชั่วโมง โดยการติดต่อเพื่อขอเข้าสัมภาษณ์ในครั้งแรกกระทำโดยผ่านประธานชมรมผู้สูงอายุ จากนั้นติดต่อผู้สูงอายุทางโทรศัพท์เพื่อแนะนำตัวผู้สัมภาษณ์ และแจ้งวัตถุประสงค์ในการเข้าสัมภาษณ์ นัดวันและเวลาในการเข้าพบ โดยผู้สัมภาษณ์นำหนังสือแนะนำตัวจากสถานศึกษา พร้อมทั้งบัตรประจำตัวนักศึกษา ผู้สัมภาษณ์เข้าพบผู้สูงอายุ ที่บ้านของผู้สูงอายุเพียงคนเดียว เพื่อสร้างความไว้วางใจให้กับผู้สูงอายุ ทั้งนี้มีวิธีการในการสัมภาษณ์ที่เป็นลักษณะของการพูดคุยแบบปกติ ตามวินิจัยและสถานการณ์ในขณะนั้นของผู้สัมภาษณ์ เพื่อไม่ทำให้ผู้ถูกสัมภาษณ์รู้สึกเบื่อ และเพื่อให้ได้ข้อมูลความคิดเห็นที่มาจากความรู้สึกของผู้ถูกสัมภาษณ์ การเริ่มต้นพูดคุยจากเรื่องทั่วไปเพื่อให้ผู้ถูกสัมภาษณ์มีความคุ้นเคย และเป็นการสร้างความไว้วางใจต่อกัน เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของผู้สูงอายุไทยและสังคมไทย

2. การเข้าสังเกตการณ์ (ภาคผนวก ข / 1 - 3 : 248 - 274 ) ตามปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย เก็บข้อมูลด้วยการถ่ายรูป , บันทึกผังพื้นและการจัดวางเครื่องเรือน พร้อมทั้งบันทึกรายละเอียดด้านวัสดุ , รูปแบบเครื่องเรือน และสภาพปัญหาต่างๆที่พบ โดยเน้นรายละเอียดภายในพื้นที่นั่งเล่น

- ลักษณะกิจกรรม และพฤติกรรมภายในสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ โดยเน้นกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น เก็บข้อมูลด้วยการบันทึกผังพฤติกรรมภายใน 1 วัน โดยเริ่มจากตื่นนอนจนถึงเข้านอน ในบางกิจกรรม เช่น การนอนเล่นหรือกิจกรรมอื่นที่ไม่สามารถสังเกตพฤติกรรมจริงได้ เนื่องจากผู้สูงอายุไม่สะดวกในการประกอบกิจกรรมนั้นในวันที่เข้าสังเกตการณ์ได้ จึงใช้วิธีการให้ผู้สูงอายุแสดงพฤติกรรมนั้นให้ดูเป็นตัวอย่าง

ผลการศึกษาข้อมูลด้านกิจกรรม , พฤติกรรม และสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง สามารถสรุปและอธิบายรายละเอียดได้ 4 ส่วน ดังนี้

5.1 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

5.2 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

5.3 กิจกรรม และลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

5.4 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

## 5.1 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุ ประกอบด้วยผู้สูงอายุเพศหญิงและเพศชาย จำนวน 30 คน โดยเป็นเพศหญิงและเพศชายเท่ากัน ( ดูตารางที่ 5.1 : 89 ) มีช่วงอายุตั้งแต่ 61 – 76 ปี ส่วนใหญ่มีช่วงอายุที่ 67 – 68 ปี ( ร้อยละ 26.6 ) mean = 69 , S.D. = 4.1501 ) ( ดูตารางที่ 5.2 : 90 )

ตารางที่ 5.1 แสดงจำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านเพศของผู้สูงอายุ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
ชาย	15	50.0
หญิง	15	50.0
รวม	30 คน	100%

ตารางที่ 5.2 แสดงจำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านอายุของผู้สูงอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
61 ปี	1	3.3
63 ปี	2	6.7
64 ปี	1	3.3
65 ปี	1	3.3
66 ปี	3	10.0
<b>67 ปี</b>	<b>4</b>	<b>13.3</b>
<b>68 ปี</b>	<b>4</b>	<b>13.3</b>
69 ปี	1	3.3
70 ปี	3	10.0
72 ปี	1	3.3
73 ปี	2	6.7
74 ปี	3	10.0
75 ปี	3	10.0
76 ปี	1	3.3
<b>รวม</b>	<b>30 คน</b>	<b>100%</b>

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

Mean = 69.1333 , Std. Deviation = 4.1501

ด้านจำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ร่วมกันภายในที่อยู่อาศัย พบว่า มีจำนวนตั้งแต่ 1 – 7 คน ส่วนใหญ่อยู่ที่ จำนวน 1 คน ( ร้อยละ 30.0 ) mean = 3.1 , S.D. = 1.8261 ) ( ดูตารางที่ 5.3 : 90 )

ด้านระยะเวลาในการอาศัยอยู่ภายในที่อยู่อาศัยปัจจุบันนี้ มีตั้งแต่ 7 – 33 ปี โดยส่วนใหญ่อยู่ที่ 14 ปี ( ร้อยละ 30.0 ) mean = 16 ปี , S.D. = 7.6112 ) ( ดูตารางที่ 5.4 : 91 )

ตารางที่ 5.3 แสดงจำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านจำนวนผู้อยู่อาศัยร่วมกับผู้สูงอายุ

จำนวนผู้อยู่อาศัยร่วมกัน	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
<b>1 คน</b>	<b>9</b>	<b>30.0</b>
2 คน	3	10.0
3 คน	6	20.0
4 คน	4	13.3
5 คน	5	16.7
6 คน	2	6.7
7 คน	1	3.3
<b>รวม</b>	<b>30 คน</b>	<b>100%</b>

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

Mean = 3.100 , Std. Deviation = 1.8261

ตารางที่ 5.4 แสดงจำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านระยะเวลาการอยู่อาศัยภายในที่  
อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ระยะเวลาการอยู่อาศัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
7 ปี	3	10.0
9 ปี	3	10.0
12 ปี	6	20.0
<u>14 ปี</u>	<u>9</u>	<u>30.0</u>
20 ปี	3	10.0
25 ปี	3	10.0
33 ปี	3	10.0
<b>รวม</b>	<b>30 คน</b>	<b>100%</b>

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้มและขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

Mean = 16.0000 , Std. Deviation = 7.6112

ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ พบว่า มีความสูงในช่วง 143 – 180 เซนติเมตร ( mean = 158.46 , S.D. = 10.1088 ) ( ดูตารางที่ 5.5 : 92 ) ส่วนใหญ่เพศหญิงมีความสูงประมาณ 155 – 159 เซนติเมตร ในขณะที่เพศชายมีความสูงประมาณ 165 – 169 เซนติเมตร

ด้านน้ำหนักตัวของผู้สูงอายุ พบว่า มีน้ำหนักในช่วง 42 – 80 กิโลกรัม ( mean = 62.73 , S.D. = 10.5502 ) ( ดูตารางที่ 5.5 : 92 )

ทั้งนี้ปัจจัยด้านส่วนสูงและน้ำหนัก มีความสำคัญต่อการออกแบบเครื่องเรือนที่มีความเหมาะสมต่อผู้สูงอายุในด้านขนาดขนาดและความมั่นคงแข็งแรง เพื่อความปลอดภัยในการใช้งาน

ตารางที่ 5.5 แสดงจำนวน ( คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านความสูงและน้ำหนักของผู้สูงอายุ

ความสูง(ซ.ม.)	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)	น้ำหนัก(กก.)	จำนวน (คน)	ร้อยละ(%)
143	2	6.7	42	1	3.3
145	2	6.7	49	2	6.7
148	2	6.7	50	2	6.7
151	1	3.3	51	1	3.3
152	2	6.7	53	3	10.0
153	1	3.3	55	1	3.3
154	2	6.7	57	1	3.3
155	2	6.7	58	1	3.3
156	1	3.3	59	1	3.3
157	1	3.3	63	1	3.3
158	1	3.3	64	2	6.7
160	2	6.7	65	1	3.3
162	1	3.3	68	2	6.7
164	1	3.3	69	1	3.3
165	1	3.3	70	1	3.3
167	1	3.3	71	3	10.0
168	2	6.7	72	1	3.3
171	3	10.0	75	1	3.3
178	1	3.3	76	2	6.7
180	1	3.3	80	2	6.7
<b>รวม</b>	<b>30 คน</b>	<b>100%</b>	<b>รวม</b>	<b>30 คน</b>	<b>100%</b>

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

ความสูง Mean = 158.4667 , Std. Deviation = 10.1088

น้ำหนัก Mean = 66.7333 , Std. Deviation = 10.5502

ด้านปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่ มีปัญหาทางสายตา ( ร้อยละ 47.9 )  
เช่น ต้อ , ตาพร่าและต้อลมแว่น ( ดูตารางที่ 5.6 : 92 )

ตารางที่ 5.6 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ด้านปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ

ปัญหาสุขภาพ	ร้อยละ(%)
สายตา(สวมแว่น , ตาพร่า)	47.9
การทรงตัว , ก้ม , เงย , ลุก-นั่งไม่ถนัด	27.2
การได้ยิน	13.6
เดินไม่สะดวก	6.8
การหยิบจับ	4.5
<b>รวม(%)</b>	<b>100%</b>

ผลการศึกษาด้านลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุมีอายุเฉลี่ยประมาณ 69 ปี มีสถานภาพแต่งงานแล้ว เป็นโสดและเป็นม่าย มีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว จำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ร่วมกันภายในที่อยู่อาศัยเฉลี่ย 3 คน มีระยะเวลาในการอาศัยอยู่ภายในที่อยู่อาศัยปัจจุบันนี้เฉลี่ย 16 ปี และส่วนใหญ่มีความสูงเฉลี่ยประมาณ 158.46 เซนติเมตร โดยเพศหญิงมีความสูงประมาณ 155 – 159 เซนติเมตร ในขณะที่เพศชายมีความสูงประมาณ 165 – 169 เซนติเมตร โดยมีน้ำหนักตัวเฉลี่ย 62.73 กิโลกรัม

อีกทั้งผู้สูงอายุยังมีปัญหาเกี่ยวกับสายตา เช่น ต้อ , ตาพร่าและต้อลมแว่น เมื่อเปรียบเทียบกับการศึกษาทบทวนวรรณกรรมในเบื้องต้น ( สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี. 2541 : 25 ) พบว่า มีความสอดคล้องกับการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ในด้านของสายตาหรือโรคเกี่ยวกับตา และการปวดตามข้อซึ่งมีผลทำให้เกิดปัญหาด้านการทรงตัว การก้ม - เงย , ลูก - นั่งไม่ถนัด รวมถึงการหิบบ้างของ และการเดินไม่สะดวก ( ดูตารางที่ 5.7 : 93 )

ตารางที่ 5.7 แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมกับข้อมูลการศึกษา ด้านปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ

การทบทวนวรรณกรรม	การศึกษา
โรคเกี่ยวกับตา →	สายตา(ต้อลมแว่น , ตาพร่า)
ปวดตามข้อ →	การทรงตัว , ก้ม , เงย , ลูก-นั่งไม่ถนัด
เวียนศีรษะ	การได้ยิน
เป็นลมบ่อยๆ	เดินไม่สะดวก
นอนไม่หลับ	การหิบบ้าง

ดังนั้น การวางแผนทีในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ จึงต้องคำนึงถึงลักษณะทางกายภาพและสภาพปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ เป็นสำคัญ โดยเฉพาะปัญหาที่เกี่ยวกับสายตา ซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของผู้สูงอายุตามอายุ ซึ่งกล่าวถึงผลกระทบที่ทำให้เซลล์รับแสงลดลง และต้องการแสงสว่างมากขึ้น การมองเห็นในระยะใกล้ไม่ชัด ความไวต่อแสงของจอตาลดลง การปรับตาต่อความมืดและสว่างลดลง ทำให้เกิดอุบัติเหตุและการหกล้มได้ง่ายขึ้น ความสามารถมองวัตถุในที่มืดจะดีกว่าในที่แจ้ง การรับรู้สีลดลงโดยเริ่มจากสีฟ้า สีน้ำเงินและสีเขียว ตามลำดับ

และจากการศึกษาปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัวของผู้สูงอายุนั้น มีสาเหตุมาจากกระดูกพรุนเปราะบางและลดความแข็งแรง ทำให้เกิดท่าทางการเดินที่เปลี่ยนแปลงไปเรียกว่า “ ท่าเดินผู้สูงอายุ ” ( senile gait ) ( ดูคำอธิบายในตารางที่ 2.1 : 26 ) และมีการทรงตัวไม่ดี ซึ่งเป็นปัจจัย

ร่วมของการหกล้มที่มีมากขึ้นในผู้สูงอายุ การออกแบบสภาพแวดล้อมจึงต้องคำนึงถึงเรื่องของแสงสว่างที่เพียงพอ , การใช้สีที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน รวมถึงตำแหน่งของสวิตช์ไฟที่เหมาะสม การออกแบบเครื่องเรือนที่มีความมั่นคงแข็งแรงเพื่อช่วยในการพยุงตัว การจับยึด ในขณะที่ลุก - นั่ง ได้สะดวก , หลีกเลี่ยงการใช้วัสดุที่มีผิวลื่น และการจัดวางเครื่องเรือนที่ไม่กีดขวางทางเดิน เป็นต้น

## 5.2 ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาด้านความพึงพอใจ ต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ จำนวน 30 คน (ภาคผนวก ก / 2 : 241 - 247 ) สามารถสรุประดับความพึงพอใจเป็นค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ( ดูภาพที่ 5.1 และตารางที่ 5.8 : 98 ) และสามารถแสดงเหตุผลต่างๆตามหัวข้อคำถาม ( ดูตารางที่ 5.9 : 99 - 100 และ ตารางที่ 5.10 : 101 - 102 ) ได้ดังนี้

1. ความพึงพอใจต่อตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมากที่สุด ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นสามารถมองเห็นหน้าบ้านได้ชัดเจน ( ร้อยละ 37.5 ) ทั้งนี้เหตุผลที่ผู้สูงอายุไม่พึงพอใจต่อตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่คือ ไม่สามารถมองเห็นพื้นที่อื่นๆภายในบ้าน ( ร้อยละ 57.8 )

2. ความพึงพอใจต่อความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ อยู่ใกล้กับพื้นที่อื่นๆภายในบ้าน ( ร้อยละ 50.0 )

3. ความพึงพอใจต่อขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ และไม่พอใจในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ขนาดกำลังพอเหมาะต่อการใช้งาน ( ร้อยละ 65.2 )

ทั้งนี้เหตุผลที่ผู้สูงอายุไม่พึงพอใจต่อขนาดของพื้นที่นั่งเล่น จะตรงข้ามกับเหตุผลที่พึงพอใจคือ ไม่เพียงพอต่อจำนวนของผู้ใช้งาน ( ร้อยละ 71.5 )

4. ความพึงพอใจต่อวัสดุปูพื้นภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุไม่ค่อยพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 60.0 ) เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ ดูแลรักษายาก ( ร้อยละ 76.1 ) จากการสังเกตการณ์พบว่า ส่วนใหญ่เป็นพื้นไม้ ทั้งนี้เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ง่ายต่อการดูแลรักษา ( ร้อยละ 46.1 ) จากการสังเกตการณ์พบว่า ส่วนใหญ่เป็นพื้นหินอ่อน และหินขัด

5. ความพึงพอใจต่อวัสดุผนังภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ และไม่พอใจในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลส่วนใหญ่ของความพึงพอใจคือ ง่ายต่อการดูแลรักษา ( ร้อยละ 75.0 ) ทั้งนี้เหตุผลที่ไม่พอใจส่วนใหญ่คือ สีอ่อนทำให้สกปรกง่าย ( ร้อยละ 60.0 )

6. ความพึงพอใจต่อวัสดุฝ้าเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจมาก โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 70.0 ) เหตุผลของความพึงพอใจคือ สะอาดตาและสีไม่ฉูดฉาด และเหตุผลของความไม่พึงพอใจคือ มีลวดลายตารางมากเกินไป ( กรณีที่เป็นฝ้าทีบาร์ )

7. ความพึงพอใจต่อสีภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ มีสีที่บิดูเศร้าหมอง ( ร้อยละ 66.6 ) จากกการสังเกตการณ์พบว่า เกิดจากการใช้งานที่ยาวนานทำให้พื้นผิวต่างๆสกปรกมีสีมัวหมอง และเกิดจากแสงสว่างจากภายนอกส่องเข้ามาภายในพื้นที่น้อย หรือไม่เพียงพอ

ทั้งนี้เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ เป็นวัสดุธรรมชาติ ดูเป็นธรรมชาติ ( ร้อยละ 83.3 )

8. ความพึงพอใจต่อรูปแบบของประตูเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ การเปิด - ปิดยาก หรือ การใช้งานไม่สะดวก ( ร้อยละ 80.0 ) เนื่องจาก กรณีที่เป็นประตูบานเลื่อน ประตูจะหนัก และเกิดจากการใช้งานมานานทำให้ประตูชำรุด รวมถึงปัญหาด้านกายภาพ และสุขภาพของผู้สูงอายุที่เกี่ยวกับการปวดตามข้อ และกำลังที่ลดลงด้วยสำหรับประตูบานเปิดทั่วไปไม่พบปัญหาอื่น นอกจากการจัดวางเครื่องเรือนกีดขวางทำให้ไม่สะดวกในการเปิด - ปิด

ทั้งนี้เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ เปิด - ปิดง่าย ( ร้อยละ 51.8 )

9. ความพึงพอใจต่อรูปแบบของช่องหน้าต่าง และช่องแสงภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจและไม่พอใจในสัดส่วนที่เท่ากัน โดยส่วนใหญ่มีระดับความความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 40.0 ) และไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 40.0 ) เท่ากัน

เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ เปิด - ปิดง่าย ( ร้อยละ 50.1 ) ทั้งนี้เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ เปิด - ปิด หรือใช้งานไม่สะดวก ( ร้อยละ 88.8 ) เนื่องจากการจัดวางเครื่องเรือนกีดขวางทำให้ไม่สะดวกในการเปิด - ปิด

10. ความพึงพอใจต่อแสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 40.0 ) เหตุผลของ

ความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ แสงไม่เพียงพอและมีมืดเกินไป และเหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ได้รับแสงธรรมชาติจากภายนอกเข้ามาเพียงพอ

11. ความพึงพอใจต่อการจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจและไม่พอใจในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยส่วนใหญ่มีระดับความไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ การใช้งานซ้อนทับกัน ไม่เป็นสัดส่วน ( ร้อยละ 75.0 ) ทั้งนี้เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ เป็นสัดส่วนดี ( ร้อยละ 54.7 )

12. ความพึงพอใจต่อรูปแบบของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 48.6 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ใช้งานสะดวก ( ร้อยละ 50.0 ) ทั้งนี้เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ ดูแลรักษายาก ( ร้อยละ 58.8 )

13. ความพึงพอใจต่อขนาดของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 60.0 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ขนาดกำลังดี ( ร้อยละ 66.6 ) ทั้งนี้เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ ขนาดเล็กหรือใหญ่เกินไป

14. ความพึงพอใจต่อวัสดุของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ และ ไม่พอใจในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจ ( ร้อยละ 60.0 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ง่ายต่อการดูแลรักษา ( ร้อยละ 78.5 ) ทั้งนี้เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ เสียง่ายไม่ทนทาน ( ร้อยละ 66.6 )

15. ความพึงพอใจต่อสีของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจ ( ร้อยละ 40.0 ) และไม่ค่อยพอใจ ( ร้อยละ 40.0 ) เท่ากัน เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ สะอาดตา ไม่จืดจาด และเหตุผลที่ไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ สีที่บิดูเศร้าหมอง ( ร้อยละ 83.3 )

16. ความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจ โดยส่วนใหญ่มีระดับความพึงพอใจมาก ( ร้อยละ 60.0 ) เหตุผลของความพึงพอใจส่วนใหญ่คือ ใช้งานสะดวกสบาย ( ร้อยละ 80.0 ) ทั้งนี้เหตุผลของความไม่พึงพอใจส่วนใหญ่คือ การใช้งานซ้อนกัน ไม่เป็นสัดส่วน ( ร้อยละ 66.7 )

ผลการศึกษาด้านความพึงพอใจสรุปได้ว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีความพึงพอใจต่อตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยมากที่สุด รองลงมาคือ มีความพึงพอใจต่อความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัย , ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น , วัสดุผนัง ,

วัสดุเพดาน , รูปแบบของช่องหน้าต่างและช่องแสง , รูปแบบ และขนาดของเครื่องเรือน , สีของเครื่องเรือน และมีความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่นั่งเล่น

ในขณะที่ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษาบางส่วน มีความไม่พึงพอใจต่อวัสดุปูพื้น , สีภายในพื้นที่นั่งเล่น , รูปแบบของประตู / ช่องแสงและหน้าต่าง , แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น การจัดวางเครื่องเรือน , วัสดุเครื่องเรือน และสีของเครื่องเรือน

ผลที่ได้จากการศึกษาด้านความพึงพอใจต่อพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในเบื้องต้น สามารถสรุปข้อควรคำนึงถึงของการวางแผนทึ่ในการออกแบบพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ โดยแบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ ดังนี้

1. ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น พื้นที่นั่งเล่นอยู่ในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นหน้าบ้านได้ชัดเจน หรืออยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน และเข้า - ออกได้สะดวก อยู่ใกล้กับพื้นที่อื่น ๆ ภายในบ้าน มีความเป็นสัดส่วนหรือสามารถใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขกได้ และเพียงพอกับจำนวนผู้ใช้งานภายในพื้นที่

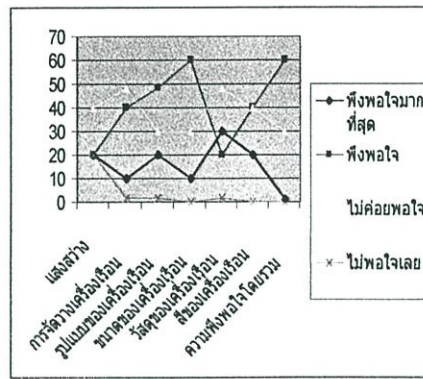
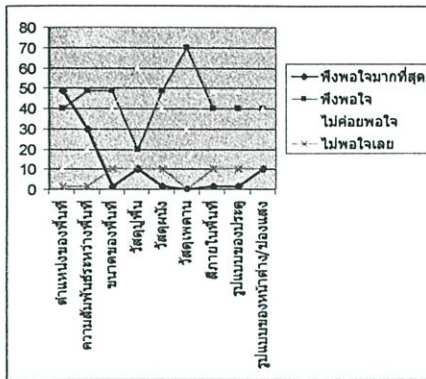
2. วัสดุพื้น - ผนัง - เพดานที่ใช้ภายในพื้นที่นั่งเล่น สามารถดูแลรักษาได้ง่าย ใช้สีที่ไม่ฉูดฉาด อาจเลือกใช้วัสดุธรรมชาติหรือวัสดุที่มีสีใกล้เคียงธรรมชาติ

3. ประตู - หน้าต่าง และช่องแสง การเลือกใช้รูปแบบที่ง่ายต่อการใช้งานเปิด - ปิด และสะดวกต่อการใช้งาน หรือการเข้า - ออก การดูแลรักษาและมีขนาดที่พอเหมาะ ตำแหน่งในการติดตั้งสามารถรับแสงธรรมชาติจากภายนอกได้ในเวลากลางวัน

4. เครื่องเรือน มีการจัดวางเป็นสัดส่วน ไม่กีดขวางทางเดิน สามารถเข้าใช้งานง่าย และสะดวกต่อการดูแลรักษา หรือวัสดุจากธรรมชาติ มีสีสันไม่ฉูดฉาด ( ขึ้นอยู่กับความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุด้วย ) เลือกรูปแบบเครื่องเรือนที่มีความมั่นคงแข็งแรง มีขนาดพอเหมาะ

5. การออกแบบ , การเลือก และการจัดวางอุปกรณ์อื่น ๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามความชอบและความพึงพอใจ รวมถึงรูปแบบในการดำรงชีวิตที่แตกต่างกันออกไป อยู่ในกรอบของความปลอดภัย , การดูแลรักษาง่าย และความสะดวกสบายในการใช้สอยเป็นสำคัญ

ทั้งนี้ ผลสรุปที่ได้จากการศึกษาด้านความพึงพอใจครั้งนี้ นำไปใช้เป็นข้อมูลประกอบการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ต่อไป



ภาพที่ 5.1 ระดับความพึงพอใจต่อองค์ประกอบต่างๆภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 5.8 แสดงค่าเฉลี่ย (ร้อยละ) ด้านความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย (พื้นที่นั่งเล่น) ของผู้สูงอายุ

คำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อพื้นที่นั่งเล่น	พอใจมากที่สุด (%)	พอใจมาก (%)	ไม่ค่อยพอใจ (%)	ไม่พอใจเลย (%)	รวม (%)
1. ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย	48.6	40.0	10.0	1.4	100
2. ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆ	30.0	48.6	20.0	1.4	100
3. ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น	1.4	48.6	40.0	10.0	100
4. วัสดุพื้น	10.0	20.0	60.0	10.0	100
5. วัสดุผนัง	1.4	48.6	40.0	10.0	100
6. วัสดุฝ้าเพดาน	0	70.0	30.0	0	100
7. สีภายในพื้นที่นั่งเล่น	1.4	40.0	48.6	10.0	100
8. รูปแบบของประตู *	1.4	40.0	48.6	10.0	100
9. รูปแบบของช่องหน้าต่าง และช่องแสง **	10.0	40.0	40.0	10.0	100
10. แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น ***	20.0	20.0	40.0	20.0	100
11. การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น	10.0	40.0	48.6	1.4	100
12. รูปแบบของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น	20.0	48.6	30.0	1.4	100
13. ขนาดของเครื่องเรือน	10.0	60.0	30.0	0	100
14. วัสดุของเครื่องเรือน	30.0	20.0	48.6	1.4	100
15. สีของเครื่องเรือน	20.0	40.0	40.0	0	100
16. ความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่นั่งเล่น	10.0	60.0	30.0	0	100

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

\* มี 2 ลักษณะ คือ ประตูบานเลื่อน และประตูบานเปิด

\*\* หน้าต่างมี 3 ลักษณะ คือ หน้าต่างบานเลื่อน , หน้าต่างบานเปิด และหน้าต่างบานเกล็ด

\*\*\* แสงธรรมชาติในเวลากลางวันที่สามารถส่องเข้าถึงภายในพื้นที่นั่งเล่น

ตารางที่ 5.9 แสดงค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) เหตุผลของความพึงพอใจในระดับพึงพอใจมาก ถึง พึงพอใจมากที่สุดของผู้สูงอายุ

คำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อพื้นที่นั่งเล่น	อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน	เข้า-ออกสะดวก	อยู่ใกล้กันกับพื้นที่อื่น ๆ ภายในบ้าน	ใช้งานร่วมกันกับพื้นที่รับแขก	มองเห็นหน้าบ้านได้ชัดเจน	กำลังดี	พอเหมาะกับจำนวนผู้ใช้	ง่ายต่อการดูแลรักษา	เป็นวัสดุธรรมชาติ ดูเป็นธรรมชาติ	สะอาดตาดี , ไม่ฉูดฉาด	มีแสงธรรมชาติเข้ามาเพียงพอ	มีจำนวนมาก	ใช้งานสะดวกสบาย	เปิด-ปิดง่าย	เป็นสัดส่วนดี	รวม(%)
1. ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย	28.1	18.7	-	-	37.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15.7	100
2. ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่น ๆ	-	16.6	50.0	33.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	100
3. ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น	-	-	-	-	-	65.2	34.8	-	-	-	-	-	-	-	-	100
4. วัสดุปูพื้น	-	-	-	-	-	-	-	46.1	23.0	30.9	-	-	-	-	-	100
5. วัสดุผนัง	-	-	-	-	-	-	-	75.0	-	25.0	-	-	-	-	-	100
6. วัสดุฝ้าเพดาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	100	-	-	-	-	-	100
7. สีภายในพื้นที่นั่งเล่น	-	-	-	-	-	-	-	-	83.3	16.7	-	-	-	-	-	100
8. รูปแบบของประตู	-	10.3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	37.9	51.8	-	100
9. รูปแบบของช่องหน้าต่าง และช่องแสง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16.6	33.3	50.1	-	100
10. แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	100	-	-	-	-	100
11. การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น	-	-	-	-	-	-	-	18.1	-	-	-	-	27.2	-	54.7	100





ตารางที่ 5.10 ( ต่อ )

รวม(%)	100	100	100	100	100
มิดเกินไป	-	-	-	-	-
ไม่กันเสียง	-	-	-	-	-
มีลวดลายตารางมากเกินไป	-	-	-	-	-
สีอ่อน สกปรกง่าย	-	-	-	16.7	-
สีทึบดูเศร้าหมอง	-	-	-	83.3	-
เสียง่าย ไม่ทนทาน	-	-	66.6	-	-
มีความหลากหลาย ไม่เข้าชุดกัน	11.8	-	-	-	-
การใช้งานซ้อนทับกัน ไม่เป็นสัดส่วน	-	-	-	-	66.7
เปิด-ปิด หรือใช้งานไม่สะดวก	29.4	-	-	-	-
สีเข้มเกินไป	-	-	-	-	-
ดูแลรักษายาก	58.8	-	33.4	-	-
จำนวนผู้ใช้พื้นที่หลายคน	-	-	-	-	-
แคบ / เล็ก หรือ ใหญ่เกินไป	-	100	-	-	33.3
ทางเดินไปยังพื้นที่อื่นมิด	-	-	-	-	-
มองไม่เห็นพื้นที่อื่นภายในบ้าน	-	-	-	-	-
ต้องเดินไกล	-	-	-	-	-
คำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อพื้นที่นั่งเล่น					
12. รูปแบบของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น					
13. ขนาดของเครื่องเรือน					
14. วัสดุของเครื่องเรือน					
15. สีของเครื่องเรือน					
16. ความพึงพอใจโดยรวมต่อพื้นที่นั่งเล่น					

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

### 5.3 กิจกรรม และลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาด้านกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ จำนวนทั้งหมด 30 คน สามารถจัดกลุ่มกิจกรรมของผู้สูงอายุตามลักษณะของการอยู่อาศัย ได้ 3 กลุ่ม ( ดูตารางที่ 5.11 : 103 ) ดังนี้

5.3.1 กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน

5.3.2 กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน

5.3.3 กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน(ร้อยละ 40.0) โดยส่วนใหญ่เป็นเพศชาย(ร้อยละ 60.0) มากกว่าเพศหญิง(ร้อยละ 20.0) โดยเพศชายมีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว ในขณะที่ส่วนที่เป็นเพศหญิงมีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัวเนื่องจาก ผู้สูงอายุเพศชายมีสุขภาพไม่แข็งแรงหรือมีสุขภาพทรุดโทรมมากกว่าเพศหญิง และผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 2 และ 3 มีความสอดคล้องกับการศึกษาในเบื้องต้นด้านประชากรสูงอายุที่ว่า เพศหญิงมีอายุยืนยาวกว่าเพศชายและมีโอกาสเป็นโสดมากกว่าเพศชาย ทำให้กลุ่มตัวอย่างที่พบในกลุ่มที่ 2 และ 3 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง

ตารางที่ 5.11 แสดงสัดส่วน ( จำนวน = คน ) และค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

	หญิง		ชาย		รวม	ร้อยละ
	จำนวน(คน)	ร้อยละ(%)	จำนวน(คน)	ร้อยละ(%)		
กลุ่มที่ 1	3	25.0	9	75.0	12	40.0
กลุ่มที่ 2	6	66.6	3	33.4	9	30.0
กลุ่มที่ 3	6	66.6	3	33.4	9	30.0
รวม	15 คน	50.0%	15 คน	50.0%	30 คน	100%

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

จากการศึกษา สามารถอธิบายผลสรุปด้านการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม โดยแบ่งออกเป็น 5 ช่วงเวลา ดังนี้

1. ช่วงเช้า ( ตื่นนอน - 12.00 น. )

2. ช่วงกลางวัน ( เวลา 12.01 - 13.00 น. )

3. ช่วงบ่าย ( เวลา 13.01 - 16.00 น. )

4. ช่วงเย็น ( เวลา 16.01 - 19.00 น. )
5. ช่วงกลางคืน ( เวลา 19.01 – เช้านอน )

### 5.3.1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และ บุตรหลาน ( กลุ่มที่ 1 )

ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน ( ร้อยละ 40.0 ) ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ( ร้อยละ 75.0 ) มีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัวมากกว่าเพศหญิง ( ร้อยละ 25.0 ) ( ดูตารางที่ 5.11 : 103 ) โดยศึกษากิจกรรมของคู่สมรสด้วย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความเหมาะสมกับลักษณะการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ ผลสรุปด้านกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ กลุ่มที่ 1 สามารถอธิบายได้ดังนี้

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุ ( กลุ่มที่ 1 ) ปฏิบัติในชีวิตประจำวันภายในพื้นที่นั่งเล่น ( ดูตารางที่ 5.12 : 105 ) ส่วนใหญ่คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 23.0 )

ทั้งนี้พบว่า การประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุที่ปฏิบัติร่วมกับคู่สมรสในพื้นที่เดียวกัน ได้แก่ การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ , การเลี้ยงหลาน และ การดูโทรทัศน์ สำหรับกิจกรรมที่ไม่ได้ปฏิบัติร่วมกัน และใช้พื้นที่แตกต่างกัน ได้แก่ การอ่านหนังสือ , เขียนหนังสือ , นั่งเล่น/นอนเล่น , ฟังวิทยุ / ฟังเพลง และการเล่นดนตรี

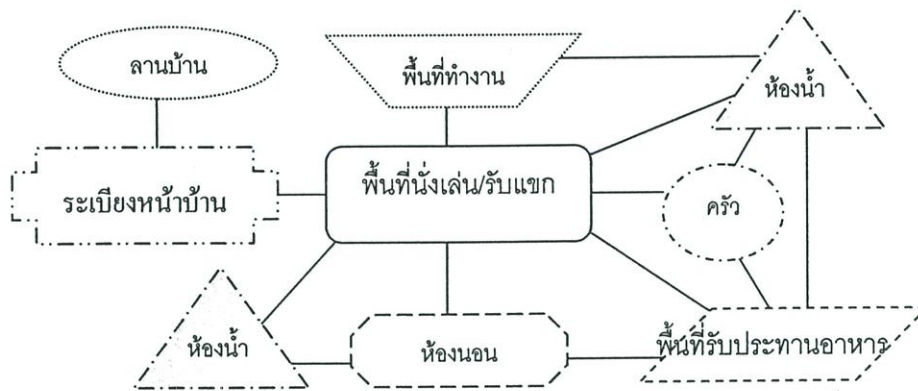
ตารางที่ 5.12 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) ของการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัย  
ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับ คู่สมรส และ  
บุตรหลาน )

กิจกรรม ในชีวิตประจำวัน	ช่วงเวลา					พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม
	ตื่นนอน - 12.00	12.01 - 13.00	13.01 - 16.00	16.01 - 19.00	19.01 - เที่ยวนอน	
1. เตรียมอาหาร , ทำครัว	5	5	1	1	-	ห้องครัว 12
2. รับประทานอาหาร	12	12	-	12	-	พื้นที่รับประทานอาหาร** 36
3. ดื่มน้ำกาแฟ , นม	8	=	=	5	4	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก** 17
4. อ่านหนังสือ	1	-	3	-	2	พื้นที่ทำงาน 6
	11	1	4	5	6	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 27
	-	-	-	-	5	ห้องนอน 5
5. เขียนหนังสือ	6	-	5	1	4	พื้นที่ทำงาน 16
	2	=	=	1	3	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 6
6. ทำงานบ้าน	6	-	4	7	-	พื้นที่อื่นๆภายในบ้าน** 17
7. เลี้ยงหลาน	2	=	3	6	3	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก** 14
	1	-	1	2	1	บริเวณลานบ้าน** 5
8. นั่งเล่น/นอนเล่น	8	=	10	9	9	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 36
	-	-	2	-	6	พื้นที่นอน 8
	4	8	-	6	-	พื้นที่รับประทานอาหาร** 18
	6	2	8	5	5	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก** 26
	-	-	2	-	-	พื้นที่ทำงาน 2
9. ดูโทรทัศน์	2	1	2	1	4	พื้นที่รับแขก** 13
	-	-	-	-	3	ห้องนอน** 3
	4	8	-	6	-	พื้นที่รับประทานอาหาร** 18
	6	2	8	5	5	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก** 26
10. ฟังวิทยุ , ฟังเพลง	2	9	-	1	-	พื้นที่รับประทานอาหาร** 12
	8	2	9	2	4	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 25
	1	-	3	-	3	พื้นที่ทำงาน 7
	1	-	-	2	5	ห้องนอน 8
11. ออกกำลังกาย	8	-	-	5	-	บริเวณลานบ้าน** 13
	2	-	-	-	2	ห้องนอน 4
12. เล่นดนตรี	=	=	2	2	1	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 5
13. ปลูกต้นไม้ , รดน้ำต้นไม้	11	-	-	12	-	บริเวณลานบ้าน** 23
14. เลี้ยงสัตว์ , ให้อาหารสัตว์	7	1	1	8	-	บริเวณลานบ้าน** 17
15. เข้าห้องน้ำ/อาบน้ำ	4	11	8	2	2	ห้องน้ำติดพื้นที่นั่งเล่น** 29
	6	-	-	7	4	ห้องน้ำติดห้องนอน** 17

หมายเหตุ : เครื่องหมาย \*\* แสดงการใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมร่วมกับคู่สมรส

ตัวอักษรเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง พื้นที่ที่ทำการศึกษา ( พื้นที่นั่งเล่น )

จากตารางที่ 5.12 สามารถแสดงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่อื่นๆ (ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) ได้ดังนี้ (ดูภาพที่ 5.2 : 106 )



ภาพที่ 5.2 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่อื่นๆ (ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 1)

จากภาพที่ 5.2 แสดงให้เห็นว่า พื้นที่นั่งเล่นทั้งหมดของผู้สูงอายุ กลุ่มที่ 1 อยู่ในชั้นที่ 1 หรือชั้นล่างของที่อยู่อาศัย และเป็นพื้นที่ศูนย์กลางที่สามารถเชื่อมต่อกับพื้นที่การใช้งานอื่นๆ ภายในที่อยู่อาศัยได้สะดวก

ผลการศึกษาด้านกิจกรรมในเบื้องต้น ประกอบกับการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อมภายในพื้นที่นั่งเล่น สามารถสรุปผลด้านอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมและลักษณะพฤติกรรมในการประกอบกิจกรรมต่างๆ ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ซึ่งพบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นที่ผู้สูงอายุ สามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ ประเภทเครื่องเรือน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบ และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า

ประเภทเครื่องเรือน ที่ใช้มากที่สุดคือ ชั้นวางของ ( ร้อยละ 28.6 )

ประเภทอุปกรณ์ประกอบ ที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง ( ร้อยละ 43.9 )

ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม ( ร้อยละ 43.8 )

ตารางที่ 5.13 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของการใช้อุปกรณ์ประกอบ  
กิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 )

กิจกรรม ประกอบกิจกรรม	นั่งเล่น/นอนเล่น	ดูโทรทัศน์	อ่านหนังสือ	ฟังวิทยุ/ฟังเพลง	ดื่มกาแฟ/เครื่องดื่ม ประเภทร้อน	เลี้ยงหลาน	เขียนหนังสือ	เล่นดนตรี	รวม	ร้อยละ (%)
ประเภทเครื่องเรือน										
โซฟา 3 ที่นั่ง	6	6	6	6	4	3	2	2	35	10.1
โซฟา 2 ที่นั่ง	1	1	1	1	1	-	1	1	7	2.0
เก้าอี้มีที่วางแขน	8	10	10	10	7	4	3	1	53	15.3
สตูลวางเท้า	-	3	3	3	-	-	-	-	9	2.6
โต๊ะกลาง	4	6	6	3	4	2	3	-	28	8.0
โต๊ะข้าง	2	-	4	-	3	-	-	-	9	2.6
โต๊ะญี่ปุ่น	-	-	1	-	1	-	-	-	2	0.9
โต๊ะทำงาน	1	2	4	2	4	-	4	1	18	5.2
เก้าอี้	-	3	4	3	4	-	4	2	20	5.7
ตู้ หรือ ชั้นวางเครื่องเสียง / โทรทัศน์	4	-	3	12	4	1	2	-	26	7.5
เตียง / เตียงนอน	6	6	4	6	4	3	1	1	31	8.9
เก้าอี้นอน	2	2	2	2	-	1	-	-	9	2.6
<b>ชั้นวางของ</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<b>-</b>	<b>99</b>	<b>28.6</b>
ประเภทอุปกรณ์ประกอบ										
เบาะรองนั่ง	9	5	6	5	2	4	4	1	36	33.6
<b>หมอนหนุน / หมอนอิง</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>47</b>	<b>43.9</b>
พรมชั้นปูพื้น	4	4	3	4	1	4	-	-	20	18.6
ที่นอน	1	1	1	1	-	-	-	-	4	3.9
ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า										
คอมพิวเตอร์	-	-	3	-	-	-	3	-	6	3.0
โทรทัศน์	8	12	12	12	12	11	12	-	79	36.0
เครื่องเสียง	4	2	4	9	5	4	2	-	30	13.6
<b>พัดลม</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>96</b>	<b>43.8</b>
กระติกน้ำร้อน	2	-	2	-	4	-	-	-	8	3.6

หมายเหตุ : ตัวอักษรเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมที่มีอยู่ภายในพื้นที่นั่งเล่น  
ของผู้สูงอายุ และ มีการใช้งานมากที่สุด

การศึกษาลักษณะพฤติกรรมของแต่ละกิจกรรม ของผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 1 สามารถแบ่ง  
ได้ตามประเภทกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติทั้งหมด 8 กิจกรรม ดังนี้

5.3.1.1 กิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุพบว่า ส่วนใหญ่ใช้ชีวิตประจำวันอยู่บ้าน และมักใช้เวลาว่างในการนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 23.0 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่นมากที่สุด ทั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุมักไม่ประกอบกิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่นในพื้นที่เดียวกันกับคู่สมรส โดยผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว และใช้พื้นที่นั่งเล่นมากกว่าคู่สมรสของตน และยังพบว่า ผู้สูงอายุมีพื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่นเป็นประจำ ซึ่งสมาชิกในครอบครัวจะไม่ใช้เครื่องเรือนนั้นๆถ้าผู้สูงอายุอยู่ในพื้นที่นั้นด้วย

ลักษณะพฤติกรรมในการนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งและการนอน พบว่า ผู้สูงอายุนั่งเล่นภายในพื้นที่นั่งเล่น หลายลักษณะขึ้นอยู่กับลักษณะนิสัยและความเคยชิน ประกอบกับลักษณะทางกายภาพและสุขภาพ

โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งเล่น ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ 4 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุจะนั่งเล่นบนเก้าอี้มีเท้าแขน รองลงมาคือ นั่งบนโซฟา โดยมีโต๊ะกลาง , โต๊ะข้างและชั้นวางของประกอบด้วย , นั่งบนเตียงหรือเตียงนอน โดยมีเบาะรองนั่ง , หมอนอิงและชั้นวางของอยู่ใกล้ๆ สำหรับลักษณะอื่นๆที่พบคือ นั่งเล่นบนพื้น โดยมีพรมขึ้นปูพื้น , เบาะรองนั่ง และหมอนอิง ประกอบ

และพบว่า การนอนเล่นของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น สามารถแบ่งตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 4 ลักษณะด้วยกัน ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุนอนเล่นบนเตียงหรือเตียงนอน โดยมีหมอนหนุนหรือหมอนอิงและโต๊ะข้าง ประกอบด้วย และยังพบว่า การนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง หรือการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5.3.1.2 กิจกรรมดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุด คือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุด คือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลมและโทรทัศน์

ด้านกิจกรรมดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาว่างในการดูโทรทัศน์ ( ร้อยละ 16.6 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ช่วงเวลาในการดูโทรทัศน์ส่วนใหญ่คือ ช่วงเย็น และกลางคืน ซึ่งเป็นเวลาที่สมาชิกในครอบครัวมารวมตัวกันภายในพื้นที่นั่งเล่นของบ้าน และเป็นเวลาที่ประกอบกิจกรรมร่วมกันคือ การดูโทรทัศน์ พบว่า ผู้สูงอายุและคู่สมรส รวมถึงสมาชิกใน

ครอบครัวส่วนใหญ่มักประกอบกิจกรรมดูโทรทัศน์ในพื้นที่เดียวกัน และยังพบว่า ผู้สูงอายุใช้พื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้เป็นประจำ ในการนั่งดูหรือนอนดูโทรทัศน์ ซึ่งสมาชิกในครอบครัวไม่ใช่เครื่องเรือนนั้นๆของผู้สูงอายุ

ลักษณะพฤติกรรมในการดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งและการนอนดูโทรทัศน์ โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งดูโทรทัศน์ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 5 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่ พบว่า ผู้สูงอายุนั่งบนเก้าอี้มีเท้าแขน , ตั้งหรือเตียงนอน โดยมีโต๊ะกลาง , โต๊ะข้างและชั้นวางของประกอบด้วย และยังพบว่า การนั่งดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ และการรับประทานอาหาร เป็นต้น

และพบว่า ผู้สูงอายุนอนดูโทรทัศน์ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยสามารถแบ่งตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 4 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่ผู้สูงอายุนอนบนเตียงหรือเตียงนอน หรือบนโซฟาขนาด 3 ที่นั่ง โดยมีโต๊ะกลาง , โต๊ะข้างและชั้นวางของประกอบด้วย

5.3.1.3 กิจกรรมอ่านหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุด คือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลมและโทรทัศน์

ด้านกิจกรรมอ่านหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุมักใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ ( ร้อยละ 17.3 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน พบว่า ผู้สูงอายุและคู่สมรสส่วนใหญ่ไม่ประกอบกิจกรรมอ่านหนังสือในพื้นที่เดียวกัน โดยผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะใช้พื้นที่นั่งเล่นในการอ่านหนังสือมากกว่าคู่สมรสของตน

และยังพบว่า ผู้สูงอายุมีพื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการอ่านหนังสือ ที่เดียวกับการนั่งเล่น / นอนเล่น และลักษณะพฤติกรรมคล้ายกับการนั่งเล่น / นอนเล่น และการเขียนหนังสือเช่นเดียวกัน

ลักษณะพฤติกรรมในการอ่านหนังสือของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งและการนอนอ่านหนังสือ โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งอ่านหนังสือตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ 5 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งเก้าอี้อ่านหนังสือที่โต๊ะทำงาน และมักจะใช้โคมไฟตั้งโต๊ะ ประกอบกับชั้นวางของ เช่น หนังสือ เป็นต้น

และพบว่า ผู้สูงอายุนอนอ่านหนังสือภายในพื้นที่นั่งเล่น สามารถแบ่งตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 3 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนอน

อ่านหนังสือบนโซฟา มีโต๊ะกลางวางอยู่ใกล้ๆ และยังพบว่า การอ่านหนังสือของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง , การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น

5.3.1.4 กิจกรรมฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ เบาะรองนั่ง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม และโทรทัศน์

ด้านกิจกรรมฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาว่างในการฟังวิทยุ / ฟังเพลง ( ร้อยละ 16.0 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น และมักทำกิจกรรมอื่นๆควบคู่ไปด้วย เช่น การนั่งเล่น / นอนเล่น , การเลี้ยงหลาน , ดื่มน้ำกาแฟในเวลาเช้า และเขียนหนังสือ หรืออ่านหนังสือ เป็นต้น ทั้งนี้พบว่าลักษณะพฤติกรรมการฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ รวมถึงการใช้ อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมจะเหมือนกับการนั่งเล่น / นอนเล่น , การเลี้ยงหลาน , ดื่มน้ำกาแฟในเวลาเช้า และเขียนหนังสือ เนื่องจากการฟังวิทยุ / ฟังเพลง เป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติร่วมกับกิจกรรมอื่นๆในชีวิตประจำวัน

5.3.1.5 กิจกรรมดื่มเครื่องดื่มต่างๆของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุด คือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ เบาะรองนั่ง และหมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม และ โทรทัศน์

ด้านกิจกรรมดื่มเครื่องดื่มต่างๆของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาเช้าหลังจากตื่นนอน และประกอบกิจวัตรส่วนตัวเสร็จ ในการดื่มน้ำกาแฟ หรือเครื่องดื่มประเภทร้อน / เย็น ( ร้อยละ 10.8 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ทั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุและคู่สมรส มักประกอบกิจกรรมดื่มเครื่องดื่มต่างๆในพื้นที่เดียวกัน และช่วงเวลาเดียวกัน

ลักษณะพฤติกรรมในการดื่มเครื่องดื่มต่างๆของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งออกเป็น 6 ลักษณะ พบว่า ผู้สูงอายุดื่มเครื่องดื่มต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น หลายลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะนั่งบนเก้าอี้มีเท้าแขน โดยใช้โต๊ะข้างหรือโต๊ะกลางวางแก้วกาแฟ และมีชั้นวางของอยู่ในบริเวณใกล้เคียง สำหรับวางอุปกรณ์การชงกาแฟ เช่น กระจกน้ำร้อน และชุดชงเครื่องดื่มประเภทต่างๆ เป็นต้น

และยังพบว่า การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง , การอ่านหนังสือ และการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5.3.1.6 กิจกรรมเลี้ยงหลานของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์

ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ เบาะรองนั่ง และพรมขึ้นปูพื้น และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเลี้ยงหลานของผู้สูงอายุ พบว่า ครอบครัวที่มีบุตรหลานที่ยังเล็กอาศัยอยู่ด้วย ผู้สูงอายุจะมีบทบาทหน้าที่ในการเลี้ยงดูและอบรมบุตรหลานของตน ทั้งนี้พบว่าผู้สูงอายุเลี้ยงบุตรหลาน ( ร้อยละ 8.9 ) ในพื้นที่นั่งเล่น และใช้เวลาทั้งวัน โดยเฉพาะในช่วงเย็น ทั้งนี้พบว่าผู้สูงอายุและคู่สมรส มักช่วยกันเลี้ยงบุตรหลานของตนในพื้นที่เดียวกันและต่างพื้นที่บ้าง โดยผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะมีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว และจะใช้พื้นที่นั่งเล่นในการเลี้ยงหลานมากกว่าคู่สมรสของตน

ลักษณะพฤติกรรมในการเลี้ยงหลานของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 5 ลักษณะ โดยสามารถแบ่งลักษณะการเลี้ยงบุตรหลานตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุเลี้ยงบุตรหลานบนพื้น โดยมีพรมปูพื้น , หมอนหนุนหรือหมอนอิง และชั้นวางของวางอยู่บริเวณใกล้เคียง

และยังพบว่า การเลี้ยงหลานของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5.3.1.7 กิจกรรมเขียนหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ชั้นวางของ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเขียนหนังสือของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุมักใช้เวลาว่างในการเขียนหนังสือ ( ร้อยละ 3.6 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยการเขียนบันทึกของตน และงานของชมรมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่หรืออื่นๆ เป็นต้น และพบว่าผู้สูงอายุและคู่สมรส มักไม่ประกอบกิจกรรมการเขียนหนังสือในพื้นที่เดียวกัน โดยผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว และจะใช้พื้นที่นั่งเล่นมากกว่าคู่สมรสของตน

จากการศึกษาพบว่า การเขียนหนังสือภายในพื้นที่นั่งเล่น สามารถแบ่งตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 3 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งเขียนหนังสือบนเก้าอี้ที่โต๊ะทำงาน โดยมีโคมไฟตั้งโต๊ะ และชั้นหนังสือตั้งอยู่บริเวณใกล้เคียง

และยังพบว่า การเขียนหนังสือของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง , การดูโทรทัศน์ และการดื่มเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น

5.3.1.8 กิจกรรมเล่นดนตรีของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.13 : 107 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ โซฟา 3 ที่นั่ง และเก้าอี้ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และเบาะรองนั่ง สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเล่นดนตรีของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนน้อยมักใช้เวลาว่างในการเล่นดนตรี ( ร้อยละ 3.4 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยดนตรีที่เล่นส่วนใหญ่ ได้แก่ ขลุ่ย , ซอ เป็นต้น ทั้งนี้มีลักษณะพฤติกรรมที่ใกล้เคียงกัน โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลานพบว่า ผู้สูงอายุเล่นดนตรีเป็นคนเดียวโดยที่คู่สมรสเล่นดนตรีไม่เป็น และผู้สูงอายุที่เล่นดนตรีส่วนใหญ่จะเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง

ลักษณะพฤติกรรมในการเล่นดนตรีของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 5 ลักษณะใหญ่ๆ พบว่า ผู้สูงอายุเล่นดนตรีภายในพื้นที่นั่งเล่น หลายลักษณะด้วยกัน ขึ้นอยู่กับประเภทของเครื่องดนตรี และลักษณะของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย โดยสามารถแบ่งลักษณะการเล่นดนตรีตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุจะเล่นดนตรีบนพื้นปูพรม และบนตั้ง

### 5.3.2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน ( กลุ่มที่ 2 )

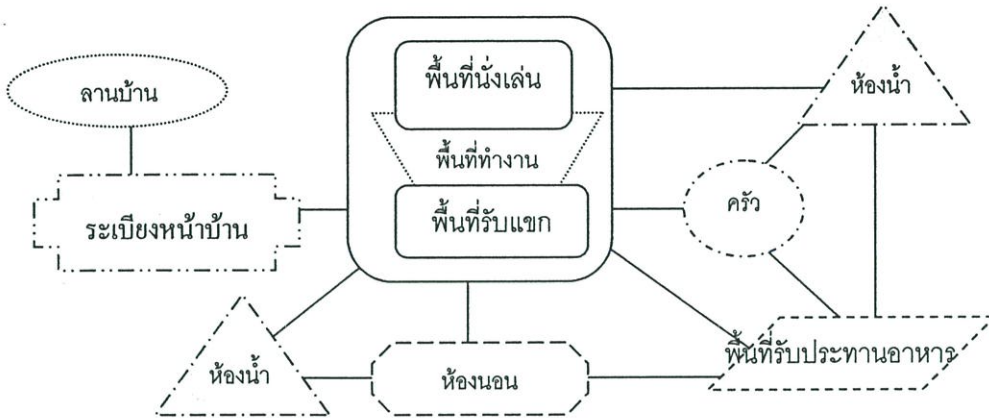
ผลจากการศึกษา พบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน ( ร้อยละ 30.0 ) ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ( ร้อยละ 66.6 ) มากกว่าเพศชาย ( ร้อยละ 33.4 ) การสรุปผลด้านกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 สามารถอธิบายได้ดังนี้

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุ ( กลุ่มที่ 2 ) ปฏิบัติในชีวิตประจำวันภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ( ดูตารางที่ 5.14 : 114 ) ส่วนใหญ่คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 20.5 )

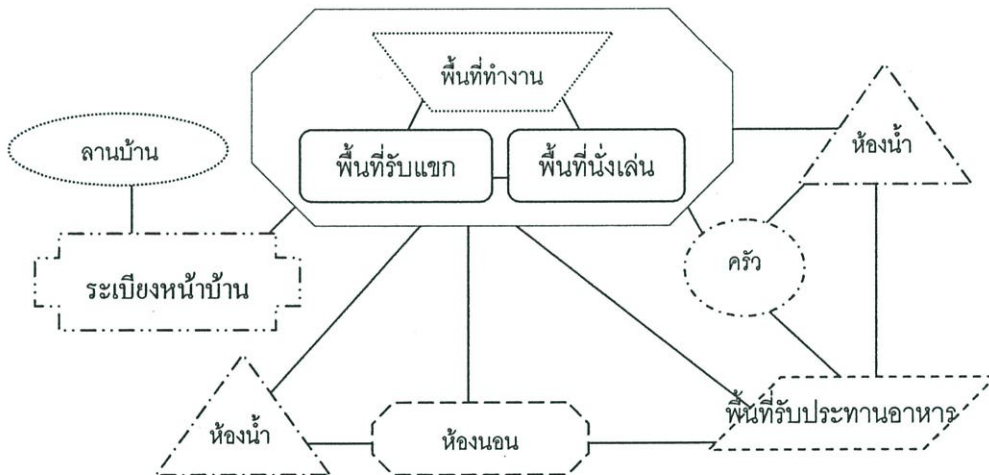
จากตารางที่ 5.14 สามารถแสดงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่อื่นๆ ( ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย ) ใกล้เคียงกับของผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 1 ดังนี้ ( ดูภาพที่ 5.3 : 113 )

แบบที่ 1 การจัดวางพื้นที่นั่งเล่น พื้นที่ทำงาน และ พื้นที่รับแขก ในบริเวณเดียวกัน ทำให้เกิดการทับซ้อนของกิจกรรม และการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ ในกรณีที่มีแขกของสมาชิกในครอบครัวมาพบ ทำให้ผู้สูงอายุต้องออกจากพื้นที่นั่งเล่นในช่วงเวลานั้น เป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่พึงพอใจในการใช้งานภายในพื้นที่นั่งเล่น

แบบที่ 2 การจัดวางพื้นที่นั่งเล่น พื้นที่ทำงานและพื้นที่รับแขก แยกออกจากกันเป็นสัดส่วนแต่อยู่ในบริเวณติดกันหรือใกล้เคียงกัน ทำให้ไม่เกิดปัญหาการซ้อนทับของกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น และผู้สูงอายุพึงพอใจกับการจัดวางพื้นที่ในแบบที่ 2 มากกว่าแบบที่ 1



แบบที่ 1 แสดงลักษณะการใช้พื้นที่ร่วมกันระหว่าง พื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่ทำงาน และ พื้นที่รับแขก



แบบที่ 2 แสดงลักษณะการแยกเป็นสัดส่วน ของ พื้นที่นั่งเล่น , พื้นที่ทำงาน และพื้นที่รับแขก

ภาพที่ 5.3 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆ (ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 2)

ตารางที่ 5.14 สัดส่วน (จำนวน = คน) ของการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัย  
ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน)

กิจกรรม ในชีวิตประจำวัน	ช่วงเวลา					พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม
	ตื่นนอน 12.00	12.01 – 13.00	13.01 – 16.00	16.01 – 19.00	เช้า - นอน	
1. เตรียมอาหาร , ทำครัว	4	-	-	3	-	ห้องครัว 7
2. รับประทานอาหาร	6	6	-	6	-	พื้นที่รับประทานอาหาร 18
	3	3	-	3	-	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 9
3. ดื่มกาแฟ , นม	5	-	-	-	4	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 9
4. อ่านหนังสือ	2	-	1	-	-	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 3
	-	-	3	1	-	พื้นที่รับแขก 4
	-	-	-	-	3	ห้องนอน 3
	-	-	-	1	-	พื้นที่ทำงาน 1
	-	-	-	1	-	พื้นที่รับประทานอาหาร 1
5. เขียนหนังสือ	2	-	-	-	1	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 3
	-	-	-	-	2	พื้นที่นอน 2
	-	-	1	-	-	พื้นที่ทำงาน 1
6. ทำงานบ้าน	5	-	2	2	-	ภายในบ้าน 9
7. เลี้ยงหลาน	2	-	1	1	-	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 4
	2	-	-	-	-	บริเวณบ้าน 2
8. นั่งเล่น/นอนเล่น	2	-	8	4	-	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 14
	-	-	-	2	2	ห้องนอน 4
9. ดูโทรทัศน์	2	2	1	5	2	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 12
	-	-	1	1	-	พื้นที่รับแขก 2
	-	-	-	3	2	ห้องนอน 5
10. ฟังวิทยุ , ฟังเพลง	1	1	5	2	1	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 10
	-	-	2	-	-	พื้นที่รับแขก 2
	-	2	2	-	2	พื้นที่อื่นในบ้าน 6
11. ร้องเพลง	-	-	2	-	-	ห้องนอน 2
	3	-	-	-	-	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 3
12. เล่นดนตรี	-	-	-	-	1	พื้นที่รับแขก 1
13. ออกกำลังกาย	2	-	-	-	-	ห้องนอน 2
	5	-	-	2	-	บริเวณหน้าบ้าน 7
	-	-	-	1	-	พื้นที่นั่งเล่น / รับแขก 1
14. ปลูกต้นไม้ , รดน้ำต้นไม้	3	-	-	4	-	บริเวณรอบบ้าน 7
15. เลี้ยงสัตว์ , ให้อาหารสัตว์	3	-	-	3	-	ระเบียงบ้าน 2
16. เข้าห้องน้ำ/อาบน้ำ	-	5	3	-	-	ห้องน้ำติดพื้นที่นั่งเล่น 12
	6	-	-	9	4	ห้องน้ำติดห้องนอน 15

หมายเหตุ : ตัวอักษรเข้ม และ ชีดเส้นใต้ หมายถึง พื้นที่ที่ทำการศึกษา (พื้นที่นั่งเล่น)

ผลการศึกษาด้านกิจกรรมในเบื้องต้น ประกอบกับการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อม ภายใต้อาการในพื้นที่ยุติงเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลด้านอุปกรณ์ประกอบ พฤติกรรม และ ลักษณะพฤติกรรมในการประกอบกิจกรรมต่างๆ ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ซึ่ง พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่ยุติงเล่นที่ผู้สูงอายุ สามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ ประเภทเครื่องเรือน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบ และ ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า

ประเภทเครื่องเรือน ที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน ( ร้อยละ 20.3 )

ประเภทอุปกรณ์ประกอบ ที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง ( ร้อยละ 62.6 )

ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม ( ร้อยละ 51.7 )

ตารางที่ 5.15 สัดส่วน (จำนวน = คน) และ ค่าเฉลี่ย (ร้อยละ) ของการใช้อุปกรณ์ประกอบ  
กิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 2)

กิจกรรม ประกอบ กิจกรรม	กิจกรรม											ร้อยละ (%)
	นั่งเล่นบนเก้าอี้	ดูโทรทัศน์	ฟังวิทยุ/ฟังเพลง	รับประทานอาหาร	ดื่มเครื่องดื่มต่างๆ	เตียงพักผ่อน	อ่านหนังสือ	เขียนหนังสือ	ร้องเพลง	ออกกำลังกาย	รวม	
ประเภทเครื่องเรือน												
โซฟา 3 ที่นั่ง	6	11	7	2	5	4	7	2	2	-	46	17.0
โซฟา 2 ที่นั่ง	1	2	1	-	1	1	2	1	1	-	10	3.7
<b>เก้าอี้มีที่วางแขน</b>	8	10	10	2	10	7	4	3	1	-	<b>55</b>	<b>20.3</b>
สตูลวางเท้า	5	5	5	-	-	-	3	-	-	-	18	6.6
โต๊ะกลาง	4	6	3	2	3	-	2	3	-	-	23	8.5
โต๊ะข้าง	7	2	-	-	-	-	3	-	-	-	12	4.4
โต๊ะทำงาน	-	1	2	2	2	-	2	2	-	-	11	4.0
เก้าอี้	-	1	2	2	2	-	2	2	-	-	11	4.0
ตู้หรือชั้นวางเครื่อง เสียง / โทรทัศน์	4	8	9	4	4	3	1	2	2	1	37	13.7
เตียง / เตียงนอน	4	4	4	2	2	1	3	1	1	1	23	8.5
เก้าอี้นอน	3	3	3	-	-	-	1	-	-	-	10	3.7
ชั้นวางของ	3	-	-	2	2	1	3	3	-	-	14	5.6
ประเภทอุปกรณ์ประกอบ												
เบาะรองนั่ง	2	1	1	-	-	2	2	-	-	-	8	10.6
<b>หมอนหนุน / หมอนอิง</b>	11	7	9	-	4	2	3	10	1	-	<b>47</b>	<b>62.6</b>
พรมชั้นปูพื้น	4	4	3	-	4	1	4	-	-	-	20	26.8
ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า												
คอมพิวเตอร์	-	-	3	-	-	-	2	3	-	-	8	4.5
โทรทัศน์	4	8	8	6	6	4	2	2	2	2	36	20.6
เครื่องเสียง	5	-	9	5	5	3	1	2	2	-	32	18.7
<b>พัดลม</b>	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	<b>90</b>	<b>51.7</b>
กระติกน้ำร้อน	2	-	2	-	-	4	-	-	-	-	8	4.5

หมายเหตุ : ตัวอักษรเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมที่มีอยู่ในพื้นที่นั่งเล่น  
ของผู้สูงอายุและมีการใช้งานมากที่สุด

การศึกษาลักษณะพฤติกรรมของแต่ละกิจกรรม ของผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 สามารถแบ่งได้  
ตามประเภทกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติทั้งหมด 10 กิจกรรม ดังนี้

5.3.2.1 กิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุด คือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุด คือ พัดลม

ด้านกิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้ชีวิตประจำวันอยู่บ้านคนเดียว โดยเฉพาะในช่วงกลางวัน ถึงช่วงเย็น เนื่องจากบุตรหลานออกไปทำงานนอนบ้าน หรือออกไปเรียนหนังสือ และมักใช้เวลาว่างในการนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 20.5 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่นมากที่สุด พบว่า ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว และใช้พื้นที่นั่งเล่นมากกว่าบุตรหลาน และยังพบว่า ผู้สูงอายุจะมีพื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่นเป็นประจำ ซึ่งบุตรหลานและสมาชิกในครอบครัวจะไม่ใช้เครื่องเรือนนั้นๆ ถ้าผู้สูงอายุอยู่ในพื้นที่นั้นด้วย

ลักษณะพฤติกรรมในการนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งเล่นและการนอนเล่น โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งเล่นตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 2 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งเล่นบนโซฟาหรือเก้าอี้มีเท้าแขน โดยมีหมอนหนุนหรือหมอนอิงวางอยู่

และการนอนเล่นของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น สามารถแบ่งตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมได้ 2 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนอนบนเตียงหรือเตียงนอน โดยมีหมอนหนุนหรือหมอนอิง และโต๊ะข้าง ประกอบด้วย และยังพบว่า การนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5.3.2.2 กิจกรรมดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ โซฟา 3 ที่นั่ง , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาว่างในการดูโทรทัศน์ ( ร้อยละ 17.6 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ทั้งนี้ผู้สูงอายุดูโทรทัศน์เกือบทั้งวัน แต่ช่วงเวลาในการดูโทรทัศน์ส่วนใหญ่คือ ช่วงเย็น ซึ่งเป็นเวลาที่สมาชิกในครอบครัวมารวมตัวกันภายในพื้นที่นั่งเล่นของบ้าน และเป็นเวลาที่ประกอบกิจกรรมร่วมกันคือ การดูโทรทัศน์ พบว่าสมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่มักประกอบกิจกรรมดูโทรทัศน์ในพื้นที่เดียวกัน และยังพบว่า ผู้สูงอายุจะใช้พื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้เป็นประจำ ในการนั่งดูหรือนอนดูโทรทัศน์ ซึ่งสมาชิกในครอบครัวจะไม่ใช้เครื่องเรือนนั้นๆของผู้สูงอายุ

ลักษณะพฤติกรรมในการดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งดูโทรทัศน์และการนอนดูโทรทัศน์ โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งดูโทรทัศน์ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมได้ 3 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่ผู้สูงอายุนั่งดูโทรทัศน์บนโซฟา หรือเก้าอี้มีเท้าแขน โดยมีโต๊ะกลาง , โต๊ะข้าง และชั้นวางของประกอบด้วย จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ , การรับประทานอาหาร , การเลี้ยงหลาน และการออกกำลังกาย เป็นต้น

และพบว่า ผู้สูงอายุการนอนดูโทรทัศน์ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมได้ 3 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุนอนดูโทรทัศน์บนเตียงหรือเตียงนอน

5.3.2.3 กิจกรรมฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ เครื่องเสียง และพัดลม

ด้านกิจกรรมฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาว่างในการฟังวิทยุ/ฟังเพลง ( ร้อยละ 14.7 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น และมักทำกิจกรรมอื่นๆควบคู่ไปด้วย เช่น การนั่งเล่น / นอนเล่น , รับประทานอาหาร, ดื่มน้ำกาแฟ หรือเครื่องดื่มประเภทอื่น / เย็น ในเวลาเช้า , การเลี้ยงหลาน และการเขียนหนังสือ เป็นต้น

ทั้งนี้พบว่า ลักษณะพฤติกรรมการฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ รวมถึงการใช้อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมจะเหมือนกับการนั่งเล่น / นอนเล่น , การรับประทานอาหาร , ดื่มน้ำกาแฟในเวลาเช้า , การเลี้ยงหลาน และการเขียนหนังสือ เนื่องจากการฟังวิทยุ / ฟังเพลงเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติร่วมกับกิจกรรมอื่นๆในชีวิตประจำวัน

5.3.2.4 กิจกรรมการรับประทานอาหารเช้าของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ตู้หรือชั้นวางเครื่องเสียง / โทรทัศน์ และพบว่าผู้สูงอายุไม่ใช้ประเภทอุปกรณ์ประกอบ ในการรับประทานอาหารเช้า สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมการรับประทานอาหารเช้า พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาช่วงกลางวันซึ่งอยู่บ้านคนเดียว รับประทานอาหารเช้า ( ร้อยละ 13.2 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ทั้งนี้บางส่วนใช้พื้นที่นั่งเล่นในการรับประทานอาหารเช้าด้วย เนื่องจากบุตรหลานยังไม่กลับบ้าน และมักประกอบกิจกรรมการรับประทานอาหารเช้าร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ และการฟังวิทยุ / ฟังเพลง เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมในการรับประทานอาหารเช้า สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งรับประทานอาหารเช้า ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมได้ 3 ลักษณะ

ด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุที่นั่งรับประทานอาหารเช้าหรือแก้อ้อมีท้าวแขน โดยมีโต๊ะกลาง , โต๊ะข้าง และชั้นวางของประกอบด้วย และนั่งบนตั้งหรือเตียงนอน

5.3.2.5 กิจกรรมตีหมาแพ / เครื่องตีประเภทอื่น / เย็น ของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ แก้อ้อมีท้าวแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และพรมขึ้นปูพื้น สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมตีเครื่องตีต่างๆ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาเข้าหลังจากตื่นนอน และประกอบกิจวัตรส่วนตัวเสร็จ ในการตีหมาแพเครื่องตีต่างๆ ( ร้อยละ 13.2 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น และมีบางส่วนที่ตีเครื่องตีประเภทอื่นในช่วงก่อนเข้านอน

ลักษณะพฤติกรรมในการตีเครื่องตีต่างๆ ของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ โดยสามารถแบ่งลักษณะการตีเครื่องตีต่างๆ ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งบนโซฟา หรือแก้อ้อมีท้าวแขน โดยใช้โต๊ะข้างหรือโต๊ะกลางวางแก้วกาแฟ และมีชั้นวางของอยู่ในบริเวณใกล้เคียง สำหรับวางอุปกรณ์การชงกาแฟ เช่น กระจติกรน้ำร้อน และชุดชงเครื่องตีประเภทต่างๆ เป็นต้น

และยังพบว่า การตีเครื่องตีต่างๆ ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การดูโทรทัศน์ , ฟังวิทยุ / ฟังเพลง , การอ่านหนังสือ และการเขียนหนังสือ เป็นต้น

5.3.2.6 กิจกรรมเลี้ยงหลานของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ แก้อ้อมีท้าวแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ เบาะรองนั่ง และหมอนหนุนหรือหมอนอิง และเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเลี้ยงหลานของผู้สูงอายุ พบว่า ครอบครัวที่มีบุตรหลานที่ยังเล็กอาศัยอยู่ด้วย ผู้สูงอายุจะมีบทบาทหน้าที่ในการเลี้ยงดูและอบรมบุตรหลานของตน ทั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุเลี้ยงบุตรหลาน ( ร้อยละ 8.4 ) ในพื้นที่นั่งเล่น และใช้เวลาทั้งวัน โดยเฉพาะในช่วงเย็น

ลักษณะพฤติกรรมในการเลี้ยงหลาน สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ พบว่า การเลี้ยงบุตรหลานภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุ โดยสามารถแบ่งลักษณะการเลี้ยงบุตรหลานตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุเลี้ยงบุตรหลานบนแก้อ้อมีท้าวแขนหรือโซฟา โดยใช้โต๊ะข้างหรือโต๊ะกลางวางอุปกรณ์ต่างๆ และมีชั้นวางของอยู่ในบริเวณใกล้เคียง และเลี้ยงบนพื้น โดยมีพรมปูพื้น , หมอนหนุนหรือหมอนอิง และชั้นวางของวางอยู่ในบริเวณใกล้เคียง สำหรับวางสิ่งของต่างๆ และยังพบว่า การเลี้ยงบุตรหลานของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การดูโทรทัศน์ และฟังวิทยุ / ฟังเพลง เป็นต้น

5.3.2.7 กิจกรรมอ่านหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุด คือ โซฟา 3 ที่นั่ง , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ พรมชั้นปูพื้น และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมอ่านหนังสือ พบว่า ผู้สูงอายุมักใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ ( ร้อยละ 4.4 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ทั้งนี้พบว่า ผู้สูงอายุมีพื้นที่ หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการอ่านหนังสือ ที่เดียวกับการนั่งเล่น / นอนเล่น และลักษณะพฤติกรรมคล้ายกับการนั่งเล่น / นอนเล่น และการเขียนหนังสือเช่นเดียวกัน

ลักษณะพฤติกรรมในการอ่านหนังสือ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งอ่านหนังสือ และการนอนอ่านหนังสือ โดยสามารถแบ่งลักษณะการอ่านหนังสือตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งบนเก้าอี้มีเท้าแขนหรือโซฟา มีโต๊ะข้างและโต๊ะกลางวางอยู่ใกล้ๆ ประกอบกับชั้นวางของ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และการดื่มเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น

5.3.2.8 กิจกรรมเขียนหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , โต๊ะกลาง และชั้นวางของ เท่ากัน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเขียนหนังสือ พบว่า ผู้สูงอายุมักใช้เวลาว่างในการเขียนหนังสือ ( ร้อยละ 4.4 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยการเขียนบันทึกของตน และงานของชมรมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่หรืออื่นๆ เป็นต้น และยังพบว่าผู้สูงอายุมีพื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการเขียนหนังสือ ที่เดียวกับการอ่านหนังสือ และลักษณะพฤติกรรมคล้ายกับการเขียนหนังสือเช่นเดียวกัน

ลักษณะพฤติกรรมในการเขียนหนังสือ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ พบว่า การเขียนหนังสือภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับลักษณะของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย โดยสามารถแบ่งลักษณะการเขียนหนังสือตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งเขียนหนังสือบนบนโซฟาหรือเก้าอี้มีเท้าแขน โดยเขียนบนโต๊ะกลาง และมีชั้นวางของตั้งอยู่บริเวณใกล้เคียง จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง , การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น

5.3.2.9 กิจกรรมการร้องเพลงของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ โซฟา 3 ที่นั่ง และตู้หรือชั้นวางเครื่องเสียง / โทรทัศน์ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมการร้องเพลงของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนน้อยมักใช้เวลาว่างในการร้องเพลงหรือคาราโอเกะ ( ร้อยละ 4.4 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยกิจกรรมนี้เป็นการร้องเพลงเพื่อเข้าสังคมของผู้สูงอายุในชมรมต่างๆ ทำให้ผู้สูงอายุมีความสนใจในการฝึกหัดร้องเพลงภายในบ้านของตน และใช้เป็นกิจกรรมเพื่อความบันเทิงอย่างหนึ่ง จากการศึกษาค้นพบว่า ผู้สูงอายุร้องเพลงในเวลาที่อยู่บ้านคนเดียวในช่วงกลางวันเกือบทุกวัน

ลักษณะพฤติกรรมในการร้องเพลง สามารถแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะใหญ่ๆ พบว่า ผู้สูงอายุร้องเพลงภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยสามารถแบ่งลักษณะการร้องเพลงตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้ 3 ลักษณะด้วยกัน ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งร้องเพลงบนโซฟา หรือเก้าอี้มีเท้าแขน โดยมีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ / เครื่องเสียง

5.3.2.10 กิจกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( คูตารางที่ 5.15 : 116 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ตู้หรือชั้นวางเครื่องเสียง / โทรทัศน์ และตั้งหรือเตียงนอน

และพบว่า ผู้สูงอายุไม่ใช้ประเภทอุปกรณ์ประกอบ สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมการออกกำลังกายพบว่า ผู้สูงอายุส่วนน้อยมักใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย ( ร้อยละ 1.8 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยกิจกรรมนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะออกไปออกกำลังกายที่ชมรมหรือสถานที่ที่หมู่บ้านจัดไว้ให้ และพบว่า ผู้สูงอายุใช้เวลาช่วงเช้า และเย็นในการออกกำลังกาย โดยเฉพาะการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ เช่น รำมวยจีน , ไทเก๊ก , รำไม้พลองและการเดิน เป็นต้น

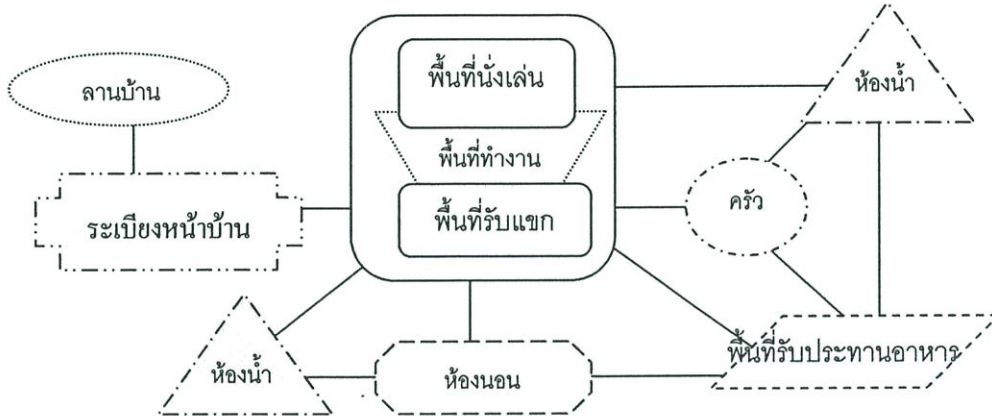
ลักษณะพฤติกรรมในการออกกำลังกาย สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ พบว่า ผู้สูงอายุออกกำลังกายภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยสามารถแบ่งลักษณะการออกกำลังกายตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ซึ่งส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่ง หรือนอนออกกำลังกายบนเตียงหรือเตียงนอน โดยมีเบาะรองและหมอน จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลงและการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

### 5.3.3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว ( กลุ่มที่ 3 )

ผลการศึกษาค้นพบว่า ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว ( ร้อยละ 30.0 ) ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ( ร้อยละ 66.6 ) มากกว่าเพศชาย ( ร้อยละ 33.4 ) โดยการสรุปผลด้านกิจกรรม และพฤติกรรมของผู้สูงอายุกลุ่มที่ 3 ( ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว ) สามารถอธิบายได้ดังนี้

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุ ( กลุ่มที่ 3 ) ปฏิบัติในชีวิตประจำวันภายในพื้นที่นั่งเล่น ( ดูตารางที่ 5.16 : 123 ) ส่วนใหญ่คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 20.6 ) และ ฟังวิทยุ / ฟังเพลง ( ร้อยละ 20.6 ) เท่ากัน

จากตารางที่ 5.16 สามารถแสดงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆ ( ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) เหมือนกับของผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 2 ดังนี้ ( ดูภาพที่ 5.4 : 122 )



ภาพที่ 5.4 ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆ (ชั้นล่างของที่อยู่อาศัย) ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 )

การจัดวางพื้นที่นั่งเล่น พื้นที่ทำงานและพื้นที่รับแขก ในบริเวณเดียวกัน ทำให้เกิดการทับซ้อนของกิจกรรม และการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ แต่ในกรณีของผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 3 ไม่เกิดปัญหาด้านการใช้งาน เนื่องจากผู้สูงอายุอยู่คนเดียว แยกที่มาจึงเป็นแขกของผู้สูงอายุเอง เป็นเหตุผลหนึ่งของผู้สูงอายุที่พอใจในการใช้งานภายในพื้นที่นั่งเล่น เพราะสะดวกและงานในการใช้พื้นที่

ตารางที่ 5.16 สัดส่วน ( จำนวน = คน ) ของการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัย  
ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว )

กิจกรรม ในชีวิตประจำวัน	ช่วงเวลา					พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม
	ตื่นนอน - 12.00	12.01 - 13.00	13.01 - 16.00	16.01 - 19.00	19.01 - ใช้นอน	
1. เตรียมอาหาร , ทำครัว	5	2	1	-	-	ห้องครัว 8
2. รับประทานอาหาร	6	4	-	2	-	พื้นที่รับประทานอาหาร 12
	=	2	=	4	=	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 6
3. ดื่มน้ำกาแฟ , นม	2	=	=	=	5	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 7
4. อ่านหนังสือ	3	=	4	2	=	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 9
	-	-	-	-	2	ห้องนอน 2
	1	-	-	-	-	พื้นที่รับประทานอาหาร 1
5. เขียนหนังสือ	2	=	=	=	=	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 2
	-	-	1	-	-	พื้นที่ทำงาน 1
6. ทำงานบ้าน	3	-	2	3	-	ภายในบ้าน 8
7. นั่งเล่น/นอนเล่น	2	=	6	3	1	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 12
8. ดูโทรทัศน์	=	=	1	4	2	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 7
	-	1	1	1	3	พื้นที่รับแขก 6
9. ฟังวิทยุ , ฟังเพลง	3	3	3	2	1	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 12
	1	-	-	1	-	พื้นที่รับแขก 2
	-	-	-	-	2	ห้องนอน 2
12. ออกกำลังกาย	4	-	-	3	-	บริเวณหน้าบ้าน 7
	=	=	=	2	=	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 2
13. ปลูกต้นไม้ , รดน้ำต้นไม้	3	-	-	4	-	บริเวณรอบบ้าน 7
14. เลี้ยงสัตว์ , ให้อาหารสัตว์	5	1	5	-	-	บริเวณรอบบ้าน 11
	=	1	=	=	=	พื้นที่นั่งเล่น/รับแขก 1
15. เข้าห้องน้ำ/อาบน้ำ	-	5	2	-	-	ห้องน้ำติดพื้นที่นั่งเล่น 7
	2	-	-	6	1	ห้องน้ำติดห้องนอน 9

หมายเหตุ : ตัวอักษรเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง พื้นที่ที่ทำการศึกษา ( พื้นที่นั่งเล่น )

ผลการศึกษาด้านกิจกรรมในเบื้องต้น ประกอบกับการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ทำให้สามารถสรุปผลด้านอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม และลักษณะพฤติกรรมในการประกอบกิจกรรมต่างๆ ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ซึ่งพบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นที่ผู้สูงอายุ สามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ ประเภทเครื่องเรือน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบ และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า

ประเภทเครื่องเรือน ที่ใช้มากที่สุดคือ ตู้หรือชั้นวางเครื่องเสียง / โทรทัศน์ (ร้อยละ 16.0)

ประเภทอุปกรณ์ประกอบ ที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง (ร้อยละ 68.6)  
ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม (ร้อยละ 47.5)

ตารางที่ 5.17 สัดส่วน (จำนวน = คน) และ ค่าเฉลี่ย (ร้อยละ) ของการใช้อุปกรณ์ประกอบ  
กิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 3)

กิจกรรม อุปกรณ์ประกอบ กิจกรรม	กิจกรรม										ร้อยละ (%)
	นั่งเล่น/นอนเล่น	ฟังวิทยุ/ฟังเพลง	อ่านหนังสือ	ดื่มเครื่องดื่มต่างๆ	ดูโทรทัศน์	รับประทานอาหาร	เขียนหนังสือ	ออกกำลังกาย	เลี้ยงสัตว์	รวม	
ประเภทเครื่องเรือน											
โซฟา 3 ที่นั่ง	4	4	4	2	4	1	1	-	2	22	9.5
โซฟา 2 ที่นั่ง	1	2	3	2	4	1	2	-	1	16	6.9
เก้าอี้มีเท้าแขน	8	9	9	5	9	7	4	-	5	29	12.5
สตูลวางเท้า	1	1	1	-	1	-	-	-	-	4	2.2
โต๊ะกลาง	4	2	4	5	7	7	5	-	-	34	14.7
โต๊ะข้าง	4	2	3	4	-	-	-	-	-	13	5.6
โต๊ะทำงาน	-	1	2	2	2	1	3	-	-	11	4.7
เก้าอี้	-	1	2	2	2	1	3	-	-	11	4.7
<b>ตู้หรือชั้นวาง เครื่องเสียง/ทีวี</b>	5	8	2	4	8	3	3	2	2	<b>37</b>	<b>16.0</b>
เตียง / เติงนอน	2	2	2	2	2	1	1	1	1	14	6.0
เก้าอี้นอน	6	6	3	-	6	-	-	-	-	21	9.0
ชั้นวางของ	3	-	8	2	2	1	3	-	-	19	8.2
ประเภทอุปกรณ์ประกอบ											
เบาะรองนั่ง	2	1	1	-	2	-	2	-	2	10	19.6
<b>หมอนหนุน / หมอนอิง</b>	9	9	9	-	4	-	3	-	1	<b>35</b>	<b>68.6</b>
พรมชิ้นปูพื้น	1	1	1	-	1	-	-	1	1	6	11.8
ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า											
คอมไฟตั้งโต๊ะ	-	-	3	-	-	-	3	-	-	6	3.8
โทรทัศน์	4	-	5	6	8	4	2	2	5	36	22.5
เครื่องเสียง	5	6	4	5	-	3	1	2	2	28	17.5
<b>พัดลม</b>	9	9	9	9	9	9	9	4	9	<b>76</b>	<b>47.5</b>
กระติกน้ำร้อน	2	2	2	4	-	4	-	-	-	14	8.7

หมายเหตุ : ตัวอักษรเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมที่มีอยู่ภายในพื้นที่นั่งเล่น  
ของผู้สูงอายุและมีการใช้งานมากที่สุด

การศึกษาลักษณะพฤติกรรมของแต่ละกิจกรรม ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มที่ 3 สามารถแบ่งได้ตามประเภทกิจกรรมทั้งหมด 9 กิจกรรม ดังนี้

5.3.3.1 กิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมนั่งเล่น / นอนเล่น พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้ชีวิตประจำวันอยู่บ้านคนเดียวทั้งวัน มีส่วนน้อยที่มีแม่บ้านมาดูแลบ้านให้เป็นบางครั้ง โดยเฉพาะผู้สูงอายุเพศชาย และมักใช้เวลาว่างในการนั่งเล่น / นอนเล่น ( ร้อยละ 20.6 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่นมากที่สุด ทั้งนี้มีลักษณะพฤติกรรมที่ใกล้เคียงกัน และแตกต่างกันออกไปตามลักษณะนิสัย และความเคยชินของตน และพบว่าผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่นเป็นประจำ

ลักษณะพฤติกรรมในการนั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งและการนอน พบว่า ผู้สูงอายุนั่งเล่นภายในพื้นที่นั่งเล่น หลายลักษณะ

โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งเล่นตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ 4 ลักษณะด้วยกัน ส่วนใหญ่พบว่าผู้สูงอายุนั่งเล่นบนเก้าอี้มีเท้าแขนหรือโซฟา โดยมีหมอนอิงวางอยู่

และพบว่า ผู้สูงอายุจะนอนเล่นบนเตียงหรือเตียงนอน โดยมีหมอนหนุนหรือหมอนอิง และโต๊ะข้าง ประกอบด้วย จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง เป็นต้น

5.3.3.2 กิจกรรมฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมฟังวิทยุ / ฟังเพลง พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาว่างในการฟังวิทยุ / ฟังเพลง ( ร้อยละ 20.6 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น และมักทำกิจกรรมอื่นๆควบคู่ไปด้วย เช่น การนั่งเล่น / นอนเล่น , รับประทานอาหาร, ดื่มกาแฟในเวลาเช้า , การเลี้ยงสัตว์ , เขียนหนังสือ และการออกกำลังกาย เป็นต้น ทั้งนี้พบว่า ลักษณะพฤติกรรมการฟังวิทยุ / ฟังเพลงของผู้สูงอายุ รวมถึงการใช้อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมจะเหมือนกับการนั่งเล่น / นอนเล่น , การรับประทานอาหาร , ดื่มกาแฟในเวลาเช้า , การเลี้ยงสัตว์ , เขียนหนังสือ และการออกกำลังกาย เนื่องจากฟังวิทยุ / ฟังเพลงเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติร่วมกับกิจกรรมอื่นๆในชีวิตประจำวัน

5.3.3.3 กิจกรรมอ่านหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมอ่านหนังสือ พบว่า ผู้สูงอายุมักใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ ( ร้อยละ 15.5 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ผู้สูงอายุมีพื้นที่หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้ในการอ่านหนังสือ ที่เดียวกับการนั่งเล่น / นอนเล่น และลักษณะพฤติกรรมคล้ายกับการนั่งเล่น / นอนเล่นเช่นเดียวกัน

ลักษณะพฤติกรรมในการอ่านหนังสือ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ การนั่งและการนอนอ่านหนังสือ โดยสามารถแบ่งลักษณะการอ่านหนังสือตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมได้ 4 ลักษณะด้วยกัน ส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งบนเก้าอี้มีเท้าแขนหรือโซฟา มีโต๊ะข้าง และโต๊ะกลางวางอยู่ใกล้ๆ ประกอบกับชั้นวางของ

และพบว่า ผู้สูงอายุนอนอ่านหนังสือภายในพื้นที่นั่งเล่น 3 ลักษณะ โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะนอนบนโซฟา ขนาด 3 ที่นั่ง มีโต๊ะข้าง และโต๊ะกลางวางอยู่ใกล้ๆ ประกอบกับชั้นวางของ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และ การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น

5.3.3.4 กิจกรรมดื่มเครื่องดื่มต่างๆ ของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน และโต๊ะกลาง และพบว่าผู้สูงอายุไม่ใช้ประเภทอุปกรณ์ประกอบ สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมดื่มเครื่องดื่มต่างๆ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาเข้าหลังจากตื่นนอน และประกอบกิจวัตรส่วนตัวเสร็จ ในการดื่มกาแฟ หรือเครื่องดื่มประเภทร้อน ( ร้อยละ 12.0 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น และมีบางส่วนที่ดื่มเครื่องดื่มประเภทร้อนในช่วงก่อนเข้านอน

ลักษณะพฤติกรรมในการดื่มเครื่องดื่มต่างๆ ของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ พบว่า ผู้สูงอายุดื่ม เครื่องดื่มต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยสามารถแบ่งตามลักษณะอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุนั่งบนเก้าอี้มีเท้าแขนหรือโซฟา โดยใช้โต๊ะข้าง หรือโต๊ะกลางวางแก้วกาแฟ และมีชั้นวางของอยู่ในบริเวณใกล้เคียง สำหรับวางอุปกรณ์การชงกาแฟ เช่น กระจกน้ำร้อน ชุดชงเครื่องดื่มประเภทต่างๆ เป็นต้น

5.3.3.5 กิจกรรมดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมดูโทรทัศน์ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักใช้เวลาว่างในการดูโทรทัศน์ ( ร้อยละ 12.0 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น ทั้งนี้ผู้สูงอายุดูโทรทัศน์ในช่วงเช้าถึงบ่าย โดยเวลาในการดูโทรทัศน์ส่วนใหญ่คือ ช่วงเย็นและหัวค่ำ และพบว่าผู้สูงอายุจะใช้พื้นที่ หรือเครื่องเรือนที่ตนเองใช้เป็นประจำ ในการนั่งดูหรือนอนดูโทรทัศน์ และลักษณะพฤติกรรมในการดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุ เหมือนกับการนั่งเล่น / นอนเล่น และมีส่วนที่เพิ่มเติมคือ นั่งดูทีวีทำงานของตน ในบริเวณพื้นที่นั่งเล่น โดยมีลักษณะการนั่งดูโทรทัศน์ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นใกล้เคียงกับการนั่งเล่น / นอนเล่น

สำหรับในส่วนที่แตกต่างกัน พบว่า ผู้สูงอายุนั่งดูโทรทัศน์ที่โต๊ะทำงานของตน โดยอาจเขียนหนังสือไปพร้อมกัน และยังพบว่าการดูโทรทัศน์ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การดื่มเครื่องดื่มต่าง , การรับประทานอาหาร และการเลี้ยงหรือเล่นกับสัตว์เลี้ยงของตน เป็นต้น

5.3.3.6 กิจกรรมการรับประทานอาหารเช้าของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ เก้าอี้มีเท้าแขน และโต๊ะกลาง และพบว่าผู้สูงอายุไม่ใช้ประเภทอุปกรณ์ประกอบ สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมการรับประทานอาหารเช้า พบว่า ผู้สูงอายุรับประทานอาหารเช้า ( ร้อยละ 10.3 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยส่วนใหญ่ใช้พื้นที่นั่งเล่นในการรับประทานอาหารเช้า

ลักษณะพฤติกรรมในการรับประทานอาหารเช้า สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ โดยสามารถแบ่งลักษณะการนั่งรับประทานอาหารเช้าตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ส่วนใหญ่พบว่าผู้สูงอายุนั่งรับประทานอาหารเช้าบนโซฟา หรือเก้าอี้มีเท้าแขน โดยมีโต๊ะกลาง , โต๊ะข้าง และชั้นวางของประกอบด้วย จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และการดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5.3.3.7 กิจกรรมเขียนหนังสือของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ โต๊ะกลาง , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเขียนหนังสือ พบว่า ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างในการเขียนหนังสือ ( ร้อยละ 3.4 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยการเขียนบันทึกของตน และงานของชมรมที่ตนเป็นสมาชิกอยู่หรืออื่นๆ เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมในการเขียนหนังสือ สามารถแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ โดยสามารถแบ่งลักษณะการเขียนหนังสือตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ส่วนใหญ่พบว่าผู้สูงอายุนั่งเขียนหนังสือ

บนบนโซฟาหรือเก้าอี้มีเท้าแขวน โดยเขียนบนโต๊ะกลาง และมีชั้นวางของตั้งอยู่บริเวณใกล้เคียง จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และ การดื่มเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น

5.3.3.8 กิจกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือนที่ใช้มากที่สุดคือ ตู้หรือชั้นวางเครื่องเสียง / โทรทัศน์ , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่พบคือ พรมขึ้นปูพื้น สำหรับประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า ที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนน้อยมักใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย ( ร้อยละ 3.4 ) ภายในพื้นที่นั่งเล่น โดยกิจกรรมนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะออกไปออกกำลังกายที่ชมรม หรือสถานที่ที่หมู่บ้านจัดไว้ให้ และพบว่า ผู้สูงอายุใช้เวลาช่วงเช้า และเย็น ในการออกกำลังกาย โดยเฉพาะการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ เช่น รำมวยจีน , โทเก็ก , รำไม้พลอง และการเดิน เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ พบว่า สามารถแบ่งลักษณะการออกกำลังกายตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ส่วนใหญ่พบว่า ผู้สูงอายุยืนออกกำลังกายบนพื้นหน้าตู้ หรือชั้นวางโทรทัศน์ และเครื่องเสียง จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และ การดูโทรทัศน์ เป็นต้น

5.3.3.9 กิจกรรมเลี้ยงสัตว์ของผู้สูงอายุ พบว่า อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ( ดูตารางที่ 5.17 : 124 ) ประเภทเครื่องเรือน ที่ใช้มากที่สุด คือ เก้าอี้มีเท้าแขวน , ประเภทอุปกรณ์ประกอบที่ใช้มากที่สุดคือ เบาะรองนั่ง และประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้มากที่สุดคือ พัดลม

ด้านกิจกรรมเลี้ยงสัตว์ พบว่า ผู้สูงอายุจะเลี้ยงสัตว์ไว้ภายในบ้านเพื่อเป็นเพื่อนแก้เหงา เนื่องจากอยู่คนเดียว และด้วยความรักสัตว์ โดยจะเล่นกับสัตว์เลี้ยงของตนในช่วงเวลาที่ตนนั่งเล่น / นอนเล่น หรือมีเวลาว่าง ทั้งในบ้าน และนอกบ้าน

ลักษณะพฤติกรรมในการเลี้ยงสัตว์ของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ พบว่า การเลี้ยงสัตว์ภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุ สามารถแบ่งลักษณะการเลี้ยงสัตว์ตามอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ซึ่งพบว่าผู้สูงอายุเลี้ยงสัตว์บนเก้าอี้มีเท้าแขวนหรือโซฟา และบนพื้น โดยมีพรมปูพื้น , หมอนหนุนหรือหมอนอิง จะกระทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ เช่น การฟังวิทยุ / ฟังเพลง และ การดูโทรทัศน์ เป็นต้น

ผลการศึกษา ด้านกิจกรรม และลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม พบว่า มีลักษณะของกิจกรรม และพฤติกรรมที่เหมือนกัน และแตกต่างกัน โดยสามารถสรุปผลการศึกษาเชิงเปรียบเทียบข้อมูลด้านกิจกรรม และพฤติกรรมของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม ได้ดังนี้

การเปรียบเทียบข้อมูลด้านกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม ( ดูตารางที่ 5.18 : 129 ) พบว่า ผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 1 ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นทั้งหมด 8 กิจกรรม ในขณะที่ผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 2 ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นทั้งหมด 10 กิจกรรม โดยมีกิจกรรมการร้องเพลงและการออกกำลัง เพิ่มขึ้นมา และสำหรับผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 3 พบว่า ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นทั้งหมด 9 กิจกรรม ซึ่งกิจกรรมที่แตกต่างจาก 2 กลุ่มแรก คือ ผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 3 จะเลี้ยงสัตว์ ในขณะที่ผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 1 และ 2 จะเลี้ยงหลาน

ตารางที่ 5.18 การเปรียบเทียบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

	กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ กับคู่สมรสและบุตร หลาน	กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ กับบุตรหลาน	กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ คนเดียว
นั่งเล่น / นอนเล่น	/	/	/
ฟังวิทยุ / ฟังเพลง	/	/	/
รับประทานอาหาร		/	/
ดื่มกาแฟ / เครื่องดื่มประเภทร้อน	/	/	/
ดูโทรทัศน์	/	/	/
อ่านหนังสือ	/	/	/
เขียนหนังสือ	/	/	/
เล่นดนตรี	/		
เลี้ยงสัตว์			/
เลี้ยงหลาน	/	/	
ออกกำลัง		/	/
ร้องเพลง		/	

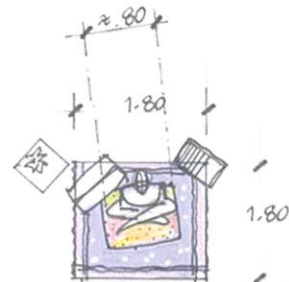
หมายเหตุ : กิจกรรมที่ผู้สูงอายุในกลุ่มต่างๆ ไม่ได้ปฏิบัติในพื้นที่นั่งเล่น

ทั้งนี้ มีกิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติ โดยอยู่ในอันดับเดียวกัน ซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มใหญ่ๆ ดังนี้

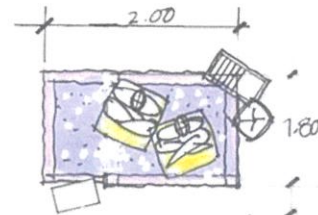
1. ผู้สูงอายุที่ประกอบกิจกรรมในอันดับที่เหมือนกันทั้ง 3 กลุ่ม คือ การนั่งเล่น / นอนเล่น โดยเป็นกิจกรรมที่ปฏิบัติมากที่สุดในชีวิตประจำวันภายในพื้นที่นั่งเล่น
2. กิจกรรมที่ผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ปฏิบัติในอันดับเดียวกัน มี 3 กิจกรรม คือ การดูโทรทัศน์ , การดื่มกาแฟ หรือ เครื่องดื่มประเภทร้อน และการเลี้ยงหลาน
3. กิจกรรมที่ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 3 ที่ปฏิบัติในอันดับเดียวกัน มี 2 กิจกรรม คือ การอ่านหนังสือ และการเขียนหนังสือ

ผลจากการศึกษา สรุปได้ว่า ลักษณะพฤติกรรมและขนาดพื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุที่ 3 กลุ่ม ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยนั้น มีความคล้ายคลึงกัน และมีความแตกต่างกัน โดยขึ้นอยู่กับลักษณะการดำรงชีวิตของแต่ละครอบครัว ลักษณะทางกายภาพ, สุขภาพของผู้สูงอายุเอง และลักษณะทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ รวมถึงบุคคลที่ผู้สูงอายุอาศัยร่วมอยู่ด้วย ( ภาพที่ 5.5 : 130 , ภาพที่ 5.6 : 131 , ภาพที่ 5.7 : 131 – 133 และ ภาพที่ 5.8 : 133 - 134 ) ผลจากการศึกษา สามารถสรุปลักษณะพฤติกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้เป็น 4 ลักษณะ ดังนี้

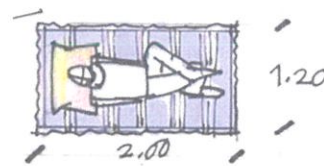
### 1. การนั่ง หรือนอนบนพื้น



ประมาณ 3.00 – 3.50 ตารางเมตร



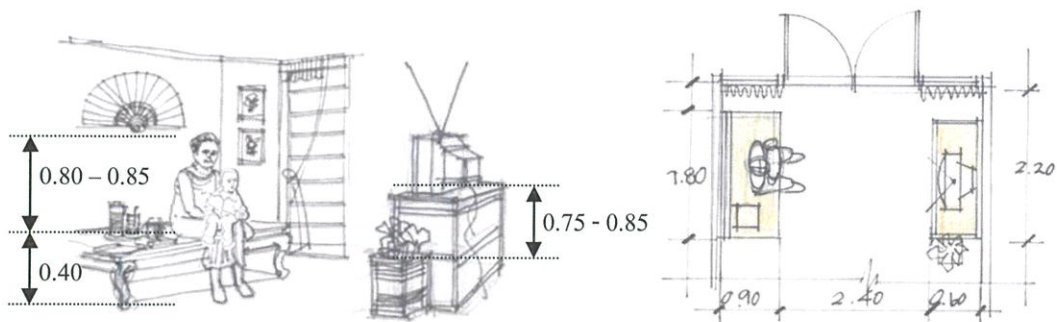
ประมาณ 3.50 – 4.00 ตารางเมตร



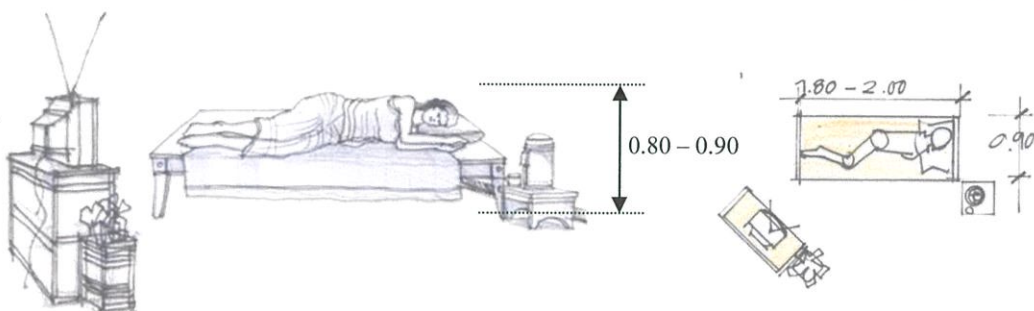
ประมาณ 2.30 – 2.80 ตารางเมตร

ภาพที่ 5.5 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนพื้น ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

2. การนั่ง หรือนอนบนตั่ง หรือเตียง



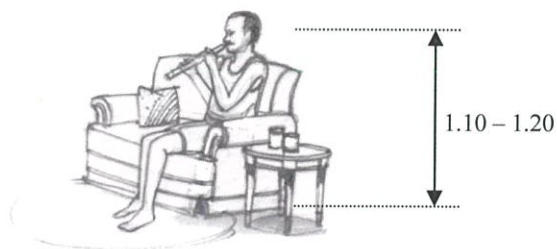
ประมาณ 9.00 – 9.50 ตารางเมตร



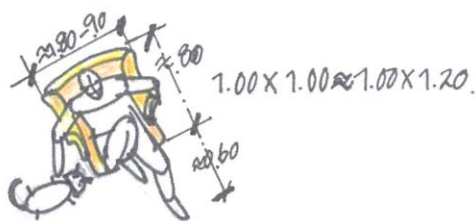
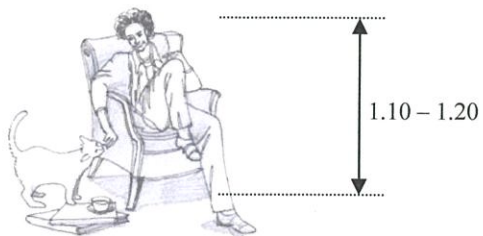
ประมาณ 1.70 – 2.20 ตารางเมตร

ภาพที่ 5.6 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนตั่งหรือเตียง ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

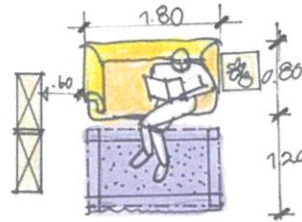
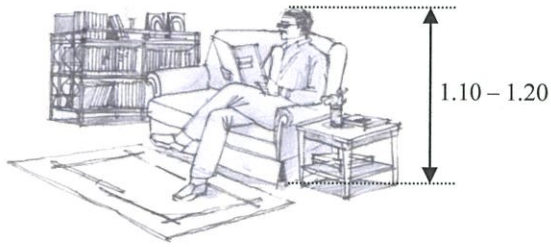
3. การนั่ง หรือนอนบริเวณชุดรับแขก



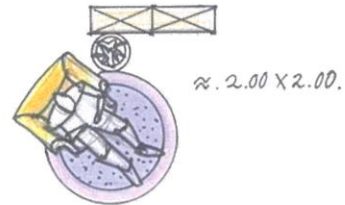
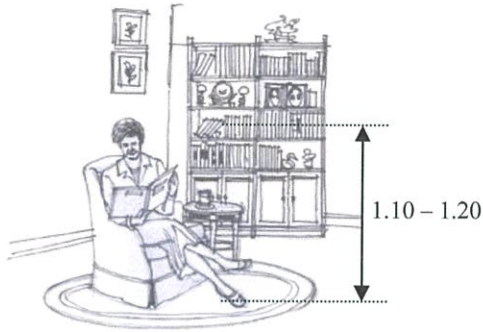
ประมาณ 3.00 – 3.50 ตารางเมตร



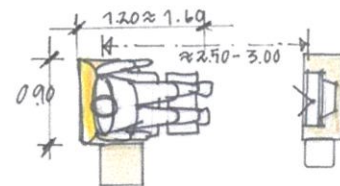
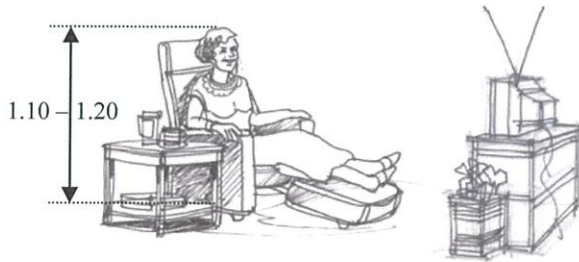
ประมาณ 1.20 – 1.70 ตารางเมตร



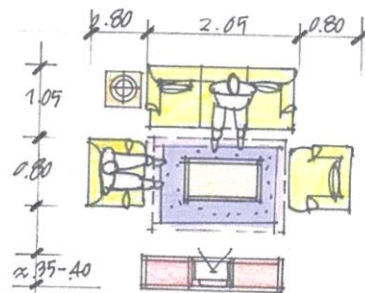
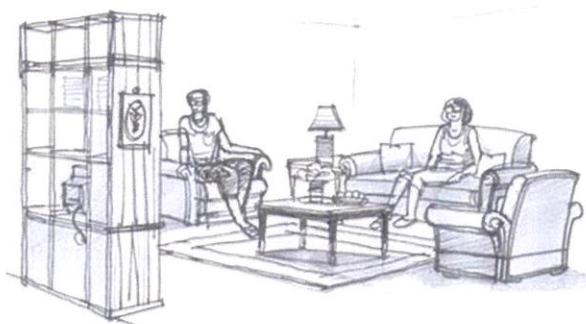
ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร



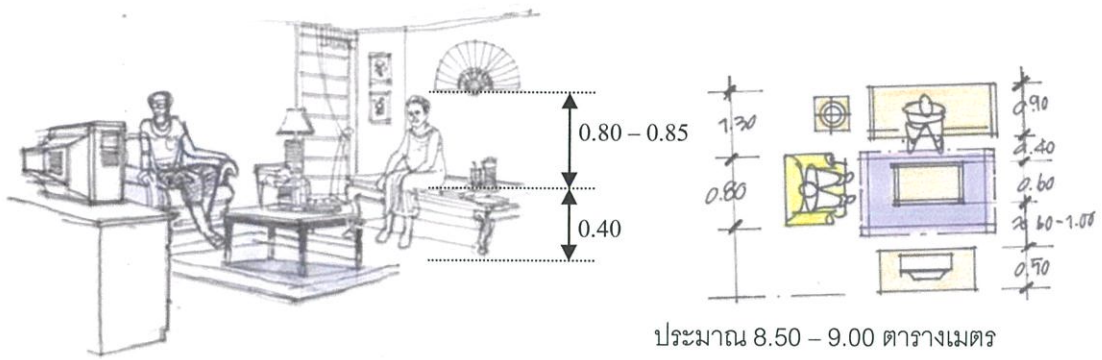
ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร



ประมาณ 2.50 - 3.00 ตารางเมตร

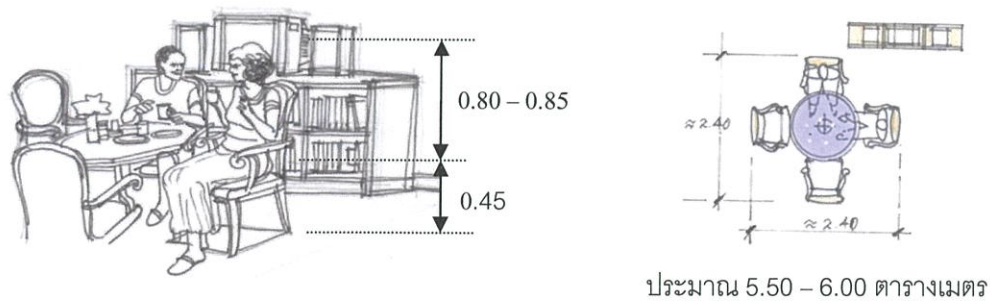
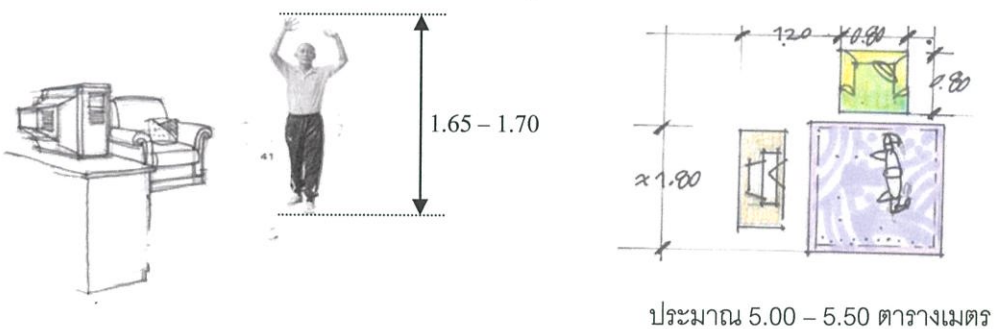


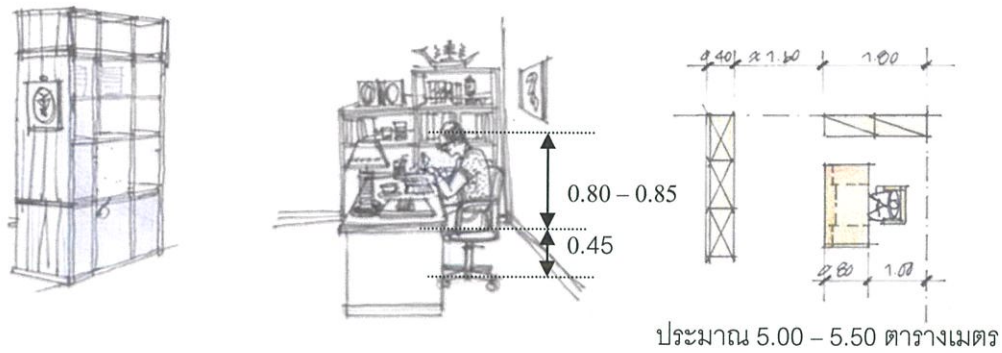
ประมาณ 9.50 - 10.00 ตารางเมตร



ภาพที่ 5.7 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนชุดรับแขก ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

4. การนั่ง บริเวณส่วนอื่นๆ





ภาพที่ 5.8 ลักษณะพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุทั้งกลุ่มที่ 3 ในส่วนอื่นๆ

ซึ่งลักษณะพฤติกรรมทั้ง 4 กลุ่มนี้ จะประกอบด้วยอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมต่างๆ ได้แก่ ชุดรับแขก , ชั้นสำหรับวางของ เช่น อุปกรณ์ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน หรือ หนังสือต่างๆ , หมอนหนุนหรือหมอนอิง , พรมปูพื้น , ชุดโต๊ะทำงาน , เก้าอี้นอน , ตู้หรือชั้นสำหรับวางโทรทัศน์ / วิทยุหรือเครื่องเสียง เป็นต้น อุปกรณ์เหล่านี้ส่วนใหญ่จะพบในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ซึ่งจะมีรูปแบบและการจัดวางที่แตกต่างกันออกไป ตามลักษณะและรูปแบบของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

## 5.4 สภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ จากการสังเกตการณ์และการสัมภาษณ์ จำนวนทั้งหมด 30 คน สามารถจัดกลุ่มของสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามลักษณะขององค์ประกอบต่างๆภายในพื้นที่ ได้ 4 กลุ่ม ดังนี้

5.4.1 ตำแหน่ง , ความสัมพันธ์และขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

5.4.2 วัสดุพื้น , ผืนและเพดาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

5.4.3 รูปแบบของประตู และ หน้าต่าง , แสงสว่าง และสี ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตาม

5.4.4 เครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบการใช้สอยภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การสรุปผลการศึกษา ได้นำข้อมูลในส่วนของการสังเกตการณ์สภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เป็นพื้นฐานการศึกษา และใช้ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ความพึงพอใจ รวมถึงข้อมูลอื่นๆที่เกี่ยวข้อง ประกอบการวิจัย เพื่อได้มาซึ่งความเข้าใจและเหตุผลที่เหมาะสม สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้มากที่สุด

5.4.1 ตำแหน่ง , ความสัมพันธ์และขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาตำแหน่ง , ความสัมพันธ์และขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลการศึกษา โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

5.4.1.1 ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

5.4.1.2 ความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัย

5.4.1.3 ขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

5.4.1.1 ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย พบว่า พื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ( ร้อยละ 76.6 ) คือ เมื่อเปิดประตูเข้าสู่ตัวบ้าน จะพบพื้นที่นั่งเล่น หรือพบโถงทางเข้าก่อนแล้วจึงพบพื้นที่นั่งเล่นต่อจากพื้นที่โถงทางเข้า โดยพบในผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1

จำนวน 9 หลัง , กลุ่มที่ 2 จำนวน 7 หลัง และกลุ่มที่ 3 จำนวน 7 หลัง รวมทั้งหมด 23 หลัง รองลงมาคือ อยู่ถัดจากพื้นที่รับแขก หรืออยู่ด้านในของตัวบ้าน หรือในกรณีที่พื้นที่นั่งเล่นแยกออกจากพื้นที่รับแขก ( ร้อยละ 23.4 ) มีพื้นที่นั่งเล่นจะอยู่ในบริเวณใกล้เคียง หรือติดกับพื้นที่รับแขก หรือพื้นที่อื่นๆ โดยพบในผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 จำนวน 3 หลัง , กลุ่มที่ 2 จำนวน 2 หลัง และกลุ่มที่ 3 จำนวน 2 หลัง รวมทั้งหมด 7 หลัง ( ดูตารางที่ 5.19 : 136 และ ภาพที่ 5.9 : 137 , ภาพที่ 5.10 : 138 และภาพที่ 5.11 : 139 )

ตารางที่ 5.19 จำนวน ( หลัง ) และค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

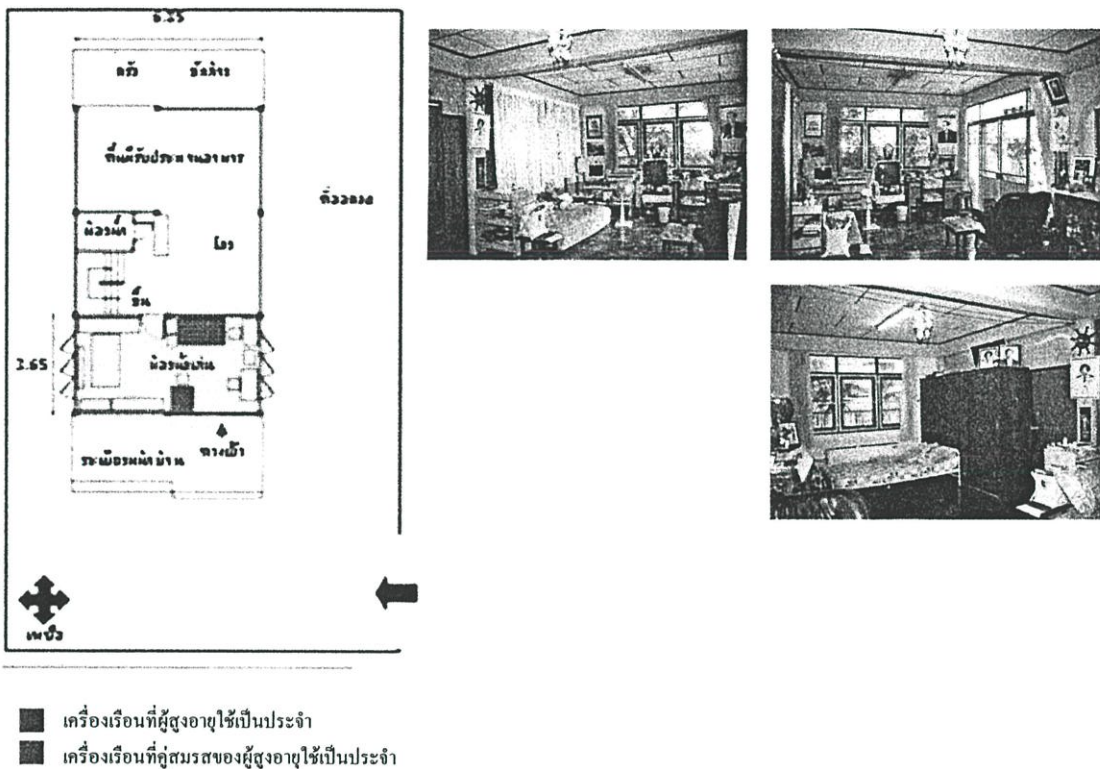
ตำแหน่ง	กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ กับคู่สมรสและบุตร หลาน จำนวน(หลัง)	กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ กับบุตรหลาน จำนวน(หลัง)	กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ คนเดียว จำนวน(หลัง)	รวม จำนวน (หลัง)	ร้อยละ (%)
ตำแหน่งด้านหน้า	9	7	7	23	76.6
ตำแหน่งด้านใน	3	2	2	7	23.4
รวม	12	9	9	30	
ร้อยละ(%)	40.0	30.0	30.0		100%

หมายเหตุ : ตำแหน่งด้านหน้า หมายถึง ตำแหน่งที่ต่อเนื่องจากภายนอกบ้านเข้าสู่ภายในบ้าน ( ประตูเข้าสู่ตัวบ้าน )

: ตำแหน่งด้านใน หมายถึง ตำแหน่งที่อยู่ถัดจากพื้นที่อื่นๆ เช่น พื้นที่รับแขก หรือพื้นที่รับประทานอาหาร เข้าไปภายในบ้าน โดยไม่ต่อเนื่องจากประตูเข้าสู่ภายในบ้าน

: ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง มีจำนวนมากที่สุด

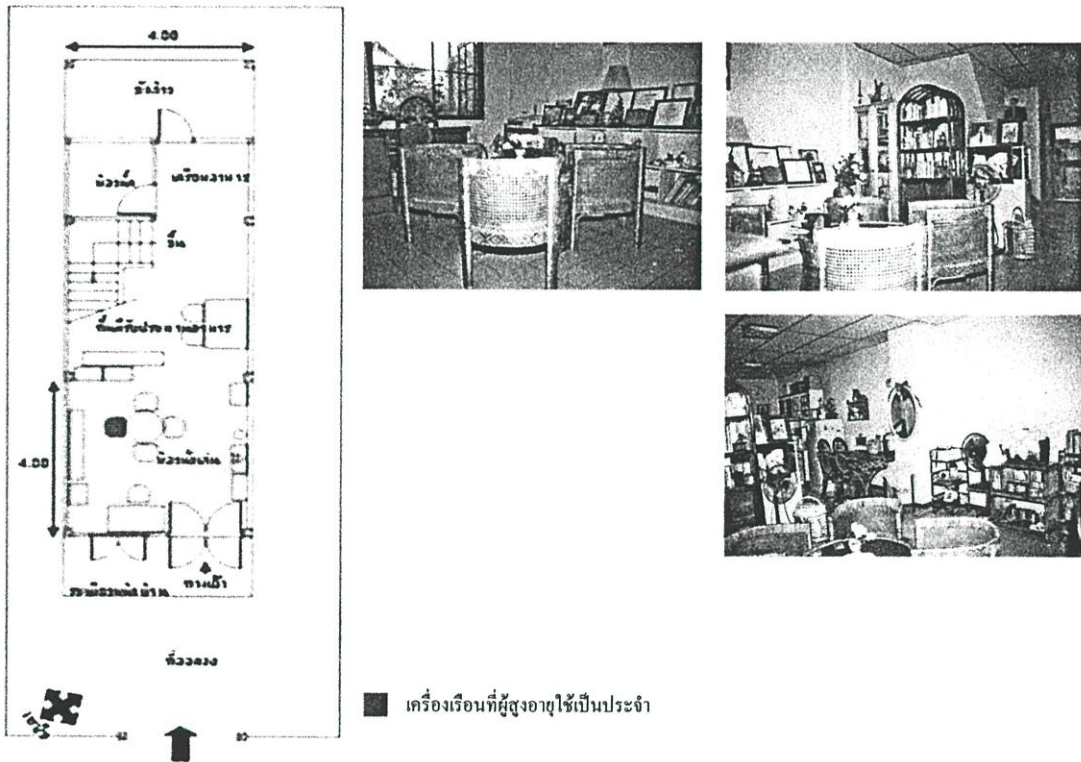
ตัวอย่างที่ 1 แปลนที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขกโดยมีลักษณะเป็นห้องอยู่ด้านหน้าของที่อยู่อาศัย ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอก ทำให้การเข้าใช้พื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัยต้องผ่านห้องนั่งเล่น หรือการเข้าจากประตูหลังบ้าน ( ประตูเข้าสู่ห้องครัว ) สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นและบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก พบจำนวน 1 หลัง โดยอยู่ในกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และบุตรหลาน



ภาพที่ 5.9 ตัวอย่าง ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่มีลักษณะปิด ( เป็นห้อง ) อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอกที่อยู่อาศัย เข้าสู่พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ตัวอย่างที่ 2 แปลนที่อยู่อาศัย และสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุ ที่ใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขก โดยมีลักษณะเปิดโล่งอยู่ ด้านหน้าของที่อยู่อาศัย ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอก สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นและบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก พบจำนวน 22 หลัง

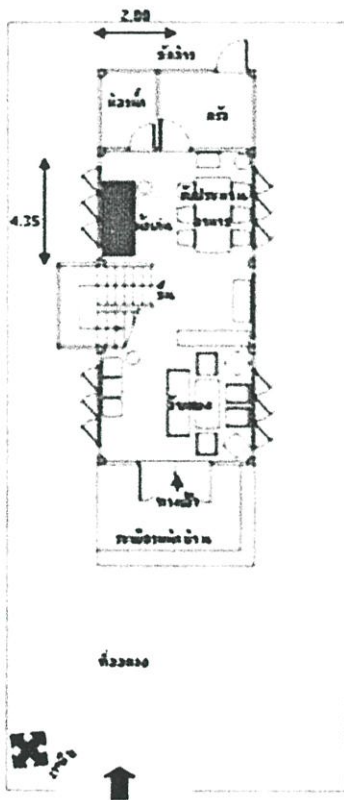
โดยพบในกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และบุตรหลาน จำนวน 8 หลัง , กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน จำนวน 7 หลัง และกลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว จำนวน 7 หลัง



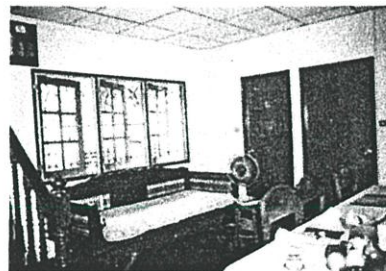
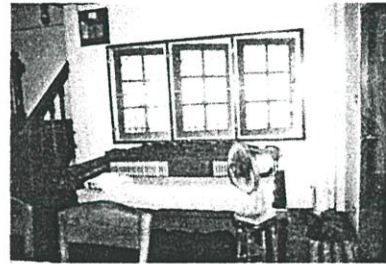
ภาพที่ 5.10 ตัวอย่าง ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ลักษณะเปิดโล่ง ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอกที่อยู่อาศัย เข้าสู่พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ตัวอย่าง 3 แปลนที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุ โดยมีพื้นที่นั่งเล่นแยกออกจากพื้นที่รับแขก มีลักษณะเปิดโล่ง อยู่ด้านในของที่อยู่อาศัย ติดกับพื้นที่รับประทานอาหาร , ห้องน้ำและทางเข้าห้องครัวด้านหลัง หรือพื้นที่อื่นๆ แต่ยังสามารถมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก พบจำนวน 7 หลัง

โดยพบในผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 จำนวน 3 หลัง , กลุ่มที่ 2 จำนวน 2 หลัง และกลุ่มที่ 3 จำนวน 2 หลัง ข้อสังเกตคือ บุคคลภายนอกไม่สามารถมองเห็นตำแหน่งที่ผู้สูงอายุนั่งอยู่ได้ เนื่องจากถูกบังและอยู่ด้านในของพื้นที่บ้าน ซึ่งพบว่า เป็นเรื่องของความปลอดภัยในการดำรงชีวิต เนื่องจากผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลานส่วนใหญ่อยู่บ้านคนเดียวในช่วงเวลากลางวัน และผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว ต้องอยู่คนเดียวตลอดเวลา



■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ



ภาพที่ 5.11 ตัวอย่างตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านในของตัวบ้าน ที่ต่อเนื่องจากพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น คือ ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่มีลักษณะเป็นห้องปิด แยกออกจากพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัย แต่อยู่บริเวณด้านหน้าของที่อยู่

อาศัยนั้น ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นบริเวณหน้าบ้านได้ชัดเจน แต่ไม่สามารถมองเห็นพื้นที่ส่วนอื่นๆภายในที่อยู่อาศัยได้ ทำให้ขาดความต่อเนื่องของพื้นที่ และไม่สะดวกในการเข้าสู่พื้นที่อื่นๆเพื่อประกอบกิจกรรมประจำวัน โดยเฉพาะปัญหาด้านแสงสว่างบริเวณเส้นทางสัญจรภายในที่อยู่อาศัย

ผลการศึกษารูปได้ว่า การวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่ อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน และใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขก ซึ่งผู้สูงอายุมุ่งมีความพึงพอใจมาก เนื่องจากสามารถมองเห็นบริเวณหน้าบ้านทางเข้าบ้าน หรือ บริเวณประตูรั้วได้ชัดเจน ซึ่งสัมพันธ์กับลักษณะของกิจกรรมการเฝ้าบ้านของผู้สูงอายุ

สำหรับกรณีพื้นที่ที่นั่งเล่นอยู่ภายในบ้านถัดจากพื้นที่อื่นเข้าไปพบว่า ตำแหน่งของพื้นที่ยังสามารถมองเห็นบริเวณประตูรั้วหน้าบ้านได้ และเป็นพื้นที่นั่งเล่นที่แยกออกจากพื้นที่รับแขกอย่างชัดเจน โดยข้อสังเกตคือ ตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านในของบ้าน ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นบริเวณหน้าบ้านทางเข้าบ้าน หรือ บริเวณประตูรั้วได้ชัดเจนเช่นเดียวกับตำแหน่งด้านหน้า และบุคคลภายนอกไม่สามารถมองเห็นตำแหน่งที่ผู้สูงอายุนั่งอยู่ได้ เนื่องจากถูกบังและอยู่ด้านในของพื้นที่บ้าน ซึ่งพบว่า เป็นเรื่องของความปลอดภัยในการดำรงชีวิต เนื่องจากผู้สูงอายุที่อยู่กับคู่สมรสและบุตรหลานส่วนใหญ่อยู่บ้านคนเดียวในช่วงเวลากลางวัน และผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว ต้องอยู่คนเดียวตลอดเวลา ซึ่งผู้สูงอายุมุ่งมีความพึงพอใจในด้านของความเป็นสัดส่วน แต่ไม่พึงพอใจในด้านของการเข้าถึงพื้นที่ เนื่องจากต้องเดินไกล และมีปัญหาด้านแสงสว่างในพื้นที่และแสงสว่างบริเวณพื้นที่ทางเดินเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น

ทั้งนี้ การศึกษาด้านทิศในการวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น พบว่า ส่วนใหญ่อยู่ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ ( ร้อยละ 20.0 ) , ทิศตะวันออกเฉียงใต้ ( ร้อยละ 20.0 ) และ ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ( ร้อยละ 20.0 ) เท่ากัน ( ดูตารางที่ 5.20 : 141 )

ตารางที่ 5.20 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของทิศในการวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ทิศในการวางตำแหน่ง	จำนวน(หลัง)	ร้อยละ(%)
ทิศเหนือ	2	6.6
<u>ทิศตะวันออกเฉียงเหนือ</u>	<u>6</u>	<u>20.0</u>
ทิศตะวันออก	2	6.6
<u>ทิศตะวันออกเฉียงใต้</u>	<u>6</u>	<u>20.0</u>
ทิศใต้	3	10.1
ทิศตะวันตกเฉียงใต้	3	10.1
ทิศตะวันตก	2	6.6
<u>ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ</u>	<u>6</u>	<u>20.0</u>
รวม	30	100%

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง ทิศในการวางตำแหน่งมากที่สุด

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านทิศในการวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น คือ ตำแหน่งทิศตะวันตกและทิศตะวันตกเฉียงใต้ ซึ่งได้รับแสงแดดในช่วงเที่ยงถึงบ่าย ผู้สูงอายุต้องปิดหน้าต่างหรือผ้าม่าน เพื่อป้องกันแสงแดดและความร้อน ดังนั้นทำให้ภายในพื้นที่นั่งเล่นมีลักษณะปิด ไม่สามารถมองเห็นบริเวณพื้นที่ภายนอกที่อยู่อาศัยได้ ซึ่งไม่สอดคล้องกับลักษณะกิจกรรมการเฝ้าบ้านของผู้สูงอายุ บางกรณีพบว่า มีการต่อเติมหลังคาภายนอกที่อยู่อาศัยซึ่งติดกับพื้นที่รับแขก เพื่อทำเป็นพื้นที่การใช้งานต่างๆ เช่น ที่จอดรถ ทำให้แสงธรรมชาติจากภายนอกไม่สามารถส่องเข้าถึงพื้นที่นั่งเล่นได้ เป็นต้น

5.4.1.2 ความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่น ๆ ภายในที่อยู่อาศัย พบว่าพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่อยู่ติดกับระเบียงหน้าบ้าน ( ร้อยละ 17.1 ) พบในกลุ่มที่ 2 มากที่สุด และติดกับที่จอดรถ ( ร้อยละ 17.1 ) เท่ากัน พบในกลุ่มที่ 1 และ 2 มากที่สุด ( ดูตารางที่ 5.21 : 142 )

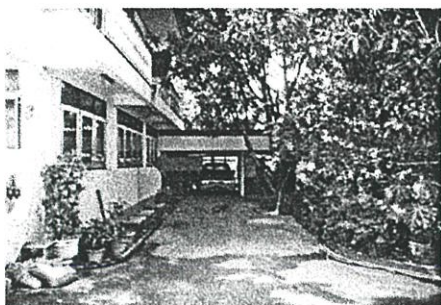
ตารางที่ 5.21 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ความสัมพันธ์ของพื้นที่	กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัย อยู่กับคู่สมรส และ บุตรหลาน จำนวน(หลัง)	กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัย อยู่กับบุตร หลาน จำนวน(หลัง)	กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัย อยู่คนเดียว จำนวน(หลัง)	รวม จำนวน (หลัง)	ร้อยละ (%)
ติดกับระเบียงหน้าบ้าน	5	7	6	18	17.1
ติดกับพื้นที่รับแขก	2	2	1	5	4.7
ติดกับโถงทางเข้า	4	3	3	10	9.5
ติดกับพื้นที่ทำงาน	5	1	2	8	7.6
ติดกับพื้นที่รับประทานอาหาร	7	2	8	17	16.1
ติดกับห้องน้ำ	3	1	2	6	5.7
ติดกับห้องครัว	2	-	1	3	3.3
ติดกับห้องนอนผู้สูงอายุ	2	3	4	9	8.5
ติดกับบันไดทางขึ้นชั้น 2	3	6	2	11	10.4
ติดกับพื้นที่จอดรถ	7	7	4	18	17.1
รวม					100%

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง มีความสัมพันธ์มากที่สุด

ปัญหาที่พบจากการศึกษาความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัย คือ ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับห้องนอนผู้สูงอายุ ในกรณีที่เป็นบ้าน 2 ชั้น เนื่องจากมีที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุกลุ่มหนึ่งที่ตำแหน่งห้องนอนผู้สูงอายุอยู่บริเวณชั้น 2 และห่างจากพื้นที่นั่งเล่นซึ่งอยู่บริเวณชั้น 1 ทำให้ผู้สูงอายุต้องเดินขึ้นลงบันไดในช่วงเวลาระหว่างวัน ดังนั้นผู้สูงอายุบางท่าน จึงใช้พื้นที่นั่งเล่นเป็นที่นอนในช่วงเวลากลางคืนด้วย โดยนอนบนเตียงหรือเตียงและไม่ขึ้นไปใช้ห้องนอนชั้น 2

ในกรณีที่พื้นที่นั่งเล่นติดกับที่จอดรถ พบว่า กลิ่นควันรถพัดเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ซึ่งผู้สูงอายุแก้ปัญหาโดยการปิดหน้าต่างทั้งวัน หรือ ไม่เปิดหน้าต่างด้านที่ติดกับพื้นที่จอดรถเลย ( ดูภาพที่ 5.12 : 143 )



← สภาพแวดล้อมกายภาพภายนอก บริเวณผนังด้านที่ติดกับที่จอดรถ และเป็นทางผ่านของรถ ขณะเข้า – ออก จากที่อยู่อาศัย พบว่าปิดหน้าต่างทุกบาน



← สภาพแวดล้อมกายภาพภายในเป็นพื้นที่นั่งเล่น ต้องปิดหน้าต่างด้านที่ติดกับบริเวณที่จอดรถตลอดเวลา โดยไม่มีการเปิดใช้งาน

ภาพที่ 5.12 ตัวอย่างสภาพแวดล้อมที่มีปัญหา กรณีพื้นที่นั่งเล่นติดกับพื้นที่จอดรถ ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

สำหรับการใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขกพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขก (ร้อยละ 76.6) ( ดูตารางที่ 5.22 : 143 )

ตารางที่ 5.22 จำนวน ( หลัง ) และค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของการใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขกภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

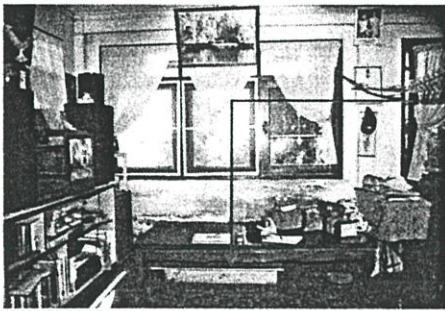
ความสัมพันธ์ของพื้นที่	กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และ บุตรหลาน จำนวน(หลัง)	กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน จำนวน(หลัง)	กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว จำนวน(หลัง)	รวม จำนวน (หลัง)	ร้อยละ (%)
ใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขก	9	7	7	23	76.6
แยกจากพื้นที่รับแขก	3	2	2	7	23.4
รวม	12	9	9	30	100%

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชีตเส้นใต้ หมายถึง จำนวนมากที่สุด

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านการใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่อื่นๆ เช่น พื้นที่รับแขก คือ กรณีที่มีสมาชิกภายในที่อยู่อาศัยหลายคน และมีแขกมาเยี่ยมสมาชิกคนใดคนหนึ่ง ผู้สูงอายุไม่

สามารถใช้พื้นที่นั่งเล่นในขณะนั้นได้ และต้องออกไปใช้พื้นที่อื่นแทน เช่น บริเวณระเบียงหน้าบ้าน หรือหลังบ้าน เป็นต้น

สำหรับกรณีที่ใช้พื้นที่นั่งเล่นในการประกอบกิจกรรมประจำวันต่างๆ เช่น การรับประทานอาหารของสมาชิกในครอบครัวหรือการทำงาน พบว่า มีการทับซ้อนของพื้นที่การใช้งาน ทำให้มีการเคลื่อนย้ายเครื่องเรือนภายในพื้นที่เป็นประจำ และเกิดความแออัดในพื้นที่ กรณีที่พื้นที่นั่งเล่นมีขนาดเล็ก และมีจำนวนสมาชิกภายในครอบครัวหลายคน ( ดูภาพที่ 5.13 : 144 )



การเก็บเครื่องเรือน ( โต๊ะรับประทานอาหาร แบบนั่งกับพื้น ) ไว้ได้ตั้ง ซึ่งเป็นที่นั่งเล่น / นอนเล่นของผู้สูงอายุ เมื่อใช้งาน จะดึงออกมา

ภาพที่ 5.13 ตัวอย่างลักษณะการใช้พื้นที่นั่งเล่นเป็นพื้นที่รับประทานอาหารของสมาชิกในครอบครัว ของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาสรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ

ลักษณะที่ 1 พื้นที่ที่อยู่ภายนอกที่อยู่อาศัย โดยส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กับพื้นที่ระเบียงหน้าบ้าน และพื้นที่จอดรถ

ลักษณะที่ 2 พื้นที่ที่อยู่ภายในที่อยู่อาศัย โดยส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์กับพื้นที่รับประทานอาหาร รองลงมาคือ บันไดทางขึ้นชั้น 2

ทั้งนี้ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจมาก เนื่องจากพื้นที่ทั้ง 2 ลักษณะ อยู่ภายในพื้นที่เดียวกัน , อยู่ใกล้กัน หรืออยู่ติดกับพื้นที่นั่งเล่น ทำให้สามารถใช้งานหรือประกอบกิจกรรมประจำวันได้สะดวก และง่ายต่อการเข้าใช้พื้นที่อื่นๆ จากพื้นที่นั่งเล่น

5.4.1.3 **ขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย** สามารถแสดงผลตามการจัดกลุ่มของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน พบว่า ขนาดของที่อยู่อาศัย มีขนาดตั้งแต่ 110.00 – 289.00 ตารางเมตร และขนาดของพื้นที่นั่งเล่น มีขนาดตั้งแต่ 11.25 – 28.27 ตารางเมตร ( mean = 17.29 , S.D. = 5.43 ) ทั้งนี้มีขนาดร้อยละ 4.00 – 18.60 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย ( mean = 10.92 , S.D. = 4.76 ) ( ดูตารางที่ 5.23 : 145 )

ตารางที่ 5.23 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของขนาดพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็น  
กลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส และ บุตรหลาน )

ที่อยู่อาศัย	ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย (ตารางเมตร)	ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น (ตารางเมตร)	ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น / พื้นที่ที่อยู่อาศัย
1	204.81	25.00	12.2
2	151.50	<u>28.27</u>	<u>18.6</u>
3	146.70	14.07	9.5
4	110.00	14.21	12.9
5	220.00	16.00	7.2
6	121.50	22.00	18.1
7	128.00	15.40	12.0
8	114.75	18.00	15.6
9	152.00	12.00	7.8
10	180.00	12.00	6.6
11	275.50	11.25	4.0
12	<u>289.00</u>	19.35	6.6

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง ขนาดพื้นที่ที่มากที่สุด

: ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย ( Mean = 174.4800 , Std. Deviation = 60.9322 )

: ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ( Mean = 17.2958 , Std. Deviation = 5.4312 )

: ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น ( Mean = 10.9250 , Std. Deviation = 4.7670 )

กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน พบว่า ขนาดของที่อยู่อาศัย มีขนาดตั้งแต่ 117.00 – 384.00 ตารางเมตร และขนาดของพื้นที่นั่งเล่น มีขนาดตั้งแต่ 13.05 – 31.60 ตารางเมตร ( mean = 19.46 , S.D. = 5.90 ) ทั้งนี้ มีขนาดร้อยละ 3.00 – 11.10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย ( mean = 8.08 , S.D. = 2.58 ) ( ดูตารางที่ 5.24 : 146 )

ตารางที่ 5.24 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของขนาดพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน )

ที่อยู่อาศัย	ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย (ตารางเมตร)	ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น (ตารางเมตร)	ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น / พื้นที่ที่อยู่อาศัย
1	177.00	14.13	7.9
2	117.00	15.22	13.0
3	117.00	13.05	11.1
4	285.00	16.00	5.6
5	384.00	31.60	8.2
6	180.00	20.00	11.1
7	260.00	25.00	9.6
8	225.00	20.00	8.8
9	266.00	20.14	7.5

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง ขนาดพื้นที่ที่มากที่สุด

: ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย ( Mean = 223.4444 , Std. Deviation = 80.1846 )

: ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ( Mean = 19.4600 , Std. Deviation = 5.9009 )

: ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น ( Mean = 8.0889 , Std. Deviation = 2.5838 )

กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียวพบว่า ขนาดของที่อยู่อาศัยมีขนาดตั้งแต่ 100.00 – 256.00 ตารางเมตร และขนาดของพื้นที่นั่งเล่นมีขนาดตั้งแต่ 6.20 – 20.80 ตารางเมตร ( mean = 15.96 , S.D. = 5.26 ) ทั้งนี้มีขนาดร้อยละ 4.20 – 18.10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย ( mean = 11.22 , S.D. = 5.46 ) ( ดูตารางที่ 5.25 : 147 )

ตารางที่ 5.25 ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของขนาดพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว )

ที่อยู่อาศัย	ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย (ตารางเมตร)	ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น (ตารางเมตร)	ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น / พื้นที่ที่อยู่อาศัย
1	112.00	15.36	13.7
2	145.00	6.20	4.2
3	221.00	14.72	6.6
4	196.00	9.00	4.5
5	256.00	20.28	7.9
6	100.00	17.32	17.3
7	130.00	20.00	15.3
8	155.00	20.80	13.4
9	110.00	20.00	18.1

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง ขนาดพื้นที่ที่มากที่สุด

: ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย ( Mean = 158.3333 , Std. Deviation = 54.5000 )

: ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น ( Mean = 15.9644 , Std. Deviation = 5.2699 )

: ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น ( Mean = 11.2222 , Std. Deviation = 5.4619 )

ผลจากการศึกษาด้านขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เมื่อนำข้อมูลของทั้ง 3 กลุ่ม มาเปรียบเทียบกัน พบว่า ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย มีค่าเฉลี่ยประมาณ 174.48 ตารางเมตร และขนาดของพื้นที่นั่งเล่น มีค่าเฉลี่ยประมาณ 17.57 ตารางเมตร ในขณะที่มีขนาดพื้นที่ร้อยละ 10.07 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย ( ดูตารางที่ 5.26 : 147 )

ตารางที่ 5.26 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย(ร้อยละ) ของขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย , พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย และค่าร้อยละของพื้นที่นั่งเล่น ต่อ พื้นที่ที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

กลุ่มผู้สูงอายุ	แสดงค่าเฉลี่ย (Mean)		
	ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย (ตารางเมตร)	ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น (ตารางเมตร)	ร้อยละ(%)ของพื้นที่นั่งเล่น / พื้นที่ที่อยู่อาศัย
กลุ่มที่ 1	174.48	17.29	10.92
กลุ่มที่ 2	223.44	19.46	8.08
กลุ่มที่ 3	158.33	15.96	11.22
รวมทั้ง 3 กลุ่ม	Mean = 185.41 Std. Deviation = 33.9048	Mean = 17.5700 Std. Deviation = 1.7667	Mean = 10.0733 Std. Deviation = 1.7328

ผลจากการศึกษาด้านความสูงของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ พบว่า ส่วนใหญ่มีความสูงที่ 2.50 – 2.59 เมตร ( ร้อยละ 36.6 ) โดยมีค่าเฉลี่ย = 2.70 เมตร (S.D. = 0.29) ( ดูตารางที่ 5.27 : 148 )

ตารางที่ 5.27 ความสูงจากพื้นถึงฝ้าเพดาน(เมตร) และค่าเฉลี่ย(ร้อยละ) ของพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

ความสูงจากพื้นถึงฝ้าเพดาน (เมตร)	จำนวน (หลัง)	ร้อยละ(%)
2.40 – 2.49	2	6.6
2.50 – 2.59	11	36.6
2.60 – 2.69	8	26.6
2.70 – 2.79	2	6.6
2.80 – 2.89	3	10.4
3.20 – 3.29	1	3.3
3.40 – 3.49	1	3.3
3.50 – 3.59	2	6.6
<b>รวม</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

หมายเหตุ : ความสูงของพื้นที่นั่งเล่นเฉลี่ย = 2.70 เมตร

ผลการศึกษารูปได้ว่า ขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง สามารถแบ่งประเด็นการสรุปผลออกเป็น 4 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย มีค่าเฉลี่ย = 185.41 ตารางเมตร

ส่วนที่ 2 ขนาดพื้นที่ของพื้นที่นั่งเล่น มีค่าเฉลี่ย = 17.50 ตารางเมตร โดยพบว่าส่วนใหญ่พื้นที่นั่งเล่นเป็นที่รวมของสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย ดังนั้นขนาดของพื้นที่นั่งเล่นจึงขึ้นอยู่กับจำนวนสมาชิกและกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ทั้งนี้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักประกอบกิจกรรมประจำวันภายในพื้นที่นั่งเล่นเกือบทั้งวัน

ส่วนที่ 3 สัดส่วนของพื้นที่นั่งเล่นเมื่อเปรียบเทียบกับพื้นที่ของที่อยู่อาศัย มีขนาดร้อยละ = 10.00 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย

และส่วนที่ 4 ความสูงเฉลี่ยของพื้นที่นั่งเล่น = 2.70 เมตร

โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความพึงพอใจมากต่อขนาดของพื้นที่นั่งเล่น เนื่องจาก มีขนาดเหมาะสมต่อการใช้งาน และจำนวนสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย รวมถึงเหมาะสมต่อลักษณะกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

#### 5.4.2 วัสดุพื้น , ผนัง , เพดาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาด้านวัสดุภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลการศึกษา โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

5.4.2.1 วัสดุพื้น ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยพบว่า ส่วนใหญ่ปูด้วย กระเบื้องปูพื้น ( ร้อยละ 39.9 ) ( ดูภาพที่ 5.14 และตารางที่ 5.28 : 149 )



เสื่อน้ำมัน



ไม้ปาร์เก้



หินอ่อน



กระเบื้อง

ภาพที่ 5.14 ตัวอย่างวัสดุปูพื้นภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 5.28 จำนวน ( หลัง ) และค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของวัสดุปูพื้นภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

วัสดุ	จำนวน(หลัง)	ค่าเฉลี่ย(%)	ความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
ไม้ขัดมันสีธรรมชาติ	4	13.3	ดูแลรักษายาก , สีเข้มเกินไป
ไม้ปาร์เก้	4	13.3	ดูแลรักษายาก , สีเข้มเกินไป
กระเบื้อง	12	39.9	ดูแลรักษาง่าย , สะอาดตา
กระเบื้องโมเสก	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย , สะอาดตา
กระเบื้องยาง	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย , สะอาดตา
เสื่อน้ำมัน	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย
หินอ่อน	6	20.3	ดูแลรักษาง่าย , สะอาดตา , รู้สึกเป็นธรรมชาติ
หินแกรนิต	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย , สะอาดตา , รู้สึกเป็นธรรมชาติ
รวม	30	100	

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง วัสดุที่ใช้มากที่สุด

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านวัสดุปูพื้น พบว่า วัสดุประเภทกระเบื้อง , หินอ่อน และ หินแกรนิต ถึงแม้จะมีความทนทาน และสามารถดูแลรักษาง่าย แต่ก็มีเสียงเย็น และ ความลื่น และ สะท้อนแสง ทำให้เกิดปัญหาด้านความปลอดภัยต่อผู้สูงอายุ และ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะใส่รองเท้าผ้าสำหรับเดินภายในที่อยู่อาศัย ในกรณีที่มีน้ำเลอะบนพื้น ผู้สูงอายุไม่สามารถ

สังเกตเห็นได้ เนื่องจากปัญหาด้านสายตา ดังนั้นผู้สูงอายุบางท่านแก้ปัญหาด้วยการปูพรมขึ้นใหญ่หรือเล็ก ในบริเวณพื้นที่นั่งเล่นหรือบริเวณที่ตนใช้งานเป็นประจำ

ผลจากการศึกษา ด้านวัสดุปูพื้นกับปัญหาการเกิดอุบัติเหตุภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ เมื่อเปรียบเทียบกับ การทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีความสอดคล้องและมีความขัดแย้งกับ ดังนี้ ( ดูตารางที่ 5.29 : 150 )

ตารางที่ 5.29 การเปรียบเทียบข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมกับผลที่ได้จากการศึกษา ด้านวัสดุปูพื้นกับปัญหาการเกิดอุบัติเหตุภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

	มีผลต่ออุบัติเหตุ	ไม่มีผลต่ออุบัติเหตุ	หมายเหตุ
<b>1. ปัญหาด้านสายตาของผู้สูงอายุ กับวัสดุที่สะท้อนแสงจ้า</b>			
การทบทวนวรรณกรรม	/		การปรับตาต่อความมืด และสว่างลดลง นัยน์ตาของผู้สูงอายุไม่สามารถทนต่อแสงที่มีความเข้มสูงได้ ทำให้เกิดปัญหาหกล้มได้ง่ายขึ้น
ผลจากการศึกษา	/		
<b>2. ปัญหาด้านสายตาและกายภาพของผู้สูงอายุ กับวัสดุที่มีพื้นผิวเรียบและลื่น</b>			
การทบทวนวรรณกรรม	/		ในกรณีที่มีน้ำและบนพื้น ผู้สูงอายุไม่สามารถสังเกตเห็นได้ และการเดินเรื่องช้า เคลื่อนไหวได้ลำบาก การทรงตัวไม่ดี หกล้มง่าย
ผลจากการศึกษา	/		
<b>3. ปัญหาด้านสายตาของผู้สูงอายุ กับการใช้พรมขึ้นปูพื้น</b>			
การทบทวนวรรณกรรม	/		การลื่นเมื่อผู้สูงอายุเหยียบบนพรม เนื่องจาก การทรงตัวที่ไม่มั่นคงของผู้สูงอายุ
ผลจากการศึกษา		/	เนื่องจากบริบทของผู้สูงอายุในสังคมไทย นิยมการนั่งและนอนบนพื้น โดยปูพรมขึ้นหรือใช้เบาะรองนั่ง ทั้งนี้ผู้สูงอายุอาศัยอยู่ภายในที่อยู่อาศัยของตนเองเป็นเวลานาน ทำให้เกิดความเขยิบตื้อพื้นที่ รวมถึงผู้สูงอายุจะเดินหลบ และไม่เดินเหยียบพื้นที่ที่ตนเองใช้ในการนั่งเล่นนอนเล่นบนพื้น บางครั้งพบว่าพรมและอุปกรณ์ต่างๆที่ใช้ในการนั่งเล่นนอนเล่นบนพื้น จะถูกจัดเก็บทุกครั้งเมื่อเลิกใช้งาน และนำออกมาเมื่อต้องการใช้งานเท่านั้น

5.4.2.2 วัสดุผนัง ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย พบว่า ส่วนใหญ่เป็นผนังก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก ( ร้อยละ 70.0 ) ( ดูภาพที่ 5.15 และตารางที่ 5.30 : 151 )



ผนัก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก



ผนักติดวอลล์เปเปอร์



ผนักไม้ทาสีน้ำมัน

ภาพที่ 5.15 ตัวอย่างวัสดุผนังภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 5.30 จำนวน ( หลัง ) และค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของวัสดุผนังภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

วัสดุ	จำนวน(หลัง)	ค่าเฉลี่ย(%)	ความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก	21	70.0	ดูแลรักษาง่าย , สะอาดตา , สกปรกง่าย
ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีน้ำมัน	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย
ก่ออิฐฉาบปูนเรียบติดวอลล์เปเปอร์	5	20.1	ดูแลรักษายากและง่าย , สะอาดตา , สกปรกง่าย
ไม้ทาสีน้ำมัน	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย , ไม่กันเสียงจากภายนอก
ไม้ตีเกล็ดสีธรรมชาติ	1	3.3	ดูแลรักษาง่าย , ไม่กันเสียงจากภายนอก
รวม	30	100	

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง วัสดุที่ใช้มากที่สุด

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านวัสดุผนังพบว่า มีปัญหาเกี่ยวกับการป้องกันเสียงจากภายนอกเข้าสู่ภายในพื้นที่นั่งเล่น เนื่องจากสภาพแวดล้อมของที่อยู่อาศัยบางส่วนอยู่ในแหล่งชุมชนหรือแหล่งที่มีการจราจรใกล้เคียง โดยเฉพาะวัสดุประเภทไม้ ซึ่งมีคุณสมบัติในการป้องกันเสียงน้อย สำหรับกรณีที่เป็นผนัก่ออิฐฉาบปูนทาสีพลาสติก ไม่พบปัญหาใด นอกจากผู้สูงอายุบางส่วนมีความเห็นว่า สีผนังสกปรกง่าย เนื่องจากเป็นสีอ่อน เช่น สีขาว , สีขาววันบุหรี่ หรือ สีครีม เป็นต้น

5.4.2.3 วัสดุฝ้าเพดาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย พบว่า ส่วนใหญ่ทำด้วยแผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก ( ร้อยละ 93.4 ) ( รูปภาพที่ 5.16 และตารางที่ 5.31 : 152 )



ผ้าที่บาร์



ผ้ายับข้มทาสีพลาสติก

ภาพที่ 5.16 ตัวอย่างวัสดุผ้าเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ตารางที่ 5.31 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของวัสดุผ้าเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

วัสดุ	จำนวน(หลัง)	ค่าเฉลี่ย(%)	ความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
แผ่นยิบข้มทาสีพลาสติก	28	93.4	สะอาดตา
ที่บาร์	2	6.6	มีลวดลายมากเกินไป
รวม	30	100	

หมายเหตุ : ตัวหนังสือข้ม และ ขีดเส้นใต้ หมายถึง วัสดุที่ใช้มากที่สุด

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านผ้าเพดาน พบว่า กรณีของการใช้งานไม่มีปัญหา นอกจากปัญหาด้านความรู้สึกพึงพอใจ และไม่พึงพอใจ เฉพาะบุคคลของผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาด้านวัสดุพื้น , ผนังและเพดาน สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุพึงพอใจต่อวัสดุที่สามารถดูแลรักษาง่าย , มีสีอ่อนที่ดูแล้วสว่าง สดใสและสะอาดตา , มีความคงทนหรือมีอายุการใช้งานที่ยาวนาน และให้ความรู้สึกที่เป็นธรรมชาติ รวมถึงการป้องกันปัญหาด้านความปลอดภัยในการใช้งาน

ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลักษณะความชอบเฉพาะบุคคลของผู้สูงอายุเช่นเดียวกัน เนื่องจากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุส่วนหนึ่งชอบวัสดุจากธรรมชาติ เช่น ไม้ แต่แสดงความคิดเห็นว่า พื้นที่ทำจากไม้ เช่น ไม้ปาร์เก้ มีสีที่เข้มเกินไป ทำให้สภาพแวดล้อมภายในพื้นที่นั่งเล่นทึบและมี

5.4.3 รูปแบบของประตูและหน้าต่าง , แสงสว่างและสี ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาด้านรูปแบบของประตูและหน้าต่าง , แสงสว่างและสี ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลการศึกษา โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

5.4.3.1 ประตู ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

5.4.3.2 หน้าต่าง ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

5.4.3.3 แสงสว่างและสี ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

5.4.3.1 ประตู ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย พบว่า รูปแบบของประตู มี 2 ลักษณะ คือ ประตูบานเลื่อนและประตูบานเปิด โดยส่วนใหญ่เป็นประตูบานเปิดคู่ และเดี่ยว (ร้อยละ 60.0) (ดูภาพที่ 5.17 และตารางที่ 5.32 : 153) และพบว่า วัสดุของประตูบานเลื่อนส่วนใหญ่ ทำจากอลูมิเนียมและกระจก และประตูบานเปิดส่วนใหญ่ ทำจากไม้หรือไม้อัดสีธรรมชาติ สำหรับขนาดของประตูส่วนใหญ่พบว่า เป็นขนาดมาตรฐานที่ใช้กันทั่วไป โดยมีตำแหน่งของประตูเชื่อมต่อระหว่างระเบียงหน้าบ้านภายนอกเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

ตารางที่ 5.32 จำนวน (หลัง) และค่าเฉลี่ย (ร้อยละ) ของรูปแบบประตูเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

รูปแบบ	จำนวน(หลัง)	ค่าเฉลี่ย(%)	ความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
ประตูบานเลื่อนคู่และเดี่ยว	12	40.0	เข้า-ออกสะดวก, เปิด-ปิดไม่สะดวก
ประตูบานเปิดคู่และเดี่ยว	18	60.0	เข้า-ออกสะดวก, เปิด-ปิดง่าย
รวม	30	100	

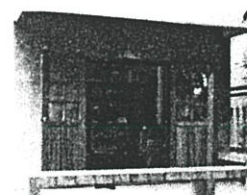
หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง วัสดุที่ใช้มากที่สุด



บานเลื่อนคู่



บานเปิดเดี่ยว



บานเปิดคู่

ภาพที่ 5.17 ตัวอย่างรูปแบบของประตูทางเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านรูปแบบของประตู คือ ลักษณะการเปิด - ปิดของประตู ทั้ง 2 แบบ ไม่มีปัญหา แต่ในกรณีที่มีปัญหา จะเกิดจากการใช้งานที่ยาวนาน , ประตูชำรุด หรือ ประตูตก ขาดการซ่อมแซมดูแลรักษาที่ดี ทำให้การเปิด - ปิด ไม่สะดวก และเกิดจากปัญหาด้านสุขภาพ และกำลังที่เสื่อมถอยของผู้สูงอายุ และการจัดวางเครื่องเรือนกีดขวางบริเวณประตู

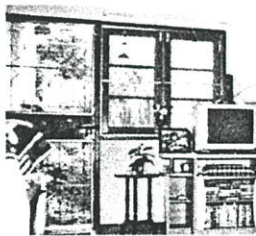
5.4.3.2 หน้าต่าง ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย พบว่า รูปแบบของ หน้าต่าง มี 3 ลักษณะ คือ หน้าต่างบานเลื่อน , หน้าต่างบานเปิดและหน้าต่างบานเกล็ด โดยส่วนใหญ่เป็นหน้าต่างบานเปิดคู่ และ เดี่ยว ( ร้อยละ 83.3 ) ( รูปภาพที่ 5.18 และตารางที่ 5.33 : 154 )

และพบว่า วัสดุของหน้าต่างบานเลื่อนส่วนใหญ่ ทำจากอลูมิเนียมและกระจก และ หน้าต่างบานเปิดส่วนใหญ่ทำจากไม้และกระจก ทั้งนี้การใช้กระจกทำให้ผู้สูงอายุสามารถมองเห็น บริเวณภายนอกและหน้าบ้านได้ดี สำหรับขนาดของหน้าต่างส่วนใหญ่พบว่า เป็นขนาดมาตรฐาน ที่ใช้กันทั่วไป

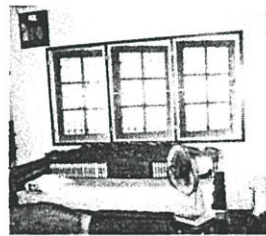
ตารางที่ 5.33 จำนวน ( หลัง ) และ ค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของรูปแบบหน้าต่างเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

รูปแบบ	จำนวน(หลัง)	ค่าเฉลี่ย(%)	ความคิดเห็นของผู้สูงอายุ
หน้าต่างบานเลื่อนคู่ และ เดี่ยว	4	13.3	เปิด-ปิดสะดวก และ ไม่สะดวก
หน้าต่างบานเปิดคู่ และ เดี่ยว	25	83.3	เปิด-ปิดสะดวก และ ไม่สะดวก
หน้าต่างบานเกล็ด	1	3.4	เปิด-ปิดสะดวก
รวม	30	100	

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ ชิดเส้นใต้ หมายถึง วัสดุที่ใช้มากที่สุด



บานเปิดคู่



บานเปิดเดี่ยว



บานเกล็ด

ภาพที่ 5.18 ตัวอย่างรูปแบบของหน้าต่างทางเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาที่พบจากการศึกษาด้านรูปแบบของหน้าต่างคือ ลักษณะการเปิด - ปิดของ หน้าต่างทั้ง 3 แบบ ไม่มีปัญหา แต่ในกรณีที่มีปัญหา จะเกิดจากการใช้งานที่ยาวนาน , หน้าต่าง ขำรูด ขาดการซ่อมแซมหรือดูแลรักษาที่ดี ทำให้การเปิด - ปิด ไม่สะดวก อีกสาเหตุหนึ่งเกิดจาก ปัญหาด้านสุขภาพ และกำลังที่เสื่อมถอยของผู้สูงอายุ และการจัดวางเครื่องเรือนกีดขวางบริเวณ หน้าต่าง

**5.4.3.3 แสงสว่างและสี ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย** พบว่า สภาพแวดล้อมกายภาพภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่เป็นพื้นที่จอดรถ มีหลังคาโรงรถหรือกันสาดติดอยู่ ทำให้แสงสว่างจากภายนอกเข้าสู่ภายในพื้นที่นั่งเล่นน้อย และพบว่า มีส่วนหนึ่งที่แสงสว่างจากภายนอกไม่สามารถเข้าถึงพื้นที่นั่งเล่นได้เลย ทำให้พื้นที่นั่งเล่นในช่วงเวลากลางวันค่อนข้างมืด และผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่นั่งเล่น โดยไม่เปิดไฟ เนื่องจากมีความเคยชินกับพื้นที่ และจะเปิดไฟต่อเมื่อต้องการอ่านหนังสือ หรือเขียนหนังสือ และในกรณีที่มีโคมไฟตั้งโต๊ะภายในพื้นที่ ผู้สูงอายุจะใช้โคมไฟตั้งโต๊ะ แทนไฟกลางห้อง

ปัญหาที่พบอีกประการหนึ่งสำหรับแสงสว่างคือ การจัดวางเครื่องเรือนชิ้นใหญ่ที่มีความสูง เช่น ตู้หนังสือ , ตู้โชว์หรือตู้สำหรับวางโทรทัศน์ กีดขวางหรือกั้นในบริเวณหน้าต่าง ทำให้แสงสว่างไม่สามารถเข้าถึงภายในพื้นที่นั่งเล่นได้เต็มที่ รวมถึงการติดตั้งผ้าม่านบริเวณหน้าต่างหรือประตู อีกด้วย

ปัญหาการเกิดแสงจ้า เมื่อแสงกระทบกับวัสดุพื้น , ผนัง , เพดานและเครื่องเรือนต่างๆภายในพื้นที่พบว่า วัสดุพื้นที่มีผิวมันและสีเข้ม กับผนังที่มีสีอ่อน เกิดความจ้าของแสงมากกว่าวัสดุพื้นที่มีผิวมันและสีอ่อน กับผนังที่มีสีอ่อน มีผลกระทบต่อด้านการมองเห็นของผู้สูงอายุ เป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

#### **5.4.4 เครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง**

การศึกษาด้านเครื่องเรือน และอุปกรณ์ประกอบการใช้งานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถแสดงผลตามการจัดกลุ่มของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม โดยแบ่งประเภทของเครื่องเรือน และอุปกรณ์ต่างๆภายในพื้นที่นั่งเล่น ออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

- (1) ประเภทเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น
- (2) ประเภทอุปกรณ์ประกอบการใช้สอยภายในพื้นที่นั่งเล่น
- (3) ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในพื้นที่นั่งเล่น

จากการศึกษาสามารถสรุปผลตามประเด็นการศึกษา ได้ 3 ส่วน ประกอบด้วย

- 5.4.4.1 จำนวนของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น
- 5.4.4.2 การจัดวางเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น
- 5.4.4.3 รูปแบบ , ขนาด , วัสดุและสีของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น

#### 5.4.4.1 จำนวนของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น

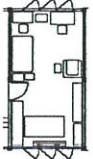


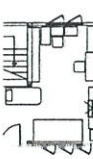

ผลการศึกษานับจำนวนของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่นพบว่า จำนวนของเครื่องเรือน และอุปกรณ์ต่างๆภายในพื้นที่นั่งเล่น มีความแตกต่างกันตามขนาดของพื้นที่ , จำนวนสมาชิกของครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกัน และการสะสมจากช่วงชีวิตของผู้สูงอายุ รวมถึงฐานะทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ และ ครอบครัว ( ดูตารางที่ 5.34 – 5.37 : 157 – 164 )

ผลการศึกษาด้านจำนวนของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างพบว่า เครื่องเรือนที่พบมากที่สุดคือ ชั้นวางของ ( ร้อยละ 17.2 ) เช่น ชั้น หรือตู้วางหนังสือ , ชั้นวางอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ และตู้โชว์ เป็นต้น โดยมีค่าเฉลี่ย = 1.60 ( S.D. = 1.83 )

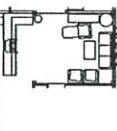

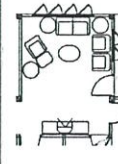
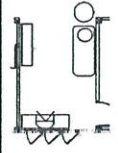
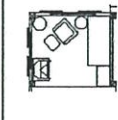
ผลการศึกษาด้านจำนวนของอุปกรณ์ประกอบการใช้สอยภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างพบว่า อุปกรณ์ที่พบมากที่สุดคือ หมอนอิงหรือหมอนหนุน ( ร้อยละ 81.9 ) โดยมีค่าเฉลี่ย = 4.40 ( S.D. = 2.01 )

ผลการศึกษาด้านจำนวนของเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างพบว่า เครื่องใช้ไฟฟ้าที่พบมากที่สุดคือ พัดลม ( ร้อยละ 35.4 ) โดยมีค่าเฉลี่ย = 1.30 ( S.D. = 0.46 ) ซึ่งพบว่า พื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุบางส่วนติดตั้งเครื่องปรับอากาศ แต่ไม่ได้เปิดใช้งานเป็นประจำ ทั้งนี้ผู้สูงอายุให้ความเห็นว่า ชอบความเย็นที่มาจากพัดลมมากกว่าความเย็นจากเครื่องปรับอากาศ เนื่องจากความเย็นที่มาจากพัดลมเย็นสบายและอากาศภายในพื้นที่นั่งเล่นปลอดโปร่งและถ่ายเทได้ดี อีกทั้งปัญหาด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยเฉพาะด้านผิวหนัง ที่ไม่อาจทนสภาพที่ร้อนจัดหรือหนาวจัดได้ และความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่มีอุณหภูมิต่ำลงน้อยลง

ตารางที่ 5.34 แสดงจำนวนเครื่องเรือน, อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และเครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในห้องอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 1)

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องเรือน												อุปกรณ์ประกอบ					เครื่องใช้ไฟฟ้า				
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์, เครื่องเสียง	ตั้ง / เตียง	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมชิ้นปูพื้น	ที่นอน	คอมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระติกน้ำร้อน
	-	-	1	-	-	1	-	2	2	1	2	-	4	2	4	-	1	-	1	1	1	-
	-	-	1	-	-	-	-	-	-	1	1	-	4	1	2	-	-	-	1	1	2	-
	1	-	2	-	-	-	-	2	2	1	-	3	2	5	1	-	-	1	1	1	1	-
	-	-	-	-	-	-	1	2	2	1	1	5	4	-	-	-	-	2	1	1	1	-
	1	-	2	1	1	1	-	-	-	1	-	-	-	5	1	-	-	-	1	1	1	-

ตารางที่ 5.34 (ต่อ)

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องใช้ไฟฟ้า				
	กระตักน้ำร้อน	-	-	1	1
	พัดลมตั้งพื้น	1	2	1	2
	เครื่องเสียง	1	-	1	-
	โทรทัศน์	1	1	1	1
คอมพิวเตอร์	-	-	-	-	
อุปกรณ์ประกอบ					
ที่นอน	-	-	-	-	
พรมชั้นปูพื้น	-	1	1	-	
หมอนอิง / หมอน	6	6	5	2	
เบาะรองนั่ง	-	-	-	-	
เครื่องเรือน					
ชั้นวางของ	1	3	-	1	
เก้าอี้นอน	1	1	-	-	
ตั้ง / เติง	-	-	-	1	
ชั้นวางโทรทัศน์ , เครื่องเสียง	1	1	1	1	
เก้าอี้	-	2	-	-	
โต๊ะทำงาน	-	1	-	-	
โต๊ะญี่ปุ่น	-	-	-	-	
โต๊ะข้าง	1	2	3	1	
โต๊ะกลาง	1	1	1	-	
สตูลวางเท้า	-	-	1	-	
อาร์มแชร์	2	3	3	1	
โซฟา 2 ที่นั่ง	-	-	1	-	
โซฟา 3 ที่นั่ง	1	1	-	-	
					

ตารางที่ 5.34 (ต่อ)

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องเรือน													อุปกรณ์ประกอบ					เครื่องใช้ไฟฟ้า				
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์, เครื่องเสียง	ตั้ง / เคียง	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมชิ้นปูพื้น	ที่นอน	คอมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระติกน้ำร้อน	
	1	-	2	-	1	2	-	-	-	1	-	2	-	-	4	1	-	-	1	1	2	1	
	1	-	2	-	1	2	-	-	-	1	-	1	-	-	5	1	-	-	1	1	1	-	
รวม	6	1	19	3	6	14	1	7	8	12	7	3	24	9	44	6	1	3	12	9	16	4	
Mean	.50	.16	1.58	.25	.50	1.16	-	.58	.66	1.00	.58	.25	2.00	.75	3.66	.50	-	.25	1.00	.75	1.33	.33	
Std. Deviation	.052	.38	.99	.45	.52	.93	.28	.90	.98	.00	.66	.45	1.75	1.28	2.14	.52	.28	.62	.00	.45	.49	.49	

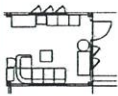

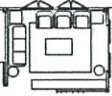
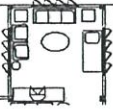
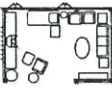
หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

เครื่องหมาย - หมายถึง ไม่มีเครื่องเรือน หรือ อุปกรณ์ประกอบ ในพื้นที่นั่งเล่น

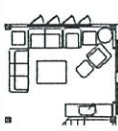
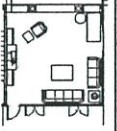
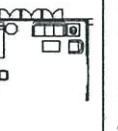
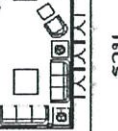
เครื่องหมาย / หมายถึง มีเครื่องเรือน หรือ อุปกรณ์ประกอบ ในพื้นที่นั่งเล่น

ตารางที่ 5.35 แสดงจำนวนเครื่องเรือน, อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และเครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็น

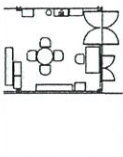
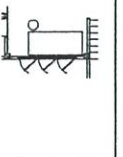



กลุ่มตัวอย่าง (กลุ่มที่ 2)

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องเรือน												อุปกรณ์ประกอบ					เครื่องใช้ไฟฟ้า					
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์, เครื่องเสียง	ตั้ง / เติง	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมชั้นปูพื้น	ที่นอน	คอมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระติกน้ำร้อน	
	1	1	-	3	1	-	-	-	1	1	-	-	3	-	4	-	-	-	1	1	1	-	-
	1	-	1	-	1	2	-	-	-	1	1	-	3	-	4	1	-	-	1	1	2	1	-
	1	-	3	-	1	2	-	-	-	1	-	-	1	-	6	1	-	-	1	1	2	-	-
	1	-	2	-	1	2	-	-	-	1	-	-	-	-	6	-	-	-	1	1	1	-	-
	1	-	3	1	1	4	-	-	-	1	-	-	1	-	6	-	-	-	1	1	2	-	-

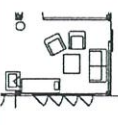
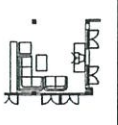
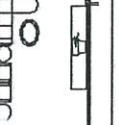
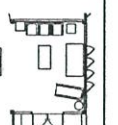
ตารางที่ 5.35 (ต่อ)

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องเรือน												อุปกรณ์ประกอบ					เครื่องใช้ไฟฟ้า				
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์, เครื่องเสียง	ตั้ง / เติง	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมชั้นปูพื้น	ที่นอน	คอมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระตักน้ำร้อน
	1	1	2	1	1	3	-	-	-	1	-	1	-	-	7	1	-	-	1	1	1	-
	2	-	1	1	1	2	-	-	-	1	-	1	1	2	8	1	-	1	1	1	1	-
	1	-	1	-	1	1	-	1	1	-	-	-	-	-	3	-	-	1	-	1	1	1
	2	-	1	1	1	3	-	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	1	1	1	-
รวม	11	2	14	7	9	19	-	2	2	8	4	3	9	2	51	4	-	3	8	9	12	2
Mean	1.22	.22	1.55	.77	1.00	2.11	-	.11	.22	.88	.33	.33	1.00	.22	5.66	.44	-	.33	.88	1.00	1.33	.22
Std. Deviation	.44	.44	1.01	.97	.00	1.16	-	.33	.44	.33	.50	.50	1.22	.66	1.65	.52	-	.50	.33	.00	.50	.44

ตารางที่ 5.36 แสดงจำนวนเครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็น  
กลุ่มตัวอย่าง ( กลุ่มที่ 3 )

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องเรือน												อุปกรณ์ประกอบ					เครื่องใช้ไฟฟ้า				
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์ , เครื่องเสียง	ตั้ง / เติง	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมชั้นปูพื้น	ที่นอน	คอมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระดิกน้ำร้อน
	-	-	4	-	1	-	-	1	1	1	-	7	4	4	4	-	-	1	1	1	1	-
	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	-	1	-	-	2	-	1	-	-	-	1	1
	-	-	2	-	-	2	-	1	1	1	-	4	-	-	3	-	-	1	1	1	2	1
	-	1	-	1	1	-	-	-	1	-	1	2	2	2	2	1	-	-	1	1	1	-
	2	-	-	-	1	2	-	1	1	-	1	-	-	-	7	-	-	1	1	1	2	-

ตารางที่ 5.36 (ต่อ)

แบบผัง พื้นที่นั่งเล่น	เครื่องเรือน											อุปกรณ์ประกอบ					เครื่องใช้ไฟฟ้า					
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์, เครื่องเสียง	ตั้ง / เติง	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมขึ้นปูพื้น	ที่นอน	โคมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระดิกน้ำร้อน
	-	1	2	-	1	-	-	-	-	1	-	1	-	-	4	-	-	-	1	-	1	-
	1	2	-	-	1	1	-	-	-	1	-	1	-	6	-	-	-	1	1	1	1	1
	1	-	2	-	1	2	-	-	-	1	-	1	-	5	-	-	-	1	-	-	1	-
	-	-	3	-	1	3	-	-	-	1	1	-	-	4	4	-	1	1	1	1	1	1
รวม	4	4	13	1	7	11	-	3	3	8	2	6	15	4	3	2	2	8	6	11	4	4
Mean	.44	.44	1.44	.11	.77	1.22	-	.33	.33	.88	.22	.66	1.66	.44	.33	.22	.22	.88	.66	1.22	.44	.44
Std. Deviation	.72	.72	1.50	.33	.44	1.09	-	.50	.50	.33	.44	.50	2.39	1.33	.50	.44	.44	.33	.50	.44	.44	.52

ตารางที่ 5.37 แสดงการเปรียบเทียบจำนวนของเครื่องเรือน, อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน และ เครื่องใช้ไฟฟ้า ประเภทต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ( ทั้ง 3 กลุ่ม )

กลุ่มผู้สูงอายุ	เครื่องเรือน											อุปกรณ์ประกอบ				เครื่องใช้ไฟฟ้า						
	โซฟา 3 ที่นั่ง	โซฟา 2 ที่นั่ง	อาร์มแชร์	สตูลวางเท้า	โต๊ะกลาง	โต๊ะข้าง	โต๊ะญี่ปุ่น	โต๊ะทำงาน	เก้าอี้	ชั้นวางโทรทัศน์ , เครื่องเสียง	ตู้ / ตู้เย็น	เก้าอี้นอน	ชั้นวางของ	เบาะรองนั่ง	หมอนอิง / หมอน	พรมชั้นปูพื้น	ที่นอน	คอมไฟตั้งโต๊ะ	โทรทัศน์	เครื่องเสียง	พัดลมตั้งพื้น	กระติกน้ำร้อน
กลุ่มที่ 1	6	1	19	3	6	14	1	7	8	12	7	3	24	9	44	6	1	3	12	9	16	4
กลุ่มที่ 2	11	2	14	7	9	19	-	2	2	8	4	3	9	2	51	4	-	3	8	9	12	2
กลุ่มที่ 3	4	4	13	1	7	11	-	3	3	8	2	6	15	4	37	1	2	3	8	6	11	4
<b>รวม</b>	21	7	46	11	22	44	1	12	13	28	13	12	48	15	132	11	3	9	28	24	39	10
ร้อยละ(%)	7.5	2.5	16.5	3.9	7.9	15.8	0.9	4.3	4.6	10.0	4.6	4.3	17.2	9.3	81.9	6.8	2.0	8.4	25.4	21.8	35.4	9.0
<b>รวม</b>	100%											100%				100%						
Mean	.70	.26	1.53	.36	.73	1.46	-	.36	.43	.93	.40	.40	1.60	.50	4.40	.36	.10	.30	.93	.80	1.30	.33
Std. Deviation	.65	.52	1.13	.66	.44	1.10	.18	.66	.72	.25	.56	.49	1.83	1.13	2.01	.49	.30	.53	.25	.40	.46	.47

หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และ สีดำเน้นได้ แสดงข้อมูลส่วนที่มากที่สุด

#### 5.4.4.2 การจัดวางเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น

ผลการศึกษาด้านการจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างพบว่า เครื่องเรือนที่มีความสำคัญ เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และเป็นเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวัน ได้แก่ ชุดรับแขก

ดังนั้นการศึกษาด้านการจัดวางเครื่องเรือนครั้งนี้ ให้ความสำคัญด้านจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น และใช้เครื่องเรือนชุดอื่นๆเป็นองค์ประกอบในการจัดวาง ซึ่งพบว่ามีการจัดวางหลายลักษณะ โดยสามารถจัดกลุ่มการจัดวางได้เป็น 5 ลักษณะ คือ

- (1) การจัดวางแบบแถวเดียว ( ร้อยละ 13.3 )
- (2) การจัดวางแบบตัวแอล ( ร้อยละ 46.6 ) ซึ่งเป็นแบบที่ใช้มากที่สุด
- (3) การจัดวางแบบตัวยู ( ร้อยละ 16.6 )
- (4) การจัดวางแบบศูนย์กลาง ( ร้อยละ 6.8 )
- (5) พื้นที่นั่งเล่นที่ไม่มีชุดรับแขกอยู่ในพื้นที่ ( ร้อยละ 20.0 ) โดยผู้สูงอายุใช้ตั้ง

หรือเตียง แทนชุดรับแขก

ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับรูปแบบและขนาดของพื้นที่นั่งเล่น , ลักษณะกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่ , จำนวนสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย รวมถึง ขนาด , จำนวนและรูปแบบของชุดรับแขกด้วย( ดูตารางที่ 5.38 : 165 )

ตารางที่ 5.38 จำนวน ( หลัง ) และค่าเฉลี่ย ( ร้อยละ ) ของรูปแบบการจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

รูปแบบการจัดวาง	ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 จำนวน (หลัง)	ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 จำนวน (หลัง)	ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 3 จำนวน (หลัง)	รวม (หลัง)	ร้อยละ (%)
แบบที่ 1 แบบแถวเดียว	1	1	2	4	13.3
แบบที่ 2 แบบตัวแอล	2	7	4	13	43.3
แบบที่ 3 แบบตัวยู	3	1	1	5	16.6
แบบที่ 4 แบบศูนย์กลาง	1	-	1	2	6.8
ไม่มีชุดรับแขกในพื้นที่นั่งเล่น	5	-	1	6	20.0
รวม	12	9	9	30	100%

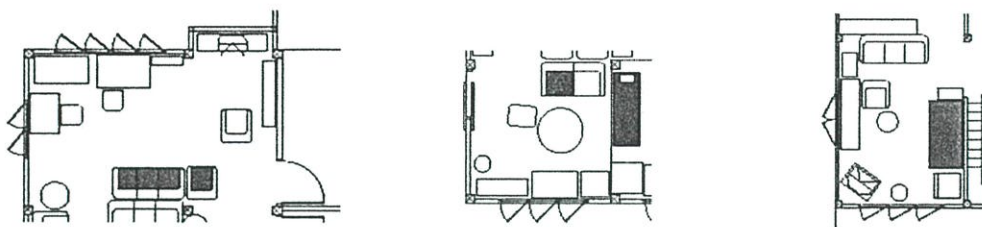
หมายเหตุ : ตัวหนังสือเข้ม และขีดเส้นใต้ หมายถึง จำนวนที่มากที่สุด

##### (1) การจัดวางแบบแถวเดียว

การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ แบบแถวเดียวส่วนใหญ่พบว่า ชุดรับแขกภายในพื้นที่ประกอบด้วย โซฟา 3 ที่นั่ง , โซฟา 2 ที่นั่ง โดยมีโต๊ะกลางหรือ โต๊ะข้าง เพียง 1 ตัว จัดวางตำแหน่ง โดยหันหน้าไปทางด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่

เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่น และมีบางส่วนที่ใช้เก้าอี้มีเท้าแขน , ตั่งหรือเตียง และเก้าอี้นอน เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่น โดยหันหน้าไปทางด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ เช่นเดียวกัน ประกอบกับจัดวางเครื่องเรือนอื่นๆ ในบริเวณใกล้เคียง เช่น ตู้หรือชั้นวางของหรือวางหนังสือ และ ตู้โชว์ รวมถึงชุดทำงาน เป็นต้น

และพบว่าการจัดวางลักษณะนี้ มีทั้งการใช้พื้นที่นั่งเล่น แยกกับพื้นที่รับแขกและพื้นที่ทำงาน และการจัดวางแบบใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขกและพื้นที่ทำงาน ( ดูภาพที่ 5.19 : 166 และ ตารางที่ 5.38 : 165 )



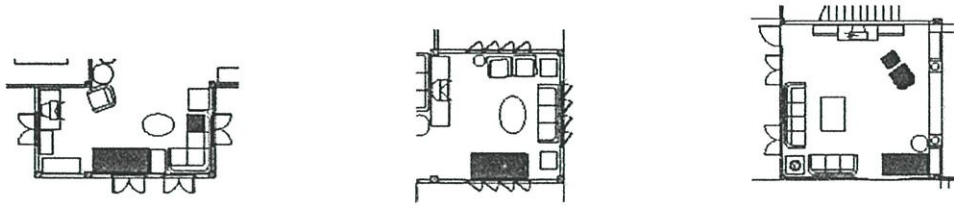
หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ      ■ เครื่องเรือนที่ผู้สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ภาพที่ 5.19 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบแถวเดียวภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

## (2) การจัดวางแบบตัวแอล

การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ แบบตัวแอล ส่วนใหญ่พบว่า ใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขกถึง 100 เปอร์เซ็นต์ และมีส่วนน้อยที่ใช้ร่วมกับพื้นที่ทำงาน โดยส่วนใหญ่ชุดรับแขกภายในพื้นที่ถูกจัดวางชิดผนัง ซึ่งจัดวางตำแหน่งหันหน้าประธานของชุดรับแขกไปทางด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่น และรับแขก และมีบางส่วนที่ภายในพื้นที่ มีตั่งหรือเตียงและเก้าอี้นอน ประกอบอยู่ด้วย เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่น โดยหันหน้าไปทางด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ เช่นเดียวกัน ( ดูภาพที่ 5.20 : 167 และ ตารางที่ 5.38 : 165 )

เนื่องจากการใช้งานร่วมกันระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่รับแขก การจัดวางจึงเน้นในลักษณะกึ่งทางการ กึ่งลำลอง มีองค์ประกอบของเครื่องเรือนประเภทตู้หรือชั้นสำหรับโชว์สิ่งของสะสมประเภทต่างๆ เช่น เครื่องแก้ว , ถ้วยหรือเหรียญรางวัลและหนังสือ เป็นต้น รวมถึงการติดรูปภาพประเภทสวยงาม และรูปภาพเหตุการณ์สำคัญของตนเองและบุคคลในครอบครัว



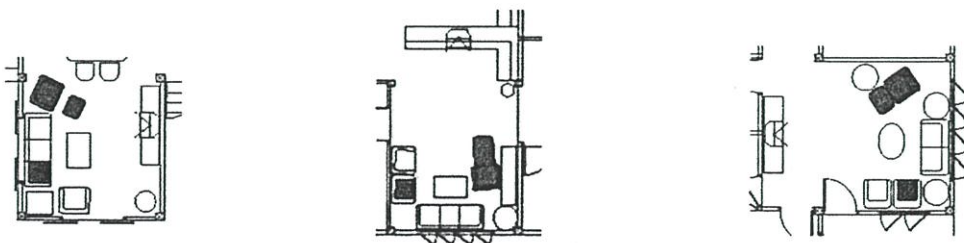
หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ■ เครื่องเรือนที่ผู้สมรรถของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ภาพที่ 5.20 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบตัวแอลภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

### (3) การจัดวางแบบตัวยู

การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ แบบตัวยู ส่วนใหญ่พบว่า ใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขก และมีจำนวนสมาชิกในครอบครัวหลายคน หรืออาศัยอยู่คนเดียว แต่มีการพบปะสังสรรค์ในกลุ่มของตนเอง หรือใช้พื้นที่นั่งเล่นเป็นสถานที่นัดพบเพื่อทำงานด้านชมรมที่ตนเองเป็นสมาชิก โดยชุดรับแขกภายในพื้นที่ครบชุด ซึ่งจัดวางตำแหน่งหันหน้าโซฟา 3 ที่นั่ง หรือประธานของชุดรับแขก ไปทางด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่น และไม่พบว่ามี ดั่งหรือเตียงและเก้าอี้นอน ภายในพื้นที่ ( ดูภาพที่ 5.21 : 167 และ ตารางที่ 5.38 : 165 )

เนื่องจากการใช้งานร่วมกันระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่รับแขก การจัดวางจึงเน้นในลักษณะกึ่งทางการ กึ่งลำลอง เช่นเดียวกับแบบตัวแอล คือ มีองค์ประกอบของเครื่องเรือนประเภทตู้หรือชั้นสำหรับโชว์สิ่งของสะสมประเภทต่างๆ เช่น เครื่องแก้ว , ถ้วยหรือเหรียญรางวัล และหนังสือ เป็นต้น รวมถึงการติดรูปภาพประเภทสวยงาม และรูปภาพเหตุการณ์สำคัญของตนเองและบุคคลในครอบครัว



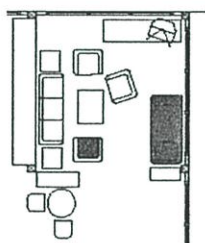
หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ■ เครื่องเรือนที่ผู้สมรรถของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ภาพที่ 5.21 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบตัวยู ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

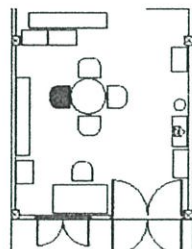
#### (4) การจัดวางแบบศูนย์กลาง

การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ แบบวางศูนย์กลาง เป็นแบบที่พบน้อยที่สุด พบว่า การจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่ จัดวางล้อมโต๊ะกลาง ซึ่งมีทั้งวางประธานของชุดรับแขกชิดผนังและวางศูนย์กลางของพื้นที่ (ดูภาพที่ 5.22 : 168 และตารางที่ 5.38 : 165 )

เนื่องจากการใช้งานร่วมกันระหว่างพื้นที่นั่งเล่น , พื้นที่รับแขกและพื้นที่ทำงาน การจัดวางจึงเน้นในลักษณะกึ่งทางการ กึ่งลำลอง เช่นเดียวกับแบบตัวแอลและแบบตัวยู มีองค์ประกอบของเครื่องเรือนประเภทตู้หรือชั้นสำหรับโชว์สิ่งของสะสมประเภทต่างๆ เช่น เครื่องแก้ว , ถ้วยหรือเหรียญรางวัลและหนังสือ เป็นต้น รวมถึงการติดรูปภาพประเภทสวยงาม และรูปภาพเหตุการณ์สำคัญของตนเองและบุคคลในครอบครัว



หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ



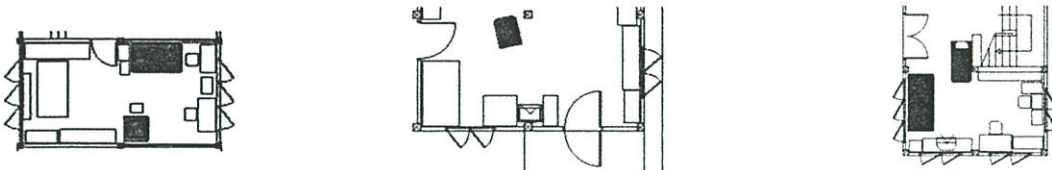
■ เครื่องเรือนที่ผู้สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ภาพที่ 5.22 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน แบบวางศูนย์กลาง ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

#### (5) พื้นที่นั่งเล่นที่ไม่มีชุดรับแขกอยู่ในพื้นที่

การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในกรณีที่ไม่มีชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่พบว่า ภายในพื้นที่มีตั้งหรือเตียง เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่นแทนชุดรับแขก และมีบางส่วนที่ใช้เก้าอี้มีเท้าแขนและเก้าอี้นอน เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่นภายในพื้นที่ด้วย โดยการจัดวางเหมือนกับแบบวางแถวเดียว โดยหันหน้าไปทางด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่เช่นเดียวกัน ประกอบกับจัดวางเครื่องเรือนอื่นๆ ในบริเวณใกล้เคียง เช่น ตู้หรือชั้นวางของหรือวางหนังสือและตู้โชว์ รวมถึง ชุดทำงาน เป็นต้น

และพบว่าการจัดวางลักษณะนี้ มีทั้งการใช้พื้นที่นั่งเล่นแยกกับพื้นที่รับแขก และพื้นที่ทำงาน และการจัดวางแบบใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขกและพื้นที่ทำงาน ( ดูภาพที่ 5.23 : 169 และตารางที่ 5.38 : 165 )



หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ■ เครื่องเรือนที่ผู้สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ภาพที่ 5.23 ตัวอย่างผังการจัดวางเครื่องเรือน ในกรณีที่ไม่มีชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาด้านตำแหน่งและการจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น พบว่า ตำแหน่งของชุดรับแขกส่วนใหญ่ วางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่งของพื้นที่นั่งเล่น โดยประธานของชุดรับแขกหันหน้าไปด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่และตำแหน่งที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ส่วนใหญ่สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ทั่ว และสามารถมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก

ปัญหาที่พบจากการศึกษา คือ การจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามลักษณะการใช้งานของผู้สูงอายุและสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่จะวางตำแหน่งกีดขวางการเข้าใช้งานของพื้นที่ โดยเฉพาะการวางของใช้ต่างๆ เช่น กล้อง , หนังสือ และชั้นเก็บของ เป็นต้น เนื่องจากช่วงระยะเวลาในการอยู่อาศัยที่ยาวนาน มีการเพิ่มขึ้นของเครื่องเรือนทั้งเก่าและใหม่ ทำให้จำนวนของเครื่องเรือน และของสะสมมีจำนวนมาก จึงไม่สัมพันธ์กับขนาดของพื้นที่ที่เท่าเดิมพบว่า มีเครื่องเรือนแออัดอยู่ภายในพื้นที่เป็นส่วนใหญ่

#### 5.4.4.3 รูปแบบ , ขนาด , วัสดุและสีของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น

จากการศึกษาพบว่า เครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยเครื่องเรือนหลากหลายประเภท ขึ้นอยู่ลักษณะกิจกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น ดังนั้นสามารถสรุปผลการศึกษา โดยจัดประเภทของเครื่องเรือน ออกเป็น 4 ชุด ดังนี้

- (1) ชุดรับแขก
- (2) ชุดทำงาน
- (3) ชุดสำหรับพักผ่อน
- (4) ชุดสำหรับวาง และ เก็บของ

โดยสามารถอธิบายตามประเด็นการศึกษา ได้ 4 ส่วน คือ รูปแบบ , ขนาด , วัสดุและสี มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### (1) ชุดรับแขก

ชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่พบจากการศึกษาประกอบด้วย โซฟา 3 ที่นั่ง , โซฟา 2 ที่นั่ง , เก้าอี้มีเท้าแขน , สตูลวางเท้า , โต๊ะกลางและโต๊ะข้าง โดยมีขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ( ขนาด / 1 ที่นั่ง = 0.55 X 0.55 เมตร ) แตกต่างกันไปที่รูปแบบ , วัสดุและสี โดยมีรายละเอียดของการศึกษาดังต่อไปนี้

รูปแบบของโซฟา 3 ที่นั่ง , โซฟา 2 ที่นั่ง , เก้าอี้มีเท้าแขน , สตูลวางเท้า ที่พบจากการศึกษาทำจากวัสดุที่แตกต่างกัน 3 ชนิด คือ ส่วนใหญ่ทำจากโครงสร้างไม้บุฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียมและหนังแท้ มีสีแตกต่างกันไป เช่น สีขาว , ครีม , ดำ , น้ำตาลเข้มและสีน้ำเงิน เป็นต้น มีทั้งแบบที่เป็นชั้นเดียวและแบบที่เป็น 1 ที่นั่ง วางเรียงต่อกันตามความต้องการของผู้ใช้งาน

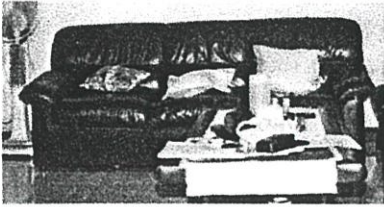
รองลงมาคือ ทำจากไม้ มีเบาะรองนั่งและรองหลัง ขนาด 1 ที่นั่ง วางเรียงกันตามขนาดของโซฟา พนักพิง และส่วนอื่นๆเป็นไม้สีธรรมชาติ และสีโอ๊กเข้ม

สำหรับรูปแบบอื่นๆที่พบ คือ ชุดหวาย มีลักษณะเป็น อาร์มแชร์ 4 ตัว มีเบาะรองนั่งและพบว่า โซฟาชุดรับแขกที่ทำจากโครงสร้างไม้บุฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียมและหนังแท้ จะมีขนาดใหญ่กว่าโซฟาชุดรับแขกที่ทำจากไม้และหวาย

โดยมีเครื่องเรือนประกอบอื่นๆ ได้แก่ โต๊ะกลางและโต๊ะข้าง โดยส่วนใหญ่จะเป็นชุดเดียวกัน และทำจากไม้ , กระจก , สเตนเลส และหวาย มีส่วนน้อยที่หุ้มด้วยหนังแท้หรือหนังเทียม ขึ้นอยู่กับการออกแบบ ที่มีรูปแบบแตกต่างกัน เช่น สีเหลี่ยมจตุรัส , สีเหลี่ยมผืนผ้า , วงกลม และวงรี เป็นต้น ( ดูภาพที่ 5.24 : 171 )

อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยของชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น พบว่า ประกอบด้วยหมอนหนุนหรือหมอนอิง โดยส่วนใหญ่มีจำนวนเท่ากับจำนวนที่นั่งของชุดรับแขกหรือมากกว่า ทำจากใยสังเคราะห์และขน เป็นต้น มีปลอกทำจากผ้าชนิดต่างๆ หลากหลายรูปแบบ แต่ส่วนใหญ่ที่พบ มีรูปแบบ 4 เหลี่ยมจตุรัส

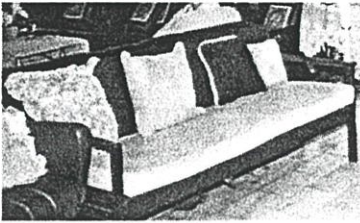
สำหรับโต๊ะกลางพบว่า ประกอบด้วย ฝาคูลมโต๊ะ , กล่องใส่ทิชชู , เครื่องใช้ประกอบเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น รีโมทคอนโทรลและโทรศัพท์เคลื่อนที่ เป็นต้น และวางพัดลมในบริเวณใกล้เคียง



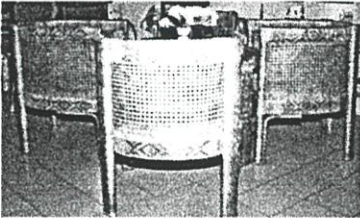
ตัวอย่าง โซฟาแบบที่เป็นชิ้นเดียว ทำจากโครงสร้างไม้บุฟอง  
ยาง หุ้มด้วยหนังเทียม และหนังแท้ มีสีแตกต่างกันไป และพบ  
เป็นส่วนใหญ่



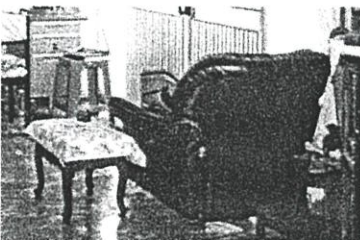
ตัวอย่าง โซฟาแบบที่เป็น 1 ที่นั่ง วางเรียงต่อกันตามความ  
ต้องการของผู้ใช้งาน หรือ ขนาดพื้นที่ ทำจากโครงสร้างไม้บุ  
ฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียม และหนังแท้ มีสีแตกต่างกันไป



ตัวอย่าง โซฟา และ เก้าอี้มีเท้าแขน ที่ทำจากไม้ มีเบาะรอง  
นั่งและพนักพิง ตามขนาดของโซฟา พนักพิงและส่วนอื่นๆเป็น  
ไม้สีธรรมชาติ และ สีโอ๊กเข้มขนาด 1 ที่นั่ง วางเรียงกัน



ตัวอย่าง ชูกรับแขก ที่ทำจากหวาย



ตัวอย่าง โต๊ะข้าง ที่ทำจากไม้ทั้งตัว โดยผู้สูงอายุมักใช้วางของ  
ในขณะที่นั่งที่เก้าอี้มีเท้าแขน เพื่อพักผ่อน , สนทนาหรือดู  
โทรทัศน์



ตัวอย่าง โต๊ะกลาง ทำจากโครงสร้างไม้ หุ้มด้วยหนังแท้ทั้งตัว  
และบริเวณขอบของผิวหน้าโต๊ะ (top) บุฟองยาง หุ้มด้วยหนัง  
แท้ ส่วนกลางทำด้วยกระจก

ภาพที่ 5.24 ตัวอย่างรูปแบบของชูกรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่  
เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาด้านวัสดุและสีของเครื่องเรือน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ และมี  
บางส่วนที่มีความเห็นว่า เครื่องเรือนที่มีสีเข้ม สามารถดูแลรักษาง่าย แต่ให้ความรู้สึกที่หมอง

หม่น ทึบตันและอึดอัดเมื่ออยู่ในพื้นที่นั่งเล่น สำหรับความคิดเห็นด้านวัสดุและรูปแบบเครื่องเรือนของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเห็นว่า ขึ้นอยู่กับความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุและสมาชิกภายในครอบครัว รวมถึงฐานะทางเศรษฐกิจที่จะซื้อหามาได้

และพบว่า ผู้สูงอายุให้ความสนใจในเรื่องความปลอดภัยในการใช้เครื่องเรือนเป็นส่วนน้อย เนื่องจาก มีความเคยชินกับรูปแบบของเครื่องเรือนที่ตนใช้มาเป็นเวลานาน และระวังตัวเองในขณะที่ใช้งาน มากกว่าการให้ความสำคัญกับรูปแบบที่มีความปลอดภัยในการใช้งาน

สำหรับปัญหาด้านความปลอดภัยของชุดรับแขก จากการศึกษาพบว่า เครื่องเรือนที่บุฟองยางหุ้มด้วยหนัง มีขนาดที่เหมาะสมกับร่างกายของผู้สูงอายุ มีน้ำหนักมาก ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม ดังนั้นจึงมีความมั่นคงแข็งแรงและมีความปลอดภัยในการใช้งาน หรือการลุก / นั่งของผู้สูงอายุ แต่เครื่องเรือนที่ใช้วัสดุไม้และกระจก พบว่า มีบางรูปแบบที่มีขอบเหลี่ยมคมและมีมุมแหลม โดยเฉพาะโต๊ะกลางและโต๊ะข้าง รวมถึงมีน้ำหนักเบา ทั้งนี้ทำให้เกิดการชนหรือกระแทกได้ และอาจเกิดการล้ม เมื่อผู้สูงอายุทำวามเผลอเพื่อพยุงตัวในการลุก / นั่งได้

## (2) ชุดทำงาน

ชุดทำงานที่พบภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย โต๊ะทำงานและเก้าอี้ โดยมีขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ( ความสูงของโต๊ะทำงาน = 0.75 เมตร และความสูงของเก้าอี้ = 0.45 เมตร ) แตกต่างกันในรูปแบบ , วัสดุและสี โดยมีรายละเอียดของการศึกษา ดังต่อไปนี้

รูปแบบของโต๊ะทำงานและเก้าอี้ ที่พบจากการศึกษาส่วนใหญ่ทำจากวัสดุที่แตกต่างกัน 2 ชนิด คือ ทำจากโครงสร้างไม้ มีสีธรรมชาติ รองลงมาคือ โต๊ะ knockdown มีสีแตกต่างกัน เช่น สีเทาและสีครีม เป็นต้น และมีตู้ , ชั้นหรือลิ้นชักที่โต๊ะทำงาน สำหรับวางและเก็บเอกสารสำคัญ สามารถปิดล็อกได้

สำหรับเก้าอี้พบว่า ทำจากวัสดุที่แตกต่างกัน 4 ชนิด คือ ส่วนใหญ่ทำจากไม้ สีธรรมชาติและสีอึกเข้ม เบาะรองนั่งบุฟองยางหุ้มด้วยหนังเทียมและผ้า รองลงมาคือ ทำจากพลาสติกทั้งตัว สำหรับรูปแบบอื่นๆที่พบ คือ โครงสร้างไม้ ที่นั่งและพนักพิง ทำจากหวาย และเก้าอี้ทำงานมีล้อ โครงสร้างเหล็ก ที่นั่งและพนักพิงบุฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียมและผ้า เป็นต้น ( ดูภาพที่ 5.25 : 173 )

อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยและเครื่องใช้ไฟฟ้าของชุดทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น พบว่า โต๊ะทำงาน ประกอบด้วย กล่องใส่ปากกาหรืออุปกรณ์เครื่องเขียนต่างๆ , กรอบรูปและหนังสือ เป็นต้น ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น คอมพิวเตอร์ โต๊ะ วางอยู่บนโต๊ะ โดยผู้สูงอายุจะเปิดใช้งานในขณะที่นั่งอ่านหนังสือหรือเขียนหนังสือ และโทรศัพท์เคลื่อนที่ เป็นต้น และวางพัดลมในบริเวณใกล้เคียง

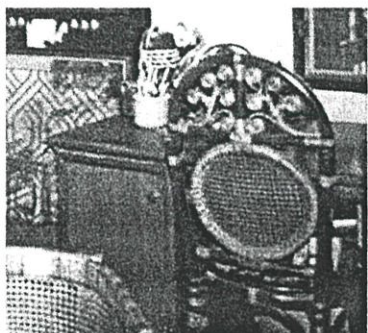
สำหรับเก้าอี้ พบว่าประกอบด้วย เบาะรองนั่ง , หมอนหนุนหรือหมอนอิง โดยส่วนใหญ่ ทำจากใยสังเคราะห์ และนุ่น เป็นต้น มีปลอกทำจากผ้าชนิดต่างๆ หลากหลายรูปแบบ ตามขนาดของเก้าอี้



← ตัวอย่าง โต๊ะทำงานแบบ knockdown และเก้าอี้ ทำจาก โครงสร้างไม้ เบาะรองนั่งและพนักพิง นูฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียม มีสีแตกต่างกันไป และพบเป็นส่วนใหญ่



← ตัวอย่าง โต๊ะทำงานแบบ knockdown และเก้าอี้ ทำจาก พลาสติก โดยมีเบาะรองนั่ง หุ้มด้วยผ้าวางบนที่นั่ง มีสีแตกต่างกันไป



← ตัวอย่าง โต๊ะทำงาน ทำจากโครงไม้ กรูไม้อัด สีธรรมชาติ และเก้าอี้ทำจากหวาย โดยมีเบาะรองนั่ง หุ้มด้วยผ้าวางบนที่นั่ง มีสีแตกต่างกันไป



← ตัวอย่าง โต๊ะทำงาน ที่ทำจากโครงไม้ กรูไม้อัด สีธรรมชาติ และเก้าอี้ ทำจากโครงสร้างเหล็ก มีท้าวแขน เบาะรองนั่งและพนักพิง นูฟองยาง หุ้มด้วยหนัง หรือ ผ้า

ภาพที่ 5.25 ตัวอย่างรูปแบบของชุดทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาด้านวัสดุและสีของเครื่องเรือนประเภทชุดทำงานพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ สำหรับความคิดเห็นด้านรูปแบบเครื่องเรือนของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความเห็นว่า

ขึ้นอยู่กับความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ และความต้องการในการใช้งาน รวมถึงฐานะทางเศรษฐกิจที่จะซื้อหามาได้

สำหรับปัญหาด้านความปลอดภัยของชุดทำงาน จากการศึกษาพบว่า มีปัญหาเกี่ยวกับตำแหน่งการจัดวางในมุมอับหรือได้รับแสงไม่เพียงพอ ทำให้ต้องใช้โคมไฟตั้งโต๊ะช่วยเพิ่มแสงสว่างขณะใช้งาน และเก้าอี้ทำงานที่ทำจากพลาสติกหรือหวาย มีคุณสมบัติที่แข็ง ทำให้ผู้สูงอายุต้องใช้เวลาเบาะรองนั่งวางบนที่นั่ง เพื่อความสบายในการนั่งทำงานเป็นเวลานาน

และพบว่า เก้าอี้ที่ทำจากพลาสติก มีน้ำหนักเบาและบิดงอได้ง่าย เมื่อรับน้ำหนักมาก ดังนั้นจึงไม่มีความมั่นคงแข็งแรงและไม่มีความปลอดภัยในการใช้งาน หรือการลุก / นั่งของผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุทำวอร์มอัพเพื่อพุงตัวในการลุก / นั่งได้ และเก้าอี้ที่ทำจากโครงเหล็กมี 5 ล้อ ผู้สูงอายุมีความเห็นว่า นั่งทำงานสบาย แต่ไม่มีความปลอดภัยในการใช้งานหรือการลุก / นั่ง เนื่องจากมีล้อที่ขาเก้าอี้ ทำให้ลื่นและอาจเกิดการล้มได้ง่าย

### (3) ชุดสำหรับพักผ่อน

จากการศึกษาชุดสำหรับพักผ่อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุพบว่า ประกอบด้วย ตั้งหรือเตียงนอนและเก้าอี้นอน

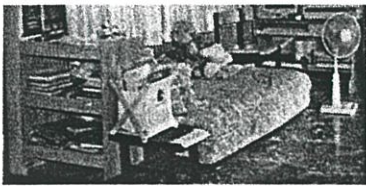
ตั้งภายในพื้นที่นั่งเล่น ที่พบจากการศึกษาทั้งหมด ทำจากไม้สีธรรมชาติ โดยมีขนาดมาตรฐานทั่วไป และมีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ ผ้าปูนอน , ที่นอนขนาดเล็ก สำหรับนอนคนเดียว , หมอนหนุนหรือหมอนอิง และเครื่องใช้ประจำตัวของผู้สูงอายุ

เตียงนอนภายในพื้นที่นั่งเล่น ที่พบจากการศึกษาส่วนใหญ่ ทำจากเหล็ก ขนาด 3.5 ฟุต สำหรับนอนคนเดียว และมีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ ที่นอนขนาดเล็ก , ผ้าปูนอน , หมอนหรือ หมอนอิง , ผ้าห่มและเครื่องใช้ประจำตัวของผู้สูงอายุ เป็นต้น

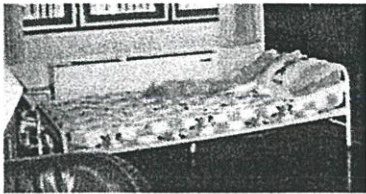
เก้าอี้นอนภายในพื้นที่นั่งเล่น ที่พบจากการศึกษาส่วนใหญ่ เป็นเก้าอี้พับทำจากเหล็ก ที่นอนทำจากใยสังเคราะห์ มีสีแตกต่างกันไป และมีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ หมอนหนุนหรือหมอนอิง และเครื่องใช้ประจำตัวของผู้สูงอายุ เป็นต้น

และพบว่า มีเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น พัดลมและกระติกน้ำร้อน ในบริเวณใกล้เคียงอีกด้วย

ชุดสำหรับพักผ่อน มีเครื่องเรือนประกอบอื่นๆ เช่น โต๊ะข้างและชั้นวางของ สำหรับวางของใช้ส่วนตัวในชีวิตประจำวัน ทำจากไม้ , กระจก , สเตนเลสและหวาย เป็นต้น ซึ่งมีรูปแบบแตกต่างกัน เช่น สีเหลี่ยมจัตุรัส , สีเหลี่ยมผืนผ้า และวงกลม เป็นต้น (ดูภาพที่ 5.26 : 175)



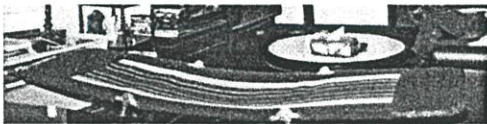
← ตัวอย่าง การใช้ไฟฟ้า 3 ที่นั่ง ชนิดปรับเป็นที่นอนได้ทำจาก โครงสร้างไม้บุฟองยาง หุ้มด้วยผ้า มีหมอนหนุนหรือหมอนอิง วางประกอบการใช้งาน



← ตัวอย่าง เตียงนอน ขนาด 3.5 ฟุต สำหรับนอนคนเดียว ที่ทำ จากเหล็ก และมีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ ที่นอน ขนาดเล็ก , ผ้าปูนอน , หมอนหนุนหรือหมอนอิง และผ้าห่ม เป็น ต้น



← ตัวอย่าง ตั้ง ทำจากไม้สีธรรมชาติ โดยมีขนาด มาตรฐานทั่วไป และมีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ ผ้าปูนอน , ที่นอนขนาดเล็ก สำหรับนอนคน เดียว , หมอนหนุนหรือหมอนอิง และเครื่องใช้ ประจำตัวของผู้สูงอายุ



← ตัวอย่าง เก้าอี้นอน เป็นเก้าอี้พับทำจากเหล็ก ที่นอน ทำจากใยสังเคราะห์ มีสีแตกต่างกันไป และมี อุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ หมอนหนุนหรือ หมอนอิง และเครื่องใช้ประจำตัวของผู้สูงอายุ เป็นต้น

ภาพที่ 5.26 ตัวอย่างรูปแบบของชุดสำหรับพักผ่อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของ ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาด้านวัสดุและสีของเครื่องเรือนประเภทชุดสำหรับพักผ่อน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ สำหรับความคิดเห็นด้านรูปแบบเครื่องเรือนของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีความ เห็นว่า ขึ้นอยู่กับความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุและความต้องการหรือความสะดวกในการใช้ งาน รวมถึงฐานะทางเศรษฐกิจที่จะซื้อหามาได้

สำหรับปัญหาด้านความปลอดภัยของชุดสำหรับพักผ่อน จากการศึกษาพบว่า ตั้งที่ทำ จากไม้ มีคุณสมบัติเป็นพื้นผิวแข็ง ทำให้ผู้สูงอายุต้องใช้เบาะรองนั่ง ผ้าปูนอนหรือที่นอน วางบน ตั้ง เพื่อความสบายในการนั่งและนอนเป็นเวลานาน อีกทั้งมีบางรูปแบบที่มีขอบเหลี่ยมคมและมี มุมแหลม ทั้งนี้ทำให้เกิดการชนหรือกระแทกได้ ในขณะที่ผู้สูงอายุ ลุก / นั่ง หรือเดินผ่าน

และพบว่า เก้าอี้นอนที่ทำจากโครงเหล็ก ที่นอนทำจากใยสังเคราะห์ มีน้ำหนักเบา ดังนั้นจึงไม่มีความมั่นคงแข็งแรงและไม่มีความปลอดภัยในการใช้งานขณะลุก / นั่งของผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุก้าวขาเพื่อพุงตัวในการลุก / นั่งได้ และผู้สูงอายุมีความเห็นว่า นอนสบาย แต่ไม่ มีความปลอดภัยในการใช้งาน หรือ การลุก / นั่ง และอาจเกิดการล้มได้ง่าย

#### (4) ชุดสำหรับวางและเก็บของ

จากการศึกษาชุดสำหรับวางและเก็บของ ประกอบด้วย ชั้นวางโทรทัศน์ หรือเครื่องเสียง และชั้นวางของ โดยมีขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป แตกต่างกันที่รูปแบบ , วัสดุและสี โดยมีรายละเอียดของการศึกษา ดังต่อไปนี้

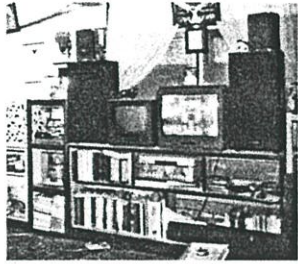
รูปแบบของชั้นวางโทรทัศน์ หรือเครื่องเสียงและชั้นวางของ ที่พบจากการศึกษาทำจาก วัสดุที่แตกต่างกัน 4 ชนิด คือ ส่วนใหญ่ทำจากโครงสร้างไม้ กระจูไม้อัด สีธรรมชาติ , สีโอ๊กและสีฟัน เป็นต้น มีทั้งแบบชั้นเตี้ย ( ความสูงประมาณ 0.70 – 0.90 เมตร ) และชั้นสูง ( ความสูงประมาณ 1.70 เมตร – ขนฝ้าเพดาน ) แบบยึดติดกับพื้นที่และเป็นชั้นลอยตัว ประกอบด้วยลิ้นชัก , บานตู้ ทำจากไม้และกระจก และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ จัดวางตามความต้องการของผู้ใช้งาน และขนาดของพื้นที่

รองลงมาคือ ตู้ knockdown สีธรรมชาติ , สีโอ๊กและสีอื่นๆ เป็นต้น มีทั้งแบบชั้นเตี้ย และชั้นสูง ประกอบด้วยลิ้นชัก , บานตู้ ทำจากไม้และกระจก และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ ส่วนใหญ่ที่พบ ใช้วางหนังสือ , สิ่งของสะสมขนาดเล็กและของใช้ต่างๆ และตู้หรือชั้น ที่ทำจากเหล็ก ส่วนใหญ่ที่พบเป็นแบบชั้นเตี้ย สำหรับวางโทรทัศน์ และวีดีโอ เป็นต้น และตู้ลิ้นชักสำหรับ เก็บเอกสาร

สำหรับรูปแบบอื่นๆที่พบ คือ ชั้นหวาย สีธรรมชาติและสีโอ๊กเข้ม เป็นชั้นลอยตัว มีทั้งแบบชั้นเตี้ยและชั้นสูง น้ำหนักเบา ส่วนใหญ่ที่พบ ใช้วางหนังสือ , สิ่งของสะสมขนาดเล็ก และของใช้ต่างๆ ( รูปภาพที่ 5.27 : 177 )



ตัวอย่าง ตู้วางโทรทัศน์ , เครื่องเสียงและตู้โชว์ ที่มีลักษณะเป็นตู้สูง ยึดติดกับพื้นที่ ทำจากโครงสร้างไม้ กรุไม้อัด สีธรรมชาติและสีโอ๊ก บานตู้ทำจากไม้และกระจก และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ จัดวางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่ง หรือใช้เป็นตัวกั้นส่วนระหว่างพื้นที่



ตัวอย่าง ตู้วางโทรทัศน์ , เครื่องเสียงและชั้นวางของ ที่มีลักษณะเป็นตู้สูงและตู้เตี้ย แบบเป็นชั้นลอยตัวทำจากโครงสร้างไม้กรุไม้อัด สีธรรมชาติ , สีโอ๊กและสีพ่น เป็นต้น บานตู้ ทำจากไม้และกระจก และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ จัดวางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่ง



ตัวอย่าง ตู้วางโทรทัศน์ , เครื่องเล่นวีดีโอและชั้นวางของ ที่มีลักษณะเป็นตู้เตี้ย knockdown เป็นต้น ประกอบด้วยบานตู้ ทำจากไม้ และกระจก และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ จัดวางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่ง หรือ เครื่องเรือนชิ้นใดชิ้นหนึ่ง จากการศึกษาพบปัญหาที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่นั่งเล่น เกี่ยวกับเรื่องของชั้นวางของ คือ รูปแบบ ที่แตกต่างกัน ไม่เข้าชุดกันและมีชั้นวางของขนาดเล็ก จำนวนมาก และวางกีดขวางทางสัญจรภายในพื้นที่และระหว่างพื้นที่



ตัวอย่าง ชั้นวางของ ที่ทำจากหวาย มีชั้นโถงสำหรับวางของต่างๆ จัดวางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่ง หรือใช้เป็นตัวกั้นส่วนระหว่างพื้นที่อื่นๆ จากการศึกษาพบปัญหาที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่ เกี่ยวกับเรื่องของการดูแลทำความสะอาด เนื่องจากมีลักษณะเป็นชอกมุมเล็กๆ

ภาพที่ 5.27 ตัวอย่างรูปแบบของชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

ปัญหาด้านวัสดุและสีของเครื่องเรือนพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ และมีส่วนที่มีความเห็นว่า เครื่องเรือนที่มีสีเข้ม สามารถดูแลรักษาได้ง่าย แต่ให้ความรู้สึกที่หมอง

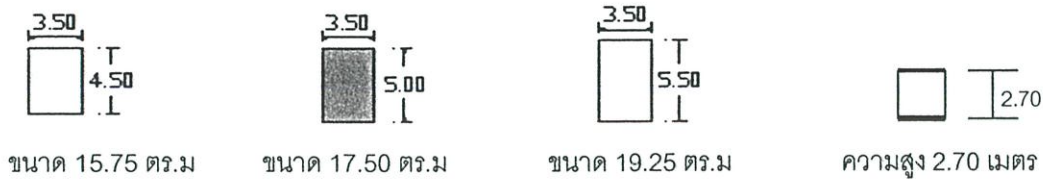
หม่น ทึบตันและอึดอัดเมื่ออยู่ในพื้นที่นั่งเล่น สำหรับความคิดเห็นด้านรูปแบบเครื่องเรือนของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความเห็นว่า ขึ้นอยู่กับความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุและความต้องการในการใช้งาน รวมถึงฐานะทางเศรษฐกิจที่จะซื้อหามาได้

ปัญหาที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่นั่งเล่น เกี่ยวกับเรื่องของสิ่งของสะสมประเภทต่างๆ เช่น หนังสือจำนวนมาก ทำให้สภาพแวดล้อมภายในพื้นที่นั่งเล่น รกและเต็มไปด้วยชอกมมเล็กๆ และไม่สามารถดูแลรักษาความสะอาดได้ทั่วถึง และปัญหาเกี่ยวกับเรื่องของชั้นวางของ คือ รูปแบบที่แตกต่างกัน ไม่เข้าชุดกัน และมีชั้นวางของขนาดเล็ก จำนวนมาก และวางกีดขวางทางสัญจรภายในพื้นที่ และระหว่างพื้นที่ รวมถึงเครื่องเรือนที่เป็นวัสดุประเภทหวาย พบปัญหาเกี่ยวกับเรื่องของการดูแลทำความสะอาด เนื่องจากมีลักษณะเป็นชอกมมเล็กๆ

สำหรับปัญหาด้านความปลอดภัยของชุดสำหรับวางและเก็บของ จากการศึกษาพบว่า มีตู้บางรูปแบบที่มีขอบเหลี่ยมคมและมีมุมแหลม รวมถึงการจัดวางกีดขวางทางสัญจรภายในพื้นที่และระหว่างพื้นที่ ทั้งนี้ทำให้เกิดการชนหรือกระแทกได้

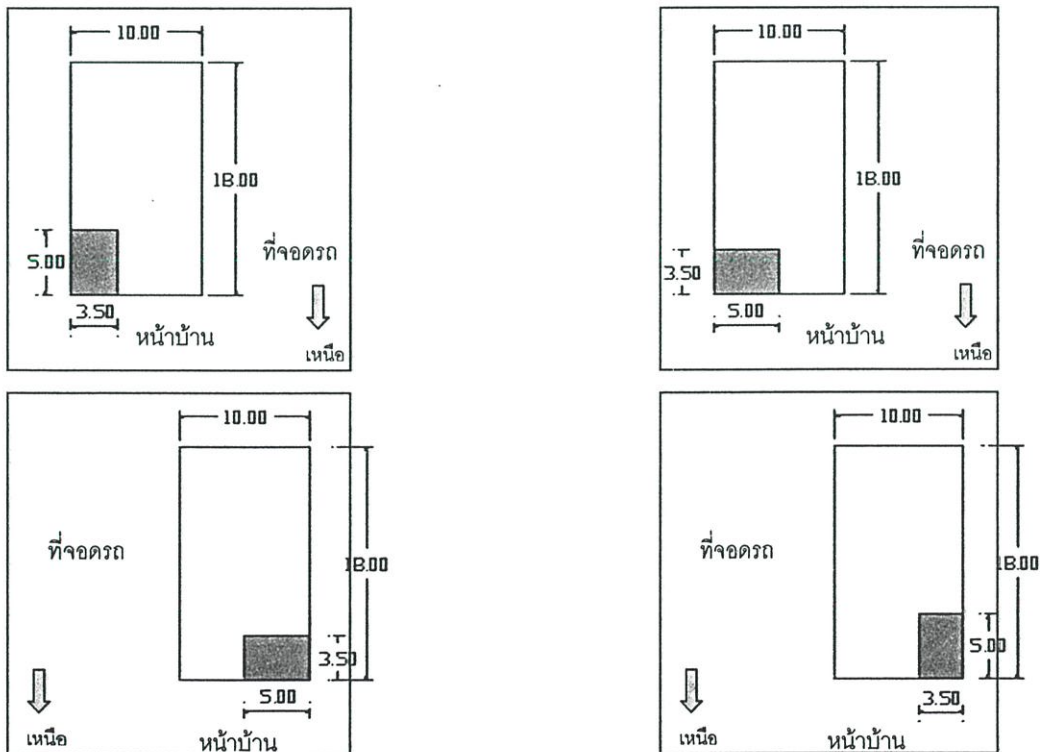
จากค่าเฉลี่ยของขนาดพื้นที่ของที่อยู่อาศัย , ขนาดพื้นที่นั่งเล่น และขนาดร้อยละของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย รวมถึงตำแหน่งและทิศ และการจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม สามารถแสดงตัวอย่างที่เหมาะสม ได้ดังนี้ ( ดูภาพที่ 5.28 - 5.29 : 179 )

ตัวอย่าง ขนาดพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษาที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม มีขนาดพื้นที่นั่งเล่นประมาณ 15.81 – 19.32 ตารางเมตร ค่าเฉลี่ย 17.57 ตารางเมตร ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร



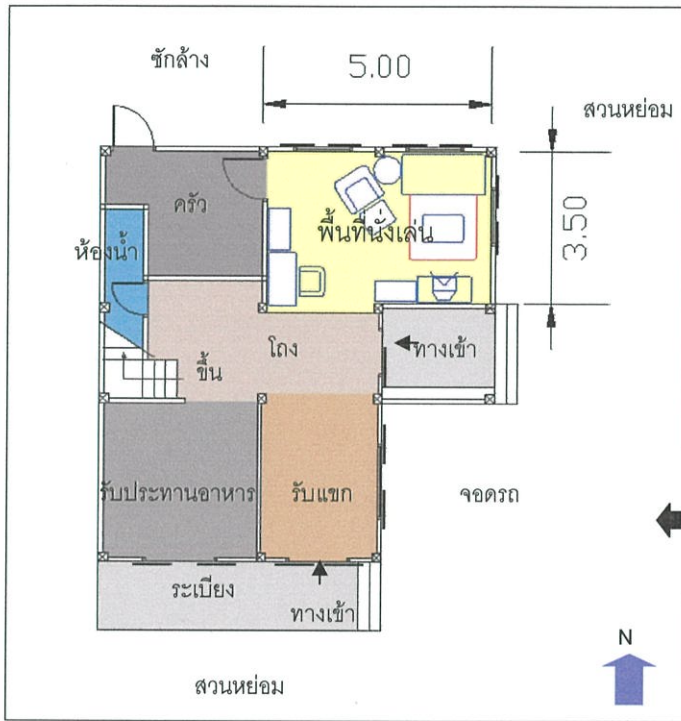
ภาพที่ 5.28 ตัวอย่าง ขนาดพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษาที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

ตัวอย่าง การจัดวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษาที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม พื้นที่นั่งเล่นอยู่ในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นหน้าบ้านได้ชัดเจน มีแสงสว่างที่เพียงพอ หรืออยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน และเข้า - ออกได้สะดวก อยู่ใกล้กับพื้นที่อื่นๆภายในบ้าน มีความเป็นสัดส่วนหรือสามารถใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขกได้ และอยู่ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ , ทิศตะวันออกเฉียงใต้ , ทิศเหนือ และทิศตะวันตกเฉียงเหนือ อีกทั้งควรอยู่ห่างจากพื้นที่จอดรถ

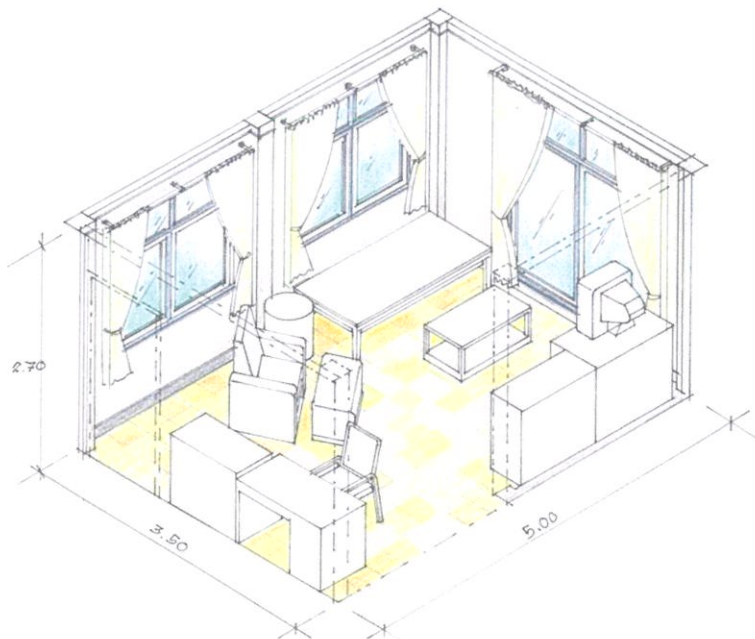


ภาพที่ 5.29 ตัวอย่าง การจัดวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษา

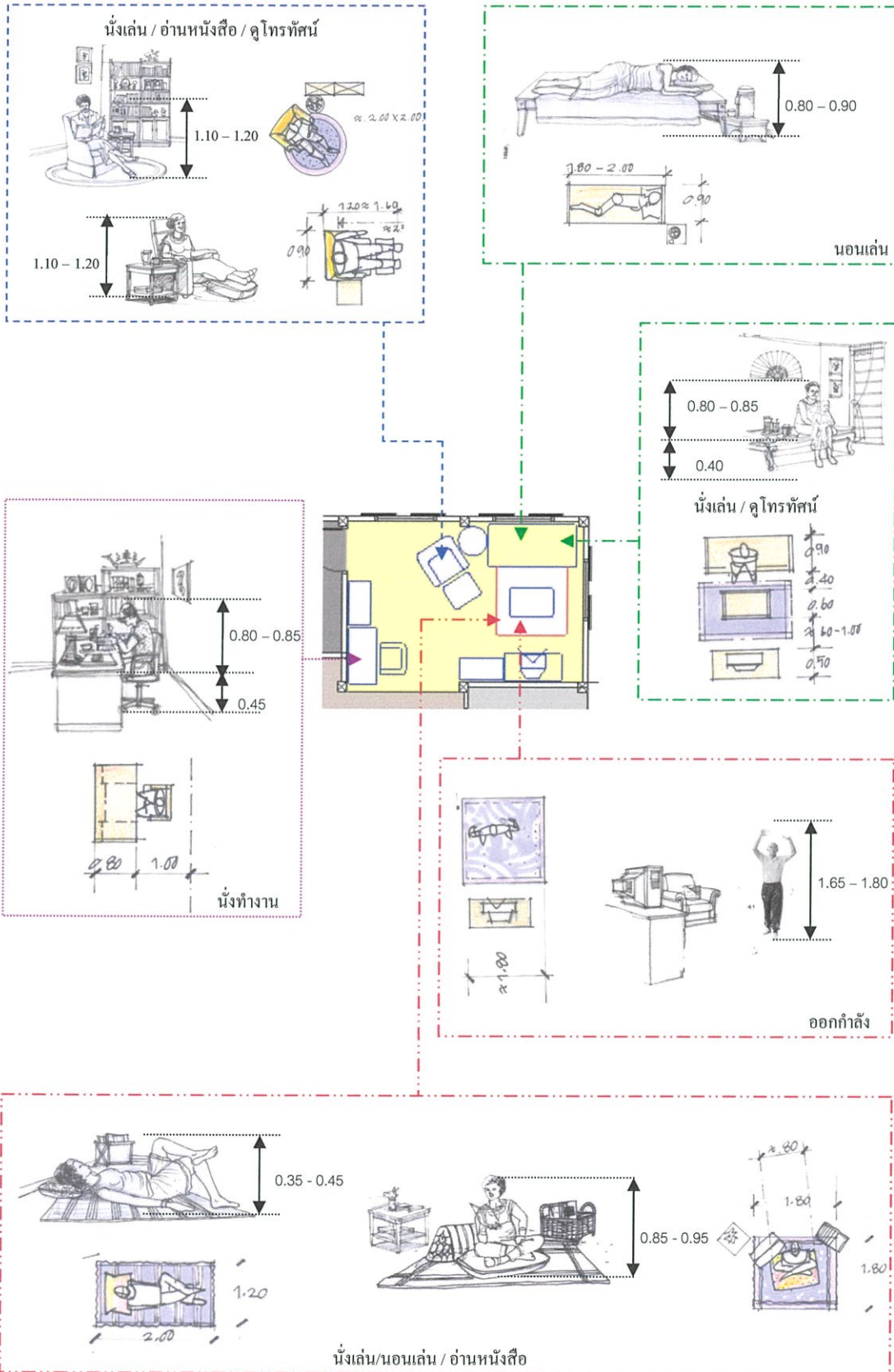
การจัดวางพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย และการจัดวางเครื่องเรือนตามลักษณะการประกอบกิจกรรมและพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น ที่ได้จากผลสรุปการศึกษาด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ทั้ง 3 กลุ่ม โดยมีชุดรับแขกเป็นประธานของพื้นที่จำนวน 4 แบบ และใช้ตั้งหรือเตียง เป็นประธานของพื้นที่แทนชุดรับแขกจำนวน 1 แบบ สามารถแสดงเป็นตัวอย่างได้ดังนี้ (ดูภาพที่ 5.30 – 5.39 : 180 – 189 )



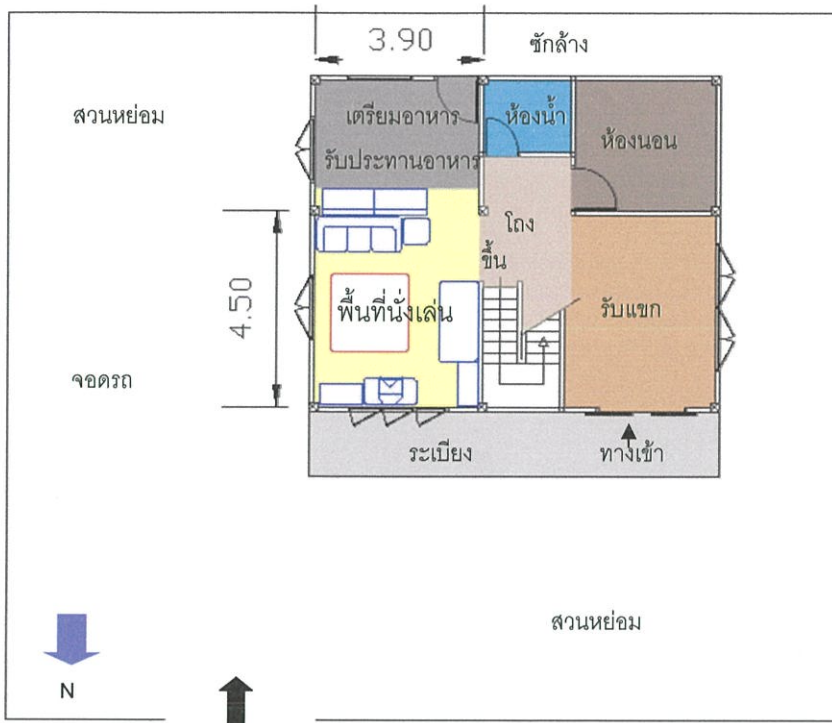
การจัดวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่สามารถมองเห็นพื้นที่ภายใน และบริเวณรั้วบ้านได้สะดวก  
พื้นที่นั่งเล่นมีขนาด  
ประมาณ 17.50 ตารางเมตร  
ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร



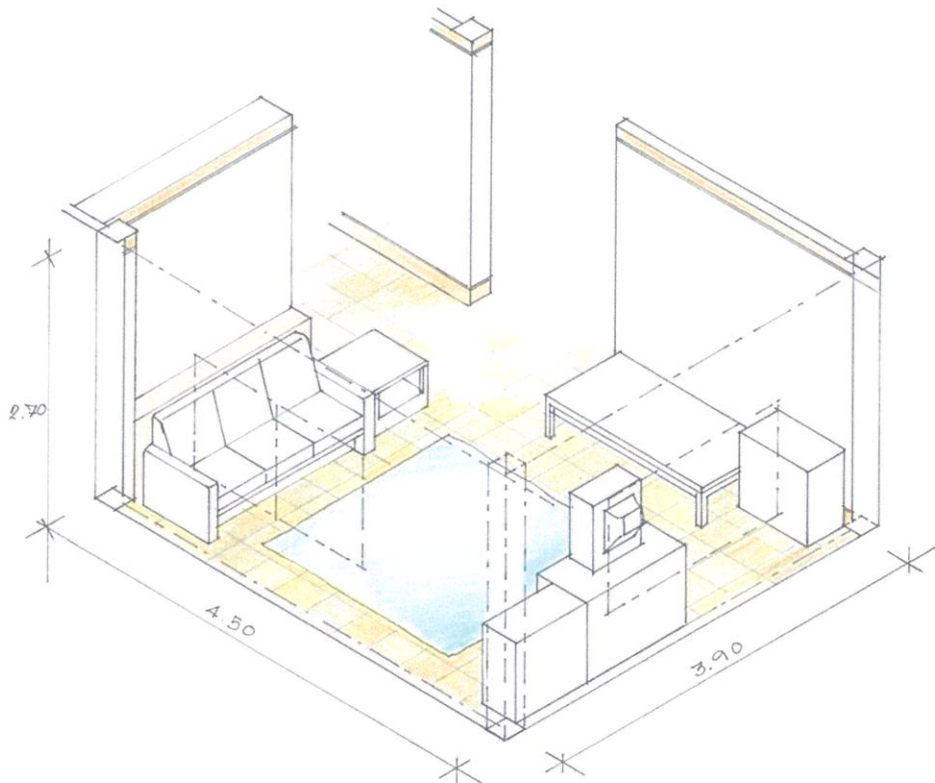
ภาพที่ 5.30 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยแบบไม่มีชุดรับแขก



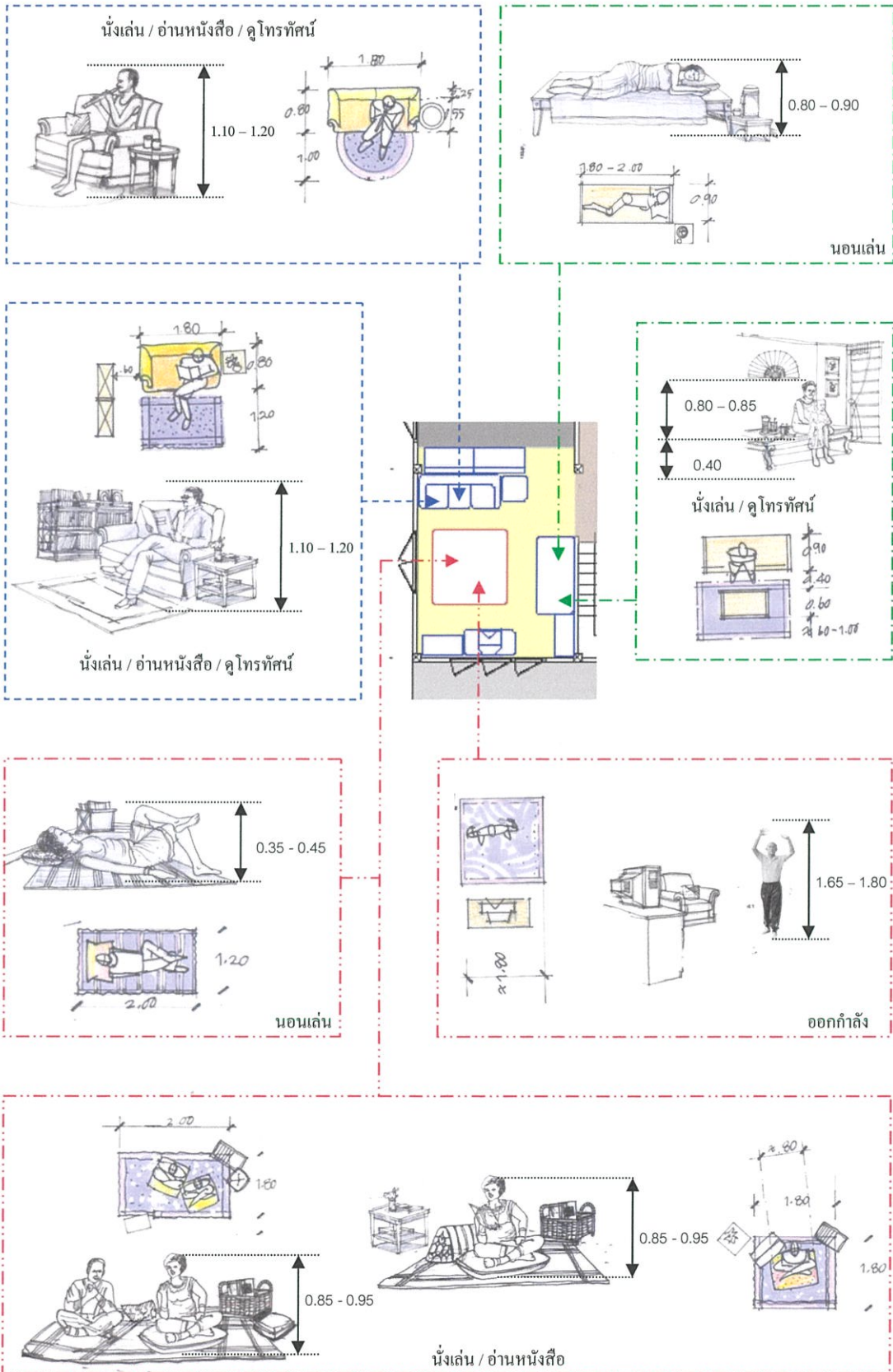
ภาพที่ 5.31 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัยแบบไม่มีชุดรับแขก



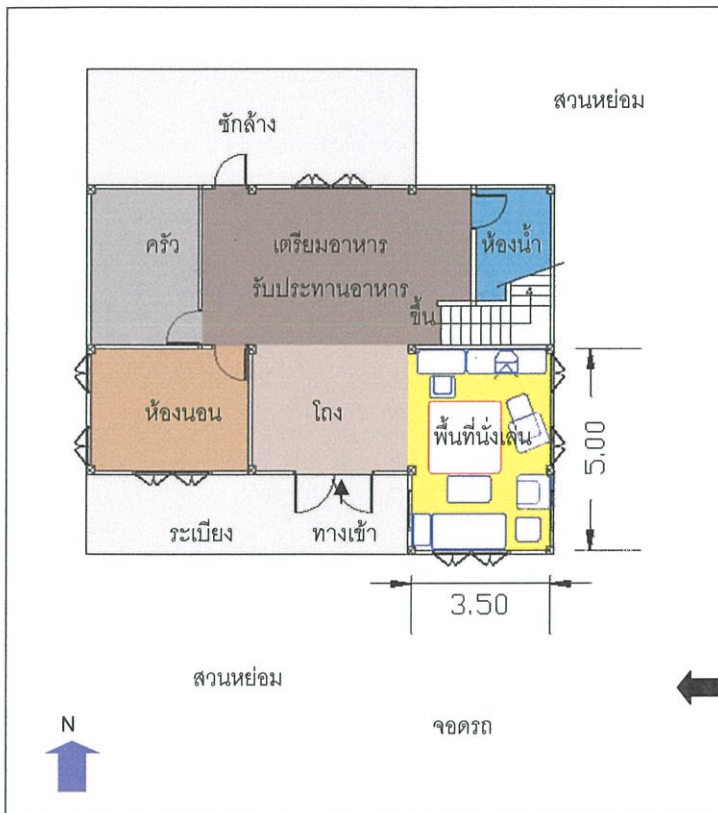
การจัดวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่สามารถมองเห็นพื้นที่ภายในและบริเวณรั้วบ้านได้สะดวก  
พื้นที่นั่งเล่นมีขนาดประมาณ 17.50 ตารางเมตร  
ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร



ภาพที่ 5.32 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบแถวเดียว



ภาพที่ 5.33 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบแถวเดียว



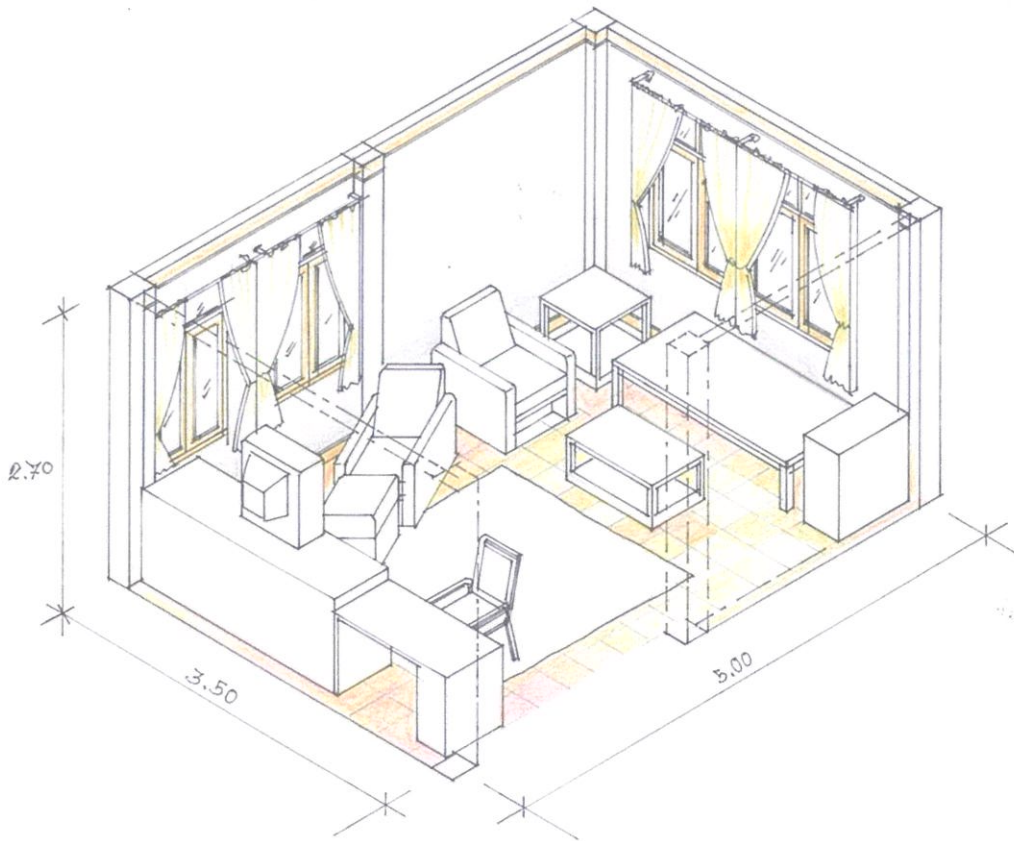
การจัดวางตำแหน่งของพื้นที่  
นั่งเล่นที่สามารถมองเห็นพื้นที่  
ภายใน และบริเวณรั้วบ้านได้

สะดวก

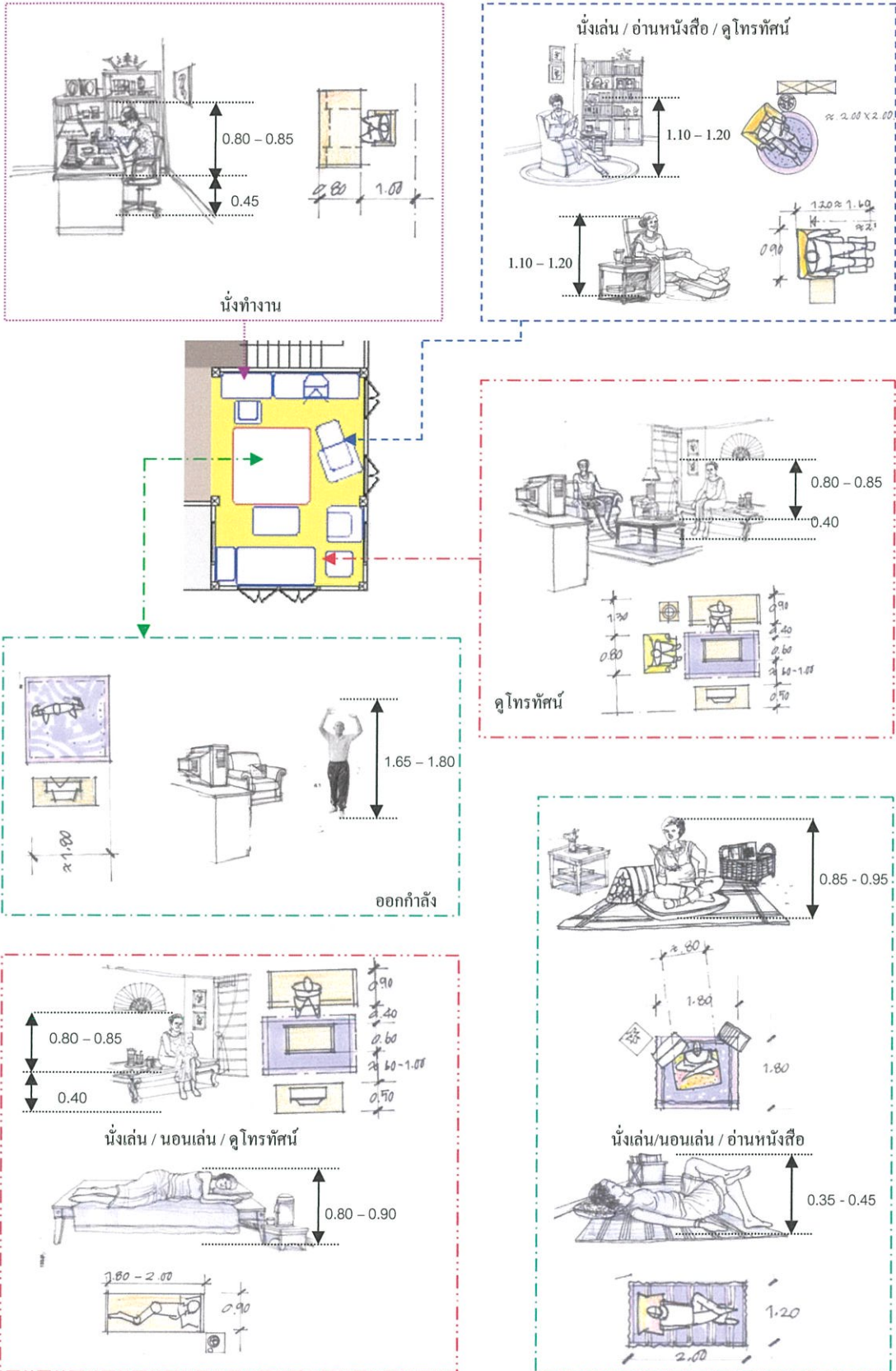
พื้นที่นั่งเล่นมีขนาด

ประมาณ 17.50 ตารางเมตร

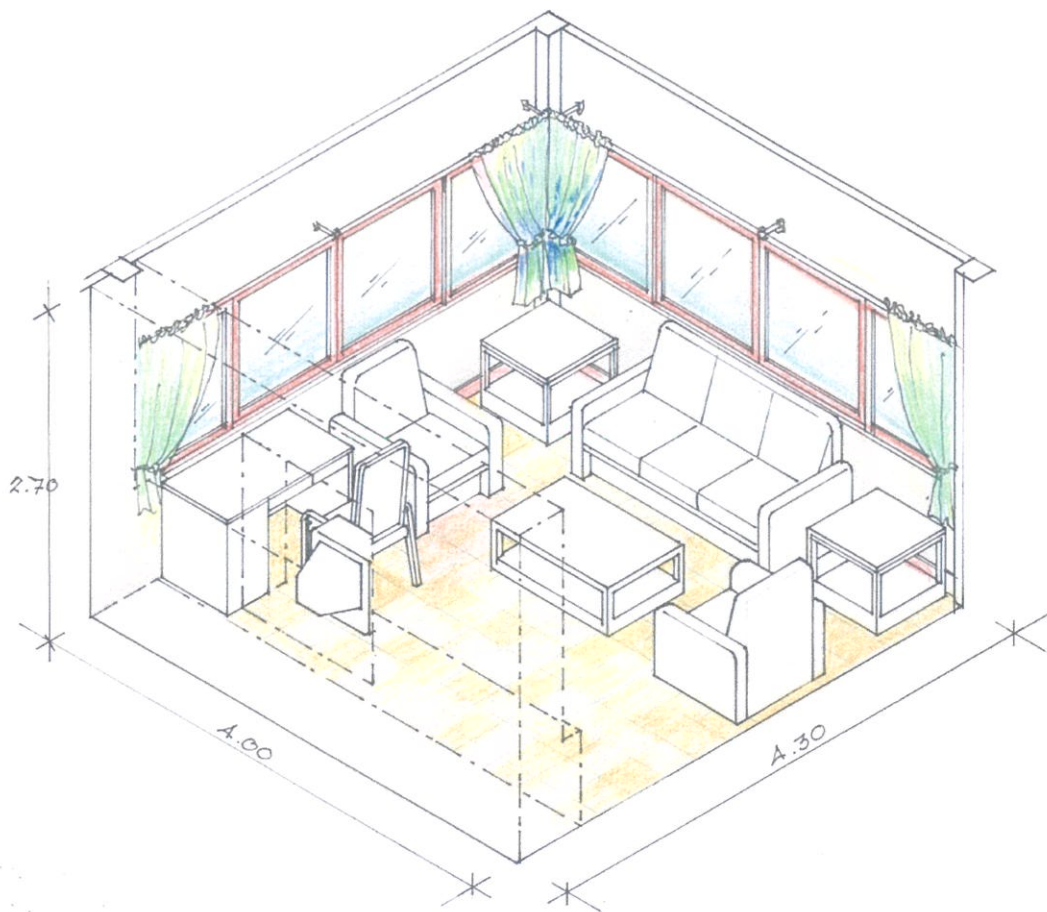
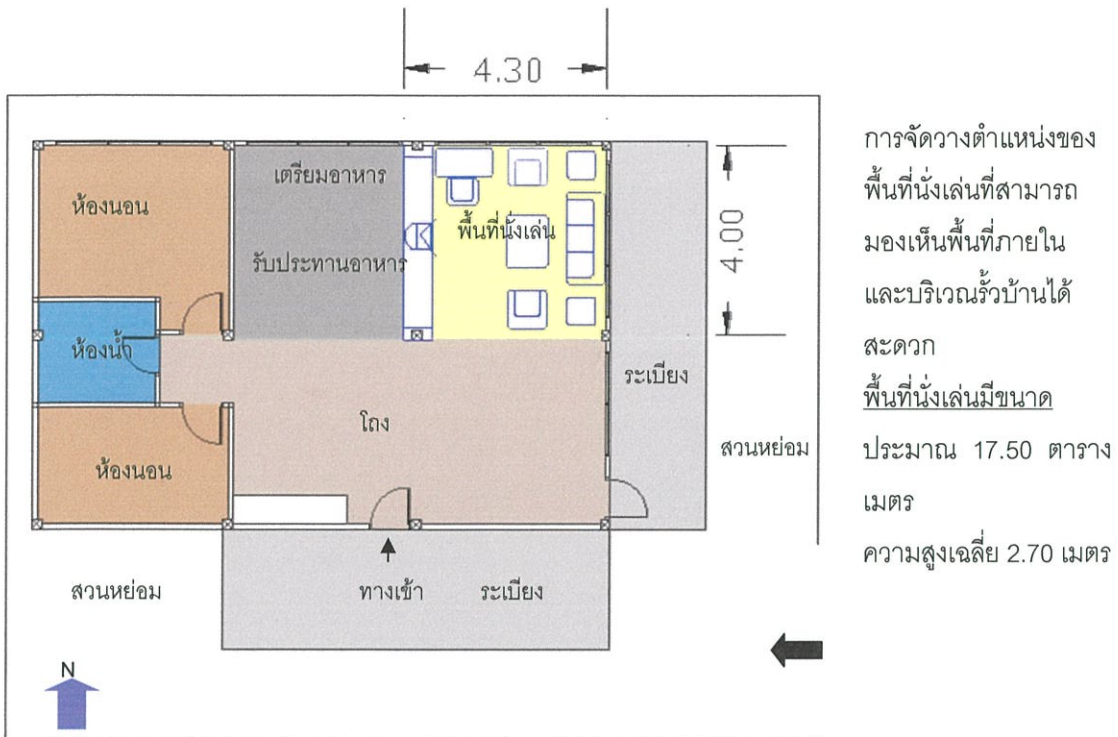
ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร



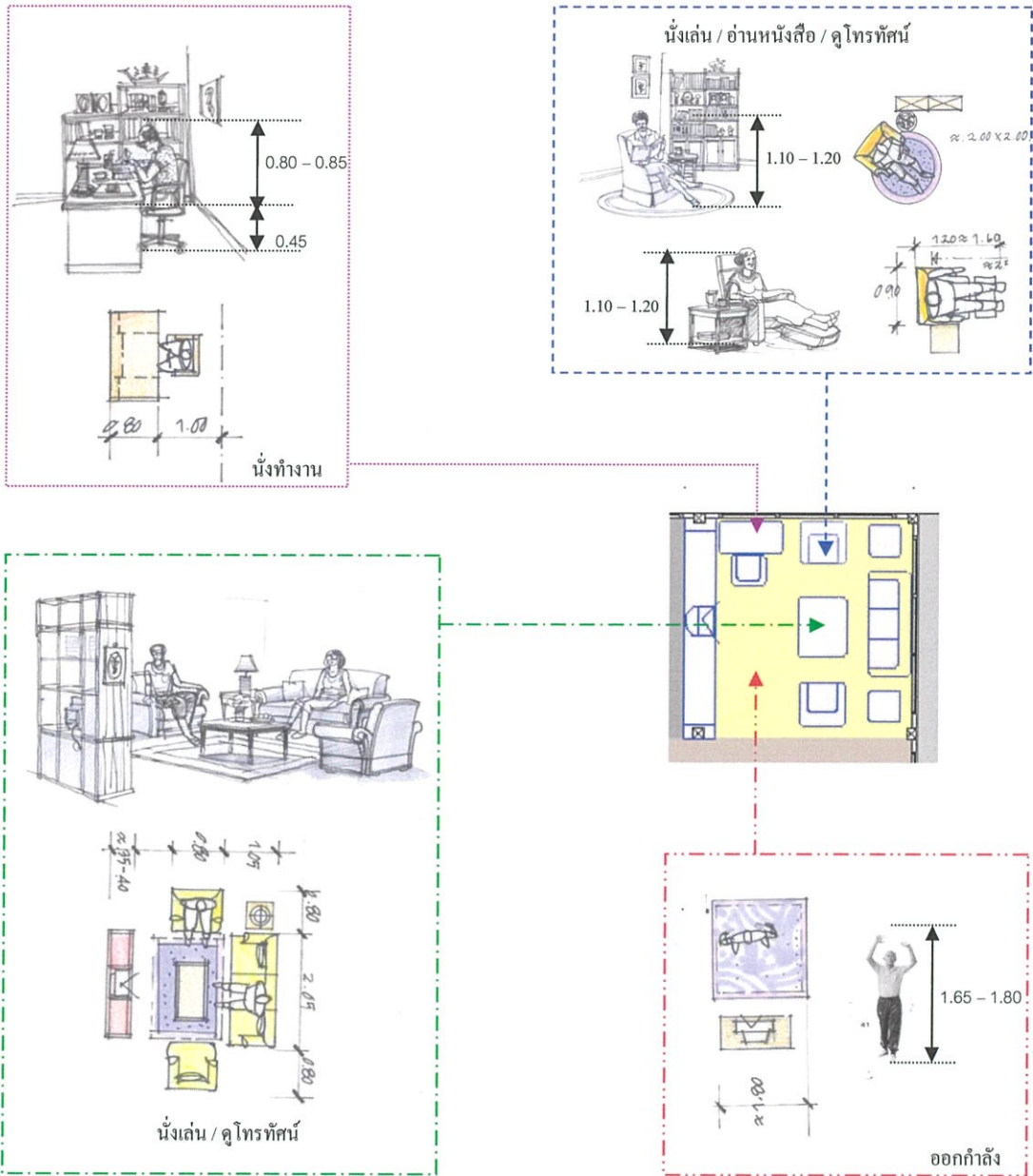
ภาพที่ 5.34 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวแอล



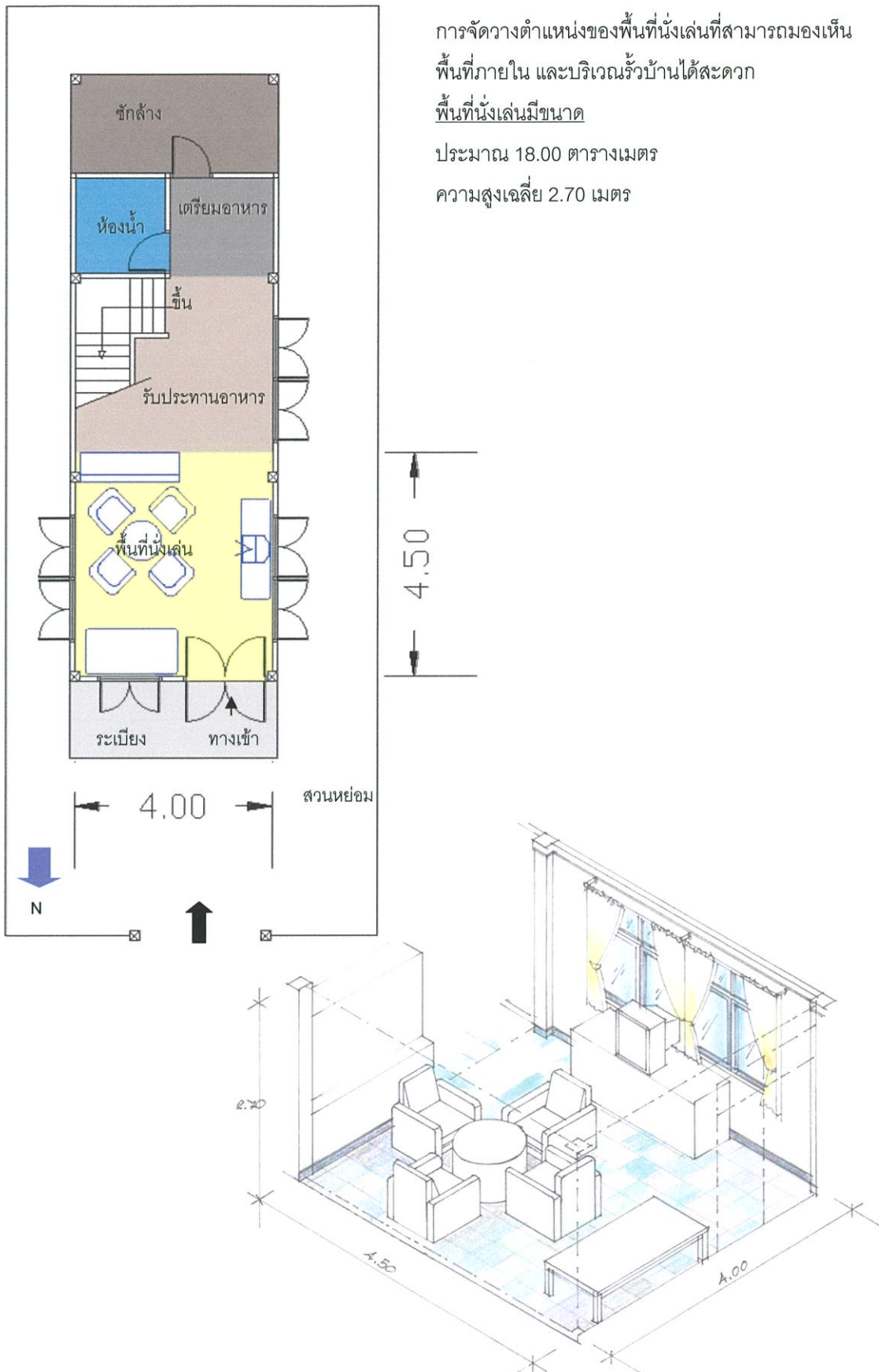
ภาพที่ 5.35 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวแอล



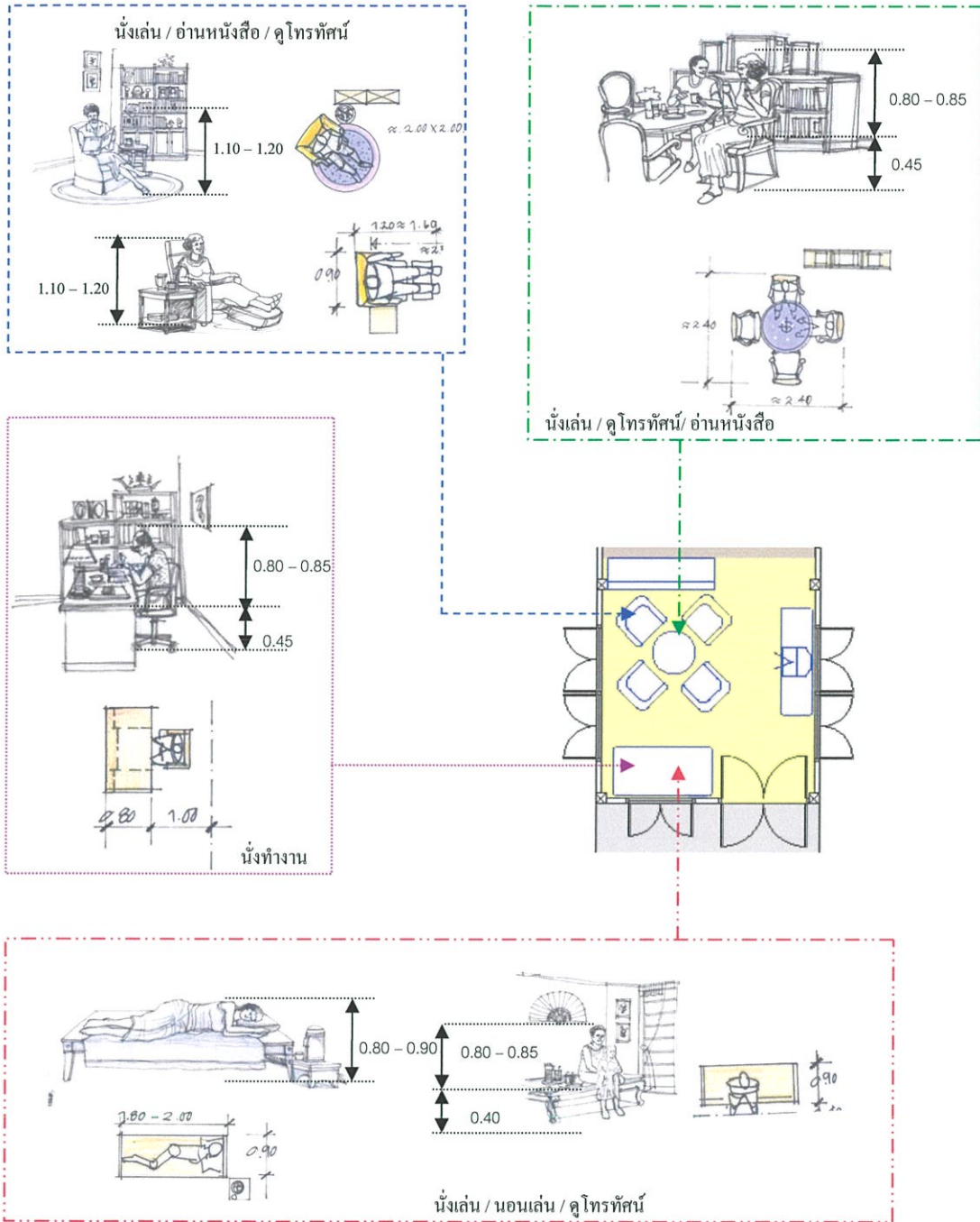
ภาพที่ 5.36 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวยู



ภาพที่ 5.37 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั้งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบตัวยู



ภาพที่ 5.38 ตัวอย่าง การจัดวางผังพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบศูนย์กลาง



ภาพที่ 5.39 ตัวอย่าง การจัดวางภายในพื้นที่นั่งเล่น ตามกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัย จัดวางแบบศูนย์กลาง

## บทที่ 6

# สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ

การสรุปผลการศึกษามุ่งค้นหาปัจจัยผู้สูงอายุ และปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ เพื่อเสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ ผลการศึกษารูปได้ 5 ส่วน ดังนี้

### 6.1 ผู้สูงอายุ

6.2 สภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

6.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุกับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

6.4 เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

### 6.5 ข้อเสนอแนะการศึกษาเพิ่มเติม

## 6.1 ผู้สูงอายุ

จากวัตถุประสงค์ของการศึกษาข้อ 1. เพื่อศึกษาปัจจัยต่างๆอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ และเพื่อตอบประเด็นปัญหาข้อ 1. มีปัจจัยอะไรบ้างที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญและมีผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ ผลสรุปการศึกษามีดังนี้

การศึกษามี 2 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง ที่เป็นสมาชิกสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 500 คน ด้วยการตอบแบบสอบถาม โดยใช้การวิเคราะห์ผลทางสถิติในเชิงปริมาณ เพื่อสรุปผลด้านการใช้พื้นที่ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมและพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย และขั้นตอนที่ 2 ศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างที่คัดเลือกจากขั้นตอนที่ 1 จำนวน 30 คน ด้วยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกและสังเกตการณ์ โดยใช้การวิเคราะห์ผลทางสถิติในเชิงปริมาณ และการวิเคราะห์ผลเชิงคุณภาพ เพื่อ

เสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ

ผลสรุปการศึกษาวิจัยที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ มีดังนี้

**ปัจจัยด้านลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง** ผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงและเพศชายเท่ากัน มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตกรุงเทพฯ นับถือศาสนาพุทธ มีอายุเฉลี่ย 69 ปี ความสูงเฉลี่ย 158.46 เซนติเมตร เพศหญิงมีความสูงประมาณ 155 – 159 เซนติเมตร และเพศชายมีความสูงประมาณ 165 – 169 เซนติเมตร และมีน้ำหนักเฉลี่ย 62.73 กิโลกรัม สถานภาพแต่งงานแล้ว เป็นม่ายและเป็นโสด มีระดับการศึกษาตั้งแต่ประถมศึกษา ถึงระดับปริญญาโท การประกอบอาชีพในอดีตส่วนใหญ่รับราชการ มีรายได้ต่อเดือน 1 – 10,000 บาท และในปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ โดยมีแหล่งที่มาของรายได้ในปัจจุบันจากบุตรหลาน และเงินบำนาญ มีแบบแผนครอบครัวทั้งในอดีตและปัจจุบัน เป็นครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยาย มีบุตรเฉลี่ย 3 คน โดยอาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัว , บุตรหลาน และอาศัยอยู่คนเดียว บทบาทและหน้าที่ของผู้สูงอายุเป็นหัวหน้าครอบครัวและอบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยวที่มีการต่อเติม และมีระยะเวลาในการอาศัยอยู่ภายในที่อยู่อาศัยปัจจุบันนี้เฉลี่ย 16 ปี

ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุคือ ปัญหาเกี่ยวกับสายตา ได้แก่ ตาต้อ , ตาพร่า , ต้องสวมแว่น และปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัว อันเกิดจากโรคข้อโดยเฉพะข้อเข่า และการลุก / นั่ง หรือการก้มและเงย

ดังนั้นปัจจัยที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ มีดังนี้

(1) ข้อมูลทั่วไป และลักษณะทางกายภาพ ได้แก่

- อายุ , ความสูงและน้ำหนัก
- จำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ร่วมกันภายในที่อยู่อาศัย

(2) ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้แก่

- ปัญหาเกี่ยวกับสายตา ผู้สูงอายุต้องการแสงสว่างมากขึ้น การมองเห็นในระยะใกล้ไม่ชัด ความไวต่อแสงของจอตาลดลง การปรับตาต่อความมืดและสว่างลดลง ความสามารถมองวัตถุในที่มืดจะดีกว่าในที่แจ้ง ไม่สามารถทนต่อแสงที่มีความเข้มสูง การรับรู้สีลดลงโดยเริ่มจากสีฟ้า สีน้ำเงิน และสีเขียว ตามลำดับ ทำให้เกิดอุบัติเหตุและการหกล้มได้ง่ายขึ้น

- ปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัวที่ไม่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นปัจจัยร่วมของการหกล้มที่เกิดขึ้นมากในผู้สูงอายุ

ปัจจัยด้านกิจกรรมและการใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง กิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ มี 3 ลักษณะ คือ กิจกรรมส่วนตัวประจำวัน , กิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก และกิจกรรมทางสังคม ผลสรุปมีดังนี้

การเปรียบเทียบข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมกับข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง กิจกรรมส่วนตัวประจำวันของกลุ่มตัวอย่าง ตรงกับข้อมูลการทบทวนวรรณกรรม ในส่วนของกิจกรรมการอ่านหนังสือและนั่งเล่น / นอนเล่น กิจกรรมงานอดิเรกของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตรงกับข้อมูลการทบทวนวรรณกรรม ในส่วนของกิจกรรมการดูโทรทัศน์และฟังวิทยุ กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตรงกับข้อมูลการทบทวนวรรณกรรมคือ กิจกรรมที่ใช้ความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ของตนที่มีอยู่ และการเป็นสมาชิกชมรม หรือ สมาคมต่างๆ

ผลสรุปการศึกษาด้านพื้นที่และกิจกรรมในชีวิตประจำวันภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุส่วนใหญ่คือ การนั่งเล่น/นอนเล่น , ดูโทรทัศน์ ในพื้นที่นั่งเล่นมากที่สุด

## 6.2 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

จากวัตถุประสงค์ของการศึกษาข้อ 2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ และเพื่อตอบประเด็นปัญหาข้อ 2. มีปัจจัยทางสภาพแวดล้อมกายภาพภายในอะไรบ้าง ที่มีความสำคัญและควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ ผลสรุปการศึกษามีดังนี้

การศึกษาด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยจากกลุ่มตัวอย่างที่คัดเลือกจากชั้นตอนที่ 1 จำนวน 30 คน วิธีการเก็บข้อมูลในชั้นตอนนี้มี 2 ส่วน คือ การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก และการเข้าสังเกตการณ์ ผลสรุปการศึกษาด้านสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ มีดังนี้

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เป็นการศึกษาด้านการมีส่วนร่วมในการวิจัย จากการสัมภาษณ์ความพึงพอใจ มีผลสรุปดังต่อไปนี้

ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น ที่สามารถมองเห็นหน้าบ้านได้ชัดเจน , อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน , สามารถเข้าออกได้สะดวกและมีความเป็นสัดส่วน ใช้งานพื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขก และอยู่ใกล้กับพื้นที่อื่นๆภายในบ้าน มีขนาดที่พอเหมาะต่อการใช้งาน และจำนวนของผู้ใช้งาน

วัสดุปูพื้น , ผนังและฝ้าเพดาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นที่ดูแลรักษาง่าย , สีสะอาดตา ไม่ฉูดฉาดหรือมีลวดลายมากเกินไป และเป็นวัสดุธรรมชาติ ทำให้ดูเป็นธรรมชาติ มีคุณสมบัติในการกันเสียงได้ดี

รูปแบบของประตู , หน้าต่างและช่องแสงเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น เป็นแบบบานเปิดและบานเลื่อน สามารถใช้งานได้สะดวก เปิด-ปิดง่าย และเข้า-ออกสะดวก และดูแลรักษาง่าย มีความแข็งแรงทนทาน ทำจากวัสดุธรรมชาติ ทำให้รู้สึกเป็นธรรมชาติ มีสีสะอาดตา ไม่ฉูดฉาด การจัดวางและรูปแบบเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่นที่เป็นสัดส่วน ไม่กีดขวางบริเวณประตูและหน้าต่าง สามารถรับลมและแสงธรรมชาติจากภายนอกเข้ามาเพียงพอ

กิจกรรม และลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 3 กลุ่ม มีผลสรุปดังต่อไปนี้

1. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน และเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง
2. ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน และเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย
3. ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว และเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย

การสรุปผลเชิงเปรียบเทียบข้อมูลด้านกิจกรรม และพฤติกรรมของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม มีดังนี้

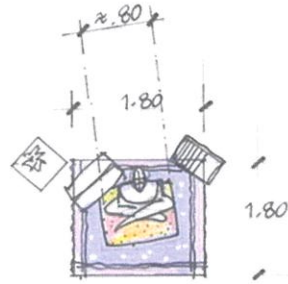
ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 1 ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นทั้งหมด 8 กิจกรรม ได้แก่ นั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุ / ฟังเพลง , ดื่มเครื่องดื่มต่างๆ , ดูโทรทัศน์ , อ่านหนังสือ , เขียนหนังสือ , เล่นดนตรีและเลี้ยงหลาน

ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 2 ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นทั้งหมด 10 กิจกรรม ได้แก่ นั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุ / ฟังเพลง , รับประทานอาหาร , ดื่มเครื่องดื่มต่างๆ , ดูโทรทัศน์ , อ่านหนังสือ , เขียนหนังสือ , เลี้ยงหลาน , ออกกำลังกายและร้องเพลง

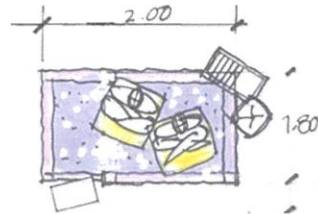
ผู้สูงอายุกลุ่มที่ 3 ประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นทั้งหมด 9 กิจกรรม ได้แก่ นั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุ / ฟังเพลง , รับประทานอาหาร , ดื่มเครื่องดื่มต่างๆ , ดูโทรทัศน์ , อ่านหนังสือ , เขียนหนังสือ , เลี้ยงสัตว์และออกกำลังกาย

พฤติกรรมของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย มี 4 ลักษณะ ดังต่อไปนี้ ( ดูภาพที่ 6.1 – 6.4 : หน้า 194 - 197 )

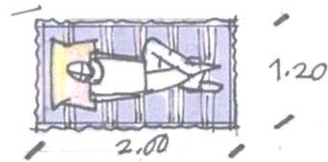
1. การนั่ง หรือนอนบนพื้น



ประมาณ 3.00 - 3.50 ตารางเมตร



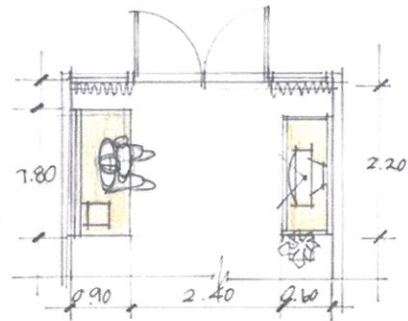
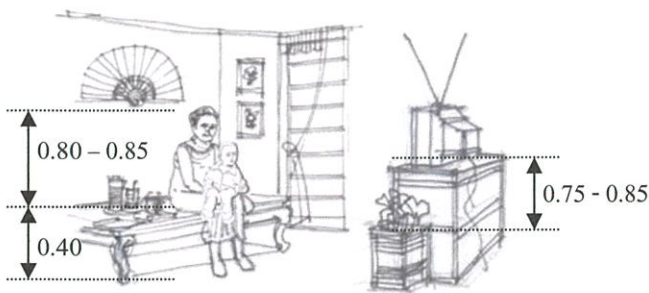
ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร



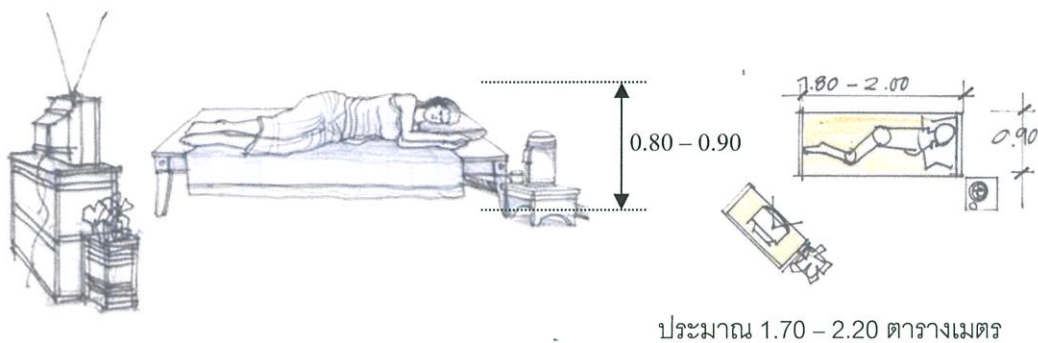
ประมาณ 2.30 - 2.80 ตารางเมตร

ภาพที่ 6.1 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนพื้น ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

2. การนั่ง หรือนอนบนตั่ง หรือเตียง

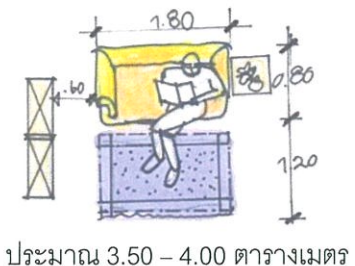
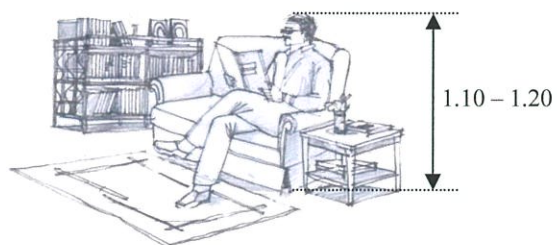
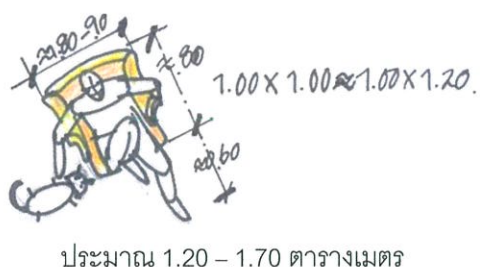
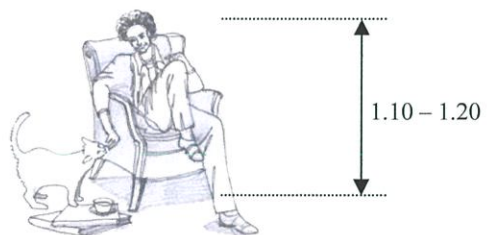
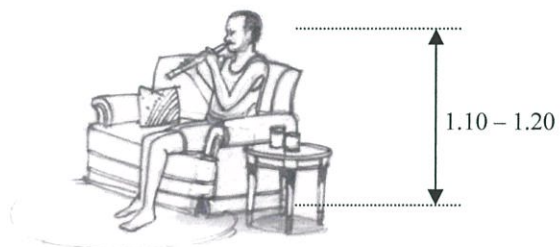


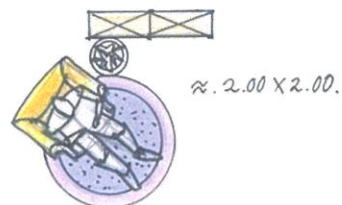
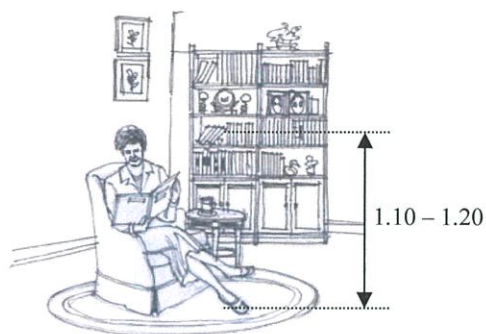
ประมาณ 9.00 - 9.50 ตารางเมตร



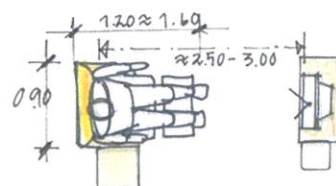
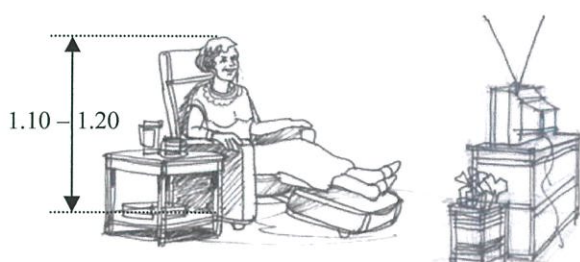
ภาพที่ 6.2 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนเตียง หรือ เตี้ยง ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็น กลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

3. การนั่ง หรือนอนบริเวณชุดรับแขก

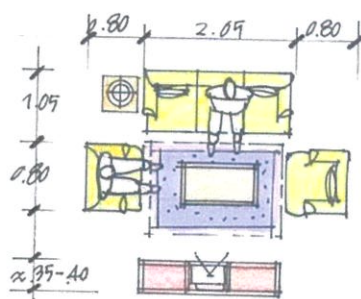
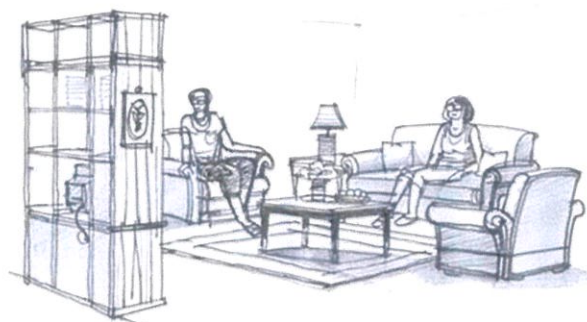




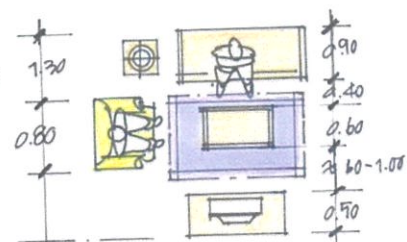
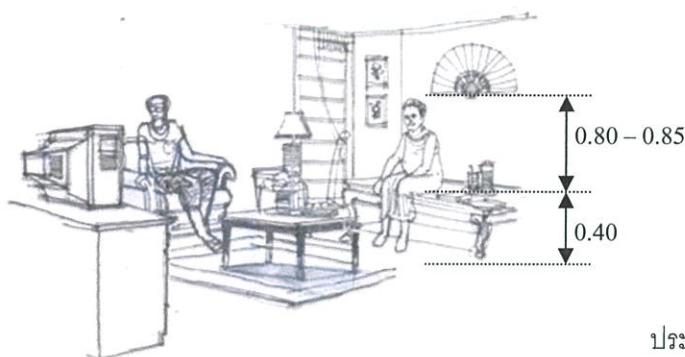
ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร



ประมาณ 2.50 - 3.00 ตารางเมตร



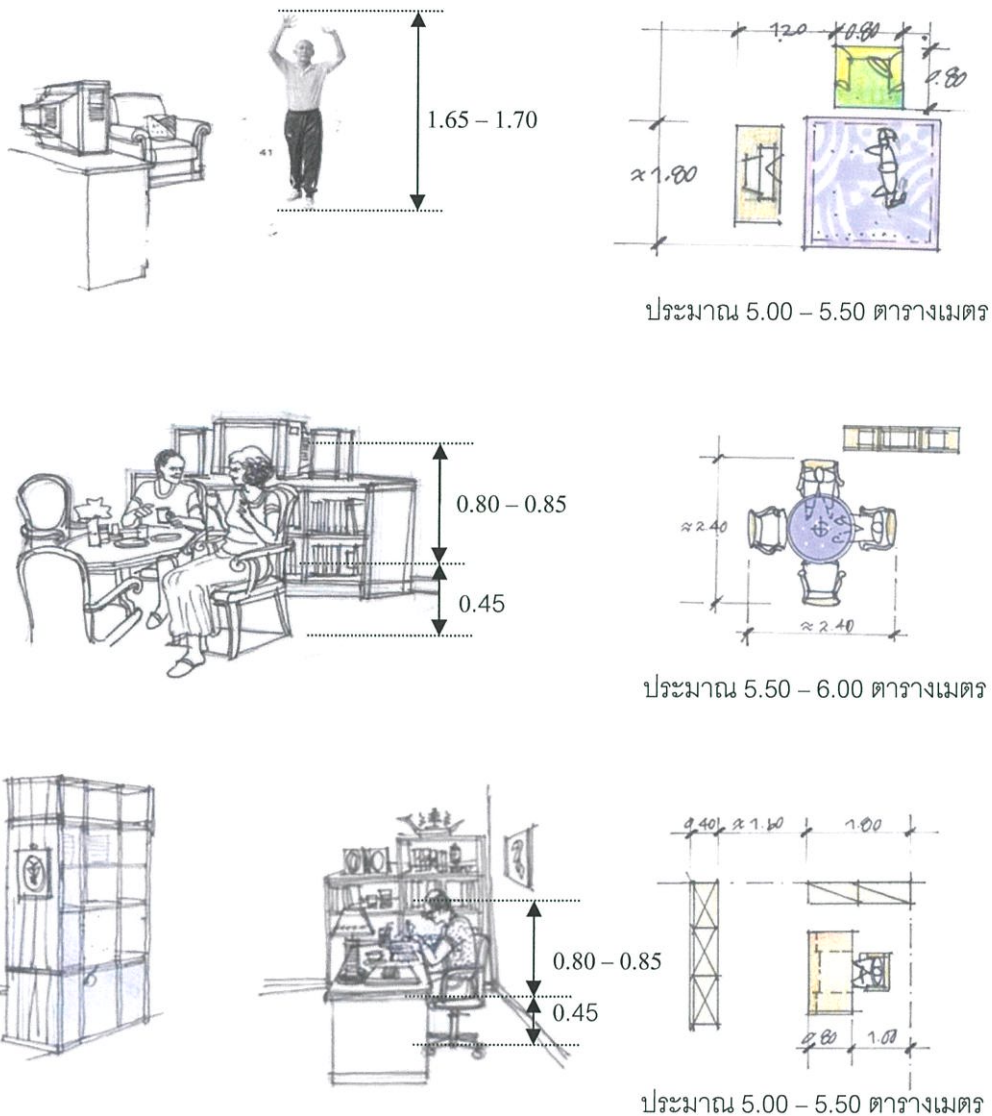
ประมาณ 9.50 - 10.00 ตารางเมตร



ประมาณ 8.50 - 9.00 ตารางเมตร

ภาพที่ 6.3 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ บนชุดรับแขก ภายในพื้นที่นั่งเล่น ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม

#### 4. การนั่ง บริเวณส่วนอื่นๆ

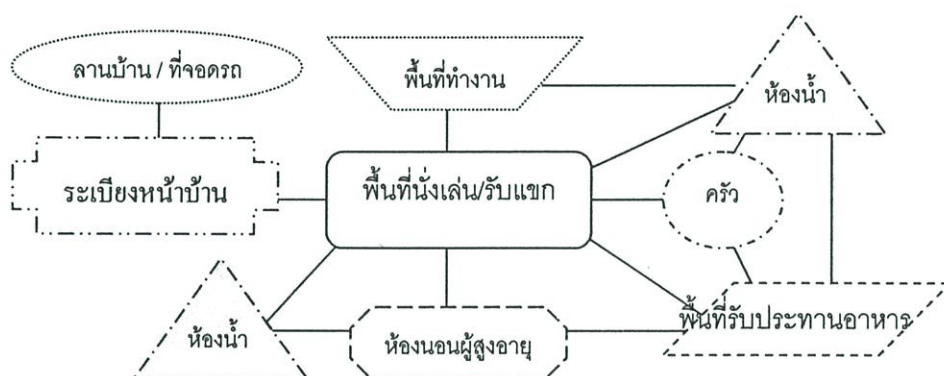


ภาพที่ 6.4 ลักษณะพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุทั้งกลุ่มที่ 3 ในส่วนอื่นๆ

ลักษณะพฤติกรรมประกอบด้วยอุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมต่างๆ ได้แก่ ชุดรับแขก , ชั้นสำหรับวางของ เช่น อุปกรณ์ที่ใช้ในชีวิตประจำวันหรือหนังสือต่างๆ , หมอนหนุนหรือหมอนอิง , พรมปูพื้น , ชุดโต๊ะทำงาน , เก้าอี้นอน , ตู้หรือชั้นสำหรับวางโทรทัศน์ / วิทยุหรือเครื่องเสียง มีรูปแบบและการจัดวางที่แตกต่างกัน ตามลักษณะและรูปแบบของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

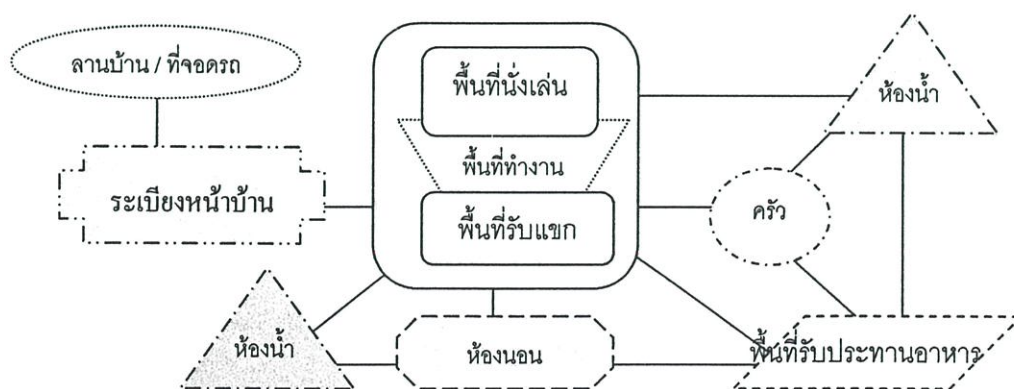
ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรมประจำวันภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ทั้ง 3 กลุ่ม มีผลสรุปดังต่อไปนี้

1. แบบที่ 1 พื้นที่นั่งเล่นอยู่ในชั้นที่ 1 หรือชั้นล่างของที่อยู่อาศัย เป็นพื้นที่ศูนย์กลางที่สามารถเชื่อมต่อกับพื้นที่การใช้งานอื่นๆภายในที่อยู่อาศัยได้สะดวก การจัดวางพื้นที่นั่งเล่น พื้นที่ทำงานและพื้นที่รับแขก ในบริเวณเดียวกัน ทำให้เกิดการทับซ้อนของกิจกรรมและการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ แต่กรณีของผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 3 ไม่เกิดปัญหาด้านการใช้งาน เนื่องจากอาศัยอยู่คนเดียว แยกที่มาจึงเป็นแขกของผู้สูงอายุเอง เป็นเหตุผลหนึ่งของผู้สูงอายุพึงพอใจในการทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น เพราะสะดวกและงานในการใช้พื้นที่ (ดูภาพที่ 6.5 : 198 )



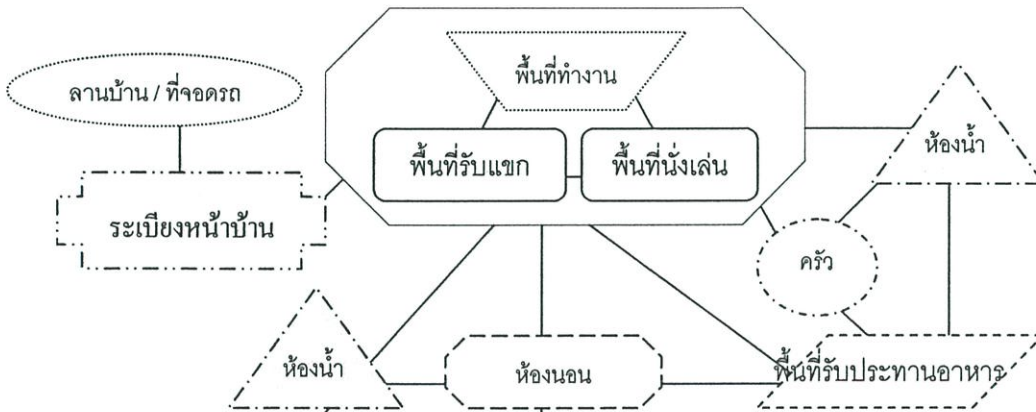
ภาพที่ 6.5 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบที่ 1

2. แบบที่ 2 พื้นที่นั่งเล่นอยู่ในชั้นที่ 1 หรือชั้นล่างของที่อยู่อาศัย ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่อื่นๆ ในลักษณะการใช้พื้นที่ร่วมกันระหว่าง พื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่ทำงานและพื้นที่รับแขก ทำให้เกิดการทับซ้อนของกิจกรรมและการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ ในกรณีที่มีแขกของสมาชิกในครอบครัวมาพบ ทำให้ผู้สูงอายุต้องออกจากพื้นที่นั่งเล่นในช่วงเวลานั้น เป็นเหตุผลหนึ่งของผู้สูงอายุไม่พึงพอใจในการทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น (ดูภาพที่ 6.6 : 198 )



ภาพที่ 6.6 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบที่ 2

3. แบบที่ 3 พื้นที่นั่งเล่นอยู่ในชั้นที่ 1 หรือชั้นล่างของที่อยู่อาศัย ในลักษณะการแยกเป็นสัดส่วนของพื้นที่นั่งเล่น , พื้นที่ทำงานและพื้นที่รับแขก การจัดวางแยกออกจากกันเป็นส่วนแต่อยู่ในบริเวณติดกันหรือใกล้เคียงกัน ทำให้ไม่เกิดปัญหาการรบกวนของกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น และผู้สูงอายุพึงพอใจกับการจัดวางพื้นที่ในแบบที่ 3 มากกว่าแบบที่ 1 และ แบบที่ 2 ( ดูภาพที่ 6.7 : 199 )

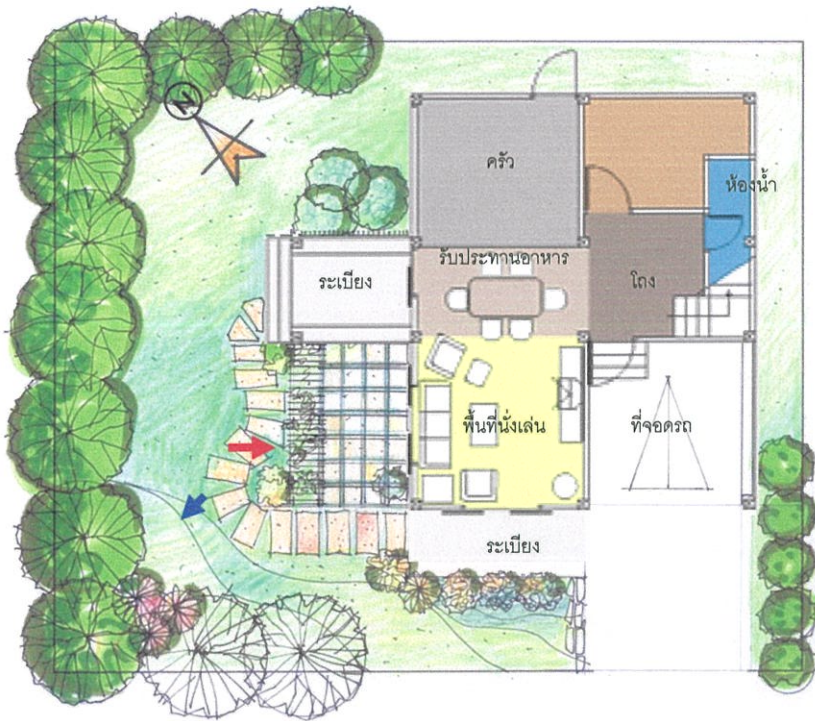


ภาพที่ 6.7 ความสัมพันธ์ในการใช้พื้นที่ ระหว่างพื้นที่นั่งเล่น กับ พื้นที่อื่นๆในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง แบบที่ 3

สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีผลสรุปดังต่อไปนี้

1. ตำแหน่งและทิศ ของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ , ทิศตะวันออกเฉียงใต้ , ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ซึ่งผู้สูงอายุมีความพึงพอใจมาก เพราะสามารถมองเห็นบริเวณหน้าบ้านทางเข้าบ้าน หรือบริเวณประตูรั้วได้ชัดเจน สามารถเข้า / ออกได้สะดวก และมีความสัมพันธ์กับลักษณะของกิจกรรมการเฝ้าบ้านและกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุ

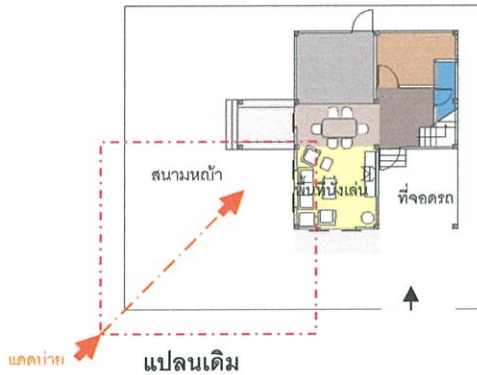
ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านทิศตะวันตก พบปัญหาเกี่ยวกับแสงแดดและความร้อนภายในพื้นที่ ในกรณีที่ไม่สามารถปรับเปลี่ยนตำแหน่งพื้นที่ได้ สามารถแก้ปัญหาได้โดยการปลูกต้นไม้ใหญ่บริเวณด้านทิศตะวันตก การปลูกไม้คลุมดินหรือการสร้างโครงระแนงไม้เพื่อปลูกไม้เลื้อย ช่วยลดความเข้มของแสง ป้องกันแสงแดดและความร้อนเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น รวมถึงการติดตั้งม่านบริเวณหน้าต่าง ( ดูภาพที่ 6.8 : 200 )



แปลนปรับปรุง

- ➔ การสร้างโครงระแนงไม้เพื่อปลูกไม้เลื้อย สามารถกรองแสงแดดและรับลมธรรมชาติได้
- ➔ การปลูกต้นไม้ใหญ่ เพื่อช่วยกรองแสงแดดด้านทิศตะวันตก และสามารถเป็นแนวกันเสียงและฝุ่นได้

นอกจากการแก้ปัญหาเกี่ยวกับแสงแดด ยังสามารถสร้างบรรยากาศที่สวยงาม เป็นธรรมชาติและสามารถใช้เป็นที่พักผ่อนได้อีกด้วย



แปลนเดิม

พื้นที่จอดรถปูกระเบื้อง และพื้นที่รอบบ้านปลูกหญ้าคลุมดิน แต่ไม่มีต้นไม้ใหญ่ ทำให้ผนังด้านทิศตะวันตกของพื้นที่นั่งเล่น ได้รับแสงแดดเต็มที่ในช่วงบ่ายถึงเย็น



ภาพที่ 6.8 ตัวอย่าง การแก้ปัญหาเกี่ยวกับแสงแดดและความร้อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ที่อยู่ด้านทิศตะวันตก

2. ความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่น ๆ ภายในที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่ใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขกอยู่ติดกับระเบียงหน้าบ้าน , ที่จอดรถ และที่รับประทานอาหารและบันไดทางขึ้นชั้น 2

3. ขนาดพื้นที่ พื้นที่ของที่อยู่อาศัย มีค่าเฉลี่ย 174.50 ตารางเมตร และขนาดของพื้นที่นั่งเล่นมีค่าเฉลี่ย 17.50 ตารางเมตร ( จำนวนผู้อยู่อาศัย 3 – 4 คน ) ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตรและมีขนาดร้อยละ 10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากต่อขนาดของพื้นที่นั่งเล่น เพราะมีขนาดเพียงพอต่อการใช้งานและจำนวนสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย รวมถึงสอดคล้องกับลักษณะกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

ผลสรุปปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการวางตำแหน่ง , ความสัมพันธ์และขนาดของพื้นที่นั่งเล่นที่เหมาะสม มีดังนี้

(1) บทบาท / หน้าที่ และลักษณะกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุ เช่น ตำแหน่งด้านหน้าเหมาะต่อกิจกรรมการเฝ้าบ้าน เพื่อสามารถมองเห็นได้ทั้งภายนอกและภายในที่อยู่อาศัย และตำแหน่งด้านในที่สามารถมองเห็นได้ทั้งภายนอกและภายในที่อยู่อาศัย เหมาะต่อผู้สูงอายุที่ต้องการความปลอดภัยในการอยู่อาศัย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ต้องอยู่คนเดียว

(2) ง่ายต่อการเข้าถึงพื้นที่นั่งเล่น และสะดวกในการเข้าถึงพื้นที่รับประทานอาหาร และห้องน้ำ

(3) ได้รับแสงสว่างจากภายนอก ( แสงธรรมชาติในเวลากลางวัน ) และแสงประดิษฐ์ภายในพื้นที่นั่งเล่น และเส้นทางสัญจรเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น

(4) ขนาดของพื้นที่มีขนาดร้อยละ 10.00 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย หรือมีขนาดประมาณ 17.50 ตารางเมตร ( จำนวนผู้อยู่อาศัย 3 – 4 คน ) และมีความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร

4. วัสดุพื้น , ผนังและเพดาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย มีผลสรุปดังต่อไปนี้ วัสดุพื้นภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่ปูด้วยกระเบื้องปูพื้น

วัสดุผนังภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่เป็นผนังก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก

วัสดุฝ้าเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่ทำด้วยแผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก

ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจต่อวัสดุที่สามารถดูแลรักษาได้ง่าย , มีสีอ่อนที่ดูสว่าง สดใส และสะอาดตา , มีความคงทนหรือมีอายุการใช้งานที่ยาวนาน และให้ความรู้สึกที่เป็นธรรมชาติ รวมถึงการป้องกันปัญหาด้านความปลอดภัยในการใช้งาน และขึ้นอยู่กับลักษณะความชอบเฉพาะบุคคลของผู้สูงอายุเช่นเดียวกัน

ผลสรุปปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการเลือกวัสดุพื้น , ผนังและเพดานภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

- (1) เป็นวัสดุที่สามารถดูแลรักษาง่าย ไม่ลื่นและมีความปลอดภัยในการใช้งาน
- (2) มีสีอ่อนที่ดูแล้วสว่าง สดใสและสะอาดตา
- (3) มีความคงทนหรือมีอายุการใช้งานที่ยาวนาน
- (4) ให้ความรู้สึกที่เป็นธรรมชาติ
- (5) ลักษณะความชอบเฉพาะบุคคลของผู้สูงอายุ

5. รูปแบบของประตูและหน้าต่าง , แสงสว่างและสี ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย มีผลสรุปดังต่อไปนี้

รูปแบบของประตู มี 2 ลักษณะ คือ ประตูบานเลื่อนและประตูบานเปิด ประตูบานเปิดคู่และเดี่ยว ทำจากอลูมิเนียมและกระจก และประตูบานเลื่อนคู่และเดี่ยว ทำจากไม้หรือไม้อัดสีธรรมชาติ มีขนาดมาตรฐานที่ใช้กันทั่วไป และตำแหน่งของประตูเชื่อมต่อระหว่างระเบียงหน้าบ้านภายนอกเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น

รูปแบบของหน้าต่าง มี 3 ลักษณะ คือ หน้าต่างบานเลื่อน , หน้าต่างบานเปิดและหน้าต่างบานเกล็ด หน้าต่างบานเปิดคู่และเดี่ยว ทำจากไม้และกระจก หน้าต่างบานเลื่อนคู่และเดี่ยว ทำจากอลูมิเนียมและกระจก มีขนาดมาตรฐานที่ใช้กันทั่วไป ทั้งนี้การใช้กระจกทำให้ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นบริเวณภายนอก และหน้าบ้านได้ดี

สภาพแวดล้อมภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่เป็นพื้นที่จอดรถ มีหลังคาโรงรถหรือกันสาดติดอยู่ แสงสว่างจากภายนอกเข้าสู่ภายในพื้นที่นั่งเล่นน้อยจนถึงไม่สามารถเข้าถึงพื้นที่นั่งเล่นได้เลย ทำให้พื้นที่นั่งเล่นในช่วงเวลากลางวันค่อนข้างมืด และผู้สูงอายุส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่นั่งเล่น โดยไม่เปิดไฟเพราะมีความเคยชินกับพื้นที่ และจะเปิดไฟต่อเมื่อต้องการอ่านหนังสือหรือเขียนหนังสือ และในกรณีที่มีโคมไฟตั้งโต๊ะภายในพื้นที่ผู้สูงอายุจะใช้โคมไฟตั้งโต๊ะ แทนไฟกลางห้อง

ผลสรุปปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการวางตำแหน่งและเลือกรูปแบบของประตู , หน้าต่างภายในพื้นที่นั่งเล่นที่เหมาะสม มีดังนี้

(1) ตำแหน่งของประตู เป็นพื้นที่โล่ง ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด – ปิดประตู ในการเข้าหรือออก สามารถมองเห็นได้ง่าย อยู่ในตำแหน่งที่สามารถรับแสงและลมธรรมชาติจากภายนอกได้ดี มีแสงสว่างเพียงพอ และสะดวกในการเข้าใช้งาน

(2) ตำแหน่งของหน้าต่าง อยู่ด้านทิศที่สามารถรับแสงธรรมชาติในเวลาเช้าได้เต็มที่ เช่น ทิศตะวันออก รวมถึงการเลือกประเภทของผ้าม่าน ต้องคำนึงถึงเนื้อผ้าที่แสงสามารถส่องผ่านได้ ไม่หนาที่บจนเกินไป

(3) สีของวงกบประตูและหน้าต่าง ที่แตกต่างกับผนัง เพื่อผู้สูงอายุสามารถมองเห็นได้ชัดเจน และไม่ควรมีธรณีประตู

(4) ดูแลและซ่อมแซม ประตูหรือหน้าต่าง เมื่อเกิดการชำรุดเพื่อความสะดวกและความปลอดภัยในขณะใช้งาน เลือกวัสดุที่มีน้ำหนักเบา เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีปัญหาด้านสุขภาพและกำลังที่เสื่อมถอย

(5) การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่นหรือพื้นที่ใกล้เคียง ต้องคำนึงถึงการใช้งานบริเวณประตูหรือหน้าต่าง ที่สะดวกและปลอดภัย เช่น ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด – ปิดประตู หรือหน้าต่าง และการเข้า – ออกประตู เป็นต้น รวมถึงไม่ควรจัดวางเครื่องเรือนปิด หรือกั้นในบริเวณที่สามารถรับแสงธรรมชาติได้

(6) การต่อเติมพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่น ควรคำนึงถึงรูปแบบของพื้นที่นั้นๆ เช่น ขนาดของพื้นที่ , การเลือกใช้วัสดุหลังคาโปร่งแสง รวมถึงการเว้นระยะห่างระหว่างพื้นที่ เพื่อให้แสงสว่างจากภายนอก สามารถเข้าถึงภายในพื้นที่นั่งเล่นได้

6. เครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย มี 3 ประเภทคือ เครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยและเครื่องใช้ไฟฟ้า มีผลสรุปดังต่อไปนี้

จำนวนเครื่องเรือนที่พบมากที่สุดคือ ชั้นวางของ เช่น ชั้นหรือตู้วางหนังสือ , ชั้นวางอุปกรณ์เครื่องใช้ต่างๆ และตู้โชว์ เป็นต้น

จำนวนของอุปกรณ์ประกอบการใช้สอยที่พบมากที่สุดคือ หมอนอิงหรือหมอนหนุน รองลงมาคือ เบาะรองนั่ง โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เบาะรองนั่งวางที่เก้าอี้และบนตั่ง หรือวางบนพื้น เป็นต้น และพรมขึ้นปูพื้น โดยผู้สูงอายุมักพรมขึ้นปูพื้นบริเวณชุดรับแขก และวางบริเวณพื้นที่โล่งหน้าตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์หรือเครื่องเสียง เพื่อใช้ในการนั่งเล่น / นอนเล่น และประกอบกิจกรรมอื่นๆในชีวิตประจำวัน

จำนวนของเครื่องใช้ไฟฟ้าที่พบมากที่สุดคือ พัดลม

เครื่องเรือนที่มีความสำคัญ เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และเป็นเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวัน ได้แก่ ชุดรับแขก มีการจัดวางหลายลักษณะ ที่พบมากที่สุดคือ การจัดวางแบบตัวแอล โดยขึ้นอยู่กักรูปแบบและขนาดของพื้นที่นั่งเล่น , ลักษณะกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่ , จำนวนสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย รวมถึงขนาด , จำนวนและรูปแบบของชุดรับแขก

ตำแหน่งและการจัดวางชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่ วางชนิดนั่งด้านใดด้านหนึ่งของพื้นที่นั่งเล่น โดยประธานของชุดรับแขก หันหน้าไปด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ และตำแหน่งที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ทั่ว และสามารถมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก

รูปแบบ , ขนาด , วัสดุและสีของเครื่องเรือน ภายในพื้นที่นั่งเล่น มีผลสรุปการศึกษา โดยจัดประเภทของเครื่องเรือนเป็น 4 ชุด ดังนี้

ชุดรับแขก ประกอบด้วย โซฟา 3 ที่นั่ง , โซฟา 2 ที่นั่ง , เก้าอี้มีเท้าแขน , สตูลวางเท้า , โต๊ะกลาง และ โต๊ะข้าง โดยมีขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ( ขนาด / 1 ที่นั่ง =  $0.55 \times 0.55$  เมตร ) แตกต่างกันไปที่รูปแบบ , วัสดุและสี รูปแบบของโซฟา 3 ที่นั่ง , โซฟา 2 ที่นั่ง , เก้าอี้มีเท้าแขน , สตูลวางเท้า ส่วนใหญ่ทำจากโครงสร้างไม้บุฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียมและหนังแท้ มีสีแตกต่างกันไป เช่น สีขาว , ครีม , ดำ , น้ำตาลเข้มและสีน้ำเงิน เป็นต้น มีขนาดที่เหมาะสมกับร่างกายของผู้สูงอายุ มีทั้งแบบที่เป็นชั้นเดียวและแบบที่เป็น 1 ที่นั่ง วางเรียงต่อกันตามความต้องการของผู้ใช้งาน มีน้ำหนักมาก ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม

เครื่องเรือนประกอบอื่นๆ ได้แก่ โต๊ะกลางและโต๊ะข้าง มีอุปกรณ์ประกอบการใช้สอยประกอบด้วย เช่น หมอนหนุนหรือหมอนอิง , ผ้าคลุมโต๊ะ , กล่องใส่ทิชชู , เครื่องใช้ประกอบเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น รีโมทคอนโทรลและโทรศัพท์เคลื่อนที่ เป็นต้น และวางพัดลมในบริเวณใกล้เคียง

ชุดทำงาน ประกอบด้วย โต๊ะทำงานและเก้าอี้ โดยมีขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ( ความสูงของโต๊ะทำงาน = 0.75 เมตร และความสูงของเก้าอี้ = 0.45 เมตร ) แตกต่างกันไปที่รูปแบบ , วัสดุและสี รูปแบบของโต๊ะทำงานและเก้าอี้ ส่วนใหญ่ทำจากวัสดุ 2 ชนิด คือ ทำจากโครงสร้างไม้ มีสีธรรมชาติ และโต๊ะ knockdown มีสีแตกต่างกัน เช่น สีเทาและสีครีม เป็นต้น และมีตู้ , ชั้นหรือลิ้นชักที่โต๊ะทำงาน สำหรับวางและเก็บเอกสารสำคัญ สามารถปิดล็อกได้ และเก้าอี้ส่วนใหญ่ทำจากไม้ สีธรรมชาติและสีอ็อกเข้ม เบาะรองนั่งบุฟองยางหุ้มด้วยหนังเทียม และผ้า

อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยประกอบด้วย กล่องใส่ปากกาหรืออุปกรณ์เครื่องเขียนต่างๆ , กรอบรูปและหนังสือ เป็นต้น ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น โคมไฟตั้งโต๊ะ วางอยู่บนโต๊ะ โดยผู้สูงอายุจะเปิดใช้งานในขณะที่นั่งอ่านหนังสือหรือเขียนหนังสือ และโทรศัพท์เคลื่อนที่ เป็นต้น และวางพัดลมในบริเวณใกล้เคียง

พบปัญหาเกี่ยวกับตำแหน่งการจัดวางในมุมอับหรือได้รับแสงไม่เพียงพอ ต้องใช้โคมไฟตั้งโต๊ะช่วยเพิ่มแสงสว่างขณะใช้งาน และเก้าอี้ทำงานที่ทำจากพลาสติกหรือหวาย มีคุณสมบัติที่แข็ง ผู้สูงอายุต้องให้เบาะรองนั่งวางบนที่นั่ง เพื่อความสบายในการนั่งทำงานเป็นเวลานาน และ

เก้าอี้ที่ทำจากพลาสติก มีน้ำหนักเบาและบิดงอได้ง่ายเมื่อรับน้ำหนักมาก จึงไม่มีความมั่นคง แข็งแรงและไม่มีความปลอดภัยในการใช้งาน หรือการลุก / นั่งของผู้สูงอายุ ขณะผู้สูงอายุทำวอร์มอัพ เพื่อพุงตัวในการลุก / นั่งได้ และเก้าอี้ที่ทำจากโครงเหล็กมี 5 ล้อ ผู้สูงอายุมีความเห็นว่า นั่งทำงานสบาย แต่ไม่มีความปลอดภัยในการใช้งานหรือการลุก / นั่งเนื่องจาก มีล้อที่ขาเก้าอี้ ทำให้ลื่นและอาจเกิดการล้มได้ง่าย

ชุดสำหรับพักผ่อน ประกอบด้วย ตั้งหรือเตียงนอน , เก้าอี้นอน และเตียงสำหรับนอนคนเดียว ทำจากไม้สีธรรมชาติ โดยมีขนาดมาตรฐานทั่วไปและมีคุณสมบัติเป็นพื้นผิวแข็ง ทำให้ผู้สูงอายุต้องใช้เบาะรองนั่งหรืออุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ได้แก่ ผ้าปูนอน , ที่นอนขนาดเล็กสำหรับนอนคนเดียว , หมอนหนุนหรือหมอนอิง , ผ้าห่มและเครื่องใช้ประจำตัวของผู้สูงอายุ มีเครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น พัดลมและกระติกน้ำร้อน ในบริเวณใกล้เคียงอีกด้วย

เครื่องเรือนประกอบอื่นๆ เช่น โต๊ะข้างและชั้นวางของ สำหรับวางของใช้ส่วนตัวในชีวิตประจำวัน และมีบางรูปแบบที่มีขอบเหลี่ยมคมและมีมุมแหลม ทั้งนี้ทำให้เกิดการชนหรือกระแทกได้ ในขณะที่ผู้สูงอายุ ลุก / นั่ง หรือเดินผ่าน

ชุดสำหรับวาง และ เก็บของ ประกอบด้วย ชั้นวางโทรทัศน์ หรือเครื่องเสียงและชั้นวางของ โดยมีขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป แตกต่างกันที่รูปแบบ , วัสดุและสี รูปแบบของชั้นวางโทรทัศน์หรือเครื่องเสียง และชั้นวางของ ส่วนใหญ่ทำจากโครงสร้างไม้ กรูไม้อัด สีธรรมชาติ , สีโอ๊กและสีพ่น เป็นต้น มีทั้งแบบชั้นเตี้ย ( ความสูงประมาณ 0.70 – 0.90 เมตร ) และชั้นสูง ( ความสูงประมาณ 1.70 เมตร – ชนฝ้าเพดาน ) แบบยึดติดกับพื้นที่ และเป็นชั้นลอยตัวประกอบด้วยลิ้นชัก , บานตู้ ทำจากไม้และกระจก และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ จัดวางตามความต้องการของผู้ใช้งาน และขนาดของพื้นที่

ผลสรุปปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการเลือกเครื่องเรือน และอุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม มีดังนี้

(1) จำนวนของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ที่เพียงพอกับจำนวนสมาชิกในครอบครัว และความต้องการในการใช้งานในชีวิตประจำวัน เช่น ชั้นวางของต่างๆ , หมอนอิง , เบาะรองนั่ง , ชุดรับแขกและพัดลม เป็นต้น

(2) การจัดวางเครื่องเรือนที่เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และเป็นเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวัน ได้แก่ ชุดรับแขก หรือชุดสำหรับพักผ่อน จัดวางแบบตัวแอล หรือ แบบแถวเดียว โดยวางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่ง ประธานของชุดรับแขก หันหน้าไปด้านที่มีตู้หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ และตำแหน่งที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ทั่ว และมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก ตำแหน่งของโต๊ะทำงานอยู่ในบริเวณที่มีแสงสว่างเพียงพอ ไม่จัดวางในมุมอับ

(3) ขนาดของเครื่องเรือน มีขนาดมาตรฐานทั่วไป เช่น โซฟา ควรมีขนาด / 1 ที่นั่ง = 0.55 X 0.55 เมตร , โต๊ะทำงาน สูง = 0.75 เมตร และ เก้าอี้ สูง 0.45 เมตร , ชั้นวางของแบบเตี้ย สูงประมาณ 0.70 – 0.90 เมตร และชั้นแบบสูง สูงประมาณ 1.70 เมตร – ชนผ้าเปดาน

(4) รูปแบบและวัสดุของเครื่องเรือน มีความมั่นคงแข็งแรงและมีความปลอดภัยในการใช้งานหรือการลุก / นั่งของผู้สูงอายุ ขณะผู้สูงอายุทำวเนนเพื่อพุงตัวในการลุก / นั่งได้ เช่น โซฟา 3 ที่นั่ง , โซฟา 2 ที่นั่ง , เก้าอี้มีทำวเนน , สตุลวางเท้า ฟูพองยง หุ้มด้วยหนังเทียม , หนังแท้หรือผ้า มีน้ำหนักมาก ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม , โต๊ะทำงานที่มีตู้ , ชั้นหรือลิ้นชักสำหรับวาง และเก็บเอกสารสำคัญ สามารถปิดล็อกได้ , เก้าอี้ ที่มีเบาะรองนั่งฟูพองยงหุ้มด้วยหนังเทียม และผ้า เพื่อความสบายในการนั่งเป็นเวลานาน

(5) สีของเครื่องเรือน เป็นสีโทนอ่อน เช่น โทนสีขาวหรือครีม เป็นต้น และคำนึงถึงความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

### 6.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ กับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

จากวัตถุประสงค์ของการศึกษาข้อ 3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ กับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพฯ ผลสรุปการศึกษามีดังนี้

1. ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับข้อโดยเฉพาข้อเข้า การทรงตัวและด้านการลุก / นั่ง หรือการก้มและเงย ซึ่งเป็นปัจจัยร่วมของการหกล้มที่เกิดขึ้นมากในผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

- (1) ปัจจัยเกี่ยวกับตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น ต้องเข้าออกได้สะดวก ง่ายต่อการเข้าถึง
- (2) ปัจจัยเกี่ยวกับวัสดุปูพื้นต้องมีความคงทน ไม่ลื่นและความปลอดภัยในการใช้งาน
- (3) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบของประตู , หน้าต่างและช่องแสงเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ต้องใช้งานได้สะดวก เปิด – ปิดง่าย ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวาง และเข้า – ออกสะดวก ใช้สีที่มีความแตกต่างกับผนัง สามารถมองเห็นได้ง่าย
- (4) ปัจจัยเกี่ยวกับแสงสว่าง ต้องได้รับแสงจากภายนอก ( แสงธรรมชาติในเวลากลางวัน ) และแสงสว่างภายในพื้นที่ ( แสงประดิษฐ์ ) และ บริเวณเส้นทางสัญจรภายใน ใช้ดวงไฟที่มีโคมบังหลอดไฟ หรือซ่อนไฟในเพดาน เพื่อลดความเข้มของแสงไฟ
- (5) ปัจจัยเกี่ยวกับการจัดวางเครื่องเรือน สามารถใช้งานสะดวกสบาย ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด – ปิด ประตูหรือหน้าต่าง และการเข้า – ออกประตู เป็นต้น รวมถึงไม่จัดวาง

เครื่องเรือนปิดหรือกั้นในบริเวณที่สามารถรับแสงธรรมชาติได้ และดูแลรักษาอย่าง มีความแข็งแรงทนทาน

(6) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบและวัสดุของเครื่องเรือน มีการบุฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียม , หนังแท้หรือผ้า เพื่อความสบายในการนั่งเป็นเวลานาน ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม ต้องมีความมั่นคงแข็งแรง และมีความปลอดภัยในการใช้งาน หรือการลุก / นั่งของผู้สูงอายุ ขณะผู้สูงอายุทำวอร์ชันเพื่อพุงตัวในการลุก / นั่งได้ มีน้ำหนักไม่มากและน้อยจนเกินไป เพื่อผู้สูงอายุสามารถเคลื่อนย้ายได้ในกรณีที่ต้องทำความสะอาดที่อยู่อาศัยด้วยตนเอง

2. ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับสายตา ได้แก่ ต้อ , ตาพร่าและต้อลมม้วน มีผลทำให้ผู้สูงอายุต้องการแสงสว่างมากขึ้น ความสามารถมองวัตถุในที่มืดจะดีกว่าในที่แจ้ง การรับรู้สีลดลงโดยเริ่มจากสีฟ้า สีน้ำเงิน และสีเขียว ตามลำดับ การมองเห็นในระยะใกล้ไม่ชัด ความไวต่อแสงของจอตาลดลง การปรับตาต่อความมืดและสว่างลดลง ไม่สามารถทนต่อแสงที่มีความเข้มสูงได้ ทำให้เกิดอุบัติเหตุและการหกล้มได้ง่ายขึ้น มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

(1) ปัจจัยเกี่ยวกับวัสดุปูพื้น , ผ้าม่านและผ้าเพดาน มีสีอ่อนที่ดูสว่าง สดใสและสะอาดตา

(2) ปัจจัยเกี่ยวกับสีภายในพื้นที่นั่งเล่น ควรเป็นสีโทนอ่อน มีแสงสว่างจากภายนอก ( แสงธรรมชาติในเวลากลางวัน ) และแสงสว่างภายในพื้นที่ ( แสงประดิษฐ์ ) เพียงพอทั้งภายในพื้นที่นั่งเล่น และบริเวณเส้นทางสัญจรภายใน ใช้ดวงไฟที่มีโคมบังหลอดไฟ หรือซ่อนไฟในเพดาน เพื่อลดความเข้มของแสงไฟ

(3) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบของประตู , หน้าต่าง และช่องแสงเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ต้องอยู่ในตำแหน่งที่ได้รับแสงธรรมชาติจากภายนอก ใช้สีที่มีความแตกต่างกับผนัง สามารถมองเห็นได้ง่าย

(4) ปัจจัยเกี่ยวกับการจัดวางเครื่องเรือน ไม่ควรจัดวางเครื่องเรือนปิดหรือกั้นในบริเวณที่สามารถรับแสงธรรมชาติได้ มีสีสะอาดตา ไม่ฉูดฉาด

3. ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับโรคผิวหนัง ทำให้เกิดอาการชาตามร่างกาย โดยเฉพาะทำเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้หกล้ม และไม่สามารถทนอากาศร้อนหรือหนาวได้ มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

(1) ปัจจัยเกี่ยวกับตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น ควรเข้าออกได้สะดวก ง่ายต่อการเข้าถึง

(2) ปัจจัยเกี่ยวกับวัสดุปูพื้น ต้องมีผิวเรียบ ไม่ลื่น

(3) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบของประตู , หน้าต่างและช่องแสงเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ต้องอยู่ในตำแหน่งที่สามารถรับลมธรรมชาติจากภายนอกได้ เพื่อการถ่ายเทอากาศและการระบายอากาศดี

เนื่องจากผู้สูงอายุพึงพอใจต่อการถ่ายเทอากาศตามธรรมชาติและความเย็นจากลมธรรมชาติและจากพัดลม มากกว่าความเย็นจากเครื่องปรับอากาศ รวมถึงการควบคุมอุณหภูมิภายในที่อยู่อาศัยที่ไม่ร้อนหรือเย็นจนเกินไป

(4) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบและวัสดุของเครื่องเรือน บุฟองยาง หุ้มด้วยหนังเทียม , หนังแท้หรือผ้า เพื่อความสบายในการนั่งเป็นเวลานาน ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม ต้องมีความมั่นคงแข็งแรง และมีความปลอดภัยในการใช้งานหรือการลุก / นั่งของผู้สูงอายุ ขณะผู้สูงอายุทำวอร์เซน เพื่อพยุงตัวในการลุก / นั่งได้ มีน้ำหนักไม่มากและน้อยจนเกินไป เพื่อผู้สูงอายุสามารถเคลื่อนย้ายได้ในกรณีที่ต้องทำความสะอาดที่อยู่อาศัยด้วยตนเอง

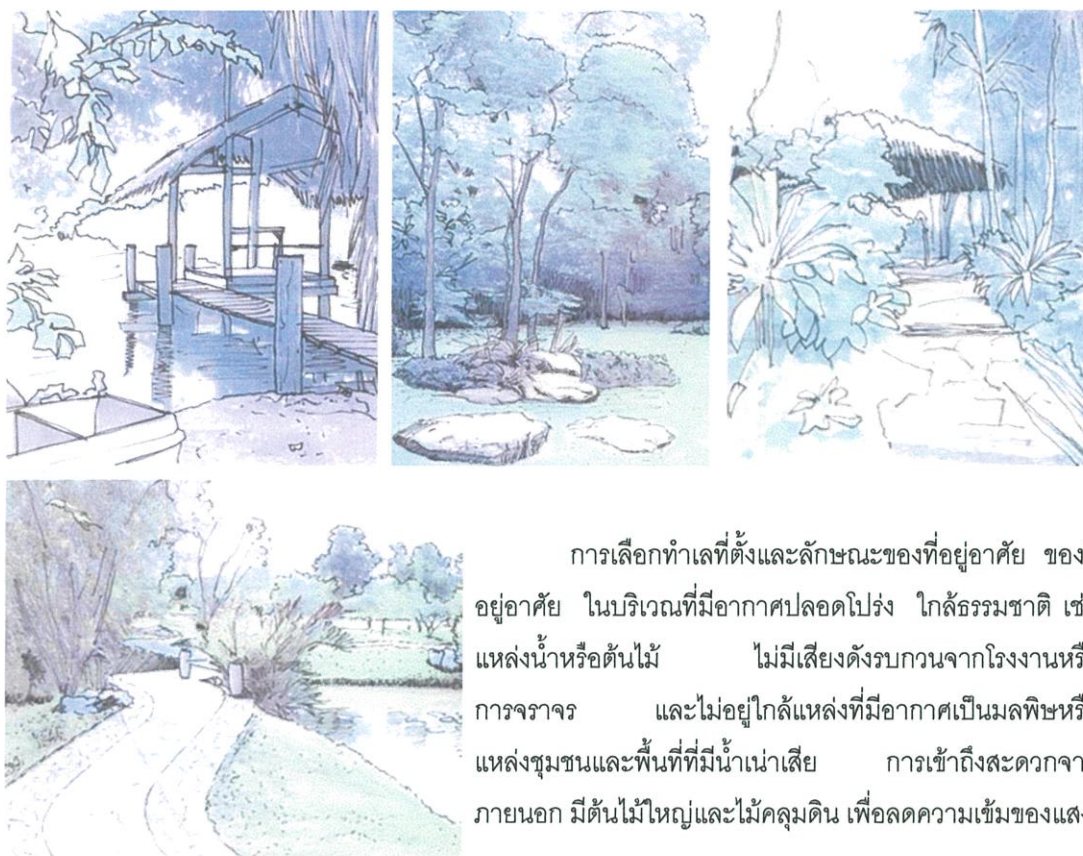
4. ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับระบบขับถ่าย ทำให้ปัสสาวะบ่อยในเวลา กลางคืนและกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ การขับถ่ายบ่อยขึ้น มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย คือ ปัจจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับห้องน้ำ ต้องอยู่ในบริเวณติดกันหรือใกล้เคียงกัน และสะดวกในการเข้าถึง

## 6.4 เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

การศึกษานี้เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ปัจจัยคือ ปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย เพื่อเสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ มุ่งเน้นการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่มีลักษณะเป็นบ้านเดี่ยวที่มีการต่อเติม สำหรับผู้ที่มีอายุเฉลี่ย 60 ปี ขึ้นไป มีสุขภาพแข็งแรงสามารถดูแลตนเองและประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันได้ มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตกรุงเทพฯ นับถือศาสนาพุทธ มีความสูงเฉลี่ย 158.50 เซนติเมตร และมีน้ำหนักเฉลี่ย 63.00 กิโลกรัม สถานภาพแต่งงานแล้ว เป็นฝ่ายและเป็นโสด มีระดับการศึกษาตั้งแต่ประถมศึกษา ถึงระดับปริญญาโท ในอดีตประกอบอาชีพรับราชการ มีรายได้ต่อเดือน 1 – 10,000 บาท และปัจจุบันไม่ได้ประกอบอาชีพ โดยมีแหล่งที่มาของรายได้ในปัจจุบันจากบุตรหลานและเงินบำนาญ มีแบบแผนครอบครัวทั้งในอดีตและปัจจุบัน เป็นครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวขยาย มีบุตรเฉลี่ย 3 คน โดยอาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัว บุตรหลานและอยู่คนเดียว บทบาทและหน้าที่ของผู้สูงอายุเป็นหัวหน้าครอบครัวและอบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน ระยะเวลาในการอาศัยอยู่ภายในที่อยู่อาศัยปัจจุบันนี้เฉลี่ย 16 ปี และต้องการเตรียมความพร้อม เพื่อให้ชีวิตบั้นปลายได้อยู่อย่างมีความสุข มีความสะดวกสบายและมีความปลอดภัยในการดำรงชีวิต เหมาะสมกับความต้องการด้านร่างกาย ในสภาพแวดล้อมที่ดีภายในที่อยู่อาศัยของตนเอง ดังต่อไปนี้

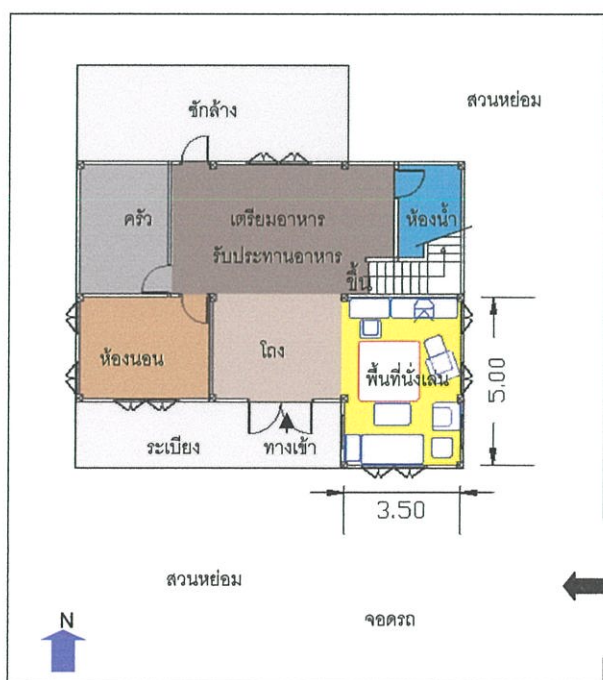
(1) ทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ต้องอยู่ในบริเวณที่มีอากาศปลอดโปร่ง ใกล้เคียงธรรมชาติ เช่น แหล่งน้ำหรือต้นไม้ ไม่มีเสียงดังรบกวนจากโรงงานหรือการจราจร และไม่อยู่ใกล้แหล่งที่มีอากาศเป็นมลพิษ , แหล่งชุมชนและพื้นที่ที่มีน้ำเน่าเสีย ( ดูภาพที่ 6.9 : 210 )

(2) ลักษณะของที่อยู่อาศัย ต้องเข้าถึงได้สะดวกจากภายนอก และเส้นทางสัญจรภายในมีลักษณะเป็นแนวราบ มีต้นไม้ใหญ่และไม้คลุมดิน เพื่อลดความเข้มของแสง มีพื้นที่เปิดโล่งภายในต่อเนื่องกันในแต่ละส่วน มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ มีพื้นที่ตามความต้องการและสอดคล้องกับจำนวนผู้สูงอายุ มีความปลอดภัยในการอยู่อาศัย ( ดูภาพที่ 6.9 - 6.10 : 210 )



การเลือกทำเลที่ตั้งและลักษณะของที่อยู่อาศัย ของที่อยู่อาศัย ในบริเวณที่มีอากาศปลอดโปร่ง โกลัศจรรย์ชาติ เช่น แหล่งน้ำหรือต้นไม้ ไม่มีเสียงดังรบกวนจากโรงงานหรือการจราจร และไม่อยู่ใกล้แหล่งที่มีอากาศเป็นมลพิษหรือแหล่งชุมชนและพื้นที่ที่มีน้ำเน่าเสีย การเข้าถึงสะดวกจากภายนอก มีต้นไม้ใหญ่และไม้คลุมดิน เพื่อลดความเข้มของแสง

ภาพที่ 6.9 ตัวอย่าง ทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร



- การจัดวางพื้นที่เปิดโล่งภายในต่อเนื่องกันในแต่ละส่วน มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ มีพื้นที่ตามความต้องการ และสอดคล้องกับจำนวนผู้อยู่อาศัย
- วางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น จัดให้อยู่ใกล้กับพื้นที่รับประทานอาหาร , บันไดทางขึ้น-ลง , พื้นที่รับแขก การจัดวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น ที่สามารถมองเห็นพื้นที่ภายใน และบริเวณรั้วบ้านได้สะดวก

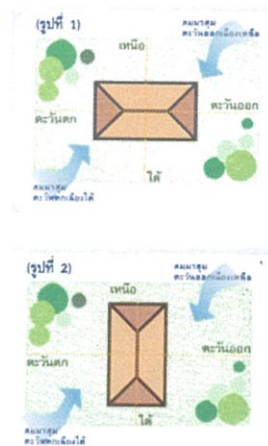
ภาพที่ 6.10 ตัวอย่าง ลักษณะของที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

(3) พื้นที่ใช้สอยของที่อยู่อาศัย ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

- พื้นที่ภายนอก ได้แก่ ที่จอดรถ , สวนหย่อม , พื้นที่นั่งเล่น เดินเล่นหรือออกกำลังกาย

- พื้นที่ภายใน ได้แก่ พื้นที่รับแขก , พื้นที่นั่งเล่น , พื้นที่รับประทานอาหาร , พื้นที่ทำงาน , ห้องครัว , ห้องน้ำ , ห้องนอนและห้องเก็บของ สำหรับพื้นที่อื่นๆขึ้นอยู่กับความต้องการพิเศษของผู้อยู่อาศัย

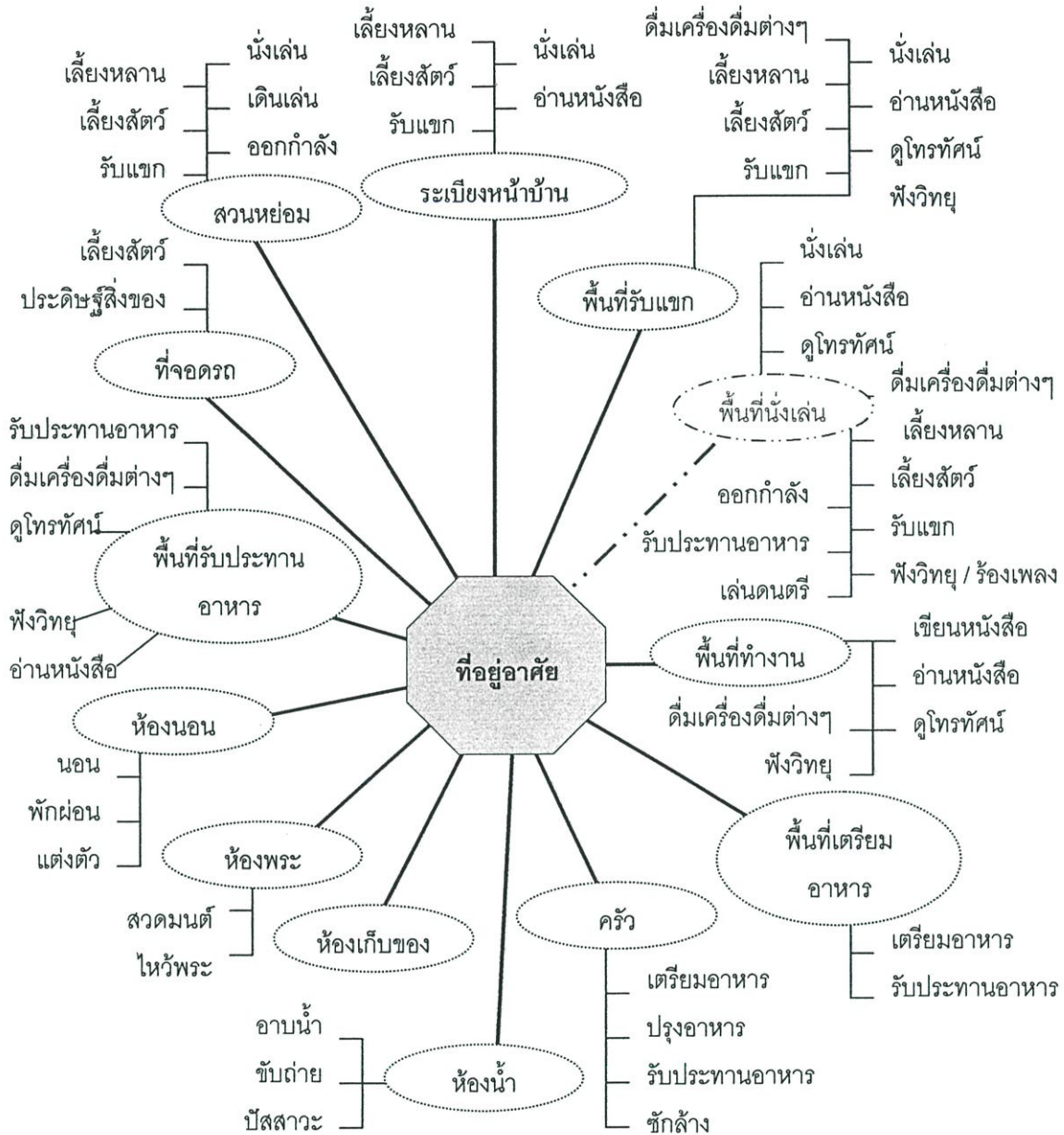
การออกแบบพื้นที่ ต้องมีความเป็นสัดส่วน สามารถรับแสงสว่างจากธรรมชาติ มีแสงไฟฟ้าในบริเวณทางเดิน การวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น จัดให้อยู่ใกล้กับพื้นที่รับประทานอาหาร , บันไดทางขึ้น – ลง , พื้นที่รับแขก และพื้นที่ทำงาน(ถ้ามี) และอยู่ใกล้ห้องน้ำ เนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาภาวะการฉี่กลั้นปัสสาวะไม่ได้ ( ดูภาพที่ 6.10 : 210 และภาพที่ 6.11 : 211 )



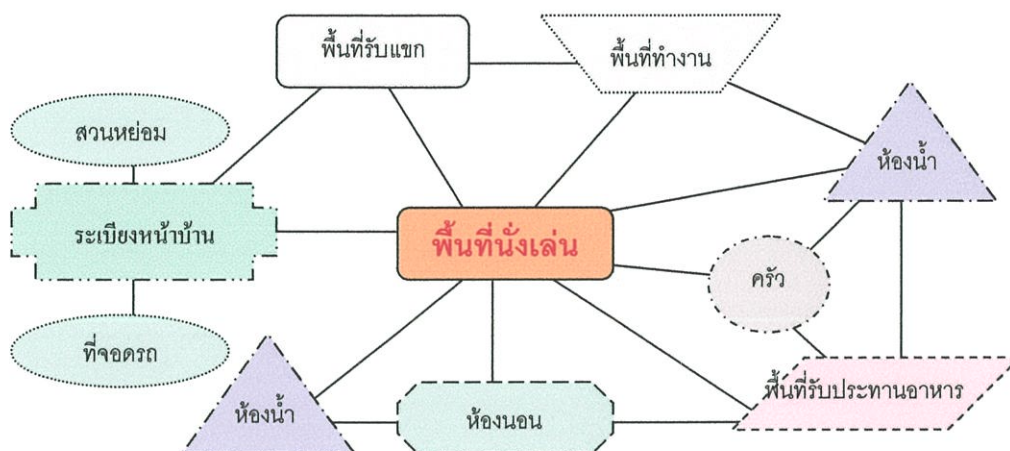
การจัดเครื่องเรือนให้มีความเป็นสัดส่วน ไม่มีสิ่งกีดขวางทางสัญจร ได้รับลมและแสงสว่างจากธรรมชาติ

ภาพที่ 6.11 ตัวอย่าง การออกแบบพื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขต กรุงเทพมหานคร

(4) ความสัมพันธ์ของพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัยกับหน้าที่ใช้สอย จัดตามความต้องการในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ โดยเน้นที่การนั่งเล่น / นอนเล่น , ดูโทรทัศน์และฟังวิทยุ / ฟังเพลง ( ดูภาพที่ 6.12 : 212 และ ภาพที่ 6.13 : 213 )

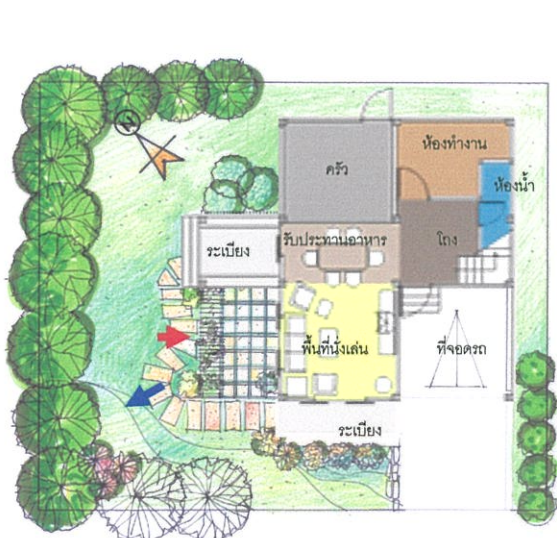


ภาพที่ 6.12 ความสัมพันธ์ของพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัย กับหน้าที่ใช้สอย ตามความต้องการของผู้สูงอายุ ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร



ภาพที่ 6.13 ความสัมพันธ์ของพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัย (ชั้นล่าง) ในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

(5) ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นอยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ , ทิศตะวันออกเฉียงใต้ , ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ในกรณีนี้ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านทิศตะวันตกและไม่สามารถปรับเปลี่ยนตำแหน่งพื้นที่ได้ สามารถป้องกันแสงแดดและความร้อนได้โดยการปลูกต้นไม้ใหญ่บริเวณด้านทิศตะวันตก การปลูกไม้คลุมดินหรือการสร้างโครงระแนงไม้เพื่อปลูกไม้เลื้อย ช่วยลดความเข้มของแสง รวมถึงการติดตั้งผ้าม่านบริเวณหน้าต่าง ( ดูภาพที่ 6.14 : 213 )



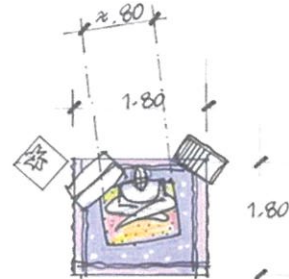
- การสร้างโครงระแนงไม้เพื่อปลูกไม้เลื้อย สามารถกรองแสงแดดและรับลมธรรมชาติได้
  - การปลูกต้นไม้ใหญ่ เพื่อช่วยกรองแสงแดดด้านทิศตะวันตกและสามารถเป็นแนวกันเสียงและฝุ่นได้
- นอกจากการแก้ปัญหาเกี่ยวกับแสงแดด ยังสามารถสร้างบรรยากาศที่สวยงาม เป็นธรรมชาติและสามารถใช้เป็นที่พักผ่อนได้อีกด้วย

ภาพที่ 6.14 ตัวอย่าง การป้องกันแสงแดดและความร้อนภายในพื้นที่นั่งเล่น ด้านทิศตะวันตก

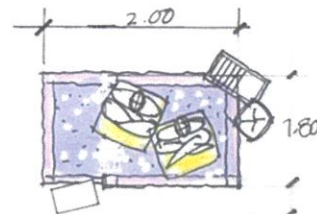
(6) กิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ได้แก่ อ่านหนังสือ , ดูโทรทัศน์ , นั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุ , เล่นดนตรี , ประดิษฐ์สิ่งของ และ สังสรรค์กับเพื่อน

(7) ลักษณะพฤติกรรมและขนาดพื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น มี 4 ลักษณะ คือ การนั่งหรือนอนบนพื้น , บนตั่ง หรือ เตี้ยง , บริเวณชุดรับแขก และการนั่งบริเวณส่วนอื่นๆ ( ดูภาพที่ 6.15 : 214 - 217 )

### 1. การนั่งหรือนอนบนพื้น



ประมาณ 3.00 - 3.50 ตารางเมตร

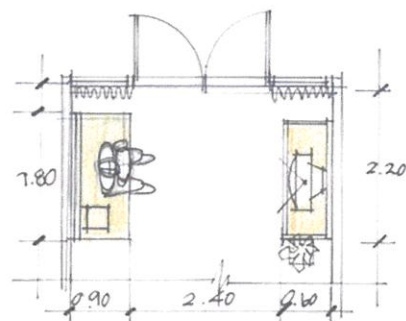


ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร

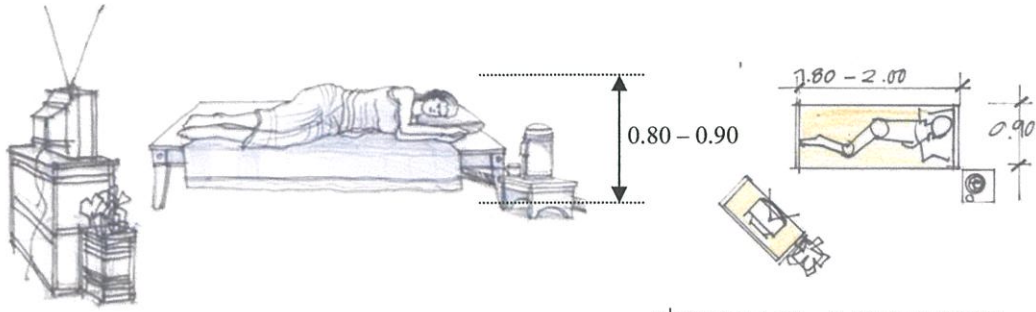


ประมาณ 2.30 - 2.80 ตารางเมตร

### 2. การนั่ง หรือนอนบนตั่ง หรือเตี้ยง

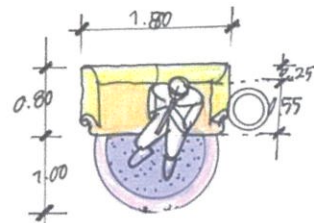
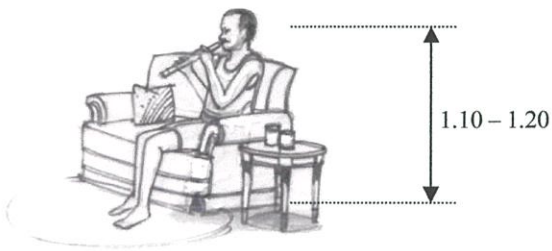


ประมาณ 9.00 - 9.50 ตารางเมตร

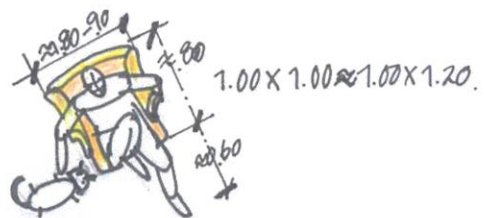
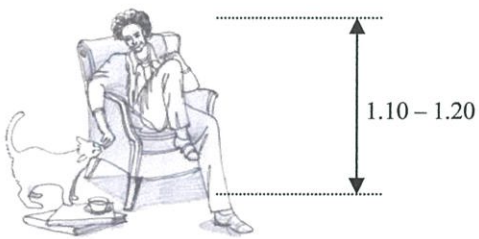


ประมาณ 1.70 - 2.20 ตารางเมตร

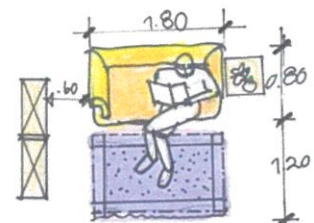
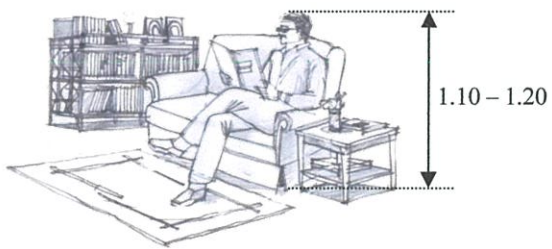
3. การนั่ง หรือนอนบริเวณชุดรับแขก



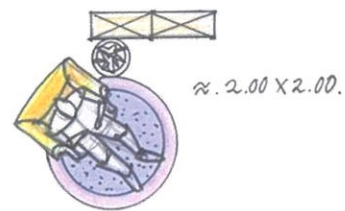
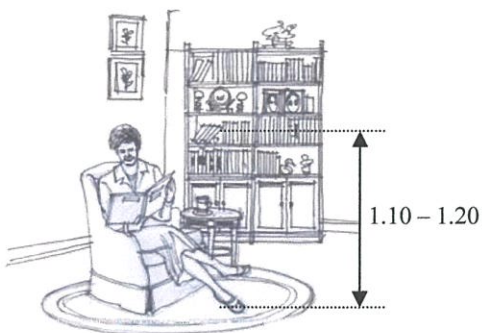
ประมาณ 3.00 - 3.50 ตารางเมตร



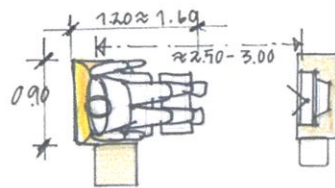
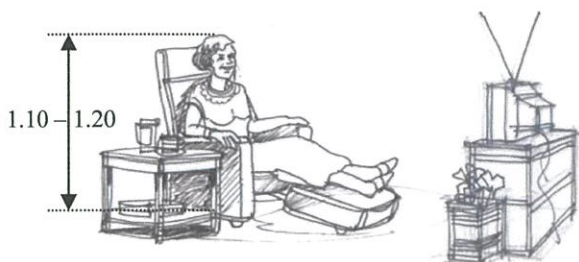
ประมาณ 1.20 - 1.70 ตารางเมตร



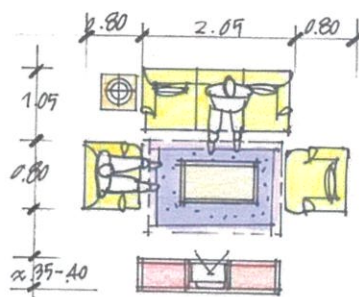
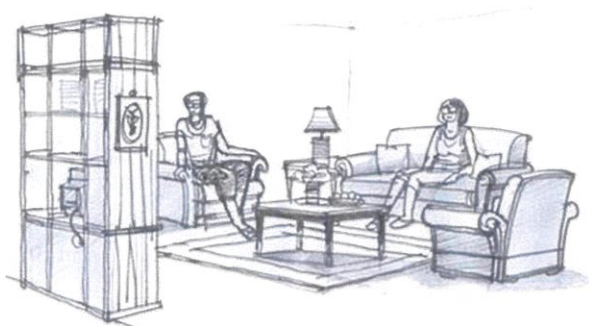
ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร



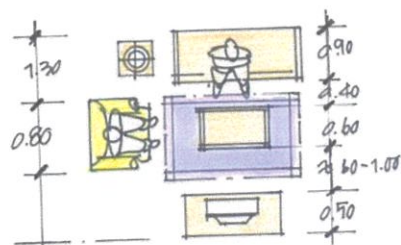
ประมาณ 3.50 - 4.00 ตารางเมตร



ประมาณ 2.50 - 3.00 ตารางเมตร

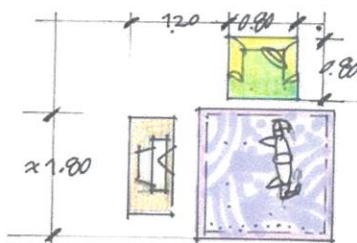
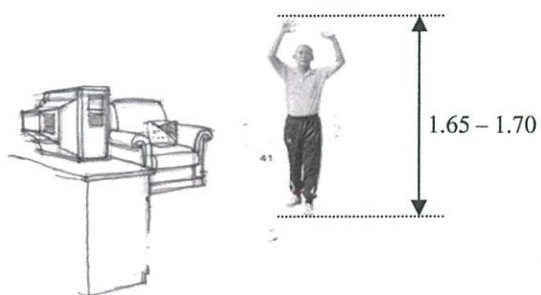


ประมาณ 9.50 - 10.00 ตารางเมตร

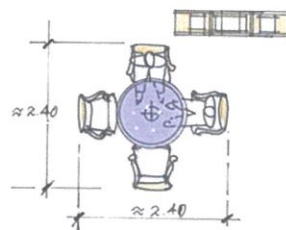
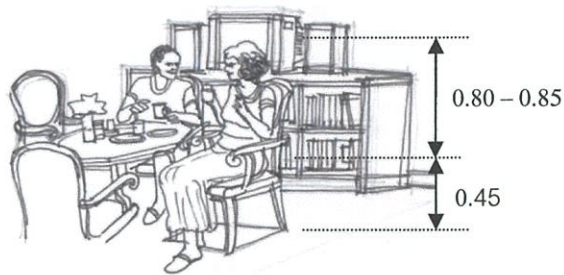


ประมาณ 8.50 - 9.00 ตารางเมตร

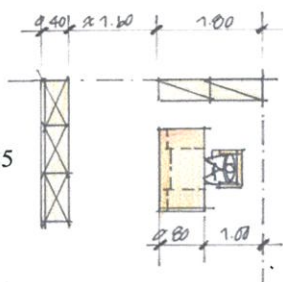
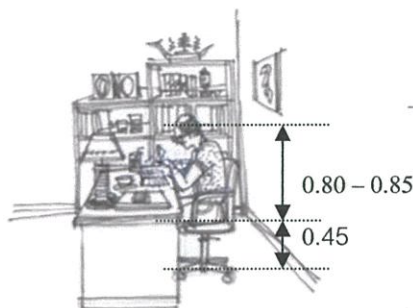
4. การนั่ง บริเวณส่วนอื่นๆ



ประมาณ 5.00 - 5.50 ตารางเมตร



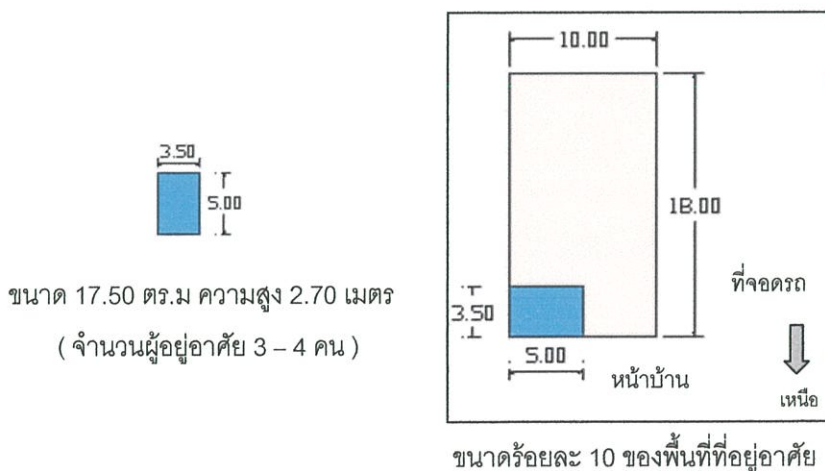
ประมาณ 5.50 – 6.00 ตารางเมตร



ประมาณ 5.00 – 5.50 ตารางเมตร

ภาพที่ 6.15 ลักษณะพฤติกรรมต่างๆ และขนาดพื้นที่ในการประกอบกิจกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุ

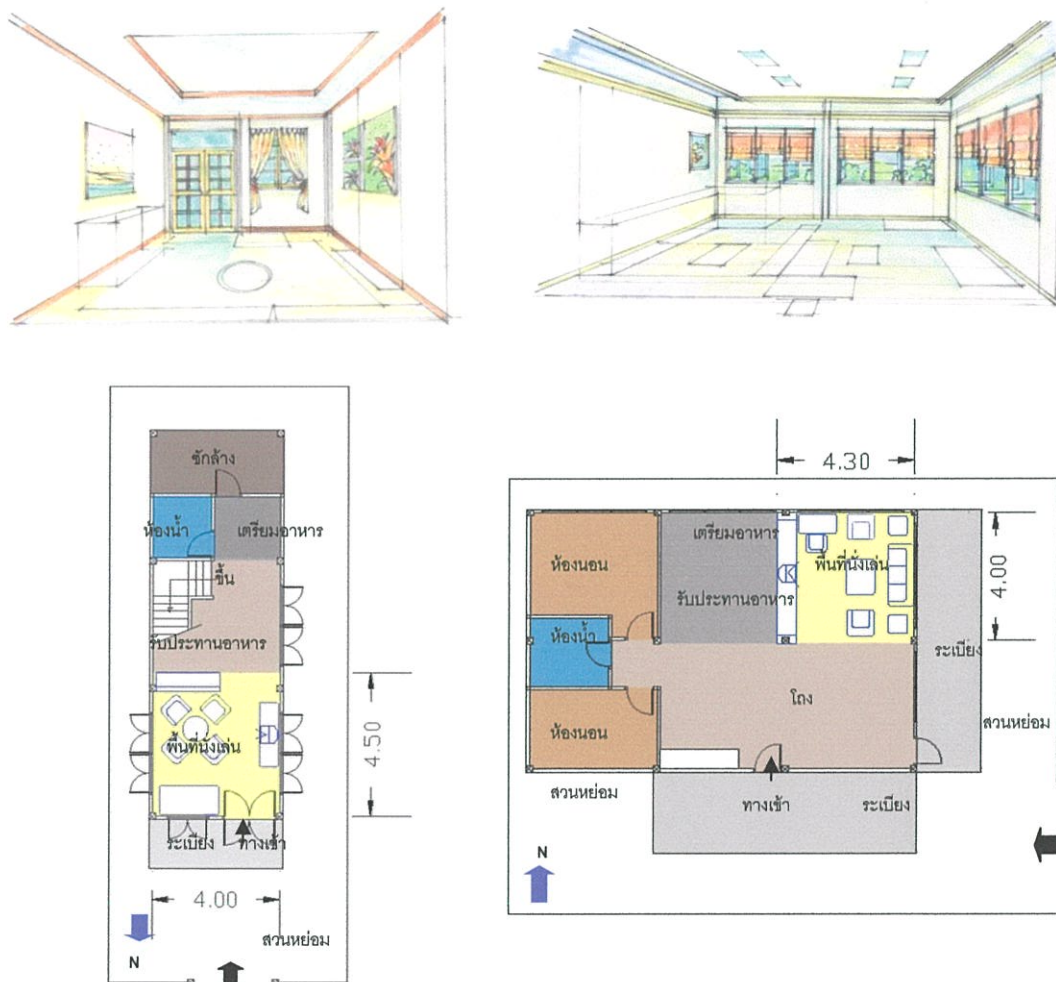
(8) ขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย มีขนาดร้อยละ 10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย หรือขนาดประมาณ 17.50 ตารางเมตร ( จำนวนผู้อยู่อาศัย 3 – 4 คน ) ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร (ดูภาพที่ 6.16 : 217 )



ภาพที่ 6.16 ตัวอย่าง ขนาดพื้นที่นั่งเล่น และการจัดวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

(9) ประตู, หน้าต่างและแสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น มีลักษณะดังต่อไปนี้

- ตำแหน่งของประตู เป็นพื้นที่โล่ง ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด - ปิด ประตูในการเข้าหรือออก สามารถมองเห็นได้ง่าย สามารถรับแสงและลมธรรมชาติจากภายนอกได้ดี สะดวกในการใช้งาน และไม่ควรมีธรณีประตู ถ้ามีควรใช้สีที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน ( ดูภาพที่ 6.17 : 218 )



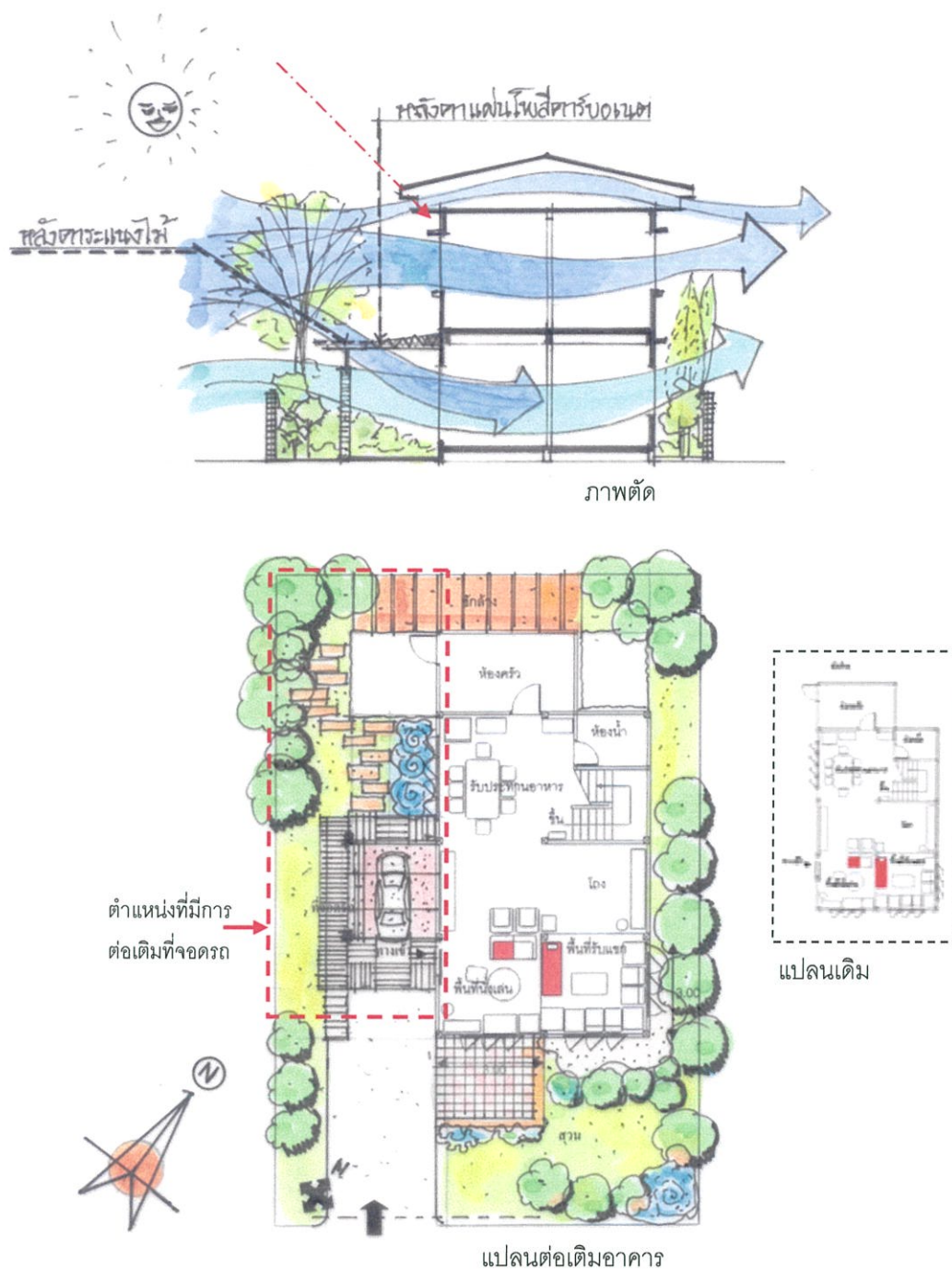
ตำแหน่งของประตูและ หน้าต่างเป็นพื้นที่โล่ง ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด - ปิด ประตู ในการเข้า หรือ ออก สามารถมองเห็นได้ง่าย สามารถรับแสง และ ลมธรรมชาติจากภายนอกได้ดี มีความสะดวกในการใช้งาน และการเลือกประเภทของผ้าม่าน ต้องคำนึงถึงเนื้อผ้าที่แสงสามารถส่องผ่านได้ไม่หนาทึบ

ภาพที่ 6.17 ตัวอย่าง การวางตำแหน่งประตู - หน้าต่างภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

- ตำแหน่งของหน้าต่าง ต้องอยู่ด้านทิศที่สามารถรับแสงธรรมชาติในเวลาเช้า ได้เต็มที่ เช่น ทิศตะวันออก เป็นต้น รวมถึงการเลือกประเภทของผ้าม่าน ต้องคำนึงถึงเนื้อผ้าที่ แสงสามารถส่องผ่านได้ ไม่นหนาทึบ (ดูภาพที่ 6.17 : 218 )

- สีของประตู และหน้าต่าง แยกจากพื้นที่ผนัง เพื่อสามารถมองเห็นได้ชัดเจน มีการดูแลและซ่อมแซม เมื่อเกิดการชำรุด เพื่อความสะดวกและความปลอดภัยในขณะที่ใช้งาน เลือกใช้วัสดุที่มีน้ำหนักเบา เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาด้านสุขภาพและกำลังที่เสื่อมถอย (ดูภาพที่ 6.17 : 218 )

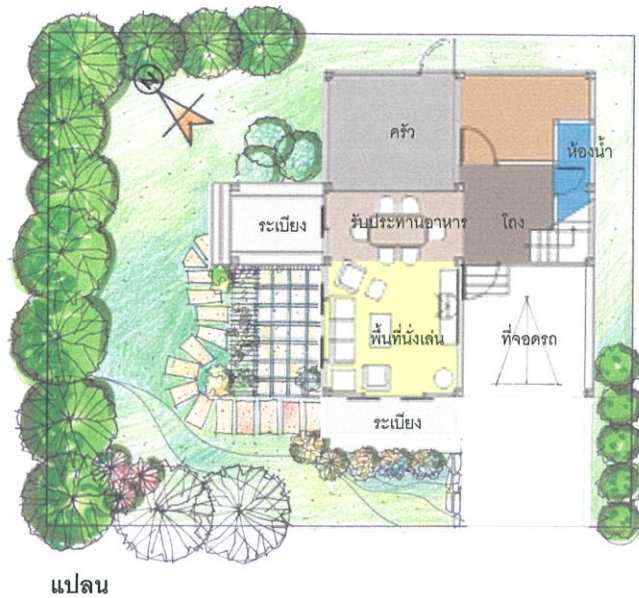
- การต่อเติมพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่น ต้อง คำนึงถึงรูปแบบของพื้นที่ , ขนาดพื้นที่ , การเลือกใช้วัสดุหลังคาที่โปร่งแสง รวมถึงการเว้น ระยะห่างระหว่างพื้นที่ เพื่อให้แสงสว่างจากภายนอก สามารถเข้าถึงภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ ( ดู ภาพที่ 6.18 : 220 )



ภาพที่ 6.18 ตัวอย่าง การต่อเติมพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ  
ในเขตกรุงเทพมหานคร

- จัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่นหรือพื้นที่ใกล้เคียง ต้องคำนึงถึงการใช้งานบริเวณประตูหรือหน้าต่าง ที่สะดวกและปลอดภัย ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด - ปิด

ประตูหรือหน้าต่าง และการเข้า – ออกประตู รวมถึงไม่จัดวางเครื่องเรือนปิดหรือกั้นในบริเวณที่สามารถรับแสงธรรมชาติได้ (ดูภาพที่ 6.19 : 221 )



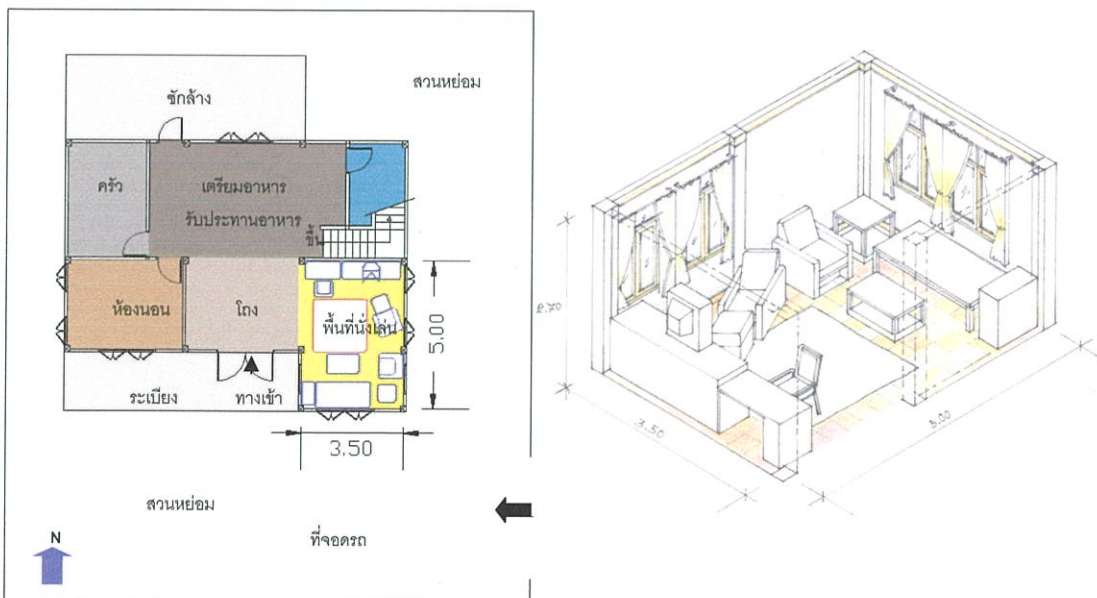
ภาพที่ 6.19 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น หรือ พื้นที่ใกล้เคียงภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

(10) วัสดุพื้น ผืนและเพดาน ต้องเลือกวัสดุที่ดูแลรักษาง่าย , ไม่ลื่น มีผิวเรียบ และสะท้อนแสงน้อย มีสีอ่อนที่ดูสว่าง สดใสและสะอาดตา , มีความคงทนหรือมีอายุการใช้งานที่ยาวนาน ให้ความรู้สึกที่เป็นธรรมชาติและมีความปลอดภัยในการใช้งาน รวมถึงลักษณะความชอบเฉพาะบุคคลของผู้สูงอายุ

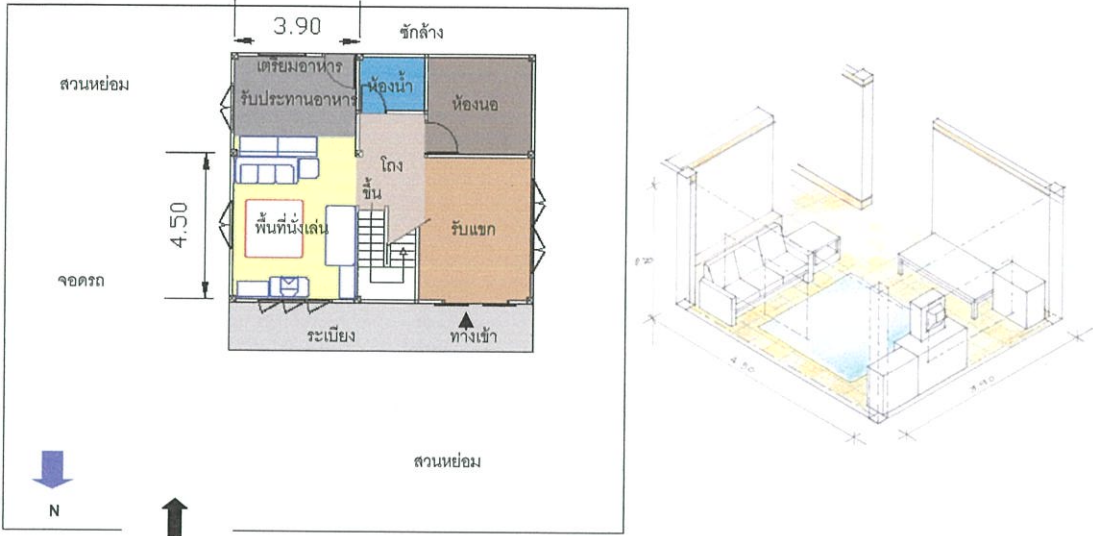
(11) เครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่น มี 3 ประเภท คือ เครื่องเรือน , อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยและเครื่องใช้ไฟฟ้า ดังนี้

- เครื่องเรือนที่มีความสำคัญ เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และเป็นเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวัน คือ ชุดรับแขก ประกอบด้วย โซฟา 2 – 3 ที่นั่ง , เก้าอี้มีเท้าแขน , โต๊ะกลาง , สตูลและโต๊ะข้าง ใช้ขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ( ขนาด / 1 ที่นั่ง = 0.55 X 0.55 เมตร ) เลือกใช้วัสดุที่เป็นไม้ ที่นั่งบุวมที่มีความอ่อนนุ่ม ใช้ได้ทั้งแบบที่เป็นชั้นเดียว และแบบที่เป็น 1 ที่นั่ง วางเรียงต่อกันตามความต้องการของผู้ใช้งาน ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม มีน้ำหนักไม่มากและน้อยจนเกินไปเพื่อผู้สูงอายุสามารถเคลื่อนย้ายได้ในกรณีที่ต้องทำความสะอาดที่อยู่อาศัยด้วยตนเอง

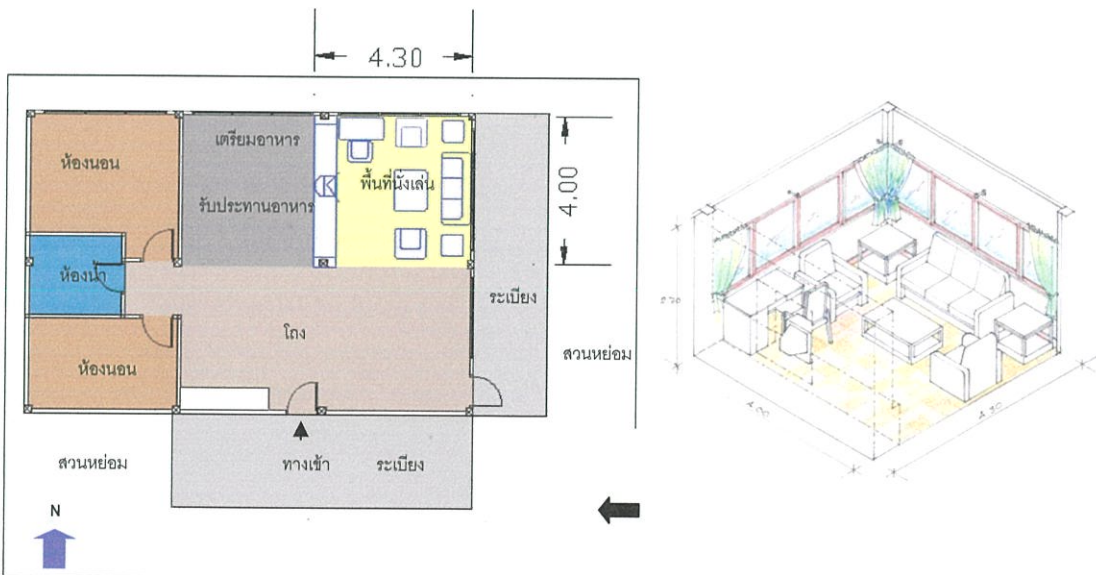
การจัดวางมี 3 แบบ คือ จัดวางแบบตัวแอล , จัดวางแบบแถวเดียว และจัดวางแบบตัวยู ขึ้นอยู่กับรูปแบบและขนาดของพื้นที่นั่งเล่น , ลักษณะกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในพื้นที่ , จำนวนสมาชิกภายในที่อยู่อาศัย รวมถึงขนาด , จำนวน และรูปแบบของชุดรับแขก โดยจัดวางชุดรับแขกชิดผนังด้านใดด้านหนึ่งของพื้นที่นั่งเล่นให้ประธานของชุดรับแขกหันหน้าไปด้านที่มีตู้ หรือชั้นวางโทรทัศน์ตั้งอยู่ และวางตำแหน่งเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ให้สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ทั่ว และมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก ( ดูภาพที่ 6.20 - 22 : 222 - 223 )



ภาพที่ 6.20 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนแบบตัวแอล ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร



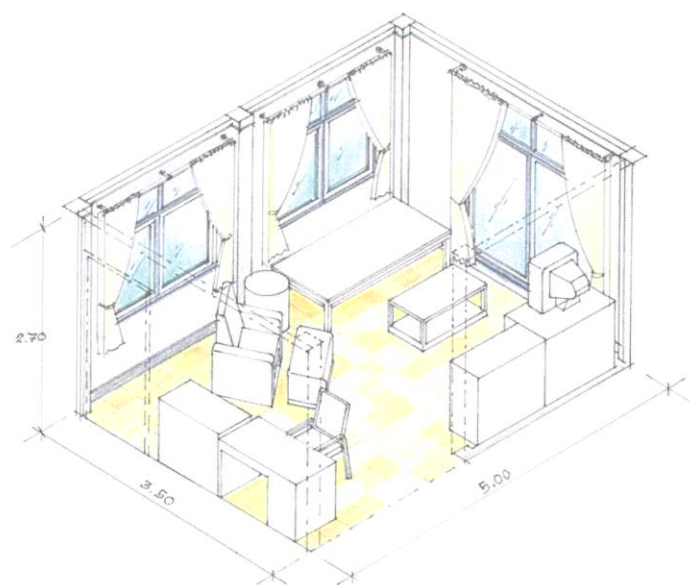
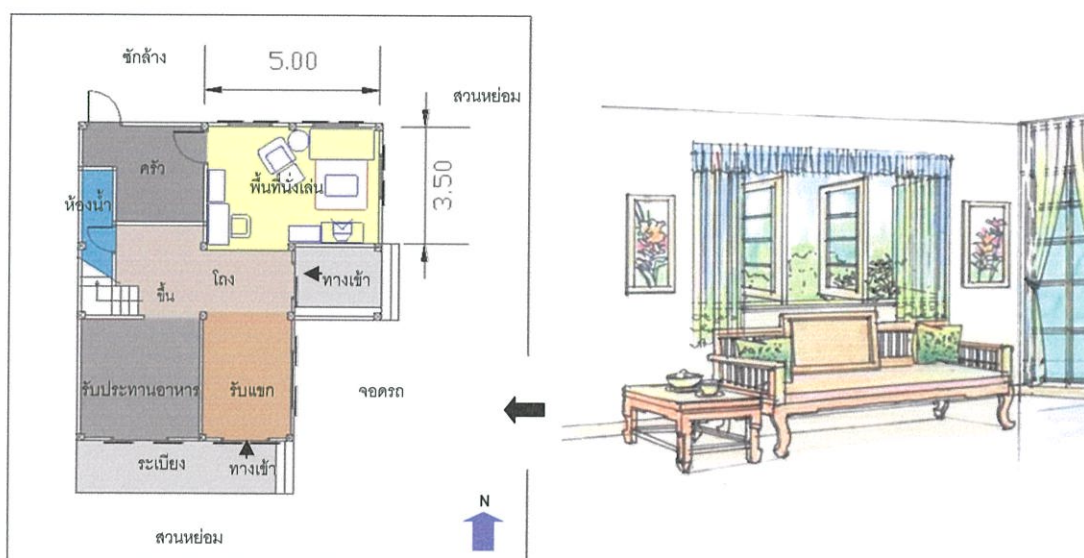
ภาพที่ 6.21 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนแบบแถวเดียว ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร



ภาพที่ 6.22 ตัวอย่าง การจัดวางเครื่องเรือนแบบตัวยู ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

- ชุดสำหรับพักผ่อน ประกอบด้วย ตั้งหรือเตียงนอน ขนาดสำหรับนอนคนเดียว และเก้าอี้นอน ( ดูภาพที่ 6.23 : 224 - 225 )

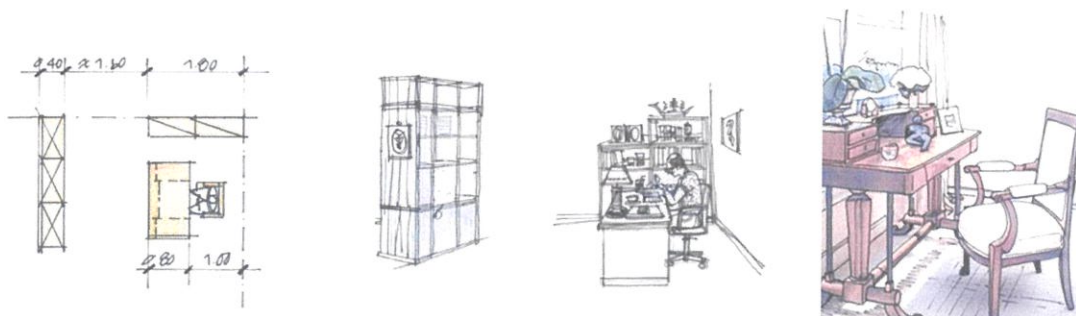
- เครื่องเรือนอื่นๆตามความต้องการของผู้สูงอายุ เช่น ชุดทำงาน ใช้ขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ( ความสูงของโต๊ะทำงาน = 0.75 เมตร และ ความสูงของเก้าอี้ = 0.45 เมตร ) มีตู้ , ชั้นหรือลิ้นชักที่โต๊ะทำงาน สำหรับวางและเก็บเอกสารสำคัญ สามารถปิดล็อกได้ และเก้าอี้มีเท้าแขน เลือกรวัสดุที่มีความแข็งแรง ไม่บิดงอได้ง่าย เมื่อรับน้ำหนักมาก ขณะผู้สูงอายุเท้าแขนเพื่อพยุงตัวในการลุก / นั่งได้ ที่นั่งบุฟองยางหุ้มด้วยหนังเทียม , หนังแท้หรือผ้า เพื่อความสบายในการนั่งทำงานเป็นเวลานาน จัดวางในตำแหน่งที่โปร่ง ได้รับแสงจากธรรมชาติ ( ดูภาพที่ 6.23 : 224 - 225 )



การจัดวางโดยใช้ตั้งแทนชุดรับแขกภายในพื้นที่นั่งเล่น



เก้าอี้นอน , เก้าอี้มีเท้าแขนและสตูลวางเท้า ที่มีรูปแบบเหมาะสมและปลอดภัย ในการพักผ่อนของผู้สูงอายุ



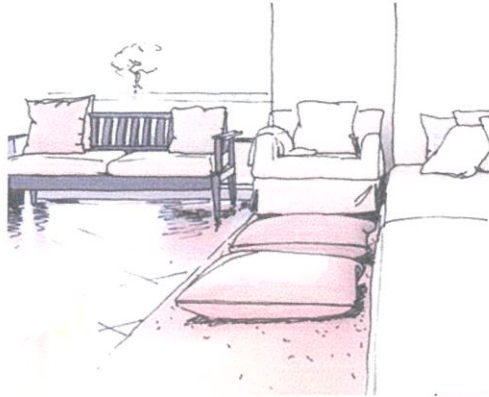
ภาพที่ 6.23 ตัวอย่าง การจัดวางชุดสำหรับพักผ่อนและชุดทำงานภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่ อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

- ชุดสำหรับวางและเก็บของ ประกอบด้วย ชั้นวางโทรทัศน์หรือเครื่องเสียง และชั้นวางของ ใช้ขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป ไปได้ทั้งแบบชั้นเตี้ย ( ความสูงประมาณ 0.70 – 0.90 เมตร ) และชั้นสูง ( ความสูงประมาณ 1.70 เมตร – ชนฝ้าเพดาน ) แบบยึดติดกับพื้นที่ และเป็นชั้นลอยตัว ประกอบด้วยลิ้นชัก , บานตู้และช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ การจัดวางชิดผนัง หรือตามความต้องการของผู้ใช้งาน และขนาดของพื้นที่ ( ดูภาพที่ 6.24 : 225 )



ภาพที่ 6.24 ตัวอย่าง ชุดสำหรับวางและเก็บของ ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย ที่ เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

- อุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ประกอบด้วย หมอนอิงหรือหมอนหนุน , เบาะรองนั่ง และพรมขึ้นปูพื้นเป็นวัสดุที่ไม่ลื่น และขอบไม่สูงเกินไป ( ภาพที่ 6.25 : 226 )



การใช้เบาะรองนั่งในการพักผ่อน มีความเหมาะสมกับลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ในบริบทของคนไทย ที่ชอบนั่งและนอนบนพื้น

ภาพที่ 6.25 ตัวอย่าง อุปกรณ์ประกอบการใช้สอยภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

- เครื่องใช้ไฟฟ้า ประกอบด้วย พัดลม , โทรทัศน์และเครื่องเสียง

การออกแบบเครื่องเรือน ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยในการใช้งานของผู้สูงอายุ ไม่ควรใช้วัสดุที่เป็นโลหะหรือสังกะสี จำนวนของเครื่องเรือนและอุปกรณ์ประกอบการใช้งาน จัดความต้องการในการใช้งานและจำนวนสมาชิกในครอบครัว

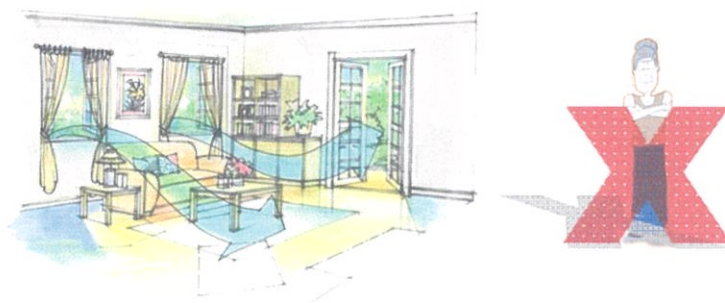
สีของเครื่องเรือนเป็นสีโทนอ่อน เช่น โทนสีขาวหรือครีม เป็นต้น และคำนึงถึงความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

(12) อุปกรณ์ประเภทสวิทช์ไฟต่างๆ วางในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน และสะดวกในการใช้งาน เช่น โถงบริเวณประตูหรือบันไดทางขึ้น - ลง เป็นต้น บันไดทางขึ้น - ลง มีราวบันได 1 ข้าง หรือทั้ง 2 ข้าง เพื่อช่วยในการพยุงตัว มีแสงสว่างเพียงพอ มีสวิทช์ไฟในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นได้ชัด สามารถเปิด - ปิดได้ทั้งชั้นบนและชั้นล่าง( ภาพที่ 6.26 : 227 )



ภาพที่ 6.26 ตัวอย่าง การวางตำแหน่งอุปกรณ์ประเภทสวิตช์ไฟต่างๆ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

(13) อุณหภูมิภายในพื้นที่นั่งเล่น ไม่ร้อนหรือเย็นจนเกินไป ภายในพื้นที่นั่งเล่นมีความโปร่ง อากาศถ่ายเทสะดวก ใช้พัดลมช่วยในการหมุนเวียนของอากาศภายใน และวางในตำแหน่งที่เหมาะสม เนื่องจากผู้สูงอายุพึงพอใจต่อการถ่ายเทอากาศตามธรรมชาติและความเป็นจากลมธรรมชาติและจากพัดลม มากกว่าความเย็นจากเครื่องปรับอากาศ ( ดูภาพที่ 6.27 : 227 )



ภาพที่ 6.27 ตัวอย่าง อุณหภูมิภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงคือ ความมั่นคงปลอดภัยในการใช้งาน และสามารถตอบสนองความต้องการทั้งทางกายภาพและทางสังคม รวมถึงความสวยงามและบรรยากาศด้วยการตกแต่งรูปภาพต่างๆด้วย และสามารถตอบสนองมูติฐานการวิจัยที่ว่า ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับลักษณะการดำรงชีวิตและลักษณะทางสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยอยู่ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความปลอดภัย , ความสะดวกสบายในการอยู่อาศัย และสามารถตอบสนองความต้องการด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม

## 6.5 เสนอแนะการศึกษาเพิ่มเติม

การวิจัยครั้งต่อไป ควรเพิ่มเติมในส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ให้มีจำนวนมากขึ้น ครอบคลุมผู้สูงอายุทุกสถานภาพและบทบาท รวมถึงมีช่วงอายุที่แตกต่างกัน เช่น 60 ปี , 65 ปี , 70 ปี , 75 ปี ขึ้นไป เพื่อข้อมูลที่มีความหลากหลาย และมีความน่าเชื่อถือมากขึ้น มีการเปรียบเทียบระหว่างแต่ละช่วงอายุ เพื่อใช้เป็นแนวทางการปรับเปลี่ยนกิจกรรมและพื้นที่การใช้งาน

การเพิ่มเติมในส่วนปัจจัยด้านสังคมและจิตใจของผู้สูงอายุ รวมถึงปัจจัยด้านบรรยากาศภายในสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน เพื่อความสมบูรณ์ครบถ้วนของการวางแผนฯในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ

การเพิ่มเติมความหลากหลายด้านคุณสมบัติของผู้สูงอายุ เช่น ระดับการศึกษา , การประกอบอาชีพ , ระดับรายได้ รวมถึงสถานภาพทางสังคมและภายในครอบครัว เพื่อความสมบูรณ์ครบถ้วนของการวางแผนฯในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ

การเพิ่มเติมด้านประเภทของที่อยู่อาศัยให้ครบทุกประเภท ซึ่งนอกจากบ้านเดี่ยวแล้วยังมีที่อยู่อาศัยประเภท อาคารพาณิชย์ , ทาวน์เฮ้าส์ (ตึกแถว) และอาคารชุด (คอนโดมิเนียม) เพื่อการเปรียบเทียบ และการสรุปผลที่มีความสมบูรณ์ครบถ้วน

การเพิ่มเติมรายละเอียดโดยเน้นด้านพื้นที่ , แสงสว่าง(แสงธรรมชาติและแสงประดิษฐ์) , สี และวัสดุภายในพื้นที่ รวมถึงการนำแนวคิด Universal มาใช้ในส่วนขงรายละเอียดต่างๆ ภายในพื้นที่ เช่น ลูกบิดประตู , มั่งลวดและอื่นๆ เพื่อความสมบูรณ์ครบถ้วนของการวางแผนฯในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ

การเพิ่มเติมในส่วนของการทดสอบเกณฑ์ในการออกแบบที่ได้จากการศึกษา กลับไปยังผู้สูงอายุอีกครั้งหนึ่ง เพื่อพิสูจน์ผลการวิจัย และการนำกลับมาปรับปรุงแก้ไข

## บรรณานุกรม

- กาญจนา ไช้อวด. 2540. “กรณีศึกษาสภาพแวดล้อมของสถานพักฟื้นคนชราในบริบทของเศรษฐกิจของสังคมไทย เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบทางสถาปัตยกรรมภายใน.” วิทยานิพนธ์หลักสูตรสถาปัตยกรรมศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.
- กุศล สุนทรธาดา (บรรณาธิการ). จุดเปลี่ยนนโยบายประชากรประเทศไทย. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, กรุงเทพมหานคร.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. 2543. 108 แผนชีวิต : สูตรด้านวิกฤตวัยชรา. บริษัท ส.เอเชียเพรส(1989)จำกัด, กรุงเทพมหานคร.
- คณะกรรมการการวิสามัญสวัสดิการผู้สูงอายุและพัฒนาสังคมวุฒิสภา. 2534. ปัญหาผู้สูงอายุและแนวทางแก้ไข,
- คณะทำงานพิจารณานโยบายและมาตรการหลักเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุ. 2535. สารสำคัญของนโยบายและมาตรการสำหรับผู้สูงอายุระยะยาว (พ.ศ.2535-2554), กรุงเทพมหานคร.
- คณะอนุกรรมการการศึกษาวัฒนธรรมและกิจการเพื่อผู้สูงอายุ กรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ. 2538. ผู้สูงอายุในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร.
- งานส่งเสริมการวิจัยและตำรา กองบริการการศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล. 2538. หนังสือสัมมนาโครงการศึกษาวิจัยครบวงจร เรื่องการวิจัยเรื่องผู้สูงอายุในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร.
- จอห์น โนเดล , อภิชาติ จำรัสฤทธิรงค์ , นิพนธ์ เทพวัลย์. (ผู้เขียน), นภาพรณี หะวานนท์. (ผู้แปล). 2530. การปฏิบัติขนาดครอบครัวในประเทศไทย : การลดลงอย่างรวดเร็วของภาวะเจริญพันธุ์ในประเทศโลกที่สาม. พิมพ์ครั้งแรก. สำนักพิมพ์กรมกฎ, กรุงเทพมหานคร.
- จอห์น โนเดล , นภาพรณี ชโยวรรณ. 2539. รายงานการสำรวจภาวะผู้สูงอายุในประเทศไทย. โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- ชูติวรรณ ฟองสุวรรณ. 2539. “ผู้สูงอายุไทยในกรุงเทพมหานครกับการดูแลของภาครัฐและเอกชน.” (The Elderly in Bangkok and Long-Term care by Government and Private Sector), วิทยานิพนธ์หลักสูตรปริญญาการวางแผนภาคและเมืองมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวางแผนชุมชนเมืองและสภาพแวดล้อม บัณฑิตวิทยาลัย, สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง.

- ชูศักดิ์ เวชแพทย์, ยุทธนา อักษานันท์, วิญญารัตน์ ตันศิริ. **สตรีวิทยาผู้สูงอายุ**. 2531. พิมพ์ครั้งแรก. ภาควิชาสตรีวิทยา คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.
- นพวรรณ จงวัฒนา และคณะ .2541. **ฐานข้อมูลผู้สูงอายุในประเทศไทย**. สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- บรรลุ ศิริพานิช. 2543. **คู่มือผู้สูงอายุ ฉบับสมบูรณ์** พิมพ์ครั้งที่ 15. สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, กรุงเทพมหานคร.
- บรรลุ ศิริพานิช, ฉลาด ธิรพัฒน์, มรกต สิงหะคเชนทร์, พนิษฐา พานิชชีวะกุล, เพ็ญจันทร์ ประดับมุข. 2539. **รายงานการศึกษาวิจัยเรื่องชมรมผู้สูงอายุ : การศึกษารูปแบบและการดำเนินงานที่เหมาะสม**. ในนามสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทร์ราชมราชชนนี. กรุงเทพมหานคร.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล, อัญชลี วรางค์รัตน์, พัทยา ว่าพัฒน์วงศ์, มาดี กาญจนกิจสกุล. 2542. **โครงสร้างอายุและเพศของประชากรสูงอายุในประเทศไทย**. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. 2544. **สวัสดิการผู้สูงอายุ**. โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร.
- ศิริวรรณ ศิริบุญ, มาลินี วงษ์สิทธิ์. 2535. **ข้อเท็จจริงและทัศนคติของผู้สูงอายุและคนหนุ่มสาวในกรุงเทพมหานครต่อบทบาททางเศรษฐกิจและสังคมของผู้สูงอายุ**. สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- ศิริวรรณ ศิริบุญ และ มาลินี วงษ์สิทธิ์. 2541. **การประเมินผลโครงการนำร่องการจัดตั้งศูนย์บริการทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุ : ผลการศึกษาจากข้อมูลเชิงปริมาณ และข้อมูลเชิงคุณภาพ**. : สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, เอกสารสถาบันหมายเลข 265/41. กรุงเทพมหานคร.
- สมศักดิ์ ศรีสันติสุข. 2539. **"สังคมวิทยาภาวะผู้สูงอายุ : ความเป็นจริงและการคาดการณ์ในสังคมไทย"**. พิมพ์ครั้งที่ 1. โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์. 2544. **"สังคมวิทยาครอบครัว"**. พิมพ์ครั้งที่ 1. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานกวีรัฐมนตรี. 2544. **ผู้สูงอายุไทย (Thai Elderly)**. สำนักงานสถิติแห่งชาติ, กรุงเทพมหานคร.

- สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี. 2541. สถานภาพของผู้สูงอายุไทย (The Status of Thai Elderly). กรุงเทพมหานคร. โรงพิมพ์สำนักงานสถิติแห่งชาติ, กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี. 2541. สถิติผู้สูงอายุของประเทศไทย. โรงพิมพ์สำนักงานสถิติแห่งชาติ, กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2539. รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2537. กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2539. รายงานการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2537. กรุงเทพมหานครตารางสถิติหน้า 14-16.
- สุทธิชัย จิตะพันธ์กุล. 2544. "หลักสำคัญของเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ(Principles of Geriatric Medicine)." พิมพ์ครั้งที่ 3. สาขาเวชศาสตร์ผู้สูงอายุและพญาวิทยุ ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร.
- เสนอ อินทรสุขศรี. ผู้สูงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. สำนักพิมพ์ พิมพ์ทอง.นนทบุรี.
- อรพินท์ บุณนาค. 2537. โครงการศึกษาวิจัยความต้องการของผู้สูงอายุในด้านการทำงานและสวัสดิการ เพื่อจัดตั้งศูนย์บริการหางานทำในเขต กรุงเทพมหานคร. (The Study of Needs to Seek for Job and Social Welfare for the Establishment of a Placement Service Center for the Elderly in Bangkok Metropolis). กรุงเทพฯ : สถาบันประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, (เอกสารสถาบันหมายเลข 216/37) หน้า 29-30.
- Bose, A.B. 1993. " Roles of Local Level Elderlies in Respect of Their Families and Communities" in Reproductive Ageing in Asia and the Pacific, Report and selected background papers from the Expert Group Meeting on Local-level Policy Development for Dealing with the Consequences of Population Ageing, 1-4 September, 1992. Pune, India. New York, United Nations, Asian Population Studies Series No.129.
- Dobkin Irma , Mary Jo Peterson. 1999. "Universal interiors by design : gracious spaces." United States of America. R.R. Donnelley & Sons Company.
- Edward H. Noakes. 1959. "Planning Homes for The Aged." New York. F.W. Dodge Corporation, New York.
- Iloffmann, David. 1993. "An Elders' Herbal." The United States.

Hooyman Nancy and H. Asuman Kiyak. 1996. (4<sup>th</sup> edition) *Social Gerontology*.

Asimont Schuter Company : Needham Height,

Miller Richard L. , AIA, Eahl s. Swensson, FAIA. 1995. "Hospital and Healthcare

Facility Design." Hong Kong. Homg Kong Vition, Portland, OR.

Marberry. Sara O. 1997. "Healthcare Design." United States of America.

Phalakornkule, Suchint. (1994) *Country Policy Development for the Elderly at the Local*

*Level in Thailand*. Asian Population Studies Series No.131-E. ESCAP, United Nations

## ภาคผนวก ก.

ก / 1 แบบสอบถาม ชุดที่ 1

ก / 2 แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ชั้นตอนที่ 2

# ก / 1 แบบสอบถาม ชุดที่ 1

**แบบสอบถามเรื่อง** เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ  
ในเขตกรุงเทพมหานคร

**ผู้ทำการศึกษา** นางสาวพรทิพย์ เรืองธรรม นักศึกษาระดับปริญญาโท คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ภาควิชาสถาปัตยกรรม  
ภายใน สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

**วัตถุประสงค์ของการศึกษา** เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการวิจัยด้านการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

กรุณาตอบแบบสอบถามทุกข้อเพื่อความครบถ้วนของข้อมูล และแบบสอบถามฉบับนี้จะถูกปิดเป็นความลับ

ขอแสดงความขอบคุณมา ณ. ที่นี้ด้วย

นางสาวพรทิพย์ เรืองธรรม

แบบสอบถามเลขที่.....

วันที่.....

**ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ**(ภาครื่องหมาย / ในวงเล็บหน้าข้อที่ท่านตอบ เพียงข้อเดียว) **เฉพาะผู้ทำวิจัย**

- |  |           |    |                |     |
|--|-----------|----|----------------|-----|
| 1. เพศ.....  | อายุ..... | ปี | ภูมิลำเนา..... | ( ) |
| 2. ศาสนา ( ) พุทธ ( ) คริสต์ ( ) อิสลาม ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ).....                   |           |    |                | ( ) |
| 3. สถานภาพ ( ) โสด ( ) แต่งงาน ( ) ม้าย ( ) หย่าร้าง ( ) แยกกันอยู่                |           |    |                | ( ) |
| 4. สถานภาพของท่านในครอบครัว(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)                                   |           |    |                | ( ) |
| ( ) มารดา/บิดา ( ) ภรรยา/สามี ( ) พี่ ( ) น้อง ( ) ป้า ( ) น้า ( ) อา              |           |    |                |     |
| ( ) ย่า/ปู่ ( ) ยาย/ตา   |           |    |                |     |
| 5. การศึกษา ( ) ไม่ได้ศึกษา ( ) ต่ำกว่าประถมศึกษา ( ) ประถมศึกษา                   |           |    |                | ( ) |
| ( ) มัธยมศึกษาตอนต้น ( ) มัธยมศึกษาตอนปลาย ( ) ปริญญาตรี                           |           |    |                |     |
| ( ) สูงกว่าปริญญาตรี ( ) สายอาชีพ(ปวช.) ( ) สายอาชีพ(ปวส.)                         |           |    |                |     |
| ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ).....   |           |    |                |     |
| 6. อาชีพเดิม ( ) รับราชการ ( ) ค้าขาย/ธุรกิจ ( ) แม่บ้าน ( ) รับจ้างทั่วไป         |           |    |                | ( ) |
| ( ) วิชาชีพ ( ) พนักงานรัฐวิสาหกิจ ( ) พนักงานบริษัท/ห้างร้าน ( ) นักวิชาการ       |           |    |                |     |
| ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ) .....  |           |    |                |     |
| 7. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน(ในอดีต) ( ) ไม่มีรายได้ ( ) มีรายได้ จำนวน.....บาท         |           |    |                | ( ) |
| 8. อาชีพปัจจุบัน ( ) ไม่ได้ประกอบอาชีพ ( ) รับราชการ ( ) ค้าขาย/ธุรกิจ ( ) แม่บ้าน |           |    |                | ( ) |
| ( ) รับจ้างทั่วไป ( ) วิชาชีพ ( ) พนักงานรัฐวิสาหกิจ ( ) พนักงานบริษัท/ห้างร้าน    |           |    |                |     |
| ( ) นักวิชาการ ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ).....  |           |    |                |     |
| 9. แหล่งที่มาของรายได้ (ปัจจุบัน) ( ) ไม่มีรายได้ ( ) จากการประกอบอาชีพ            |           |    |                | ( ) |
| ( ) จากบุตรหลาน ( ) จากญาติพี่น้อง ( ) จากแหล่งอื่นๆ(โปรดระบุ).....                |           |    |                |     |
| 10. แบบแผนครอบครัวในอดีต   |           |    |                | ( ) |
| ( ) ครอบครัวขยาย ( ) ครอบครัวเดี่ยว ( ) ครอบครัวคนเดียว(อยู่คนเดียว)               |           |    |                |     |
| 11. แบบแผนครอบครัวในปัจจุบัน   |           |    |                | ( ) |
| ( ) ครอบครัวขยาย ( ) ครอบครัวเดี่ยว ( ) ครอบครัวคนเดียว(อยู่คนเดียว)               |           |    |                |     |
| 12. จำนวนบุตร ( ) ไม่มีบุตร ( ) มีบุตรจำนวน..... คน                                |           |    |                | ( ) |

เฉพาะผู้ทำวิจัย

13. บุคคลที่อยู่ด้วย ( ) บุตรหลาน ( ) ครอบครัว ( ) บุตร ( ) อยู่คนเดียว ( )  
 ( ) คู่สมรส ( ) หลาน ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ)..... ( )
14. บทบาทและหน้าที่ในปัจจุบัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) หัวหน้าครอบครัว ( ) อบรมเลี้ยงดูบุตรหลาน ( ) นักปรัชญาด้าน..... ( )  
 ( ) นักแนะแนวด้าน..... ( ) เป็นที่ปรึกษาด้าน..... ( )  
 ( ) ผู้นำทางด้าน..... ( ) อื่นๆ(โปรดระบุ)..... ( )
15. ลักษณะที่อยู่อาศัย ( ) บ้านเดี่ยว ( ) ทาวน์เฮ้าส์ ( ) อาคารพาณิชย์(ตึกแถว) ( )  
 ( ) ห้องชุด(คอนโดมิเนียม , อพาร์ทเมนท์) ( ) ประเภทอื่น(โปรดระบุ)..... ( )

### ส่วนที่ 2 ด้านกายภาพของผู้สูงอายุ

1. ส่วนสูง .....เซนติเมตร / น้ำหนัก .....กิโลกรัม ( )
2. โรคประจำตัว(สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) ความดันโลหิตสูง ( ) โรคตา ( ) โรคโลหิตจาง ( ) โรคเบาหวาน ( ) นอนไม่หลับ  
 ( ) ปวดหลังเรื้อรัง ( ) โรคหลอดเลือดในสมอง ( ) โรคข้อโดยเฉพาะข้อเข่า  
 ( ) ความผิดปกติของการได้ยิน ( ) โคลเลสเตอรอลในเลือดสูง ( ) กลั้นปัสสาวะไม่ได้  
 ( ) โรคหลอดเลือดหัวใจและโรคหัวใจอื่นๆ ( ) โรคอื่นๆ(โปรดระบุ)..... ( )

### ส่วนที่ 3 ด้านกิจกรรมภายในที่อยู่อาศัย

(ส่วนที่ 3 มี 15 ข้อ ท่านสามารถเลือกตอบเฉพาะข้อที่ท่านคิดว่า เป็นงานอดิเรก เป็นกิจวัตรประจำวันของท่านเท่านั้น)

1. ประดิษฐ์สิ่งของ(โปรดระบุประเภทสิ่งของ)..... ( )
- 1.1 ท่านประดิษฐ์สิ่งของในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )  
 ( ) งานอดิเรก ( ) กิจวัตรประจำวัน
- 1.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการประดิษฐ์สิ่งของ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน  
 ( ) พื้นที่ทำครัว ( ) ห้องนอน ( ) ระเบียงบ้าน ( ) ลานบ้าน ( ) ที่จอดรถ  
 ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) ..... ( )
- 1.3 ช่วงเวลาในการประดิษฐ์สิ่งของ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 1.4 ระยะเวลาในการประดิษฐ์สิ่งของ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
2. เขียนหนังสือ(โปรดระบุประเภทหนังสือที่ท่านเขียน)..... ( )
- 2.1 ท่านเขียนหนังสือในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )  
 ( ) งานอดิเรก ( ) กิจวัตรประจำวัน
- 2.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการเขียนหนังสือ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) พื้นที่ทำงาน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) ..... ( )

เฉพาะผู้ทำวิจัย

- 2.3 ช่วงเวลาในการเขียนหนังสือ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 2.4 ระยะเวลาในการเขียนหนังสือ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
3. อ่านหนังสือ(โปรดระบุประเภทหนังสือที่ท่านอ่าน)..... ( )
- 3.1 ท่านอ่านหนังสือในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 3.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการอ่านหนังสือ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน
- ( ) ห้องนอน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
- 3.3 ช่วงเวลาในการอ่านหนังสือ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 3.4 ระยะเวลาในการอ่านหนังสือ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
4. เลี้ยงสัตว์(โปรดระบุประเภทสัตว์เลี้ยงของท่าน)..... ( )
- 4.1 ท่านเลี้ยงสัตว์ในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 4.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการเลี้ยงสัตว์ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) ระเบียงบ้าน
- ( ) ลานบ้าน ( ) ที่จอดรถ ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
- 4.3 ช่วงเวลาในการเลี้ยงสัตว์ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 4.4 ระยะเวลาในการเลี้ยงสัตว์ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
5. สะสมของเก่า (โปรดระบุประเภทสิ่งของที่ท่านสะสม)..... ( )
- 5.1 ท่านสะสมของเก่าในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 5.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการจัดเก็บและสะสมของเก่า (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน
- ( ) ห้องนอน ( ) ห้องพระ ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
6. ฟังวิทยุ / ฟังเพลง (ท่านฟังวิทยุ / ฟังเพลงในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด) ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 6.1 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการฟังวิทยุ / ฟังเพลง (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน
- ( ) ห้องนอน ( ) ระเบียงบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....

เฉพาะผู้ทำวิจัย

- 6.2 เวลาในการฟังวิทยุ / ฟังเพลง ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 6.3 เวลาในการฟังวิทยุ ฟังเพลง / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
7. ดูโทรทัศน์ (ท่านดูโทรทัศน์ในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด) ( )  
 ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 7.1 พื้นที่ที่ท่านใช้ในการดูโทรทัศน์ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน  
 ( ) ห้องนอน ( ) ระเบียงบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
- 7.2 เวลาในการดูโทรทัศน์ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 7.3 เวลาในการดูโทรทัศน์ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
8. เล่นดนตรี (โปรดระบุประเภทเครื่องดนตรีที่ท่านเล่น)..... ( )  
 8.1 ท่านเล่นดนตรีในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )  
 ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 8.2 พื้นที่ที่ท่านใช้ในการเล่นดนตรี (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน ( ) ห้องนอน ( ) ระเบียงบ้าน  
 ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ).....
- 8.3 เวลาในการเล่นดนตรี ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 8.4 เวลาในการเล่นดนตรี / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
9. ปลูกต้นไม้ (ท่านปลูกต้นไม้ในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด) ( )  
 ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 9.1 พื้นที่ที่ท่านใช้ในการปลูกต้นไม้ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) ระเบียงบ้าน ( ) ลานบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
- 9.2 เวลาในการปลูกต้นไม้ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 9.3 เวลาในการปลูกต้นไม้ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
10. นั่งนันทนาการอยู่บ้าน (ท่านนั่งนันทนาการในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด) ( )  
 ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 10.1 พื้นที่ที่ท่านใช้ในการนั่งนันทนาการ (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )  
 ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน ( ) ห้องนอน  
 ( ) ระเบียงบ้าน ( ) ลานบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....

เฉพาะผู้ทำวิจัย

- 10.2 ช่วงเวลาในการนั่งๆนอนๆ ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 10.3 ระยะเวลาในการนั่งๆนอนๆ / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
11. ทำงานบ้าน (โปรดระบุประเภทงานที่ท่านทำ)..... ( )
- 11.1 ท่านทำงานบ้านในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 11.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการทำงานบ้าน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน
- ( ) พื้นที่ทำครัว ( ) ห้องนอน ( ) ห้องพระ ( ) ระเบียงบ้าน
- ( ) ลานบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
- 11.3 ช่วงเวลาในการทำงานบ้าน ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 11.4 ระยะเวลาในการทำงานบ้าน / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
12. เลี้ยงบุตร / หลาน (ท่านเลี้ยงบุตร / หลานในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด) ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 12.1 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการเลี้ยงบุตร / หลาน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) พื้นที่ทำงาน ( ) ห้องนอน ( ) ระเบียงบ้าน
- ( ) ลานบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ).....
- 12.2 ช่วงเวลาในการเลี้ยงบุตรหลาน ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 12.3 ระยะเวลาในการเลี้ยงบุตรหลาน / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
13. เฝ้าบ้าน (ท่านเฝ้าบ้านในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด) ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 13.1 ช่วงเวลาในการเฝ้าบ้าน ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
14. เล่นกีฬา (โปรดระบุประเภทกีฬาที่ท่านเล่น)..... ( )
- 14.1 ท่านเล่นกีฬาในลักษณะที่เป็นกิจกรรมประเภทใด ( )
- ( ) งานอดิเรก ( ) กิจกรรมประจำวัน
- 14.2 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการเล่นกีฬา (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
- ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) ห้องนอน ( ) ระเบียงบ้าน
- ( ) ลานบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....

เฉพาะผู้ทำวิจัย

- 14.3 ช่วงเวลาในการเล่นกีฬา ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
  - ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
- 14.4 ระยะเวลาในการเล่นกีฬา / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
- 15. งานอดิเรกและกิจกรรมประจำวันอื่นๆ(โปรดระบุ)..... ( )
 

.....

.....

**ส่วนที่ 4 ด้านกิจกรรมทางสังคม**

( ส่วนที่ 4 มี 4 ข้อ ท่านสามารถเลือกตอบเฉพาะข้อที่ท่านคิดว่า เป็นกิจกรรมทางสังคมของท่านเท่านั้น )

- 1. สัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน ( )
  - 1.1 พื้นที่ ที่ท่านใช้ในการสัมผัสกับเพื่อนบ้าน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
    - ( ) พื้นที่รับแขก ( ) พื้นที่รับประทานอาหาร ( ) พื้นที่นั่งเล่น ( ) ระเบียงบ้าน
    - ( ) ลานบ้าน ( ) พื้นที่อื่นๆ(โปรดระบุ) .....
  - 1.2 ช่วงเวลาในการสัมผัสกับเพื่อนบ้าน ภายใน 1 วัน (สามารถตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ( )
    - ( ) เช้า ( ) กลางวัน ( ) เย็น ( ) กลางคืน
  - 1.3 ระยะเวลาในการสัมผัสกับเพื่อนบ้าน / ครั้ง ประมาณ.....ชั่วโมง.....นาที ( )
- 2. ท่านเป็นสมาชิกของสมาคม(โปรดระบุชื่อ)..... ( )
- 3. ท่านเป็นสมาชิกของชมรม(โปรดระบุชื่อ)..... ( )
- 4. ท่านเป็นสมาชิกหน่วยงานอื่นๆ(โปรดระบุชื่อ)..... ( )

**หมายเหตุ** ข้อมูลจากแบบสอบถามชุดนี้จะมีประโยชน์ต่อการวิจัยมากยิ่งขึ้น ถ้าท่านสามารถให้ข้อมูลเพิ่มเติมหลังจากผู้วิจัยได้รับเอกสารชุดนี้กลับคืน โดยการแสดงความประสงค์เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

- ท่านสามารถให้สัมภาษณ์และตอบคำถามเกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของท่าน
- ท่านสามารถให้ผู้วิจัยเข้าชมและถ่ายภาพภายในที่อยู่อาศัยของท่าน
- กรุณาเขียนชื่อพร้อมนามสกุลของท่าน.....
- ที่อยู่(ที่สามารถส่งเอกสารทางไปรษณีย์ได้) .....
- .....
- หมายเลขโทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้.....

ทั้งนี้ท่านจะได้รับการติดต่อกลับ เพื่อนัดเวลาในการสัมภาษณ์และเข้าชมที่อยู่อาศัยของท่าน จากผู้ทำวิจัยต่อไป

ขอแสดงความขอบคุณมา ณ. ที่นี้ด้วย

นางสาวพรทิพย์ เรืองธรรม

## ก / 2 แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ขั้นตอนที่ 2

## แบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ( ขั้นตอนที่2)

### ข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

1. ชื่อ-นามสกุล.....อายุ.....ปี น้ำหนัก.....กก. ส่วนสูง.....ซม.
2. ที่ตั้ง.....
3. จำนวนสมาชิก..... คน ประเภทที่อยู่อาศัย.....จำนวน.....ชั้น.....ห้องนอน.....ห้องน้ำ
4. ท่านอาศัยอยู่ในที่ปัจจุบันมานาน.....ปี/ พื้นที่นั่งเล่นอยู่ชั้น.....ของบ้าน
5. ปัญหาสุขภาพของท่าน
 

.....5.1 สายตา (สวมแว่น , ตาพร่า)	.....5.2 การได้ยิน
.....5.3 เดินไม่สะดวก	.....5.4 การทรงตัว
.....5.5 การหิบบีบ	.....5.6 ไม่มีแรง
.....5.7 ก้ม , เงย , ลุก-นั่งไม่ถนัด	.....5.8 ปัญหาอื่นๆ.....
.....5.9 ท่านใช้อุปกรณ์ช่วยเดิน.....	

### ปัญหาจากสภาพแวดล้อมภายในพื้นที่พักผ่อน

1. พื้นที่นั่งเล่น(พักผ่อน) ( ) แยกเป็นพื้นที่เดี่ยว ( ) รวมกับพื้นที่อื่น.....
2. ปัญหาที่พบภายในพื้นที่นั่งเล่น
 

.....2.1 พื้นที่ทางเดินภายในแคบเกินไป ทำให้เดินไม่สะดวก	
.....2.2 เครื่องเรือนกีดขวางพื้นที่ทางเดิน	
.....2.3 พื้นลื่น	
.....2.4 พรมเช็ดเท้าอาจทำให้สะดุดหกล้ม	
.....2.5 ห้องมืดเพราะได้รับแสงสว่างจากหน้าต่างไม่เพียงพอ	
.....2.6 หาสวิทช์ไฟไม่เจอในที่มืด	
.....2.7 ปลั๊กไฟในพื้นที่มีน้อยเกินไป	
.....2.8 เปิด/ปิดหน้าต่างลำบาก	
.....2.9 ขอบของเครื่องเรือนแหลมเป็นมุมทำให้กระแทกได้ง่าย	
.....2.10 ที่นั่งสูงหรือต่ำเกินไปทำให้ลุกนั่งลำบาก	
.....2.11 มีเสียงดังรบกวนจากภายนอกบ้าน	
.....2.12 มีเสียงดังรบกวนจากภายในบ้าน	
.....2.13 ห้องอับ อากาศไม่ถ่ายเท	
.....2.14 มีแมลง เช่น ยุง มด รบกวนภายในพื้นที่	
.....2.15 ปัญหาอื่นๆ.....	
.....2.16 ท่านอยากจะปรับปรุงอะไรบ้างภายในพื้นที่นั่งเล่น.....	

### 3. ทางเข้าออก และบันไดสู่พื้นที่นั่งเล่น

- .....3.1 ช่องประตูแคบเกินไป
- .....3.2 พื้นหน้าประตูแคบเกินไป
- .....3.3 มีบันไดชันหรือธรณีประตูหน้าทางเข้าภายในพื้นที่นั่งเล่น
- .....3.4 แสงบริเวณทางเข้า/ออก มีมากเกินไป
- .....3.5 เปิด/ปิดลูกบิดหรือกลอนประตูไม่สะดวก
- .....3.6 ประตูหนัก ต้องใช้แรงมากในการเปิด/ปิด
- .....3.7 ปัญหาอื่นๆ.....
- .....
- .....

### 4. ปัญหาที่ท่านพบเกี่ยวกับบันไดเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น

- .....4.1 บันไดแคบเกินไป
- .....4.2 พื้นบันไดลื่น
- .....4.3 บันไดชันเกินไป
- .....4.4 ชันบันไดแต่ละขั้นสูงเกินไป
- .....4.5 ลูกนอนของบันไดสั้นเกินไป วางเท้าได้ไม่พอ
- .....4.6 ขอบบันไดมองเห็นไม่ชัด
- .....4.7 แสงไฟบริเวณบันไดมีมากเกินไป
- .....4.8 ไม่มีสวิตช์ไฟทั้งส่วนบนสุดและส่วนล่างสุดของบันได
- .....4.9 ไม่มีราวบันไดหรือมีราวบันไดเพียงด้านเดียว
- .....4.10 ราวบันไดสูงหรือต่ำเกินไป ทำให้จับไม่ถนัด
- .....4.11 ราวบันไดลื่น ทำให้จับไม่ติด
- .....4.12 ต้องขึ้นบันไดไปยังพื้นที่นั่งเล่น ทำให้ลำบาก
- .....4.13 ปัญหาอื่นๆ.....
- .....
- .....
- .....4.14 ท่านอยากจะปรับปรุงอะไรบ้างเกี่ยวกับทางเข้า/ออกประตูและบันไดภายในพื้นที่นั่งเล่น
- .....
- .....

### 5. ความคิดเห็นของท่านเกี่ยวกับการป้องกันอุบัติเหตุและการสร้างความปลอดภัยภายในพื้นที่นั่งเล่น

.....

.....

.....

ลักษณะกิจกรรมและพฤติกรรมภายในพื้นที่นั่งเล่น

1.กิจกรรม / พฤติกรรม / อุปกรณ์ประกอบกิจกรรม ในพื้นที่นั่งเล่น

1.1ท่านใช้พื้นที่นั่งเล่นในการประกอบกิจกรรมอะไร (มากเป็นอันดับที่ 1)

.....

1.2ท่านประกอบกิจกรรมนั้นอย่างไร(พฤติกรรม)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

1.3อุปกรณ์ในการประกอบกิจกรรม

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.1ท่านใช้พื้นที่นั่งเล่นในการประกอบกิจกรรมอะไร (มากเป็นอันดับที่ 3)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2ท่านประกอบกิจกรรมนั้นอย่างไร(พฤติกรรม)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.3อุปสรรคในการประกอบกิจกรรม

.....  
.....  
.....  
.....

4.1ท่านใช้พื้นที่นั่งเล่นในการประกอบกิจกรรมอะไร (มากเป็นอันดับที่ 4)

.....

4.2ท่านประกอบกิจกรรมนั้นอย่างไร(พฤติกรรม)

.....  
.....  
.....  
.....

4.3อุปสรรคในการประกอบกิจกรรม

.....  
.....  
.....  
.....

5.1ท่านใช้พื้นที่นั่งเล่นในการประกอบกิจกรรมอะไร (อื่นๆ)

.....

5.2ท่านประกอบกิจกรรมนั้นอย่างไร(พฤติกรรม)

.....  
.....  
.....  
.....

5.3อุปสรรคในการประกอบกิจกรรม

.....  
.....  
.....  
.....

### ความพึงพอใจของท่านต่อพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย

1. ท่านมีความพึงพอใจต่อตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของท่าน  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
2. ท่านมีความพึงพอใจต่อความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆ  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
3. ท่านมีความพึงพอใจต่อขนาดของพื้นที่นั่งเล่น  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
4. ท่านมีความพึงพอใจต่อวัสดุปูพื้น  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
5. ท่านมีความพึงพอใจต่อวัสดุผนัง  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
6. ท่านมีความพึงพอใจต่อวัสดุฝ้าเพดาน  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
7. ท่านมีความพึงพอใจต่อสีภายในพื้นที่นั่งเล่น  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....
8. ท่านมีความพึงพอใจต่อรูปแบบของประตู  
 พอดีมากที่สุด     พอดีมาก     ไม่ค่อยพอใจ     ไม่พอใจเลย  
 เหตุผล.....  
 ความต้องการ.....

9. ท่านมีความพึงพอใจต่อรูปแบบของช่องหน้าต่างและช่องแสง

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

10. ท่านมีความพึงพอใจต่อแสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

11. ท่านมีความพึงพอใจต่อการจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

12. ท่านมีความพึงพอใจต่อรูปแบบของเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

13. ท่านมีความพึงพอใจต่อขนาดของเครื่องเรือน

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

14. ท่านมีความพึงพอใจต่อวัสดุของเครื่องเรือน

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

15. ท่านมีความพึงพอใจต่อสีของเครื่องเรือน

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

16. ท่านมีความพึงพอใจต่อพื้นที่นั่งเล่น

( )พอใจมากที่สุด ( )พอใจมาก ( )ไม่ค่อยพอใจ ( )ไม่พอใจเลย

เหตุผล.....

ความต้องการ.....

17. ข้อเสนอแนะอื่นๆ.....

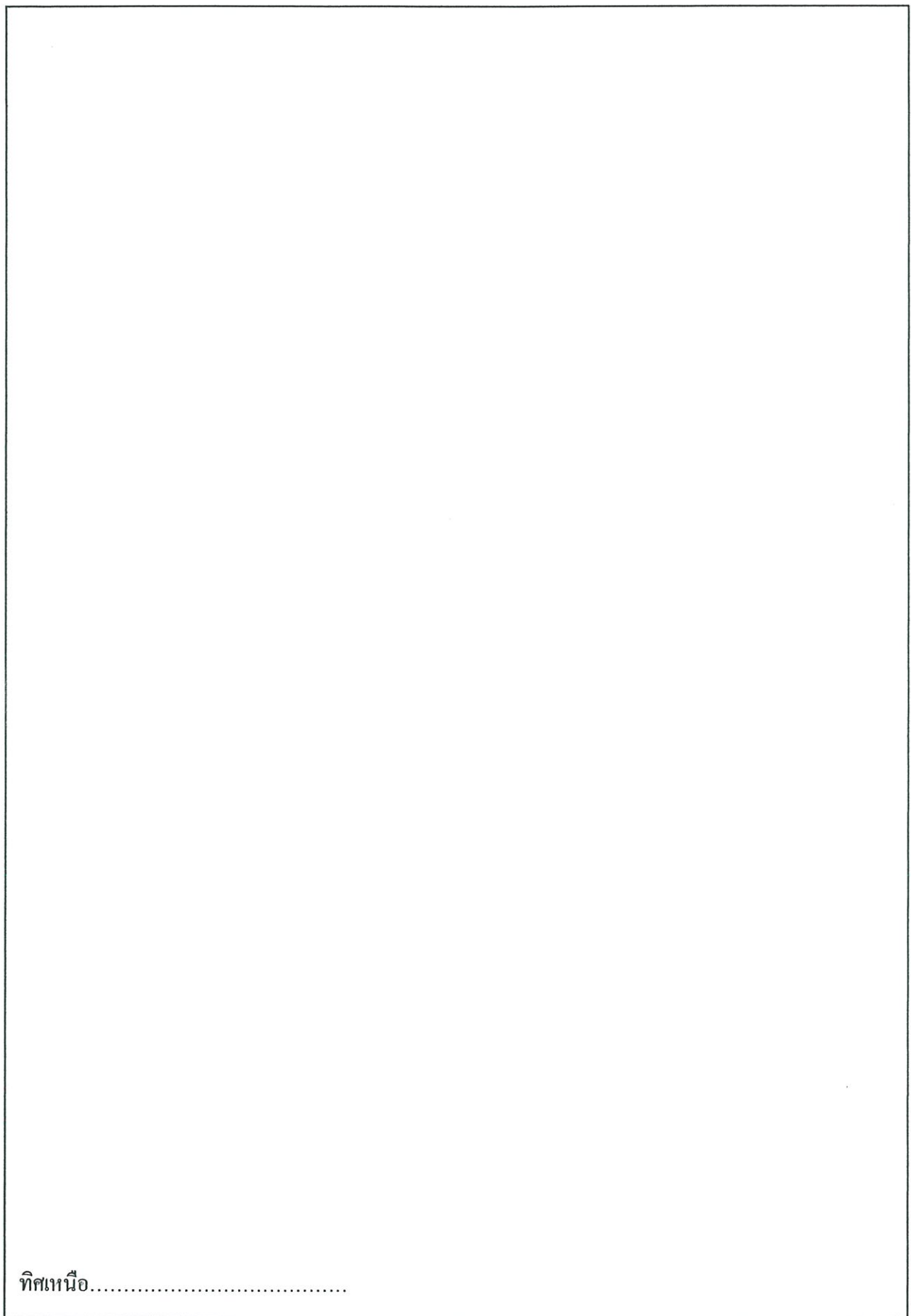
## ภาคผนวก ข.

- ข / 1 แบบบันทึกสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย
- ข / 2 ผังพื้นที่สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย
- ข / 3 ภาพสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น  
ภายในที่อยู่อาศัย

ข / 1 แบบบันทึกสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

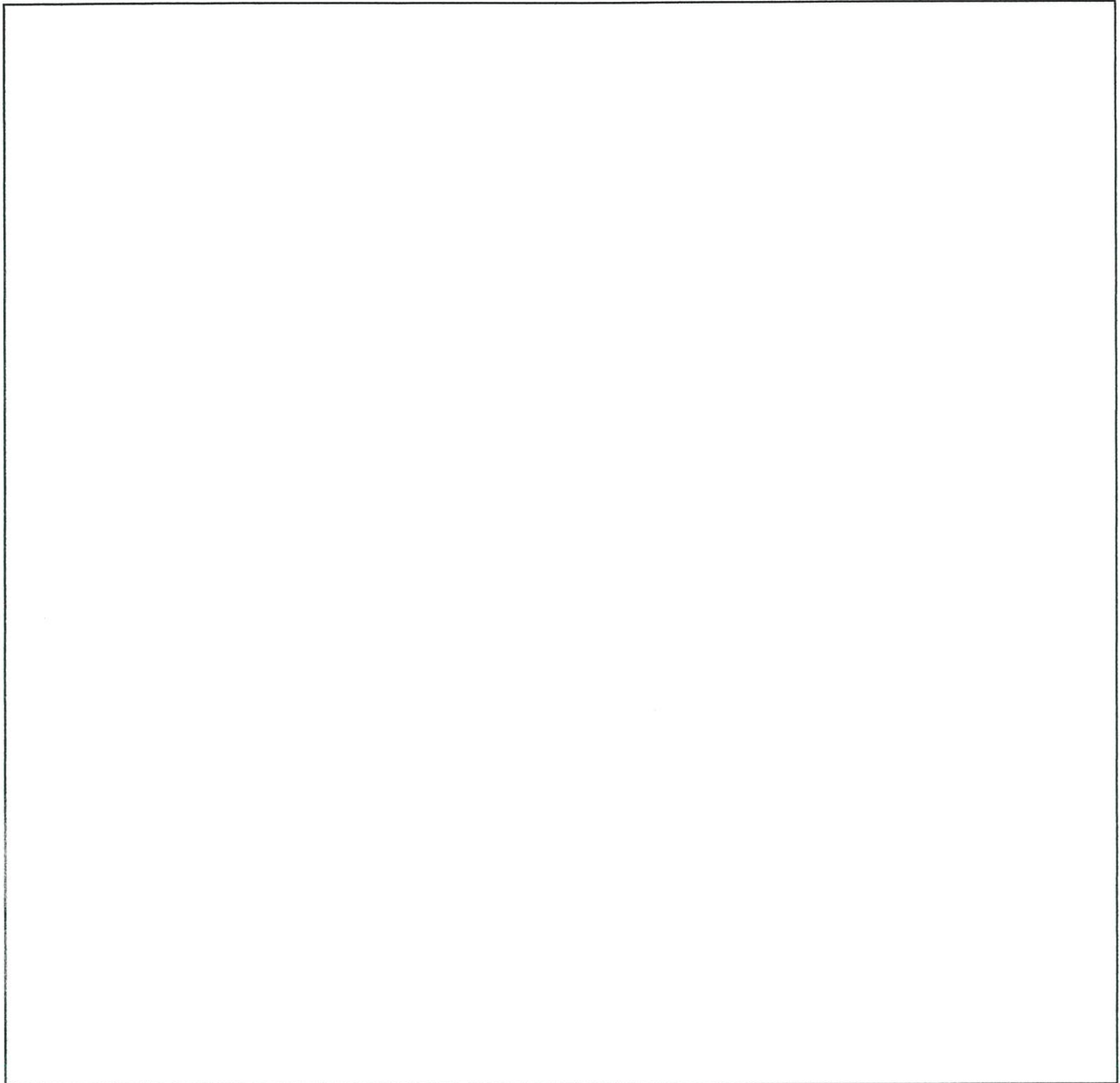


ลักษณะผังบริเวณรวมและผังพื้นที่



ทิศเหนือ.....

การจัดวางผังภายในพื้นที่นั่งเล่น



รายการเครื่องเรือน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

อุปกรณ์ประกอบอื่นๆ

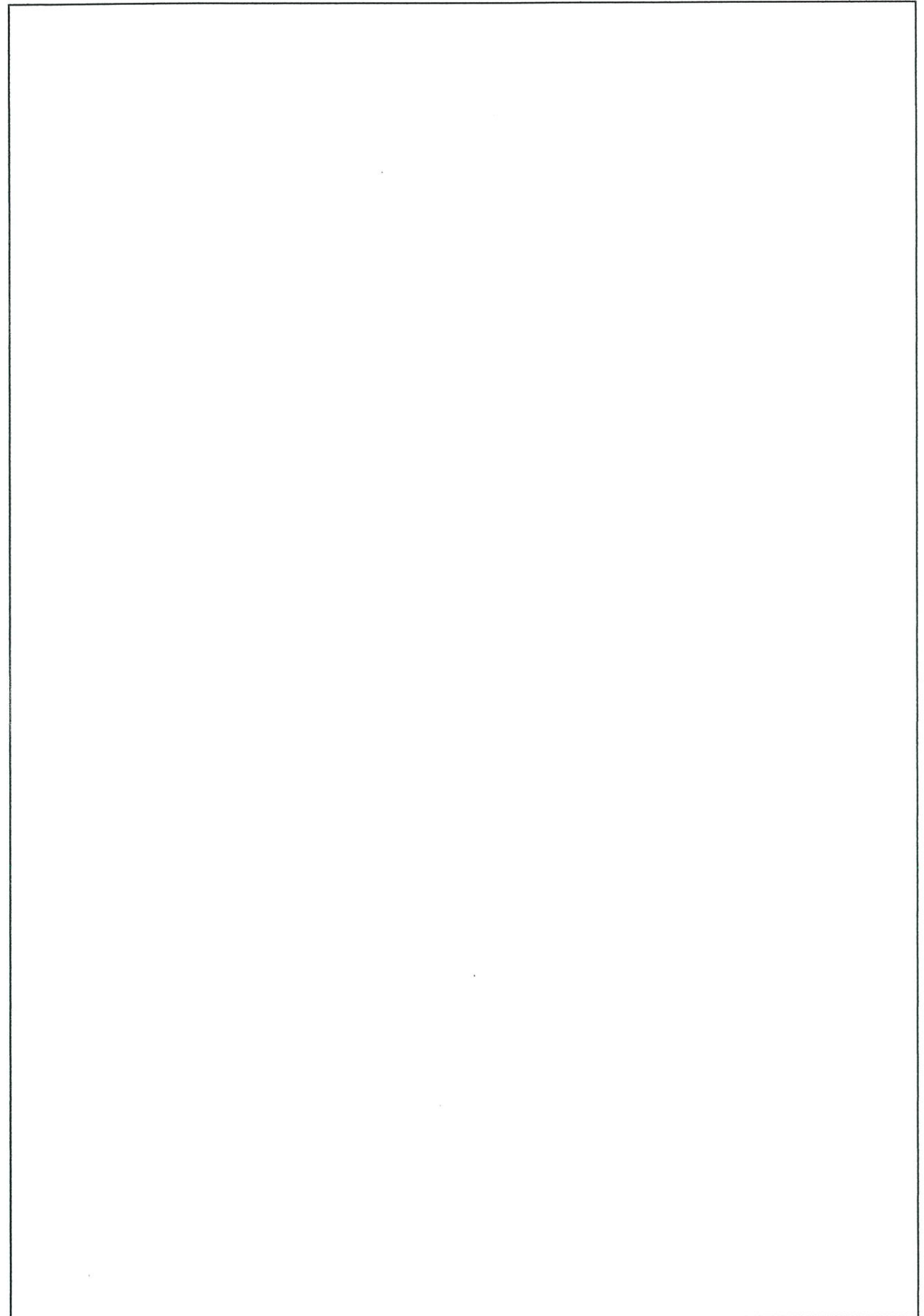
.....

.....

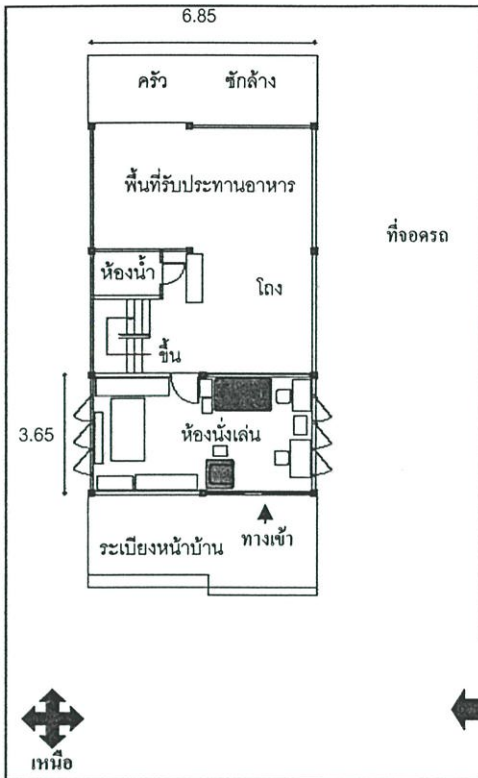
.....

.....

รูปด้าน



๗ / ๒ ผังพื้นที่สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



ผังที่ 1 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 1

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.65 ม. X ยาว 6.85 ม. X สูง 2.60 ม.

#### วัสดุ

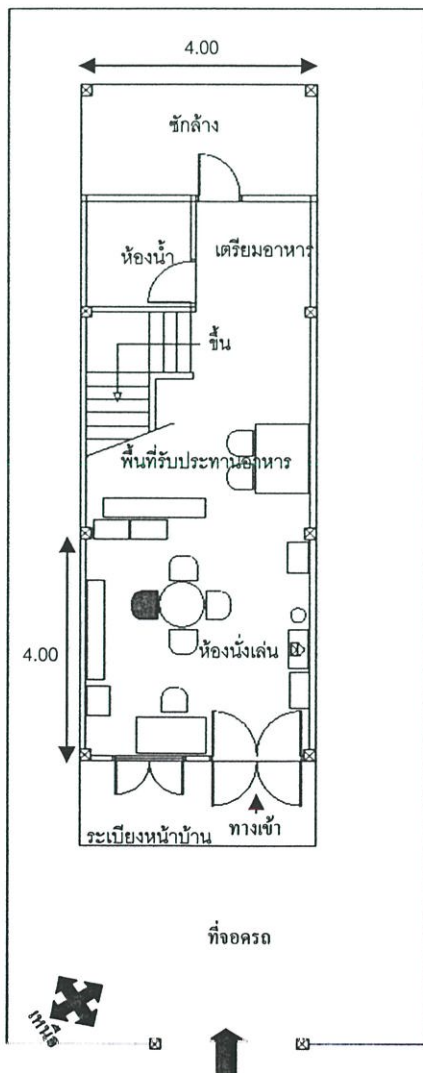
พื้น ไม้ขัดมันสีธรรมชาติ

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก

หมายเหตุ : - ติดตั้งเครื่องปรับอากาศ 1 เครื่อง

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง



ผังที่ 2 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 2

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.87 ม. X ยาว 3.97 ม. X สูง 2.54 ม.

#### วัสดุ

พื้น กระเบื้อง ขนาด 8" X 8"

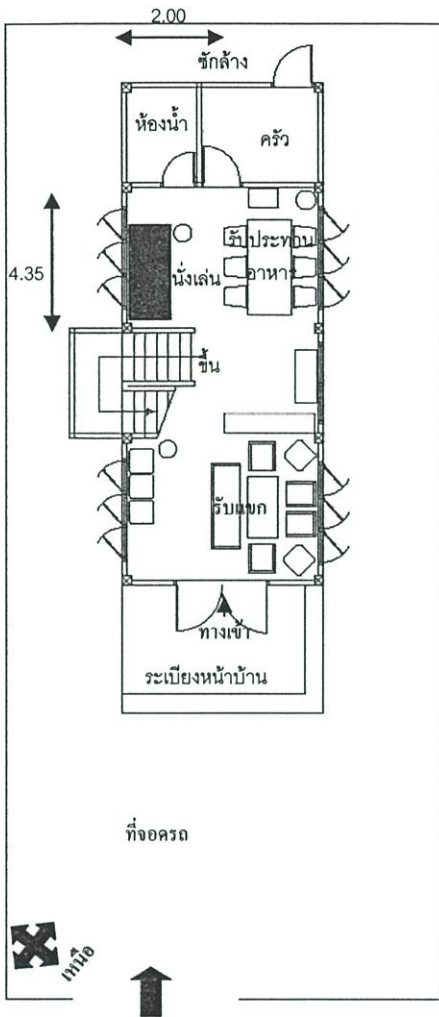
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก

เพดาน ทึบาร์ ขนาด 0.60 X 1.20 ม.

หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ



ผังที่ 3 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 3

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.10 ม. X ยาว 2.00 ม. X สูง 2.51 ม.

#### วัสดุ

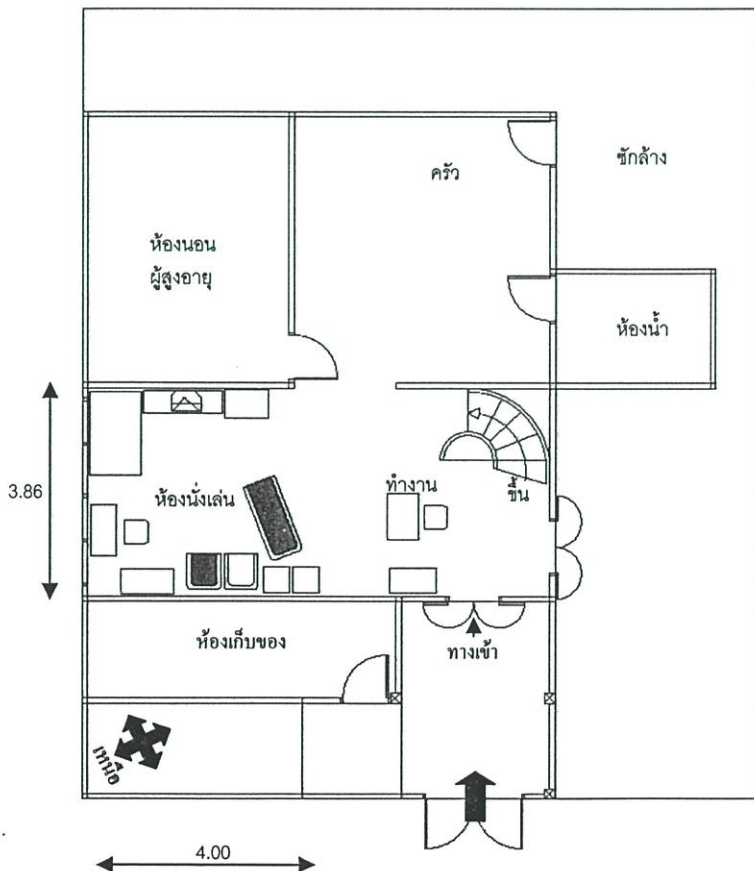
พื้น ไม้ปาร์เก้ขัดมันสีธรรมชาติเข้ม

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก

เพดาน ฝ้าทีบาร์ ขนาด 0.60 X 0.60 ม.

หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ  
■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ



ผังที่ 4 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 4

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.86 ม. X ยาว 4.00 ม. X สูง 2.48 ม.

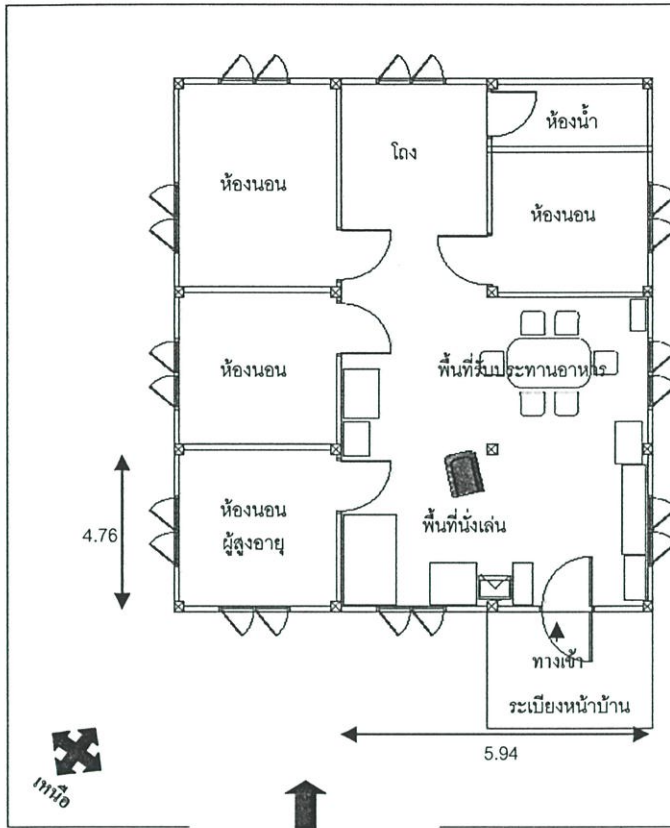
#### วัสดุ

พื้น ไม้เฒ่าลัน ปูทับด้วยเสื่อน้ำมัน

ผนัง ไม้ทาสีน้ำมัน

เพดาน ยิปซัมฉาบเรียบ

หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง



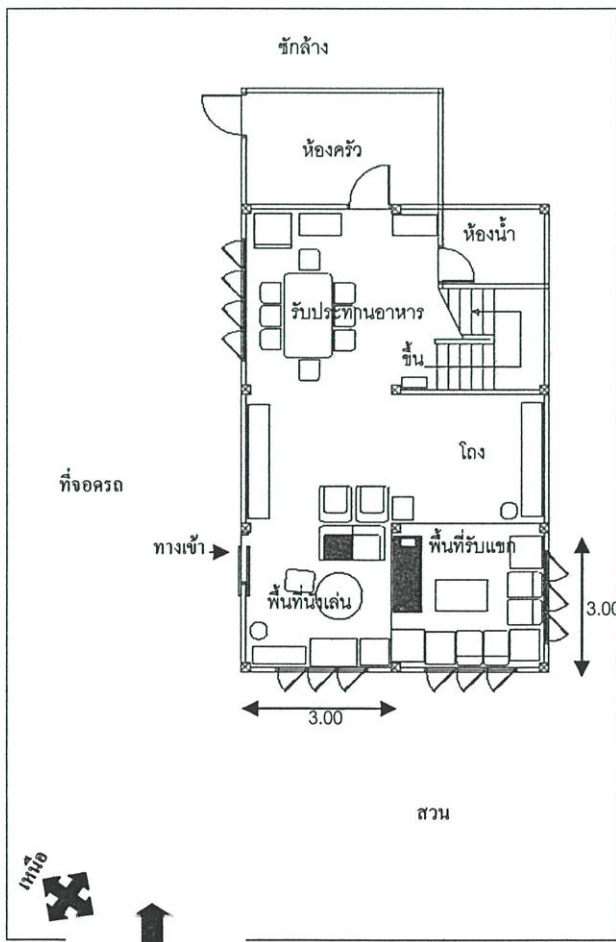
ผังที่ 5 สภาพแวดล้อมกายภาพ  
ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ  
ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตาม  
กรณีศึกษา คนที่ 5

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.76 ม. X ยาว 5.94 ม. X สูง 2.58  
ม.

#### วัสดุ

พื้น ไม้ขัดมันสีธรรมชาติ  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก  
เพดาน แผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก  
หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง



ผังที่ 6 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่  
อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่ม  
ตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 6

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

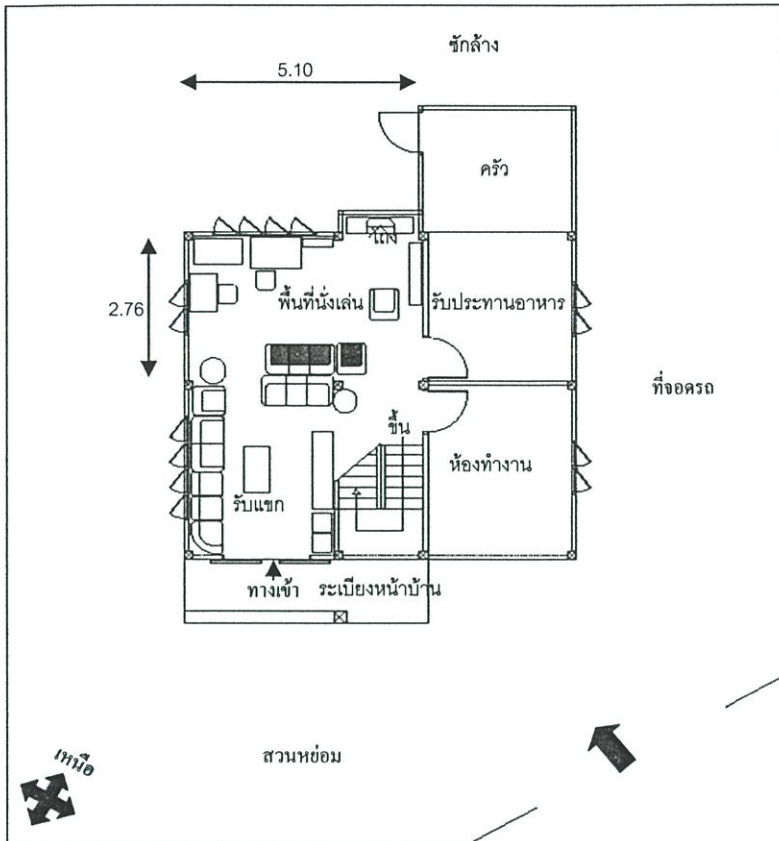
กว้าง 3.00 ม. X ยาว 3.00 ม. X สูง 2.40 ม.

#### วัสดุ

พื้น ปาร์เก้ขัดมัน สีธรรมชาติ  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก  
เพดาน ยิปซัมทาสีพลาสติก  
หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ :

- เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ
- เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ



ผังที่ 7 สภาพแวดล้อม  
กายภาพภายในที่  
อยู่อาศัยของ  
ผู้สูงอายุ ที่เป็น  
กลุ่มตัวอย่างตาม  
กรณีศึกษา คนที่ 7

**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 2.76 ม. X ยาว 5.10  
ม. X สูง 2.60 ม.

**วัสดุ**

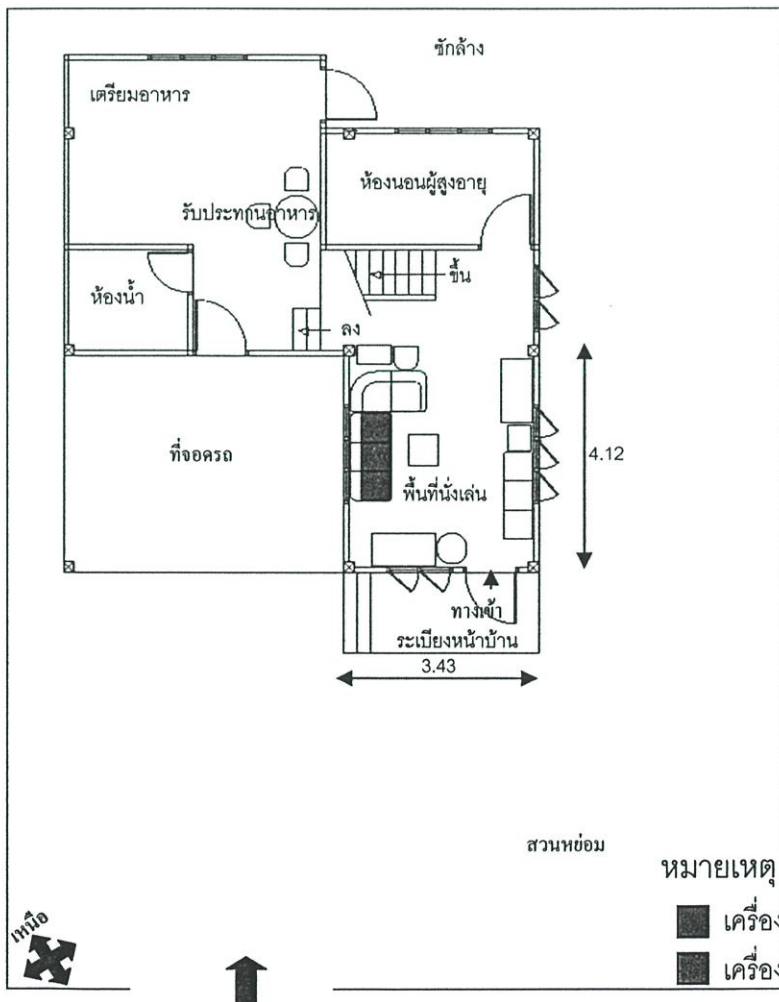
พื้น หินอ่อน

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ  
ทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี  
พลาสติก

หมายเหตุ :

- ติดตั้งเครื่องปรับอากาศ 1  
เครื่อง
- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง



ผังที่ 8 สภาพแวดล้อม

กายภาพภายในที่  
อยู่อาศัยของ  
ผู้สูงอายุ ที่เป็น  
กลุ่มตัวอย่างตาม  
กรณีศึกษา คนที่ 8

**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 3.43 ม. X ยาว 4.12  
ม. X สูง 3.20 ม.

**วัสดุ**

พื้น กระเบื้อง ขนาด 8" X 8"  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสี  
พลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี  
พลาสติก

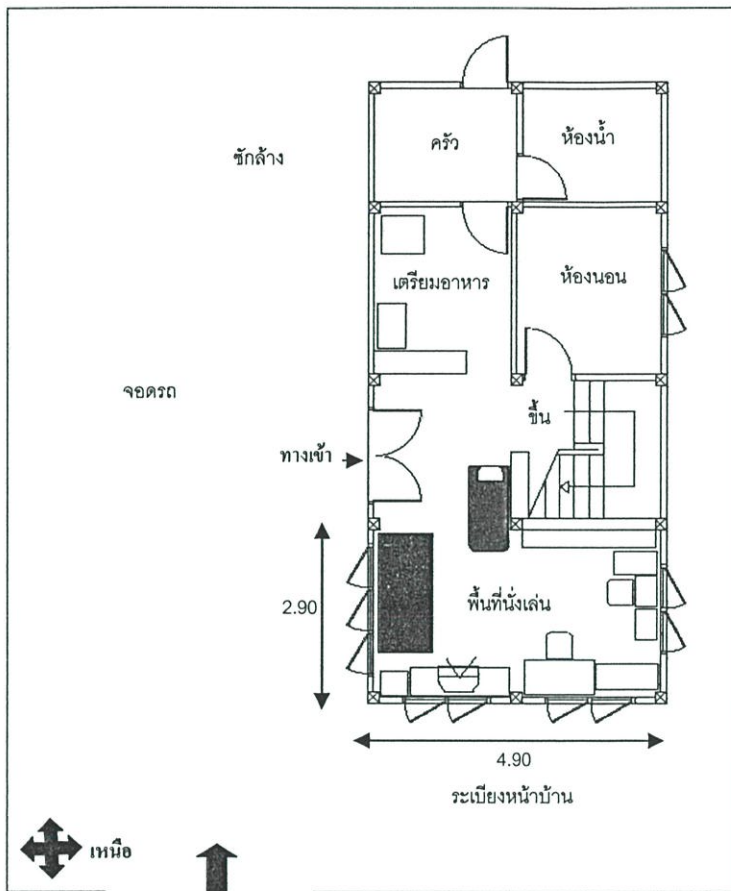
หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 1  
เครื่อง

หมายเหตุ :

■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 9 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 9



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 2.90 ม. X ยาว 4.90 ม. X  
สูง 2.58 ม.

#### วัสดุ

พื้น กระเบื้องโมเสก

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสี

พลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก

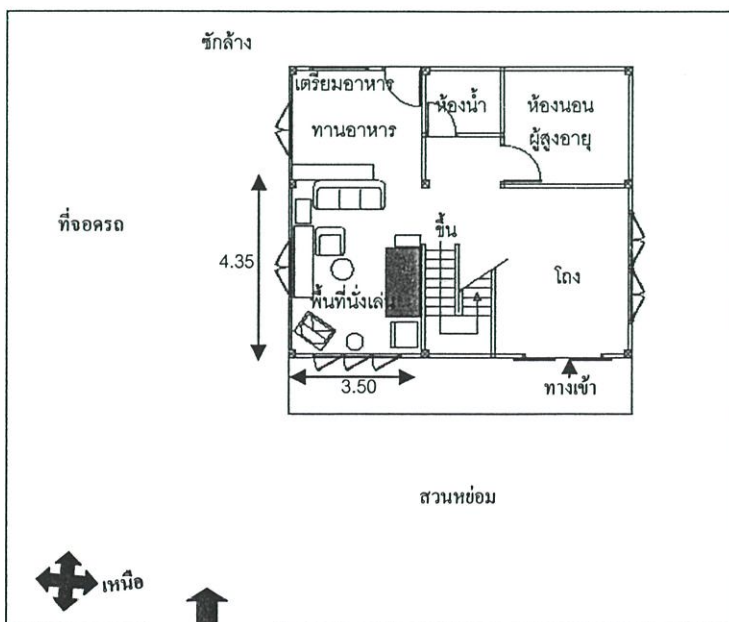
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 10 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 10



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.50 ม. X ยาว 4.35 ม. X  
สูง 2.65 ม.

#### วัสดุ

พื้น ปาร์เก้ขัดมัน สีธรรมชาติ

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสี

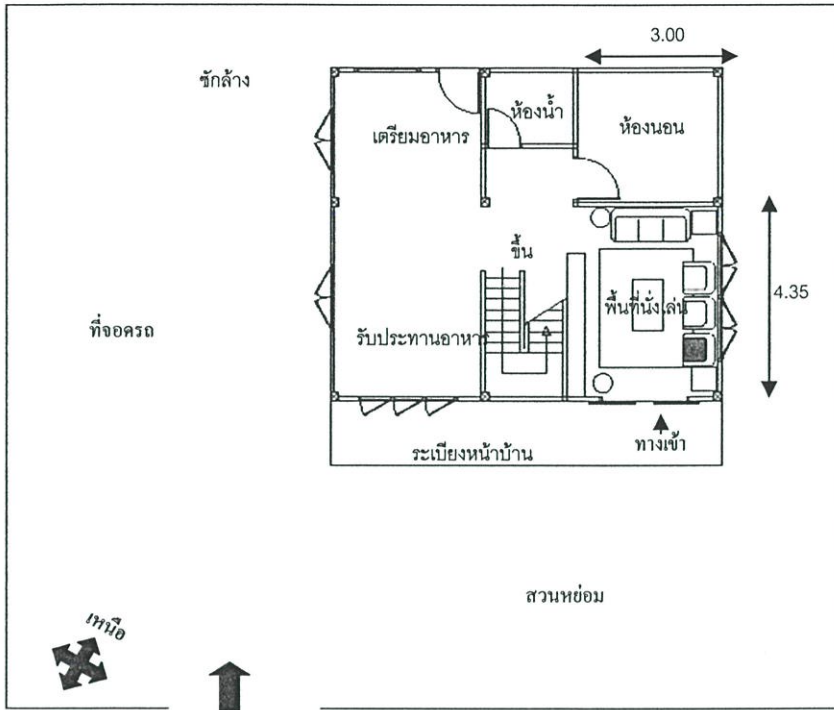
พลาสติก

เพดาน ยิปซัมทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง

ผังที่ 11 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 11



**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 3.00 ม. X ยาว

4.35 ม. X สูง 2.65 ม.

**วัสดุ**

พื้น หินอ่อน

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูน

เรียบตีวอลล์เปเปอร์

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี

พลาสติก

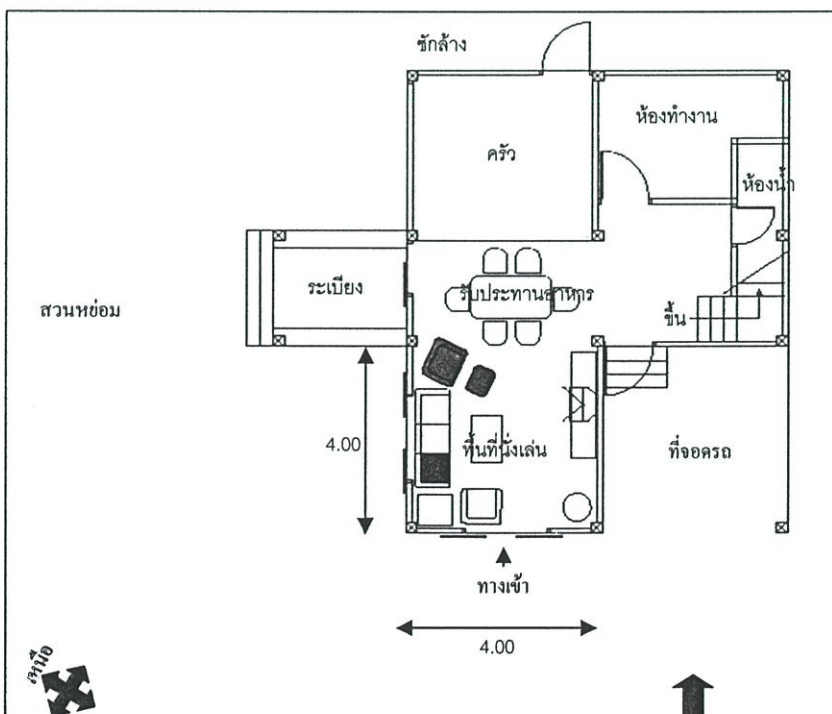
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 12 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 12



**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 4.00 ม. X ยาว

4.00 ม. X สูง 3.40 ม.

**วัสดุ**

พื้น กระเบื้อง ขนาด 12" X 12"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูน

เรียบทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัม

ทาสีพลาสติก

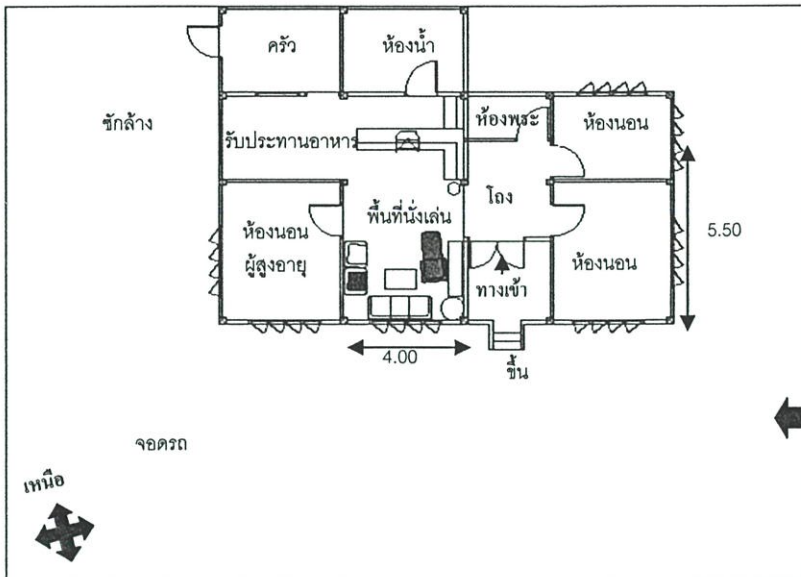
หมายเหตุ :

- เครื่องปรับอากาศ 1 เครื่อง

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

เครื่อง

ผังที่ 13 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 13



**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 5.50 ม. X สูง 3.50 ม.

**วัสดุ**

พื้น กระเบื้อง ขนาด 12" X 12"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ ทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก

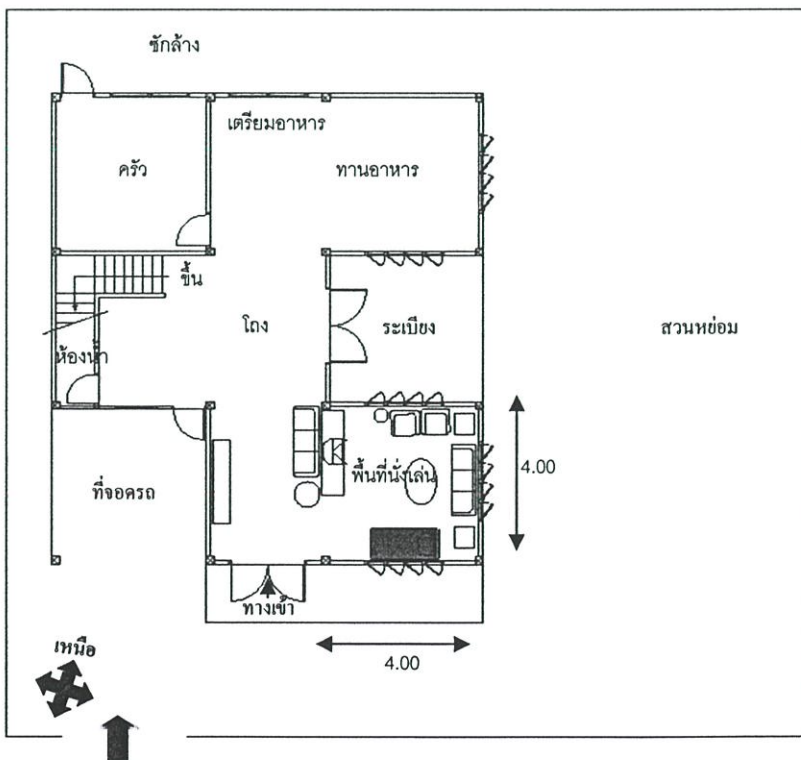
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 14 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 14



**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 4.00 ม. X สูง 2.55 ม.

**วัสดุ**

พื้น ปาร์เก้ขัดมัน สีธรรมชาติ

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ ทาสีพลาสติก

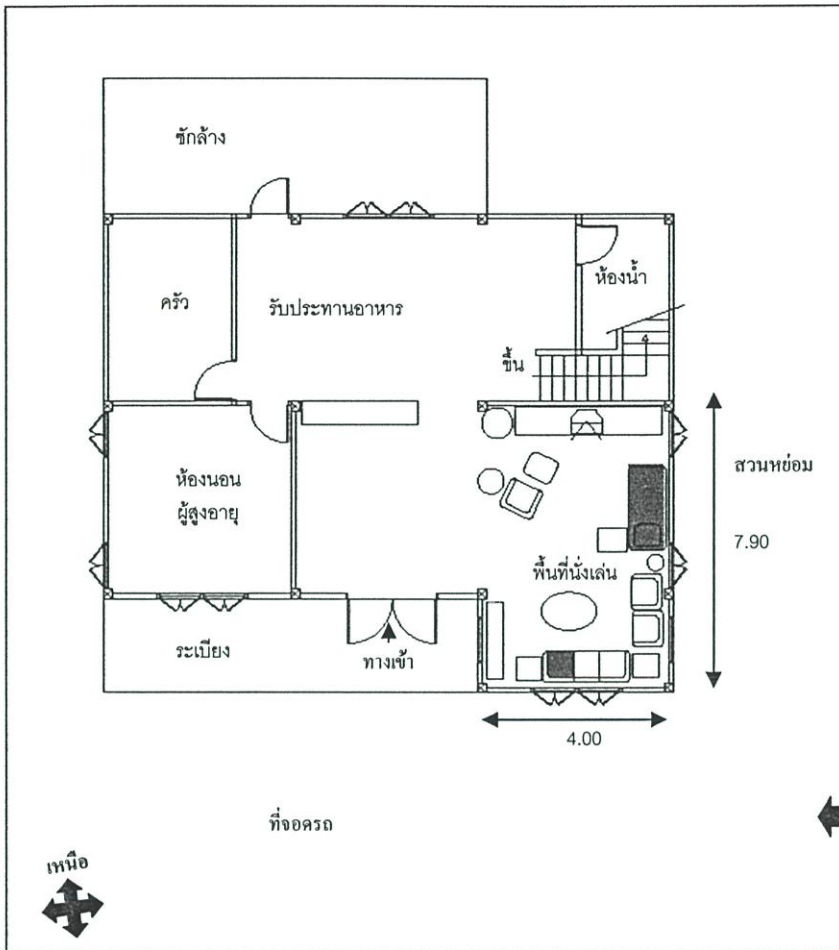
เพดาน ยิปซัมทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- ติดตั้งเครื่องปรับอากาศ 1 เครื่อง

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

ผังที่ 15 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 15



### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว  
7.90 ม. X สูง 2.65 ม.

### วัสดุ

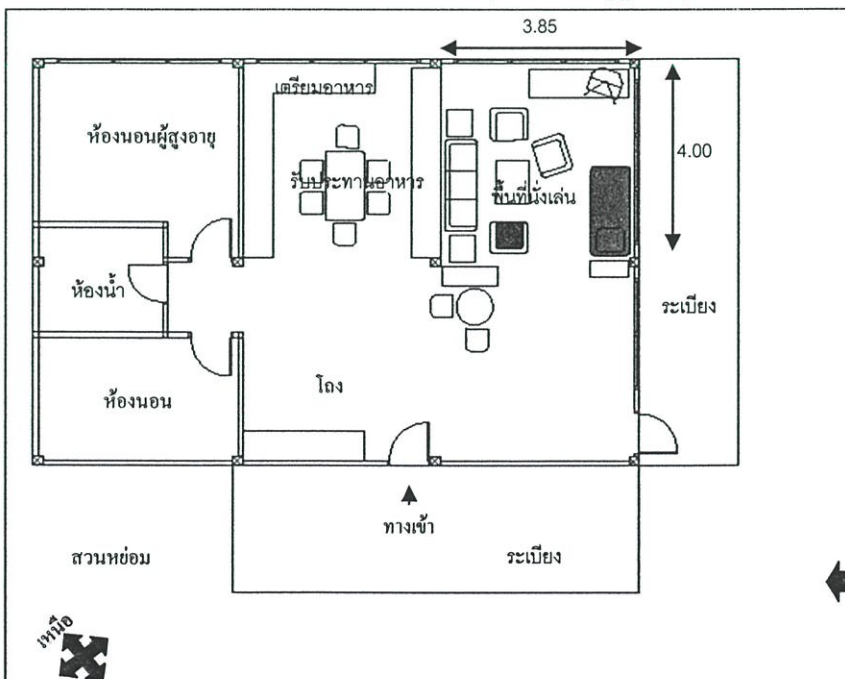
พื้น หินอ่อน  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูน  
เรียบติดวอลล์เปเปอร์  
เพดาน แผ่นยิปซั่ม  
ทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ  
■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 16 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 16



### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

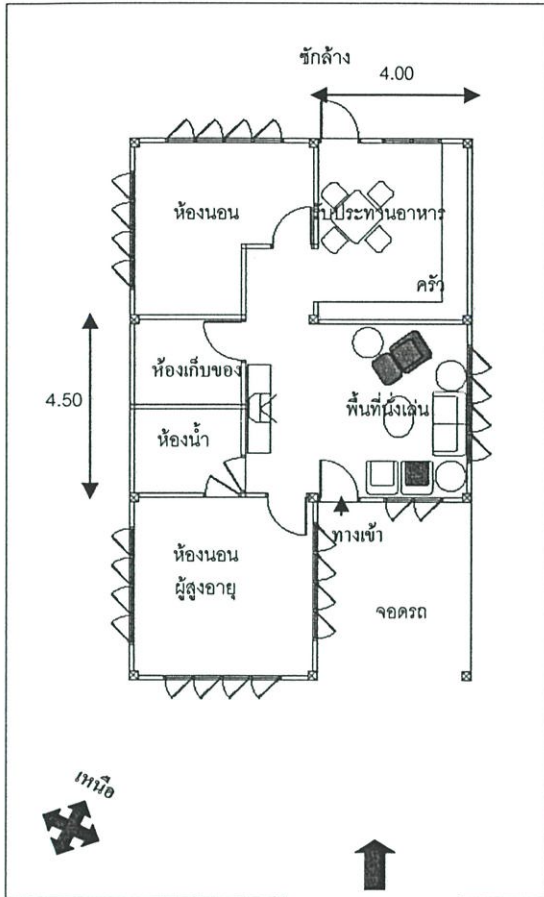
กว้าง 3.85 ม. X ยาว  
4.00 ม. X สูง 2.55 ม.

### วัสดุ

พื้น กระเบื้องยาง  
ขนาด 12" X 12"  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูน  
เรียบทาสีพลาสติก  
เพดาน แผ่นยิปซั่ม  
ทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- เครื่องปรับอากาศ 1 เครื่อง
- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง



ผังที่ 17 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ตามกรณีศึกษา คนที่ 17

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 4.50 ม. X สูง 3.50 ม.

#### วัสดุ

พื้น กระเบื้อง ขนาด 12" X 12"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีพลาสติก

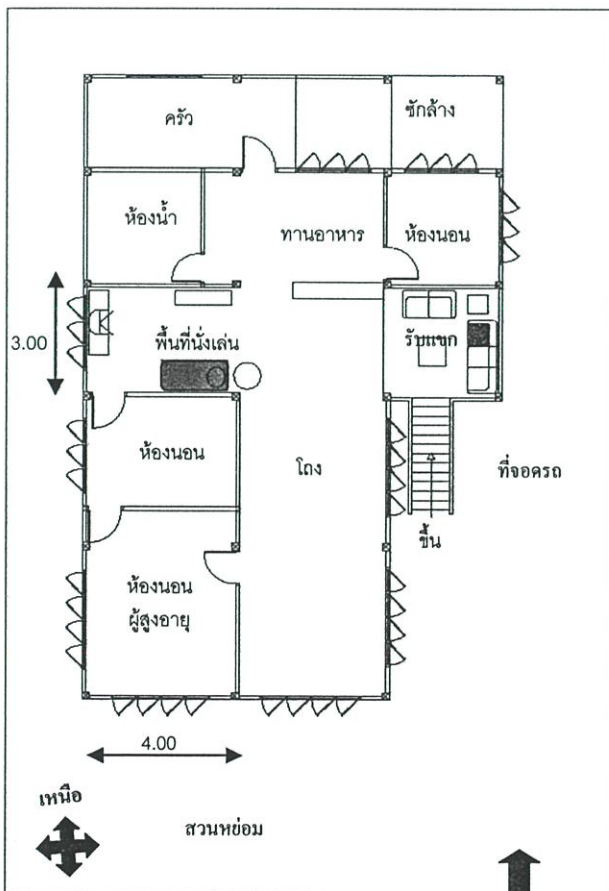
เพดาน แผ่นยิปซัมทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ :

- เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ
- เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ



ผังที่ 18 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 18

#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.00 ม. X ยาว 4.00 ม. X สูง 2.55 ม.

#### วัสดุ

พื้น ไม้เข้ล้นขัดมัน สีธรรมชาติ

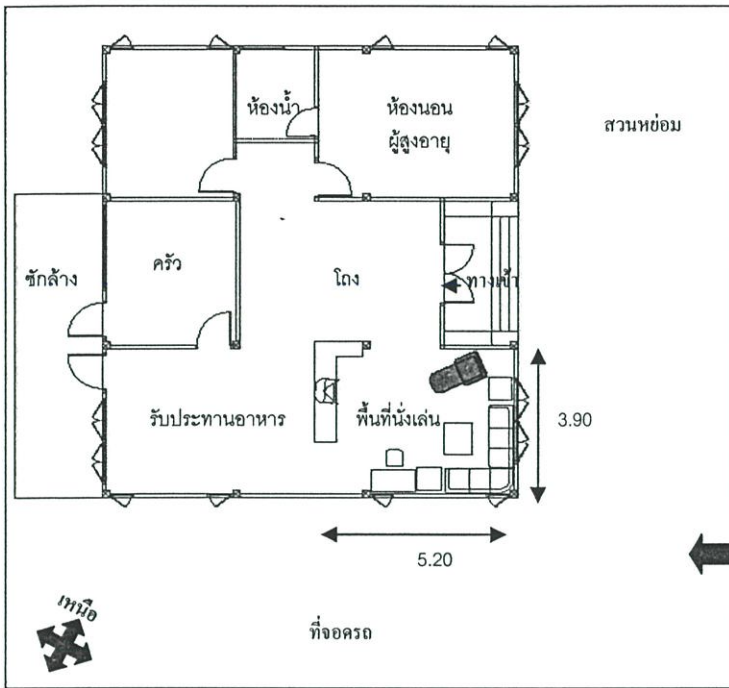
ผนัง ไม้ตีเกล็ด สีธรรมชาติ

เพดาน ยิปซัมทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง

ผังที่ 19 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษาคนที่ 19



### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.90 ม. X ยาว 5.20 ม.  
X สูง 2.60 ม.

### วัสดุ

พื้น หินอ่อน  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบติด  
วอลล์เปเปอร์  
เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี  
พลาสติก

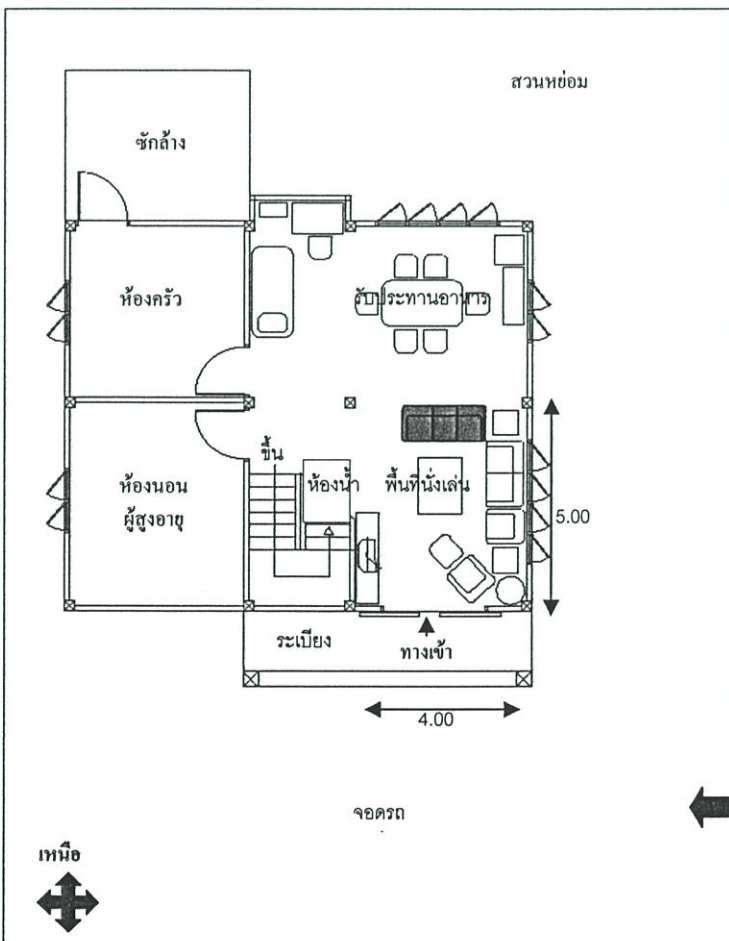
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 20 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 20



### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 5.00 ม.  
X สูง 2.55 ม.

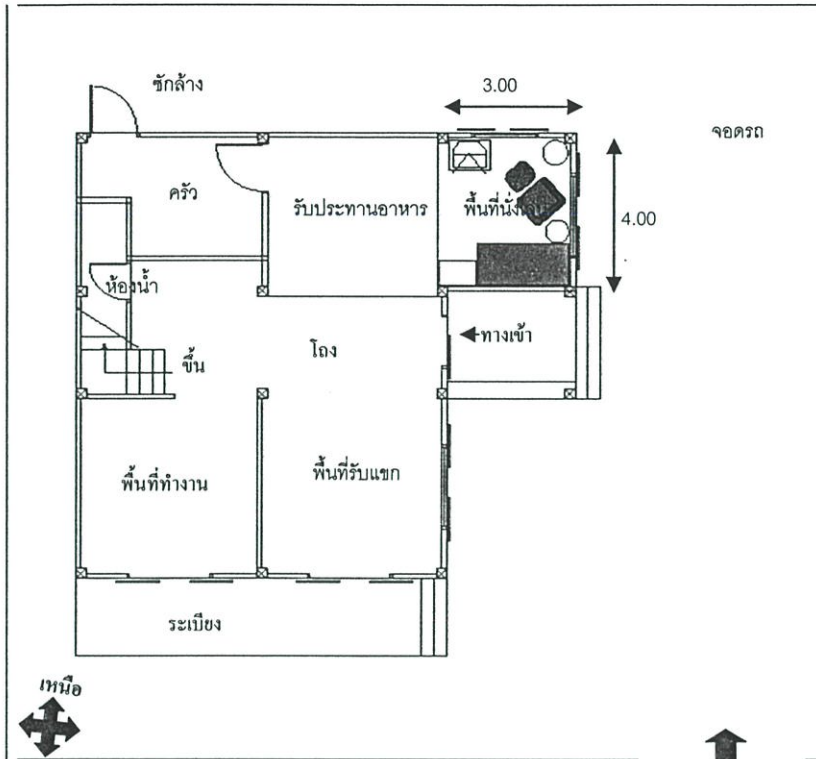
### วัสดุ

พื้น กระเบื้อง ขนาด 12" X  
12"  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสี  
พลาสติก  
เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี  
พลาสติก

หมายเหตุ :

- เครื่องปรับอากาศ 1 เครื่อง
- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

ผังที่ 21 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 21



**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 3.00 ม. X ยาว  
4.00 ม. X สูง 2.60 ม.

**วัสดุ**

พื้น กระเบื้อง ขนาด 12"  
X 12"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ  
ทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี  
พลาสติก

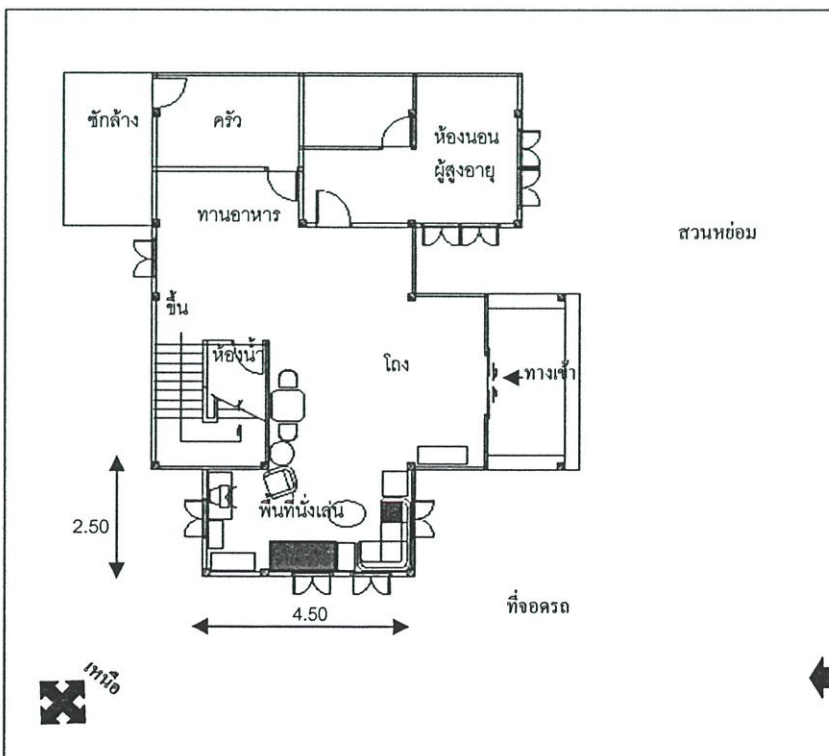
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 22 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 22



**ขนาดพื้นที่นั่งเล่น**

กว้าง 2.50 ม. X ยาว  
4.50 ม. X สูง 2.80 ม.

**วัสดุ**

พื้น ไม้เข้าลิ้นขัดมัน สี  
ธรรมชาติ

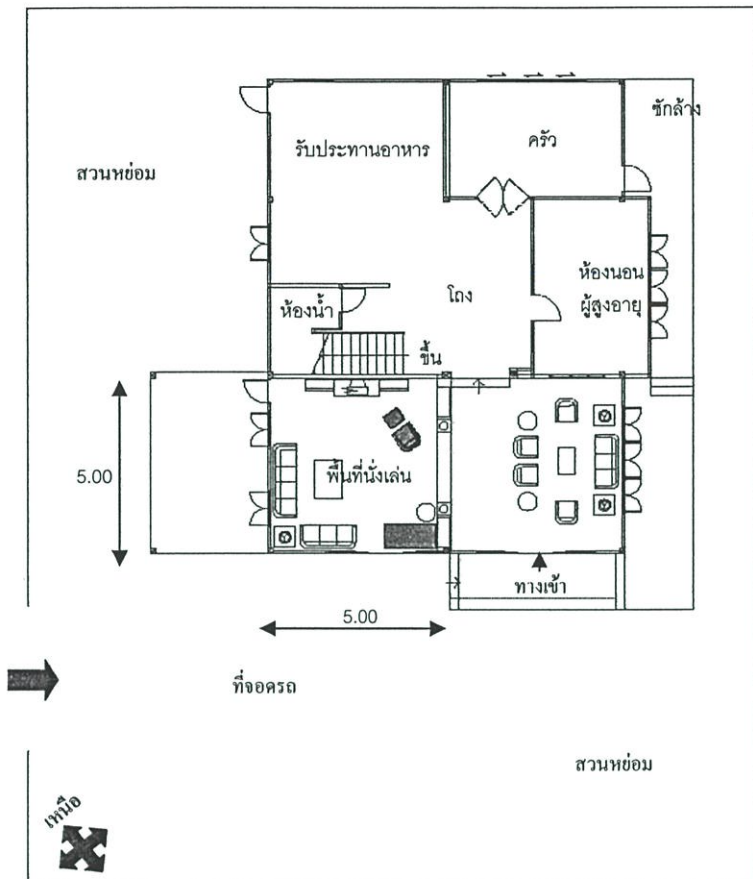
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูน  
เรียบทาสี

เพดาน ยิปซัมทาสี  
พลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 2 เครื่อง

ผังที่ 23 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 23



### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 5.00 ม. X ยาว 5.00 ม.  
X สูง 2.80 ม.

### วัสดุ

พื้น หินอ่อน  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบติด  
วอลล์เปเปอร์

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี

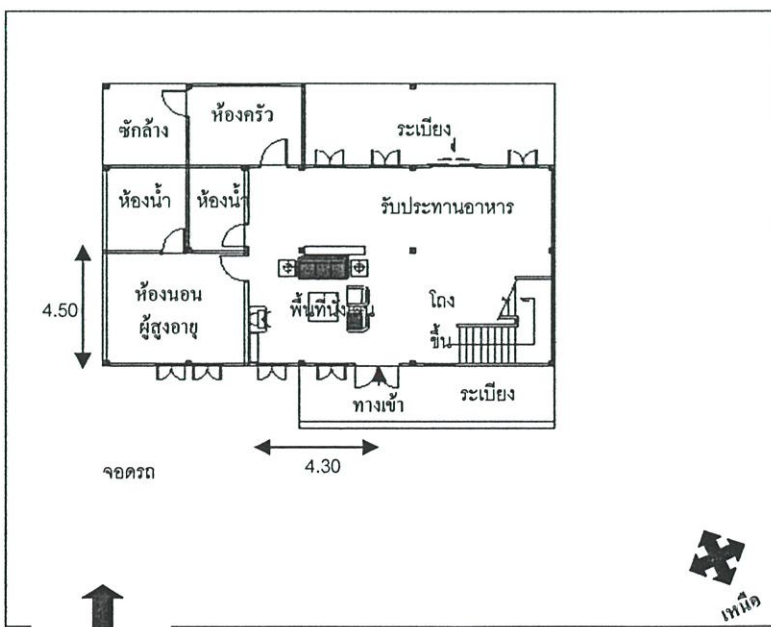
พลาสติก

หมายเหตุ :

- ติดตั้งเครื่องปรับอากาศ 1 เครื่อง
- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ  
■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 24 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 24



### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.30 ม. X ยาว 4.50 ม.  
X สูง 2.50 ม.

### วัสดุ

พื้น กระเบื้อง ขนาด 12" X 12"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ

ทาสีพลาสติก

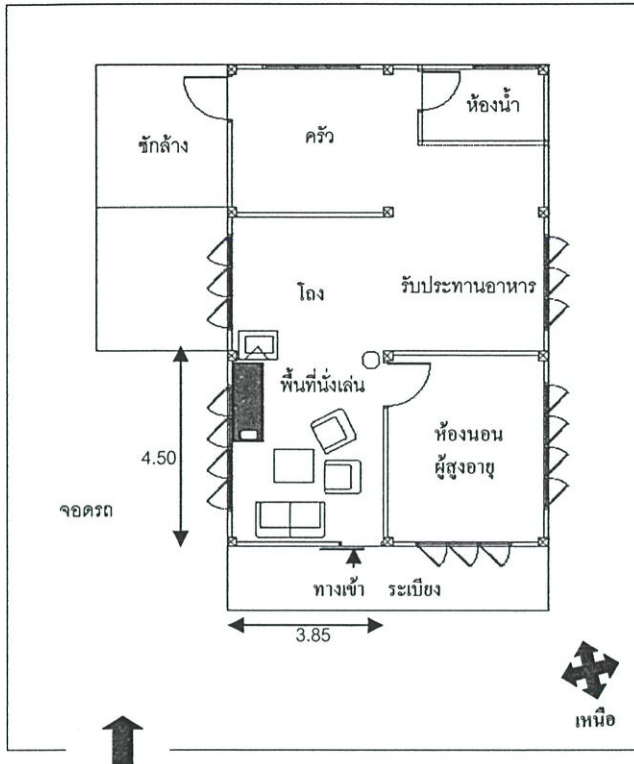
เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี

พลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

ผังที่ 25 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 25



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.85 ม. X ยาว 4.50 ม. X สูง 2.50 ม.

#### วัสดุ

พื้น กระเบื้อง ขนาด 8" X 8"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ ทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิบซั่มทาสีพลาสติก

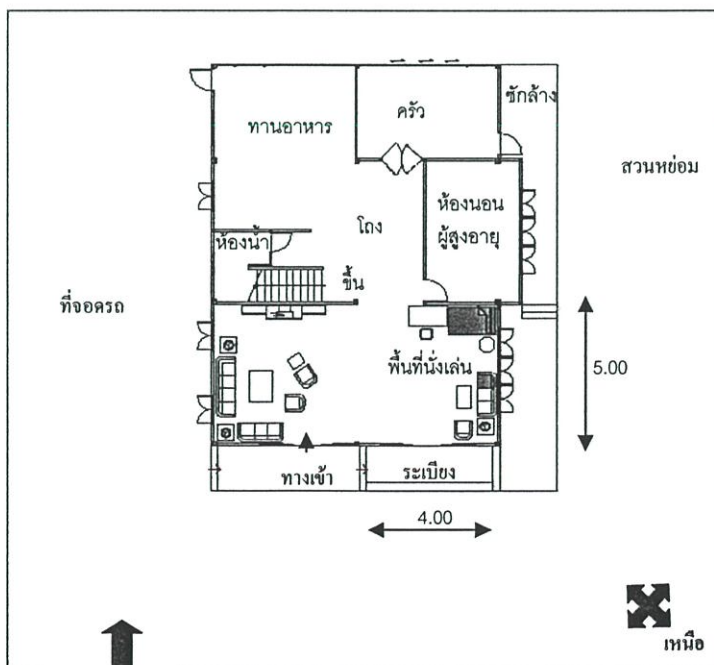
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 26 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 26



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 5.00 ม. X สูง 2.80 ม.

#### วัสดุ

พื้น หินแกรนิต

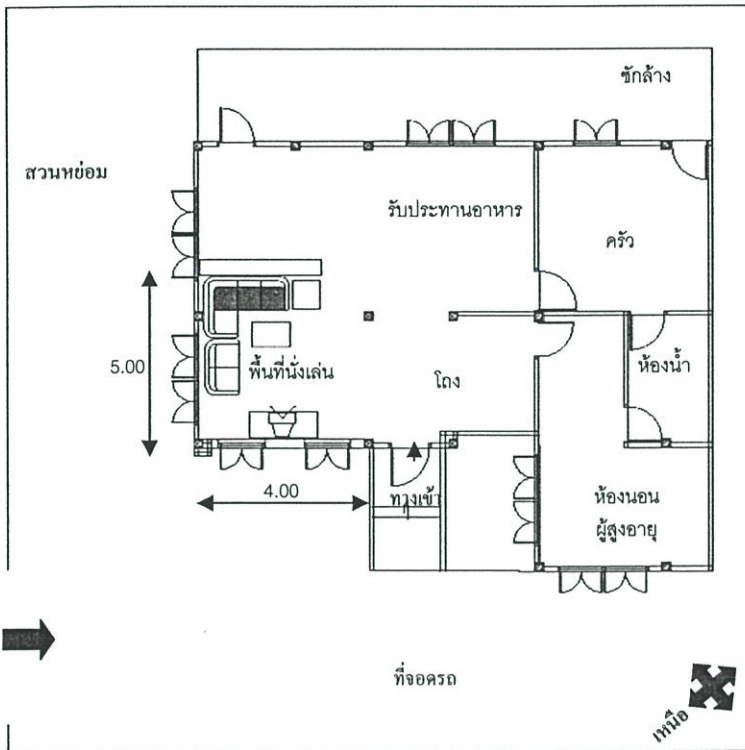
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสี

เพดาน ยิบซั่มทาสีพลาสติก

หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

ผังที่ 27 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 27



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 5.00 ม.  
X สูง 2.75 ม.

#### วัสดุ

พื้น หินอ่อน

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบติด

วอลล์เปเปอร์

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี

พลาสติก

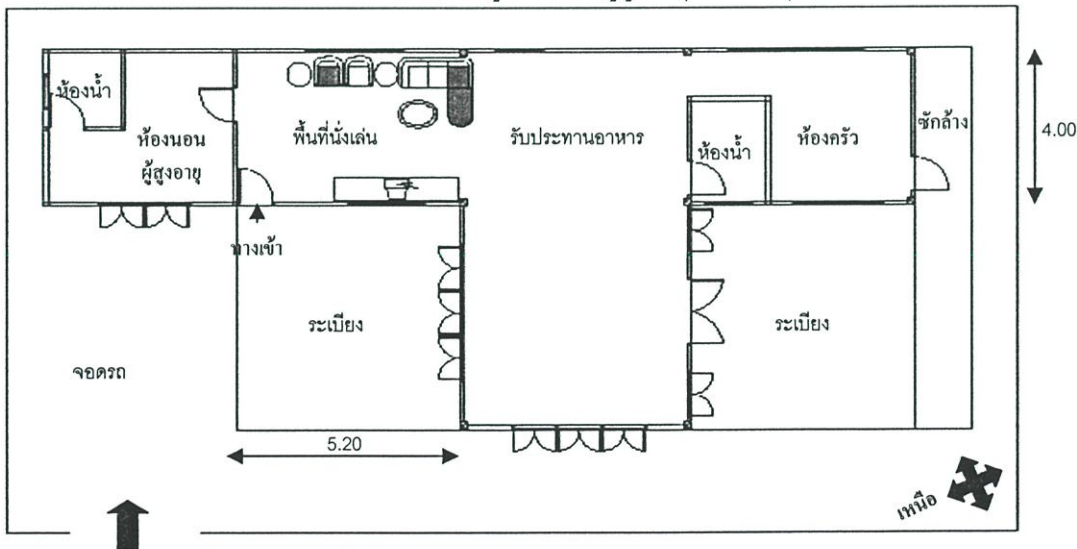
หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 28 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 28



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 5.20 ม. X สูง 2.70 ม.

#### วัสดุ

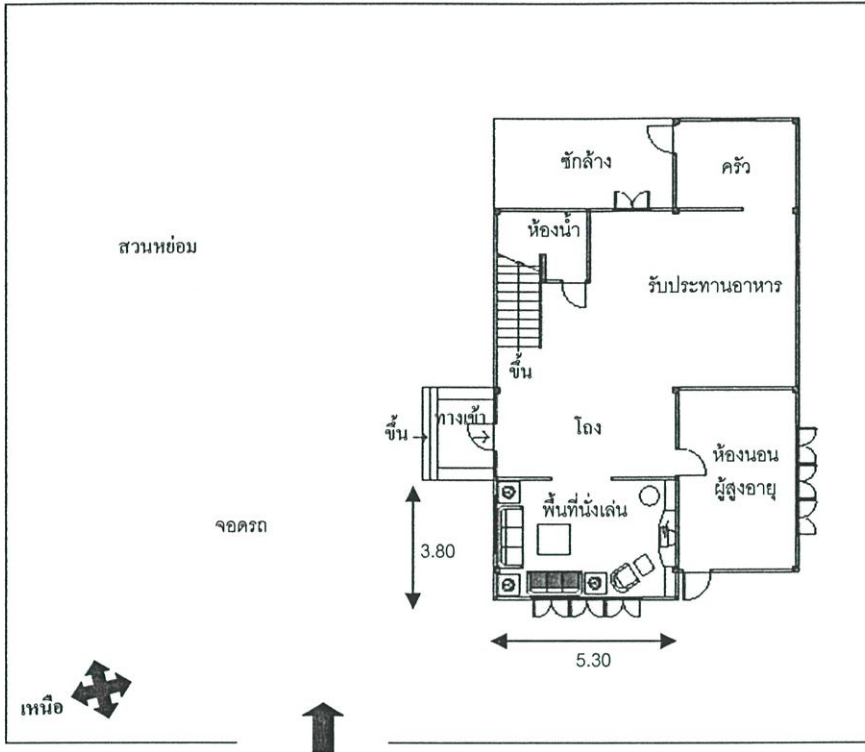
พื้น กระเบื้อง ขนาด 12" X 12"

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ ทาสีพลาสติก

เพดาน แผ่นยิปซัมทาสี พลาสติก

หมายเหตุ : - พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

ผังที่ 29 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 29



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 3.80 ม. X  
ยาว 5.30 ม. X สูง  
2.60 ม.

#### วัสดุ

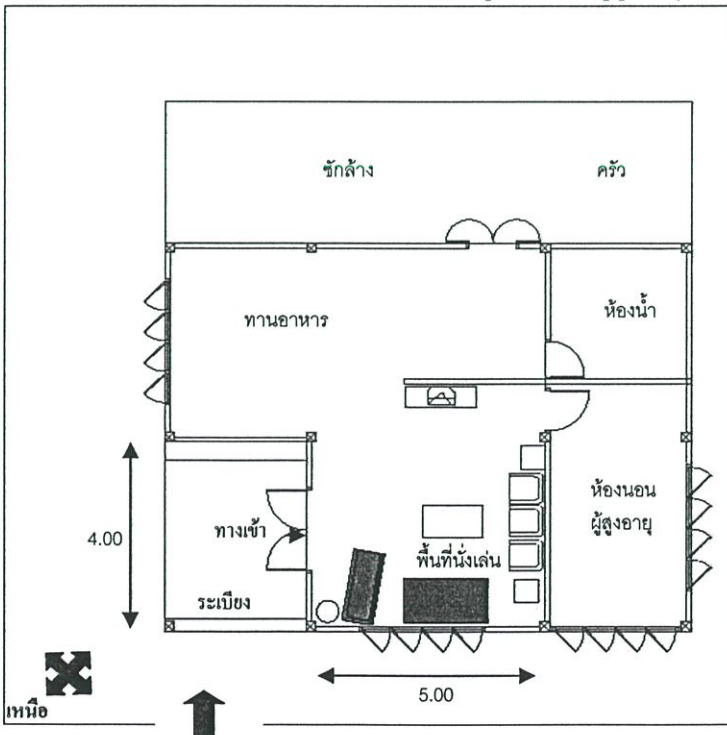
พื้น กระเบื้อง  
ขนาด 12" X 12"  
ผนัง ก่ออิฐฉาบ  
ปูนเรียบทาสี  
พลาสติก  
เพดาน แผ่นยิป  
ซัมทาสีพลาสติก

#### หมายเหตุ :

- ติดตั้ง เครื่อง  
ปรับอากาศ 1  
เครื่อง
- พัดลมตั้งพื้น 1  
เครื่อง

หมายเหตุ : ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ  
■ เครื่องเรือนที่คู่สมรสของผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

ผังที่ 30 สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา คนที่ 30



#### ขนาดพื้นที่นั่งเล่น

กว้าง 4.00 ม. X ยาว 5.00 ม. X  
สูง 2.50 ม.

#### วัสดุ

พื้น กระเบื้อง ขนาด 8" X 8"  
ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสี  
เพดาน ยิปซัมทาสีพลาสติก

#### หมายเหตุ :

- พัดลมตั้งพื้น 1 เครื่อง

ข / 3 ภาพสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น  
ภายในที่อยู่อาศัย

สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น  
ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามกรณีศึกษา



ภาพที่ 1



ภาพที่ 2



ภาพที่ 13



ภาพที่ 4



ภาพที่ 5



ภาพที่ 6



ภาพที่ 7



ภาพที่ 8



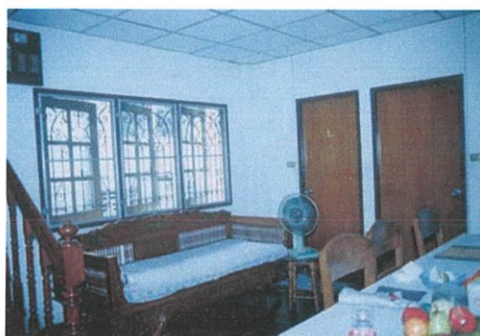
ภาพที่ 9



ภาพที่ 10



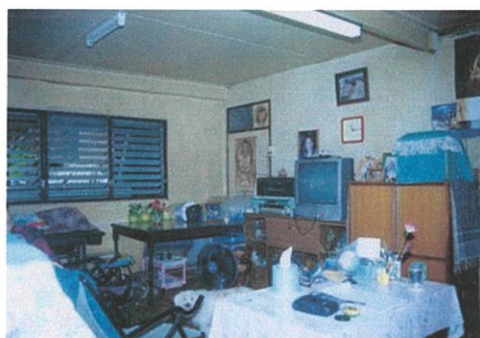
ภาพที่ 11



ภาพที่ 12



ภาพที่ 13



ภาพที่ 14



ภาพที่ 15



ภาพที่ 16



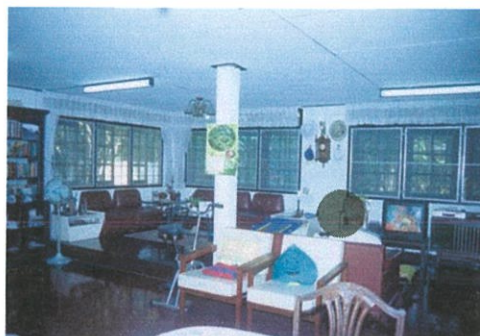
ภาพที่ 17



ภาพที่ 18



ภาพที่ 19



ภาพที่ 20



ภาพที่ 21



ภาพที่ 22



ภาพที่ 23



ภาพที่ 24



ภาพที่ 25



ภาพที่ 26



ภาพที่ 27



ภาพที่ 28



ภาพที่ 29



ภาพที่ 30

ภาพผนวก ค.

สถิติผู้สูงอายุในประเทศไทย

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2538-2553 จำแนกตามเพศ  
ทั่วราชอาณาจักร

ปี พ.ศ.	จำนวนผู้สูงอายุ 60+(คน)			ร้อยละของผู้สูงอายุ		
	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
2538	4,816,000	2,228,000	2,588,000	8.11	7.51	8.71
2543	5,733,000	2,637,000	3,096,000	9.19	8.48	9.89
2548	6,617,000	3,022,000	3,595,000	10.17	9.34	11.01
2553	7,639,000	3,477,000	4,162,000	11.36	10.40	12.31

แหล่งที่มา

1. การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย 2533-2563.กรุงเทพฯ : กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์  
สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2538-2553 จำแนกตามเพศ  
กรุงเทพมหานคร

ปี พ.ศ.	จำนวนผู้สูงอายุ 60+(คน)			ร้อยละของผู้สูงอายุ		
	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
2538	456,000	200,000	256,000	6.59	5.98	7.16
2543	587,000	261,000	326,000	7.69	7.14	8.19
2548	721,000	320,000	401,000	8.61	8.05	9.12
2553	906,000	402,000	504,000	9.93	9.33	10.47

แหล่งที่มา :

1. การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย 2533-2563.กรุงเทพฯ : กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์  
สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2538-2553 จำแนกตามเพศ  
กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2543

อายุ(ปี)	รวม(คน)	ชาย(คน)	หญิง(คน)	อัตราส่วนเพศ ชาย/หญิง 100 คน
ประชากรรวม(คน)	7,637,000	3,657,000	3,980,000	91.88
60-64	222,000	104,000	118,000	88.14
65-69	152,000	69,000	83,000	83.13
70-74	102,000	44,000	58,000	75.86
75+	111,000	44,000	67,000	65.67
รวมผู้สูงอายุ60+(คน)	587,000	261,000	326,000	80.06
ร้อยละของผู้สูงอายุ	7.69	7.14	8.19	-

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2538-2553 จำแนกตามเพศ  
กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2548

อายุ(ปี)	รวม(คน)	ชาย(คน)	หญิง(คน)	อัตราส่วนเพศ ชาย/หญิง 100 คน
ประชากรรวม(คน)	8,375,000	3,976,000	4,399,000	90.38
60-64	245,000	113,000	132,000	85.61
65-69	204,000	93,000	111,000	83.78
70-74	133,000	59,000	74,000	79.73
75+	139,000	55,000	84,000	65.48
รวมผู้สูงอายุ60+(คน)	721,000	320,000	401,000	79.80
ร้อยละของผู้สูงอายุ	8.61	8.05	9.12	-

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2538-2553 จำแนกตามเพศ  
กรุงเทพมหานคร พ.ศ.2553

อายุ(ปี)	รวม(คน)	ชาย(คน)	หญิง(คน)	อัตราส่วนเพศ ชาย/หญิง 100 คน
ประชากรรวม(คน)	9,122,000	4,308,000	4,814,000	89.49
60-64	323,000	150,000	173,000	86.71
65-69	226,000	102,000	124,000	82.26
70-74	178,000	78,000	100,000	78.00
75+	179,000	72,000	107,000	67.29
รวมผู้สูงอายุ60+(คน)	906,000	402,000	504,000	79.76
ร้อยละของผู้สูงอายุ	9.93	9.33	10.47	-

แหล่งที่มา

1. การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย 2533-2563.กรุงเทพฯ : กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์  
สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2503-2542 จำแนกตามเพศ  
กรุงเทพมหานคร

ปี พ.ศ.	จำนวนผู้สูงอายุ 60+(คน)			ร้อยละของผู้สูงอายุ		
	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
2503	70,680	30,681	39,999	4.48	3.81	5.19
2513	96,021	40,941	55,080	4.45	3.84	5.05
2523	237,720	104,105	133,615	5.06	4.54	5.56
2533	350,786	152,509	198,277	5.96	5.39	6.50
2540	504,100	221,000	283,100	6.96	6.37	7.58

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2503-2542 จำแนกตามเพศ  
กรุงเทพมหานคร ( ต่อ )

ปี พ.ศ.	จำนวนผู้สูงอายุ 60+(คน)			ร้อยละของผู้สูงอายุ		
	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
2541	533,000	248,000	298,000	7.25	6.66	7.81
2542	561,000	248,000	313,000	7.48	6.90	8.02

แหล่งที่มา

- การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย 2533-2563.กรุงเทพฯ : กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์  
สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2538  
หมายเหตุ : จำนวนประชากรเพศชาย เพศหญิงและประชากรรวมของ พ.ศ.2540-2542 เป็นตัวเลขจาก  
การคาดประมาณ ในบางกรณีจำนวนประชากรเพศชายและประชากรเพศหญิง เมื่อรวมกันแล้วอาจ  
คลาดเคลื่อนจากจำนวนประชากรรวมได้เล็กน้อย
- สำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ.2503, 2513 , 2523 , 2533 : พระนคร(กรุงเทพมหานคร). กรุงเทพฯ  
สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2504 , 2516 , 2525 , 2536  
หมายเหตุ : จำนวนประชากรของจังหวัดพระนครปี พ.ศ.2503 และ พ.ศ.2513 ไม่รวมจำนวนประชากรของ  
จังหวัดธนบุรี ส่วนประชากรของจังหวัดกรุงเทพมหานครปี พ.ศ.2523 และ พ.ศ.2533 ได้รวมเอาจำนวน  
ของประชากรจังหวัดธนบุรีไว้ด้วย ตัวเลขจำนวนประชากรของกรุงเทพมหานครปี พ.ศ.2523 จึงเพิ่มขึ้น  
ผิดปกติจากปี พ.ศ.2513

ตารางที่ 7 จำนวนของผู้สูงอายุในประเทศไทย ข้อมูล ณ เดือน มิถุนายน 2545  
กรุงเทพมหานคร

เขต	พื้นที่ (ตร.กม.)	ชาย	หญิง	รวม	จำนวนบ้าน
คลองเตย	12.994	66,053	69,516	135,569	52,796
คลองสาน	6.051	53,144	55,858	109,002	28,080
คลองสามวา	110.686	50,972	54,971	105,943	39,337
คันนายาว	25.980	37,900	42,259	80,159	26,835
จตุจักร	32.908	82,749	88,965	171,714	72,768
จอมทอง	26.265	84,152	89,127	173,279	54,607
ดอนเมือง	36.803	75,830	76,875	152,705	53,739

ตารางที่ 7 จำนวนของผู้สูงอายุในประเทศไทย ข้อมูล ณ เดือน มิถุนายน 2545

กรุงเทพมหานคร ( ต่อ )

เขต	พื้นที่ (ตร.กม.)	ชาย	หญิง	รวม	จำนวนบ้าน
ดินแดง	8.354	75,719	82,952	158,671	46,694
ดุสิต	10.665	82,443	69,094	151,537	28,863
ตลิ่งชัน	29.479	49,138	53,434	102,572	30,760
ทวีวัฒนา	50.219	26,991	29,920	56,911	23,098
ทุ่งครุ	30.741	45,379	50,072	95,451	36,527
ธนบุรี	8.551	88,081	91,464	179,545	41,460
บางกะปิ	28.523	67,996	78,469	146,465	68,049
บางกอกน้อย	11.944	77,695	79,302	156,997	42,960
บางกอกใหญ่	6.180	42,042	44,362	86,404	26,650
บางขุนเทียน	120.687	56,347	60,162	116,509	43,278
บางเขน	42.123	85,477	89,560	175,037	70,558
บางคอแหลม	10.921	56,923	59,767	116,690	33,367
บางแค	44.456	85,116	93,980	179,096	65,740
บางซื่อ	11.545	77,084	82,683	159,767	45,547
บางนา	18.789	48,821	52,809	101,630	40,623
บางบอน	34.745	40,079	42,552	82,631	37,374
บางพลัด	11.360	56,366	61,823	118,189	35,933
บางรัก	5.536	29,832	31,210	61,042	23,136
บึงกุ่ม	24.311	65,944	74,867	140,811	46,852
ปทุมวัน	8.369	48,858	50,086	98,944	24,680
ประเภท	52.490	61,582	66,767	128,349	45,042

ตารางที่ 7 จำนวนของผู้สูงอายุในประเทศไทย ข้อมูล ณ เดือน มิถุนายน 2545  
กรุงเทพมหานคร ( ต่อ )

เขต	พื้นที่ (ตร.กม.)	ชาย	หญิง	รวม	จำนวนบ้าน
ป้อมปราบฯ	1.931	36,867	36,755	73,622	18,221
พญาไท	9.595	45,829	44,291	90,120	27,751
พระนคร	5.536	39,363	40,112	79,475	18,553
พระโขนง	13.986	47,555	53,217	100,772	33,430
ภาษีเจริญ	17.834	67,434	72,807	140,241	42,020
มีนบุรี	63.645	51,662	55,901	107,563	35,712
ยานนาวา	16.662	45,063	47,884	92,947	39,158
ราชเทวี	7.126	50,584	52,715	103,299	27,102
ราชบุรีบูรณะ	15.782	47,732	49,989	97,721	31,699
ลาดกระบัง	123.859	60,173	64,712	124,885	43,670
ลาดพร้าว	21.557	52,681	60,758	113,439	39,3147
วังทองหลาง	19.865	50,738	58,192	108,930	44,324
วัฒนา	12.565	39,046	42,712	81,758	41,303
สะพานสูง	28.124	35,638	40,766	76,404	23,967
สาทร	9.326	52,586	55,347	107,933	32,024
สายไหม	44.615	73,604	79,613	153,217	61,464
สัมพันธวงศ์	1.416	18,572	18,130	36,702	13,190
สวนหลวง	23.678	54,037	60,395	114,432	41,527
หนองจอก	236.261	49,297	50,824	100,121	29,169
หนองแขม	35.825	55,884	61,915	117,799	41,171

ตารางที่ 7 จำนวนของผู้สูงอายุในประเทศไทย ข้อมูล ณ เดือน มิถุนายน 2545

กรุงเทพมหานคร ( ต่อ )

เขต	พื้นที่ (ตร.กม.)	ชาย	หญิง	รวม	จำนวนบ้าน
หลักสี่	22.841	59,474	60,784	120,258	42,942
ห้วยขวาง	15.033	37,838	41,706	79,544	31,322
รวม	1,568.737	2,790,370	2,972,431	5,762,801	1,944,386

แหล่งข้อมูล : 1. สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย

2. สำนักผังเมือง กรุงเทพมหานคร

ภาพผนวก ง.

ภาพประกอบการบรรยาย

**เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน  
ที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ**

**ในเขตกรุงเทพมหานคร**



FOUNTIP BUNGTAM  
A Design Criteria of Appropriate Home Environments for Elderly in Bangkok Area

**การนำเสนอแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้**

**ที่มา , บทนำ และขั้นตอนการวิจัย**

**การศึกษาขั้นตอนที่ 1 เพื่อสรุปผลพื้นที่ในการวิจัย**

**การศึกษาขั้นตอนที่ 2 เพื่อสรุปผลด้านกิจกรรมและพื้นที่**

**เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่  
อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร**

2

**จากความสำเร็จความนโยบายการวางแผนครอบครัวของภาครัฐบาล  
และการพัฒนาบ้านสาธารณะ**

**อัตราการเพิ่มขึ้นของประชากรไทยลดลงอย่างมาก**  
จำนวนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น โดยคาดว่าประมาณ 13 ปีข้างหน้า  
(พ.ศ.2558) จะมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 8 ล้านคน  
(สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักเกษตรกรรมคช. 2544:17)

**เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร โครงสร้างครอบครัว  
และวิถีชีวิตในสังคมไทยอย่างรวดเร็ว**

**ครอบครัวแบบขยาย(Extended Families)มีแนวโน้มลดลง  
ครอบครัวเดี่ยว(Nuclear Families)เพิ่มมากขึ้น**

3 คำนำ

**จากการศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุ**

**ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจและต้องการทำกิจกรรมที่สำคัญต่อการ  
ดำเนินชีวิตได้ โดยไม่ต้องพึ่งพาบุคคลอื่น**

**การคาดการณ์ลักษณะของผู้สูงอายุในอนาคตจะมีความแตกต่างจากปัจจุบัน  
ในเรื่องของระดับการศึกษา**  
โดยพบว่า ในปี พ.ศ.2563 ส่วนใหญ่ของผู้สูงอายุไทยจะมีความรู้มากขึ้น อันจะ  
ทำให้ความต้องการในด้านต่างๆของผู้สูงอายุมีความแตกต่างไปจากปัจจุบัน

4 คำนำ

**จากการศึกษาเบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุ**

**ในเขตกรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2544 สถานภาพของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คน  
เดียวมีแนวโน้มสูงขึ้น**  
โดยผู้สูงอายุเพศหญิงมีสัดส่วนมากกว่าผู้สูงอายุเพศชาย

**ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุต้องประสบกับปัญหามากมาย**

**ที่สำคัญคือ ปัญหาด้านที่อยู่อาศัย**

5 คำนำ

**การศึกษาครั้งนี้ จึงเป็นการศึกษาเพื่อหาแนวทางในการจัดการและ  
วางแผนการออกแบบลักษณะของสภาพแวดล้อม  
ทางกายภาพในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ**

**ที่สำคัญคือ การให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการออกแบบ เพื่อ  
สอดคล้องกับลักษณะทางกิจกรรมและพฤติกรรม รวมถึง  
ลักษณะทางกายภาพของผู้สูงอายุ**

6 ความสำคัญของปัญหา

**ประเด็นปัญหาของการวิจัย**

1. มีปัจจัยอะไรบ้างที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญและมีผลต่อการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
2. มีปัจจัยทางสภาพแวดล้อมทางกายภาพในอะไรบ้าง ที่มีความสำคัญและควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร ควรเป็นอย่างไร

7

1. เพื่อศึกษาปัจจัยต่างๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญและควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่มีความสำคัญและ ควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุกับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
4. เพื่อเสนอเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

8 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่  
อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับลักษณะการดำรงชีวิต และ  
ลักษณะทางสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย  
อยู่ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความปลอดภัย, ความสะดวกสบาย  
ในการอยู่อาศัย และสามารถตอบสนองความต้องการด้าน  
ร่างกายได้อย่างเหมาะสม

9

สมมติฐานของการวิจัย

1. การวิจัยมุ่งเน้นปัจจัยหลักด้านความเหมาะสม, ความสะดวกสบาย  
และความปลอดภัย ของผู้สูงอายุ
2. การวิจัยเกี่ยวกับกิจกรรมและพฤติกรรม ในสภาพแวดล้อม  
กายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในเขต  
กรุงเทพมหานคร

10

ขอบเขตของการวิจัย

#### ขั้นตอนการวิจัยที่ 1 การจัดการด้านผู้สูงอายุ

การวิจัยเชิงปริมาณ ใช้ในการศึกษา และ เก็บข้อมูลทั่วไป

- ด้านผู้สูงอายุ
- ประเภทกิจกรรม, ลักษณะพฤติกรรม
- พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ทั้งนี้ เป็นการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม และนำข้อมูลที่ได้  
ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ

เพื่อ สรุปผลด้านการใช้พื้นที่ ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรม และ  
พฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัย และ นำเสนอพื้นที่  
ในการวิจัย

11

ขั้นตอนและวิธีการวิจัย

#### ขั้นตอนการวิจัยที่ 2 การจัดการด้านการสัมผัสทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

การวิจัยเชิงปริมาณ และ เชิงคุณภาพ ใช้ในการศึกษา และ เก็บข้อมูล  
เชิงลึก

- ด้านผู้สูงอายุ
- ลักษณะพฤติกรรมภายในพื้นที่ที่ทำการวิจัย
- ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ

เพื่อ เสนอแนวทางการวางแผนพื้นที่ในการออกแบบพื้นที่ที่ทำการวิจัย  
สามารถลดค่าตาม และ สมมติฐานของการวิจัย

12

ขั้นตอนและวิธีการวิจัย

1. ปัจจัยที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทาง  
กายภาพภายในที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
2. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของ  
ผู้สูงอายุกับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่  
เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ
3. เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่  
เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร
4. ข้อมูลเบื้องต้น เพื่อศึกษาแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมทาง  
กายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุในกรณีอื่นๆต่อไป

13

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

#### ผู้สูงอายุ

- ประชากรเพศหญิงและเพศชายที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป
- อาศัยอยู่ในบ้านพักอาศัยของตนเองหรือของบุตรหลานและ  
ญาติที่พำนักในเขตกรุงเทพมหานคร
- สามารถดูแลตนเอง และ ประกอบกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเองหรือ  
ผู้สูงอายุที่ไม่อยู่ในภาวะพึ่งพา

14

นิยามคำศัพท์

#### สภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

1. สภาพแวดล้อมกายภาพภายใน หมายถึง สิ่งอำนวยความสะดวก  
ต่างๆที่อยู่รอบตัวผู้สูงอายุ ภายในสถานที่ที่ผู้สูงอายุดำรงชีวิต  
ประจำวัน ซึ่งมีผลกระทบและมีอิทธิพลต่อผู้สูงอายุ
2. ที่อยู่อาศัย หมายถึง สถานที่อยู่ของบุคคลหรือครอบครัว ได้แก่  
บ้านเดี่ยว, ทาวน์เฮ้าส์(ตึกแถว), อาคารพาณิชย์และห้องชุด  
(อพาร์ทเมนท์, คอนโดมิเนียม)

15

นิยามคำศัพท์

#### ความเหมาะสมต่อผู้สูงอายุ

ความเหมาะสมในการดำรงชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ โดยมุ่งเน้นที่  
ลักษณะของกิจกรรมและวิถีการ รวมถึงลักษณะ  
พฤติกรรมของผู้สูงอายุในการใช้ชีวิตประจำวัน เพื่อให้ชีวิตคง  
อยู่ยืนยาว

#### ลักษณะกิจกรรมและวิถีการ, ลักษณะพฤติกรรมของ ผู้สูงอายุในการดำรงชีวิตประจำวัน

- การประกอบกิจกรรมส่วนตัวประจำวัน
- การประกอบกิจกรรมที่เป็นงานอดิเรก
- การประกอบกิจกรรมทางสังคม

16

นิยามคำศัพท์

**แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ**

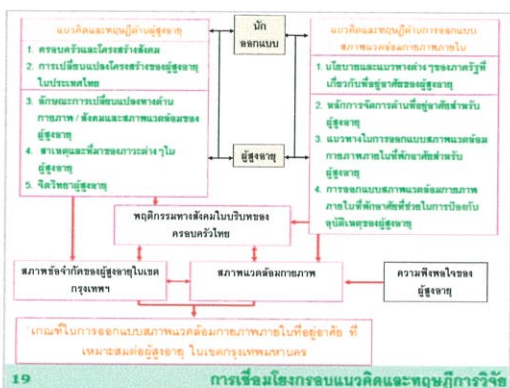
1. ครอบคลุมและโครงสร้างทางสังคม
2. ลักษณะการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรสูงอายุในประเทศไทย
3. ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางด้านกายภาพ สังคมและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ
4. สาเหตุและที่มาของภาวะต่างๆในผู้สูงอายุ
5. จิตวิทยาผู้สูงอายุ

17 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ

**แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในที่อยู่อาศัย**

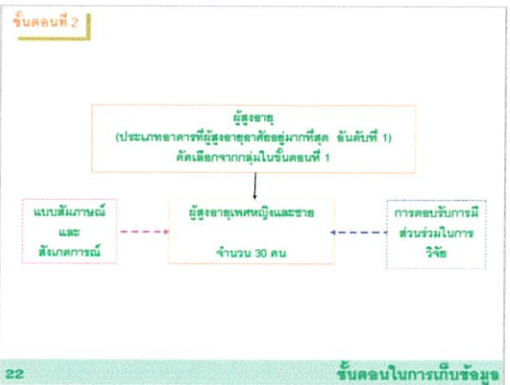
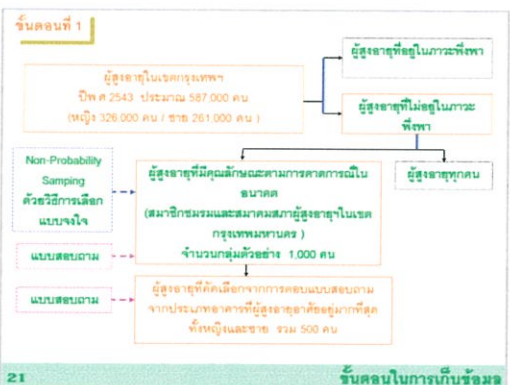
1. นโยบายและแนวทางต่างๆ ของภาครัฐบาลที่เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
2. หลักการจัดการด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
3. แนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ
4. การออกแบบสภาพแวดล้อมภายในที่พักอาศัย ที่ช่วยป้องกันอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

18 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ



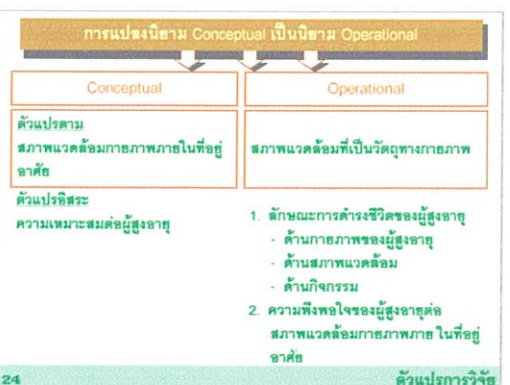
1. ประชากร คือ ผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ (สถิติผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพฯ พ.ศ.2543) ทั้งหมดจำนวน 587,000 คน แบ่งเป็น
  - เพศชาย จำนวน 261,000 คน
  - เพศหญิง จำนวน 326,000 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมและสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในเขตกรุงเทพฯ จำนวน 500 คน
  - การเลือกโดยไม่ใช่ทฤษฎีความน่าจะเป็น (Non Probability Sampling) ด้วยวิธีการเลือกแบบบังใจ (Purposive Sampling)

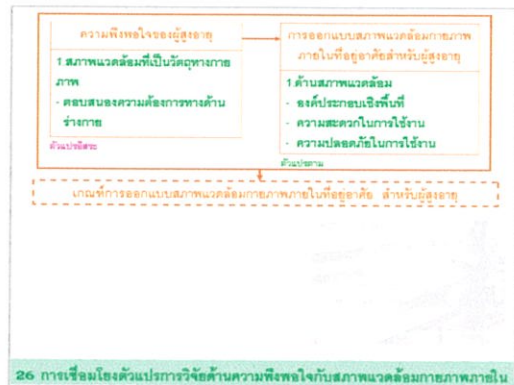
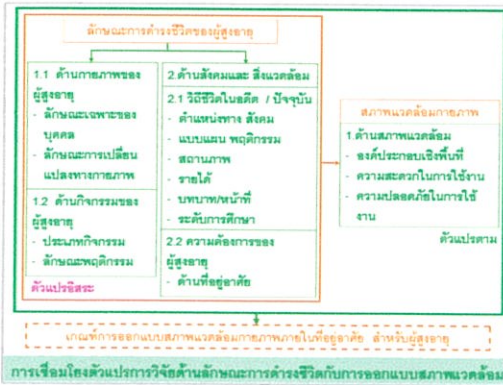
20 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง



1. แบบสอบถาม ในขั้นตอนที่ 1 ของการเก็บข้อมูล เพื่อการได้มาซึ่งภาพรวมด้านผู้สูงอายุและกิจกรรมของผู้สูงอายุ และเพื่อสรุปผลการกำหนดพื้นที่ในการทำวิจัยต่อไป
2. แบบสัมภาษณ์ ในขั้นตอนที่ 2 ของการเก็บข้อมูล เพื่อการได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกด้านความพึงพอใจของผู้สูงอายุและกิจกรรม, พฤติกรรมของผู้สูงอายุ และได้มาซึ่งแนวทางในการออกแบบสภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่ที่ทำการวิจัย
3. แบบสังเกตการณ์ ในขั้นตอนที่ 2 ของการเก็บข้อมูล เพื่อนำมาประกอบกับข้อมูลที่ได้จากแบบสัมภาษณ์เชิงลึก และสรุปผลที่ได้เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบพื้นที่ในการทำวิจัยขั้นต้น

23 เครื่องมือการวิจัย





**ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไป**  
และ  
**กิจกรรมภายในพื้นที่อยู่อาศัย**  
ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

A Design Criteria of Appropriate Home Environments for Elderly in Bangkok Area

**วัตถุประสงค์** ⇒ นำเสนอพื้นที่ในการวิจัย

โดย การนำข้อมูลมาวิเคราะห์และสรุปผลด้านการใช้พื้นที่ที่มีความสัมพันธ์กับกิจกรรมและสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

**การรวบรวมข้อมูล** ⇒ ส่งแบบสอบถามจำนวน 1,000 ชุด ไปยังประธานสาขาสมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในเขตกรุงเทพมหานคร

วัตถุประสงค์ ชั้นตอนที่ 1

**พื้นที่การศึกษา** ⇒ 12 เขต จากจำนวนทั้งหมด 30 เขต ในกรุงเทพมหานคร

**เวลาการเก็บข้อมูล** ⇒ เดือนสิงหาคม พ.ศ.2545 - เดือนกันยายน พ.ศ.2545

**การจัดการข้อมูล** ⇒ แบบสอบถามส่งกลับมาถึงผู้ทำวิจัย จำนวน 863 ชุด ⇒ สภาพสมบูรณ์สามารถใช้งานได้มีจำนวน 706 ชุด

หมายเหตุ : แบบสอบถามที่อยู่ในสภาพสมบูรณ์คือ ครอบคลุมในส่วนที่ 1, 2 และ 3 ครบถ้วน

วิธีการเก็บข้อมูลทั่วไป

**การจัดการข้อมูล** ⇒ คัดเลือกแบบสอบถามออกเป็น 4 กลุ่ม แบ่งตามประเภทของที่อยู่อาศัย ได้แก่

กลุ่มที่ 1	บ้านเดี่ยว	จำนวน	516 ชุด (73.0%)
กลุ่มที่ 2	ทาวน์เฮ้าส์	จำนวน	114 ชุด (16.1%)
กลุ่มที่ 3	อาคารพาณิชย์	จำนวน	58 ชุด (8.2%)
กลุ่มที่ 4	อาคารชุด	จำนวน	18 ชุด (2.7%)

วิธีการเก็บข้อมูลทั่วไป

ดังนั้น การศึกษาครั้งนี้ ศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยวเท่านั้น

↓

ใช้ข้อมูลจากแบบสอบถามในกลุ่มที่ 1 (บ้านเดี่ยว) จำนวน 500 ชุด

วิธีการเก็บข้อมูลทั่วไป

**การสรุปและอภิปรายผล**

1. ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
2. ประเภทกิจกรรม และการใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

การนำเสนอข้อมูล

### 1. ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง



33 การสรุปและอภิปรายผล

มีภูมิลำเนาในเขตกรุงเทพฯ

↑

ผู้สูงอายุเพศหญิงมากกว่าเพศชาย

↓

นับถือศาสนาพุทธ

ส่วนใหญ่มีช่วงอายุที่ 65 - 69 ปี รองลงมา คือ 60 - 64 ปี

ส่วนใหญ่แต่งงานแล้ว รองลงมาคือ เป็นม่าย

34 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

ระดับการศึกษา

↓

มัธยมศึกษาตอนปลาย (9.8%)

ปริญญาตรี (28.0%)

ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา (30.4%)

การประกอบอาชีพในอดีต

อาชีพอื่นๆ (12.0%)	3
แม่บ้าน (18.8%)	2
รับราชการ (29.2%)	1

การประกอบอาชีพปัจจุบัน

แม่บ้าน (21.2%)	3
อาชีพอื่นๆ (21.4%)	2
ไม่ได้ประกอบอาชีพ (28.0%)	1

35 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

ผลสรุป จากการศึกษาด้านระดับการศึกษา และ ด้านการประกอบอาชีพทั้งในอดีตและปัจจุบัน พบว่า มีความสัมพันธ์กัน ดังนี้

ในอดีต

- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูง คือ ตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป → รับราชการ
- พนักงานรัฐวิสาหกิจ
- รับจ้างทั่วไป

ปัจจุบัน

- ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี → มีส่วนน้อยที่ประกอบอาชีพรับราชการ

ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการประกอบอาชีพ เนื่องจากผู้สูงอายุทุกระดับการศึกษาส่วนใหญ่เกษียณอายุ และ ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้ว

36 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (ในอดีต)

ไม่มีรายได้ (15.0%)	3
5,001-10,000 บาท (15.6%)	2
1-5,000 บาท (32.4%)	1

แหล่งที่มาของรายได้ (ปัจจุบัน)

อื่นๆ เช่น บำนาญ(22.0%)	3
จากการประกอบอาชีพ(28.2%)	2
จากบุตรหลาน (32.8%)	1

จำนวนบุตรของผู้สูงอายุ

ไม่มีบุตร (19.0%)	3
3 - 4 คน (30.0%)	2
1 - 2 คน (31.0%)	1

บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน

คู่สมรส (17.6%)	3
บุตรหลาน (22.4%)	2
ครอบครัวเดียว (42.2%)	1

37 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

แบบแผนครอบครัว (ในอดีต)

ครอบครัวคนเดียว (อยู่คนเดียว) (3.4%)	3
ครอบครัวขยาย (44.0%)	2
ครอบครัวเดี่ยว (52.6%)	1

แบบแผนครอบครัว (ปัจจุบัน)

ครอบครัวคนเดียว (อยู่คนเดียว) (6.2%)	3
ครอบครัวขยาย (38.6%)	2
ครอบครัวเดี่ยว (55.2%)	1

พบว่า ทั้งในอดีตและปัจจุบัน ผู้สูงอายุมิแบบแผนครอบครัวที่เหมือนกัน ต่างกันที่สัดส่วนของแบบแผนครอบครัวเดี่ยวและครอบครัวคนเดียว ในปัจจุบันเพิ่มขึ้น

38 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

น้ำหนัก (กก)

60 - 64 กก. (15.6%)	3
55 - 59 กก. (17.4%)	2
50 - 54 กก. (19.0%)	1

ส่วนสูง (ซม)

160 - 164 ซม. (18.6%)	3
150 - 154 ซม. (22.4%)	2
155 - 159 ซม. (28.2%)	1

สุขภาพ

โคเรเดอเรตสูง (13.3%)	3
ความดันโลหิตสูง (16.3%)	2
โรคข้อ (ข้อเข่า) (16.6%)	1

บทบาทหน้าที่

ที่ปรึกษาในด้านต่างๆ (11.1%)	3
อบรมบุตรหลาน (33.6%)	2
หัวหน้าครอบครัว (36.1%)	1

39 ลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

ไม่ยอมรับ (29.8%)

↓

ยอมรับ (70.2%)

↓

การตอบรับการมีส่วนร่วมการวิจัย ในส่วนของการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์

↑

เพศชาย (23.9%)

↓

ผู้สูงอายุเพศหญิงมากกว่าเพศชาย

↓

เพศหญิง (76.1%)

40 ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ

2. ประเภทกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม ของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง



41 การสรุปและอภิปรายผล

ผลจากการตอบแบบสอบถามข้อมูลด้านประเภทกิจกรรม ที่ผู้สูงอายุปฏิบัติในชีวิตประจำวัน พบว่า

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ ได้แก่

การนั่งเล่น/นอนเล่น	(ร้อยละ 10.22)		1
ดูโทรทัศน์	(ร้อยละ 10.22)		2
ฟังวิทยุ	(ร้อยละ 9.28)		3
ทำงานบ้าน	(ร้อยละ 8.89)		4
อ่านหนังสือ	(ร้อยละ 8.44)		5
ปลูกต้นไม้	(ร้อยละ 8.16)		6
เฝ้าบ้าน	(ร้อยละ 7.91)		7

42 ประเภทกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม

ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งเน้นที่การประกอบกิจกรรมต่อไปนี้

กิจกรรมที่ปฏิบัติมากที่สุด

- นั่งเล่น / นอนเล่น
- ดูโทรทัศน์

รองลงมาคือ

- ทำงานบ้าน
- อ่านหนังสือ
- ปลูกต้นไม้
- ฟังวิทยุ
- เฝ้าบ้าน

43 ประเภทกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม

การ ประกอบกิจกรรมในพื้นที่ต่างๆ ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ สามารถสรุปผลการศึกษาดังนี้

ประเภทกิจกรรม      การใช้พื้นที่มากที่สุด      พื้นที่รองลงมา ที่ 1      พื้นที่รองลงมา ที่ 2

- การนั่งเล่น/นอนเล่น, ฟังวิทยุ, อ่านหนังสือ → พื้นที่นั่งเล่น
- ปลูกต้นไม้ → สวนบ้าน
- ดูโทรทัศน์ → พื้นที่นั่งเล่น
- ทำงานบ้าน → ครัว

พื้นที่รองลงมา ที่ 1: พื้นที่นอน, พื้นที่รับแขก

พื้นที่รองลงมา ที่ 2: พื้นที่รับแขก, พื้นที่นอน

44 ประเภทกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม

ผลจากการใช้พื้นที่ภายในที่อยู่อาศัย ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า


พื้นที่นั่งเล่น เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ ภายในที่อยู่อาศัยมากที่สุด

เนื่องจาก เป็นพื้นที่ที่ใช้ในการประกอบกิจกรรมต่างๆ และใช้เวลาในแต่ละวันอยู่กับพื้นที่นี้มากที่สุด ได้แก่

นั่งเล่น/นอนเล่น , ดูโทรทัศน์ , ฟังวิทยุ และอ่านหนังสือ

45 ประเภทกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม

ดังนั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงเน้น ทำการศึกษาเฉพาะส่วนที่เป็น พื้นที่นั่งเล่น เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกในการศึกษาวิจัย



46 การสรุปและอภิปรายผล

การวิเคราะห์ , อภิปราย , สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะด้านกิจกรรม , พฤติกรรม และสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

A Design Criteria of Appropriate Home Environments for Elderly in Bangkok Area

กลุ่มตัวอย่างในขั้นตอนที่ 2 มีจำนวนทั้งหมด 30 คน

ใช้เวลาการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 30 วัน (ประมาณ 5 – 8 ชั่วโมง ต่อผู้สูงอายุ 1 คน ใน 1 วัน) ในช่วง 2 เดือน

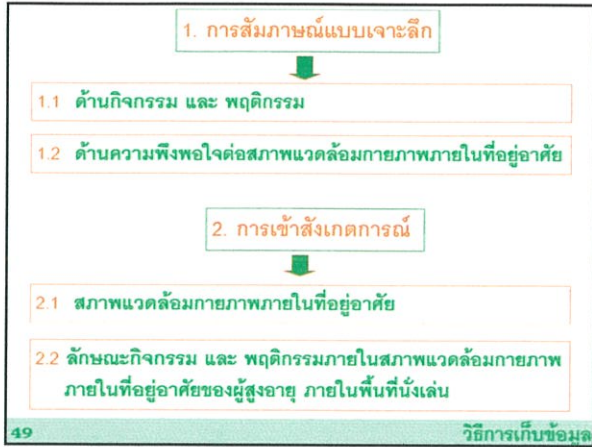
↓

ต้นเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2545 ถึง ปีสายเดือนธันวาคม พ.ศ.2545

เพศหญิง และ เพศชาย เท่ากัน

มีเกณฑ์การคัดเลือกจากระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลาย ถึงระดับปริญญาโท

48 กลุ่มตัวอย่าง



**1. ผู้สูงอายุ**

- ปัจจัยด้านลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ
- ปัจจัยด้านกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของ ผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

**เพื่อ** ศึกษาและตอบประเด็นปัญหาเกี่ยวกับปัจจัยต่างๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุ ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

**2. สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ**

**เพื่อ** ศึกษาและตอบประเด็นปัญหาเกี่ยวกับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่มีความสำคัญอันควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพ

50 การสรุปผลการศึกษา

3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุกับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

**เพื่อ** ศึกษาและตอบประเด็นปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุ กับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร


4. เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

**เพื่อ** ศึกษาและตอบประเด็นปัญหาเกี่ยวกับการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

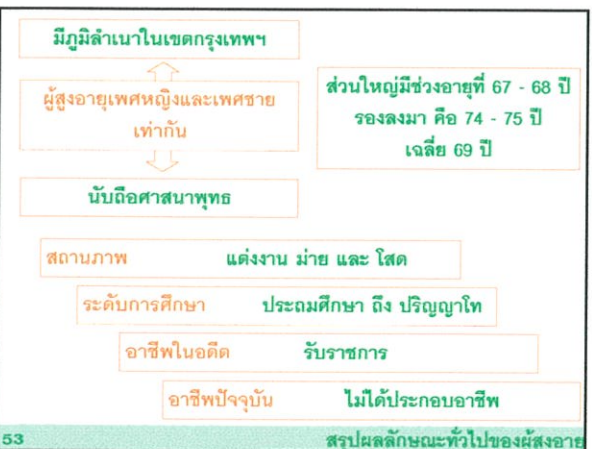
51 การสรุปผลการศึกษา

**1. ผู้สูงอายุ**

ปัจจัยด้านลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ




52



ปัจจัยที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่ควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร มีดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป และลักษณะทางกายภาพ ได้แก่

- อายุ . ความสูง . น้ำหนัก
- จำนวนสมาชิกที่อาศัยอยู่ร่วมกันภายในที่อยู่อาศัย

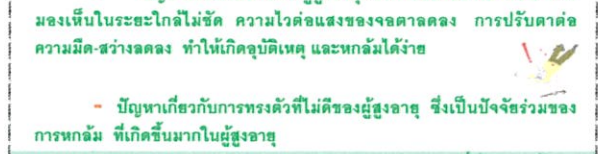


55 อภิปรายผลลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

ปัจจัยที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ ที่ควรคำนึงถึงในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร มีดังนี้

2. ปัญหาสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้แก่


- ปัญหาเกี่ยวกับสายตา ผู้สูงอายุต้องการแสงสว่างมากขึ้น การมองเห็นในระยะใกล้ไม่ชัด ความไวต่อแสงของจอตาลดลง การปรับค่าต่อความมืด-สว่างลดลง ทำให้เกิดอุบัติเหตุ และหกล้มได้ง่าย
- ปัญหาเกี่ยวกับการทรงตัวที่ไม่ดีของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นปัจจัยร่วมของการหกล้ม ที่เกิดขึ้นมากในผู้สูงอายุ



56 อภิปรายผลลักษณะทั่วไปของผู้สูงอายุ

1. ผู้สูงอายุ

ปัจจัยด้านกิจกรรมและการใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรมของผู้สูงอายุ



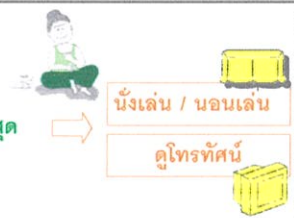
57

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติมากที่สุด

นั่งเล่น / นอนเล่น

ดูโทรทัศน์


โดย พื้นที่นั่งเล่น เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุภายในที่อยู่อาศัยมากที่สุด



58 อภิปรายผลกิจกรรม และ การใช้พื้นที่ในการประกอบกิจกรรม

2. สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

กิจกรรม และ ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ



59

การจัดกลุ่มผู้สูงอายุตามลักษณะของการอยู่อาศัย


กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน

- เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง

กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน

กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว

- เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย



60 สรุปผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสและบุตรหลาน**

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ คือ

การนั่งเล่น/นอนเล่น (ร้อยละ 23.0)		1
อ่านหนังสือ (ร้อยละ 17.3)		2
ดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 16.9)		3
ฟังวิทยุ (ร้อยละ 16.6)		4

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุปฏิบัติร่วมกับคู่สมรส คือ  
การดื่มเครื่องดื่มประเภทต่างๆ , การเลี้ยงหลาน , ดูโทรทัศน์

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุไม่ปฏิบัติร่วมกับคู่สมรส คือ  
การอ่านหนังสือ , เขียนหนังสือ , นั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุ

61 สรุปผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่กับบุตรหลาน**

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ คือ

การนั่งเล่น/นอนเล่น (ร้อยละ 20.5)		1
ดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 17.6)		2
ฟังวิทยุ (ร้อยละ 14.7)		3
รับประทานอาหาร (ร้อยละ 13.2)		4
ดื่มเครื่องดื่มประเภทต่างๆ (ร้อยละ 13.2)		5

62 สรุปผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**กลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่คนเดียว**

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ปฏิบัติ คือ

การนั่งเล่น/นอนเล่น (ร้อยละ 20.6)		1
ฟังวิทยุ (ร้อยละ 20.6)		2
อ่านหนังสือ (ร้อยละ 15.5)		3
ดื่มเครื่องดื่มประเภทต่างๆ (ร้อยละ 12.0)		4
ดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 12.0)		5

63 สรุปผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**การเปรียบเทียบกิจกรรมของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม**

กิจกรรม	กลุ่มที่ 1	กลุ่มที่ 2	กลุ่มที่ 3
นั่งเล่น/นอนเล่น	■	■	■
ฟังวิทยุ		■	■
รับประทานอาหาร		■	■
ดื่มเครื่องดื่มประเภทต่างๆ		■	■
ดูโทรทัศน์	■	■	■
อ่านหนังสือ	■		■
เขียนหนังสือ	■		■
เลี้ยงหลาน	■		
เลี้ยงสัตว์		■	
เลี้ยงหลาน		■	
ชมทิวทัศน์		■	
รับแขก		■	

กิจกรรมที่ปฏิบัติเหมือนกันทั้ง 3 กลุ่ม คือ

- นั่งเล่น / นอนเล่น
- ฟังวิทยุ
- ดื่มเครื่องดื่มประเภทต่างๆ
- ดูโทรทัศน์
- อ่านหนังสือ
- เขียนหนังสือ

■ กิจกรรมที่ผู้สูงอายุในกลุ่มต่างๆ ไม่ได้ปฏิบัติภายในพื้นที่นั่งเล่น

64 อภิปรายผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม มี 3 ลักษณะ**

1. การนั่ง และนอนบนพื้น

65 อภิปรายผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม มี 3 ลักษณะ**

2. การนั่ง และนอนบนเตียงหรือเตียง

66 อภิปรายผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุทั้ง 3 กลุ่ม มี 3 ลักษณะ**

3. การนั่ง และนอนบริเวณชุดรับแขก

67 อภิปรายผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรม ประกอบด้วย**

- ชุดรับแขก , ชั้นสำหรับวางของ เช่น อุปกรณ์ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน หรือ หนังสือต่างๆ
- หมอน หรือ หมอนอิง , พรมปูพื้น , ชุดโต๊ะทำงาน , เก้าอี้นอน , ตู้ หรือชั้น สำหรับวางโทรทัศน์ / วิทยุ หรือเครื่องเสียง

68 อภิปรายผลกิจกรรมและลักษณะพฤติกรรม

**ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆ**

แบบที่ 1 เกิดการทับซ้อนของกิจกรรม และการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ แต่กรณีของผู้สูงอายุในกลุ่มที่ 3 ไม่เกิดปัญหาด้านการใช้งาน เนื่องจาก อยู่คนเดียว

69 อภิปรายผลความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่

**ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆ**

แบบที่ 2 การใช้พื้นที่ร่วมกันระหว่าง พื้นที่นั่งเล่น กับพื้นที่ทำงาน และ พื้นที่รับแขก ทำให้เกิดการทับซ้อนของกิจกรรม และการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

70 อภิปรายผลความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่

**ความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่นั่งเล่นกับพื้นที่อื่นๆ**

แบบที่ 3 การแยกเป็นสัดส่วน พื้นที่นั่งเล่น , พื้นที่ทำงาน และ พื้นที่รับแขก อยู่ในบริเวณติดกัน หรือ ใกล้เคียงกัน ทำให้ผู้สูงอายุพึงพอใจกับการจัดวางพื้นที่ในแบบที่ 3 มากกว่าแบบที่ 1 และ แบบที่ 2

71 อภิปรายผลความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่

**2. สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ**

ความพึงพอใจคือสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

72

ความพึงพอใจต่อตำแหน่งและความสัมพันธ์ของพื้นที่นั่งเล่นของผู้สูงอายุ

- สามารถมองเห็นหน้าบ้านได้ชัดเจน
- อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน
- เข้า - ออก ได้สะดวก
- มีความเป็นสัดส่วน
- ใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขก



ความพึงพอใจต่อวัสดุพื้น — ผนัง - เพดาน

- สามารถดูแลรักษาง่าย
- สีไม่จืดจาง
- วัสดุจากธรรมชาติ หรือ โกลด์เคียงธรรมชาติ



- มีอายุการใช้งานยาวนาน
- มีความปลอดภัยในการใช้งาน

ความพึงพอใจต่อประตู — หน้าต่าง และ ช่องแสง

- อยู่ในตำแหน่งที่สามารถรับแสงธรรมชาติได้
- เปิด - ปิดง่าย
- เข้า - ออก ได้สะดวก
- ดูแลรักษาง่าย



ความพึงพอใจต่อเครื่องเรือน

- การจัดวางที่เป็นสัดส่วน ไม่กีดขวางทางเดิน
- ใช้งานง่าย และสะดวก
- ดูแลรักษาง่าย
- มีความมั่นคงแข็งแรง
- ใช้วัสดุธรรมชาติ
- สีไม่จืดจาง



2. สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

สภาพแวดล้อมกายภาพภายในพื้นที่นั่งเล่น ภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง



ตัวอย่างตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น



ตัวอย่าง ตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นที่มีลักษณะเปิด อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอกเข้าสู่ภายในที่อยู่อาศัย

- หมายเหตุ
- เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ
  - เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุไม่ใช้เป็นประจำ

### ตัวอย่างตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น

ตัวอย่าง ตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ลักษณะเปิดโล่ง ต่อเนื่องจากพื้นที่ภายนอกเข้าสู่ภายในที่อยู่อาศัย

หมายเหตุ  
 ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ  
 ■ เครื่องเรือนที่ผู้ดูแลหรือผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

79 อภิปรายผลตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น

### ตัวอย่างตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น

ตัวอย่าง ตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านในของตัวบ้าน ต่อเนื่องจากพื้นที่อื่น ๆ ภายในที่อยู่อาศัย

หมายเหตุ  
 ■ เครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ  
 ■ เครื่องเรือนที่ผู้ดูแลหรือผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ

80 อภิปรายผลตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น

### ตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น

**สรุป** ตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขก สามารถมองเห็นหน้าบ้านได้ และมองเห็นพื้นที่อื่น ๆ ภายในบ้านได้ และเข้า - ออกได้สะดวก

**สรุป** ทิศในการวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่นส่วนใหญ่อยู่ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ , ทิศตะวันออกเฉียงใต้ และทิศตะวันตกเฉียงเหนือ

81 อภิปรายและสรุปผลตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น

### การใช้พื้นที่นั่งเล่นร่วมกับพื้นที่รับแขก

**ปัญหา** การใช้พื้นที่ร่วมกัน เมื่อมีแขกมาเยี่ยมสมาชิกภายในบ้าน ผู้สูงอายุต้องออกจากพื้นที่นั่งเล่น ไปใช้ระเบียงหน้าบ้าน หรือพื้นที่อื่นแทน

แยกจากกัน (23.4%)  
 ใช้ร่วมกัน (76.6%)

พื้นที่นั่งเล่น + พื้นที่รับแขก

82 อภิปรายผลความสัมพันธ์ของพื้นที่

### ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น

กลุ่มตัวอย่าง	แสดงค่าเฉลี่ย (Mean)		
	ขนาดพื้นที่ที่อยู่อาศัย (ตารางเมตร)	ขนาดของพื้นที่นั่งเล่น (ตารางเมตร)	ร้อยละ (%) ของพื้นที่นั่งเล่นพื้นที่ที่อยู่อาศัย
กลุ่มที่ 1	174.48	17.29	10.92
กลุ่มที่ 2	223.44	19.46	8.08
กลุ่มที่ 3	158.33	15.96	11.22
รวมทั้ง 3 กลุ่ม	Mean = 185.41 S.D. = 33.90	Mean = 17.57 S.D. = 1.76	Mean = 10.07 S.D. = 1.73

ขนาด พื้นที่นั่งเล่น = 17.57 ตารางเมตร (จำนวนผู้สูงอายุ 3 - 4 คน)  
 ขนาดร้อยละ = 10.07 ของพื้นที่ ที่อยู่อาศัย  
 ความสูงเฉลี่ย = 2.71 เมตร

83 อภิปรายผลการศึกษา

### ตัวอย่างขนาดของพื้นที่นั่งเล่น

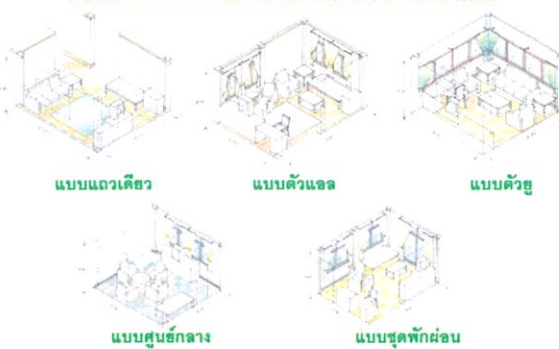
15.75 ตร.ม      17.50 ตร.ม      19.25 ตร.ม

### ตัวอย่างการวางตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น

การวางในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นหน้าบ้านได้สะดวก อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน และเข้า - ออกได้สะดวกสามารถใช้ร่วมกับพื้นที่รับแขก และอยู่ด้านทิศที่ได้รับแสงธรรมชาติในช่วงเช้า

84 อภิปรายผลการศึกษา

**ตัวอย่างการจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น**



แบบแถวเดียว      แบบตัวแอล      แบบตัวยู

แบบศูนย์กลาง      แบบชุดพักผ่อน

การจัดวางโดยมีจุดรับแขก และชุดสำหรับพักผ่อน เป็นประธานของพื้นที่

85      อภิปรายผลการศึกษา

**ปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการวางตำแหน่ง, ความสัมพันธ์ และ ขนาดของพื้นที่นั่งเล่นที่เหมาะสม มีดังนี้**

- (1) บทบาท / หน้าที่ และ ลักษณะกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุ เช่น ตำแหน่งด้านหน้า เพื่อสามารถมองเห็นได้ทั้งภายนอกและภายในที่อยู่อาศัย
- (2) ง่ายต่อการเข้าถึงพื้นที่นั่งเล่น และ สะดวกในการเข้าถึงพื้นที่รับประทานอาหาร และห้องน้ำ
- (3) ได้รับแสงสว่างจากภายนอก และแสงประดิษฐ์ บริเวณเส้นทางสัญจร และภายในพื้นที่นั่งเล่น
- (4) ขนาดของพื้นที่มีขนาดร้อยละ 10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย

86      อภิปรายผลการศึกษา

**วัสดุพื้น**

ส่วนใหญ่เป็นพื้นกระเบื้อง

รองลงมาคือ พื้นไม้



- เสื่อน้ำมัน      - ไม้

- หินอ่อน      - กระเบื้อง

87      การสรุปผลการศึกษา

**วัสดุผนัง**



- ทาสีพลาสติก      - ติวอลล์เปเปอร์

- ไม้ ทาสีน้ำมัน

ส่วนใหญ่เป็นผนังก่ออิฐฉาบปูน  
ทาสีพลาสติก  
รองลงมาคือ ติวอลล์เปเปอร์

88      การสรุปผลการศึกษา

**วัสดุเพดาน**

ส่วนใหญ่เป็นเพดานยิปซัมทาสีพลาสติก  
รองลงมาคือ ทึบาร์



- ทึบาร์

- ยิปซัมทาสีพลาสติก

89      การสรุปผลการศึกษา


**ปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการเลือกวัสดุพื้น, ผนัง, เพดานภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้**

- (1) เป็นวัสดุที่สามารถดูแลรักษาได้ง่าย ไม่ลื่น ปลอดภัยในการใช้งาน
- (2) มีสีอ่อนที่ดูแล้วสว่าง สดใส และ สะอาดตา
- (3) มีความคงทน หรือ มีอายุการใช้งานที่ยาวนาน
- (4) ให้ความรู้สึกที่เป็นธรรมชาติ
- (5) ลักษณะความชอบเฉพาะบุคคลของผู้สูงอายุ

90      อภิปรายผลการศึกษา

**ประตู**

ส่วนใหญ่เป็นประตูบานเปิด  
รองลงมาคือ ประตูบานเลื่อน



- ประตูบานเลื่อนคู่

**ปัญหา** เกิดจากการใช้งานที่สรวานขาดการดูแลรักษาที่ดี ทำให้เปิด-ปิดไม่สะดวก และมีการจัดวางเครื่องเรือนกีดขวางการเข้าถึงหน้าต่าง

- บานเปิดเดี่ยว

การสรุปผลการศึกษา

**หน้าต่าง**

ส่วนใหญ่เป็นหน้าต่างบานเปิด  
รองลงมาคือ หน้าต่างบานเลื่อน



- บานเปิดเดี่ยว

**ปัญหา** เกิดจากการใช้งานที่สรวานขาดการดูแลรักษาที่ดี ทำให้เปิด-ปิดไม่สะดวก และมีการจัดวางเครื่องเรือนกีดขวางการเข้าถึงหน้าต่าง

การสรุปผลการศึกษา

ปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการวางตำแหน่ง และเลือกรูปแบบของประตู , หน้าต่าง ภายในพื้นที่นั่งเล่นที่เหมาะสม มีดังนี้

- (1) ตำแหน่งของประตู เป็นพื้นที่โล่ง ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด - ปิดประตู ในการเข้า หรือ ออก มองเห็นได้ง่าย อยู่ในตำแหน่งที่สามารถรับแสง และ ลมธรรมชาติจากภายนอกได้ และ สะดวกในการเข้าใช้งาน
- (2) ตำแหน่งของหน้าต่าง อยู่ด้านทิศที่สามารถรับแสงธรรมชาติในเวลาเช้าได้เต็มที่ รวมถึงการเลือกประเภทของผ้าม่าน ต้องคำนึงถึงเนื้อผ้าที่แสงสามารถส่องผ่านได้ไม่หนาที่ยบจนเกินไป
- (3) ดุแล และ ร่มแซม ประตู หรือ หน้าต่าง เมื่อเกิดการชำรุด เพื่อความสะดวก และ ความปลอดภัยในขณะที่ใช้งาน

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการวางตำแหน่ง และเลือกรูปแบบของประตู , หน้าต่าง ภายในพื้นที่นั่งเล่นที่เหมาะสม มีดังนี้

- (4) การจัดวางเครื่องเรือนภายในพื้นที่นั่งเล่น หรือ พื้นที่ใกล้เคียง ต้องคำนึงถึงการใช้งานบริเวณประตู หรือ หน้าต่าง ที่สะดวก และปลอดภัย ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด - ปิด ประตู หรือ หน้าต่าง รวมถึงไม่จัดวางกันบริเวณที่สามารถรับแสงธรรมชาติ
- (5) การเคลือบพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่น ควรคำนึงถึงรูปแบบของพื้นที่นั้น ๆ เช่น ขนาดของพื้นที่, การเลือกใช้วัสดุหลังคาโปร่งแสง รวมถึงการเว้นระยะห่างระหว่างพื้นที่ เพื่อให้แสงสว่างจากภายนอก สามารถเข้าถึงภายในพื้นที่นั่งเล่นได้

อภิปรายผลการศึกษา

**จัดประเภทของเครื่องเรือนและองค์ประกอบภายในพื้นที่นั่งเล่น 3 ประเภท ดังนี้**

1. ประเภทเครื่องเรือน  $\Rightarrow$  ส่วนใหญ่คือ ชั้นวางของ รองลงมาคือ อาร์มแชร์
2. ประเภทอุปกรณ์ประกอบการใช้สอย  $\Rightarrow$  ส่วนใหญ่คือ หมอน / หมอนอิง รองลงมาคือ เบาะรองนั่ง
3. ประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้า  $\Rightarrow$  ส่วนใหญ่คือ พัดลม รองลงมาคือ โทรทัศน์

สรุปผลเครื่องเรือนและอุปกรณ์ภายในพื้นที่นั่งเล่น

**การจัดวางเครื่องเรือน**

**พบว่า** เครื่องเรือนที่มีความสำคัญและเป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และเป็นเครื่องเรือนที่อยู่สูงอายุใช้ในชีวิตประจำวัน คือ

- ชุดรับแขก                      - ชุดสำหรับพักผ่อน

**พบว่า** การจัดวางเครื่องเรือนมี 5 ลักษณะ คือ

1. การจัดวางแบบแถวเดี่ยว(13.3%)
2. การจัดวางแบบตัวแอล(46.6%)เป็นแบบที่พบมากที่สุด
3. การจัดวางแบบตัวยู(16.6%)
4. การจัดวางแบบศูนย์กลาง(6.8%)
5. พื้นที่นั่งเล่นที่ไม่มีชุดรับแขก(20.0%) โดดใช้ตั้งหรือเตียงแทน

อภิปรายผลการศึกษา

### การจัดวางชุดรับแขก

- ตำแหน่งของชุดรับแขกส่วนใหญ่ วางชิดผนังด้านใดด้านหนึ่งของพื้นที่
- ประธานของชุดรับแขกส่วนใหญ่หันหน้าไปด้านที่มีตู้วางโทรทัศน์
- ตำแหน่งของชุดรับแขกส่วนใหญ่ สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่นได้ทั่ว
- สามารถมองเห็นบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก

97

อภิปรายผลการศึกษา

### รูปแบบ , ขนาด , วัสดุ และสีของเครื่องเรือน

#### 1. ชุดรับแขก ประกอบด้วย

- โซฟา 3 ที่นั่ง
- โซฟา 2 ที่นั่ง
- อาร์มแชร์
- สตูลวางเท้า
- โต๊ะกลาง
- โต๊ะข้าง



โซฟา ทำจากโครงสร้างไม้ บุนพอง ภาย หุ้มด้วยหนังเทียม และหนังแท้ ซึ่งพบเป็นส่วนใหญ่

98

อภิปรายผลการศึกษา

### รูปแบบ , ขนาด , วัสดุ และสีของเครื่องเรือน

#### 2. ชุดทำงาน ประกอบด้วย

- โต๊ะทำงาน
- เก้าอี้



โต๊ะทำงาน

**knockdown** และ เก้าอี้ ทำจากโครงสร้างไม้ เบาะรองนั่งและพนักพิงหุ้ม ฟองยาง และหนังเทียม ซึ่ง พบเป็นส่วนใหญ่

เก้าอี้ ทำจาก พลาสติก มี เบาะรองนั่งหุ้ม ด้วยผ้าวางบนที่ นั่ง



99

อภิปรายผลการศึกษา

### รูปแบบ , ขนาด , วัสดุ และสีของเครื่องเรือน

#### 3. ชุดสำหรับพักผ่อน ประกอบด้วย

- เตียง หรือเตียง
- เก้าอี้นอน



เตียงนอน ขนาด 3.5 ฟุต ทำ จากเหล็ก

โซฟา 3 ที่นั่ง ชนิดปรับเบาะที่นอนได้

100

อภิปรายผลการศึกษา

### รูปแบบ , ขนาด , วัสดุ และสีของเครื่องเรือน

#### 3. ชุดสำหรับวางและเก็บของ ประกอบด้วย

- ชั้นวางโทรทัศน์ หรือเครื่องเสียง
- ชั้นวางของ



มีทั้งแบบยึดติดกับพื้นที่ และแบบลอยตัว

101

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการเลือกเครื่องเรือน และ อุปกรณ์ ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่ เหมาะสม มีดังนี้

- (1) จำนวนของเครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ที่เพียงพอกับ จำนวนสมาชิกในครอบครัว และ ความต้องการในการใช้งาน
- (2) การจัดวางเครื่องเรือน ที่เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และ เป็น เครื่องเรือนที่อยู่สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวัน ได้แก่ ชุดรับแขก หรือ ชุด สำหรับพักผ่อน จัดวางแบบตัวแอล หรือ แบบแนวเดียว โดยวางชิดผนัง หันหน้าประธานไปด้านที่มีตู้ หรือ ชั้นวางโทรทัศน์ และ ตำแหน่งที่อยู่สูงอายุ ใช้เป็นประจำ สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่น และบริเวณรั้วหน้าบ้าน

102

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยที่ควรคำนึงถึงในการเลือกเครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม มีดังนี้

- (3) ขนาดของเครื่องเรือน มีขนาดมาตรฐานทั่วไป
- (4) รูปแบบ และ วัสดุของเครื่องเรือน มีความมั่นคงแข็งแรง และ ปลอดภัยในการใช้งาน ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม โต๊ะทำงาน มีตู้, ชั้น หรือ ชั้นชักสำหรับวาง และ เก็บเอกสารสำคัญ สามารถปิดล็อกได้ เก้าอี้ ที่มีเบาะรองนั่งเพื่อความสบายในการนั่งเป็นเวลานาน
- (5) สีของเครื่องเรือน เป็นสีโทนอ่อน เช่น โทนสีขาว หรือ ครีม เป็นต้น และ คำนึงถึงความชอบส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

103

อภิปรายผลการศึกษา

3. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านสภาพของผู้สูงอายุ กับปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายใน ที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร



104

การสรุปผลการศึกษา

ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับข้อโดยเฉพาะข้อเข้า การทรงตัว และการลุก / นั่ง หรือก้ม และ เหยย มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

- (1) ปัจจัยเกี่ยวกับตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น ควรเข้าออกได้สะดวก ง่ายต่อการเข้าถึง
- (2) ปัจจัยเกี่ยวกับวัสดุปูพื้นต้องมีความคงทน ไม่ลื่น และ ปลอดภัยในการใช้งาน
- (3) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบของประตู , หน้าต่าง และ ช่องแสงเข้าสู่พื้นที่นั่งเล่น ต้องใช้งานได้สะดวก เปิด - ปิดง่าย ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวาง และ เข้า - ออกสะดวก สามารถมองเห็นได้ง่าย

105

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับข้อโดยเฉพาะข้อเข้า การทรงตัว และการลุก / นั่ง หรือก้ม และ เหยย มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

- (4) ปัจจัยเกี่ยวกับแสงสว่าง ต้องได้รับจากภายนอก และ แสงสว่างภายในพื้นที่ ( แสงประดิษฐ์ ) และ บริเวณเส้นทางสัญจรภายใน
- (5) ปัจจัยเกี่ยวกับการจัดวางเครื่องเรือน สามารถใช้งานสะดวกสบาย ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด - ปิด ประตู หรือ หน้าต่าง และ การเข้า - ออกประตู และ คู่มือรักษาง่าย มีความแข็งแรงทนทาน
- (6) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบ และ วัสดุของเครื่องเรือน มีการบุฟองยาง หุ้มด้วยวัสดุอ่อนนุ่ม เพื่อความสบายในการนั่งเป็นเวลานาน มีน้ำหนักมาก มั่นคงแข็งแรง ไม่มีเหลี่ยมมุมแหลมคม มีความปลอดภัยในการใช้งาน

106

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับสายตา มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

- (1) ปัจจัยเกี่ยวกับวัสดุปูพื้น , ผ้าม่าน และฝ้าเพดาน มีสีอ่อนที่ดูสว่างสดใสและสะอาดตา
- (2) ปัจจัยเกี่ยวกับสีภายในพื้นที่นั่งเล่น ควรเป็นสีโทนอ่อน มีแสงสว่างจากภายนอก และ แสงสว่างภายในพื้นที่เพียงพอทั้งภายในพื้นที่นั่งเล่น และ บริเวณเส้นทางสัญจรภายใน
- (3) ปัจจัยเกี่ยวกับการจัดวางเครื่องเรือน ไม่ควรจัดวางเครื่องเรือนปิด หรือ กั้นในบริเวณที่สามารถรับแสงธรรมชาติได้ มีสีสะอาดตา ไม่จืดจาง

107

อภิปรายผลการศึกษา

ปัจจัยทางกายภาพของผู้สูงอายุเกี่ยวกับโรคผิวหนัง มีความสัมพันธ์กับปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ดังนี้

- (1) ปัจจัยเกี่ยวกับตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น ควรเข้าออกได้สะดวก ง่ายต่อการเข้าถึง
- (2) ปัจจัยเกี่ยวกับวัสดุปูพื้น ต้องมีผิวเรียบ ไม่ลื่น
- (3) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบของประตู , หน้าต่าง และ ช่องแสง ต้องอยู่ในตำแหน่งที่สามารถรับลมธรรมชาติจากภายนอก เพื่อการถ่ายเทอากาศที่ดี รวมถึงอุณหภูมิที่ไม่ร้อนหรือเย็นเกินไป
- (4) ปัจจัยเกี่ยวกับรูปแบบ และ วัสดุของเครื่องเรือน บุฟองยางหุ้มด้วยวัสดุอ่อนนุ่ม เพื่อความสบายในการนั่งเป็นเวลานาน มีน้ำหนักมาก ไม่มีเหลี่ยมมุมที่แหลมคม มีความมั่นคงแข็งแรง มีความปลอดภัยในการใช้งาน

108

อภิปรายผลการศึกษา



**4. เกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร**



109 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**การเปลี่ยนแปลง**อย่างรวดเร็วต่อโครงสร้างประชากร ครอบครัว และวิถีชีวิตในสังคมไทยทำให้เกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ

**ดังนั้น** การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จัดทำขึ้นเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง 2 ปัจจัย คือ



- ปัจจัยอันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านกายภาพของผู้สูงอายุ
- ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

110 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**เพื่อ**เสนอแนะเกณฑ์ในการออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย ที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ ในเขตกรุงเทพมหานคร

**มุ่งเน้น** การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในพื้นที่บังแดดภายในที่อยู่อาศัยที่มีลักษณะเป็นบ้านเดี่ยว

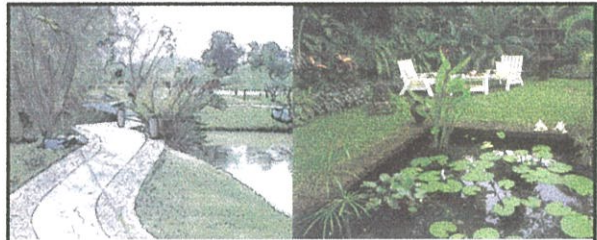
**สำหรับ**

- ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป
- อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร
- ต้องการเตรียมความพร้อม เพื่อใช้ชีวิตบั้นปลายได้อย่างมีความสุข มีความสะดวกสบาย และมีความปลอดภัยในการดำรงชีวิต



**ดังต่อไปนี้**

111 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



**ทำเลที่ตั้งของที่อยู่อาศัย**

ต้องอยู่ในบริเวณที่มีอากาศปลอดโปร่ง ใกล้เคียงธรรมชาติ ไม่มีเสียงดังรบกวน ไม่อยู่ใกล้แหล่งที่มีอากาศเป็นมลพิษ หรือ แหล่งชุมชน และพื้นที่ที่มีน้ำเน่าเสีย

112 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



**ลักษณะของที่อยู่อาศัย**

- เข้าถึงได้สะดวกจากภายนอก
- มีต้นไม้ใหญ่ และไม่คลุมดิน เพื่อลดความชื้นของแสง
- เส้นทางสัญจรภายในมีลักษณะเป็นแนวราบ
- พื้นที่เปิดโล่งภายในต่อเนื่องกันในแต่ละส่วน
- มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุ
- มีขนาดสอดคล้องกับจำนวนผู้อยู่อาศัย

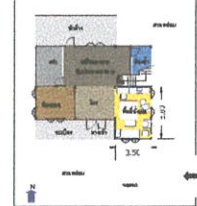
- มีพื้นที่ตามความต้องการใช้งานในชีวิตประจำวัน
- เป็นสภาพแวดล้อมที่มีความปลอดภัยในการอยู่อาศัย



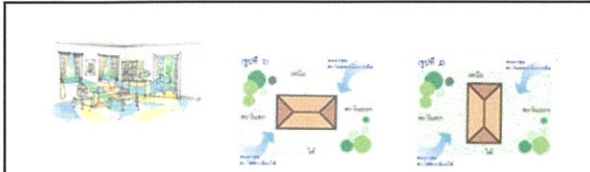
113 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**พื้นที่ใช้สอยของที่อยู่อาศัย** ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

- พื้นที่ภายนอก ได้แก่ ที่จอดรถ, สวนหย่อม, พื้นที่นั่งเล่น, เดินเล่น หรือ ออกกำลังกาย
- พื้นที่ภายใน ได้แก่ พื้นที่รับแขก, พื้นที่นั่งเล่น, พื้นที่รับประทานอาหาร, พื้นที่ทำงาน, ห้องครัว, ห้องน้ำ, ห้องนอน และห้องเก็บของ สำหรับพื้นที่อื่น ๆ ขึ้นอยู่กับความต้องการพิเศษของผู้สูงอายุ



114 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



**การออกแบบพื้นที่**

- ความเป็นส่วนตัว ไม่มีสิ่งกีดขวางทางสัญจร
- ได้รับแสงสว่างและลมจากธรรมชาติ มีแสงไฟฟ้าในบริเวณทางเดิน
- การวางตำแหน่งพื้นที่นั่งเล่น จัดให้อยู่ใกล้กับพื้นที่รับประทานอาหาร, บันไดทางขึ้น - ลง, พื้นที่รับแขก และ พื้นที่ทำงาน(ถ้ามี) และอยู่ใกล้ห้องน้ำ เนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาภาวะการกลั้นปัสสาวะไม่ได้

115 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



**ตำแหน่งของพื้นที่นั่งเล่น**

อยู่ด้านหน้าของตัวบ้าน ด้านทิศตะวันออกเฉียงเหนือ , ทิศตะวันออกเฉียงใต้ , ทิศตะวันตกเฉียงเหนือ ในกรณีที่ตั้งของพื้นที่นั่งเล่นที่อยู่ด้านทิศตะวันตก และไม่สามารถปรับเปลี่ยนตำแหน่งพื้นที่ได้ สามารถป้องกันแสงแดดและความร้อนได้โดยการปลูกต้นไม้ใหญ่บริเวณด้านทิศตะวันตก การปลูกไม้คลุมดินหรือการสร้างโครงสร้างแนวไม้เพื่อปลูกไม้เลื้อย ช่วยลดความเข้มของแสง รวมถึงการติดตั้งม่านบริเวณหน้าต่าง

116 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



**ความสัมพันธ์ของพื้นที่ใช้สอยภายในที่อยู่อาศัยกับหน้าที่ใช้สอย**

จัดตามความต้องการในการประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ โดยเน้นที่การนั่งเล่น / นอนเล่น , ดูโทรทัศน์ และฟังวิทยุ / ฟังเพลง

117 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



118 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



119 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**กิจกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น**  
ได้แก่ อ่านหนังสือ , ดูโทรทัศน์ , นั่งเล่น / นอนเล่น , ฟังวิทยุ , เล่นดนตรี , ประดิษฐ์สิ่งของ และ สังสรรค์กับเพื่อน

**ลักษณะพฤติกรรมในแต่ละกิจกรรม ของผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น มี 3 ลักษณะ คือ**

- การนั่ง หรือ นอนบนพื้น
- การนั่ง หรือ นอนบนเตียง หรือ เติง
- การนั่ง หรือ นอนบริเวณชุดรับแขก

120 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**ตัวอย่างกิจกรรมและพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น**

121 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**ตัวอย่างกิจกรรมและพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น**

122 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**ตัวอย่างกิจกรรมและพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ภายในพื้นที่นั่งเล่น**

123 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

ขนาด 17.50 ตร.ม  
(จำนวนผู้อยู่อาศัย 3 - 4 คน)

ขนาดร้อยละ 10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย

**ขนาดของพื้นที่นั่งเล่นภายในที่อยู่อาศัย**  
มีขนาดร้อยละ 10 ของพื้นที่ที่อยู่อาศัย หรือขนาดประมาณ 17.50 ตารางเมตร ( จำนวนผู้อยู่อาศัย 3 - 4 คน ) ความสูงเฉลี่ย 2.70 เมตร

124 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**ประตู, หน้าต่าง และ แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น มีลักษณะดังต่อไปนี้**

- ตำแหน่งของประตู เป็นพื้นที่โล่ง ไม่วางเครื่องเรือนกีดขวางการเปิด
- ปิดประตู ในการเข้า หรือ ออก
- สามารถมองเห็นได้ง่าย
- สะดวกในการใช้งาน และไม่ควรมีธรณีประตู ถ้ามีควรใช้สีที่ สามารถมองเห็นได้ชัดเจน
- สามารถรับแสง และ ลมธรรมชาติจากภายนอกได้ดี

125 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**ประตู, หน้าต่าง และ แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น มีลักษณะดังต่อไปนี้**

- ตำแหน่งของหน้าต่าง ต้องอยู่ด้านทิศที่สามารถรับแสงธรรมชาติในเวลาเช้าได้เต็มที่ เช่น ทิศตะวันออก เป็นต้น
- การเลือกประเภทของผ้าม่าน ต้องคำนึงถึงเนื้อผ้าที่แสงสามารถส่องผ่านได้ ไม่หนาทึบ

126 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



ประตู หน้าต่าง และ แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น มีลักษณะดังต่อไปนี้

- สีของประตู และหน้าต่าง แยกจากพื้นที่ผนัง เพื่อสามารถมองเห็นได้ชัดเจน
- มีการดูแล และ ซ่อมแซม เมื่อเกิดการชำรุด เพื่อความสะดวก และความปลอดภัยในขณะที่ใช้งาน
- เลือกใช้วัสดุที่มีน้ำหนักเบา เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีปัญหาด้านสุขภาพ และ กำลังที่เสื่อมถอย

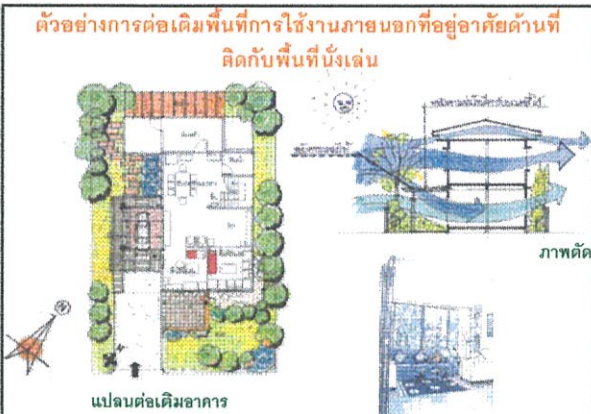
127 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



ประตู หน้าต่าง และ แสงสว่างภายในพื้นที่นั่งเล่น มีลักษณะดังต่อไปนี้

- การต่อเติมพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่น ต้องคำนึงถึงรูปแบบของพื้นที่ , ขนาดพื้นที่ , การเลือกใช้วัสดุหลังคาที่โปร่งแสง รวมถึงการเว้นระยะห่างระหว่างพื้นที่ เพื่อให้แสงสว่างจากภายนอก สามารถเข้าถึงภายในพื้นที่นั่งเล่นได้

128 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



ตัวอย่างการต่อเติมพื้นที่การใช้งานภายนอกที่อยู่อาศัยด้านที่ติดกับพื้นที่นั่งเล่น

แปลนต่อเติมอาคาร

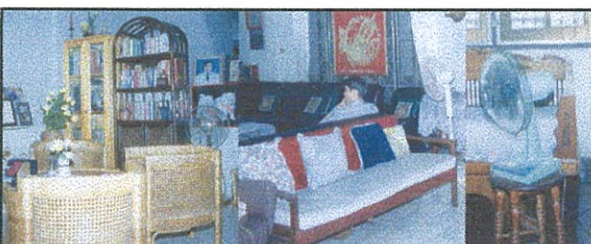
129 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



วัสดุพื้น ผนัง และ เพดาน

- เลือกวัสดุที่ดูแลรักษาง่าย , ไม้พื้น ไม้ผิวเรียบ และ สะท้อนแสงน้อย
- มีสีอ่อนที่ดูสว่าง สดใส และ สะอาดตา
- มีความคงทน หรือ มีอายุการใช้งานที่ยาวนาน
- ให้ความรู้สึกที่เป็นธรรมชาติ และ มีความปลอดภัยในการใช้งาน

130 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ภายในพื้นที่นั่งเล่น มี 3 ประเภท คือ

- เครื่องเรือน
- อุปกรณ์ประกอบการใช้สอย
- เครื่องใช้ไฟฟ้า

131 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน**

- เครื่องเรือนที่มีความสำคัญ เป็นประธานของพื้นที่นั่งเล่น และ เป็นเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้งานในชีวิตประจำวัน คือ ชุดรับแขก ประกอบด้วย โซฟา 2-3 ที่นั่ง , อาร์มแชร์ , โต๊ะกลาง , สตูล และ โต๊ะข้าง ใช้ขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป เลือกใช้วัสดุที่มีความอ่อนนุ่ม มีน้ำหนักเบา ไม่มีเหลี่ยมมุมแหลมคม

**เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน**

- การจัดวางชุดรับแขกมี 3 แบบ คือ จัดวางแบบตัวแอล , จัดวางแบบแถวเดียว และ จัดวางแบบตัวยู โดยจัดวางชุดรับแขกชิดผนัง ให้ประธานของชุดรับแขก หันหน้าไปด้านที่มีชั้นวางโทรทัศน์ และวางตำแหน่งเครื่องเรือนที่ผู้สูงอายุใช้เป็นประจำ ให้สามารถมองเห็นภายในพื้นที่นั่งเล่น และบริเวณรั้วหน้าบ้านได้สะดวก

132 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**ตัวอย่างการจัดวางเครื่องเรือน**

133 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน**

- ชุดสำหรับพักผ่อน ประกอบด้วย ตั้ง หรือ เตียงนอน ขนาดสำหรับนอนคนเดียว และเก้าอี้นอน

134 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน**

- เครื่องเรือนอื่นๆ เช่น ชุดทำงาน ใช้ขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไป มีตู้, ชั้น หรือ ชั้นชักที่โต๊ะทำงาน สำหรับวาง และเก็บเอกสารสำคัญ สามารถปิดล็อกได้
- เก้าอี้มีเท้าแขน เลือกรัดชุดที่มีความแข็งแรง ไม่บิดงอได้ง่าย เมื่อรับน้ำหนักมาก ที่นั่งบุฟองยางอ่อนนุ่ม เพื่อความสบายในการนั่งทำงานเป็นเวลานาน จัดวางในตำแหน่งที่โปร่ง ได้รับแสงจากธรรมชาติ

135 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน**

- ชุดสำหรับวาง และ เก็บของ ประกอบด้วย ชั้นวางโทรทัศน์ หรือ เครื่องเสียง และ ชั้นวางของ ใช้ขนาดมาตรฐานเครื่องเรือนทั่วไปใช้ได้ทั้งแบบชั้นเตี้ย และสูง แบบยึดติดกับพื้นที่ และเป็นชั้นลอยตัวประกอบด้วยลิ้นชัก, บานตู้ และ ช่องโถงสำหรับวางของต่างๆ การจัดวางชิดผนังความต้องการของผู้ใช้งาน และขนาดของพื้นที่

136 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**เครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน**

- อุปกรณ์ประกอบการใช้สอย ประกอบด้วย หมอนอิง หรือ หมอน, เบาะรองนั่ง และ พรมชั้นปูพื้นเป็นวัสดุที่ไม่ลื่น และขอบไม่สูงเกินไป

137 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

**การออกแบบเครื่องเรือน**

- ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยในการใช้งานของผู้สูงอายุ
- ไม่ควรใช้วัสดุที่เป็นโลหะหรือสังกะสี
- จำนวนของเครื่องเรือน และ อุปกรณ์ประกอบการใช้งาน ที่เพียงพอ กับจำนวนสมาชิกในครอบครัว และ ความต้องการในการใช้งาน

138 เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย



139

เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

- อุปกรณ์ประเภทสวิทช์ไฟต่างๆ วางในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน และสะดวกในการใช้งาน เช่น โถงบริเวณประตู หรือ บันไดทางขึ้น
- ลง
- บันไดทางขึ้น - ลง มีราวบันได 1 ข้าง หรือทั้ง 2 ข้าง เพื่อช่วยในการพยุงตัว
- มีแสงสว่างเพียงพอ มีสวิทช์ไฟในตำแหน่งที่สามารถมองเห็นได้ชัด สามารถเปิด - ปิดได้ทั้งชั้นบนและชั้นล่าง



140

เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

อุณหภูมิภายในพื้นที่นั่งเล่นไม่ร้อน หรือเย็นจนเกินไป ภายในพื้นที่นั่งเล่นมีความโปร่ง อากาศถ่ายเทสะดวก ใช้พัดลมช่วยในการหมุนเวียนของอากาศภายใน และวางในตำแหน่งที่เหมาะสม หรือมีการติดตั้งเครื่องปรับอากาศ



141

เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึง คือ

- ความมั่นคง ปลอดภัยในการใช้งาน
- สามารถตอบสนองความต้องการทั้งทางกายภาพ และ ทางสังคม รวมถึงความสวยงามและบรรยากาศ ด้วยการตกแต่งรูปภาพต่างๆ ด้วย

สามารถตอบสนองมาตรฐานการวิจัย ที่ว่า

ความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ขึ้นอยู่กับ

- ลักษณะการดำรงชีวิต
- ลักษณะทางสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่

ซึ่งจะส่งผลให้เกิด

- ความปลอดภัย
- ความสะดวกสบายในการอยู่อาศัย
- สามารถตอบสนองของความต้องการด้านร่างกายได้อย่างเหมาะสม

142

เกณฑ์การออกแบบสภาพแวดล้อมทางกายภาพภายในที่อยู่อาศัย

## ประวัติผู้เขียน

นางสาวพรทิพย์ เรืองธรรม เกิดเมื่อวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2512 ที่จังหวัดพิษณุโลก สำเร็จการศึกษาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต (ออกแบบตกแต่งภายใน) จากมหาวิทยาลัยรังสิต ปีการศึกษา 2536 และประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ออกแบบตกแต่งภายใน) จากโรงเรียนไทยวิจิตรศิลป์ กรุงเทพฯ

ปี พ.ศ. 2542 เข้าทำงานในตำแหน่งอาจารย์พิเศษ สังกัดคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ผังเมืองและนฤมิตศิลป์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม และปี พ.ศ.2543 จนถึงปัจจุบัน ดำรงตำแหน่งพนักงานวิชาการ สังกัดคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ผังเมืองและนฤมิตศิลป์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม