

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ ตำบลกรงห้วย อำเภอกู่ใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช*

THE PROMOTION OF LIFE QUALITY OF VULNERABLE GROUPS IN KRUNGYAN, TUNGYAI DISTRICT, NAKHON SI THAMMARAT PROVINCE

พระสุรเชษฐ์ กิตติธโร (ถือทอง)*, ดิเรก นุ่นกล้า, พระครูวิรัตธรรมโชติ

Phra Surachet Kittitharo (Thuetong), Direk Nunklam, Phrakhru Wiratthammachot

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช ประเทศไทย

Master of Arts, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Nakhon Si Thammarat, Thailand

*Corresponding author E-mail: carefong90404@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรงห้วย อำเภอกู่ใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช และ 2) ศึกษาข้อเสนอแนะการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรงห้วย อำเภอกู่ใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นการศึกษาแบบผสมผสานวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม จากกลุ่มตัวอย่างที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตท้องที่ตำบลกรงห้วยจำนวน 183 คน และการวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลโดยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 20 คน ผลการวิจัยพบว่า 1) การส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรงห้วย อำเภอกู่ใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยแปลผล อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.25$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากสูงไปหาต่ำ พบว่า ด้านที่อยู่อาศัย มีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่สุด ($\bar{X} = 3.38$) รองลงมา ได้แก่ ด้านจิตใจ ($\bar{X} = 3.25$) และด้านการเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐ ($\bar{X} = 3.23$) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ($\bar{X} = 3.22$) ส่วนด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.15$) 2) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบางตำบลกรงห้วย ด้านร่างกาย พบว่า ควรส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย การเข้าถึงการดูแลสุขภาพ โภชนาการ การออกกำลังกาย การรักษาพยาบาล ด้านจิตใจ พบว่า ควรส่งเสริมความสัมพันธ์ การจัดการความเครียด และค้นหาความสมดุลให้ชีวิตมีความหมาย เต็มไปด้วยความสุข และทัศนคติเชิงบวก ด้านที่อยู่อาศัย พบว่า ควรส่งเสริมการอยู่ร่วมกันอย่างเครือญาติ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม พบว่า ควรส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวกและตอบสนองกับผู้อื่น กับครอบครัว เพื่อน ด้านการเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐ พบว่า ควรส่งเสริมความยุติธรรมทางสังคม โอกาสที่เท่าเทียมกัน

คำสำคัญ: การส่งเสริม, คุณภาพชีวิต, กลุ่มเปราะบาง

Abstract

The objectives of this research article are 1) to study the promotion of quality of life of Vulnerable people In the area of Krungyan Subdistrict Thung Yai District Nakhon Si Thammarat Province and 2) to study recommendations for promoting the quality of life of vulnerable groups

* Received April 4, 2024; Revised April 17, 2024; Accepted April 24, 2024

of people. In the area of Krungyan Subdistrict Thung Yai District Nakhon Si Thammarat Province It is a combined method research. Quantitative research Data were collected using questionnaires from a sample group of 183 people residing in Krungyan Subdistrict and qualitative research. Data were collected by interviewing 20 key informants. The results of the research found that: 1) Promoting the quality of life of vulnerable groups of people In the area of Krungyan Subdistrict Thung Yai District, Nakhon Si Thammarat Province, overall has an average of the results. is at a moderate level ($\bar{x} = 3.25$) when considered as Each aspect was sorted by average from high to low. It was found that the residential aspect The average value was highest ($\bar{x} = 3.38$), followed by the mental aspect ($\bar{x} = 3.25$) and access to welfare and government services ($\bar{x} = 3.23$), social relationships ($\bar{x} = 3.22$), and the physical aspect. has the lowest average ($\bar{x} = 3.15$) 2) Suggestions on promoting the quality of life of vulnerable people in Krungyan Subdistrict. Physical aspect: It was found that physical fitness should be promoted. Access to health care, nutrition, exercise, medical treatment, and mental aspects were found to promote relationships. stress management and find balance to make life meaningful full of happiness and positive attitude Regarding housing, it was found that living together like relatives should be promoted. In terms of social relations, it was found that it should be promoted. Have positive and responsive interactions with others, with family and friends. In terms of access to welfare and services, the government found that social justice should be promoted. equal opportunity

Keywords: Promotion, Quality of Life, Vulnerable

บทนำ

ตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 มีบทบัญญัติที่บรรจุหลักการที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเปราะบางทางสังคม คือ หมวด 3 สิทธิและเสรีภาพของปวงชนชาวไทย โดยมาตรา 27 บัญญัติว่า “มาตรา 27 บุคคลย่อมเสมอกันในกฎหมาย มีสิทธิและเสรีภาพและได้รับความคุ้มครองตามกฎหมายเท่าเทียมกันชายและหญิงมีสิทธิเท่าเทียมกัน การเลือกปฏิบัติโดยไม่เป็นธรรมต่อบุคคล ไม่ว่าด้วยเหตุความแตกต่างในเรื่องถิ่นกำเนิด เชื้อชาติ ภาษา เพศ อายุ ความพิการ สภาพทางกายหรือสุขภาพ สถานะของบุคคล ฐานะทางเศรษฐกิจ หรือสังคม ความเชื่อทางศาสนา การศึกษาอบรม หรือความคิดเห็นทางการเมืองอันไม่ขัดต่อบทบัญญัติแห่งรัฐธรรมนูญ หรือเหตุอื่นใดจะกระทำได้ มาตรการที่รัฐกำหนดขึ้นเพื่อจัดอุปสรรคหรือส่งเสริมให้บุคคลสามารถใช้สิทธิหรือเสรีภาพได้เช่นเดียวกับบุคคลอื่น หรือเพื่อคุ้มครองหรืออำนวยความสะดวกให้แก่เด็ก สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ หรือผู้ด้อยโอกาส และหมวด 6 แนวนโยบายแห่งรัฐ มาตรา 71 บัญญัติว่า “รัฐพึงเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว อันเป็นองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญของสังคม จัดให้ประชาชนมีที่อยู่อาศัยอย่างเหมาะสม ส่งเสริมและพัฒนาการ สร้างเสริมสุขภาพเพื่อให้ประชาชนมีสุขภาพที่แข็งแรง และมีจิตใจเข้มแข็ง รวมตลอดทั้งส่งเสริม และพัฒนาการ กีฬาให้ไปสู่ความเป็นเลิศ และเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ประชาชน รัฐพึงส่งเสริม และพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็น พลเมืองที่ดีมีคุณภาพ และความสามารถสูงซึ่งรัฐพึงให้ความช่วยเหลือเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ ผู้ยากไร้ และผู้ด้อยโอกาสให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพ และคุ้มครองป้องกันมิให้บุคคลดังกล่าวถูกใช้ความรุนแรง หรือปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรม รวมตลอดทั้งให้การบำบัด พ้นฟูและเยียวยาผู้ถูกระทำการดังกล่าวในการจัดสรรงบประมาณ รัฐพึงคำนึงความจำเป็น และความต้องการที่แตกต่างกันของเพศ วัย และสภาพของบุคคล ทั้งนี้



เพื่อความเป็นธรรม” และแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566 - 2570) ได้กำหนดเป้าหมายยุทธศาสตร์ด้านการพัฒนาคน คือ การพัฒนาคุณภาพคนและสังคมไทยสู่สังคมแห่งภูมิปัญญาและการเรียนรู้เน้นคนให้มีคุณธรรมนำความรู้ เพื่อคุ้มครองตนเอง ให้มีการพัฒนาจิตใจควบคู่กับการเรียนรู้ของคนทุกกลุ่มทุกวัยและตลอดชีวิตการพัฒนาเป็นรากฐานสำคัญในการสร้างความเจริญก้าวหน้า แก้ไขปัญหาเป็นกระบวนการให้คนได้พัฒนาตนเองด้านต่าง ๆ การวางรากฐานพัฒนาชีวิต การพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถที่จะดำรงชีพและประกอบอาชีพได้อย่างมีความสุข รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากผลกระทบของกระแสโลกาภิวัตน์ที่เข้ามาอย่างรวดเร็ว ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีการสื่อสาร กับการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม วิทยาศาสตร์ การเมืองการปกครอง การเติบโตอย่างรวดเร็วก่อให้เกิดปัญหาสังคมและสิ่งแวดล้อม เป็นการพัฒนาที่ขาดความสมดุล ทำให้คนไทยต้องแข่งขันกับนานาประเทศ ความจำเป็นในการพัฒนาคนและคุณภาพของคนทั้งด้านสติปัญญา ร่างกาย และจิตใจ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (ฉบับที่ 13), 2565)

แต่ในปัจจุบันจำนวนประชากรกลุ่มเปราะบางในพื้นที่ต่าง ๆ เพิ่มขึ้นมากขึ้น ซึ่งกลุ่มเปราะบางไม่ได้หมายความว่าแค่เพียงเด็ก คนพิการ ผู้สูงอายุ ที่ดำรงชีวิตอยู่อย่างไม่มั่นคงหรือไม่สามารถดูแลตัวเองได้เท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงผู้ที่มีความอ่อนแอและมีความเสี่ยงสูง ถูกสังคมมองข้าม เช่น กลุ่มคนไร้บ้าน ประชากรไร้รัฐ แรงงานนอกระบบ แรงงานข้ามชาติ กลุ่มชาติพันธุ์ ฯลฯ ที่ขาดการดูแลจากภาครัฐอย่างเป็นระบบและเหมาะสม ทำให้สูญเสียเสถียรภาพ และอาจทำให้ไม่สามารถกับคืนสู่สภาวะปกติได้ ซึ่งมีมิติต่าง ๆ ที่บั่นทอนต่อครอบครัวไทย มีทั้งมิติเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ ภัยพิบัติและสิ่งแวดล้อม ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ย่อมมีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของประชากรกลุ่มนี้ จากความเป็นมาและความสำคัญดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา การส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน เพื่อให้ทราบถึงระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ว่าเป็นอย่างไร และมีแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยันอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดรูปแบบ โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Method Research) ประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ซึ่งเป็นการจัดเก็บข้อมูลโดยใช้เครื่องมือแบบสอบถาม (Questionnaire) ควบคู่กับการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) (สงศรี ชมภูวงศ์, 2554) ซึ่งเป็นการจัดเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ดังนี้

1. ดำเนินการวิจัย ขอบเขตด้านประชากรและผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยคัดเลือกประชาชนกลุ่มเปราะบางที่มีภูมิลำเนาในเขตพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 349 คน โดยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่ายแก่ประชาชนตามทะเบียนราษฎร์ บ้านเลขที่ของกลุ่มเปราะบางในแต่ละหมู่บ้าน พื้นที่ตำบลกรุงหยัน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ กลุ่มที่ 1 ได้แก่ กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิด้านสาธารณสุข ประกอบด้วย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ อาสาสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำนวน 4 คน กลุ่มที่ 2 ได้แก่ กลุ่มผู้นำท้องถิ่น ประกอบด้วย นายกองค์การบริหารส่วนตำบล รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบล สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบล จำนวน 4 คน กลุ่มที่ 3 ได้แก่ กลุ่มผู้นำท้องที่ ประกอบด้วย กำนัน ผู้ใหญ่บ้านและผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน จำนวน 4 คน กลุ่มที่ 4 ได้แก่

กลุ่มผู้เปราะบางภายในตำบลกรุงหยัน ประกอบด้วย แม่เลี้ยงเดี่ยว ผู้สูงอายุ ผู้พิการ จำนวน 4 คน กลุ่มที่ 5 ได้แก่ กลุ่มผู้ดูแลใกล้ชิดผู้เปราะบาง ประกอบด้วย ผู้ดูแลใกล้ชิดผู้สูงอายุ ผู้ดูแลใกล้ชิดผู้พิการ จำนวน 4 คน รวม 20 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย วิจัยเชิงคุณภาพ เป็นแบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้าง วิจัยเชิงปริมาณ ใช้แบบสอบถาม มีค่าเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ 0.710 ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ รายได้ ต่อเดือน และประเภทกลุ่มผู้เปราะบาง เป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ (Checklist) ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบางตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านที่อยู่อาศัย 4) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และ 5) ด้านการเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐ ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Five point Rating Scale) 5 ระดับ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยขอหนังสืออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากมหาวิทยาลัย ถึงกำนันสุขชัย ยศขุน กำนันตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล แจกแบบสอบถาม และตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลในการตอบแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามคืนด้วยตนเองได้ ทั้งหมด 183 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

4. การวิเคราะห์ข้อมูล วิจัยเชิงคุณภาพ การวิเคราะห์หาคำตอบเกี่ยวกับข้อเสนอแนะต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง วิเคราะห์ข้อมูลเนื้อหาโดยการตีความ สร้างข้อสรุป จากเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมาวิเคราะห์เพื่อหาบทสรุป แบบบรรยายเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) วิจัยเชิงปริมาณ วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม และการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลค่าสถิติพื้นฐานต่าง ๆ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

1. การส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอ ทุ่งใหญ่ จังหวัด นครศรีธรรมราช พบว่า โดยรวม มีค่าเฉลี่ยแปลผลอยู่ในระดับปานกลาง ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบางในพื้นที่ตำบล กรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช (n = 183)

คุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน	ระดับการส่งเสริม		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านร่างกาย	3.15	0.32	ปานกลาง
2. ด้านจิตใจ	3.25	0.44	ปานกลาง
3. ด้านที่อยู่อาศัย	3.38	0.52	ปานกลาง
4. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.22	0.38	ปานกลาง
5. ด้านการเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐ	3.23	0.41	ปานกลาง
รวม	3.25	0.26	ปานกลาง

จากตารางที่ 1 พบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอ ทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยแปลผล อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.25$, S.D. = 0.26) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากสูงไปหาต่ำ ได้แก่ ด้านที่อยู่อาศัย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ (3.38) ด้านจิตใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ (3.25) ด้านการเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ (3.23) ด้าน ความสัมพันธ์ทางสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ (3.22) ส่วนด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ (3.15) ตามลำดับ



2. ข้อเสนอแนะการส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช ดังนี้

ด้านร่างกาย กลุ่มเปราะบางเด็กเล็ก/แม่เลี้ยงเดี่ยว สรุปได้ว่า ต้องส่งเสริมการเล่นที่กระตุ้นให้โอกาสเด็ก ๆ ส่งเสริมอาหารเพื่อสุขภาพ และมีคุณค่าทางโภชนาการ ส่งเสริมให้เด็ก ๆ ใช้เวลากลางแจ้ง สำนวธรรมชาติ เล่นในสวนสาธารณะส่งเสริมการออกกำลังกาย

กลุ่มเปราะบางผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า ควรส่งเสริมการออกกำลังกายเป็นประจำตามความสามารถและความสนใจของผู้สูงอายุ ส่งเสริมการรับประทานอาหารที่อุดมไปด้วยผักผลไม้ กระตุ้นให้ผู้สูงอายุกำหนดเวลานอน ผักเทคนิคการผ่อนคลาย หรือการเข้าสังคมกับคนที่คุ้นรัก มีส่วนร่วมกับครอบครัว เพื่อน หรือกลุ่มชุมชน กำหนดเวลาการตรวจสุขภาพเป็นประจำกับผู้ให้บริการ

กลุ่มเปราะบางผู้พิการ/ผู้ป่วยติดเตียง สรุปได้ว่า ควรจัดเตรียมอุปกรณ์ช่วยเหลือที่เหมาะสม ส่งเสริมการถ่ายภาพบำบัดเป็นประจำ ส่งเสริมการออกกำลังกายเบา ๆ ที่ปรับให้เหมาะสมกับความสามารถ ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม กำหนดเวลาการตรวจสุขภาพเป็นประจำเพื่อติดตามสุขภาพโดยรวม กับผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ และผู้เชี่ยวชาญที่สามารถให้คำแนะนำส่วนบุคคลได้

ด้านจิตใจ กลุ่มเปราะบางเด็กเล็ก/แม่เลี้ยงเดี่ยว สรุปได้ว่า ต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าทั้งเด็กและมารดาเลี้ยงเดี่ยวสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพจิตที่มีคุณภาพ ให้การสนับสนุนการเลี้ยงดูและให้ความรู้แก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ที่สามารถเชื่อมต่อถึงกัน แบ่งปันประสบการณ์ ส่งเสริมในเชิงเศรษฐกิจ ให้ความช่วยเหลือทางการเงิน และทรัพยากรที่สามารถช่วยบรรเทาความเครียดทางการเงินได้ ซึ่งอาจรวมถึงโครงการช่วยเหลือจากรัฐบาลทุนการศึกษา เงินช่วยเหลือ หรือเงินกู้ดอกเบี้ยต่ำ ส่งเสริมให้นายจ้างจัดเตรียมการทำงานที่ยืดหยุ่นและนโยบายที่เป็นมิตรกับครอบครัว

กลุ่มเปราะบางผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า ควรส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและรักษาสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว เพื่อน และชุมชน ให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมที่ทำหายหรือการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ส่งเสริมการออกกำลังกายเป็นประจำช่วยลดความเครียด ทำให้อารมณ์ดีขึ้น สร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ให้การสนับสนุนทางอารมณ์ด้วยการแสดงความเห็นอกเห็นใจ และความเข้าใจต่อผู้สูงอายุ รับฟังข้อกังวลของผู้สูงอายุ

กลุ่มเปราะบางผู้พิการ/ผู้ป่วยติดเตียง สรุปได้ว่า ควรตรวจสอบว่าผู้ทุพพลภาพสามารถเข้าถึงสภาพแวดล้อมทางกายภาพ พื้นที่สาธารณะ การคมนาคม ส่งเสริมการศึกษาแบบเรียนรวมโดยให้การสนับสนุนและที่พักที่เหมาะสมแก่นักเรียนที่มีความพิการ ส่งเสริมโอกาสในการจ้างงานที่เท่าเทียมกันสำหรับคนพิการ ส่งเสริมความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของการไม่แบ่งแยกทางสังคม

ด้านที่อยู่อาศัย กลุ่มเปราะบางเด็กเล็ก/แม่เลี้ยงเดี่ยว สรุปได้ว่าสิ่งสำคัญ คือ ควรได้รับโภชนาการที่เหมาะสม การดูแลสุขภาพที่เพียงพอ และสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยสำหรับการเติบโตและพัฒนา การตรวจสุขภาพเป็นประจำ การฉีดวัคซีน และการรับประทานอาหารที่สมดุลเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการพัฒนาการทางร่างกายของเด็ก ๆ นอกจากนี้ การให้โอกาสในการออกกำลังกายและเวลาเล่นสามารถส่งผลต่อสุขภาพโดยรวมและความเป็นอยู่ที่ดีของพวกเขาได้ สำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว การรักษาสุขภาพกายก็มีความสำคัญ ในการดูแลตนเองและขอความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น การออกกำลังกายเป็นประจำ โภชนาการที่เหมาะสม และการพักผ่อนอย่างเพียงพอมีความสำคัญต่อสุขภาพร่างกาย การเข้าถึงบริการด้านสุขภาพ รวมถึงการดูแลก่อนคลอด ถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว นอกจากนี้ การขอความช่วยเหลือจากเครือข่ายสนับสนุน เช่น ครอบครัว เพื่อน หรือองค์กรในชุมชน สามารถช่วยบรรเทาความท้าทายทางกายภาพบางอย่างที่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวอาจเผชิญได้

กลุ่มเปราะบางผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า ควรมีสิ่งอำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิต ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและสะดวกสบาย พร้อมด้วยสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการ เพื่อรองรับความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุ

กลุ่มเปราะบางผู้พิการ/ผู้ป่วยติดเตียง สรุปได้ว่า การเข้าถึงที่อยู่อาศัย ควรได้รับการออกแบบให้มีคุณสมบัติที่ทำให้ผู้พิการเข้าถึงได้ง่าย ซึ่งอาจรวมถึง สวิตช์ไฟฟ้า และห้องน้ำฝักบัวสำหรับผู้นั่งเก้าอี้รถเข็น มีระบบโทรฉุกเฉิน ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม กลุ่มเปราะบางเด็กเล็ก/แม่เลี้ยงเดี่ยว สรุปได้ว่า ควรให้มีการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมที่แน่นแฟ้น ซึ่งสามารถให้การสนับสนุนทางอารมณ์ ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว เปิดโอกาสในการช่วยเหลือซึ่งกันและกันและความเป็นเพื่อน การสร้างเครือข่ายเพื่อน ครอบครัว และการสนับสนุนจากชุมชนสามารถช่วยให้เด็กเล็กและคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวรู้สึกเชื่อมโยงและได้รับการสนับสนุนมากขึ้นซึ่งนำไปสู่ความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ เช่น กลุ่มเล่น ชั้นเรียนการเลี้ยงดูบุตร

กลุ่มเปราะบางผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า ควรส่งเสริมการมีส่วนร่วมในกิจกรรมชุมชน ส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและรุ่นน้อง สนับสนุนการนำเทคโนโลยีมาใช้ เช่น วิดีโอคอล เพื่อเชื่อมต่อกับครอบครัวและเพื่อนฝูงสร้างกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ ส่งเสริมการเยี่ยมเยียนเป็นประจำ หรือพบปะเพื่อนฝูงจะช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตของท่านได้อย่างมาก

กลุ่มเปราะบางผู้พิการ/ผู้ป่วยติดเตียง สรุปได้ว่า ควรส่งเสริมการสนับสนุนทางอารมณ์ที่เข้มแข็งจากครอบครัว เพื่อน และผู้ดูแล ส่งเสริมโอกาสในการเข้าสังคมที่เท่าเทียมกันสำหรับผู้พิการหรือผู้ป่วยติดเตียง ส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิต การเข้าถึงบริการ การให้คำปรึกษา และการบำบัด เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยรับมือกับความท้าทายทางอารมณ์หรือจิตใจที่อาจเผชิญ

ด้านการเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐ กลุ่มเปราะบางเด็กเล็ก/แม่เลี้ยงเดี่ยว สรุปได้ว่า ควรให้การเข้าถึงสวัสดิการและบริการของรัฐนั้นเรียบง่ายและเป็นมิตรต่อผู้ใช้ ที่ตอบสนองความต้องการเฉพาะของเด็กเล็ก/แม่เลี้ยงเดี่ยว ควรได้รับความช่วยเหลือทางการเงินเพื่อช่วยตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานและช่วยเหลือลูก ๆ ควรส่งเสริมและอำนวยความสะดวกในโอกาสการจ้างงานสำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ช่วยให้พวกเขาสามารถพึ่งพาตนเองทางการเงินได้ สร้างเครือข่ายทางสังคมสำหรับเด็กเล็กและคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ควรมีบริการดูแลเด็กที่เข้าถึงได้และราคาไม่แพงสำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ควรมีการประเมินและปรับปรุงสวัสดิการและบริการของรัฐอย่างต่อเนื่อง

กลุ่มเปราะบางผู้สูงอายุ สรุปได้ว่า การเข้าถึงสวัสดิการและบริการภาครัฐสำหรับผู้สูงอายุ ควรครอบคลุมและเข้าถึงได้ง่าย ควรให้ความสำคัญกับความเป็นอยู่และความต้องการของประชากรสูงอายุ เพื่อให้แน่ใจว่าทุกท่านได้รับการสนับสนุนในทรัพยากรที่จำเป็นในการใช้ชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีและสะดวกสบาย ซึ่งรวมถึงบทบาทสำคัญสำหรับการดูแลสุขภาพ ความช่วยเหลือทางการเงิน ที่อยู่อาศัย กิจกรรมทางสังคม และการสนับสนุนทางอารมณ์ ควรพยายามทำให้ขั้นตอนการเข้าถึงง่ายขึ้น และลดอุปสรรคของระบบราชการ

กลุ่มเปราะบางผู้พิการ/ผู้ป่วยติดเตียง สรุปได้ว่า ควรมีตรวจสอบให้แน่ใจว่าสวัสดิการของรัฐและสิ่งอำนวยความสะดวกด้านบริการทั้งหมดสามารถเข้าถึงได้สำหรับคนพิการ เสนอโครงการความช่วยเหลือทางการเงินเพื่อครอบคลุมค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล บริการฟื้นฟูสมรรถภาพ ยา และอุปกรณ์ช่วยเหลือให้สามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพเฉพาะทาง ส่งเสริมโอกาสทางการศึกษาและการจ้างงานที่ครอบคลุมสำหรับคนพิการ ควรจัดให้มีการเข้าถึงการให้คำปรึกษา และการบำบัด ส่งเสริมการไม่แบ่งแยกและต่อสู้กับเลือกปฏิบัติ



อภิปรายผล

การส่งเสริมคุณภาพชีวิตประชาชนกลุ่มเปราะบาง ในพื้นที่ตำบลกรุงหยัน อำเภอทุ่งใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยภาพรวม มีค่าเฉลี่ยแปลผล อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะกลุ่มเปราะบางต้องคอยรับการพึ่งพา บังคับขึ้นพื้นฐานจากบุคคลใกล้ชิด ทำให้สภาพการดำรงชีวิตเพียงพอเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเองได้ตามอัตภาพเท่านั้น อภิปรายผลได้ว่า ความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมตลอดจน ได้รับโอกาสอย่างเท่าเทียมกันในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง ในด้านที่อยู่อาศัย สุขภาพอนามัย การศึกษา รายได้และสวัสดิการ ครอบครัวและความเป็นอยู่ของมนุษย์นั้นย่อมเกี่ยวข้องกับสภาพทางเศรษฐกิจ ตามลักษณะสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ วัฒนธรรม และวิธีการเลี้ยงดูตามความเป็นจริง ตามที่แนวคิดของ ศิริ ฮามสุโพธิ์ กล่าวว่า ชีวิตของบุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสม ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคมเป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถดำรงชีวิตที่ขอบธรรมสอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ค่านิยมของสังคม สามารถแก้ไขปัญหา ตลอดจนการแสวงหาสิ่งที่ดีมาอย่างถูกต้องภายใต้ทรัพยากรที่มีอยู่ (ศิริ ฮามสุโพธิ์, 2543) นอกจากนี้การศึกษาของ พรทิพย์ แทนทอง เรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตของคณพิการในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงเขา อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการวิจัยพบว่า ระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคณพิการในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงเขา จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยรวม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และมีข้อเสนอแนะประการหนึ่งว่า ควรช่วยเหลือเกี่ยวกับการฟื้นฟูสมรรถภาพคณพิการในการดำรงชีวิตให้มีปัจจัยขึ้นพื้นฐานที่เพียงพอและมีคุณภาพ (พรทิพย์ แทนทอง, 2561) นอกจากนี้การศึกษาของ นิภาวรรณ เจริญลักษณ์ เรื่อง การวิจัยและพัฒนาเครือข่ายจิตอาสาในการสร้างเสริมสุขภาพ กลุ่มเปราะบางในชุมชน ผลการวิจัยพบว่า ทักษะสภาพของชุมชนในการส่งเสริมสุขภาพกลุ่มเปราะบางประกอบด้วยการบริหารแบบมีส่วนร่วมแบบ “บ้าน วัด โรงเรียน” โดยมีวัดบางช้างเหนือเป็นศูนย์กลางการประสานงาน การมีกลุ่มจิตอาสาที่เข้มแข็งในชุมชน การบริหารจัดการเครือข่ายที่ดี และกิจกรรมที่ต่อเนื่อง การเสริมศักยภาพเครือข่ายจิตอาสาดูแลกลุ่มเปราะบาง พบว่า ความจำเป็นด้านการเสริมสร้างสุขภาพและการจัดการตนเองของกลุ่มเปราะบาง ครอบครัว และผู้เกี่ยวข้องในชุมชนอยู่ในระดับมาก องค์ความรู้ที่ค้นพบจากการวิจัยการพัฒนาเครือข่ายจิตอาสาในการสร้างเสริมสุขภาพกลุ่มเปราะบางในชุมชน คือ ศักยภาพของชุมชนมีความสำคัญต่อการสร้างเสริมสุขภาพกลุ่มเปราะบางในชุมชนให้เกิดความยั่งยืน (นิภาวรรณ เจริญลักษณ์, 2566)

ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยแปลผลอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ด้านที่อยู่อาศัยทั้งนี้อภิปรายผลได้ว่า การมีคุณภาพชีวิตที่ดีบุคคลย่อมอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดี สะอาดและเป็นระเบียบ ปราศจากมลภาวะในดิน น้ำ อากาศ และเสียง มีทรัพยากรที่จำเป็นแก่การดำรงชีวิต และการคมนาคมที่สะดวก ตามที่แนวคิดของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ. ปยุตฺโต) กล่าวว่า ปฏิจูเทศวาสะ: การอยู่ในถิ่นที่ดี มีสิ่งแวดล้อมเหมาะสมเป็นสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำเนินชีวิต เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตของตนเอง มีความสงบ สามารถปฏิบัติธรรมได้ ช่วยให้ประสบความสำเร็จก้าวหน้าในชีวิต ซึ่งจะนำมาใช้ในการวัดคุณภาพชีวิตว่ามีการพัฒนากาย ศีล จิตและปัญญา เพื่อนำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ. ปยุตฺโต), 2561) นอกจากนี้การศึกษาของ พระปลัดธัญวัฒน์ อโสภา (รักษ์เพ็ชร) เรื่อง การประยุกต์ใช้หลักภาวนา 4 ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนบ้านบ่อเกตุ อำเภอสะเดา จังหวัดสงขลา ผลการวิจัยพบว่า การประยุกต์ใช้หลักภาวนาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตมีวิธีการ คือ ผูกพันพัฒนาตนด้านพฤติกรรมกรบิโรคและอุปโรค ใช้ชีวิตแบบพออยู่พอกิน ในระดับครอบครัวชุมชน ลดความฟุ้งเฟ้อ ใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย เอื้ออารีต่อธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (พระปลัดธัญวัฒน์ อโสภา (รักษ์เพ็ชร), 2562) นอกจากนี้การศึกษาของ สุภัทชัย คำสีใหม่ เรื่อง ศึกษาความต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนตำบลคลองแดน อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา ผลการวิจัยพบว่า มีข้อเสนอแนะด้านสิ่งแวดล้อมว่าควรจัดสภาพแวดล้อมบริเวณบ้านให้เป็นระเบียบเรียบร้อยป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ (สุภัทชัย คำสีใหม่, 2565)

ด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด มีค่าเฉลี่ยแปลผลอยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ด้านร่างกาย ทั้งนี้ เพราะในกลุ่มเปราะบางยังขาดความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ คำแนะนำด้านการดูแลสุขภาพพื้นฐานและการสนับสนุนกิจกรรมที่เหมาะสมกับวัย ตามที่แนวคิดของ พัทธราณี กิจชมพู่ กล่าวว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิต ถือว่าเป็นสิ่งที่ควรกระทำ เพราะปัญหาคุณภาพชีวิตของมนุษย์ส่วนใหญ่ก็มีสาเหตุมาจาก มาตรฐานการดำรงชีวิต คุณภาพที่อยู่อาศัย รายได้ของครัวเรือน การได้รับแคลอรีต่ำ (พัธราณี กิจชมพู่, 2555) ตามที่แนวคิดของ เสรี พงศ์พิศ กล่าวว่า คุณภาพชีวิตควรประกอบด้วย เสรีภาพ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านวัตถุ เช่น การมีวัตถุปัจจัยพอเพียงเลี้ยงชีวิตไม่ต้องถูกบีบคั้นจากความอดอยากขาดแคลน ด้านสังคม เช่น ไม่มีการกดขี่เบียดเบียนกันในสังคมมนุษย์ สามารถเป็นตัวของตัวเอง สามารถตัดสินใจด้วยตนเองได้ที่จะเลือกดำเนินชีวิตที่ถูกต้องและดีงามได้ และสุดท้าย คือ ด้านจิตใจ ที่สมบูรณ์และเป็นปกติสุข นอกจากนี้การศึกษาของ อุดมลักษณ์ เวชพิทักษ์ และประกาศ เปล่งพานิชย์ เรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการให้ความช่วยเหลือประชาชนผู้อยู่ในภาวะยากลำบากและกลุ่มเปราะบางทางสังคมผ่านกลไกกองทุนประชารัฐเพื่อสังคม จังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของกลุ่มผู้ป่วยติดบ้าน/ติดเตียงและกลุ่มผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งดีขึ้นหลังดำเนินโครงการ โดยมีข้อเสนอด้านโครงสร้างคณะกรรมการควรเปิดโอกาสให้เครือข่ายจิตอาสาประชารัฐระดับพื้นที่มีส่วนร่วมในการให้ความช่วยเหลือประชาชน (อุดมลักษณ์ เวชพิทักษ์ และประกาศ เปล่งพานิชย์, 2562) นอกจากนี้การศึกษาของ กุลธิดา ศรีวิเชียรและคณะ เรื่อง การสังเคราะห์องค์ความรู้และสถานการณ์การขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะ ประเด็นสิทธิด้านสุขภาพของกลุ่มเปราะบาง ผลการวิจัยพบว่า ความเปราะบางแบ่งออกได้หลายมิติ ได้แก่ ความเปราะบางในเชิงร่างกายและจิตใจ ความเปราะบางที่เกิดจากปัจจัยภายนอกและภายในความเปราะบางในมิติที่เกี่ยวข้องกับสวัสดิการสังคม ความเปราะบางเกิดขึ้นจากสาเหตุระดับปัจเจกบุคคลเปราะบางในมิติของการตกเป็นผู้ถูกกระทำ มีปัจจัยที่นำไปสู่ความเปราะบาง ได้แก่ สาเหตุ (Root Causes) แรงกดดัน (Dynamic Pressures) ภาวะที่ไม่มั่นคง (Unsafe Conditions) สถานการณ์ของกลุ่มเปราะบางที่ทำให้เข้าไม่ถึงสิทธิด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มเยาวชนพบความด้อยโอกาส (Deprivation) กลุ่มผู้สูงอายุในชนบทพบระยะทางระหว่างสถานพยาบาลและที่พักอาศัยและการขาดคนดูแล แรงงานต่างชาติที่ไม่ได้อยู่ในระบบประกันสังคม พบว่า ต้องรับภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพด้วยตนเอง กลุ่มประชากรยากจน พบว่า มีการพิจารณาสิทธิเศรษฐกิจเพียงอย่างเดียว ขาดการพิจารณาด้านความเท่าเทียม ความเป็นธรรม และความจำเป็น (Equity, Equality and Needs) กลุ่มหญิงหม้าย ในจังหวัดชายแดนใต้ พบสาเหตุมาจากสถานการณ์ความไม่สงบทางการเมืองและการสูญเสียผู้นำในครอบครัว กลุ่มผู้ต้องขังหญิงพบความแออัดภายในเรือนนอนและความเสี่ยงที่จะต้องพำนักรักษาออกไปรับบริการข้างนอก ที่อาจมีการหลอกลวง กลุ่มคนเร่ร่อน ไร้บ้านพบการไม่มีเอกสารแสดงตัวตนที่ทำให้ไม่ได้รับสิทธิรักษาพยาบาล และสวัสดิการสังคม (กุลธิดา ศรีวิเชียรและคณะ, 2564)

สรุป/ข้อเสนอแนะ

คุณภาพชีวิตเป็นเรื่องระดับการมีชีวิตที่ดีมีความสุข มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ อยู่ในครอบครัวที่อบอุ่น มีชีวิตอยู่ในสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีอย่างมีศักดิ์ศรี ตลอดจนได้รับโอกาสอย่างเท่าเทียมกัน ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเอง ในด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพ อนามัย ด้านการศึกษา ด้านรายได้และสวัสดิการของรัฐตามกฎหมายที่เท่าเทียมกัน โดยไม่เลือกปฏิบัติเพราะเหตุแห่งความแตกต่างด้านอายุ เพศ ความพิการ สถานะทางสังคม โดยมีข้อเสนอแนะว่าควรให้ความรู้เกี่ยวกับโภชนาการ ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพและสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ทางด้านร่างกายที่เหมาะสมกับวัยกลุ่มเปราะบาง ควรยกระดับด้านนันทนาการในชุมชน สนับสนุนให้มีการเข้าร่วมกิจกรรมในวันสำคัญ/ประเพณีทางศาสนา และวัฒนธรรมท้องถิ่น ปรับสภาพแวดล้อมที่อาศัย สถานที่สำหรับนันทนาการต่าง ๆ ให้เหมาะสมในการดำรงชีวิต ให้ข้อมูลข่าวสารเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์



ระหว่างบุคคลกลุ่มเปราะบางและชุมชน การเข้าถึงรัฐสวัสดิการและการบริการของรัฐและองค์การศาสนา ตามความเหมาะสม รวดเร็ว และประทับใจ

เอกสารอ้างอิง

- กุลธิดา ศรีวิเชียรและคณะ. (2564). การสังเคราะห์องค์ความรู้และสถานการณ์การขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะ ประเด็นสิทธิด้านสุขภาพของกลุ่มเปราะบาง. วารสารสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, 189(1), 189-221.
- นิภาวรรณ เจริญลักษณ์. (2566). การวิจัยและพัฒนาเครือข่ายจิตอาสาในการสร้างเสริมสุขภาพ กลุ่มเปราะบางในชุมชน. วารสารสันติศึกษาปริทัศน์ มจร., 848(1), 848-861.
- พรทิพย์ แทนทอง. (2561). การพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนพิการในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลกำแพงเขา อำเภอมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช. ใน วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระปลัดธัญวัฒน์ โอโสโก (รักษ์เพ็ชร). (2562). การประยุกต์ใช้หลักภาวนา 4 ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชน บ้านบ่อเกตุ อำเภอสะเดา จังหวัดสงขลา. ใน วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ปอ. ปยุตโต). (2561). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์. พรินเตอร์ แมส โปรดัคส์ จำกัด.
- พัชรานี กิจชมพู่. (2555). “คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลสงเปลือย อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์”. ใน วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและภาคเอกชน. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ศิริ ฮามสุโพธิ์. (2543). ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- สงศรี ชมภูวงศ์. (2554). ระเบียบวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์. (พิมพ์ครั้งที่ 2). วีพีเอส: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมโศกราช.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (ฉบับที่ 13). (2565). ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 139 ตอนพิเศษ 258 ง, หน้า 9 (1 พฤศจิกายน 2565).
- สุภทัชย์ ดำสีใหม่. (2565). ศึกษาความต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ชุมชนตำบลคลองแดน อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา. ใน วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาสังคม. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- อุดมลักษณ์ เวชพิทักษ์ และประกาศ เปล่งพานิชย์. (2562). การพัฒนารูปแบบการจัดการให้ความช่วยเหลือประชาชนผู้อยู่ในภาวะยากลำบาก และกลุ่มเปราะบางทางสังคมผ่านกลไกกองทุนประชารัฐเพื่อสังคม จังหวัดปทุมธานี. วารสารสหศาสตร์, 5(1), 5-31.