



การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัด นครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม*

ACTIVITIES ORGANIZING FOR PROMOTING THE ELDERLY QUALITY
OF LIFE PROMOTION OF THE MUNICIPALITIES IN NAKHON SI THAMMARAT
PROVINCE ACCORDING TO BUDDHADHAMMA INTEGRATION



พิมพลภัต จิตต์ธรรม, เกียรติศักดิ์ สุขเหลืออง, เต็มศักดิ์ ทองอินทร์

Pimlapas Jittham, Kiatisak Sukleuang, Termsak Thong-In

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding Author E-mail: pimlapas.j@hotmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1. ศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช 2. ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช 3. เพื่อนำเสนอการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีดังนี้การวิจัยเชิงปริมาณ เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 397 คน การวิจัยเชิงคุณภาพด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 18 รูปหรือคน และการสนทนากลุ่มเฉพาะ จำนวน 10 รูปหรือคน

ผลการวิจัยพบว่า 1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้านอยู่ในระดับมาก ได้แก่ คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ และคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม 2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ด้านการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ พบว่า การจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุส่งผล 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 0.05 คือ การส่งเสริมให้กิจกรรมด้านอาชีพ การสนับสนุนการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมสุขภาพอนามัย และกิจกรรมนันทนาการประเพณี ด้านหลักไตรสิกขา พบว่า หลักไตรสิกขาส่งผล ทั้ง 3 ด้าน



อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 0.01 โดยเรียงลำดับตามสมการดังนี้ คือ ศิล การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพฤติกรรม สมาธิ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ และปัญญา การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความรู้ 3. การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้แก่ การรักษาศีล การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพฤติกรรม การมีสมาธิ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ และการก่อให้เกิดปัญญา

คำสำคัญ: การจัดกิจกรรม; การส่งเสริมคุณภาพชีวิต; ผู้สูงอายุ

Abstract

Objectives of this dissertation were: 1. To study the development of the quality of life of the elderly 2. To study the factors affecting the development of the quality of life of the elderly 3. To present the organization of activities to promote the development of the quality of life of the elderly by integrating Buddhist principles, conducted by the mixed research methods. The quantitative research, data were collected from 397 samples. The qualitative research, data were collected by in-depth interviewing 18 key informants and focus group discussions with 10 people.

The research results were found that 1. The overall development of the quality of life of the elderly was at a high level. When considering each aspect, it was found that the quality of life in all 4 aspects was at a high level, namely, physical quality of life with the highest average score, followed by social quality of life, mental quality of life, and environmental quality of life. 2. Factors affecting the development of the quality of life of the elderly was found that organizing activities related to the elderly had an effect on 4 aspects with statistically significant level at 0.01 and 0.05, namely, promoting vocational activities, supporting education and learning for the elderly, promoting health and hygiene, and traditional recreational activities. In terms of the Ti-sikkha principle, it was found that the Ti-sikkha principle had an effect on all 3 aspects with statistically significant level at 0.01 level, ranked according to the following equation: morality, development of quality of life in terms of behavior, meditation, development of quality of life in terms of mind and wisdom, and development of quality of life in terms of knowledge. 3. Organizing activities to promote the development of the quality of life of the elderly by integrating according to Buddhist principles



Integrating the Ti-Sikkha principles to develop the quality of life of the elderly included observing the precepts, developing the quality of life in terms of behavior, having concentration, developing the quality of life in terms of the mind, and creating wisdom.

Keywords: Activities Organizing; Quality of Life Promotion; Elderly

บทนำ

ในช่วงศตวรรษที่ผ่านมา ประชากรโลกได้เปลี่ยนไปอย่างมาก โลกมีประชากรครบ 1,000 ล้านคนเมื่อปี ค.ศ. 1804 และใช้เวลาถึง 126 ปี กว่าจะมีประชากรครบ 2,000 ล้านคน ในปี ค.ศ. 1930 แต่ใช้เวลาเพียงไม่ถึง 100 ปี จนมีประชากรครบ 8,000 ล้านคนในปี ค.ศ. 2020 และในปี ค.ศ. 2022 อายุคาดเฉลี่ยของประชากรโลกเพิ่มสูงเป็น 71 ปี หรือเพิ่มขึ้นกว่า 2 เท่าตัว ในระยะเวลา 3-4 ร้อยปีที่ผ่านมา นอกจากจำนวนประชากรโลกที่เพิ่มขึ้นอย่างมาก ในปี 2022 ประชากรโลกมีอายุสูงขึ้นอย่างรวดเร็วมาก ประชากรสูงอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นจากจำนวน 199 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 7.96 ในปี ค.ศ. 1950 เป็น 1,109 ล้านคน ในปี ค.ศ. 2022 หรือคิดเป็นร้อยละ 13.90 ของประชากรทั้งหมด (ปราโมทย์ ประสาทกุล และคณะ, 2566)

ในปี พ.ศ. 2565 ประเทศไทยมีประชากรตามหลักฐานการทะเบียนราษฎรของกระทรวงมหาดไทย 66 ล้านคน ในจำนวนนี้มีประชากรสูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป 13 ล้านคน หรือเป็นคิดร้อยละ 19 ของประชากรทั้งหมด จังหวัดที่มีอัตราผู้สูงอายุสูงสุด 3 อันดับแรก คือ ลำปาง แพร่ และลำพูน ซึ่งมีอัตราผู้สูงอายุเกินกว่าร้อยละ 26 ของประชากรทั้งหมด ทั้ง 3 จังหวัดนี้ล้วนอยู่ภาคเหนือและในเดือนกันยายน ปี พ.ศ. 2566 จำนวนผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป และไม่เกิน 120 ปี ทั้งหมด 77 จังหวัด จังหวัดที่มีอัตราผู้สูงอายุสูงสุด 3 อันดับแรก คือ อันดับที่ 1 กรุงเทพมหานคร มีผู้สูงอายุจำนวนทั้งสิ้น จำนวน 1,239,757 คน ส่วนจังหวัด นครศรีธรรมราช มีอัตราผู้สูงอายุอยู่ในลำดับ 6 มีผู้สูงอายุจำนวนทั้งสิ้น 303,899 คน (กรมการปกครอง, 2566) องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นมีความใกล้ชิดประชาชนมากที่สุด จึงเห็นควรมีการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยการจัดสวัสดิการสังคม โดยเฉพาะเป็นภารกิจในหน้าที่ตามกฎหมายเพียงเท่านั้น แต่เป็นภาระหน้าที่เกี่ยวกับทางสังคมของผู้สูงอายุ การจัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนจึงเป็นบทบาทที่ท้องถิ่นต้องจัดทำขึ้นตามอำนาจหน้าที่ที่กำหนดไว้ตามพระราชบัญญัติโดยการกำหนดแผนและมีขั้นตอนในการกระจายอำนาจ (สุภาภรณ์ สดหนองบัว, 2564)

นอกจากนั้น ประเทศไทยคาดว่าจะเข้าสู่การเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอดในปี พ.ศ. 2574 จะมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ครอบครัวไทยจะมีขนาดเล็กลงและมีรูปแบบที่หลากหลายมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างประชากรนี้มีผลกระทบทำให้อัตราการพึ่งพิงเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย จากปัญหาในการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรส่งผลต่ออัตราการพึ่งพิงโดยรวม

ทำให้วัยแรงงานต้องรับภาระหนักมากขึ้น เพื่อรับมือกับจำนวนผู้สูงอายุที่มีจำนวนเพิ่มสูงขึ้น ในสังคมไทย ทำให้ไม่สามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง เนื่องจากสถานะปัญหาทางด้านเศรษฐกิจต้องแข่งขันกับค่าครองชีพที่สูงขึ้นทำให้วัยทำงานต้องทำงานอย่างหนัก จึงทำให้เกิดละเลยการดูแลผู้สูงอายุภายในบ้าน ทำให้เกิดความเหงา ทำให้ผู้สูงอายุมีเวลาว่างมากขึ้นแต่การทํากิจกรรมลดลง จึงทำให้ส่งผลผลกระทบต่อด้านจิตใจ การเข้าสังคม และวิถีการดำเนินชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลงไป (กรจงรักษ์ ชาตบุณยวิน, 2561)

ปัญหาสังคมผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช สามารถแบ่งได้ตามลักษณะของผู้สูงอายุ ติดบ้าน ติดเตียง ติดสังคม ปี พ.ศ. 2563-2566 มีผู้สูงอายุที่ได้รับการคัดกรองจำนวน 198,831 คน โดยแยกติดสังคมจำนวน 189,713 คน ติดบ้านจำนวน 7,608 คน และติดเตียงจำนวน 1,510 คน ข้อมูลผู้สูงอายุ ติดบ้าน ติดเตียง ติดสังคม ปี พ.ศ. 2563-2566 ของจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่าจากการคัดกรองผู้สูงอายุติดสังคม ติดบ้าน ติดเตียง ของกระทรวงสาธารณสุข ทุกปีผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะติดสังคม ถึงร้อยละ 90 รองลงมาจะติดบ้านและติดเตียง มีแนวโน้มผู้สูงอายุติดบ้านติดเตียงจะมีจำนวนน้อย แต่กลุ่มนี้ถือเป็นกลุ่มที่เปราะบางที่ควรเฝ้าระวังและดูแลอย่างใกล้ชิด (สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดนครศรีธรรมราช, 2567)

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าว จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการวิจัยในการศึกษาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม โดยมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือ ศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช และนำเสนอการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม คือหลักไตรสิกขา ประกอบด้วย ประกอบด้วย 1. ศีล การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพฤติกรรม 2. สมาธิ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ 3. ปัญญา การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความรู้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช
3. เพื่อนำเสนอการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม



วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบของการวิจัย

ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี โดยการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก และการสนทนากลุ่ม โดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์ในเชิงพรรณนา และการวิจัยเชิงปริมาณ โดยการแจกแบบสอบถาม

2. ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

2.1 ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช จำนวน 7 แห่ง ได้แก่ เทศบาลนครนครศรีธรรมราช เทศบาลเมืองทุ่งสง เทศบาลเมืองปากพนัง เทศบาลเมืองปากพนัง เทศบาลพรหมโลก เทศบาลตำบลขุนทะเล และเทศบาลตำบลท่าศาลา เนื่องจากได้เลือกตามขนาดของเทศบาลได้แก่เทศบาลขนาดใหญ่ ขนาดกลางและขนาดเล็ก จำนวนทั้งหมด 40,059 คน

2.2 ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยใช้สูตร Yamane (1973) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 397 คน ทำการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิโดยการแบ่งประชากรผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช 7 แห่ง เทศบาลนครนครศรีธรรมราช เทศบาลเมืองทุ่งสง เทศบาลเมืองปากพนัง เทศบาลเมืองปากพนัง เทศบาลตำบลพรหมโลก เทศบาลตำบลขุนทะเล และเทศบาลตำบลท่าศาลา เลือกตามขนาดของเทศบาลได้แก่เทศบาลขนาดใหญ่มีจำนวน 1 แห่ง เทศบาลขนาดกลางมีจำนวน 3 แห่ง และเทศบาลขนาดเล็กจำนวน 3 แห่งแล้วทำการสุ่มตัวอย่างแบบอย่างง่าย (Stratified Random Sampling) ตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละกลุ่ม

2.3 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 18 รูปหรือคน และการสนทนากลุ่มเฉพาะ จำนวน 10 รูปหรือคน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 การวิจัยเชิงปริมาณ เป็นแบบสอบถาม มีมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด จากนั้นนำมาหาคุณภาพเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ (IOC) จำนวน 5 ท่าน และนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงมาทำทดลอง (Try Out) จำนวน 30 ชุด และนำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) จะประเมินให้คะแนน 3 ระดับ คือ +1 = มีความสอดคล้อง 0 = ไม่แน่ใจ -1 = ไม่สอดคล้อง

3.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ถูกเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เป็นผู้เชี่ยวชาญทางวิชาการที่เกี่ยวข้องหรือมีประสบการณ์ เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 18 รูปหรือคน

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 การวิจัยเชิงปริมาณ เก็บจากแบบสอบถาม

4.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บจากการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ



5. การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 การวิจัยเชิงปริมาณ การวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนาใช้ในการบรรยายลักษณะ ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และการวิเคราะห์สถิติเชิงอนุมาน ใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) เพื่อใช้ในการทดสอบสมมติฐาน

5.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหาเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics)

ผลการวิจัย

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัด โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.25$) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านข้อที่คะแนนเฉลี่ยสูงสุดเรียงลำดับได้ดังนี้ คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย พบว่า ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.28$) คุณภาพชีวิตด้านสังคม ($\bar{X}=4.27$) คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ ($\bar{X}=4.23$) และคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ($\bar{X}=4.20$) ตามลำดับ

2. ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ผลการศึกษา ดังนี้

ตารางที่ 1 การจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ตัวแปรการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	B	Std. Error	Beta	t	Sig
ค่าคงที่ (Constant)	1.521	0.216		6.543	0.000
การส่งเสริมให้มีกิจกรรมด้านอาชีพ (AC3)	0.319	0.045	0.382	5.857**	0.000
การสนับสนุนการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ (AC2)	0.287	0.055	0.312	4.237**	0.000
กิจกรรมนันทนาการประเพณี (AC6)	0.247	0.060	0.257	3.846**	0.000
การส่งเสริมสุขภาพอนามัย (AC1)	0.163	0.048	0.182	3.625*	0.012

Multiple R=0.684 $R^2=0.415$ Adjusted $R^2=0.379$ Std. Error = 0.478

จากตารางที่ 1 พบว่า การจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุในเทศบาลจังหวัดนครศรีธรรมราช 4 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 0.05 โดยเรียงลำดับความสำคัญเข้าสมการ ดังนี้คือ การส่งเสริมให้มีกิจกรรมด้านอาชีพ การสนับสนุนการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมสุขภาพอนามัย กิจกรรมนันทนาการประเพณี และพบว่า มี 3 ตัวแปรที่ไม่ส่งผลกระทบต่อการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ คือ การส่งเสริมจำหน่ายการผลิตและรับงานไปทำที่บ้าน การถ่ายทอดวัฒนธรรมภูมิปัญญาท้องถิ่น และการจัดให้มีระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุในพื้นที่อย่างน้อย การจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุสามารถร่วมกันทำนายการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิต ได้ร้อยละ 49.8



ตารางที่ 2 แสดงหลักไตรสิกขาส่งผลต่อการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ตัวแปรการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
ค่าคงที่ (Constant)	1.084	0.174		6.857	0.000
ศีล การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพฤติกรรม (Sikka1)	0.468	0.061	0.487	8.767**	0.000
สมาธิ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ (Sikka2)	0.218	0.044	0.271	4.638**	0.000
ปัญญา การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความรู้ (Sikka3)	0.176	0.041	0.183	3.576**	0.001

Multiple R = 0.684 $R^2 = 0.473$ Adjusted $R^2 = 0.468$ Std. Error = 0.447

จากตารางที่ 2 พบว่า หลักไตรสิกขาส่งผลต่อการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้ง 3 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยเรียงลำดับความสำคัญเข้าสมการดังนี้คือ ศีล สมาธิ และปัญญา หลักไตรสิกขาสามารถร่วมกันทำนายการส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้ร้อยละ 56.7

3. การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม ผลการศึกษาดังนี้ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้ง 4 ด้านประกอบด้วย 1. คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย โดยมีการจัดกิจกรรมในการพัฒนาผู้สูงอายุให้มีพลังกล้ามเนื้อและแข็งแรงที่สามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้ สามารถประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ สามารถทำงานได้ปกติ 2. คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ มีการส่งเสริมการสร้างสุขภาวะทางจิตใจผู้สูงอายุอยู่เป็นประจำ โดยมีบุคลากรที่มีความชำนาญ ส่งเสริมกิจกรรมทางด้านพระพุทธศาสนา เชิญพระภิกษุสงฆ์ มาสนทนารธรรม นั่งสมาธิ เข้าวัด ฟังธรรม 3. คุณภาพชีวิตด้านสังคม มีการช่วยเหลือผู้สูงอายุในเรื่องการเข้าสังคม ผู้สูงอายุเข้าไปมีส่วนร่วมในงานประเพณีและงานเทศกาลภายในชุมชน 4. คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม มีการตรวจสอบเพื่อให้สภาพบ้านมีอากาศถ่ายเท มีแสงสว่างเพียงพอ การปรับปรุงที่อยู่อาศัยและเข้าถึงระบบสาธารณสุขปลอดภัยอย่างสะดวก โดยการบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้งเรื่องของการรักษาศีล การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพฤติกรรม การมีสมาธิ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ และการก่อให้เกิดปัญญา การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความรู้

อภิปรายผลการวิจัย

1. การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับมาก 4 ด้าน ได้แก่ คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย คุณภาพชีวิตด้านสังคม คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ และคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม ตามลำดับ สอดคล้องกับงานวิจัยของสมณธา สุภาวิมล (2566) ศึกษาวิจัยเรื่อง การบูรณาการ

หลักไตรสิกขาเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นใน จังหวัดปทุมธานี ที่พบว่า โดยภาพรวมการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอยู่ในระดับมาก พิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับมาก 3 ด้านได้แก่ คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม และอยู่ในระดับปานกลาง 1 ด้านได้แก่ คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย พระครูภาวนาสังวรกิจ (สุวิทย์ คำมูล) (2562) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาสุขภาวะ องค์รวมสำหรับผู้สูงวัยตามแนวพุทธจิตวิทยา ที่พบว่า องค์ประกอบของสุขภาวะองค์รวมที่มีความเหมาะสมกับผู้สูงวัย มี 5 ด้าน ประกอบด้วย ด้านกาย ด้านจิต ด้านอารมณ์ ด้านสังคมและ ด้านปัญญา และงานวิจัยของพระครูศรีเมธากรณ์ (ประภาส ฐิตธมฺโม) (2564) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธบูรณาการสำหรับผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในจังหวัดพิจิตร ที่พบว่า การบูรณาการกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตสำหรับผู้สูงอายุตามหลักสุขภาวะองค์รวม ผ่านวิธีการให้ การศึกษา อบรม พัฒนา 2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของ เทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า 1. กิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุส่งผลต่อการการพัฒนา คุณภาพผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช 4 ด้าน ร่วมกันทำนุบำรุงการพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้ร้อยละ 49.8 สอดคล้องกับงานของวิไลลักษณ์ พรหมเสน และอัจฉริยา ครุฑาโรจน์ (2560) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง บทบาทขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำปาง ต่อการส่งเสริมการมีงานทำและการสร้างรายได้แก่ผู้สูงอายุ ที่พบว่า มีการส่งเสริมการสร้าง รายได้ การสร้างอาชีพแก่ผู้สูงอายุ และสอดคล้องกับงานวิจัยของถนอมขวัญ อยู่สุข (2564) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธของผู้เกษียณอายุการปฏิบัติงานจากกรม ชลประทาน ที่พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลประกอบด้วย ด้านการรวมกลุ่มทางสังคม มีการทำกิจกรรม ร่วมกันทางสังคม มีการส่งเสริมการประกอบอาชีพ มีกิจกรรมที่เหมาะสมและร่วมกันทำบุญ และ 2. ด้านหลักไตรสิกขา พบว่า หลักไตรสิกขาส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของ เทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชทั้ง 3 ด้าน โดยหลักไตรสิกขาสามารถร่วมกันทำนุบำรุง พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้ร้อยละ 43.6 สอดคล้องกับงานวิจัยของศศิพัทธ์ วัฒนวิวงศ์ (2564) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง พุทธบูรณาการส่งเสริมนโยบายการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างยั่งยืนใน บริเวณอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่จังหวัดนครราชสีมา ที่พบว่า 1. ศิล เป็นหลักฝึกอบรมความ ประพฤติทางกาย วาจา ทำถูกต้องปฏิบัติศีล 5 2. สมาธิ เป็นการฝึกอบรมจิตให้เกิดคุณธรรม มีสติ มีสมาธิ จิตใจผ่องใส มีการพัฒนาอารมณ์ 3. ปัญญา เป็นการฝึกอบรมปัญญาให้มีสติรู้เท่าทัน

3. การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัด นครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม ทั้ง 4 ด้าน คือ คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย คุณภาพชีวิตด้านจิตใจ คุณภาพชีวิตด้านสังคม และคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม สอดคล้องกับ งานวิจัยของพระครูปลัดสิทธิชัย วิสุโท (2564) ได้ศึกษาเรื่อง การบูรณาการหลักพุทธธรรม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดจันทบุรี ที่พบว่า 1. สีสสิกขา ประกอบด้วยจัดกิจกรรมด้านศาสนา จัดให้มีการปฏิบัติธรรมรักษาศีลทุกวันพระ



2. จิตตสิกขา ประกอบด้วย มีการมีการเปิดห้องทำสมาธิ สวดมนต์ มีโครงการฝึกปฏิบัติธรรม

3. ปัญญาสิกขา คือ มีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตใจ สุขภาพกาย จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลรักษาทั้งสุขภาพกายและจิตใจ พระสมณีก ธีรปัญญา (2564) ได้ศึกษาวิจัยพบว่าหลักไตรสิกขาเพื่อการพัฒนาบุคคล ประกอบด้วย ศีล การฝึกฝนในด้านของความประพฤติ สมาธิ ฝึกฝนด้านจิตใจ และฝึกฝนด้านปัญญา การพัฒนาในด้านการเรียนรู้ และงานวิจัยของพระครูปลัดชาติชาย ญาณโสภณ (2563) ได้ศึกษาเรื่อง การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดลำพูน ที่พบว่า มีเทศบาลได้บูรณาการหลักไตรสิกขาด้านศีล ด้วยการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับศีล 5 เพื่อทำให้เกิดการควบคุมความประพฤติให้เกิดระเบียบวินัย

องค์ความรู้จากการวิจัย



ภาพที่ 1 การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาล
ในจังหวัดนครศรีธรรมราชโดยบูรณาการตามหลักพุทธธรรม

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย 1. คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย โดยมีการจัดกิจกรรมในการพัฒนาผู้สูงอายุให้มีแข็งแรงและมีพลังกำลัง สามารถให้มีการเคลื่อนไหวร่างกายหรือลูกเดินสามารถประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ สามารถทำงานได้ปกติดี 2. การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ จัดให้มีหน่วยงานที่มีความชำนาญร่วมตรวจสอบสุขภาพทางจิตใจ วิเคราะห์สุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุ ส่งเสริมกิจกรรมทางด้านพระพุทธศาสนา เชิญพระภิกษุสงฆ์มาสวดมนต์ นั่งสมาธิ เข้าวัด

พึงธรรม ทำบุญทานไฟ 3. คุณภาพชีวิตด้านสังคม มีการช่วยเหลือผู้สูงอายุในเรื่องการเข้าสังคม ผู้สูงอายุเข้าไปมีส่วนร่วมในงานประเพณีและงานเทศกาลประจำปีต่าง ๆ ภายในชุมชนมีการจัดกิจกรรมภายใต้กรอบแนวคิด บวร คือ บ้าน วัด โรงเรียน 4. คุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม มีการสำรวจตรวจสอบสภาพบ้านให้มีแสงสว่างเพียงพอ การปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้มีอากาศถ่ายเท และเข้าถึงระบบสาธารณสุขไปรษณีย์อย่างสะดวก และการจัดให้มีหน่วยงานในสำรวจและตรวจสอบสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และการปรับปรุงสภาพแวดล้อมพื้นที่สาธารณะให้ใช้ประโยชน์ได้อย่างปลอดภัยเช่น มีไฟฟ้า พื้นที่ดินเรียบ สถานที่นั่งพักผ่อน ห้องน้ำสาธารณะ สถานที่ออกกำลังกาย

โดยการบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราช ในเรื่องของการรักษาศีล การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านพฤติกรรม การมีสมาธิ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ เข้าวัด พึ่งธรรม สวดมนต์ และ การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านความรู้เพื่อก่อให้เกิดปัญญา นอกจากนั้นเทศบาลในจังหวัดนครศรีธรรมราชได้มีการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ดังนี้ การส่งเสริมสุขภาพอนามัย การสนับสนุนการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมให้มีกิจกรรมด้านอาชีพ การส่งเสริมจำหน่ายการผลิตและรับงานไปทำที่บ้าน การถ่ายทอดวัฒนธรรมภูมิปัญญาท้องถิ่น กิจกรรมนันทนาการประเพณีและการจัดให้มีระบบฐานข้อมูลของผู้สูงอายุในพื้นที่

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. เทศบาลควรมีการกำหนดนโยบายในการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับผู้สูงอายุให้มีความชัดเจน และการจัดสรรงบประมาณในการดำเนินงานที่ครอบคลุมให้กับผู้สูงอายุทุกพื้นที่
2. เทศบาลควรมีนโยบายการลงพื้นที่ในสำรวจเกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่อย่างทั่วถึง เพื่อสามารถจัดทำฐานข้อมูลของผู้สูงอายุให้เป็นปัจจุบันมีความทันสมัย และง่ายต่อการบริหารจัดการการเข้าถึงระบบได้อย่างสะดวกและรวดเร็ว
3. เทศบาลควรมีนโยบายในการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถใช้เทคโนโลยีในการติดต่อสื่อสาร การสร้างงาน สร้างรายได้ให้กับผู้สูงอายุและครอบครัว

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. เทศบาลควรส่งเสริมการตรวจสอบสุขภาพผู้สูงอายุอย่างเป็นประจำและต่อเนื่อง และการส่งเสริมความรู้จากผู้เชี่ยวชาญ ในการดูแลสุขภาพให้ครอบคลุมอย่างทั่วถึงทุกพื้นที่ในเขตเทศบาล รวมทั้งการประชาสัมพันธ์ให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมการดูแลสุขภาพของตนเอง
2. เทศบาลควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อให้คำแนะนำการดูแลสุขภาพทางจิตใจแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจและนำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง



3. เทศบาลควรจัดให้มีกิจกรรมในรูปแบบที่เกิดประโยชน์ในชุมชนเพื่อให้ผู้สูงอายุกับบุคคลภายในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

4. เทศบาลควรดูแลชุมชนที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุมีสภาพแวดล้อมที่อยู่ที่มีความมั่นคง ปลอดภัย ถูกสุขลักษณะที่ดี

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. เทศบาลควรทำวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสริมกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุในพื้นที่ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทุกระดับ เพื่อจะได้ศึกษาถึงสภาพปัญหาความต้องการและแนวทางในการพัฒนาผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรม

2. เทศบาลควรมีวิจัยเกี่ยวกับนวัตกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน รองรับการเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากรผู้สูงอายุในอนาคต

3. เทศบาลการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษางานวิจัยในลักษณะเดียวกันนี้ เพื่อทำการเปรียบเทียบกิจกรรมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่ระดับจังหวัด เพื่อต่อยอดองค์ความรู้ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรจงรักษ์ ชาตรุปฏิวิน. (2561). ปัญหาของผู้สูงอายุกับการจัดสวัสดิการชุมชนในเขตเมือง : ศึกษากรณี 2 ชุมชน ในเขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร. *วารสารวิจัยสังคม*, 41(2), 67-96.
- กรมการปกครอง. (2566). สถิติผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2565. สืบค้น 25 พฤศจิกายน 2566, จาก <https://www.thairath.co.th/lifestyle/lifestyle45plus>
- ณอมขวัญ อยู่สุข. (2564). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตเชิงพุทธของผู้เกษียณอายุการปฏิบัติงานจากกรมชลประทาน* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ปราโมทย์ ประสาทกุลและคณะ. (2566). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2566*. กรุงเทพฯ: กรมกิจการผู้สูงอายุ.
- พระครูปลัดชาติชาย ญาณสโณ. (2563). *การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดลำพูน* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระครูปลัดสิทธิชัย วิสุทโธ. (2564). *การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดจันทบุรี* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.



- พระครูภาวนาสังวรกิจ (สุวิทย์ คำมูล). (2562). การพัฒนาสุขภาวะองค์กรรวมสำหรับผู้สูงอายุตามแนวพุทธจิตวิทยา. *วารสารมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 6(7), 3413-3423.
- พระครูศรีเมธาภรณ์ (ประภาส ฐิตธมฺโม). (2564). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธบูรณาการสำหรับผู้สูงอายุของพระสงฆ์ในจังหวัดพิจิตร* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระสมนึก ธีรบุญโณ (กลั่นน้อม). (2564). *โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุการพัฒนาสมรรถนะต้นแบบข้าราชการองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดนนทบุรี* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วิไลลักษณ์ พรหมเสน และอัจฉริยา ครุธาโรจน์. (2560). บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำปางต่อการส่งเสริมการมีงานทำและการสร้างรายได้แก่ผู้สูงอายุ. *วารสารการบริหารท้องถิ่น*, 10(2), 70-91.
- ศศิพัชร วัฒนรวีวงศ์. (2564). *พุทธบูรณาการส่งเสริมนโยบายการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างยั่งยืนในบริเวณอุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ จังหวัดนครราชสีมา* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดนครศรีธรรมราช. (2567). *รายงานสถานการณ์ทางสังคมจังหวัดนครศรีธรรมราช ประจำปี 2567*. สืบค้น 20 ตุลาคม 2567, จาก <https://nakhonsithammarat.m-society.go.th>
- สุภาภรณ์ สุตหนองบัว. (2564). *การดูแลผู้สูงอายุ : สถานการณ์และคุณภาพชีวิต*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมณฑา สุภาวิมล. (2566). *การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดปทุมธานี* (ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- Yamane, T. (1973). *Statistic: An Introductory Analysis* (3th ed.). New York: Harper and Row.

