

## บทที่ 4

### สรุปข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

ในบทนี้ได้สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 600 ราย โดยแบ่งเป็น 8 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 ข้อมูลวิถีชีวิตและวัฒนธรรมด้านต่าง ๆ

ส่วนที่ 3 ข้อมูลพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจและสังคม

ส่วนที่ 4 ข้อมูลพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านที่พักอาศัย

ส่วนที่ 5 ข้อมูลพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ

ส่วนที่ 6 ข้อมูลพฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย

ส่วนที่ 7 ข้อมูลพฤติกรรมการใช้เวลาว่างและการวางแผนการใช้เวลาในอนาคต

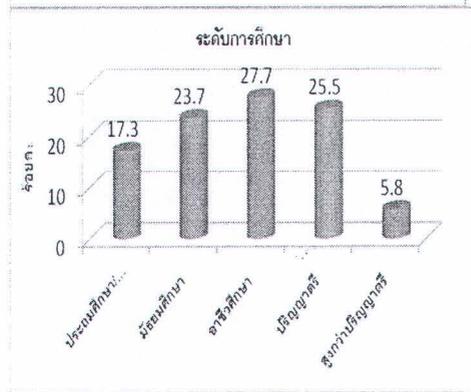
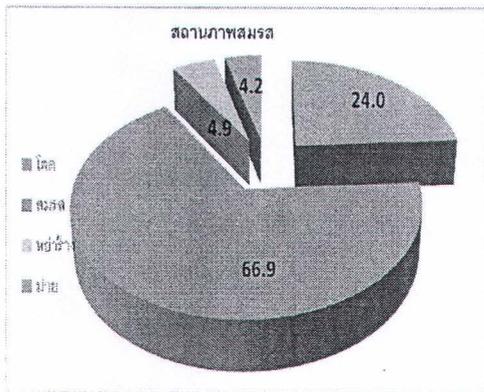
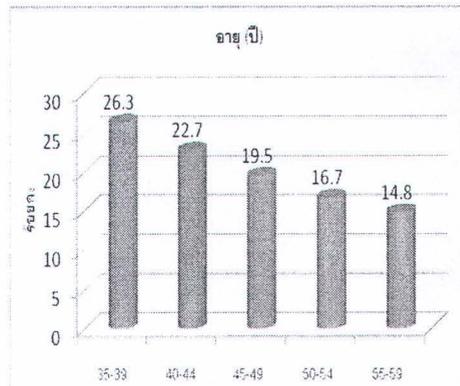
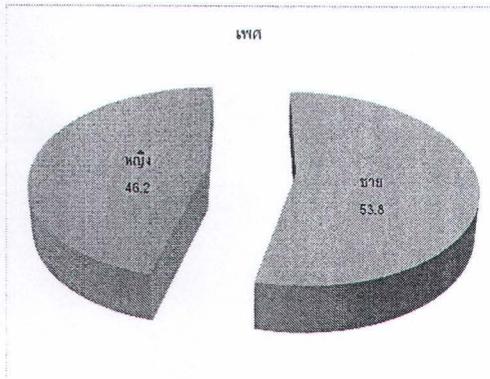
ส่วนที่ 8 ข้อมูลสรุป

#### 4.1 ข้อมูลประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากว่าครึ่งเป็นเพศชาย มีอายุระหว่าง 35-39 ปี ร้อยละ 26.3 รองลงมาได้แก่อายุ 40-44 ปี ร้อยละ 22.7 มีสถานภาพสมรสแล้วร้อยละ 66.9 สถานภาพโสด ร้อยละ 24.0 ส่วนผู้ตอบที่มีสถานภาพหย่าร้างและม่าย มีร้อยละ 4.9 และ 4.2 ผู้ตอบมีการศึกษาระดับอาชีวศึกษา ร้อยละ 27.7 ระดับปริญญาตรี ร้อยละ 25.5 และระดับมัธยมศึกษา ร้อยละ 23.7 ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.1

ข้อมูลด้านอาชีพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าเป็นแรงงานในระบบ ร้อยละ 59.0 ซึ่งในกลุ่มนี้เป็นลูกจ้างบริษัทเอกชน ร้อยละ 45.9 รองลงมาได้แก่ ลูกจ้างรัฐบาล ร้อยละ 31.2 และแรงงานในระบบที่มีร้อยละน้อยที่สุดได้แก่ กลุ่มนายจ้าง (มีลูกจ้าง) ร้อยละ 3.7

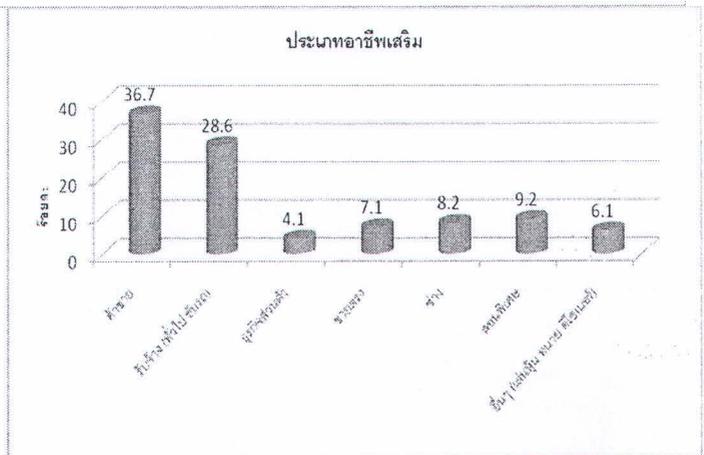
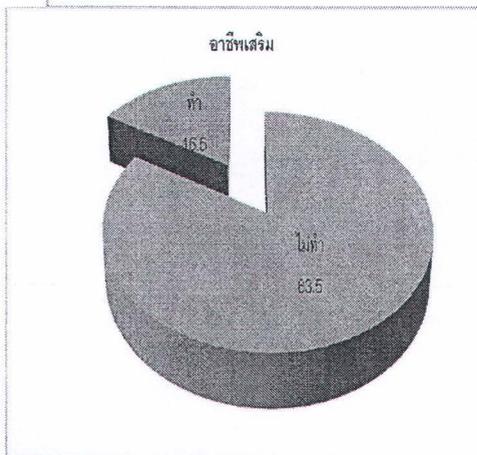
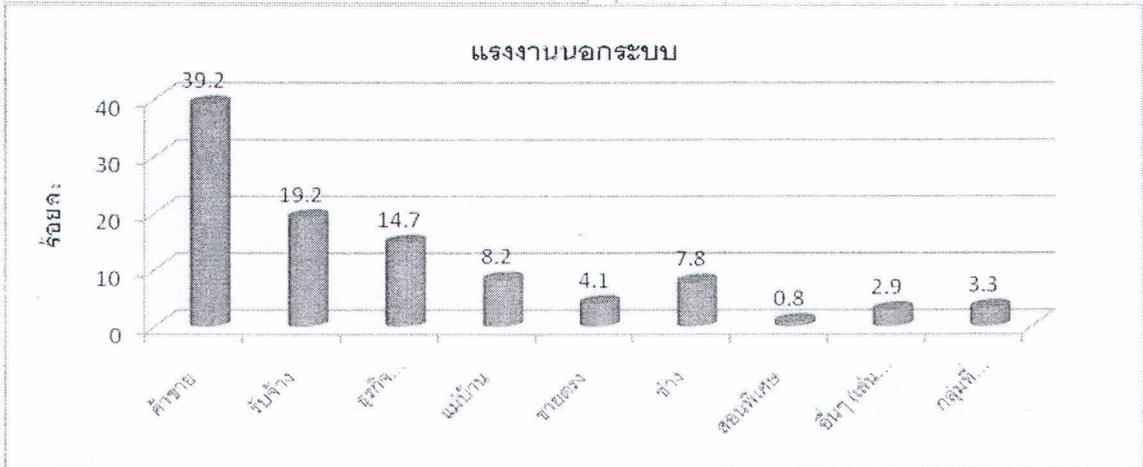
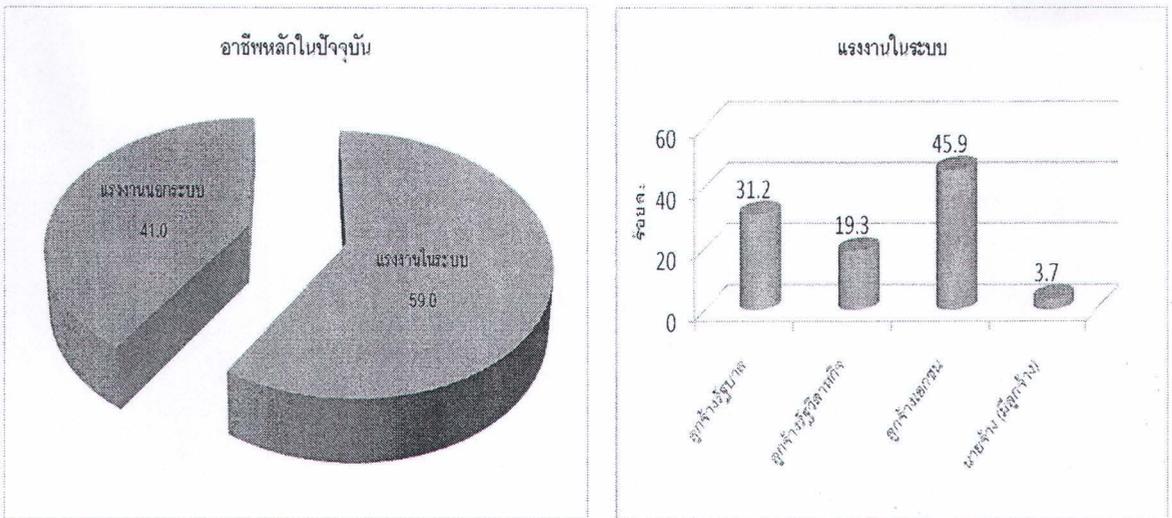
กลุ่มตัวอย่างที่เป็นแรงงานนอกระบบ มีร้อยละ 41.0 ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ประกอบอาชีพค้าขายร้อยละ 39.2 รองลงมาคืออาชีพรับจ้างร้อยละ 19.2 ธุรกิจส่วนตัวร้อยละ 14.7 อาชีพแม่บ้านและช่าง ร้อยละ 8.2 และ 7.8 และกลุ่มแรงงานนอกระบบที่ทำงานรับจ้างและมีเงินเดือนประจำ มีร้อยละ 3.3



แผนภาพที่ 4.1 ข้อมูลส่วนบุคคล

นอกจากอาชีพหลักที่ทำในปัจจุบันแล้ว มีกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 16.5 ทำอาชีพเสริม พบว่าประกอบอาชีพค้าขาย ร้อยละ 36.7 รองลงมาได้แก่ อาชีพรับจ้าง ร้อยละ 28.6 สอนพิเศษ ช่าง และขายตรง ร้อยละ 9.2 8.2 และ 7.1 ตามลำดับ ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.2

รายได้ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีรายได้ต่อเดือน 10,000-19,999 บาท ร้อยละ 31.5 รองลงมาได้แก่ 20,000-39,999 บาท ร้อยละ 30.7 และกลุ่มตัวอย่างมีรายได้ต่ำกว่า 10,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 19.5 กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้สูงกว่าหรือเท่ากับ 60,000 บาท มีร้อยละ 5.2 และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีรายได้มีร้อยละ 3.0 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 17.9 มีรายได้พิเศษ โดยเฉลี่ยเดือนละ 8,290 บาท นอกจากนี้รายได้รวมของสมาชิกในครัวเรือนทั้งหมดต่อเดือนน้อยกว่า 40,000 บาท มีร้อยละ 64.8 ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.3

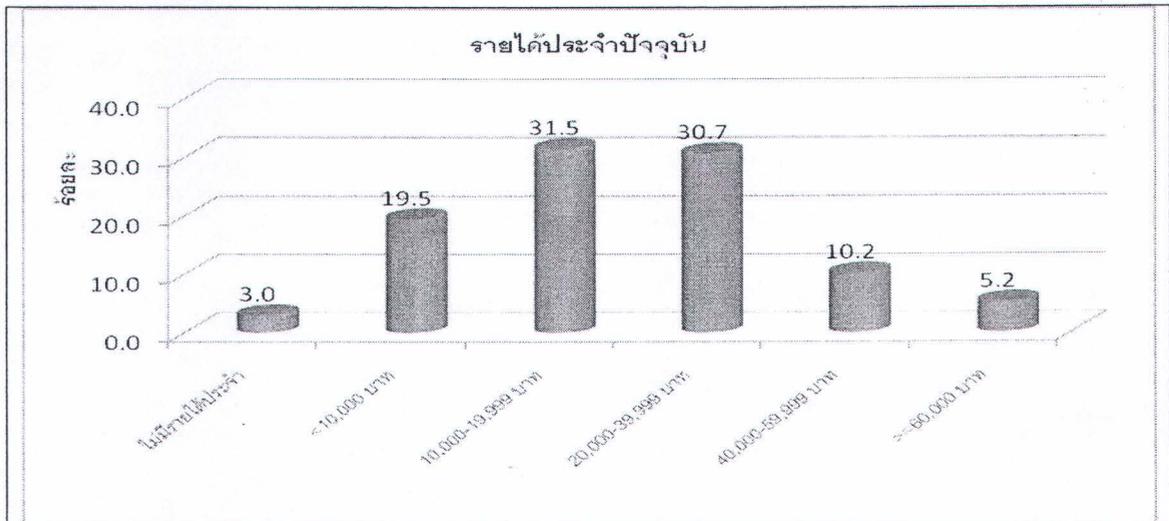


แผนภาพที่ 4.2 ข้อมูลด้านการทำงาน

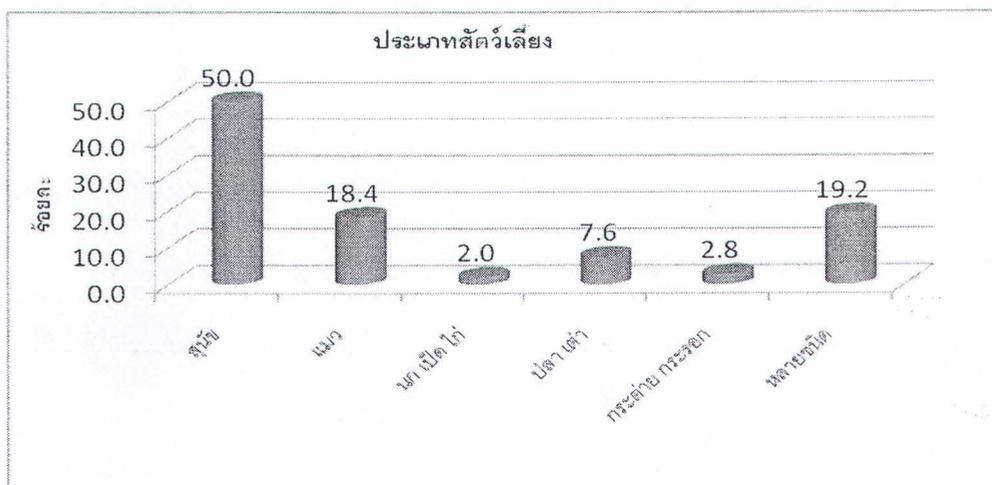
พื้นที่ที่พักอาศัยของกลุ่มตัวอย่าง พบว่าอาศัยในพื้นที่กรุงเทพฯชั้นกลาง ร้อยละ 41.2 พื้นที่กรุงเทพฯชั้นนอก ร้อยละ 38.1 และพื้นที่กรุงเทพฯชั้นใน ร้อยละ 20.7 และเมื่อพิจารณาตามเขตที่อาศัย ในภาพรวม พบว่ากลุ่มตัวอย่างอาศัยในเขตบางซื่อ (พื้นที่ชั้นใน) ร้อยละ 10.2 เขตภาษีเจริญ และบางแค

(พื้นที่ชั้นกลาง) ร้อยละ 9.5 และ 5.9 เขตหลักสี่ (พื้นที่ชั้นนอก) ร้อยละ 4.9 และเขตจตุจักร (พื้นที่ชั้นใน) ร้อยละ 4.7

กลุ่มตัวอย่างมีการเลี้ยงสัตว์เลี้ยงร้อยละ 41.7 และในกลุ่มนี้เลี้ยงสุนัขมากที่สุดร้อยละ 50.0 รองลงมาได้แก่ แมว ร้อยละ 18.4 ประเภทสัตว์น้ำ ได้แก่ ปลาเต่า ร้อยละ 7.6 และกลุ่มตัวอย่างยังเลี้ยงสัตว์มากกว่า 1 ประเภท ร้อยละ 19.2 ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.4



แผนภาพที่ 4.3 ข้อมูลด้านรายได้



แผนภาพที่ 4.4 การเลี้ยงสัตว์และประเภทสัตว์เลี้ยง

#### 4.2 ข้อมูลวิถีชีวิตและวัฒนธรรมด้านต่างๆ

จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่าง 600 คน เกี่ยวกับ วิถีชีวิตและวัฒนธรรมด้านต่างๆ สรุปเป็นความถี่และร้อยละดังแสดงในตารางที่ 4.1 และ 4.2

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับวิถีชีวิตในด้านต่างๆ

	รูปแบบและความเห็นที่ตรงกัน (จำนวน)					รูปแบบและความเห็นที่ตรงกับตัวฉัน (ร้อยละ)							
	ไม่เห็นด้วยเลย	ไม่ค่อยเห็นด้วย	พอเห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วยเลย	ไม่ค่อยเห็นด้วย	พอเห็นด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง			
กิจกรรม/ ความสนใจ/รูปแบบการดำเนินชีวิต													
1) ฉันมีชุดแต่งกายแบบทันสมัยล่าสุด	110	141	268	60	21	18.3	23.5	44.7	10.0	3.5			
2) ฉันเลือกแต่งกายตามแฟชั่นมากกว่าแต่งกายตามสบาย	146	211	175	53	15	24.3	35.2	29.2	8.8	2.5			
3) การแต่งกายให้ดูดีเป็นสิ่งสำคัญในชีวิตของฉัน	28	70	249	183	68	4.7	11.7	41.6	30.6	11.4			
4) ฉันเปลี่ยนทรงผมตามสมัยนิยมบ่อย ๆ	215	193	154	25	13	35.8	32.2	25.7	4.2	2.2			
5) ฉันชอบไปงานสังสรรค์ปาร์ตี้ที่มีเสียงดนตรีและการสนทนา	164	183	173	56	22	27.4	30.6	28.9	9.4	3.7			
6) ฉันชอบอยู่กับบ้าน	17	36	177	226	142	2.8	6.0	29.6	37.8	23.7			
7) ฉันคิดว่าฉันมีความเชื่อมั่นในตนเองมากกว่าคนอื่น	6	25	278	218	73	1.0	4.2	46.3	36.3	12.2			
8) ฉันเป็นคนที่ไม่ต้องพึ่งพาใคร	26	58	247	197	71	4.3	9.7	41.2	32.9	11.9			
9) ฉันใช้เวลามากในการพูดคุยกับเพื่อนเกี่ยวกับสินค้าและยี่ห้อ	139	212	177	53	18	23.2	35.4	29.5	8.8	3.0			
10) ฉันคิดว่าฉันมีความสามารถหลายด้าน	16	86	308	137	52	2.7	14.4	51.4	22.9	8.7			
11) ฉันชอบให้คนมองเห็นว่าฉันเป็นผู้มีน้ำ	49	121	295	91	41	8.2	20.3	49.4	15.2	6.9			
12) เพื่อน ๆ มักขอคำปรึกษาจากฉัน	45	75	289	150	41	7.5	12.5	48.2	25.0	6.8			
13) ฉันมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของเพื่อนในการซื้อของ	93	164	229	92	20	15.6	27.4	38.3	15.4	3.3			



ตารางที่ 4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับวิถีชีวิตในด้านต่างๆ (ต่อ)

	รูปแบบและความเห็นที่ตรงกันตัวฉัน (จำนวน)					รูปแบบและความเห็นที่ตรงกันตัวฉัน (ร้อยละ)				
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
กิจกรรม/ ความสนใจ/รูปแบบการดำเนินชีวิต										
14) ฉันอยากท่องเที่ยวรอบโลก	97	105	157	114	126	16.2	17.5	26.2	19.0	21.0
15) ฉันมักขอคำแนะนำจากเพื่อน ๆ เกี่ยวกับข้อสงสัยที่ฉันกำลังจะซื้อ	123	167	198	85	24	20.6	28.0	33.2	14.2	4.0
16) บุคคลใกล้ชิดที่อยู่กับฉันเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในชีวิตฉัน	15	23	83	237	239	2.5	3.9	13.9	39.7	40.0
17) เมื่อบุคคลใกล้ชิดที่อยู่กับฉันป่วยหนักฉันยอมทิ้งทุกอย่างได้เพื่อดูแลเขา	10	18	121	262	188	1.7	3.0	20.2	43.7	31.4
18) ฉันพยายามจัดบ้านเพื่อความสะอาดสุขสบายของบุคคลใกล้ชิดที่อยู่ด้วยกัน	9	28	147	261	152	1.5	4.7	24.6	43.7	25.5
19) ฉันคิดว่าจะมีรายได้มากขึ้นเพื่อใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน	15	46	186	217	135	2.5	7.7	31.1	36.2	22.5
20) ฉันดื่มเฉพาะเครื่องดื่มที่มีไขมันหรือน้ำตาลต่ำ	59	97	259	122	63	9.8	16.2	43.2	20.3	10.5
21) ฉันชอบบริโภคน้ำดื่มที่มีไขมันหรือน้ำตาลต่ำ	68	110	272	113	36	11.4	18.4	45.4	18.9	6.0
22) ฉันทานอาหารลดน้ำหนักอย่างน้อย 1 มื้อต่อวัน	155	157	196	68	23	25.9	26.2	32.7	11.4	3.8
23) ฉันเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ	112	144	204	74	64	18.7	24.1	34.1	12.4	10.7
24) ฉันไม่ชอบงานทำความสะอาดบ้าน	166	155	182	53	44	27.7	25.8	30.3	8.8	7.3
25) ฉันคิดว่างานดูแลบ้านเป็นงานที่มีความสำคัญน้อย	190	179	163	49	17	31.8	29.9	27.3	8.2	2.8
26) ฉันเพลิดเพลินกับการทำงานบ้าน	38	62	232	168	99	6.3	10.4	38.7	28.0	16.5
27) ฉันไม่ชอบเห็นของวางเกะกะบนถนน	8	22	104	254	211	1.3	3.7	17.4	42.4	35.2

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับวิถีชีวิตในด้านต่างๆ (ต่อ)

	รูปแบบและความเห็นที่ตรงกันตัวฉัน (จำนวน)						รูปแบบและความเห็นที่ตรงกันตัวฉัน (ร้อยละ)						
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	
กิจกรรม/ ความสนใจ/รูปแบบการดำเนินชีวิต													
28) ฉันเป็นสมาชิกมูลนิธิและเข้าร่วมงานสม่ำเสมอ	262	148	144	29	15	43.8	24.1	4.8	2.5				
29) ฉันไม่อาสาสมัครทำงานอย่างสม่ำเสมอ ในโรงพยาบาลหรือมูลนิธิ	140	117	161	127	54	23.4	26.9	21.2	9.0				
30) ฉันชอบทำงานโครงการเพื่อชุมชน	94	144	236	88	35	15.7	39.5	14.7	5.9				
31) ฉันร่วมกิจกรรมรณรงค์ทางสังคมและการเมือง เช่น การเลือกตั้ง อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม เป็นต้น	74	108	228	113	77	12.3	38.0	18.8	12.8				
32) ฉันแสวงหาซื้อสินค้าอุปโภคบริโภคที่จัดการพิเศษก่อนเสมอ	54	88	214	168	76	9.0	35.7	28.0	12.7				
33) ฉันตรวจสอบราคาสินค้าก่อนซื้อเสมอไม่ว่าสินค้าจะมีราคาถูกมากน้อยเพียงใด	12	52	152	235	149	2.0	25.3	39.2	24.8				
34) ฉันเชื่อว่าการเปรียบเทียบราคาสินค้าหลาย ๆ แห่งก่อนซื้อสามารถประหยัดเงินได้เยอะมาก	15	54	154	223	153	2.5	25.7	37.2	25.5				
35) ฉันทานบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป หรือปลาทูกระป๋อง อย่างน้อย 1 มื้อต่อวัน	284	150	124	32	7	47.6	20.8	5.4	1.2				
36) บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป หรือปลาทูกระป๋อง มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของฉัน	285	159	114	33	7	47.7	19.1	5.5	1.2				
37) ฉันยอมรับประทานและบริโภคอาหารกึ่งสำเร็จรูป	201	160	175	52	12	33.5	29.2	8.7	2.0				
38) การมีบัตรเครดิตเป็นสิ่งที่ดี	167	108	199	81	40	28.1	33.4	13.6	6.7				

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับวัฒนธรรมในด้านต่างๆ

กิจกรรม/ ความสนใจ/รูปแบบการดำเนินชีวิต	รูปแบบและความเห็นที่ตรงกัน (จำนวน)					รูปแบบและความเห็นที่ตรงกัน (ร้อยละ)					
	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
39) การทำงานด้วยวิธีที่ต่างจากคนอื่น แต่ได้รับผลเดียวกันควรได้รับการสนับสนุน (ถูกต้องตามกฎหมาย)	19	41	260	209	67	3.2	6.9	43.6	35.1	11.2	
40) การมีรางวัลมากพอที่จะทำให้ตนสนใจเป็นสิ่งที่สำคัญ	15	33	189	258	103	2.5	5.5	31.6	43.1	17.2	
41) การให้ความสำคัญแต่ละบุคคลในทีมงานเป็นสิ่งสำคัญ	4	16	129	315	135	.7	2.7	21.5	52.6	22.5	
42) การเป็นผู้นำในการทำงานกลุ่มเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฉัน	21	53	259	187	78	3.5	8.9	43.3	31.3	13.0	
43) การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ขององค์กรเป็นสิ่งสำคัญเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร	10	20	129	289	149	1.7	3.4	21.6	48.4	25.0	
44) ฉันยินดีที่จะประเมินประนีประนอมเพื่อความปรองดองของกลุ่ม	4	10	116	315	155	.7	1.7	19.3	52.5	25.8	
45) พ่อแม่มีสิทธิในการเลือกคู่ครองให้แก่บุตร	143	158	210	65	23	23.9	26.4	35.1	10.9	3.8	
46) ถ้าฉันถูกรางวัลที่หนึ่งจะแบ่งเงินให้แก่สมาชิกในครอบครัวเท่า ๆ กัน	32	76	216	180	93	5.4	12.7	36.2	30.2	15.6	
47) ฉันชอบที่จะทำงานเป็นกลุ่มมากกว่าที่จะทำงานคนเดียว	40	69	244	175	70	6.7	11.5	40.8	29.3	11.7	
48) การวางแผนอนาคตอย่างรอบคอบเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฉัน	6	30	107	245	211	1.0	5.0	17.9	40.9	35.2	
49) กฎข้อบังคับขององค์กรเป็นสิ่งที่จะต้องปฏิบัติตามตลอดเวลา	20	33	191	239	115	3.3	5.5	31.9	40.0	19.2	

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับวัฒนธรรมในด้านต่างๆ (ต่อ)

	รูปแบบและความคิดเห็นที่ตรงกับตัวฉัน (จำนวน)						รูปแบบและความคิดเห็นที่ตรงกับตัวฉัน (ร้อยละ)								
	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มาก	มากที่สุด	น้อยที่สุด	น้อย	ปานกลาง	มาก	มาก	มากที่สุด			
กิจกรรม/ ความสนใจ/รูปแบบการค้าปลีกชีวิต															
50) ผู้จัดการต้องมีความรู้ความเชี่ยวชาญในแผนกที่ตนบริหาร	10	12	97	279	198	198	1.7	2.0	16.3	46.8	33.2				
51) ในการค้าคัดเลือกผู้นำควรใช้เกณฑ์อาวุโส	79	130	278	87	26	26	13.2	21.7	46.3	14.5	4.3				
52) พนักงานควรทำงานในองค์กรเดียวตลอดชีวิต	163	205	195	27	9	9	27.2	34.2	32.6	4.5	1.5				
53) ฉันเป็นคนขอเบี่ยง	95	141	242	80	39	39	15.9	23.6	40.5	13.4	6.5				
54) ความคิดเห็นที่แตกต่างในองค์กรเป็นสิ่งที่ดี	30	63	274	177	53	53	5.0	10.6	45.9	29.6	8.9				
55) ฉันสามารถทำทุกสิ่งทุกอย่างได้ดังที่ฉันตั้งใจไว้	25	69	319	160	27	27	4.2	11.5	53.2	26.7	4.5				
56) ฉันชอบชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลง	36	78	264	177	44	44	6.0	13.0	44.1	29.5	7.3				
57) การเจรจาต่อรองต้องอาศัยความยืดหยุ่น	9	11	159	292	126	126	1.5	1.8	26.6	48.9	21.1				
58) ฉันพยายามทำทุกอย่างเพื่อบรรลุเป้าหมายในอนาคตอย่างต่อเนื่อง	7	22	180	275	113	113	1.2	3.7	30.2	46.1	18.9				
59) ฉันออมเงินเพื่ออนาคต	16	33	143	212	195	195	2.7	5.5	23.9	35.4	32.6				
60) ฉันเป็นคนประหยัดมัธยัสถ์	11	43	276	166	102	102	1.8	7.2	46.2	27.8	17.1				
61) คุณภาพชีวิตที่ดีกว่าเดิมในอนาคตเป็นสิ่งจำเป็น	3	14	94	280	208	208	.5	2.3	15.7	46.7	34.7				
62) การพบปะผู้คนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับฉัน	31	47	280	179	62	62	5.2	7.8	46.7	29.9	10.4				
63) ฉันทำงานหนักอย่างต่อเนื่องเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าในอนาคต	15	32	183	237	131	131	2.5	5.4	30.6	39.6	21.9				
64) ฉันอดทนไม่เสวยสุขในปัจจุบันเพื่อเสวยสุขในอนาคต	29	63	253	161	94	94	4.8	10.5	42.2	26.8	15.7				

### 4.3 ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการเตรียมความพร้อมด้านจิตใจและสังคม

การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจและสังคมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละประเด็นพบว่า กลุ่มตัวอย่างห่วงใยประเด็นการสูญเสียคนสำคัญในครอบครัวมากที่สุด ร้อยละ 54.8 รองลงมาได้แก่ กลัวความจำเสื่อม ร้อยละ 47.2 กลัวเหงาที่ต้องอยู่คนเดียว ร้อยละ 31.7 และยังห่วงเรื่องที่ไม่สามารถตามเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงได้ทัน กลัวสูญเสียความสำคัญ และห่วงเรื่องการไม่ได้รับความสนใจจากสมาชิกในครอบครัว มีร้อยละที่ใกล้เคียงกันคือ 28.7 28.5 และ 27.6 กลุ่มตัวอย่างมีความห่วงใยเรื่องกลัวปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ น้อยที่สุด ร้อยละ 12.3

เมื่อพิจารณาประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีความห่วงใยแต่ไม่ได้มีการเตรียมตัว พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่ได้มีการเตรียมตัวเรื่องการปรับตัวเข้ากับสังคม กลัวสูญเสียความสำคัญ และกลัวคุยกับคนอื่น ๆ ไม่รู้เรื่อง (ช่องว่างระหว่างวัย) มีร้อยละที่ใกล้เคียงกันคือ 91.9 91.2 และ 90.6 ตามลำดับ การไม่ได้รับความสนใจจากสมาชิกในครอบครัว และการสูญเสียคนสำคัญในครอบครัว มีร้อยละ 87.9 และ 86.7 กลุ่มตัวอย่างไม่ได้มีการเตรียมตัวเรื่องกลัวความจำเสือน้อยที่สุด ร้อยละ 68.6

กลุ่มตัวอย่างที่มีความห่วงใยในประเด็นข้างต้น และมีการเตรียมตัว พบว่า การเตรียมตัวส่วนใหญ่ในเกือบทุกประเด็นคือการปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลง พยายามเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หากเป็นเรื่องของการสูญเสียคนในครอบครัว กลุ่มตัวอย่างที่มีการเตรียมตัวเกือบทั้งหมด ตอบว่าต้องทำใจยอมรับ ดังแสดงในตารางที่ 4.3

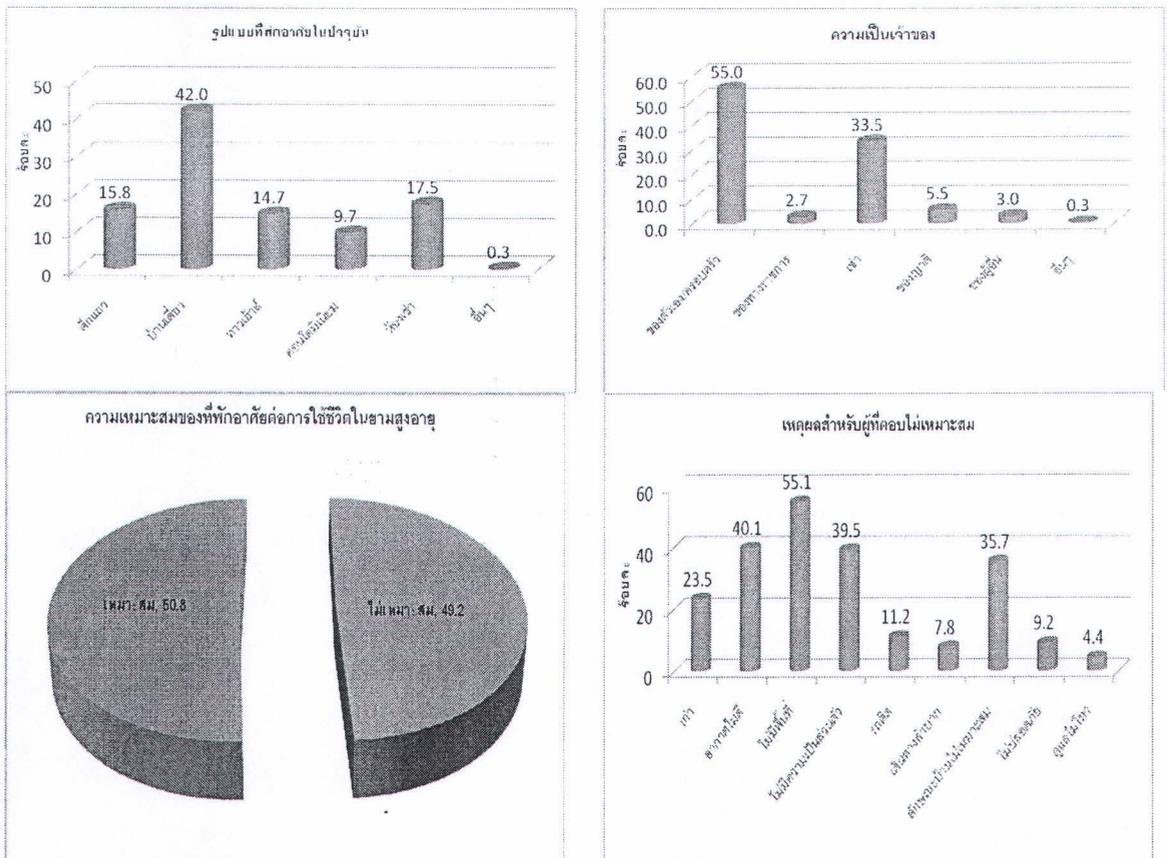
ตารางที่ 4.3 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจและสังคม

ประเด็นความห่วงใยทางด้านจิตใจและสังคม	ร้อยละของผู้ตอบว่า “ห่วง” (จำนวน)	ร้อยละของผู้ตอบว่า “ห่วง” แต่ไม่ได้มีการเตรียมตัว (จำนวน)
กลัวคุยกับคนอื่น ๆ ไม่รู้เรื่อง (ช่องว่างระหว่างวัย)	23.0 (138)	90.6 (125)
การไม่สามารถตามเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงได้ทัน	28.7 (172)	82.6 (142)
กลัวความจำเสื่อม	47.2 (283)	68.6 (194)
กลัวเหงาที่ต้องอยู่คนเดียว	31.7 (189)	83.1 (157)
กลัวปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้	12.3 (74)	91.9 (68)
การสูญเสียคนสำคัญในครอบครัว	54.8 (316)	86.7 (274)
การไม่ได้รับความสนใจจากสมาชิกในครอบครัว	27.6 (165)	87.9 (145)
กลัวสูญเสียความสำคัญ	28.5 (171)	91.2 (156)

#### 4.4 พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านที่พักอาศัย

ลักษณะที่พักของกลุ่มตัวอย่างในปัจจุบันพบว่า เป็นบ้านเดี่ยวร้อยละ 42.0 รองลงมาได้แก่ห้องเช่า ร้อยละ 17.5 ในขณะที่ตึกแถวและทาวน์เฮาส์มีร้อยละที่ใกล้เคียงกันคือ 15.8 และ 14.7 กลุ่มตัวอย่างที่มีที่พักเป็นคอนโดมิเนียม มีร้อยละ 9.7 ส่วนเรื่องของความเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย พบว่า กว่าครึ่งของกลุ่มตัวอย่างและครอบครัวเป็นเจ้าของที่พักอาศัยเอง รองลงมาได้แก่ เช่า ร้อยละ 33.5 ส่วนที่เหลือคือเป็นของญาติ ของผู้อื่น และของราชการ มีร้อยละ 5.5 3.0 และ 2.7 ตามลำดับ

เมื่อสอบถามกลุ่มตัวอย่างว่าที่พักในปัจจุบันมีความเหมาะสมต่อการใช้ชีวิตในยามสูงอายุหรือไม่ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 50.8 ตอบว่าเหมาะสม ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ตอบว่าไม่เหมาะสมให้เหตุผลว่า ไม่มีพื้นที่ ร้อยละ 55.1 รองลงมาได้แก่ อากาศไม่ดี ร้อยละ 40.1 ไม่มีความเป็นส่วนตัว ร้อยละ 39.5 ลักษณะบ้านไม่เหมาะสม ร้อยละ 35.7 ส่วนคำตอบที่เหลือเช่น มีสภาพเก่า รถติด เดินทางลำบากและไม่ปลอดภัย เป็นต้น ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.5



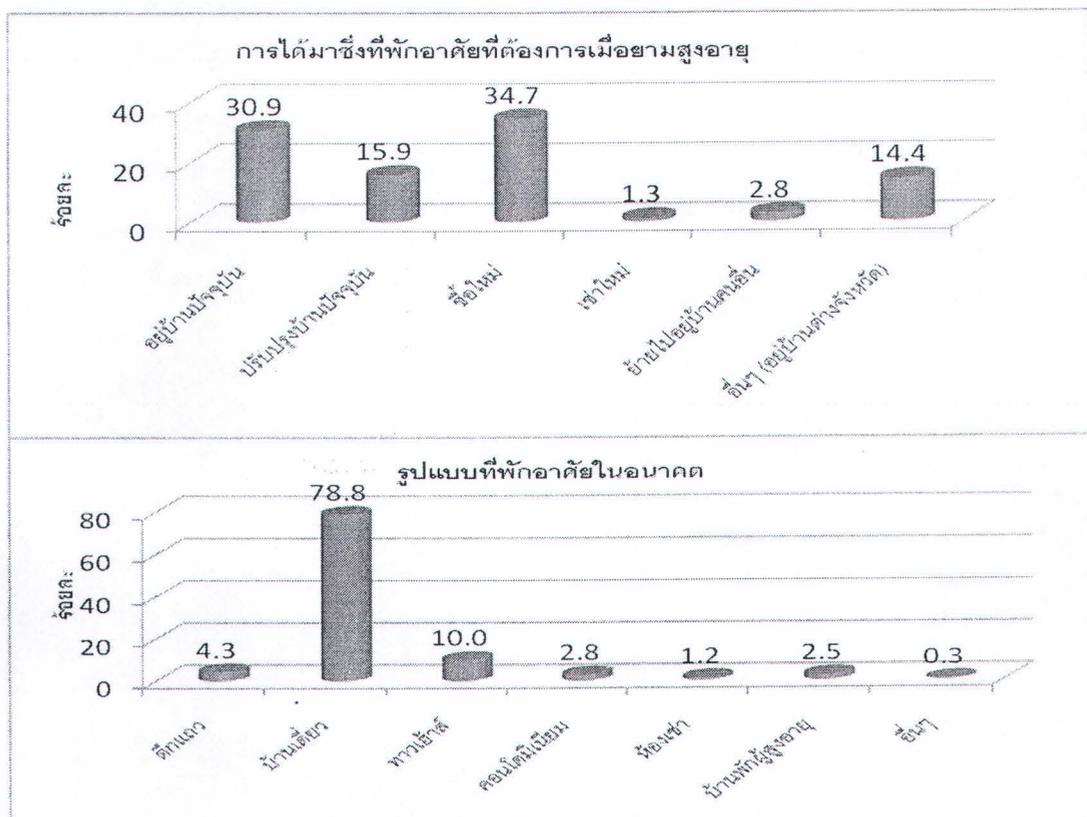
แผนภาพที่ 4.5 ลักษณะของที่พักอาศัยในปัจจุบัน

สำหรับที่พักที่กลุ่มตัวอย่างที่ต้องการในยามสูงอายุได้มาได้อย่างไร กลุ่มตัวอย่างตอบว่า ซื่อใหม่ ร้อยละ 34.7 รองลงมาได้แก่อยู่บ้านปัจจุบัน ร้อยละ 30.9 ปรับปรุงบ้านปัจจุบันและไปอยู่ต่างจังหวัด มีร้อยละที่ใกล้เคียงกันคือ 15.9 และ 14.4 ตามลำดับ ส่วนที่เช่าและไปอยู่บ้านคนอื่นมีกลุ่มตัวอย่างตอบเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

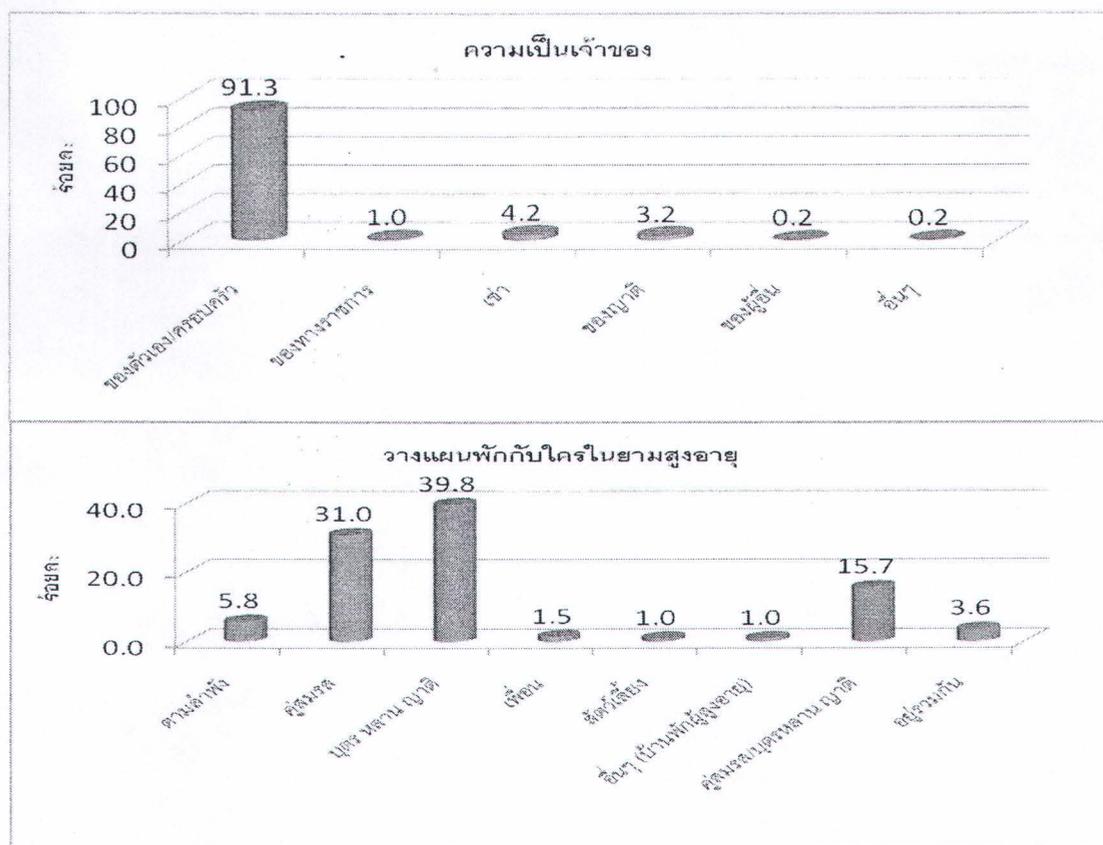
รูปแบบที่พักอาศัยในอนาคต พบว่ากลุ่มตัวอย่างเลือกบ้านเดี่ยวมากที่สุดคือ ร้อยละ 78.8 รองลงมาได้แก่ ทาวน์เฮาส์และตึกแถว ร้อยละ 10.0 และ 4.3 ในขณะที่คอนโดมิเนียม บ้านพักสำหรับผู้สูงอายุ และห้องเช่า มีกลุ่มตัวอย่างเลือกตอบเพียงส่วนน้อย

ส่วนเรื่องของการเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยในอนาคต พบว่า เกือบทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่างและครอบครัวเป็นเจ้าของที่พักอาศัยเอง ส่วนที่เหลือคือ เช่า ของญาติ ของราชการ และของผู้อื่น มีกลุ่มตัวอย่างตอบไม่ถึงร้อยละ 5

เกี่ยวกับบุคคลที่กลุ่มตัวอย่างวางแผนเลือกจะอยู่ด้วยในยามสูงอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเลือกที่จะอยู่กับบุตรหลาน/ญาติ ร้อยละ 39.8 รองลงมาได้แก่ คู่สมรส ร้อยละ 31.0 และเลือกที่จะอยู่กับคู่สมรส บุตรหลานและญาติ ร้อยละ 15.7 ส่วนคำตอบอื่น ๆ เช่น อยู่ตามลำพังและการอยู่ร่วมกันหลายคน (คู่สมรส บุตรหลาน ญาติ เพื่อน สัตว์เลี้ยง) มีกลุ่มตัวอย่างเลือกตอบเพียงเล็กน้อย ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.6



แผนภาพที่ 4.6 รูปแบบที่พักอาศัยในยามสูงอายุ



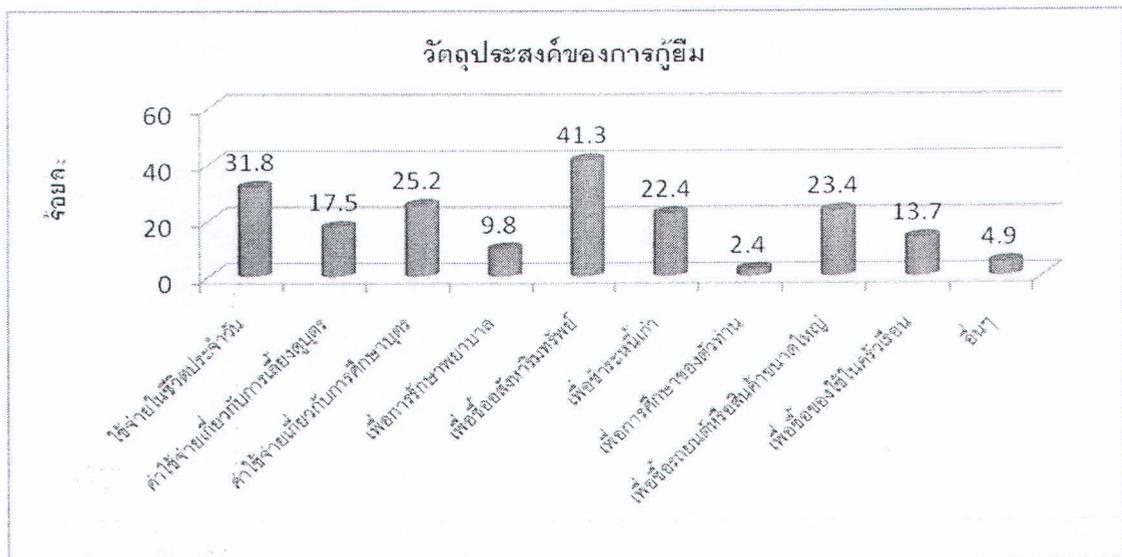
แผนภาพที่ 4.6 รูปแบบที่พิกอาศัยในยามสูงอายุ (ต่อ)

เมื่อสอบถามกลุ่มตัวอย่างว่าทราบหรือไม่ว่าที่พิกอาศัยที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุควรเป็นอย่างไร กลุ่มตัวอย่างทราบลักษณะที่พิกที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ร้อยละ 51.3 โดยให้รายละเอียดลักษณะที่พิกว่า ควรมีส้วมที่สะอาดดี มีความปลอดภัย ร้อยละ 62.3 รองลงมาได้แก่ ที่พิกควรเป็นพื้นราบ ไม่มีการเล่นระดับและควรมีอุปกรณ์สำหรับผู้สูงอายุ ร้อยละ 57.5 และที่พิกควรมีพื้นที่ให้ทำกิจกรรม เช่น ปลูกต้นไม้ ออกกำลังกายหรืออยู่ใกล้สวนสาธารณะ ร้อยละ 47.1 ใกล้ชุมชน/สถานพยาบาล เดินทางสะดวก ร้อยละ 22.7 และที่พิกควรอยู่ใกล้ญาติพี่น้องและเพื่อน ร้อยละ 8.8

#### 4.5 พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ

ส่วนของการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ พบว่ารายได้รวมของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละเดือนเพียงพอและเหลือเก็บ ร้อยละ 43.4 เพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ ร้อยละ 42.7 และไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย ร้อยละ 13.9 ส่วนเรื่องหนี้สินในครัวเรือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีหนี้สิน ร้อยละ 47.8 และไม่มีหนี้สิน ร้อยละ 46.0 สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีหนี้สิน พบว่ามีหนี้สินเฉลี่ย 507,612 บาท โดยกลุ่มตัวอย่างกู้ยืมจากระบบ ร้อยละ 80.0 กู้ยืมจากนอกระบบ ร้อยละ 17.5 และกู้ยืมจากทั้งในและนอกระบบ ร้อยละ 2.5

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีหนี้สิน ส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์ในการกู้ยืมเพื่อซื้ออสังหาริมทรัพย์ ร้อยละ 41.3 เพื่อใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ร้อยละ 31.8 เพื่อค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการศึกษาบุตร เพื่อซื้อรถยนต์หรือสินค้าขนาดใหญ่อื่นๆ และเพื่อชำระหนี้เก่า ร้อยละ 25.2 23.4 และ 22.4 ตามลำดับ ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.7



แผนภาพที่ 4.7 ค่าใช้จ่ายและหนี้สินของครัวเรือน

กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะเลิกทำงานประจำเมื่อมีอายุเฉลี่ย 59 ปี และกลุ่มตัวอย่างสามในสี่ ระบุเงื่อนไขว่า เมื่อร่างกายทำงานไม่ไหว รองลงมาได้แก่ ทำงานไปเรื่อย ๆ ร้อยละ 11.2 และระบุเงื่อนไขอื่น ๆ เช่น เมื่อมีหลักฐานมั่นคง ถูกเลิกจ้าง และจนกว่าบุตรเรียนจบมีงานทำ มีร้อยละ 6.5 4.7 และ 1.9 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างคิดว่าวัยสูงอายุ คืออายุเฉลี่ย 62.80 ดังแสดงในตารางที่ 4.4

ตารางที่ 4.4 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามเหตุผลการเลิกทำงานประจำ

เหตุผลการเลิกทำงานประจำ	ร้อยละความถี่
ร่างกายทำงานไม่ไหว	75.7
มีหลักฐานมั่นคง	6.5
ถูกเลิกจ้าง	4.7
ทำไปเรื่อยๆ	11.2
บุตรเรียนจบ มีงานทำ	1.9
รวม	100.0 (107)

กลุ่มตัวอย่างมีการวางแผนทางการเงินเพื่อการใช้ชีวิตในยามสูงอายुर้อยละ 75.8 และไม่มีการวางแผน ร้อยละ 24.2 โดยในกลุ่มที่ไม่มีมีการวางแผนให้เหตุผลว่า ไม่มีเงินออม ร้อยละ 70.4 รองลงมาได้แก่ ไม่เห็นความสำคัญหรือความจำเป็น ร้อยละ 21.8 และคิดว่าจะพึ่งพิงคนอื่นได้ ร้อยละ 7.7

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ได้วางแผนการออมหรือการลงทุนไว้ใช้ในยามสูงอายุ นอกเหนือจากการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน กลุ่มผู้ตอบให้ความสำคัญมากที่สุดกับการรักษาพยาบาลในยามฉุกเฉิน ร้อยละ 69.8 ให้ความสำคัญระดับปานกลางกับเรื่องการซื้อหรือซ่อมแซมที่พักอาศัย ร้อยละ 36.9 และกลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญน้อยที่สุดคือการแบ่งปันให้ลูกหลาน มีร้อยละ 34.5 ดังแสดงในตารางที่ 4.5

ตารางที่ 4.5 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามระดับความสำคัญของการวางแผนการออมหรือการลงทุนไว้ใช้ในยามสูงอายุ

การวางแผนการออมหรือลงทุนไว้ใช้ในยามสูงอายุ	ระดับความสำคัญ		
	มากที่สุด	ปานกลาง	น้อยที่สุด
ไม่ได้วางแผนในส่วนอื่นเลย	1.5	0.4	4.3
เพื่อการรักษาพยาบาลในยามฉุกเฉิน	69.8	15.9	7.2
เพื่อใช้จ่ายในกิจกรรมต่างๆที่สนใจ เช่นท่องเที่ยว งานอดิเรก เป็นต้น	8.6	20.4	22.6
เพื่อว่าจ้างคนมาดูแล	0.9	5.8	11.4
เพื่อซื้อหรือซ่อมแซมที่พักอาศัย	10.6	36.9	19.9
เพื่อแบ่งปันให้ลูกหลาน	8.6	20.4	34.5
เพื่อการศึกษาของลูกหลาน	-	0.2	0.2
รวม	100.0 (454)	100.0 (447)	100.0 (447)

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ได้วางแผนการออมหรือการลงทุนไว้ใช้ในยามสูงอายุ มีรูปแบบการออมหรือการลงทุนในปัจจุบัน ได้แก่ เงินฝากบัญชีออมทรัพย์ธนาคาร/สหกรณ์ออมทรัพย์ ร้อยละ 74.8 รองลงมาได้แก่ เก็บเป็นเงินสด ร้อยละ 56.4 การประกันชีวิต ร้อยละ 51.0 เงินฝากบัญชีฝากประจำธนาคาร ร้อยละ 43.8 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีรูปแบบการออมหรือการลงทุน เช่น กองทุนและการลงทุนในตลาดหุ้น ในร้อยละที่น้อยมาก คือมีไม่ถึงร้อยละ 10

รูปแบบการออมหรือการลงทุนที่กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะใช้ในอนาคต ได้แก่ เงินฝากบัญชีออมทรัพย์ธนาคาร/สหกรณ์ออมทรัพย์ ร้อยละ 67.8 รองลงมาได้แก่ เงินฝากบัญชีฝากประจำธนาคาร ร้อยละ 50.2 การประกันชีวิต ร้อยละ 49.8 อสังหาริมทรัพย์/ที่ดิน/บ้าน และการซื้อสลากออมสิน มีร้อยละที่ใกล้เคียงกันคือ ร้อยละ 43.8 และ 43.5 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะใช้รูปแบบการออมหรือการลงทุนในอนาคต เช่น กองทุนและการลงทุนในตลาดหุ้น ในร้อยละที่เพิ่มขึ้นจากที่ใช้ในปัจจุบัน ดังแสดงในตารางที่ 4.6

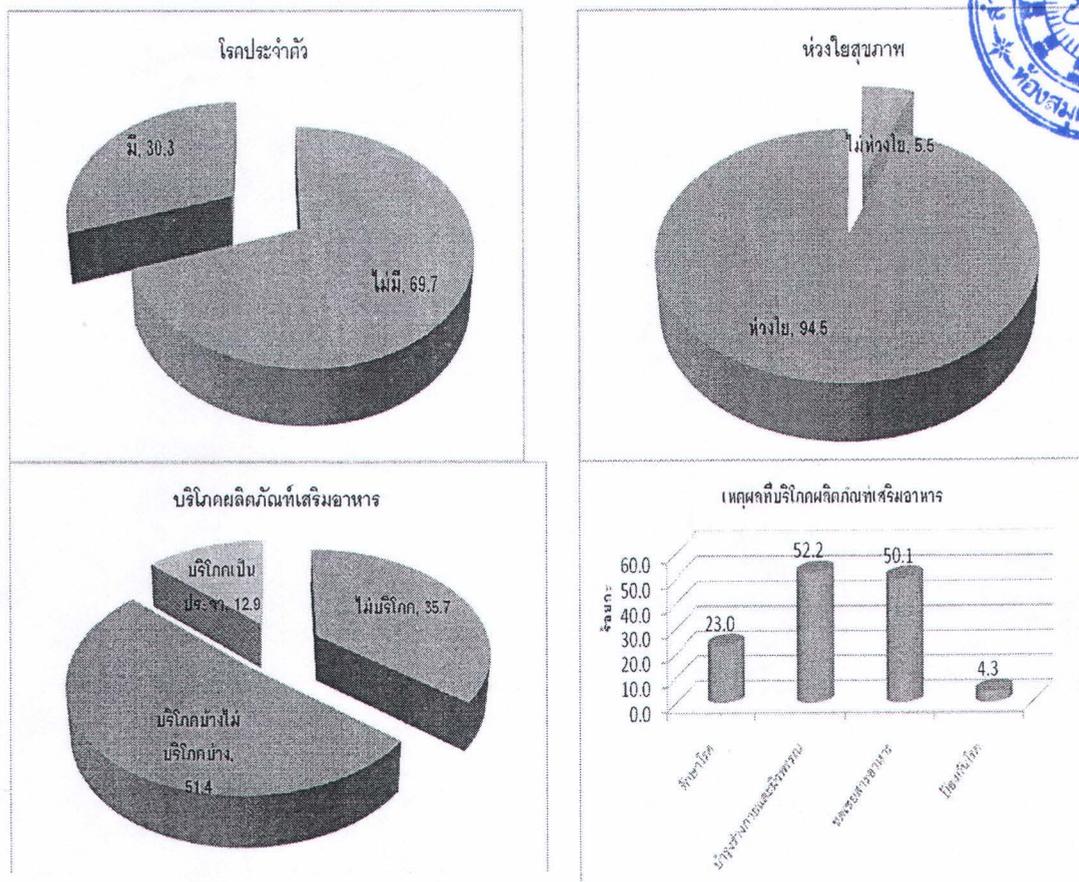
ตารางที่ 4.6 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามรูปแบบการลงทุนที่ใช้ในปัจจุบันและคาดว่าจะใช้ในอนาคต

รูปแบบการออมหรือการลงทุน	ร้อยละของผู้ตอบ ว่าใช้อยู่ใน ปัจจุบัน (จำนวน)	ร้อยละของผู้ตอบ ว่าคาดว่าจะใช้ใน อนาคต(จำนวน)
เก็บเป็นเงินสด	56.4 (251)	36.3 (157)
เงินฝากบัญชีออมทรัพย์ธนาคาร/สหกรณ์ออมทรัพย์	74.8 (333)	67.8 (293)
เงินฝากบัญชีฝากประจำธนาคาร	43.8 (195)	50.2 (217)
พันธบัตรรัฐบาล	11.9 (53)	35.4 (153)
สลากออมสิน	27.2 (121)	43.5 (188)
กองทุนหุ้นระยะยาว (LTF)	5.6 (25)	22.5 (97)
กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF)	6.1 (27)	19.9 (86)
กองทุน กบข./กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ	18.9 (84)	18.5 (80)
การลงทุนในตลาดหุ้น	8.5 (38)	22.9 (99)
กองทุนรวม (หน่วยลงทุน) / หุ้นกู้	8.1 (36)	20.8 (90)
การถือหุ้นสหกรณ์ออมทรัพย์	21.3 (95)	32.4 (140)
การประกันชีวิต	51.0 (227)	49.8 (215)
อสังหาริมทรัพย์/ที่ดิน/บ้าน	38.9 (173)	43.8 (189)
ทองแท่ง/ทองรูปพรรณ/อัญมณี	28.5 (127)	40.5 (175)
อื่นๆ คือ เล่นแชร์ และ ฌาปนกิจสงเคราะห์	0.7 (3)	1.2 (5)

กลุ่มตัวอย่างคาดหวังเรื่องความช่วยเหลือด้านการเงินเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยคาดหวังจากตัวเองมากที่สุดถึงสามในสี่ คาดหวังบ้างจากกลุ่มสมรสและบุตร ร้อยละ 25.3 และ 28.2 กลุ่มตัวอย่างที่ไม่คาดหวังจากพี่น้อง สมาชิกอื่นในครอบครัว เพื่อน และรัฐบาล มีจำนวนร้อยละ 31.9 36.7 56.4 และ 35.4 ตามลำดับ

#### 4.6 พฤติกรรมการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย

การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 69.7 ไม่มีโรคประจำตัว และร้อยละ 94.5 มีความห่วงใยเรื่องสุขภาพ และมีการบริโภควิตามินหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร โดยกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้บริโภคเป็นประจำ มีร้อยละ 51.4 ไม่บริโภคเลย มีร้อยละ 35.7 และ บริโภควิตามินหรือผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเป็นประจำ มีร้อยละ 12.9 เหตุผลในการบริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร เพื่อบำรุงร่างกายและผิวพรรณ ร้อยละ 52.2 รองลงมาได้แก่ เพื่อชดเชยสารอาหาร ร้อยละ 50.1 เพื่อรักษาโรคและป้องกันโรคร้อยละ 23.0 และ 4.3 ตามลำดับ ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.8

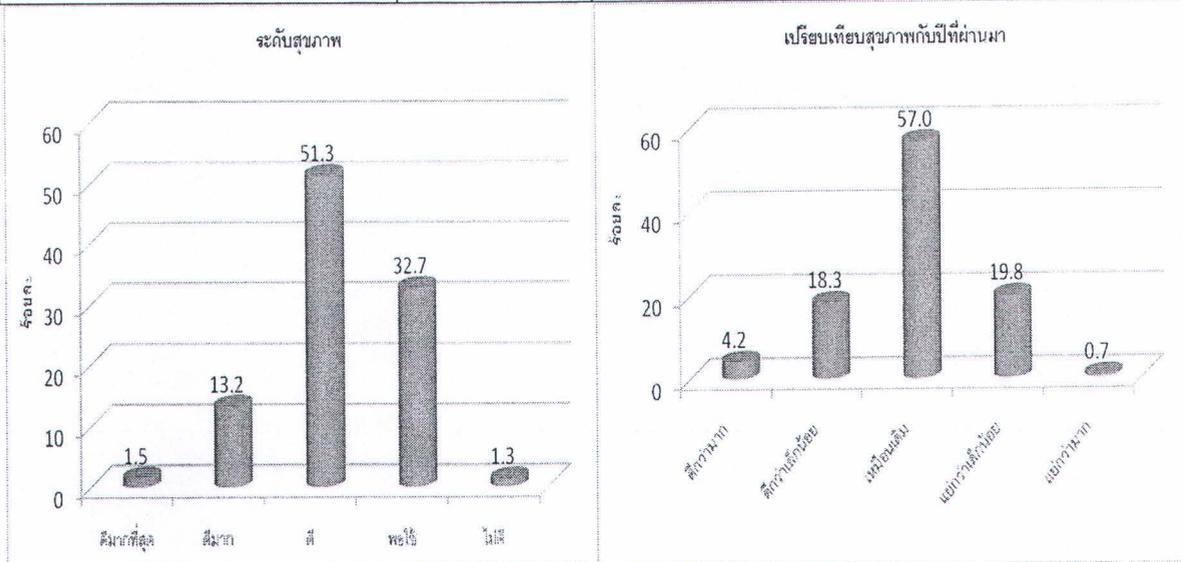


แผนภาพที่ 4.8 ความพร้อมด้านสุขภาพ

กิจกรรมการดูแลสุขภาพทั้ง 5 ประการ พบว่ากิจกรรมการตรวจสุขภาพประจำปี ไม่ดื่มสุราของมีนเมาและ ไม่สูบบุหรี่ กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติได้ดี ร้อยละ 39.6 54.3 และ 67.1 ตามลำดับ ส่วนกิจกรรมการออกกำลังกายและเอาใจใส่การกินอยู่ กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติได้พอใช้ ร้อยละ 53.8 และ 52.6 ดังแสดงในตารางที่ 4.7 กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 51.3 ได้ประเมินสุขภาพของตนเองว่า อยู่ในระดับดี รองลงมาได้แก่สุขภาพอยู่ในระดับพอใช้ ร้อยละ 32.7 และสุขภาพอยู่ในระดับดีมาก ร้อยละ 13.2 และเมื่อให้กลุ่มตัวอย่างเปรียบเทียบสุขภาพในปีนี้กับปีที่ผ่านมา พบว่า กลุ่มตัวอย่างตอบว่าสุขภาพเหมือนเดิม ร้อยละ 57.0 รองลงมาตอบว่า แย่กว่าเดิมเล็กน้อย และดีกว่าเดิมเล็กน้อย ร้อยละ 19.8 และ 18.3 ตามลำดับ ดังแสดงในแผนภาพที่ 4.9

ตารางที่ 4.7 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามการปฏิบัติตนในกิจกรรมดูแลสุขภาพ 5 ประการ

กิจกรรมดูแลสุขภาพ	ปฏิบัติดี	ปฏิบัติพอใช้	ไม่ปฏิบัติ	รวม
1. ตรวจสุขภาพประจำปี	39.6	34.4	26.0	100.0 (599)
2. ออกกำลังกายเป็นประจำ	26.9	53.8	19.2	100.0 (598)
3. เอาใจใส่การกินอยู่	43.6	52.6	3.9	100.0 (597)
4. ไม่ดื่มสุราของมีนเมา	54.3	27.7	18.0	100.0 (599)
5. ไม่สูบบุหรี่	67.1	11.4	21.6	100.0 (598)



แผนภาพที่ 4.9 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามระดับของการประเมินสุขภาพตนเอง

เมื่อสอบถามกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวันได้ปกติมากขึ้นเพียงใด พบว่า หากเป็นกิจกรรมเบา ๆ เช่น เดิน 200 เมตร เดินขึ้นบันได 2 ชั้น การจับจ่ายและหิ้วของใช้ประจำวันเอง กลุ่มตัวอย่างกว่าร้อยละ 80 ตอบว่า ไม่มีปัญหา หากเป็นกิจกรรมที่เริ่มออกแรงมากขึ้นได้แก่ การเดิน 1 กิโลเมตร ก้ม/ย่อเข้า/เขย่งเท้า เดินขึ้นบันได 4 ชั้น เดิน 3 กิโลเมตร พบว่า

กลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งยังคงตอบว่า ไม่มีปัญหา ในขณะที่กิจกรรมที่หนัก ๆ เช่น วิ่งทางไกลหรือวิ่ง จนฮอบ ยกของหนัก เล่นฟุตบอล บาสเกตบอล แบดมินตัน เป็นต้น กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 40.0 ตอบว่า มี ปัญหาเล็กน้อย

กิจกรรมเพื่อสุขภาพที่กลุ่มตัวอย่างทำในปัจจุบันมากที่สุด ได้แก่ การรับประทานอาหารที่ถูกต้อง กับสุขภาพของตนเอง ร้อยละ 86.9 รองลงมาคือ ออกกำลังกาย ร้อยละ 81.2 การตรวจร่างกายประจำปี และรับประทานอาหารปลอดสารพิษ/ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ ประมาณร้อยละ 70 ส่วนกิจกรรมเพื่อสุขภาพ ที่กลุ่มตัวอย่างทำในปัจจุบันน้อยที่สุด ได้แก่ การล้างพิษ (ดีท็อกซ์) มีเพียงร้อยละ 19.2

กิจกรรมเพื่อสุขภาพที่กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำในอนาคตมากที่สุด ได้แก่การตรวจร่างกายประจำปี ร้อยละ 65.4 รองลงมาคือ ออกกำลังกาย ร้อยละ 63.4 การล้างพิษ (ดีท็อกซ์)ร้อยละ 60.0 กิจกรรมนวด/ สปาเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 58.2 ส่วนกิจกรรมเพื่อสุขภาพอื่น ๆ ได้แก่ ทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและ วิตามิน รับประทานอาหารที่ถูกต้องกับสุขภาพของตนเอง และรับประทานอาหารปลอดสารพิษ/ ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำในอนาคตประมาณร้อยละ 50 ดังแสดงในตารางที่ 4.8

ตารางที่ 4.8 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่ทำในปัจจุบันและคาดว่าจะทำในอนาคต

กิจกรรมเพื่อสุขภาพ	ร้อยละของผู้ทำ ในปัจจุบัน	ร้อยละของผู้ที่คาดว่าจะ ทำในอนาคต
การตรวจร่างกายประจำปี	72.9	65.4
ออกกำลังกาย	81.2	63.4
การล้างพิษ (ดีท็อกซ์)	19.2	60.0
ทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารและวิตามิน	61.5	53.6
รับประทานอาหารที่ถูกต้องกับสุขภาพของตนเอง	86.9	53.4
รับประทานอาหารปลอดสารพิษ/ผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ	70.9	50.3
นวด/สปาเพื่อสุขภาพ	34.3	58.2

เรื่องของค่ารักษาพยาบาล พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้จ่ายค่ารักษาพยาบาลเอง ร้อยละ 53.2 รองลงมา ใช้ประกันสังคม ร้อยละ 28.2 ใช้หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า ร้อยละ 26.8 จ่ายโดยระบบประกัน สุขภาพ (ไม่ระบุ) ร้อยละ 25.5 กลุ่มตัวอย่างจ่ายค่ารักษาพยาบาลโดยระบบประกันสุขภาพที่ซื้อด้วย ตนเอง และจ่ายโดยใช้สิทธิของรัฐบาล ร้อยละที่ไม่แตกต่างกันคือ 16.0 และ 15.5 และพบว่าจ่ายค่า รักษาพยาบาล โดยลูกหลานหรือคนในครอบครัวมีเพียงร้อยละ 4.7

เมื่อสอบถามถึงการวางแผนเกี่ยวกับค่ารักษาพยาบาลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการ วางแผนเกือบทั้งหมด (ร้อยละ 92.0) โดยกลุ่มตัวอย่างมีการวางแผนว่าจ่ายค่ารักษาพยาบาลเอง ร้อยละ 45.8 รองลงมาได้แก่ ใช้หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า (บัตรทอง) ร้อยละ 44.6 จ่ายโดยระบบประกัน

สุขภาพ (ไม่ระบุ) และจ่ายโดยระบบประกันสุขภาพที่ซื้อด้วยตนเอง ร้อยละ 28.6 และ 26.1 และพบว่า การจ่ายค่ารักษาพยาบาล โดยใช้สิทธิของรัฐวิสาหกิจมีเพียงร้อยละ 1.5 เท่านั้นดังแสดงในตารางที่ 4.9

ตารางที่ 4.9 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามประเภทของผู้จ่ายค่ารักษาพยาบาลในปัจจุบันและที่วางแผนในอนาคต

รายการ	ร้อยละ
ปัจจุบันใครเป็นผู้จ่ายค่ารักษาพยาบาลของท่าน (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)	
จ่ายเอง	53.2
จ่ายโดยลูกหลานหรือคนในครอบครัว	4.7
หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า (บัตรทอง)	26.8
ประกันสังคม	28.2
จ่ายโดยใช้สิทธิของรัฐบาล	15.5
จ่ายโดยใช้สิทธิของรัฐวิสาหกิจ	10.3
จ่ายโดยระบบประกันสุขภาพ (ไม่ระบุ)	25.5
จ่ายโดยระบบประกันสุขภาพที่ซื้อด้วยตนเอง	17.7
จ่ายโดยระบบประกันสุขภาพของสวัสดิการที่ทำงาน	13.2
ท่านวางแผนเกี่ยวกับค่ารักษาพยาบาลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ	
ไม่วางแผน	8.0
วางแผน	92.0
รวม	100.0 (600)
สำหรับกลุ่มที่วางแผน ท่านวางแผนเกี่ยวกับค่ารักษาพยาบาลเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)	
จ่ายเอง	45.8
จ่ายโดยลูกหลานหรือคนในครอบครัว	11.8
หลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า (บัตรทอง)	44.6
การประกันสังคม	25.2
จ่ายโดยใช้สิทธิของรัฐบาล	16.9
จ่ายโดยใช้สิทธิของรัฐวิสาหกิจ	1.5
จ่ายโดยระบบประกันสุขภาพ (ไม่ระบุ)	28.6
จ่ายโดยระบบประกันสุขภาพที่ซื้อด้วยตนเอง	28.1
จ่ายโดยระบบประกันสุขภาพของสวัสดิการที่ทำงาน	5.1

#### 4.7 พฤติกรรมการใช้เวลาว่างและการวางแผนการใช้เวลาในอนาคต

เมื่อสอบถามกลุ่มตัวอย่างถึงเรื่องของการทำงานเมื่อยามสูงอายุนั้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างกว่าสามในสี่เมื่อยามสูงอายุจะประกอบอาชีพส่วนตัว และกลุ่มตัวอย่างกว่าร้อยละ 50 จะทำงานกับกิจการของครอบครัว และหารายได้เสริมจากองค์ความรู้และประสบการณ์ที่สั่งสมมา กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 46.2 จะทำงานปัจจุบันและร้อยละ 18.8 จะหางานใหม่

กิจกรรมและการใช้เวลาว่างของกลุ่มตัวอย่างที่ทำในปัจจุบันและคาดว่าจะทำในอนาคต พบว่าปัจจุบัน กลุ่มตัวอย่างทำกิจกรรมการท่องเที่ยวในประเทศ ร้อยละ 72.2 ท่องเที่ยวต่างประเทศ ร้อยละ 18.5 โดยในอนาคตคาดว่าจะท่องเที่ยวในประเทศ ร้อยละ 58.8 และท่องเที่ยวต่างประเทศ ร้อยละ 56.0

กิจกรรมเกี่ยวกับการบันเทิง พบว่า ปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างกว่าสี่ในห้าชมละครเวที คอนเสิร์ต ดนตรี ภาพยนตร์ ดูทีวี วีซีดี ดีวีดี ฟังเพลง รองลงมาได้แก่ อ่านหนังสือต่างๆ กิจกรรมบันเทิงนอกบ้านและเล่นเกมคอมพิวเตอร์ เกมส์ อินเทอร์เน็ต ต่อจิกซอว์ ร้อยละ 71.0 68.5 และ 43.0 ตามลำดับ และกิจกรรมการบันเทิงที่คาดว่าจะทำในอนาคต ได้แก่ การชมละครเวที คอนเสิร์ต ดนตรี ภาพยนตร์ ดูทีวี วีซีดี ดีวีดี ฟังเพลง ร้อยละ 52.5 รองลงมาได้แก่ กิจกรรมบันเทิงนอกบ้าน อ่านหนังสือต่างๆ และเล่นเกมคอมพิวเตอร์ เกมส์ อินเทอร์เน็ต ต่อจิกซอว์ ร้อยละ 45.7 45.3 และ 26.2 ตามลำดับ

กีฬาและกิจกรรมเพื่อสุขภาพ พบว่า ปัจจุบันกลุ่มตัวอย่างที่ออกกำลังกายเช่น โยคะ พิ트니스 แอโรบิก มีร้อยละ 51.0 รองลงมาได้แก่ กิจกรรมดูแลตัวเอง เช่น ทำผม/ทำเล็บ/สปา/นวด การเล่นเกมคนเดียว เช่น วายน้ำ และท้ายสุดคือการเล่นกีฬาเป็นทีม เช่น แบดมินตัน ฟุตบอล มีร้อยละ 48.3 44.5 และ 34.3 ตามลำดับ และกิจกรรมกีฬาที่กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำในอนาคต ได้แก่ ออกกำลังกายเช่น โยคะ พิ트니스 แอโรบิก ร้อยละ 51.8 รองลงมาได้แก่ กิจกรรมดูแลตัวเอง เช่น ทำผม/ทำเล็บ/สปา/นวด การเล่นเกมคนเดียว เช่น วายน้ำ และท้ายสุดคือการเล่นกีฬาเป็นทีม เช่น แบดมินตัน ฟุตบอล มีร้อยละ 51.7 44.2 และ 41.0 ตามลำดับ

การทำงานเป็นอาสาสมัครในปัจจุบันได้แก่ กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 27.3 ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ชนรุ่นหลังโดยไม่หวังรายได้ และร้อยละ 26.2 ได้เข้าร่วมสมาคม หรือชมรมต่างๆ กลุ่มเพื่อน อาสาสมัครต่างๆ และในอนาคต กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะเข้าร่วมสมาคม หรือชมรมต่างๆ กลุ่มเพื่อน อาสาสมัครต่างๆ ร้อยละ 55.0 และถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ชนรุ่นหลัง โดยไม่หวังรายได้ ร้อยละ 51.5

กิจกรรมการเสริมสร้างความรู้ที่กลุ่มตัวอย่างทำในปัจจุบันได้แก่ เข้าอบรม หรือสัมมนา เรียนเสริมความรู้ต่าง ๆ ติดตามเทคโนโลยีใหม่ๆ ร้อยละ 41.0 และเข้าห้องสมุด พิพิธภัณฑ์ นิทรรศการต่างๆ ร้อยละ 35.2 และในอนาคต กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำทั้งสองกิจกรรมในร้อยละที่ใกล้เคียงกัน (44.2 และ 44.3)

งานอดิเรกที่กลุ่มตัวอย่างทำในปัจจุบัน ได้แก่ กิจกรรมในบ้าน เช่น นั่งเล่น นอนเล่น เล่นกับเด็ก คุยโทรศัพท์ มากที่สุดร้อยละ 79.7 รองลงมาได้แก่ ทำสวน ดูแลต้นไม้ ร้อยละ 59.5 ซ่อมแซม สร้างอุปกรณ์ต่างๆ ภายในบ้าน ดูแลรถ แต่งรถ ร้อยละ 58.2 ทำอาหาร/ขนม ร้อยละ 53.2 ส่วนงานอดิเรกที่เกี่ยวกับดนตรี เขียนหนังสือ แต่งกลอน มีประมาณร้อยละ 15 และงานอดิเรกที่กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำในอนาคตมากที่สุด ได้แก่ ทำอาหาร/ทำขนม และทำสวน/ดูแลต้นไม้ ประมาณร้อยละ 50 รองลงมาได้แก่ การเลี้ยงโชค เล่นหุ้น ร้อยละ 47.5 ทำงานฝีมือและศิลปะ เช่น ถักโครเชต์ ถักนิตติ้ง จัดดอกไม้ วาดรูป ร้อยละ 45.2 และพบว่างานอดิเรกที่เกี่ยวกับดนตรี เขียนหนังสือ แต่งกลอนกลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำในอนาคตในร้อยละที่น้อยกว่างานอดิเรกอื่น

กิจกรรมศาสนาที่กลุ่มตัวอย่างทำในปัจจุบัน ได้แก่ เข้าวัด โบสถ์ มัสยิด ทำบุญ ฟังธรรม อ่านหนังสือเกี่ยวกับศาสนา ร้อยละ 78.2 และปฏิบัติศาสนกิจ ร้อยละ 56.5 และในอนาคต กลุ่มตัวอย่างคาดว่าจะทำทั้งสองกิจกรรมในร้อยละที่ใกล้เคียงกัน (61.3 และ 60.3) ดังแสดงในตารางที่ 4.10

ตารางที่ 4.10 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามประเภทกิจกรรมที่ทำในปัจจุบันและคาดว่าจะทำในอนาคต

ประเภทของกิจกรรม	ร้อยละที่ทำอยู่ ในปัจจุบัน	ร้อยละที่คาดว่าจะ ทำในอนาคต
<b>1. ท่องเที่ยว</b>		
ท่องเที่ยวต่างประเทศ	18.5	56.0
ท่องเที่ยวในประเทศ	72.2	58.8
<b>2. กิจกรรมเกี่ยวกับการบันเทิง</b>		
ชมละครเวที คอนเสิร์ต ดนตรี ภาพยนตร์ ดูทีวี วีซีดี ดีวีดี ฟังเพลง	85.3	52.5
อ่านหนังสือต่างๆ เช่น การ์ตูน นิยาย นิตยสาร	71.0	45.3
กิจกรรมบันเทิงนอกบ้าน เช่น เที่ยวกลางคืน รับประทานอาหารนอกบ้าน ไปสวนสนุก เดินเล่นตามศูนย์การค้า ช้อปปิ้ง ร้องคาราโอเกะ นอกบ้าน	68.5	45.7
เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เกมส์ อินเทอร์เน็ต ต่อจิกซอว์	43.0	26.2
<b>3. กีฬาและกิจกรรมเพื่อสุขภาพ</b>		
การเล่นกีฬาเป็นทีม เช่น แบดมินตัน ฟุตบอล เทนนิส วอลเลย์บอล โบว์ลิ่ง เล่นหมากรุก หมากล้อม เป็นต้น	34.3	41.0
การเล่นกีฬาคอนเดียว เช่น วายน้ำ กอล์ฟ จ็อกกิ้ง ศิลปะป้องกันตัวต่าง ๆ เป็นต้น	44.5	44.2
การออกกำลังกายอื่น ๆ เช่น โยคะ ฟิตเนส แอโรบิก ซี่จักรยาน เป็นต้น	51.0	51.8
กิจกรรมดูแลตัวเอง เช่น ทำผม ทำเล็บ สปา นวด เป็นต้น	48.3	51.7

ตารางที่ 4.10 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามประเภทกิจกรรมที่ทำในปัจจุบันและคาดว่าจะทำในอนาคต (ต่อ)

ประเภทของกิจกรรม	ร้อยละที่ทำอยู่ ในปัจจุบัน	ร้อยละที่คาดว่าจะ ทำในอนาคต
<b>4. ทำงานอาสาสมัคร</b>		
เข้าร่วมสมาคม หรือชมรมต่างๆ กลุ่มเพื่อน อาสาสมัครต่าง ๆ	26.2	55.0
ถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ชนรุ่นหลัง โดยไม่หวังรายได้	27.3	51.5
<b>5. กิจกรรมเสริมสร้างความรู้</b>		
เข้าห้องสมุด พิพิธภัณฑ์ นิทรรศการต่าง ๆ	35.2	44.3
เข้าอบรม หรือสัมมนา เรียนเสริมความรู้ต่าง ๆ ติดตามเทคโนโลยีใหม่ๆ	41.0	44.2
<b>6. งานอดิเรก</b>		
ทำงานฝีมือและศิลปะ เช่น ถักโครเชต์ ถักนิตติ้ง จัดดอกไม้ วาดรูป	23.2	45.2
ทำสวน ดูแลต้นไม้	59.5	51.3
ทำอาหาร ทำขนม	53.2	51.5
ซ่อมแซม สร้างอุปกรณ์ต่างๆ ภายในบ้าน ดูแลรถ แต่งรถ	58.2	42.7
เลี้ยงโชค เล่นหุ้น	36.2	47.5
ถ่ายรูป	42.2	35.5
เล่นดนตรี ตัดต่อเพลง	16.3	35.2
เขียนหนังสือ แต่งกลอน	15.0	36.3
การมีสัตว์เลี้ยง	43.2	44.8
กิจกรรมในบ้าน เช่น นั่งเล่น นอนเล่น เล่นกับเด็ก คุยโทรศัพท์	79.7	44.2
<b>7. กิจกรรมศาสนา</b>		
เข้าวัด โบสถ์ มัสยิด ทำบุญ ฟังธรรม อ่านหนังสือเกี่ยวกับศาสนา	78.2	61.3
ปฏิบัติศาสนกิจ	56.5	60.3

#### 4.8 สรุปพฤติกรรมเตรียมความพร้อมเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุ

กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยให้ความสำคัญด้านสุขภาพร่างกาย เป็นลำดับแรก ร้อยละ 65.4 ด้านที่พักอาศัย และด้านเศรษฐกิจให้ สำคัญในลำดับที่ 3 และ 2 ด้านจิตใจ และสังคม ผู้ตอบให้ความสำคัญในลำดับที่ 4 และการใช้เวลาว่าง ผู้ตอบให้ความสำคัญในลำดับท้ายสุด ดังแสดงในตารางที่ 4.11

ตารางที่ 4.11 ร้อยละของผู้ตอบจำแนกตามการให้ระดับความสำคัญของการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่  
วัยสูงอายุ

การเตรียมความพร้อม	ลำดับความสำคัญ				
	ลำดับที่ 1	ลำดับที่ 2	ลำดับที่ 3	ลำดับที่ 4	ลำดับที่ 5
ด้านเศรษฐกิจ	12.7	23.0	<b>27.0</b>	18.2	19.0
ด้านสุขภาพร่างกาย	<b>65.4</b>	26.0	7.2	1.0	0.3
ด้านที่พักอาศัย	13.7	<b>26.7</b>	<b>29.7</b>	19.0	10.8
ด้านการใช้เวลาว่าง	0.8	2.5	10.6	28.6	<b>57.3</b>
ด้านจิตใจและสังคม	7.4	21.8	25.5	<b>33.3</b>	12.6