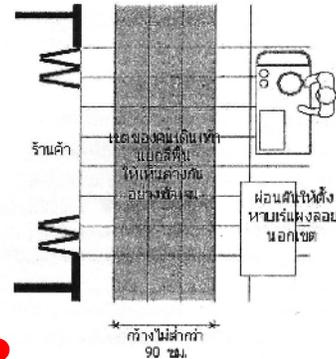
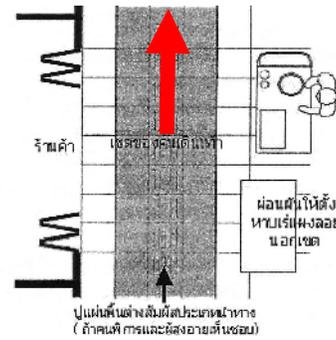


ภาพที่ 6.9

แนวทางการปรับปรุงพื้นที่ตลาดและย่านพาณิชยกรรมภายในโครงการทั้งสองแห่ง



การจัดระเบียบแผงลอยบนทางเท้าให้ไม่กีดขวางทางเดินสัญจรและเป็นการสร้างความปลอดภัยในการเดินทาง

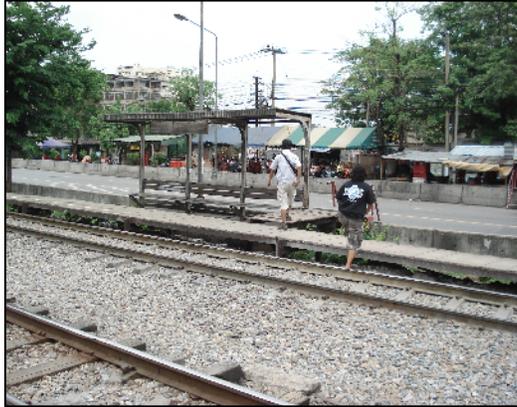


เขตสำหรับคนเดินเท้า

ที่มา: กำธร กุลชล และวิชัย บุญวาต, 2550, 87 น. (ดัดแปลง)

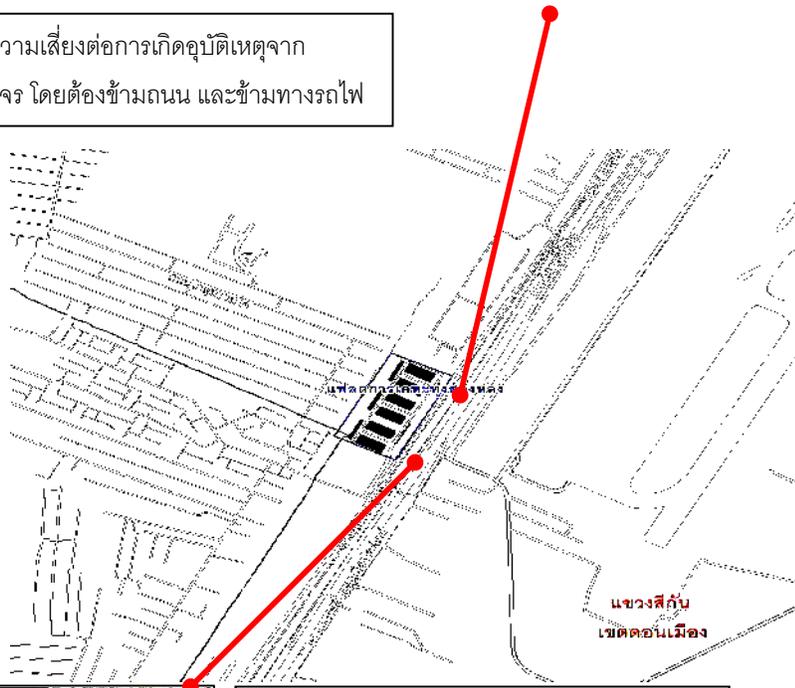
ภาพที่ 6.10

ปัญหาที่พบในพื้นที่จุดเชื่อมต่อสู่ภายนอกชุมชนของโครงการเคหะชุมชนทุ่งสองห้อง



ความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจาก
การสัญจร โดยต้องข้ามถนน และข้ามทางรถไฟ

ควรมีการอำนวยความสะดวกให้กับ
การเดินทางสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การมีรถ
รับส่งไปยังจุดเชื่อมต่อการเดินทาง



สะพานลอยทางข้ามไปสู่ระบบขนส่งมวลชน
เป็นอุปสรรคการเดินทาง จากสภาวะร่างกายของ
ผู้สูงอายุ จะเกิดอาการปวดเมื่อย ในการขึ้นลง

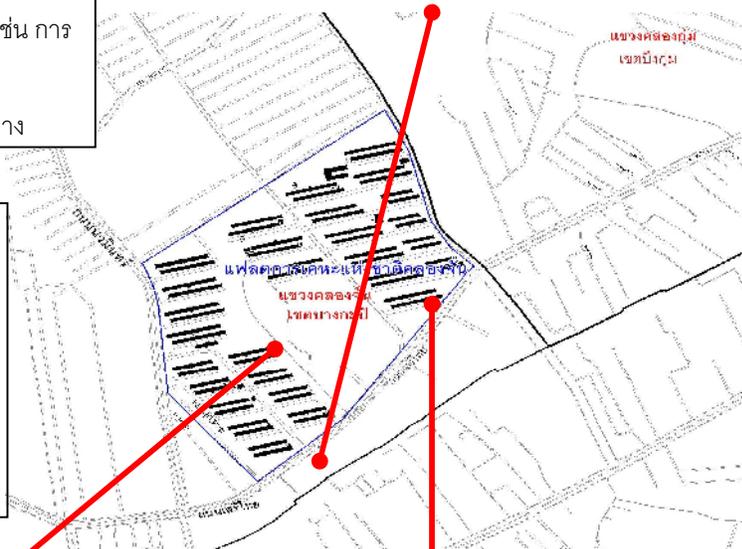
ภาพที่ 6.11

ปัญหาที่พบในพื้นที่จุดเชื่อมต่อสู่ภายนอกชุมชนของโครงการเคหะชุมชนคลองจั่น

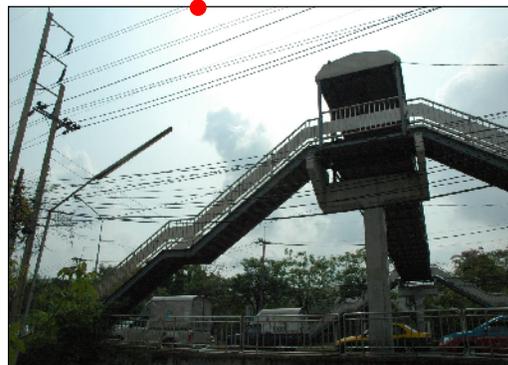
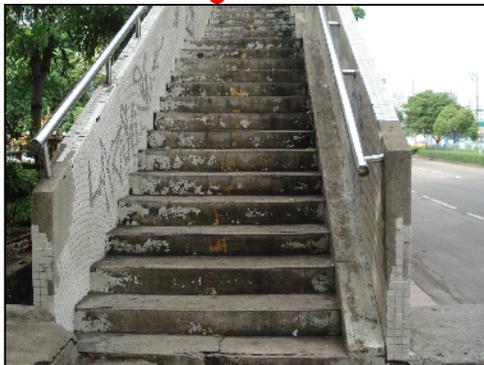
ความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากการสัญจร โดยต้องข้ามถนนที่ไม่มีการจัดทางข้ามที่ปลอดภัย



เป็นพื้นที่ขนาดใหญ่ควรมีการอำนวยความสะดวกให้กับการเดินทางสำหรับผู้สูงอายุ เช่น การมีรถรับส่งไปยังจุดเชื่อมต่อการเดินทาง



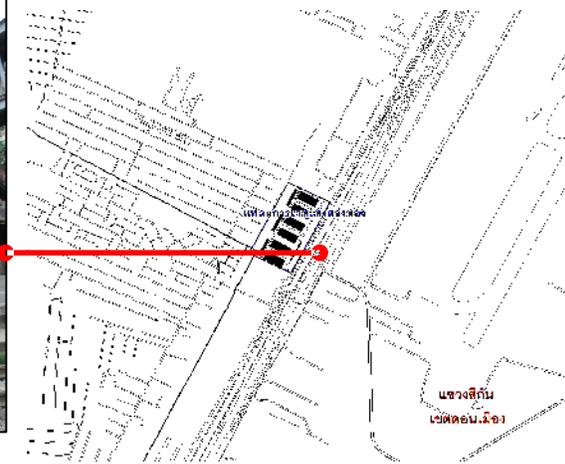
สะพานลอยทางข้ามไปสู่ระบบขนส่งมวลชน เป็นอุปสรรคการเดินทางจากสภาวะร่างกายของผู้สูงอายุ จะเกิดอาการปวดเมื่อย ในการขึ้นลง



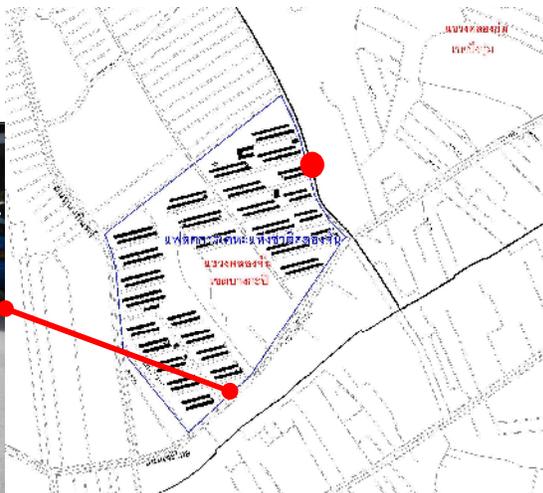
ภาพที่ 6.12

แนวทางการปรับปรุงในพื้นที่จุดเชื่อมต่อสู่ภายนอกชุมชนของโครงการทั้งสองแห่ง

จัดทางข้ามที่มีความเหมาะสมในจุดเชื่อมต่อสู่ภายนอกเพื่อความปลอดภัยในการเดินทาง และไม่เป็นการสร้างอุปสรรคให้กับผู้สูงอายุในการข้ามถนน ด้วยการขึ้นลงสะพานลอย



พื้นที่เสนอแนะให้มีการกำหนดเป็นทางข้ามที่เหมาะสมในการเดินทาง บริเวณถนนกำแพงเพชร 6 หน้าโครงการ



พื้นที่เสนอแนะให้มีการกำหนดเป็นทางข้ามที่เหมาะสมในการเดินทาง หน้าโครงการถนนเสรีไทย บริเวณอาคาร 30 และพื้นที่ด้านข้างโครงการติดอาคารที่ 6

6.3 การเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัยทั้งภายในและภายนอกชุมชน

จากการศึกษาการเกิดอุบัติเหตุในพื้นที่ต่าง ๆ ของชุมชนของผู้สูงอายุ พบว่า การเกิดอุบัติเหตุของกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุค่อนข้างจะมีจำนวนใกล้เคียงกันในแต่ละพื้นที่ แต่ส่วนใหญ่ที่เกิดอุบัติเหตุมากที่สุด คือ ภายนอกชุมชนหรือระหว่างการเดินทาง โดยเกิดจากการถูกรถยนต์ รถมอเตอร์ไซด์ เฉี่ยวชน การสะดุดหกล้ม จากพื้นที่เป็นหลุมเป็นบ่อหรือมีสภาพขรุขระ เป็นต้น ต่อมาเป็นพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร โดยอุบัติเหตุที่พบเกิดจากการลื่นหกล้มจากสาเหตุของพื้นผิวทางเดินมีความลื่นและการสะดุดหกล้มจากพื้นทางเดินที่ขรุขระ ในพื้นที่ห้องพักของผู้สูงอายุ จะเกิดจากการลื่นหกล้มและการเดินชนสิ่งของภายในห้องพักของผู้สูงอายุเอง และสุดท้ายเป็นพื้นที่ส่วนกลางชุมชน อุบัติเหตุที่ผู้สูงอายุประสบคือ การสะดุดหกล้ม จากพื้นผิวทางเดินที่ไม่เรียบเป็นหลุมเป็นบ่อ และโดนสุนัขทำร้าย ซึ่งอยู่อาศัยเป็นจำนวนค่อนข้างมากภายในทั้งสองชุมชน

ตารางที่ 6.3

สรุปการเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุในพื้นที่โครงการเคหะชุมชนทุ่งสองห้องและคลองจั่น

พื้นที่ที่ผู้สูงอายุประสบอุบัติเหตุ	สาเหตุ และ อุบัติเหตุที่ประสบ	แนวทางการปรับปรุง
1. อาคารที่พักอาศัย	-สะดุดหกล้มจากพื้นผิวที่มีความลื่น	-เปลี่ยนวัสดุปูพื้นที่มีลักษณะหยาบ
2. พื้นที่ภายในชุมชน	-สะดุดหกล้ม จากพื้นผิวทางเดินที่ไม่เรียบเป็นหลุมเป็นบ่อ -สุนัขจรจัดทำร้าย	-ปรับปรุงลักษณะพื้นทางเดินและทางลาดให้เหมาะสม -ทำหมันและฉีดยา เพื่อลดจำนวนและลดความเสี่ยงจากโรคพิษสุนัขบ้า
3. พื้นที่ภายนอกชุมชน	-ยานพาหนะเฉี่ยวชน -สะดุดหกล้ม จากพื้นผิวทางเดินที่ไม่เรียบเป็นหลุมเป็นบ่อ	-จัดทางข้ามที่เหมาะสมสร้างความปลอดภัย -ปรับปรุงลักษณะพื้นทางเดินและทางลาดให้เหมาะสม

จากข้อมูลการเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุนี้ ทำให้ทราบพื้นที่ใดของชุมชนเป็นอุปสรรคในการเดินทางและการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ และควรที่จะปรับปรุงในเรื่องใดบ้าง ซึ่งสามารถนำลักษณะการปรับปรุงหรือมาตรฐานของทางเดินเท้า หรือองค์ประกอบของพื้นที่การสัญจรที่สร้างความปลอดภัยและมีความสุขยามไปพร้อม ๆ กัน ที่ได้มีการเสนอไว้สำหรับที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ มาเป็นข้อเสนอแนะในการปรับปรุงพื้นที่ต่อไปได้

6.4 ทัศนคติและความคิดเห็นต่อการดำเนินชีวิตในที่อยู่อาศัยและการเดินทางไปทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษาในเรื่องนี้จะสามารถประเมินความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการดำเนินชีวิตในที่อยู่อาศัยและการเดินทางไปทำกิจกรรมได้ดังนี้

ด้านที่อยู่อาศัย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวในการขึ้นและลงในที่พักอาศัยของตนเอง เนื่องจากสภาวะร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามอายุ ทำให้มีความลำบากเกิดความเมื่อยล้าของร่างกาย โดยเฉพาะในรายที่อยู่ในชั้นพักอาศัยที่สูงขึ้นไป และปัญหาอีกประการ คือ เสียงรบกวน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องการความสงบในการดำเนินชีวิต ไม่ต้องการเสียงดังรบกวน แต่ยังคงมองเห็นว่าการอยู่อาศัยในแฟลตนั้นมีข้อดีต่อผู้สูงอายุเองหลายประการ เช่น ความสะดวกสบายของทำเลที่มีผลดีต่อการเดินทาง และการอยู่อาศัยในการซื้ออาหารและของใช้ มีเพื่อนฝูงคอยดูแลและพบปะพูดคุย เนื่องจากเป็นการอยู่อาศัยของประชาชนเป็นกลุ่มใหญ่ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกปลอดภัยและไม่เหงา ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ยังมีความพอใจต่อการอยู่อาศัยของตนเอง และดำเนินชีวิตของตนเองในปัจจุบัน จะมีบางกลุ่มเกิดความท้อแท้ อันเนื่องมาจาก สภาพร่างกายของตนเอง โรคภัยไข้เจ็บ และปัญหาจากฐานะทางการเงินของตนเองในหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบในค่าใช้จ่ายของตนเองและครอบครัวสำหรับการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน ทำให้บั่นทอนต่อความสามารถและความรู้สึกมีคุณค่าของตนเองให้ลดน้อยถอยลงไป ดังนั้นในส่วนนี้จึงเป็นไปตามการศึกษาของ วิไลวรรณ ทองเจริญ และ ลีวรรณ อุณนาภิรักษ์ (2543) ศึกษาความต้องการของบุคคลก่อนวัยเกษียณหรือผู้สูงอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความต้องการด้านต่าง ๆ อันได้แก่ ด้านสุขภาพ การบริการสภาพจิตใจ การเงินและการงาน เพื่อให้ตนเองมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ฉะนั้นควรมีการสนับสนุนและส่งเสริมส่วนต่าง ๆ ของชุมชนเพื่อลดปัญหาที่ผู้สูงอายุประสบอยู่ให้หมดไปให้ได้

ด้านการเดินทางและการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีทัศนคติความคิดเห็นต่อความสามารถของตนเองกับระยะทางที่จะสามารถเดินทางไปทำกิจกรรมเป็นหลัก โดยจะประเมินความสามารถของตนเองว่า มีความสามารถในการเดินทางไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ในพื้นที่ภายนอกชุมชนของตนเองได้มากที่สุด ตามแนวคิดของกิจกรรมเพื่อการดำรงชีวิตประจำวัน (the activities of daily living หรือ ADL) พยายามส่งเสริมโอกาสให้ผู้สูงอายุสามารถที่จะเดินทางไปให้ไกลมากกว่าที่จะทำได้ ย่อมเป็นผลดีต่อสุขภาพจิต และยังมีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจะพยายามส่งเสริมให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมในพื้นที่ต่าง ๆ ในชุมชนมากกว่าที่จะพักอาศัยอยู่ภายในห้องของตนเอง เพื่อสร้างความรู้สึกที่มีคุณค่าแก่ผู้สูงอายุ เพราะจากงานวิจัยที่ได้กล่าวมาในบทที่ 2 ในกรณีผู้สูงอายุในประเทศญี่ปุ่นได้พบว่าผู้สูงอายุมีการฆ่าตัวตายในอัตราที่สูง (Awata and other, 2005) พบว่า ดังนั้น การที่เราทำให้ผู้สูงอายุต้องการที่จะดำเนินชีวิตต่อไปได้ จะเป็นการขจัดปัญหาทางสังคมได้ทางหนึ่ง สิ่งที่ผู้สูงอายุมีความคิดเห็นว่าเป็นอุปสรรคต่อความต้องการในการทำกิจกรรมและการเดินทาง นอกจากสภาพร่างกายของตนเองแล้ว สภาพแวดล้อมของการเดินทางที่ไม่เอื้ออำนวย การเข้าถึงและความสะดวกสบายของระบบขนส่งมวลชน อีกทั้งการบริการของพนักงานที่ไม่ดี ขาดการดูแลที่ดี ยังมีปัจจัยที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญในการเดินทาง อันได้แก่ ความสะดวกของการเดินทางทั้งจากการเดินทางและร่างกาย ค่าใช้จ่าย ระยะทางของการเดินทาง รูปแบบยานพาหนะ ความสนใจต่อการเดินทาง อีกทั้งสังคมเริ่มที่จะมองข้ามคุณค่าของผู้สูงอายุและลดการยอมรับทางสังคม ทำให้ผู้สูงอายุเกิดปัญหาในการดำเนินชีวิต แต่ก็ยังมีผู้สูงอายุในชุมชนเป็นจำนวนมากที่มีความสนใจในการทำกิจกรรมและต้องการที่จะเดินทางไปต่าง ๆ ดังนั้นควรมีการปรับปรุงแก้ไขปัญหาและส่งเสริมสิ่งที่เป็นที่ต้องการของผู้สูงอายุให้ได้ เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่าต่อไปของผู้สูงอายุ

ส่วนนี้จะสามารถนำแนวคิดการออกแบบพื้นที่สำหรับสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุและกิจกรรมในชีวิตประจำวันที่มีความเหมาะสมมาใช้เป็นข้อเสนอแนะในการปรับปรุงเพื่อแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น อีกทั้งการจัดการด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งยึดหลักการที่จะต้องคำนึงถึงความต้องการของบุคคล (individual needs) อันได้แก่ ความปลอดภัยด้านร่างกายและสุขภาพอนามัย ความเป็นส่วนตัว และความมีปฏิสัมพันธ์กับสังคม ส่วนในแง่การคำนึงถึงความต้องการของสังคม (social needs) อันได้แก่ ความสามัคคีของชุมชนและการมีส่วนร่วมทางการเมือง การผสมผสานด้านที่อยู่อาศัยและความเท่าเทียมกันในความเป็นมนุษย์ และการอำนวยความสะดวกในชุมชน ซึ่งนำไปเป็นข้อเสนอแนะในการวางแผนที่อยู่อาศัยของสังคมผู้สูงอายุต่อไป

6.5 ความต้องการที่ตอบสนองเรื่อง กิจกรรม บทบาทการมีส่วนร่วมและการบริการ สำหรับผู้สูงอายุในโครงการที่อยู่อาศัย

ในสังคมหรือชุมชนใดก็ตาม ความต้องการของผู้สูงอายุมีความสำคัญต่อการจัดการด้านที่อยู่อาศัยและการวางแผนสังคมสำหรับผู้สูงอายุให้เกิดความเหมาะสมได้มากที่สุด ซึ่งความต้องการของผู้สูงอายุจะมีอยู่หลายประการซึ่งเกี่ยวข้งกันหลายด้าน จากการศึกษาจะสรุปความต้องการที่สำคัญของผู้สูงอายุ ที่เกี่ยวข้องกักิจกรรม บทบาทการมีส่วนร่วมและการบริการที่จะเอื้อต่อความสะดวกสบายในการทำกิจกรรมและการเดินทาง อีกทั้งการอยู่อาศัยอย่างมีคุณค่าของผู้สูงอายุ ได้แก่ ความต้องการที่อยู่ในระดับความต้องการมากที่สุด คือ ความต้องการบริการดูแลและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุภายในชุมชน ความต้องการให้มีคนในครอบครัวดูแลยามเจ็บป่วยและขาดสน ความต้องการเรื่องของ ความสะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อย ปลอดภัยของสภาพแวดล้อมภายในบริเวณที่อยู่อาศัย ความต้องการมีมิตรสหายพูดคุยและช่วยเหลือ (เพื่อนบ้าน คนรับทุกข์ รับฟังปัญหา) ความต้องการให้มีการสนับสนุนกองทุนสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุภายในชุมชน และความต้องการให้มีการสนับสนุนจากชมรมผู้สูงอายุ ความต้องการที่อยู่ในระดับที่รองลงมา คือ ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรมและทำประโยชน์ภายในชุมชน ความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกภายในชุมชน ระบบสาธารณูปโภคและสาธารณูปการ ความต้องการมีงานทำ ความต้องการมีรายได้เป็นของตนเอง และความต้องการบริการข้อมูลข่าวสาร ความต้องการที่อยู่ในระดับที่ความต้องการน้อย คือ ความต้องการฝึกอาชีพสร้างรายได้ และความต้องการคอมพิวเตอร์อินเทอร์เน็ต

โดยข้อมูลที่ได้จะนำไปสู่แนวทางและสิ่งที่จะต้องคำนึงและให้ความสนใจเป็นพิเศษ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตในบั้นปลายได้อย่างมีความสุข และสามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสม

ตารางที่ 6.4
สรุปประเด็นความต้องการของผู้สูงอายุในโครงการทั้งสองแห่ง

ความต้องการของผู้สูงอายุ	ความคาดหวังของผู้สูงอายุ	การส่งเสริมสำหรับผู้สูงอายุ
ด้านสุขภาพ	ผู้สูงอายุต้องการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า และมีสุขภาพแข็งแรง แลตนเองได้	-กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ -การบริการตรวจสุขภาพภายในชุมชน
ด้านจิตใจและครอบครัว	การดูแลที่ดีจากสมาชิกครอบครัว ไม่ถูกทอดทิ้ง และสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้เป็นปกติ	-ส่งเสริมกิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว และสร้างความน่าสนใจให้กับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ
ด้านสังคม	มีบทบาทในสังคม มีเพื่อนฝูงและร่วมทำกิจกรรมภายในชุมชน	-ส่งเสริมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ หรือตามความสนใจของผู้สูงอายุ
ด้านการบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก	ได้รับการบริการที่ดี เท่าเทียม เช่น การเดินทาง และการอยู่อาศัย	-การจัดบริการสำหรับผู้สูงอายุ โดยเฉพาะ เช่น รถรับส่งในการไปทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุภายในโครงการ และการบริการต่าง ๆ ในสังคมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย
ด้านเศรษฐกิจ	เงินใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน และสำหรับยามเจ็บป่วย	-ส่งเสริมให้เกิดกองทุนสำหรับผู้สูงอายุ หรือการจัดสวัสดิการเงินช่วยเหลือ

จากประเด็นการอภิปรายผลในหัวข้อที่ได้ทำการศึกษามาในงานวิจัยนี้ สามารถตอบคำถามของงานวิจัย ได้ว่าพฤติกรรมของผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยในโครงการของภาครัฐ ส่วนใหญ่จะใช้ชีวิตและมีพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตที่มีระยะทางไม่ไกลจากชุมชนตนเอง ซึ่งมีข้อจำกัดทางร่างกาย ทักษะและความเป็นอยู่ และภาวะของผู้สูงเองจะมีผลต่อความสนใจในการเดินทางไปทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ถึงแม้ว่าผู้สูงอายุจะมีความสนใจในการทำกิจกรรมแต่มีอุปสรรคที่มีผลต่อการเดินทางทำให้ไม่สามารถที่จะไปทำกิจกรรมได้ตามความสนใจ ดังนั้น จากการศึกษาและ

สรุปผลพฤติกรรมของผู้สูงอายุนี้ จะนำไปสู่การเสนอแนะการวางแผนสำหรับผู้สูงอายุที่จะสัมพันธ์กับวัตถุประสงค์ เพื่อนำไปสู่การส่งเสริมผู้สูงอายุให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ตารางที่ 6.5

สรุปความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์และผลสรุปจากการวิจัย

วัตถุประสงค์การวิจัย	อภิปรายผลการวิจัยและนำไปสู่ข้อเสนอแนะ	ปัจจัยที่มีความสำคัญจากการศึกษา เพื่อนำไปเสนอแนะแนวทางของสังคมผู้สูงอายุ
1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดำเนินชีวิตกับการทำกิจกรรมประจำวันของผู้สูงอายุโดยการใช้ ADL Model จากพิจารณาตามหลักการของ ADL จะให้ความสนใจกับถึงความสามารถในการไปทำกิจกรรมในที่ต่างๆสามารถไปทำกิจกรรมได้ไกลเท่าใดยังเป็นผลดีต่อตัวผู้สูงอายุ	แต่ในกรณีศึกษา ผลสรุปพบว่ามีพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตที่มีระยะทางไม่ไกลจากชุมชนตนเอง และจะใช้พื้นที่ส่วนต่าง ๆ ของชุมชนทำกิจกรรม ถึงแม้ว่าไม่ได้เป็นไปตามทฤษฎีดังกล่าว แต่ควรที่จะมีการสนับสนุนการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุต่อไป	-สภาวะร่างกายของผู้สูงอายุจะมีผลต่อการเดินทางที่ใกล้และไกลในการทำกิจกรรม -ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันและใช้ในการเดินทางไปทำกิจกรรม -สภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เอื้อต่อการไปทำกิจกรรม เช่น ห้องพัก พื้นที่ชุมชน องค์ประกอบชุมชน เป็นต้น
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการเดินทางของผู้สูงอายุกับการใช้พื้นที่ในการทำกิจกรรมประจำวัน	ในแต่ละพื้นที่จะมีกิจกรรมที่ผู้สูงอายุไปทำตามความสนใจและความเคยชิน ซึ่งจะมีการใช้พื้นที่แตกต่างกันออกไปตามกิจกรรม ซึ่งเมื่อพิจารณาแล้ว ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะใช้พื้นที่ภายในอาคารที่พักอาศัยของตนเอง และพื้นที่ส่วนกลางของชุมชนของตนเอง	-ระยะทางในการไปกิจกรรมกับพื้นที่ที่ใช้สอย -สภาพของพื้นที่ในการทำกิจกรรม -ทัศนคติต่อการเดินทางและความเคยชิน -รูปแบบการเดินทางและระบบขนส่ง
3. เพื่อศึกษาปัญหาและความต้องการของการเดินทางของผู้สูงอายุกับการใช้พื้นที่ในการทำกิจกรรมประจำวันและภายนอกชุมชน	ในพื้นที่ที่มีปัญหาที่จะเป็นอุปสรรคต่าง ๆ สำหรับผู้สูงอายุ ในการเดินทาง เช่น อาคารที่พัก พื้นที่ส่วนกลางชุมชน จุดเชื่อมต่อการ	-สภาวะร่างกายของผู้สูงอายุ -ทัศนคติที่อยู่อาศัยและการเดินทาง -สภาพพื้นที่และการบริการ

	เดินทางสู่ภายนอก	สาธารณูปโภคและสาธารณูปการ
4.เสนอแนะแนวทางการวางแผนการอยู่อาศัยของสังคมผู้สูงอายุ	จากปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุจะช่วยให้แก้ไขปัญหานั้นได้	กิจกรรม ทัศนคติ สภาพพื้นที่ อาคารที่พัก ชุมชน และองค์ประกอบชุมชน

6.6 ข้อเสนอแนะแนวทางการวางแผนการอยู่อาศัยของสังคมผู้สูงอายุ

6.6.1 ข้อเสนอแนะระดับอาคารที่พักอาศัย

จากการวิเคราะห์ผลการศึกษา พฤติกรรมการเดินทางกับการทำกิจกรรมและการใช้พื้นที่ และศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางสำหรับการวางแผนสำหรับสังคมผู้สูงอายุ สำหรับพื้นที่ส่วนต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะสำหรับพื้นที่ห้องพักอาศัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ไม่ได้มุ่งเน้นรายละเอียดของการศึกษาพื้นที่ภายในห้องพักสำหรับผู้สูงอายุมากนัก เพียงแต่ใช้การสำรวจ สังเกต ถ่ายภาพ และจดบันทึกเท่านั้น จึงเป็นเพียงข้อเสนอแนะในภาพรวมโดยทั่วไปที่ไม่เน้นรายละเอียดของขนาดขององค์ประกอบภายในห้องพัก ที่ได้มีผู้วิจัยท่านอื่นได้ทำการศึกษาไปแล้ว

1) พื้นที่ใช้สอยภายในห้องพัก ควรมีขนาดที่เหมาะสมกับจำนวนสมาชิกภายในห้องพัก ทั้งพื้นที่การนอนพักผ่อน การทำงานบ้าน ห้องน้ำ และมีทางสัญจรที่ไม่คับแคบเกินไป

2) อุปกรณ์ในห้องพักสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีการจัดเตรียมไว้ให้มีความเหมาะสมกับสภาวะร่างกายของผู้สูงอายุในด้านต่าง ๆ เช่น ราวจับช่วยพยุง สุขภัณฑ์ห้องน้ำ เป็นต้น

3) การปรับปรุงและตกแต่งห้องพัก ควรมีการสนับสนุนให้มีการปรับปรุงลักษณะของห้องพัก เช่น การขยายขนาดห้องตามขนาดครอบครัวที่เปลี่ยนแปลง การจัดวางเฟอร์นิเจอร์ที่เหมาะสม ให้มีความสะดวกสบายในการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอแนะสำหรับองค์ประกอบอาคารและพื้นที่ส่วนกลางอาคาร

1) ใต้ถุนอาคาร อาคารที่พักอาศัยควรมีใต้ถุนโล่ง เพื่อความสะดวกสบายในการสัญจร จัดสรรพื้นที่ให้เป็นสัดส่วน และการจัดบริการต่าง ๆ เพิ่มเติมตามความต้องการของผู้สูงอายุ เช่น ร้านค้าขนาดเล็ก พื้นที่นั่งพักผ่อน แต่จะต้องมีการจัดพื้นที่เป็นระเบียบและเป็นสัดส่วนสำหรับผู้สูงอายุอย่างชัดเจน เพื่อไม่ให้เกิดความขัดแย้งของกิจกรรมของผู้อยู่อาศัยอื่น ๆ

2) โถงทางเดินและราวระเบียง ควรมีจัดให้มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย ไม่ให้สัมภาระของผู้อยู่อาศัยมาเกียดขวางทางสัญจรในพื้นที่ทางเดิน ราวระเบียงควรมีช่องเปิดสำหรับการมองเห็นสภาพแวดล้อมของชุมชนให้แก่ผู้สูงอายุ และอาจเพิ่มพื้นที่สำหรับวางสัมภาระและขนาดทางเดินให้เหมาะสม ได้แก่ กระถางต้นไม้ ราวตากผ้า เป็นต้น

3) บันได ควรเป็นบันไดที่มีชันพัก ความเหมาะสมของขนาดและสภาพของบันไดภายในโครงการของการเคหะแห่งชาติประเภทแฟลต จะยึดขนาดมาตรฐานเดียวกัน ซึ่งจะเป็น 25 เซนติเมตร ขนาดที่เหมาะสมของลูกนอนควรมีขนาดไม่น้อยกว่า 27 เซนติเมตร มีราวบันไดทั้งสองด้าน เพื่อช่วยในการพยุงร่างกายในการขึ้นลงของผู้สูงอายุ และสภาพของบันไดบางจุดของอาคารที่พักอาศัยควรมีการรักษาความสะอาด และซ่อมแซมให้พร้อมใช้งาน

6.6.2 ข้อเสนอแนะระดับภายในชุมชน

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการส่งเสริมกิจกรรมภายในชุมชน

จากการวิเคราะห์ผลการศึกษา พฤติกรรมการเดินทางกับการทำกิจกรรมและการใช้พื้นที่ และศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยเห็นว่าสิ่งที่ควรให้ความสำคัญเป็นอันดับแรกคือ พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุ หรืออาจกล่าวได้ว่า ให้ความสำคัญในระดับบุคคลเป็นสำคัญก่อน ผู้สูงอายุให้ความสำคัญกับสภาพร่างกายและการเงินของตนเองเป็นสำคัญ การจัดกิจกรรม จำเป็นต้องคำนึงถึง ความเหมาะสมของร่างกายผู้สูงอายุ และการส่งเสริมให้เกิดความสะดวกสบายในการเดินทาง อีกทั้งความสนใจจากผู้สูงอายุ และอาจเป็นกิจกรรมช่วยเหลือให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นแก่ผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางสำหรับการวางแผนสำหรับสังคมผู้สูงอายุในด้าน ความต้องการของผู้สูงอายุต่อการทำกิจกรรมและการเดินทาง ดังนี้

1) กิจกรรมที่จัดขึ้น ควรอยู่ภายในชุมชนหรือให้ใกล้ชุมชนมากที่สุด เพื่อให้สะดวกต่อการไปทำกิจกรรม ให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าเป็นอุปสรรคในการเดินทางไปทำกิจกรรมนั้น ๆ อีกทั้งจะต้องเป็นกิจกรรมที่ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย และไม่มีข้อบังคับที่สร้างความยุ่งยากให้กับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมใด ๆ ทั้งสิ้น

2) กิจกรรมที่เกิดขึ้น ควรที่จะเป็นกิจกรรมที่คำนึงถึงสุขภาพร่างกาย และเหมาะสมกับสภาวะของผู้สูงอายุ อีกทั้งต้องเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุมีความสนใจและไม่น่าเบื่อ เช่น กิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมการท่องเที่ยว และการตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ เป็นต้น เพราะจากการศึกษากิจกรรมที่ชุมชนจัดขึ้นมักเป็นกิจกรรมที่ไม่น่าสนใจ และไม่ได้คำนึงถึงผู้สูงอายุ เป็นสำคัญ

3) การมีบริการรถรับส่งของผู้สูงอายุในการไปทำกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งภายในแลภายนอกชุมชน เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้อย่างสะดวกสบาย มีความปลอดภัย และมีการบริการที่ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุมากที่สุด อาทิเช่น รถประจำทางสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ เป็นต้น

4) การสนับสนุนให้มีเงินดูแลสำหรับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชน ผู้สูงอายุไทยมักประสบปัญหาความยากจน ซึ่งเป็นผลให้ผู้สูงอายุมีความลำบากในการดำเนินชีวิต ในการไปทำกิจกรรมและการเดินทาง ส่วนนี้ทางชุมชนหรือผู้เกี่ยวข้องควรให้ความสนใจมากเช่นกันกับความต้องการเงินสนับสนุนหรือรายได้สำหรับผู้สูงอายุ เพื่อไม่ให้เกิดเป็นปัญหาสังคมเป็นวงกว้างในเรื่องอื่น ๆ ต่อไป

2. ข้อเสนอแนะสำหรับพื้นที่ส่วนกลางชุมชนและสนามกีฬาหรือสวนสาธารณะ

1) พื้นที่ด้านข้างหรือระหว่างอาคาร

มีความสำคัญกับกิจกรรมของผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน นั่งพักผ่อนหย่อนใจ ออกกำลังกาย ทำบุญตักบาตร ซักอาหารและของใช้ เป็นต้น ดังนั้นควรมีการจัดพื้นที่ให้เป็นสัดส่วนที่มีความเหมาะสม โดยในผังบริเวณควรประกอบไปด้วย สวนสำหรับพักผ่อน สนามเด็กเล่น ม้านั่ง หรือการจัดให้มีที่ตั้งของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น ศาลพระภูมิ พระพุทธรูป เพื่อใช้เป็นส่วนพื้นที่ในการจัดกิจกรรมร่วมกันของชุมชน เช่น การตักบาตรในวันสำคัญต่าง ๆ กิจกรรมการรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ในวันสงกรานต์ เป็นต้น และอาจมีร้านค้าและร้านอาหารให้บริการ แต่ต้องมีการจัดให้อยู่ในพื้นที่ที่เหมาะสม มีการรักษาความสะอาดและเป็นระเบียบเรียบร้อย

2) ตลาดและย่านพาณิชยกรรมชุมชน

ควรจัดให้อยู่ในระยะที่สามารถเดินถึงได้ง่าย เพราะการเดินทางไปทำกิจกรรมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะอยู่ภายในชุมชนของตนเอง ไม่ห่างจากอาคารที่พักอาศัย สภาพของพื้นที่และทางสัญจรที่ไปสู่พื้นที่ตลาดหรือย่านพาณิชยกรรมควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าถึงได้โดยง่าย และไม่ทำให้เกิดอันตรายจากอุบัติเหตุ และควรมีการจัดระเบียบและรักษาความสะอาดภายในพื้นที่ โดยไม่เป็นการกีดขวางทางสัญจรปกติและไม่สร้างความสกปรกและเสียงรบกวนให้แก่ผู้อยู่อาศัยภายในพื้นที่

3) สนามกีฬาหรือสวนสาธารณะ

ควรอยู่ในระยะที่ผู้สูงอายุสามารถเดินทางไปใช้บริการได้อย่างสะดวกสบาย มีการจัดพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม ต้องมีการสร้างร่มเงาให้แก่พื้นที่เพื่อความเย็นสบาย และกำบังแดด อีกทั้งกันฝนได้สำหรับผู้เข้ามาใช้บริการ

3. ข้อเสนอแนะสำหรับพื้นที่ใกล้เคียงและจุดเชื่อมต่อการเดินทางสู่ภายนอกชุมชน

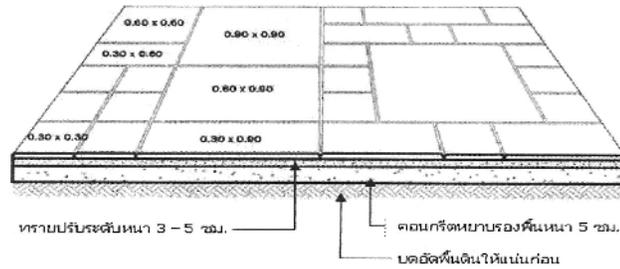
ควรอยู่ในระยะที่ผู้สูงอายุสามารถเดินทางไปใช้บริการได้อย่างสะดวกสบาย มีการจัดพื้นที่สำหรับผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม ต้องมีการสร้างร่มเงาให้แก่พื้นที่เพื่อความเย็นสบายและกำบังแดด อีกทั้งกันฝนได้สำหรับผู้เข้าไปใช้บริการและสัญจรไปมา อีกทั้งมีความปลอดภัยในการเดินทางจากทั้งอุบัติเหตุและอาชญากรรม เพื่อเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการเดินทางและทำกิจกรรมได้ตามความต้องการ

4. ข้อเสนอแนะสำหรับองค์ประกอบทั่วไปและสภาพแวดล้อมชุมชน

1) พื้นทางเดิน ควรเลือกใช้แผ่นทางเท้า ที่มีคุณสมบัติผิวเรียบแต่ไม่ลื่น ไม่เป็นเงามัน มีร่องและรอยต่อเล็ก ใช้วัสดุที่มีความทนทานและซำรุดยาก เช่น หินแกรนิต หินขัด หินล้าง เป็นต้น ไม่สะท้อนแสง ขนาดไม่ต่ำกว่า 30 เซนติเมตร เพื่อให้แนวตรงกับแผ่นพื้นต่างสัมผัสขนาดมาตรฐาน หากเพิ่มขนาดให้ใหญ่ก็ควรใช้สัดส่วนที่ลงตัว เช่น 60 หรือ 90 เซนติเมตร ตามลำดับ

ภาพที่ 6.13

ตัวอย่างการปูพื้นทางเท้าที่มีขนาดเหมาะสมและป้องกันการทรุดตัว

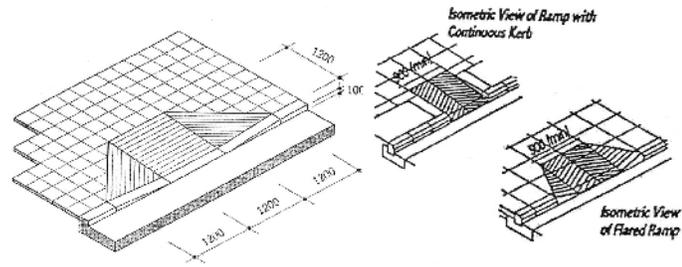


ที่มา: กำธร กุลชล และวิชัย บุญวาต, 2550, 89 น.

2) ทางลาดและทางเชื่อม เพื่อให้การสัญจรด้วยเท้าและลูกล้อระหว่างทางเท้า ถนน เกาะกลางถนน ทางข้าม อุบัติการณ์ความสะดวกบนทางเท้า รวมทั้ง ทางเข้าสถานบริการสาธารณะ ต่าง ๆ ภายในชุมชน เป็นไปโดยปราศจากขั้นหรือขั้นบันได ซึ่งเป็นอุปสรรคขัดขวาง ดังนั้นทางลาด ควรจัดให้มีมาตรฐานโดยมีความชันพอเหมาะเพื่อให้ผู้สูงอายุหรือคนพิการขับเคลื่อนเก้าอี้ล้อไปได้ ด้วยตนเองทั้งขาขึ้นและขาลง โดยไม่พลิกล้มหรือลื่นไหลจนควบคุมไม่อยู่ และเพื่อให้ผู้สูงอายุเดิน ได้อย่างสะดวกและไม่เสียการทรงตัว

ภาพที่ 6.14

ตัวอย่างแบบมาตรฐานทางลาดตัดขอบคันหินของไทยและสากล

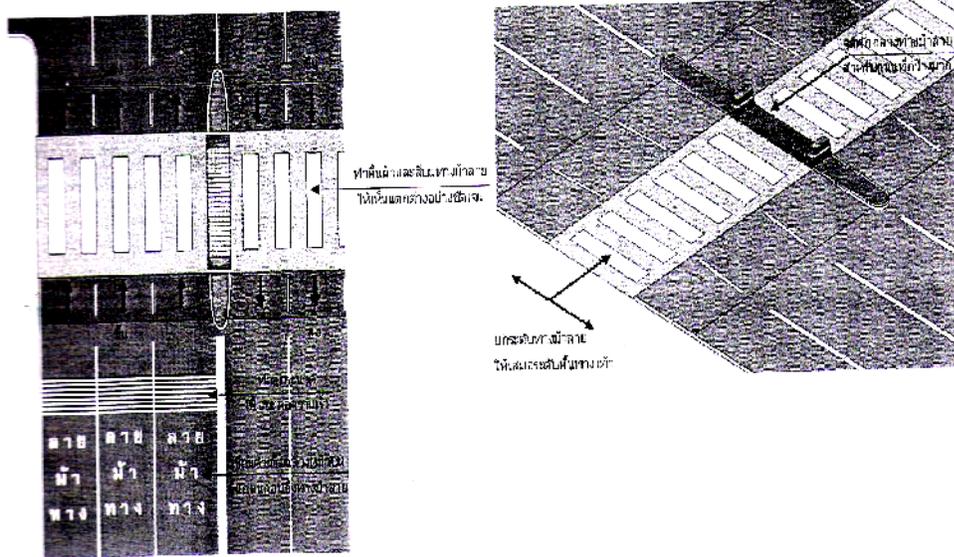


ที่มา: กำธร กุลชล และวิชัย นุญวาส, 2550, 91 น.

3) สะพานลอย สำหรับสะพานลอยซึ่งให้ทั้งความปลอดภัยและความสะดวกสบายในการเดินทาง คือสะพานลอยที่ใช้เป็นทางลาดเป็นทางขึ้นลงโดยไม่มีขั้นบันได แต่ผู้สูงอายุอาจพบอุปสรรคลำบาก ฉะนั้นควรจัดทางข้ามที่เหมาะสมให้ดีกว่า

ภาพที่ 6.15

ตัวอย่างแบบมาตรฐานทางข้าม



ที่มา: กำธร กุลชล และวิชัย บุญวาต, 2550, 91 น.

6.7 ข้อเสนอแนะสำหรับหน่วยงานของภาครัฐ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการเคหะแห่งชาติ

โครงการที่อยู่อาศัยส่วนใหญ่ของการเคหะแห่งชาติ ไม่ได้มีการวางแผนเพื่อรองรับสำหรับผู้สูงอายุตั้งแต่แรก ดังนั้นการเคหะแห่งชาติจะต้องปรับเปลี่ยนนโยบายที่อยู่อาศัยประเภทแฟลต เพื่อรองรับกลุ่มผู้สูงอายุ เช่น การจัดที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุให้อยู่ร่วมกันกับที่อยู่อาศัยของกลุ่มอายุอื่น ๆ ได้ เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีที่เกิดในสังคมไม่ให้ผู้สูงอายุรู้สึกโดดเดี่ยวและถูกทอดทิ้ง ประกอบกับการส่งเสริมการเดินทางสำหรับผู้สูงอายุให้มีความสะดวกสบายและรูปแบบที่ความเหมาะสม เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมและดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและต้องการมีชีวิต และรูปแบบของอาคารที่พักอาศัยควรมีหลายรูปแบบ เพื่อให้สามารถเลือกอยู่อาศัยได้ตามความเหมาะสมกับสภาวะร่างกาย การใช้สอยพื้นที่ และขนาดของครอบครัว

2. ข้อเสนอแนะสำหรับ ชสมก.

ระบบขนส่งมวลชนที่ดี จะมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถที่จะเดินทางไปทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือตามความสนใจได้อย่างเหมาะสม ด้วยหน้าที่การให้บริการงานสังคมของของภาครัฐ ทาง ชมก. ควรมีส่วนเข้าร่วมในการสนับสนุนให้เกิดบริการที่ดีสำหรับผู้สูงอายุหรือแม้แต่การมีรถโดยสารที่จัดสำหรับผู้สูงอายุโดยตรง เพื่อส่งเสริมคุณค่าให้แก่ผู้สูงอายุและสร้างความปลอดภัยในการเดินทาง

6.8 ข้อจำกัดของงานวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้สูงอายุ ซึ่งทำให้มีข้อจำกัดในงานวิจัย ดังต่อไปนี้

1. การเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้สูงอายุ จะมีอุปสรรคในการสื่อสารจากปัญหาของสภาวะร่างกาย ทำให้ใช้เวลานานในการสอบถามและเก็บข้อมูล จึงทำให้ต้องจำกัดจำนวนกลุ่มตัวอย่างของการสอบถาม ซึ่งผลการศึกษาจะเป็นตัวแทนของข้อมูลในระดับภายในโครงการที่อยู่อาศัยของภาครัฐในบางโครงการเท่านั้น

2. ระยะเวลาในการศึกษา มีเวลาในการศึกษาและการลงพื้นที่เก็บข้อมูลที่จำกัด ทำให้ข้อมูลที่สำคัญบางส่วนอาจถูกมองข้ามจากผู้วิจัย แต่งานวิจัยนี้มีประเด็นที่ให้ความสนใจในพฤติกรรมผู้สูงอายุซึ่งจะสามารถอธิบายปรากฏการณ์ของผู้สูงอายุในเรื่องดังกล่าวได้

3. งบประมาณในการศึกษา เนื่องจากการศึกษาและทำงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยไม่ได้รับทุนวิจัยจากหน่วยงานใด โดยผู้วิจัยใช้ทุนส่วนตัว ซึ่งอาจทำให้เป็นข้อจำกัดในการได้มาซึ่งข้อมูลและการเดินทางลงพื้นที่ เนื่องจากพื้นที่ศึกษาค่อนข้างไกลจากที่พักของผู้วิจัยทำให้มีอุปสรรคในการเดินทางและเสียค่าใช้จ่ายสูงในการเดินทางไปเก็บข้อมูล

6.9 ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยในอนาคต

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาพฤติกรรมการเดินทางของผู้สูงอายุกับการทำกิจกรรมและการใช้พื้นที่ ในโครงการที่อยู่อาศัยของภาครัฐ ซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยแบบแฟลตสำหรับผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อย โดยเป็นเพียงการศึกษาพฤติกรรมทั่วไปในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุเท่านั้น และเป็นผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในที่พักแบบเดี่ยว แต่งานวิจัยนี้ได้เกิดองค์ความรู้ใหม่ ในการนำหลักการทางสหวิทยาการหลายด้านมาใช้ในการศึกษาและวิเคราะห์ลักษณะพฤติกรรมของผู้สูงอายุ ทั้งในด้านจิตวิทยาและทัศนคติ การวิเคราะห์ในทางการแพทย์ และด้านกายภาพ โดยเฉพาะหลักการ ADL สามารถขยายกรอบการศึกษา ซึ่งนำไปสู่การอธิบายปรากฏการณ์ของผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมการเดินทางสำหรับสังคมเมืองและสังคมชนบทได้ โดยการศึกษาพฤติกรรมในการเดินทางของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเมือง เช่น พฤติกรรมการเดินทางไปทำกิจกรรมนอกชุมชน หรือใช้บริการของระบบสาธารณะอื่น ๆ ดังนั้นควรจะมีการศึกษาต่อไปสำหรับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในประเภทอื่น ๆ เช่น บ้านเดี่ยว คอนโดมิเนียม ทาวน์เฮาส์ เป็นต้น หรือในโครงการที่อยู่อาศัยของภาครัฐประเภทอื่น ๆ เช่น โครงการบ้านมั่นคง บ้านเอื้ออาทร เป็นต้น ซึ่งอาจมีผลต่อลักษณะพฤติกรรมการเดินทางของผู้สูงอายุ หรือกลุ่มผู้สูงอายุที่มีรายได้สูง นอกจากนี้ งานวิจัยในลักษณะนี้ น่าจะมีการศึกษาพฤติกรรมของผู้สูงอายุในชนบทที่อาศัยอยู่ภายในบ้านตามลำพัง ควรจะศึกษาถึงความต้องการของผู้สูงอายุในกลุ่มดังกล่าวกับการเดินทางไปทำกิจกรรม และส่งเสริมกิจกรรมอะไรบ้างสำหรับผู้สูงอายุในชนบท ซึ่งสิ่งเหล่านี้น่าจะเป็นแนวทางในการพัฒนาการวางแผนสำหรับสังคมผู้สูงอายุในแต่ละรูปแบบได้อย่างเหมาะสมต่อไปได้ในอนาคต