

บทความ การใช้ครัวในบ้านพักอาศัยของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา หมู่บ้านปรีชา 1

การใช้ครัวในบ้านพักอาศัยของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา หมู่บ้านปรีชา 1

Aging usage of kitchen in houses : A case study of Preecha 1

อชิรา ประสงค์เจริญ¹

ACHIRA PRASONGCHAROEN¹

¹มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต คลองหลวง ปทุมธานี 12121

THAMMASAT UNIVERSITY, Klongluang, prathumthane, 12121

บทคัดย่อ

บทความฉบับนี้จัดทำขึ้นเพื่อศึกษาคูณลักษณะของพื้นที่และพฤติกรรมการใช้สอยพื้นที่ของผู้สูงอายุบริเวณห้องครัว เพื่อหาความพึงพอใจต่อรูปแบบทางกายภาพของห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับพฤติกรรมประกอบอาหาร

สืบเนื่องจากโครงสร้างของประชากรเปลี่ยนแปลงไปโดยการที่มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุมากขึ้นประกอบกับการที่สภาพสังคมและเศรษฐกิจสมัยนี้ทำให้ลูกหลานมีความพร้อมในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวลดน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุที่อยู่บ้านจำเป็นต้องอยู่คนเดียวในบางเวลาและจำเป็นต้องดูแลตัวเอง โดยพบว่าพื้นที่ห้องครัวภายในบ้านเป็นพื้นที่ๆ ก่อให้เกิดอุบัติเหตุรองลงมาจากห้องน้ำ (Susan E. Carter, 1997) เนื่องจากการศึกษาเรื่องห้องครัวในบ้านกับผู้สูงอายุในประเทศไทยยังมีน้อยจึงควรมีการศึกษาลักษณะครัวให้สอดคล้องกับพฤติกรรมผู้สูงอายุ

การศึกษานี้เน้นศึกษาเฉพาะพื้นที่ "ห้องครัวภายในบ้านเดี่ยว" โดยศึกษาลักษณะทางสังคม คุณลักษณะของพื้นที่และพฤติกรรมการใช้สอยพื้นที่ของผู้สูงอายุ โดยมีตัวแปรลักษณะทางสังคม คือ เพศ อายุ จำนวนผู้อยู่อาศัย ช่วงเวลาที่ใช้งานบริเวณห้องครัว ตัวแปรลักษณะพื้นที่ คือ รูปแบบการจัดวางครัว วัสดุพื้นผิว พื้นที่ต่อบุคคลและระยะเอื่อมถึง ตัวแปรลักษณะพฤติกรรม คือ การใช้เครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเตรียมอาหาร การปรุงอาหาร การล้างและการเก็บ

โดยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพในบ้านเดี่ยวขนาด 50-60 ตารางวา ราคา 4-6 ล้านบาท จำนวน 12 หลัง โดยใช้การสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเพื่อทราบความพึงพอใจและปัญหาและใช้การสังเกตสภาพแวดล้อมและพฤติกรรมในการประกอบกิจกรรมในครัวของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติเป็นค่าเฉลี่ยความพึงพอใจ ค่าความถี่ในการลำดับพฤติกรรม ร่วมกับการวิเคราะห์ลักษณะพื้นที่ด้วยหลักการทางสถาปัตยกรรม และสรุปเป็นแนวทางการออกแบบรูปแบบห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุในบ้าน

Abstract

The aim of this study is to investigate area characteristics and usage behavior of the elderly in kitchen areas to discover satisfaction of the elderly on physical patterns according to their cooking behavior.

Because of change in population structure, the number of the elderly gradually increase while their descendants cannot fully support the elderly in their family. The elderly must be sometimes alone and self-care. Moreover, the kitchen is the place where accidents occur frequently secondly, while a bathroom is the most frequent accident occurrence place (Susan E. Carter, 1997). Furthermore, the studies on the relationship of the kitchen and the elderly are bare. Hence the most appropriate characteristics for the elderly should be investigated.

This study focuses on the kitchen area in single houses. The variables to be studied are social aspect, area characteristics and usage behavior of the elderly, each of which is described in detail as follows: (1) the social aspect contains sex, age, number of dwellers, and time of use (2) the area characteristics are kitchen layouts, texture, area per person, and reaching distance, and (3) the behavior aspect involves usage of tools and furniture relating to preparing, cooking, cleaning, and storing.

We conducted this study using a qualitative approach in 12 single houses with 50-60 square wa and 4-6 million Baht. Elementary data collection was done by deeply interviewing for satisfaction and dissatisfaction combined with monitoring surrounding and cooking behaviors of the sample elderlies in the kitchen. The collected data were then statistically analyzed by average satisfaction value, frequency of behavior sequences. Next, the obtained results were analyzed by Architecture principles. Finally the guideline of kitchen design for the elderly in the house were concluded.

คำสำคัญ (Keywords)

ผู้สูงอายุ (elderly people , the elderly) , รูปแบบ (patterns) , ห้องครัว (Kitchen), บ้านเดี่ยว (single house)

1. บทนำ

1.1 ความเป็นมาและประเด็นปัญหา

เนื่องจากประเทศไทยมีการพัฒนาทางเศรษฐกิจ สังคม การแพทย์ และการสาธารณสุข ส่งผลให้มีการเพิ่มขึ้นของความยืนยาวของชีวิตและอัตราการเสียชีวิตลดลงประกอบกับการที่ภาวะเจริญพันธุ์ของประชากรลดลงส่งผลให้เกิดของประชากรลดลงไปด้วย จากข้อมูลดังกล่าวสามารถทราบได้ถึงแนวโน้มของประชากรผู้สูงอายุที่มีจำนวนมากขึ้นแต่ความพร้อมในการดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวของคนในปัจจุบันนี้ลดน้อยลง ทำให้มีผู้สูงอายุทั้งที่สามารถและไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ถูกรอครอบครัวทอดทิ้งเพิ่มมากขึ้น (นพ.บรรลุ ศิริพานิช, 2550, น. 2-7) ปัญหาดังกล่าวทำให้ผู้สูงอายุบางคนต้องอยู่คนเดียวในบางเวลาและผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่อยู่ติดบ้านมากที่สุด ในสังคม เราจึงควรมีการจัดการสภาพแวดล้อมการอยู่อาศัยให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของผู้สูงอายุให้ได้มากที่สุด และห้องที่ถือว่าสำคัญมากห้องหนึ่งซึ่งเป็นห้องที่มีกิจกรรมไม่น้อยไปกว่าห้องอื่นและมีความจำเป็นเกี่ยวข้องกับปัจจัย 4 ในชีวิตประจำวันของเรา (ผศ.กิติ สินธุเสก, 2544, น.103-110) ก็คือ “ห้องครัว” มีบทความทางวิชาการหลายฉบับที่กล่าวถึงปัญหาการเกิดอุบัติเหตุภายในบ้านที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ ตัวอย่างเช่น บทความของ Susan E. Carter ที่มุ่งสนใจไปที่ “ ความเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ” ได้กล่าวถึงห้องหรือบริเวณพื้นที่ๆ ผู้สูงอายุใช้งานและเกิดอุบัติเหตุ ซึ่งในการวัดความปลอดภัยภายในบ้านนั้นได้ใช้สิ่งกีดขวางภายในบริเวณนั้นๆ เป็นตัวชี้วัด ซึ่งจะทำให้ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านนั้นเป็นคนประเมินประกอบไปด้วยว่าสิ่งของที่อยู่ในบริเวณนั้นถือถือว่าเป็นสิ่งกีดขวางที่ก่อให้เกิดปัญหาหรือไม่ และได้สรุปผลออกมาว่า ห้องน้ำ และห้องครัวและส่วนเตรียมเครื่องดื่มเป็นบริเวณที่ก่อให้เกิดความไม่ปลอดภัยและอุบัติเหตุมากที่สุด และงานวิจัยที่ควรจะทำต่อไป ควรสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ เพื่อลดสิ่งกีดขวางเหล่านี้ให้ได้มากที่สุดเพื่ออุบัติเหตุที่อาจจะเกิดขึ้น เป็นต้น (Susan E.Carter, 1997) ผู้วิจัยเห็นว่าสิ่งที่น่าสนใจในการศึกษาบริเวณห้องครัว

คือ พฤติกรรมการใช้ครัวและลักษณะพื้นที่ภายในครัวของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นการเตรียมอาหาร การปรุงอาหาร การล้าง หรือแม้กระทั่งการจัดเก็บ เมื่ออายุมากขึ้น สภาพทางร่างกายย่อมมีการหย่อนสมรรถภาพลงไป ทำให้การทำกิจกรรมนั้นลำบากขึ้นกว่าที่เคย ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาคูณลักษณะของพื้นที่และพฤติกรรมการใช้สอยพื้นที่ของผู้สูงอายุบริเวณห้องครัว เพื่อหาความพึงพอใจต่อรูปแบบทางกายภาพของห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับพฤติกรรมการประกอบอาหารในบริบทแบบไทยให้ออกมาเป็นมาตรฐานและส่งผลให้เกิดความสะดวกสบายในการใช้งาน ความปลอดภัย ในชีวิตประจำวันสำหรับผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น

1.2 วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาคูณลักษณะของพื้นที่ในบริเวณห้องครัวที่มีผู้สูงอายุใช้งาน
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้สอยอุปกรณ์เครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์ในบริเวณห้องครัวที่มีผู้สูงอายุใช้งาน
3. เพื่อเสนอรูปแบบทางกายภาพของห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุ

1.3 ขอบเขตการวิจัย

1. ศึกษาคุณลักษณะของพื้นที่บริเวณห้องครัวในบ้านพักบ้านเดี่ยวขนาด 50-60 ตารางวา ราคา 4-6 ล้านบาท ในหมู่บ้านปรีชา 1 เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีจำนวน 12 หลัง ที่สมัครใจเป็นกลุ่มตัวอย่าง
2. ศึกษากิจกรรมภายในครัวของผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไป

1.4 ข้อจำกัดของการวิจัย

มีข้อจำกัดในการเลือกกลุ่มตัวอย่างที่จะให้เข้าไปทำการวิจัยในพื้นที่แบบเจาะลึก

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

จากการศึกษาในเรื่องนี้ก่อให้เกิดประโยชน์สำหรับบุคคลทั่วไปและนักออกแบบได้นำไปใช้เป็น

แนวทางในการออกแบบหรือปรับปรุงพื้นที่ใช้สอย บริเวณห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุเพื่อลดการเกิดอุบัติเหตุภายในบริเวณดังกล่าวและสร้างความสะดวกสบายในการใช้สอยพื้นที่ให้กับผู้ใช้งานได้มากยิ่งขึ้น

1.6 ขั้นตอนการวิจัย

สามารถแสดงขั้นตอนการวิจัยได้ ดังนี้

1. ทบทวนวรรณกรรม ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
2. จัดทำแผนการดำเนินการ
3. ลงภาคสนามเพื่อดูลักษณะพื้นที่ พฤติกรรมการเข้าครัว (หาตัวแปรเป็นกรณีศึกษา)
4. เตรียมและสร้างแบบสอบถาม สำหรับรวบรวมข้อมูลทั่วไป ข้อมูลเกี่ยวกับพื้นที่บริเวณครัวและข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมในห้องครัวที่มีผู้สูงอายุใช้งาน
5. เก็บข้อมูลภาคสนามจากแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์และแบบสังเกต
6. รวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล
7. สรุปผลเป็นรูปแบบครัวสำหรับผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับพฤติกรรมการประกอบอาหาร

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มีการศึกษาและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. ปัจจัยที่สำคัญในการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
 2. หลักการออกแบบที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในประเทศและต่างประเทศ
 3. ระยะเวลาฐานในการออกแบบสำหรับผู้สูงอายุไทยและต่างประเทศ
 4. ความเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ
 5. รูปแบบการจัดวางครัว (Kitchen layout)
 6. ทฤษฎีสามเหลี่ยม (Work triangle)
 7. การแบ่งพื้นที่ภายในบริเวณบ้าน
- จากแนวคิดข้างต้น ได้นำไปสร้างเป็นหลักเกณฑ์การสังเกตลักษณะพื้นที่การใช้งานครัวของผู้สูงอายุ และเป็นแนวคิดการศึกษาลักษณะพฤติกรรม

เพื่อค้นหาลำดับขั้นตอนของการทำครัว ความสัมพันธ์ของอุปกรณ์หลัก และพฤติกรรมการทำอาหาร

3. วิธีการวิจัย

3.1 การเก็บข้อมูล

การเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก สังเกตการณ์สภาพแวดล้อมทางกายภาพและพฤติกรรม ในระหว่างการประกอบกิจกรรม โดยมีข้อมูลที่เกี่ยวข้อง 3 ส่วน คือ ลักษณะทางสังคม ลักษณะพื้นที่ภายในครัว และลักษณะพฤติกรรมที่เกิดขึ้น โดยสามารถแจกแจงรายละเอียดได้ ดังนี้

1. ลักษณะทางสังคม มีตัวแปร ดังนี้
 - เพศ อายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ช่วงเวลาที่ใช้งาน บริเวณห้องครัว ประเภทของอาหาร
2. ลักษณะพื้นที่ มีตัวแปร ดังนี้
 - วัสดุพื้นผิว (พื้น ผนัง เฟอร์นิเจอร์) ความต้องการพื้นที่การใช้งาน ระยะของอุปกรณ์หลัก แสงสว่าง รูปแบบครัว ตำแหน่งที่ตั้ง
3. ลักษณะพฤติกรรม มีตัวแปร ดังนี้
 - การใช้เครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเตรียมอาหาร การปรุงอาหาร การล้าง และการเก็บ ลำดับการทำกิจกรรมในบริเวณครัว

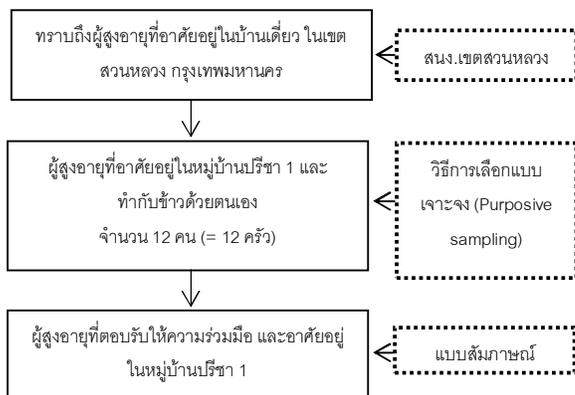
3.2 ประชากรและกลุ่มเป้าหมาย

ประชากรเป้าหมายคือผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตสวนหลวง และพักอาศัยในบ้านเดี่ยว

กลุ่มตัวอย่างเป็นการเลือกด้วยวิธีการเลือกแบบจงใจ (Purposive sampling) ซึ่งจะทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างออกมาจากผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตสวนหลวงทั้งหมด ออกมาเป็นผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตสวนหลวงอาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยว และประกอบกิจกรรมเกี่ยวกับห้องครัวด้วยตนเอง และจากจำนวนนี้ จะเลือกไปที่หมู่บ้านปรีชา 1 เท่านั้น เพราะมีกลุ่มตัวอย่างให้ศึกษาเพียงพอต่อความต้องการ และจะเลือกเฉพาะบุคคลที่สมัครใจและให้ความร่วมมือในการศึกษารุ่นนี้ ซึ่งมีจำนวน 12 ตัวอย่าง

3.3 ขั้นตอนการเก็บข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

เริ่มด้วยการขอข้อมูลจากสำนักงานเขตสวนหลวง เพื่อทราบจำนวนผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในเขตสวนหลวง ทั้งหมด และผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยว จากนั้น ใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เพื่อเลือกมา เฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยว (หมู่บ้านปรีชา 1) และทำกับข้าวด้วยตนเองเท่านั้น



รูปที่ 1.1 แผนภาพขั้นตอนการเก็บข้อมูล

3.4 เครื่องมือการวิจัย

มี 2 แบบ คือ แบบสัมภาษณ์และแบบสังเกต ในส่วนของแบบสัมภาษณ์จะเป็นหัวข้อลักษณะทางสังคม และสอบถามความพึงพอใจในการใช้งานครัวของผู้สูงอายุ ในส่วนแบบสังเกต จะเป็นการเก็บข้อมูลทางด้านลักษณะพื้นที่และลักษณะพฤติกรรมการใช้งานใช้งาน

3.4.1 แบบสังเกต

ส่วนที่ 1 ลักษณะพื้นที่ โดยมีตัวแปร คือ วัสดุพื้นผิว ความต้องการพื้นที่การใช้งาน ระยะของอุปกรณ์หลัก แสงสว่าง รูปแบบครัว ตำแหน่งที่ตั้งครัว

ส่วนที่ 2 ลักษณะพฤติกรรม โดยมีตัวแปร คือการใช้เครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรม การเตรียมอาหาร การปรุงอาหาร การล้าง การเก็บและลำดับพฤติกรรมการทำงาน

3.4.2 แบบสัมภาษณ์

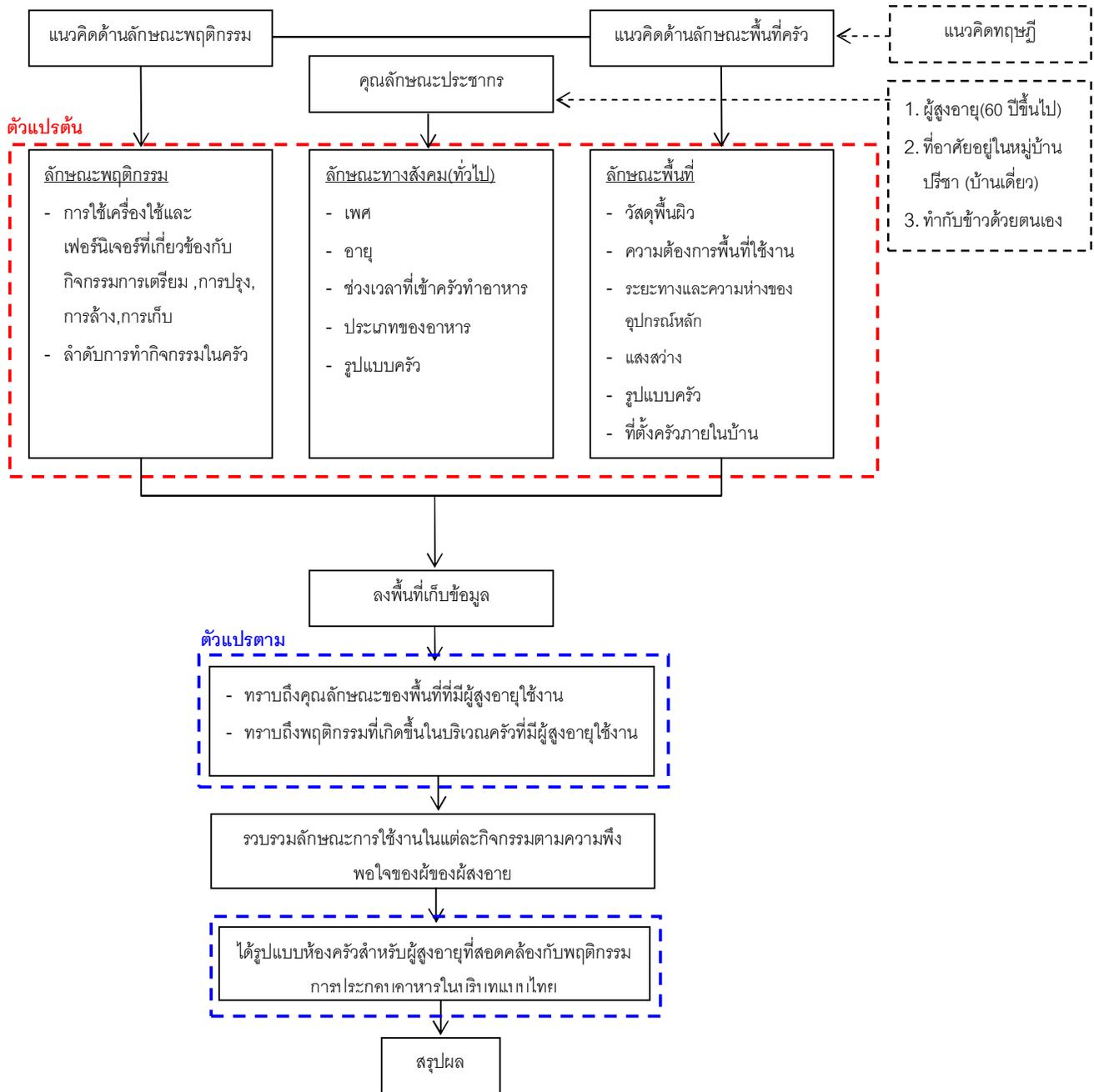
ส่วนที่ 1 ลักษณะทางสังคม มีตัวแปร เพศ อายุ ส่วนสูง น้ำหนัก ช่วงเวลาที่เข้าครัว ประเภทของอาหาร

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจด้านลักษณะพื้นที่ และด้านลักษณะพฤติกรรม โดยมีตัวแปรตามแบบสังเกตการณ์

3.5 วิธีการเก็บข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างที่ได้ทำการเก็บข้อมูลมีจำนวน 12 คน เท่ากับ 12 ครัว ใช้เวลาเก็บข้อมูลทั้งหมด 15 วัน ในช่วง 3 วันแรก เป็นการติดต่อเพื่อขอสัมภาษณ์โดยการแนะนำตัวเองและสอบถามความสมัครใจในการให้ความร่วมมือเพื่อที่จะทำการนัดวันในการมาลงพื้นที่ในภายหลังจากนั้นเป็นการเก็บข้อมูลในครัวของแต่ละบ้านโดยวิธีการรังวัด ถ่ายภาพนิ่ง ถ่ายภาพเคลื่อนไหว พร้อมกับการสัมภาษณ์ความพึงพอใจผู้สูงอายุ โดยใช้เวลาระมาณ 3-5 ชั่วโมงต่อ 1 ครัว

3.6 แนวคิดและกรอบการวิจัย



รูปที่ 1.2 แนวคิดและกรอบการวิจัย

3.7 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจที่มีต่อลักษณะพื้นที่ทางกายภาพ และความพึงพอใจที่มีต่อลักษณะการใช้งานโดยใช้ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจ ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ คือ น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด โดยจะเลือกใช้เกณฑ์ความพึงพอใจในระดับมาก - มากที่สุด และนำไปวิเคราะห์ร่วมกับลักษณะทางกายภาพและการใช้งานในเรื่องนั้น ๆ และการลำดับพฤติกรรม แล้วจึงนำผลมาใช้ในการจัดวางเป็นผังเครื่องเรือนและแบบทางสถาปัตยกรรม

4. ผลที่ได้จากการวิจัย

ผลที่ได้จากการวิจัยจะนำไปสรุปเป็นรูปแบบห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุในกรณีศึกษาหมู่บ้านปรีชา 1

4.1 คุณลักษณะพื้นที่ ๑ มีผู้สูงอายุใช้งาน

จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ต้องการศึกษาคูณลักษณะของพื้นที่ในบริเวณห้องครัวที่มีผู้สูงอายุใช้งานและจากการสังเกตลักษณะทางกายภาพและลักษณะทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุแล้ว เราสามารถทราบถึงความพึงพอใจในการใช้งานในบริเวณห้องครัวของผู้สูงอายุ ในหัวข้อที่เกี่ยวกับลักษณะพื้นที่ที่สามารถสรุปผลได้ ดังนี้

ในหัวข้อวัสดุพื้นผิว พบว่า วัสดุที่ใช้สำหรับปูพื้นควรเป็นสีน้ำตาลอ่อนเพื่อการมองเห็นที่ชัดเจน พื้นผิวเป็นแบบหยาบด้านเพื่อให้สอดคล้องกับสภาพการทรงตัวของผู้สูงอายุที่ไม่ค่อยเสถียร วัสดุที่ใช้สำหรับพื้นผิวบนเคาน์เตอร์ควรเป็นสีเข้ม เช่น สีดำเพื่อการมองเห็นที่ชัดเจน พื้นผิวเป็นแบบเรียบมันเพื่อง่ายต่อการทำความสะอาด วัสดุสำหรับปูพื้นผนังควรเป็นสีเขียวอ่อนเพื่อความสบายตา พื้นผิวเป็นแบบเรียบมันเพื่อง่ายต่อการทำความสะอาดหรือใช้วัสดุเป็นกระจกในงานวิจัยนี้สามารถทดแทนกันได้

ในหัวข้อความต้องการพื้นที่การใช้งาน พบว่า ความกว้างของพื้นที่ทางเดินภายในห้องครัวควรมีความกว้างประมาณ 0.90-1.10 เมตร ขนาดพื้นที่ในการทำกิจกรรมการเตรียมอาหารหน้ากว้างประมาณควรมีขนาดประมาณ 0.60 - 0.70 เมตร และระหว่างการทำกิจกรรมนั้นควรมีความกว้างของพื้นที่

เหลือด้านหลังผู้ใช้งานประมาณ 1.10 เมตร ขนาดพื้นที่ในการทำกิจกรรมการปรุงอาหารหน้ากว้างพื้นที่ควรมีขนาดประมาณ 0.75 - 0.90 เมตรและระหว่างการทำกิจกรรมนั้นควรมีความกว้างของพื้นที่เหลือด้านหลังผู้ใช้งานประมาณ 0.90 - 1.10 เมตร ขนาดพื้นที่ในการทำกิจกรรมการล้างหน้ากว้างพื้นที่ควรมีขนาดประมาณ 1.50 เมตรและระหว่างการทำกิจกรรมนั้นควรมีพื้นที่เหลือด้านหลังผู้ใช้งานประมาณ 0.60 เมตร และพบว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจที่จะต่อเติมออกไปทางด้านนอกบ้านจากที่ตั้งเดิมมากกว่าการต่อเติมไปทางด้านในบ้านเนื่องจากทำให้เกิดการระบายอากาศที่ดีและแสงสว่างธรรมชาติสามารถส่องถึงได้ ซึ่งสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมว่าครัวไทยจำเป็นที่จะต้องมีการระบายอากาศที่ดีเนื่องจากอาหารไทยมีควันมาก และผู้สูงอายุมีความพึงพอใจในรูปแบบครัวแบบคู่ขนานมากที่สุดซึ่งสอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมว่ารูปแบบที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุจะต้องเป็นครัวที่ไม่ซับซ้อนในการเดินและการวางของ อย่างเช่น ครัวตัวยู หรือ ตัวแอล เป็นต้น

ในหัวข้อระยะทางความห่างของอุปกรณ์หลัก พบว่า ความห่างระหว่างเตากับอ่างล้างจาน ควรมีขนาดประมาณ 0.80 - 0.90 เมตร ความห่างระหว่างอ่างล้างจานกับตู้เย็น ควรมีขนาดประมาณ 1.20 - 2.00 เมตร ความห่างระหว่างตู้เย็นกับเตาแก๊ส ควรมีขนาดประมาณ 1.20 - 2.50 เมตร ความห่างระหว่างจุดเตรียมอาหาร-อ่างล้างจาน ควรมีขนาดประมาณ 0.60 - 1.00 เมตร จุดเตรียมอาหารกับตู้เย็น ควรมีขนาดประมาณ 0.50 - 1.50 เมตร จุดเตรียมอาหารกับเตาแก๊ส ควรมีขนาดประมาณ 0.60 เมตร

ในหัวข้อแสงสว่าง พบว่า ผู้สูงอายุให้ความเห็นว่า การมีอยู่ของหน้าต่างและช่องแสง นอกจากจะช่วยในเรื่องการระบายอากาศแล้วควรต้องให้แสงธรรมชาติส่องผ่านเข้ามาได้ด้วย แสงจากไฟประดิษฐ์ควรเป็นไฟแสงสีขาว (cool white) ส่วนรูปแบบโคมควรเป็นแบบโคมदानไฟล์

4.2 คุณลักษณะพฤติกรรมการใช้สอยเครื่องเรือน

จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ต้องการศึกษาคูณลักษณะพฤติกรรมในบริเวณห้องครัวที่มีผู้สูงอายุใช้งานและจากการสังเกตลักษณะทางกายภาพและ

ลักษณะทางพฤติกรรมของผู้สูงอายุแล้ว เราสามารถทราบถึงความพึงพอใจในการใช้งานในบริเวณห้องครัวของผู้สูงอายุ ในหัวข้อที่เกี่ยวกับลักษณะพฤติกรรมสามารถสรุปผลได้ ดังนี้

ในหัวข้อการใช้เครื่องใช้ พบว่า การใช้งานปลั๊กไฟ ควรมีความสูงจากพื้นประมาณ 1.10 เมตร การใช้งานสวิทช์ไฟ ควรมีความสูงจากพื้นประมาณ 1.40 เมตร ทำทางการใช้งานควรเป็นแบบยื่นตำแหน่งที่วางชุดเครื่องปรุงอยู่ด้านขวามือของเตาแก๊ส ความสูงประมาณ 0.80 - 0.85 เมตร ตำแหน่งที่วางไมโครเวฟอยู่ใกล้กับห้องรับประทานอาหารความสูงประมาณ 0.80 - 0.85 เมตร ตำแหน่งที่วางเตาอบอยู่ใกล้กับเตาแก๊สความสูงประมาณ 0.80 - 0.85 เมตร ตำแหน่งที่วางเครื่องบิงขนมปังอยู่ใกล้กับห้องรับประทานอาหารความสูงประมาณ 0.80 - 0.85 เมตร ตำแหน่งที่วางหม้อหุงข้าวอยู่ใกล้กับอ่างล้างจานความสูงประมาณ 0.80 เมตร ตำแหน่งที่วางกระติกน้ำร้อนอยู่ใกล้กับห้องรับประทานอาหารความสูงประมาณ 0.80 เมตร

ในหัวข้อการใช้เฟอร์นิเจอร์หลัก พบว่ารูปแบบก๊อคน้ำที่ผู้สูงอายุมีความพึงพอใจมากที่สุดเป็นแบบโยก โดยให้ความเห็นว่าออกแรงน้อยกว่าแบบหมุน พื้นที่ข้างอ่างล้างจานมีหน้ากว้างประมาณ 0.50 - 1.00 เมตร อ่างล้างจานควรมีหน้ากว้างประมาณ 1.00 - 1.50 เมตร และมีความลึกประมาณ 0.50 เมตร ความลึกของเคาน์เตอร์มีขนาด 0.60 เมตร เคาน์เตอร์มีความสูง 0.85 เมตร ตะขอเหนือเคาน์เตอร์สูงจากพื้น 1.45 เมตร แผงวางของเหนือเคาน์เตอร์สูงจากพื้น 1.35 เมตร ควรมีการเจาะขอบด้านล่างของพื้นที่การทำงาน (ดินตู้) พื้นที่ข้างเตาแก๊สมีหน้ากว้าง 0.60 - 0.70 เมตร เตาแก๊สที่ใช้งานเป็นรูปแบบเตาคู่ขนาดหน้ากว้างประมาณ 0.85 เมตร ตู้เก็บของ (ด้านบน) มีรูปแบบการเปิดแบบบานคู่มีความสูงจากพื้น 1.45 -

1.50 เมตร ตู้เก็บของ (ด้านล่าง) มีรูปแบบการเปิดแบบบานเลื่อนมีความสูงจากพื้น 0.80 เมตร พื้นที่ข้างตู้เย็นมีขนาด 0.65 เมตร ตู้เย็นที่ใช้งานมีขนาดความสูงอยู่ที่ 1.20 เมตร

4.3 ตัวแปรด้านลักษณะทางสังคม

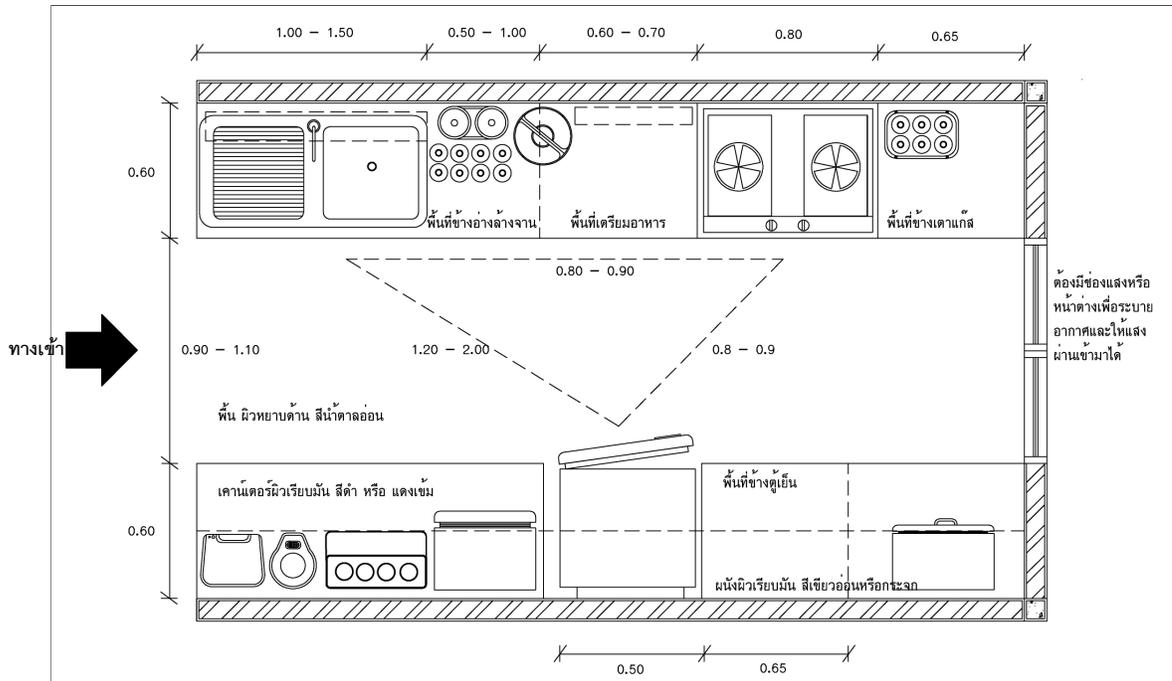
มีผู้สูงอายุที่เป็นเพศชาย จำนวน 3 คน เพศหญิง จำนวน 9 คน อายุระหว่าง 60-69 ปี จำนวน 4 คน อายุระหว่าง 70-79 ปี จำนวน 6 คน อายุระหว่าง 80-89 ปี จำนวน 2 คน ส่วนสูงเฉลี่ยอยู่ที่ 159 เซนติเมตร น้ำหนักโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 62 กิโลกรัม ช่วงเวลาที่เข้าครัวส่วนมาก จะเป็น เข้าครัวทั้ง 3 มื้ออาหาร คือ เข้า กลางวัน และเย็น

5. สรุปรูปแบบครัวสำหรับผู้สูงอายุ

จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 คือต้องการหารูปแบบห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุ และจากการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะพื้นที่ ๆ มีผู้สูงอายุใช้งานและลักษณะการใช้สอยเครื่องเรือนสามารถสรุปผลได้เป็นผังการจัดวางเฟอร์นิเจอร์และภาพเสมือนจริง ดังนี้

5.1 ตัวอย่างการจัดวางเครื่องเรือนในห้องครัว

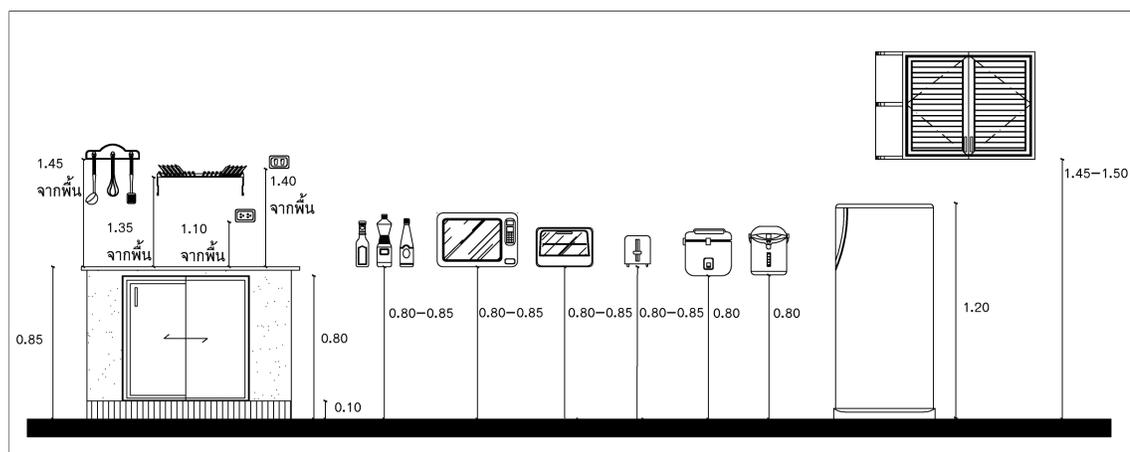
รูปแบบการจัดวางเฟอร์นิเจอร์และขนาดที่ได้จากความพึงพอใจต่อการใช้งานของผู้สูงอายุภายในห้องครัวสรุปผลได้ ดังรูป



รูปที่ 1.8 ภาพตัวอย่างการจัดวางครัว

5.2 ความสูงของการใช้งานเครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์

ระยะความสูงของเครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์สามารถสรุปได้ดังนี้



รูปที่ 1.9 ภาพตัวอย่างความสูงของเครื่องใช้และเฟอร์นิเจอร์หลักที่มีอยู่ในบริเวณห้องครัว

5.3 ภาพตัวอย่างห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุ



รูปที่ 1.10 ภาพตัวอย่างห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุ



รูปที่ 1.11 ภาพตัวอย่างห้องครัวสำหรับผู้สูงอายุ

6. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดของการเข้าถึงข้อมูลที่ไม่สามารถเลือกกลุ่มตัวอย่างได้ตามวิธีการสุ่มแบบเป็นระบบจึงทำให้ผลของการวิจัยอาจจะไม่ครอบคลุมถึงกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพทางสังคมที่แตกต่างกัน ซึ่งควรจะมีการศึกษาในเชิงปริมาณต่อจากนี้

การใช้เครื่องมือในการวิจัยที่ใช้กล้องวงจรปิดติดตั้งทิ้งไว้ในการเก็บข้อมูลในระยะเวลาที่มากขึ้นจะเป็นผลดีมากกว่าการถ่ายภาพในช่วงที่ทำการสังเกตการณ์เพราะได้ข้อมูลทางพฤติกรรมที่ไม่ครอบคลุม

การวิจัยนี้จะดีขึ้นถ้ามีการนำไปสร้างเป็นสถานการณ์จำลองและมีการทดลองเข้าใช้เพื่อประเมินการออกแบบ เพราะจะสามารถได้ข้อสรุปที่นำไปพัฒนาได้จริงมากยิ่งขึ้น

ถ้าจะมีการวิจัยครั้งต่อไปควรจะมีการพิจารณารูปแบบของครัวที่อยู่ในบ้านที่มีความแตกต่างของประเภทบ้านหรือที่พักอาศัยเพื่อให้สามารถได้เกณฑ์ในการออกแบบครัวที่เข้าถึงกลุ่มผู้ใช้งานที่เป็นผู้สูงอายุได้ทุกประเภท

บรรณานุกรม

- โครงการศึกษาวิจัย.ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไตรรัตน์ จารุทัศน์.2548.โครงการศึกษามาตรฐานขั้นต่ำ สำหรับที่พักอาศัยและสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุ.
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์.กิติ สินธุเสก.2544.การออกแบบภายในขั้นพื้นฐาน : หลักการพิจารณาเบื้องต้น.กรุงเทพฯ.
- โครงการศึกษาวิจัย.รองศาสตราจารย์วาทีนี้ บุญชะลิกษ์.2544.โครงการนโยบายและทิศทางนโยบายด้านผู้สูงอายุในอนาคต.
- โครงการศึกษาวิจัย.รศ.ศศิพัฒน์ ยอดเพชร.2549.โครงการระบบการดูแลระยะยาวในครอบครัวสำหรับผู้สูงอายุ.
- นายแพทย์บรรลุ ศิริพานิช.2550.รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.2550.
- โครงการศึกษาวิจัย.เบญจมาศ กุฎอินทร์.2552.เรียนรู้จากคนพิการเพื่อพัฒนาครัวตัวอย่าง.
- John F Pile.1995.Interior design.Japan
- Cristian campos.2007.Practical idea for kitchen and bathroom.China.
- Journal.Stephen R Lord.2006.Home environment risk factors for falls in older people and the efficacy of home modifications.Australia.
- Journal.Susan E Carter.1997.Environmental hazards in the homes of older people.Australia.
- Joseph De Chiara & Michael J Crosbie.2001.Time-saver standard for building types.
- Martin Valins.1988.Housing for elderly people.
- Jack Nasar & Jennifor Evais-cowley.2007.Universal design & Visitability.
- ค้นหาความหมาย.(อ้างเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2552) เข้าถึงได้จาก : <http://dict.longdo.com/search>.