

การออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมที่พักอาศัย สำหรับผู้สูงอายุ: จินฉวน เวลบีอิง เคาน์ตี

Landscape Architectural Design for Elderly Residence: Jin Wellbeing County

อัทนา วสุวัฒน์^{1*} ประพันธ์ นภาวงศ์² วรวิธ แจ่มสมบุญ³ นภจร ศรีฉัตรสุวรรณ⁴ ภาวิดา บิวเลิศ⁵
พฤกษ์ชล ชัชวาลชัยพรรณ⁶ ชูिता เขิดเกียรติกุล⁷ ศุภิกา สุขแจ่มใส⁸ ศุภาลักษณ์ เปาริก⁹ ธานี สวัสดิ์¹⁰
อรอำไพ สามขุนทด¹¹ ปาณิทัต รัตนวิจิตร¹²

¹⁻¹⁰ บริษัท อมา จำกัด

^{11,12} ภาควิชาภูมิสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Attana Vasuwattana^{1*}, Prapan Napawongdee², Worawe Jamsomboon³, Napajorn Srichatsuwan⁴,
Pawida Bualert⁵, Prueksachol Chutchawanchaiphon⁶, Thita Cherdkiadtikul⁷, Supika Sukjamsai⁸,
Supaluk Paorik⁹, Tanee Sawasdee¹⁰, Onumpai Samkhuntod¹¹, Panitat Ratanawichit¹²

¹⁻¹⁰ Shma Company Limited

^{11,12} Department of Landscape Architecture, Faculty of Architecture, Kasetsart University

*Corresponding author, Email: attana@shmadesigns.com

Received: 21/09/2020 Revised: 24/11/2020 Accepted: 04/12/2020

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นการศึกษาหลักการออกแบบและเสนอแนวทางการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุ โดยการรวบรวมข้อมูลและพัฒนาหลักการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรม 3 ประเด็น ได้แก่ ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงกายภาพ การส่งเสริมความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และความยั่งยืนทางธรรมชาติ งานออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมโครงการจินฉวี เวลบีอิง เคาน์ตี ที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การออกแบบแนวคิด คือ สังคมในพื้นที่ป่าลำน้ำ โดยอาศัยการออกแบบพื้นที่ที่ช่วยส่งเสริมการเกิดปฏิสัมพันธ์ การบำบัดฟื้นฟูสุขภาพทั้งกายและใจ และให้ผู้อยู่อาศัยเกิดความรู้สึกอยากริเริ่มสร้างสรรค์ การวางผังกลุ่มอาคารเพื่อให้เกิดพื้นที่ส่วนกลางในการทำกิจกรรม เป็นพื้นที่รองรับน้ำและปลูกต้นไม้เพื่อสร้างบรรยากาศแบบธรรมชาติ การออกแบบรายละเอียด องค์ประกอบภูมิสถาปัตยกรรมวัสดุ พืชพรรณ ล้วนคำนึงถึงผู้สูงอายุเป็นหลัก ให้สะดวกและปลอดภัยในการใช้งาน เพื่อให้ผู้สูงอายุมองเห็นคุณค่าของตัวเองและสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข พร้อมกับข้อเสนอแนะในการเก็บข้อมูลเพื่อการออกแบบ การนำไปทดลองซ้ำ ตลอดจนการติดตามและประเมินผลการใช้งานภายในพื้นที่จริง

คำสำคัญ: การออกแบบภูมิสถาปัตยกรรม ที่พักอาศัย ผู้สูงอายุ สุขภาพแบบบูรณาการ จินฉวี เวลบีอิง เคาน์ตี

Abstract

This article describes the study of design principle and propose the Landscape architectural design for Elderly Residence. Three landscape architectural design principles include physical wellbeing, sense of community, and sustainable nature. Landscape architectural design of Jin Wellbeing County consists of conceptual design: "Community in the Ravine Forest" by designing space to engage, retreat and create; landscape planning by placing common space to be used as activity area, detention pond, and planting area in order to create natural surrounding; landscape detailed design by using landscape elements, materials, and plants which are consistent with the elderly to be convenient and safe to use. These for the elderly to realise their value and be able to live happily. Suggestions on the future projects include careful data gathering, repetition of design process, as well as evaluation from the actual usage.

Keywords: Landscape Architectural Design, Residence, the Elderly, Integrative Healthcare, Jin Wellbeing County

1. บทนำ

ในช่วงศตวรรษที่ 21 ประชากรโลกมีอายุขัยเฉลี่ยสูงขึ้น องค์การสหประชาชาติ (United Nations) ได้เผยแพร่ข้อมูลผู้สูงอายุทั่วโลกเมื่อปี พ.ศ. 2562 ว่าประชากรที่มีอายุมากกว่า 65 ปี ของทั้งโลกมีจำนวนกว่า 703 ล้านคน และจะเพิ่มเป็น 1,550 ล้านคนในปี พ.ศ. 2593 (ค.ศ. 2050) โดยประเทศในแถบเอเชียตะวันออกและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้เป็นที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุร้อยละ 37 (United Nations, 2019) จำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นประจักษ์กับอัตราการเกิดที่ต่ำลงทำให้หลายประเทศกำลังเข้าสู่สังคมสูงอายุ (Ageing Society)¹ รวมทั้งประเทศไทยที่เริ่มเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ ตั้งแต่ปี 2548 (ค.ศ. 2005) และมีการคาดการณ์ว่าจะเข้าสู่สังคมสูงอายุสมบูรณ์ (Complete Aged Society)² ในปี 2564 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2561)

จากการที่ประชากรมีลูกน้อยลงอันเป็นผลจากปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม (The Economist Intelligence Unit, 2019) รวมทั้งรูปแบบการอยู่อาศัยที่เปลี่ยนไปคือเปลี่ยนไปอยู่อาศัยแบบครอบครัวเดียวกันมากขึ้น (กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย, 2558) ทำให้ผู้สูงอายุต้องพึ่งพาตัวเองมากขึ้นและต้องมีการวางแผนเพื่อการเกษียณอายุ ขณะที่ปัจจุบันมีการขยายอายุเกษียณ (โครงการศูนย์บริการข้อมูลภาครัฐเพื่อประชาชน, 2563) ผนวกกับมีการวางแผนเพื่อการออมเงินหลากหลายรูปแบบ ทำให้ผู้สูงวัยมีรายได้และเงินเก็บมากขึ้นจึงมีกำลังในการซื้อมากขึ้น บ้านพักผู้สูงวัยที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างครบครันและมีการดูแลสุขภาพแบบบูรณาการ (Integrative Healthcare) จึงเป็นทางเลือกที่ได้รับความนิยมมากยิ่งขึ้น

วัยสูงอายุเป็นวัยที่มีความถดถอยทั้งทางร่างกายและบทบาททางสังคมลงอย่างชัดเจน การเปลี่ยนแปลงนี้จะส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ ทำให้รู้สึกว่าคุณค่าตนน้อยลง (วันทนี นวลละออง, 2553) การออกแบบพื้นที่สำหรับผู้สูงวัยจึงควรส่งเสริมสุขภาวะทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ เพื่อให้ผู้สูงวัยกลับมาใช้ชีวิตถึงคุณค่าของตัวเองและสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ

สุขภาวะเป็นประเด็นที่เริ่มมีการถกเถียงกันในระดับวิชาการตั้งแต่ปี พ.ศ. 2528 (ค.ศ. 1985) โดยนักวิชาการมองว่าสุขภาวะสามารถจำแนกได้หลายมิติ จนกระทั่งปี พ.ศ. 2548 (ค.ศ. 2005) หลังการพัฒนาและปรับปรุงทฤษฎีหลายครั้ง โฮเกอร์และโฮเกอร์ ได้จำแนกสุขภาวะออกเป็น 7 มิติ ภายใต้ทฤษฎี The Seven Dimensions of Wellness³ (Hoeger & Hoeger, 2005) ซึ่งกล่าวว่าสุขภาวะประกอบด้วย มิติด้านกายภาพ มิติด้านอารมณ์ มิติด้านสติปัญญา มิติด้านสิ่งแวดล้อม มิติด้านสังคม มิติด้านอาชีพ และมิติด้านจิตวิญญาณ เมื่อพิจารณามิติของสุขภาวะทั้ง 7 มิติแล้ว พบว่าการออกแบบงานภูมิทัศน์อันเป็นการสร้างและจัดการกายภาพของพื้นที่ภายนอกให้เหมาะสมกับการใช้งานของคนจะสามารถช่วยเสริมสร้างสุขภาวะในมิติด้านกายภาพ ด้านสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ผ่านการออกแบบที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงวัย การจัดสรรพื้นที่ให้ช่วยส่งเสริมกิจกรรมทางสังคม และการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีที่มีความยั่งยืนทางธรรมชาติ

ข้อมูลจากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับงานออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมสำหรับผู้สูงวัย ระบุว่า การออกแบบพื้นที่สำหรับผู้สูงวัยต้องมีความสอดคล้องกับเงื่อนไขทางด้านกายภาพและตอบสนองต่อความต้องการเพื่อรักษาคุณภาพชีวิตและช่วยส่งเสริมการดำรงชีวิต แม้ว่าผู้สูงวัยจะเป็นวัยที่เคลื่อนไหวได้ช้าลงและลำบากมากขึ้น แต่การเคลื่อนไหวร่างกาย

¹ สังคมสูงอายุ (Ageing Society) คือ สังคมที่มีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 10 ของจำนวนประชากรทั้งหมด

² สังคมสูงอายุสมบูรณ์ (Complete Aged Society) คือ สังคมที่มีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 20 ของจำนวนประชากรทั้งหมด

³ องค์ประกอบที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนทุกกลุ่มได้ ไม่จำกัดอยู่เพียงแต่ผู้สูงวัย

จะช่วยรักษาความสามารถในการควบคุมร่างกายตัวเอง ช่วยยกระดับระบบการทำงานภายในร่างกาย เสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อและลดผลกระทบต่อสุขภาพที่อาจเกิดขึ้น จึงควรออกแบบพื้นที่ให้ช่วยส่งเสริมการเคลื่อนไหวร่างกาย ทั้งนี้พื้นที่สำหรับการใช้งานต้องมีความปลอดภัยและเหมาะสมต่อการใช้งาน โดยการเลือกใช้วัสดุที่พื้นผิวไม่ลื่น หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนถ้ายาระดับพื้นที่ หรือเปลี่ยนระดับพื้นที่โดยการใช้ทางลาดแทนบันได ออกแบบทางเดินให้มีขนาดกว้างพอต่อการสัญจรโดยรถเข็น และมีราวจับตลอดทางเดิน ในกรณีที่เป็นทางเดินยาวควรมีจุดนั่งพักเป็นระยะ ใช้เก้าอี้ นั่งในรูปแบบที่มีที่อิงหลังและมีที่เท้าแขนหรือที่จับด้านข้างให้ผู้สูงอายุใช้ในการช่วยพยุงตัวเวลาลุกจากที่นั่ง ที่สำคัญคือต้องมีอุปกรณ์ช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน โดยตำแหน่งของอุปกรณ์ควรวางใกล้ทางเดินหรือบริเวณที่เข้าถึงและนำอุปกรณ์มาใช้ได้ง่าย (Marques, McIntosh, & Kershaw, 2019; Wang & Rodiek, 2019)

การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนมีความสำคัญต่อมนุษย์ การมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่นทำให้บุคคลรู้สึกถึงการมีตัวตน การได้รับการยอมรับจากสังคมทำให้บุคคลได้มองเห็นความสำคัญและคุณค่าของตัวเอง ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน เกิดจาก 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การร่วมเป็นสมาชิกภายในพื้นที่ การได้รับอิทธิพลจากชุมชนและมีอิทธิพลต่อชุมชน การได้เติมเต็มความต้องการของตนเองและสร้างความต้องการร่วมกับคนในชุมชน การได้แบ่งปันอารมณ์และความรู้สึกร่วมกันจนรู้สึกถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียว (Gardner, 2004) การออกแบบพื้นที่ให้คนได้เข้ามาใช้งานร่วมกันเป็นการเปิดโอกาสให้คนมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ได้พบปะและสร้างประสบการณ์ร่วมกันทำให้เกิดเป็นพื้นที่ทางสังคม ทำให้ผู้อยู่อาศัยรู้สึกร่วมเป็นส่วนหนึ่งภายในพื้นที่ และช่วยส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจ ทั้งนี้ในการออกแบบพื้นที่ต้องมีการแบ่งสัดส่วนระหว่างพื้นที่ส่วนตัวและพื้นที่สาธารณะอย่างชัดเจน เพื่อไม่สร้างให้เกิดความรู้สึกโดนรุกรานพื้นที่ และผู้อยู่อาศัยสามารถใช้เวลาส่วนตัวในยามที่ต้องการได้ (Chao, Chai, & Juan, 2014)

จากการวิจัยที่พบว่าธรรมชาติมีผลต่อสุขภาวะของมนุษย์ (Velarde, Fry, & Tveit, 2017; Wen, Albert, & Haaren, 2018) ทำให้เกิดแนวความคิดในการนำธรรมชาติเข้ามาช่วยในการเยียวยาสุขภาพและสร้างภูมิคุ้มกันก่อนการเจ็บป่วย (Chao et al., 2014) โดยผู้สูงอายุที่อยู่ในศูนย์ดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักชอบอยู่ในพื้นที่ที่แวดล้อมด้วยต้นไม้มากกว่าการล้อมรอบด้วยอาคาร (Chao et al., 2014) การใช้ประโยชน์จากพื้นที่ภูมิทัศน์เพื่อสุขภาพของมนุษย์จำแนกได้ 2 ประเภท ได้แก่ 1) ภูมิทัศน์เพื่อการเยียวยา (Healing Landscape) คือ การให้พื้นที่ตามธรรมชาติช่วยเยียวยาสุขภาพ ดังเช่น แนวคิดการอาบป่า (Shinrin-yoku) ซึ่งเป็นการเข้าไปใช้เวลาในพื้นที่ธรรมชาติให้ธรรมชาติเป็นตัวช่วยในการฟื้นฟูสุขภาพ และ 2) สวนเพื่อการเยียวยา (Healing Garden) คือ การออกแบบสวนเพื่อช่วยส่งเสริมหรือเยียวยาสุขภาพ ซึ่งสามารถจำแนกได้เป็นสองกลุ่มใหญ่ ได้แก่ 2.1) สวนกิจกรรม (Enabling Garden) คือ สวนที่ออกแบบเพื่อส่งเสริมการทำกิจกรรมทางกาย และ 2.2) สวนเพื่อการฟื้นฟู (Restorative Garden) คือ สวนที่ออกแบบเพื่อการส่งเสริมสุขภาพจิต เน้นการออกแบบพื้นที่ให้กระตุ้นการรับรู้หลายรูปแบบเพื่อตอบสนองสภาวะทางจิตใจ (Diehl, 2017) โดยผู้สูงอายุไม่ชอบพื้นที่ที่ปลูกต้นไม้กระจัดกระจาย แต่ชอบต้นไม้ที่ปลูกอย่างต่อเนื่องตลอดแนวทางเดิน ชอบการที่มีพืชคลุมดิน และชอบพืชพรรณที่มีดอก (Wang & Rodiek, 2019) ทั้งนี้หากรูปแบบของภูมิทัศน์สอดคล้องกับระบบนิเวศเดิมของพื้นที่จะช่วยเยียวยาสุขภาพได้ดียิ่งขึ้น (Marques et al., 2019) ทั้งยังสร้างให้เกิดความยั่งยืนขึ้นในพื้นที่เนื่องจากภูมิทัศน์ที่มีความสอดคล้องกับพื้นที่เดิมจะสามารถอยู่ในพื้นที่ได้ด้วยตัวเองไม่ต้องมีการบำรุงรักษามาก และเกิดเป็นระบบทางธรรมชาติที่มีการบริการเชิงนิเวศ หลักการสำคัญในการสร้างความยั่งยืนทางธรรมชาติจึงเป็นการทำความเข้าใจสภาพเดิมของพื้นที่และออกแบบภูมิทัศน์โดยอ้างอิงธรรมชาติเดิมในพื้นที่ ทั้งในแง่ของการออกแบบพื้นที่เพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงของธรรมชาติ (Resilience) และการเลือกพืชพรรณที่เหมาะสมกับพื้นที่บริเวณนั้น

2. วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาหลักการออกแบบพื้นที่ที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงวัย และเพื่อนำเสนอแนวทางการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมที่ช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงวัย

3. กระบวนการออกแบบ

ผู้สูงวัยมีความต้องการพิเศษในการใช้พื้นที่แตกต่างจากผู้ใช้กลุ่มอื่น กระบวนการศึกษารูปแบบพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงวัยจึงมีความสำคัญต่อการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรม เพื่อให้พื้นที่ภูมิทัศน์ของโครงการมีความปลอดภัย ส่งเสริมการดำรงชีวิตและตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงวัย กระบวนการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมโครงการ จินณ เวลบีอิง เคาน์ตี ประกอบด้วย

3.1. ศึกษาหลักการที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบ โดยการศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลที่สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาพื้นที่ เพื่อให้สามารถออกแบบพื้นที่ได้เหมาะสมต่อการใช้งาน ประกอบด้วย

- หลักการออกแบบที่เหมาะสมต่อการใช้งานของผู้สูงวัย
- หลักการออกแบบที่ใช้ธรรมชาติเข้ามาช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
- หลักการออกแบบพื้นที่ทางสังคมที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดปฏิสัมพันธ์ขึ้นระหว่างคน
- กรณีศึกษาการออกแบบพื้นที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงวัย

3.2. ศึกษาพื้นที่และกลุ่มผู้ใช้งานโดยการสำรวจและเก็บรวบรวมข้อมูล แล้วนำมาวิเคราะห์เพื่อใช้เป็นหลักการในการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมให้เหมาะสมต่อพื้นที่และการใช้งาน ประกอบด้วย

- ศึกษาและวิเคราะห์พื้นที่ผ่านการสำรวจและทำแบบจำลอง
- ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่ของผู้สูงวัยผ่านการสังเกตการณ์
- ศึกษาความต้องการของผู้สูงวัยผ่านการสอบถาม

3.3. วางแนวความคิดหลักในการออกแบบพื้นที่ และจัดทำผังบริเวณเพื่อนำเสนอต่อเจ้าของโครงการ

3.4. จัดทำรายละเอียดการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมในพื้นที่บริเวณต่าง ๆ ภายในโครงการ โดยมีผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์ให้คำปรึกษาเพื่อให้งานออกแบบเหมาะสมต่อการใช้งานของผู้สูงวัย ด้วยการจัดประชุมระหว่างนักออกแบบกับบุคลากรทางการแพทย์ เพื่อนำเสนอแบบและรับฟังความคิดเห็นในการออกแบบองค์ประกอบภูมิสถาปัตยกรรม และการเลือกใช้วัสดุที่เหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงวัย

3.5. จัดทำแบบก่อสร้างงานภูมิสถาปัตยกรรม

3.6. ติดตามการก่อสร้างให้เป็นไปตามการออกแบบ

3.7. เก็บรวบรวมข้อมูลและประเมินผลหลังการใช้งานจริงภายในพื้นที่⁴ ประกอบด้วย

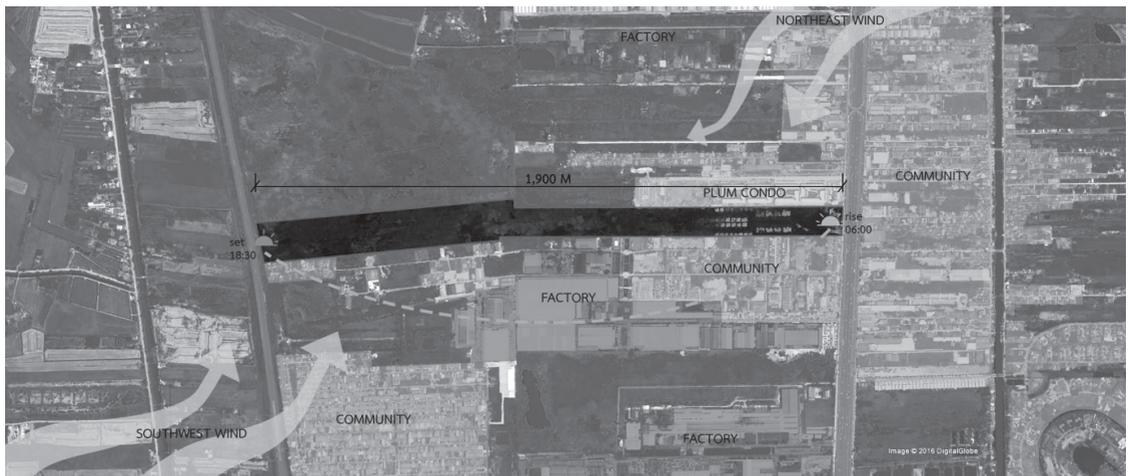
- เก็บข้อมูลความเหมาะสมของพื้นที่และองค์ประกอบภูมิสถาปัตยกรรมต่อการใช้งานพื้นที่โครงการผ่านการสอบถามผู้สูงวัยที่อาศัยอยู่ในโครงการ อย่างน้อย 1 ปี
- เก็บข้อมูลความเหมาะสมของพื้นที่และองค์ประกอบภูมิสถาปัตยกรรมต่อการใช้งานพื้นที่โครงการผ่านการสอบถามผู้ทำงานเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุภายในพื้นที่ อย่างน้อย 1 ปี

⁴ อยู่ระหว่างการดำเนินการ

- เก็บข้อมูลความเหมาะสมของพื้นที่และองค์ประกอบภูมิสถาปัตยกรรมบริเวณพื้นที่ฟื้นฟูและทำกายภาพบำบัดของผู้สูงอายุผ่านการสอบถามผู้เชี่ยวชาญด้านกายภาพบำบัด ที่ทำงานภายในพื้นที่ อย่างน้อย 1 ปี
- สังเกตพฤติกรรมการใช้งานของผู้สูงอายุบริเวณต่าง ๆ ภายในพื้นที่โครงการ เพื่อเก็บข้อมูลพฤติกรรมที่เกิดขึ้น และประเมินว่าองค์ประกอบที่มีในพื้นที่เหมาะสมต่อการใช้งานหรือไม่
- สังเกตจำนวนผู้สูงอายุที่เข้าไปใช้งานในบริเวณต่าง ๆ ว่ามีจำนวนมากน้อยเพียงใด เพื่อประเมินและสรุปรูปแบบของพื้นที่ที่ผู้สูงอายุนิยมใช้งาน

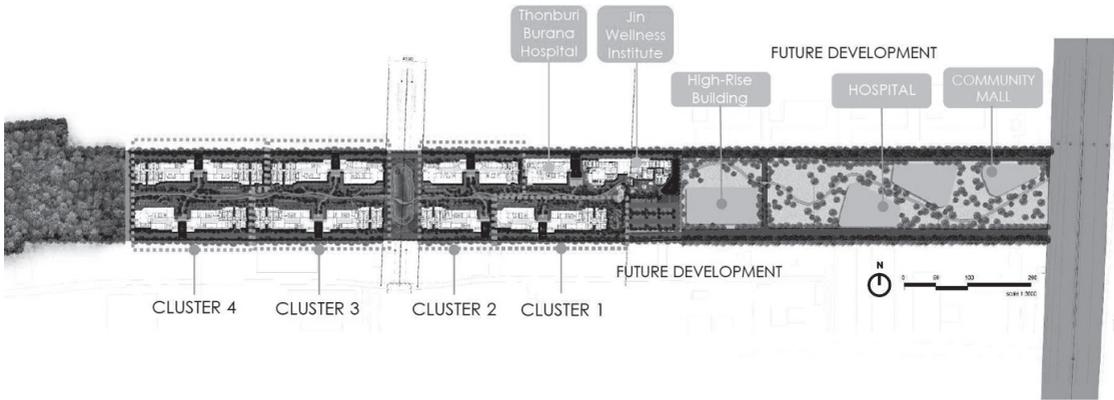
4. ข้อมูลพื้นที่โครงการ

โครงการจิมณั เวลบีอิง เคาน์ตี (Jin Wellbeing County) โดย บริษัท ธนบุรี เวลบีอิง จำกัด ตั้งอยู่บริเวณทางคู่ขนานถนนพหลโยธิน ตำบลคลองหนึ่ง อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี มีพื้นที่โครงการรวมประมาณ 140 ไร่ เป็นโครงการแบบผสมผสาน (Mixed-use) ที่มีประโยชน์ใช้สอยหลักคือ ที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ



ภาพที่ 1 ขนาดพื้นที่และที่ตั้งโครงการจิมณั เวลบีอิง เคาน์ตี (บริษัท ธนบุรี เวลบีอิง จำกัด, 2560)

พื้นที่โครงการมีลักษณะเป็นเส้นยาวที่มีหน้าแคบ ฝั่งตะวันออกติดกับถนนพหลโยธิน บริเวณโดยรอบส่วนใหญ่เป็นที่อยู่อาศัยประเภทแนวราบและอาคารชุดประเภทน้อยชั้น (Low-rise Condominium) การพัฒนาพื้นที่โครงการแบ่งเป็นช่วงระยะเวลาการพัฒนา (Phasing) โดยช่วงแรกจะเริ่มพัฒนาพื้นที่บริเวณอาคารพักอาศัยกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 โรงพยาบาลผู้สูงอายุธนบุรี สถาบันสุขภาพจิมณั เวลเนส และบอร์น้า เพื่อให้ผู้ที่เข้ามาอยู่อาศัยตั้งแต่ช่วงแรกของโครงการมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ครบครันและมีการบริการทางการแพทย์ที่เหมาะสม ปลอดภัย และเพียงพอต่อความต้องการ

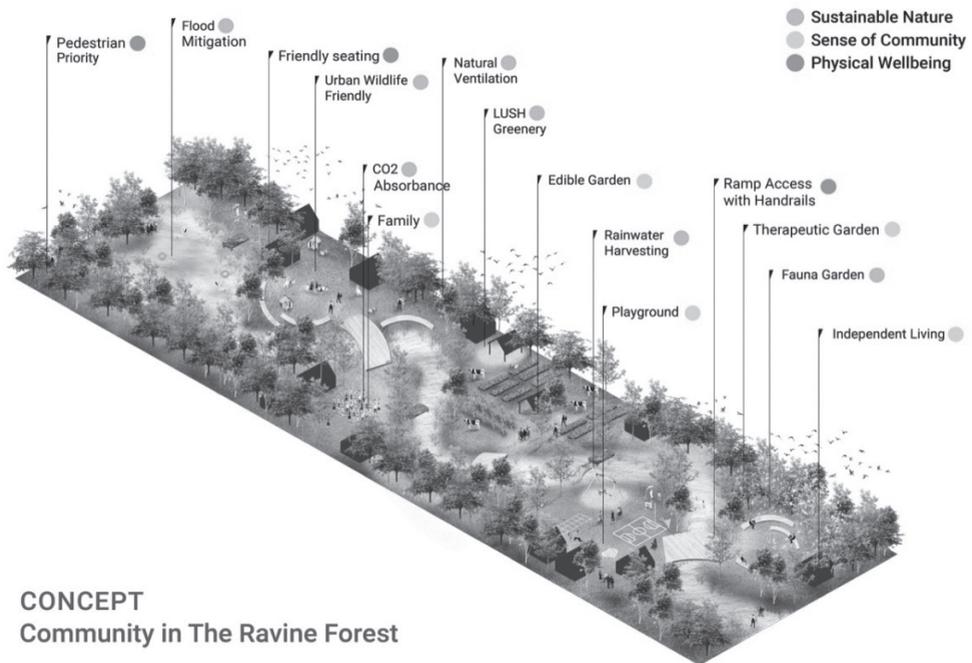


ภาพที่ 2 ผังบริเวณของโครงการ (บริษัท ฌมา จำกัด, 2560)

5. แนวความคิดในการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรม

การสร้างพื้นที่ที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้อยู่อาศัยเป็นประเด็นสำคัญในการออกแบบพื้นที่เพื่อการอยู่อาศัย ดังที่ได้กล่าวในส่วนต้นว่าสุขภาพสามารถจำแนกออกได้ 7 มิติ โดยงานออกแบบภูมิทัศน์ช่วยส่งเสริมสุขภาพทางตรงได้ 3 มิติ คือ มิติด้านกายภาพ มิติด้านสังคม และมิติด้านสิ่งแวดล้อม ผ่านการออกแบบที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ การจัดสรรพื้นที่ให้ช่วยส่งเสริมกิจกรรมทางสังคม และการสร้างสภาพแวดล้อมที่ดีและมีความยั่งยืนทางธรรมชาติ

จากการที่โครงการตั้งอยู่บริเวณพื้นที่ลุ่มต่ำทำให้น้ำท่วมขังตามฤดูกาลเป็นปกติ ทำให้การอยู่ร่วมกับน้ำเป็นประเด็นสำคัญของพื้นที่บริเวณนี้ จึงเป็นที่มาของแนวความคิด “Community in the Ravine Forest” หรือชุมชนที่อิงอาศัยอยู่กับระบบนิเวศของป่าลำน้ำ ให้ธรรมชาติช่วยส่งเสริมสุขภาพของผู้อยู่อาศัย และมีพื้นที่เปิดส่วนกลาง (Open-space) สำหรับการพบปะและทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อสร้างที่อยู่อาศัยที่ส่งเสริมการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุทั้งด้านกาย ด้านสังคม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา



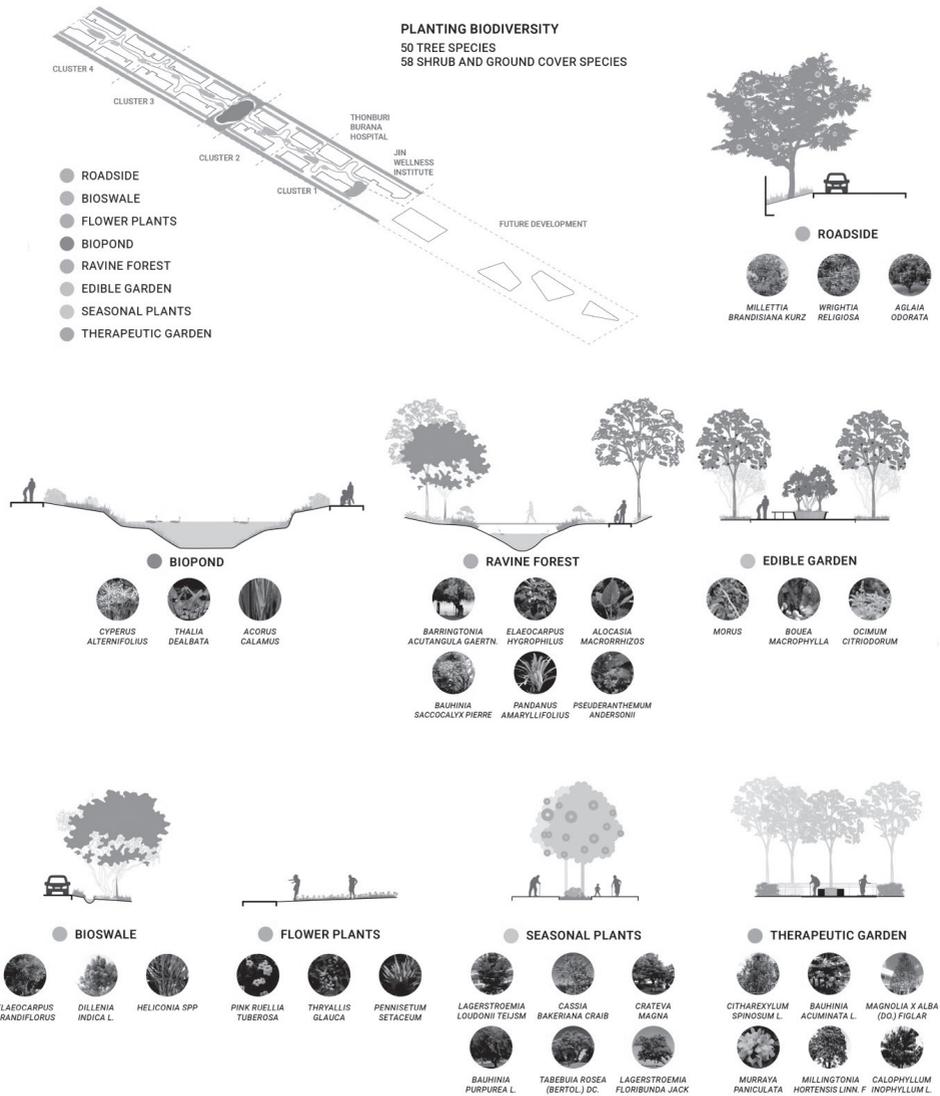
CONCEPT
Community in The Ravine Forest

ภาพที่ 3 หลักการในการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมโดยแบ่งกลุ่มข้อมูลตามหลักการที่กำหนด
(บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)

ความยั่งยืนทางธรรมชาติ

สำหรับการสร้างระบบนิเวศภายในพื้นที่ มีการขุดลำธารยาวตลอดโครงการเพื่อทำหน้าที่รองรับน้ำฝนและน้ำหลากผิวดิน (Surface Run-off) สร้างเป็นนิเวศของป่าลำน้ำ มีการคำนวณขนาดลำธารให้มีปริมาณเพียงพอต่อการรับน้ำที่อาจเกิดขึ้นในพื้นที่ เพื่อลดปัญหาน้ำท่วมขังภายในโครงการ และไม่เป็นการผลักรากการรับน้ำไปให้พื้นที่ข้างเคียง น้ำจากลำธารสามารถนำมาใช้เพื่อการดูแลรักษาพืชพรรณในพื้นที่โครงการเกิดเป็นการบริหารจัดการระบบการดูแลรักษาพืชพรรณภายในโครงการอย่างยั่งยืน ประหยัดค่าใช้จ่าย และประหยัดการใช้ทรัพยากรน้ำ

มีการเลือกใช้พืชพรรณที่มีความหลากหลายปลูกคลุกกันเพื่อสร้างบรรยากาศเลียนแบบพืชพรรณที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ แต่มีการจัดกลุ่มของไม้ยืนต้นที่เป็นไม้ดอกตามสีเพื่อช่วยสร้างการรับรู้ให้แก่ผู้ใช้งานที่เป็นผู้สูงวัย โดยบริเวณอาคารพักอาศัยกลุ่มที่ 1 โรงพยาบาลผู้สูงวัยธนบุรี และสถาบันสุขภาพจิต ณ เวลเนส ปลูกไม้ดอกสีขาว ได้แก่ เสี้ยว กุ่มน้ำ และพยอม ถัดมาบริเวณอาคารพักอาศัยกลุ่มที่ 2 ปลูกไม้ดอกสีชมพู ได้แก่ ชงโค กัลปพฤกษ์ คุณสามสี ชมพูพันธุ์ทิพย์ และตะแบก ส่วนอาคารที่พักอาศัยกลุ่มที่ 3 และ 4 ซึ่งเป็นโครงการที่จะพัฒนาต่อไปในอนาคต จะปลูกไม้ดอกสีม่วง และสีเหลืองตามลำดับ

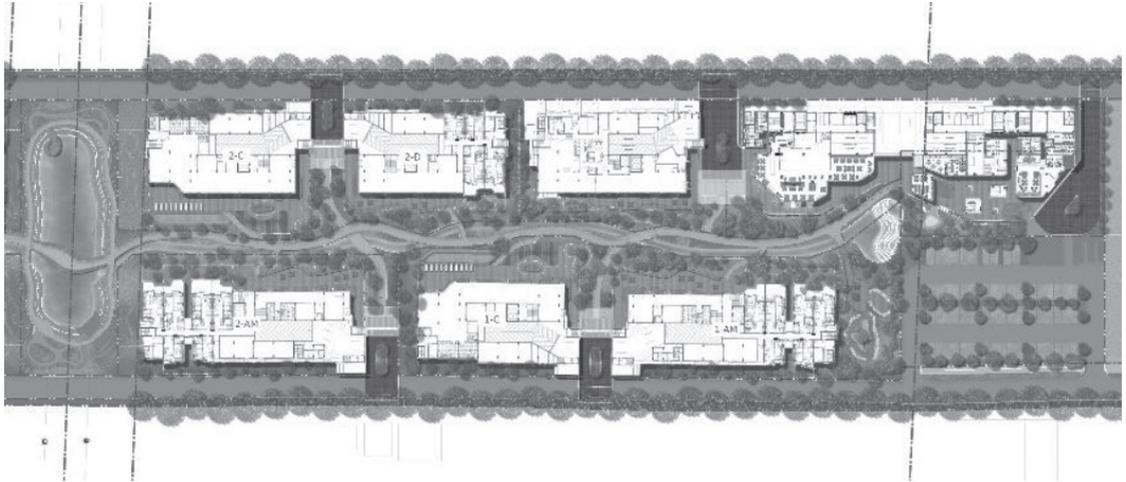


ภาพที่ 4 ผังแนวความคิดในการปลูกพืชพรรณบริเวณกลุ่มอาคารต่าง ๆ (บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)

พื้นที่ทางภูมิทัศน์ภายในโครงการที่มีความอุดมสมบูรณ์และหลากหลายเหมือนพื้นที่ทางธรรมชาติ เป็นสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมให้ผู้อยู่อาศัยเกิดความรู้สึกอยากริเริ่มสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ เกิดเป็นเป้าหมายในการดำรงชีวิต อันช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงวัยมองเห็นคุณค่าของตัวเอง ทำให้มีสุขภาพจิตดีส่งผลให้สุขภาพกายดียิ่งขึ้น

การส่งเสริมความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

พื้นที่ว่างระหว่างอาคารสองฝั่งได้รับการออกแบบให้เป็นพื้นที่ส่วนกลางที่เปิดโอกาสให้คนได้มาเจอกันและมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันท่ามกลางธรรมชาติที่ประกอบด้วยลำน้ำและพืชพรรณนานาชนิด โดยออกแบบพื้นที่ให้เหมาะกับการทำกิจกรรมที่หลากหลายตั้งแต่พื้นที่สำหรับการนั่งพักผ่อน พื้นที่สำหรับการออกกำลังกาย ไปจนถึงพื้นที่สำหรับกิจกรรมที่มีความซับซ้อนมากยิ่งขึ้น เช่น การปลูกพืชผักสวนครัว



ภาพที่ 5 ภาพผังโครงการที่พัฒนาในระยะแรก (บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)

การจัดสรรพื้นที่ส่วนกลางสำหรับทำกิจกรรมนี้ เปิดให้ผู้อาศัยเข้ามาใช้ประโยชน์ในรูปแบบต่าง ๆ โดยสมาชิกสามารถเลือกใช้พื้นที่ที่ตรงกับความต้องการของตัวเองได้ และสามารถเข้ามามีส่วนร่วมในการบริหารจัดการและดูแลรักษากิจกรรมที่เกิดขึ้น เช่น หากชื่นชอบการปลูกพืชผัก ก็สามารถเข้าไปใช้พื้นที่ปลูกพืชผักสวนครัวร่วมกับคนอื่นที่มีความสนใจร่วมกัน และช่วยกันวางแผนในการเพาะปลูกและดูแลรักษาพืชสวนครัว การทำกิจกรรมร่วมกันนี้จะทำให้คนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของพื้นที่และเกิดความผูกพันกับผู้อยู่อาศัยคนอื่นจนเกิดเป็นสังคมของการอยู่อาศัยที่มีความคุ้นเคยและสนิทสนมกัน เมื่อรู้สึกร่วมเป็นส่วนหนึ่งในพื้นที่ทุกคนจะช่วยกันดูแลพื้นที่และดูแลสมาชิก เกิดเป็นชุมชนแห่งการอยู่อาศัยที่ส่งเสริมสุขภาวะในมิติด้านสังคม



ภาพที่ 6 เส้นทางน้ำและพืชพรรณภายในโครงการที่ช่วยสร้างบรรยากาศธรรมชาติ (บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)

ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงกายภาพ

อาคารแต่ละหลังภายในโครงการถูกร้อยเรียงเข้าหากันด้วยทางน้ำและทางเดินเท้าที่มีความกว้างพอสำหรับรถเข็น ตลอดเส้นทางเดินมีราวจับและจุดนั่งพักทุก 30-50 เมตร และมีการเลือกใช้วัสดุปูพื้นที่มีผิวสัมผัสหยาบเพื่อป้องกันการลื่น และมีการออกแบบระบบแสงสว่าง ไฟส่องตามทางเดิน และพื้นที่ใช้งาน เพื่อความปลอดภัยในการใช้งานตอนกลางคืน พื้นที่ภูมิทัศน์บริเวณระหว่างอาคารมีการออกแบบเพื่อการใช้งานที่หลากหลาย ทั้งพื้นที่สำหรับการใช้งานเป็นกลุ่มและพื้นที่สำหรับใช้งานคนเดียว มีองค์ประกอบภูมิทัศน์รองรับ เพื่อให้ผู้อยู่อาศัยสามารถเลือกใช้พื้นที่ได้ตามความต้องการ



ภาพที่ 7 พื้นที่ภายในโครงการที่มีการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมเพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถใช้พื้นที่ได้อย่างปลอดภัย (บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)

บริเวณหน้าสถาบันสุขภาพจิตฉนวน เวลเนส มีการออกแบบให้เป็นสวนเพื่อการฟื้นฟู (Restorative Garden) มีพื้นที่สำหรับการทำกายภาพบำบัด ประกอบด้วยพื้นที่สำหรับการเดินทั้งในทางราบ ทางลาด และขั้นบันได มีการเลือกใช้วัสดุพื้นที่มีผิวสัมผัสแตกต่างกันในแต่ละบริเวณ รวมทั้งมีการใช้หินขนาดใหญ่มาเป็นวัสดุปูพื้นให้เป็นพื้นที่สำหรับการเดินเพื่อการนวดเท้า รวมทั้งมีการเลือกใช้พืชพรรณที่ช่วยกระตุ้นประสาทการรับรู้ (Sensory) มีการเลือกใช้พืชพรรณที่ต่อเนื่องตลอดแนวทางเดิน มีสีสัมผัสที่สอดคล้องกับความพึงพอใจของผู้สูงวัย (Wang & Rodiek, 2019) มีรูปทรงของใบที่หลากหลาย มีกลิ่นหอมอ่อน เพื่อกระตุ้นประสาทการรับรู้ (Diehl, 2017) ตัวอย่างพืชพรรณที่ใช้ เช่น บุนหาสำหรับกาหลง จำปี แก้ว ปีบ กระทิง ฯลฯ



ภาพที่ 8 พื้นที่สำหรับการทำกายภาพบำบัด (บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)



ภาพที่ 9 บรรยากาศพืชพรรณบริเวณสถาบันสุขภาพจิตฉิน เวลเนส (บริษัท ฉมา จำกัด, 2560)

6. บทสรุป

บทความนี้เป็นการศึกษาหลักการออกแบบพื้นที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อค้นหาแนวทางการออกแบบพื้นที่ภูมิทัศน์สำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย ผ่านกระบวนการการออกแบบพัฒนาพื้นที่โครงการจิตฉิน เวลเนส เคาน์ตี้ ร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ ผู้เกี่ยวข้องใกล้ชิดกับผู้สูงอายุและตัวผู้สูงอายุเอง แล้วนำข้อมูลที่ได้มาพัฒนาเป็นหลักการในการออกแบบและใช้เป็นแนวทางในการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมของโครงการ

การออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมที่พอกอาศัยจะช่วยส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุได้ ภายใต้แนวคิดการดูแลสุขภาพแบบบูรณาการ การออกแบบที่เหมาะสมจะช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุได้ออกมาใช้พื้นที่ภายนอกอาคารมากขึ้น ภูมิทัศน์ที่ดีจะช่วยเยียวยาและฟื้นฟูสุขภาพทั้งด้านร่างกาย และจิตใจของผู้อยู่อาศัย ผ่านมิติด้านกายภาพ มิติด้านสังคม และมิติด้านสิ่งแวดล้อม การออกแบบที่ตอบสนองต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุและให้ความสำคัญกับสุขภาพร่างกายไปพร้อมกับสุขภาพจิต จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความมั่นใจและมีความริเริ่มสร้างสรรค์สิ่งใหม่ อันส่งผลให้ผู้สูงอายุกลับมามองเห็นคุณค่าของตนเองมีเป้าหมายในการดำรงชีวิต และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข

งานออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมโครงการจิณณ์ เวลบีอิง เคาน์ตี้ ที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงวัย ได้ยึดหลักการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรม 3 ข้อ คือ ความเป็นอยู่ที่ดีเชิงกายภาพ (Physical Wellbeing) การส่งเสริมความรู้สึกร่วมเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (Sense of Community) และ ความยั่งยืนทางธรรมชาติ (Sustainable Nature) เมื่อศึกษาวิเคราะห์สภาพและบริบทพื้นที่โครงการจึงเกิดเป็นแนวความคิด “Community in the Ravine Forest”

7. ข้อเสนอแนะและการนำไปต่อยอด

การออกแบบงานภูมิทัศน์เป็นการเตรียมพื้นที่สำหรับกิจกรรมที่จะเกิดขึ้นในขณะเดียวกันก็ต้องมีความสอดคล้องกับบริบทและสภาพเดิมของพื้นที่เพื่อให้สามารถเตรียมพื้นที่ได้อย่างเหมาะสมกับการใช้งานและเกิดประโยชน์ในการใช้งาน โดยต้องมีการศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มคนที่เข้ามาใช้งานพื้นที่ และศึกษารูปแบบพฤติกรรมหรือการดำรงชีวิตที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มผู้ใช้งาน ซึ่งไม่เพียงแต่การศึกษาองค์ประกอบที่เอื้ออำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพของร่างกาย แต่ควรศึกษาข้อมูลไปจนถึงความต้องการทางด้านจิตใจของผู้สูงวัยด้วย ให้สามารถออกแบบพื้นที่และเลือกใช้อุปกรณ์ประกอบที่ช่วยให้เกิดบรรยากาศที่เหมาะสมต่อการดำรงชีวิตไปพร้อมกับช่วยดูแลรักษาจิตใจ

สำหรับการออกแบบภูมิสถาปัตยกรรมที่พกอาศัยสำหรับผู้สูงวัย จิณณ์ เวลบีอิง เคาน์ตี้ ยังมีข้อควรปรับปรุงในเรื่องของการเก็บรวบรวมข้อมูล ทำให้ไม่เกิดเป็นฐานข้อมูลที่สามารถใช้อ้างอิงได้อย่างชัดเจนและแม่นยำสำหรับการนำไปต่อยอด ในการศึกษาหลักการออกแบบและเสนอแนวทางการออกแบบงานภูมิสถาปัตยกรรมจึงควรมีการเก็บข้อมูลที่รัดกุมและรอบด้าน รวบรวมเป็นข้อมูลอ้างอิง แล้วสรุปออกมาเป็นแนวทางในการออกแบบ เพื่อให้สะดวกต่อการนำไปใช้ในการออกแบบพื้นที่อื่น หรือนำไปทดลองซ้ำเพื่อพิสูจน์แนวทางการออกแบบให้มีความแม่นยำและเหมาะสมมากยิ่งขึ้น ตลอดจนการติดตามผลการใช้งานภายในพื้นที่จริง เพื่อประเมินและสรุปผลการใช้งานพื้นที่

8. เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

- กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติประจำประเทศไทย. (2558). *รายงานสถานการณ์ประชากรไทย พ.ศ. 2558 โฉมหน้าครอบครัวไทย ยุคเกิดน้อย อายุยืน*. กรุงเทพฯ: the United Nations Population Fund Thailand and the Office of the National Economic and Social Development Board.
- โครงการศูนย์บริการข้อมูลภาครัฐเพื่อประชาชน. (2563). *โครงการขยายอายุเกษียณ 63 ปี*. สืบค้นจาก <http://www.gcc.go.th/webgcc/?p=2346#:~:text=คณะกรรมการปฏิรูปประเทศด้าน,เกษียณอายุราชการที่ 63 ปี>
- จิณณ์ เวลบีอิง เคาน์ตี้. (2563). *เมืองแห่งการดูแลผู้สูงวัย*. สืบค้นจาก <https://www.jinwellbeing.com/>
- วันทนี นวลละออง. (2553). *ความต้องการความรู้ ทักษะ และบริการสำหรับผู้ป่วยสูงอายุที่บ้าน : กรณีศึกษาญาติผู้ดูแลผู้ป่วยสูงอายุที่เข้ารับการรักษาในหอผู้ป่วยในโรงพยาบาลราชวิถี*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2561). *สถิติบอกระไร ผู้สูงวัยปัจจุบันและอนาคต*. สืบค้นจาก http://www.nso.go.th/sites/2014/Pages/Press_Release/2561/N10-04-61-1.aspx#:~:text=ผลจากการสำรวจประชากร,อายุ 60-69 ปี

ภาษาอังกฤษ

- Chao, T.-W., Chai, C.-W., & Juan, Y.-K. (2014). Landscape design for outdoor leisure spaces at nursing homes: A case study of Taiwan Suang-Lien Elderly Centre. *Journal of Food, Agriculture and Environment*, 12(2), 1036-1044.
- Diehl, E. (2017). Do All Gardens Heal the Same ?. *City Green*, 14, 68-76.
- Gardner, A. H. (2004). *Exploring Psychological Sense of Community in Living-Learning Programs*. 108.
- Hoeger, W. W. K., & Hoeger, S. A. (2005). Lifetime Physical Fitness & Wellnes; a personalized program. In *Xtemp-01*.
- Marques, B., McIntosh, J., & Kershaw, C. (2019). Healing spaces: Improving health and wellbeing for the elderly through therapeutic landscape design. *International Journal of Arts and Humanities*, 3(2), 20-34. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/331638162_Healing_spaces_improving_health_and_wellbeing_for_the_elderly_through_therapeutic_landscape_design
- The Economist Intelligence Unit. (2019). *The disappearing workforce ? Why countries in Southeast Asia need to think about fertility rates before it's too late*.
- United Nations. (2019). World Population Ageing 2019. In *Economic and Social Affairs, Population Division*. Retrieved from http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-007-5204-7_6
- Velarde, M. D., Fry, G., & Tveit, M. S. (2017). Health Effects of Viewing Landscapes – Landscape Types in Environmental Psychology. *Urban Forestry & Urban Greening*, 199-212.
- Wang, X., & Rodiek, S. (2019). Older adults' preference for landscape features along urban park walkways in Nanjing, China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(20). <https://doi.org/10.3390/ijerph16203808>
- Wen, C., Albert, C., & Haaren, C. Von. (2018). The Elderly in Green Spaces: Exploring requirements and preferences concerning nature-based recreation. *Sustainable Cities and Society*, 38, 582-593.