

สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร : กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนนทบุรี



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาเคหพัฒนศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาที่อยู่อาศัยและอสังหาริมทรัพย์ ภาควิชาเคหการ

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2563

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

LIVING CONDITIONS FOR ELDERLY PEOPLE ON HOUSING ESTATES : A CASE STUDY OF
NANTAWAN HOUSING ESTATE



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Housing Development in Housing and Real Estate

Development

Department of Housing

FACULTY OF ARCHITECTURE

Chulalongkorn University

Academic Year 2020

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร :
	กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนนทวิน
โดย	นายทศพร มงคลนิมิตร
สาขาวิชา	การพัฒนาที่อยู่อาศัยและอสังหาริมทรัพย์
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	รองศาสตราจารย์ไตรรัตน์ จารุทัศน์

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วน
หนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาเอกพัฒนศาสตร์มหาบัณฑิต

	คณบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
	(รองศาสตราจารย์ ดร.ปิ่นรัชฎ์ กาญจนะจิติ)	
คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์	ประธานกรรมการ
	(ศาสตราจารย์จามรี จุฬกะรัตน์)	
	อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
	(รองศาสตราจารย์ไตรรัตน์ จารุทัศน์)	
	กรรมการ
	(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รักชนก คชานุกาล)	
	กรรมการ
	(อาจารย์ ดร.พัศพันธ์ ชาญวสุนันท์)	
	กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
	(รองศาสตราจารย์ ดร.ฉวีวรรณ เต๋นไพบูลย์)	

ทศพร มงคลนิมิตร : สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร :
กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนนทวัน. (LIVING CONDITIONS FOR ELDERLY
PEOPLE ON HOUSING ESTATES : A CASE STUDY OF NANTAWAN HOUSING
ESTATE) อ.ที่ปรึกษาหลัก : รศ.ไตรรัตน์ จารุทัศน์

เนื่องด้วยโครงสร้างประชากรผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และงานวิจัยในผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุในชุมชน หรือผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อย งานวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาสภาพประชากร สังคม เศรษฐกิจและพฤติกรรมของการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการ หมู่บ้านจัดสรรราคาสูง โดยเลือกกรณีศึกษาเป็นโครงการหมู่บ้านนนทวันจำนวน 3 โครงการ รวมถึงวิเคราะห์พฤติกรรมการใช้งาน ปัญหา และความต้องการด้านที่อยู่อาศัย กิจกรรม และพื้นที่ ส่วนกลางภายในโครงการ เพื่อเสนอแนะแนวทางการออกแบบและแนวทางปรับปรุงพื้นที่ดังกล่าว ให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยวิจัยข้อมูลจากการสัมภาษณ์และการสำรวจพื้นที่ด้านที่อยู่ อาศัย อาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลาง ซึ่งพบว่า ด้านพฤติกรรมคือ ผู้สูงอายุใช้เวลาภายในบ้านกับ กิจกรรมดูทีวีมากเกินไป ขาดกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพใจให้สดใสแข็งแรง ด้านที่อยู่อาศัย มีพื้นที่บางส่วนที่ไม่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่ ห้องน้ำมีขนาดเล็กเกินไป ลาน ซักล้างมีระดับต่างจากพื้นที่ภายในบ้าน ด้านอาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลางในโครงการมีอุปสรรค ต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ ได้แก่ ตำแหน่งอาคารสโมสรที่อยู่ไกล ขาดทางลาดเพื่อใช้ในการเข้าถึง พื้นที่กิจกรรม จุดนั่งพักในส่วนหรือริมทางเดินมีจำนวนน้อยเกินไป จึงเสนอแนะแนวทางการ ออกแบบและปรับปรุง ได้แก่ การเพิ่มกิจกรรมตามหลักทฤษฎีกิจกรรม เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีกลุ่ม สังคมแลกเปลี่ยนความสนใจกับผู้อื่น กระตุ้นให้ร่างกายสดชื่นด้วยการเคลื่อนไหวจากกิจกรรมต่างๆ และจัดเตรียมที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมต่อสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุตามแนวคิดการออกแบบ เพื่อทุกคน เช่น ขยายห้องน้ำให้มีขนาดใหญ่ขึ้นและติดตั้งอุปกรณ์ที่จำเป็น เช่น ราวจับ ทำทางลาด เข้าสู่ที่พักอาศัยและพื้นที่ส่วนกลางที่ผู้สูงอายุใช้งานเป็นประจำ หรือการวางแนวทางการจัดวางสิ่ง อำนวยความสะดวกที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุกรณีออกแบบโครงการใหม่ เช่น การกำหนดแนว ทางการวางตำแหน่งอาคารสโมสรให้อยู่กลางพื้นที่เพื่อให้ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ในระยะที่สะดวก สาขาวิชา การพัฒนาที่อยู่อาศัยและ ลายมือชื่อนิสิต
อสังหาริมทรัพย์

ปีการศึกษา 2563 ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

6272006125 : MAJOR HOUSING AND REAL ESTATE DEVELOPMENT

KEYWORD: Elderly, Housing, Environment, External and internal areas

Tossaporn Mongkolnimit : LIVING CONDITIONS FOR ELDERLY PEOPLE ON HOUSING ESTATES :
A CASE STUDY OF NANTAWAN HOUSING ESTATE. Advisor: Assoc. Prof. TRIRAT JARUTACH

Due to the continued expansion of the elderly population, most research on the elderly is related to the elderly in the community or elderly people on low incomes. Therefore, this research aims to study the population, social and economic conditions, and living habits of the elderly in high-priced housing projects. The case study was selected from three Nantawan village projects, including analyzing usage habits, problems, needs of housing, activities, and common areas within the project to suggest design guidelines for improving the area. The data was based on interviews, including surveys of residential areas, the club building, and common areas. It has been found that the elderly population spend too much time in their homes watching television with a lack of activities that promote mental and physical health to enable individuals to be mentally and physically strong. For the residential living area, there are some areas that are not suitable for the elderly, such as the bathroom, which is too small, and the laundry area, which has different levels from the area inside of the house. There are obstacles for the elderly with the club building and common areas too, such as the location of the club building is too far and there are a lack of ramps to access the activity area. There are also too few spots to sit in the garden or by the sidewalk. Therefore, design and improvement guidelines are suggested, including adding recreational activities and learning activities in the club or park area according to the Activity Theory, so that the elderly can have groups to socialise with. This paper recommends stimulating elderly people with movement from physical activities and providing housing suitable for elderly living conditions according to the concept of design for everyone (Universal Design), such as expanding the bathroom to a larger size and installing the necessary equipment such as handrails. In addition, it is recommended that ramps are made into the houses and common areas that the elderly use regularly or suitable environments and facilities guidelines are provided in the case of a new project design, such as setting the club location to be in the middle of the project area so that everyone can access it within easy reach.

Field of Study: Housing and Real Estate Student's Signature

Development

Academic Year: 2020 Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลือจาก รองศาสตราจารย์ ไตรรัตน์ จารุทัศน์ อาจารย์ที่ปรึกษา ที่กรุณาให้คำแนะนำ ให้ความช่วยเหลือและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ รวมถึงตรวจสอบข้อบกพร่องต่างๆตลอดระยะเวลาการทำวิทยานิพนธ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง มา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ศาสตราจารย์จามรี จุฬกะรัตน์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รักชนก คชานุกูล อาจารย์ ดร. พศพันธ์ ชาญวสุพันธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร. ฉวีวรรณ เด่นไพบูลย์ ที่กรุณาสละเวลามาให้ความรู้และข้อเสนอแนะเพิ่มเติม เพื่อให้วิทยานิพนธ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ของบริษัท แลนด์ แอน เฮาส์ ฝ่ายออกแบบ ฝ่ายบริการ และฝ่ายกลุ่มโครงการนันทวัน ขอบคุณพี่ลูกตาล พี่จ้อยซ์ พี่อ้อ น้องเฟิร์น พี่นะ น้องเบนซ์ น้องมิก และพี่ๆน้องๆอีกหลายท่านที่ไม่ได้เอ่ยนาม ที่ได้ช่วยเหลือในการประสานงานกลุ่มผู้สูงอายุในโครงการนันทวัน ตลอดจนให้ข้อมูลอันเป็นประโยชน์ในการวิจัยจนเสร็จสิ้นงานวิจัย

ขอขอบคุณผู้สูงอายุในโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ ที่สละเวลาให้สัมภาษณ์และให้การต้อนรับ ให้เก็บข้อมูลส่วนตัวถึงภายในบ้าน

ขอขอบคุณ เจ้าหน้าที่ในภาควิชาเคหการ เพื่อนนิสิตในภาควิชาทุกท่าน บุคลากรในหน่วยวิจัยผู้สูงอายุฯ รวมถึง ขอขอบคุณเพื่อนนิสิตร่วมอาจารย์ที่ปรึกษาที่ช่วยเป็นกำลังใจให้กัน รุ่นพี่ น้องบุศ น้องพิช ที่ช่วยเหลือและสนับสนุนแนวทางในการทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้

ท้ายที่สุด ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณมารดาผู้ให้กำเนิด ขอขอบคุณครอบครัวและนางสาวภัตติรา ที่เข้าใจและเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยเสมอมา ซึ่งประโยชน์อันเกิดจากงานวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอมอบแต่ทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ทศพร มงคลนิมิตร

สารบัญ

	หน้า
.....	ค
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ง
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ข
สารบัญรูปภาพ.....	xiii
สารบัญแผนภูมิ.....	xvii
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย.....	3
1.3 คำถามในงานวิจัย.....	10
1.4 วัตถุประสงค์.....	10
1.5 ขอบเขตงานวิจัย.....	11
ขอบเขตด้านเนื้อหา.....	11
ขอบเขตด้านพื้นที่.....	11
ขอบเขตด้านประชากรกลุ่มเป้าหมาย.....	14
1.6 ข้อตกลงเบื้องต้น.....	14
1.7 นิยามคำศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา.....	15
1.8 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	15

บทที่ 2	16
แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	16
2.1 แนวคิดและทฤษฎี.....	16
2.1.1. แนวคิดการแบ่งช่วงวัยของผู้สูงอายุ	17
2.1.2 แนวคิดการให้ผู้สูงอายุอาศัยในที่เดิม (Aging in place).....	18
2.1.3. ความจำกัดของผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม.....	19
2.1.4. ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)	20
2.1.5. แนวคิดถนนเพื่อชีวิต(Street for life).....	22
2.1.6. เมื่อนำอยู่ผู้สูงวัย (Age-Friendly Cities).....	24
2.1.7. การออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design).....	28
2.1.8. แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ	29
2.1.9. กฎกระทรวงกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวก ในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และ คนชรา (ฉบับที่2) พ.ศ. 2564	39
บทที่ 3	43
วิธีดำเนินการวิจัย.....	43
3.1 กรอบแนวคิดงานวิจัย.....	43
3.2 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย	44
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยและการสำรวจข้อมูล	46
3.4 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	46
3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล	49
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล	49
3.7 การสรุปผลและข้อเสนอแนะ	49
บทที่ 4	51
ข้อมูลสภาพทั่วไปของพื้นที่ศึกษา	51

4.1 ลักษณะทางด้านภูมิศาสตร์ของพื้นที่ศึกษา	51
4.1.1 ลักษณะทางภูมิประเทศ โครงการนันทวันบางนา-กม.7	51
4.1.2 ลักษณะทางภูมิประเทศ โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50	52
4.1.3 ลักษณะทางภูมิประเทศ โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	53
4.2 ลักษณะทางด้านภูมิอากาศของพื้นที่ศึกษา	54
4.2.1 ลักษณะทางภูมิอากาศ โครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	54
4.2.2 ลักษณะทางภูมิอากาศ โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50และนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	54
4.3 ลักษณะทางด้านสังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุของพื้นที่ศึกษา.....	56
4.3.1 ลักษณะทางด้านประชากร.....	56
4.3.2 ลักษณะทางด้านสังคม	56
4.3.3 ลักษณะทางด้านเศรษฐกิจ	56
4.4 ลักษณะทางด้านที่อยู่อาศัยของพื้นที่ศึกษา.....	57
4.4.1 โครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	57
ข้อมูลจากการสำรวจลักษณะของบ้านและพื้นที่ส่วนกลางโครงการนันทวันบางนา-กม.7	65
4.4.2 โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50.....	72
ข้อมูลจากการสำรวจลักษณะของบ้านและพื้นที่ส่วนกลางโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50	77
4.4.3 โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	84
ข้อมูลจากการสำรวจลักษณะของบ้านและพื้นที่ส่วนกลางโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ ..	91
บทที่ 5	98
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	98
5.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ขั้นที่ 1.....	99
5.1.1 ข้อมูลด้านสังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ	99

5.1.2 ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมกรอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	109
5.1.3 ข้อมูลด้านพฤติกรรมกรใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ	120
5.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกขั้นที่ 3.....	129
5.2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุหมู่บ้านนันทวัน บางนา-กม.7	130
5.2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุหมู่บ้านนันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	139
5.2.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุหมู่บ้านนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50	148
5.3 สรุปปัญหา ความต้องการ และแนวทางการออกแบบปรับปรุงในอนาคต.....	157
5.3.1 ปัญหาและความต้องการ ด้านที่อยู่อาศัย อาคารสโมสร ทางสัญจรและสวนส่วนกลางภายในโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ	157
5.4 แนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย	165
5.4.3 แนวทางการออกแบบและปรับปรุงอาคารสโมสรและพื้นที่สวนส่วนกลาง	170
บทที่ 6	179
บทสรุปและข้อเสนอแนะ	179
6.1 สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์	179
6.2 เปรียบเทียบผลการวิจัยกับทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	181
6.3 แนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคารสโมสรและพื้นที่สวนกลาง ให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้ใช้งานทุกสถานะทุกวัย.....	186
6.4 ข้อค้นพบที่ได้จากงานวิจัย	190
6.5 ข้อเสนอแนะ	197
บรรณานุกรม	198
ภาคผนวก	200
ประวัติผู้เขียน	212

สารบัญตาราง

ตารางที่ 1 จำนวนผู้สูงอายุในโครงการต่างๆจากการสำรวจของฝ่ายบริการ บริษัทแลนด์ แอน เอ๊าส์10	
ตารางที่ 2 แนวคิดที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย	16
ตารางที่ 3 แสดงความจำกัดของสภาพร่างกายผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม	19
ตารางที่ 4 แสดงวัตถุประสงค์ของวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องข้องเปรียบเทียบกับหัวข้อวิทยานิพนธ์ที่นิสิตสนใจ	41
ตารางที่ 5 แสดงประเด็นศึกษาของวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องข้องเปรียบเทียบกับหัวข้อวิทยานิพนธ์ที่นิสิตสนใจ	42
ตารางที่ 6 แสดงการกำหนดตัวแปรหลัก ตัวแปรรอง ที่เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์ในงานวิจัย	43
ตารางที่ 7 แสดงประชากรและกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุโดยใช้การเลือกสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ	48
ตารางที่ 8 แสดงกลุ่มตัวอย่างประชากรในแต่ละชั้นตอน(คน)	48
ตารางที่ 9 จำนวนผู้สูงอายุในหมู่บ้านนั้นวันทั้ง 3 โครงการ	56
ตารางที่ 10 แสดงเพศและช่วงอายุของผู้สูงอายุ (n=21)	99
ตารางที่ 11 แสดงสถานภาพของผู้สูงอายุ (n=21)	100
ตารางที่ 12 แสดงระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ (n=21)	101
ตารางที่ 13 แสดงจำนวนบ้านของผู้สูงอายุที่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วย (n=21)	102
ตารางที่ 14 แสดงอาชีพเดิมและอาชีพปัจจุบันของผู้สูงอายุ (n=21)	102
ตารางที่ 15 แสดงรายได้ครัวเรือนต่อเดือนของผู้สูงอายุ (n=21)	103
ตารางที่ 16 แสดงที่มารายได้ของผู้สูงอายุ (n=21)	104
ตารางที่ 17 แสดงลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ(n=21)	105
ตารางที่ 18 แสดงโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ(n=21)	106
ตารางที่ 19 แสดงปัญหาการทำงานของร่างกายของผู้สูงอายุ (n=21)	107
ตารางที่ 20 แสดงอุบัติเหตุในรอบ 2 ปีของผู้สูงอายุ (n=21)	107

ตารางที่ 21 แสดงสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ (n=21).....	108
ตารางที่ 22 แสดงผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อเกิดการเจ็บป่วย (n=21).....	109
ตารางที่ 23 แสดงจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านของผู้สูงอายุ (n=21).....	110
ตารางที่ 24 แสดงว่าปัจจุบันผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้นใด (n=21).....	110
ตารางที่ 25 แสดงเหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน (n=15)	111
ตารางที่ 26 แสดงกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุ (n=21).....	112
ตารางที่ 27 แสดงเวลาที่ผู้สูงอายุใช้ทำกิจกรรมในพื้นที่ต่างๆในกิจวัตรประจำวัน (n=21).....	113
ตารางที่ 28 แสดงเวลาที่ใช้ดูทีวีใน 1 วันของผู้สูงอายุ (n=21).....	114
ตารางที่ 29 แสดงเวลาที่ใช้นอนหลับใน 1 วันของผู้สูงอายุ (n=21).....	114
ตารางที่ 30 แสดงการงีบหลับในช่วงบ่ายของผู้สูงอายุ (n=21).....	114
ตารางที่ 31 แสดงช่วงเวลาที่ผู้สูงอายุเริ่มงีบหลับใน 1 วัน (n=13).....	115
ตารางที่ 32 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายช่วงเช้าและเย็น (n=19).....	115
ตารางที่ 33 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน (n=21)	115
ตารางที่ 34 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกไปทำกิจกรรมนอกโครงการเป็นประจำ (n=21).....	115
ตารางที่ 35 แสดงกิจกรรมที่ผู้สูงอายุทำนอกโครงการ (n=9)(1 คนทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม).....	116
ตารางที่ 36 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย (n=21).....	117
ตารางที่ 37 แสดงลักษณะการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ (n=19 1 คนทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม).....	117
ตารางที่ 38 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการอยู่อาศัย (n=21).....	118
ตารางที่ 39 แสดงลักษณะปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุ	119
ตารางที่ 40 แสดงรูปแบบการเข้าถึงพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ (n=19)	120
ตารางที่ 41 แสดงรูปแบบการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21).....	120
ตารางที่ 42 แสดงความถี่ในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8).....	121
ตารางที่ 43 แสดงกิจกรรมในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8)(1 คน ทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม).....	122

ตารางที่ 44 แสดงปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21).....	122
ตารางที่ 45 แสดงการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21).....	123
ตารางที่ 46 แสดงความถี่ในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15).....	124
ตารางที่ 47 แสดงกิจกรรมในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15).....	124
ตารางที่ 48 แสดงปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21).....	125
ตารางที่ 49 แสดงความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ(n=21)	126
ตารางที่ 50 แสดงรูปแบบการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)	127
ตารางที่ 51 แสดงความถี่ในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11)	127
ตารางที่ 52 แสดงกิจกรรมในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11).....	128
ตารางที่ 53 แสดงข้อมูลของจำนวนกรณีศึกษาบ้านทั้ง 9 หลัง	129
ตารางที่ 54 แสดงกิจวัตรประจำวันและพื้นที่ที่ใช้งานใน 1 วันของผู้สูงอายุทั้ง 9 กรณีศึกษา.....	157
ตารางที่ 55 รายการตรวจสอบที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อผู้สูงอายุในหมู่บ้านนนทวัน.....	158
ตารางที่ 56 สรุปปัญหาด้านที่อยู่อาศัยจากการสำรวจและสัมภาษณ์.....	159
ตารางที่ 57 แสดงปัญหาและกายภาพที่ไม่เหมาะสมต่อการใช้งานอาคารสโมสร ที่ได้จากการสำรวจ และสัมภาษณ์.....	160
ตารางที่ 58 แสดงปัญหาการใช้งานด้านทางสัญจรและพื้นที่ส่วนกลางที่ได้จากการสัมภาษณ์และ การสำรวจ.....	163
ตารางที่ 59 แสดงแนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย.....	165
ตารางที่ 60 แสดงแนวทางการออกแบบและปรับปรุงด้านอาคารสโมสร.....	170
ตารางที่ 61 แสดงแนวทางการออกแบบและปรับปรุงด้านพื้นที่ภายนอก	176
ตารางที่ 62 แสดงกิจกรรมที่ทำในรอบวันของบ้านผู้สูงอายุทั้ง 9 กรณีศึกษาในเขตพื้นที่เทศบาลเมือง บึงยี่โถ.....	191
ตารางที่ 63 แสดงกิจกรรมที่ทำในรอบวันของบ้านผู้สูงอายุทั้ง 9 กรณีศึกษาของหมู่บ้านนนทวันทั้ง 3 โครงการ.....	191

สารบัญรูปภาพ

ภาพที่ 1 พีรามิดของประชากรโลก แสดงโครงสร้างของประชากรโลก ในช่วงพ.ศ.2558 – พ.ศ.25931	
ภาพที่ 2 จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วโลก ในช่วงพ.ศ.2558.....	2
ภาพที่ 3 จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วโลก ในช่วงพ.ศ.2593.....	2
ภาพที่ 4 อัตราส่วนการเปลี่ยนแปลงจำนวนประชากรของผู้สูงอายุในไทย ตั้งแต่ช่วงสังคมสูงวัยถึงสังคมสูงวัยระดับสุดยอด.....	3
ภาพที่ 5 ข้อมูลพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ พ.ศ.2561 [4]	4
ภาพที่ 6 โครงการบ้านหรรษาต่างๆในพื้นที่กรุงเทพมหานครปี พ.ศ. 2561	5
ภาพที่ 7 แพลนบ้าน BAAN SANSIRI 4 โครงการบ้านแสนสิริ พัฒนาการ(ราคาเริ่มต้น 95 ล้านบาท) 6	
ภาพที่ 8 แพลนบ้าน HALLSTATT โครงการบางกอกบุญเลอวาร์ดซิกเนเจอร์ ลาดพร้าว-เสรีไทย6	
ภาพที่ 9 แพลนบ้าน Grandiose โครงการนนทบุรี รามอินทรา-พหลโยธิน 50 (ราคาเริ่มต้น 27.5 ล้านบาท)	6
ภาพที่ 10 10 บริษัทพัฒนาอสังหาริมทรัพย์ ที่มีรายได้มากที่สุดในปี 2562	7
ภาพที่ 11 โครงการบ้านเดี่ยวของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์	8
ภาพที่ 12 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนนทบุรีทั้ง 3 โครงการ	12
ภาพที่ 13 พัฒนาการด้านพื้นที่ใช้สอยชั้นล่างของบ้านนนทบุรีตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน	12
ภาพที่ 14 ผังโครงการนนทบุรีทั้ง 3 โครงการ	13
ภาพที่ 15 ขอบเขตและพื้นที่ที่จะเก็บข้อมูล	13
ภาพที่ 16 รูปแบบบ้านในโครงการนนทบุรีทั้ง 3 โครงการ.....	14
ภาพที่ 17 แสดงระยะทางโดยการเดินไปยังสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ	24
ภาพที่ 18 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนนทบุรีทั้ง 3 โครงการ	51
ภาพที่ 19 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนนทบุรีบางนา-กม.7	52
ภาพที่ 20 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนนทบุรีรามอินทรา-พหลโยธิน 50	53
ภาพที่ 21 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนนทบุรีปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	54

ภาพที่ 22 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันบางนา-กม.7	57
ภาพที่ 23 ลักษณะถนนหน้าโครงการและทางเข้าโครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	58
ภาพที่ 24 รูปแบบบ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	62
ภาพที่ 25 ผังโครงการนันทวันบางนา-กม.7	63
ภาพที่ 26 บรรยากาศสวนส่วนกลางและอาคารสโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	64
ภาพที่ 27 ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7	66
ภาพที่ 28 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	68
ภาพที่ 29 ลักษณะของสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันบางนา-กม.7.....	70
ภาพที่ 30 ลักษณะของทางสัญจรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7	71
ภาพที่ 31 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50	72
ภาพที่ 32 บรรยากาศถนนหน้าโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50	72
ภาพที่ 33 บรรยากาศทางเข้าโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50.....	73
ภาพที่ 34 รูปแบบบ้านเดี่ยวในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50.....	75
ภาพที่ 35 ผังโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50	75
ภาพที่ 36 บรรยากาศสวนส่วนกลางและอาคารสโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50	76
ภาพที่ 37 ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50.....	78
ภาพที่ 38 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50	80
ภาพที่ 39 ลักษณะของสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50	82
ภาพที่ 40 ลักษณะของทางสัญจรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50.....	83
ภาพที่ 41 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	84
ภาพที่ 42 บรรยากาศบริเวณทางเข้าโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	84
ภาพที่ 43 รูปแบบบ้านเดี่ยวในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	88
ภาพที่ 44 ผังโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	89

ภาพที่ 45 บรรยากาศสวนส่วนกลางและอาคารสโมสรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	89
ภาพที่ 46 บรรยากาศสวนส่วนกลางและทางสัญจรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	90
ภาพที่ 47 ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	92
ภาพที่ 48 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	94
ภาพที่ 49 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	96
ภาพที่ 50 ลักษณะของทางสัญจรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์.....	97
ภาพที่ 51 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 1.....	130
ภาพที่ 52 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2.....	132
ภาพที่ 53 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2.....	133
ภาพที่ 54 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2.....	135
ภาพที่ 55 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 3.....	136
ภาพที่ 56 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 3.....	138
ภาพที่ 57 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4.....	139
ภาพที่ 58 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4.....	141
ภาพที่ 59 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 5.....	142
ภาพที่ 60 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4.....	144
ภาพที่ 61 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 6.....	145
ภาพที่ 62 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 6.....	147
ภาพที่ 63 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 7.....	148
ภาพที่ 64 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 7.....	150
ภาพที่ 65 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 8.....	151
ภาพที่ 66 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 8.....	153
ภาพที่ 67 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 9.....	154
ภาพที่ 68 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 9.....	156

ภาพที่ 69 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ.....	184
ภาพที่ 70 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะบริเวณโครงการนันทวัน บางนา-กม.7	184
ภาพที่ 71 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะบริเวณโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราช พฤกษ์.....	185
ภาพที่ 72 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะบริเวณโครงการนันทวัน รามอินทรา- พหลโยธิน 50.....	185
ภาพที่ 73 (รูปซ้าย)แสดงการเตรียมทางลาดและการจัดพื้นที่ภายในบ้านให้เหมาะสมต่อการใช้งาน ผู้สูงอายุ.....	187
ภาพที่ 74 ผังแสดงแนวทางการปรับปรุงสวนสาธารณะโดยการเพิ่มจุดนั่งพักผ่อนสำหรับผู้สูงอายุตามแนวคิด ถนนเพื่อชีวิต.....	188
ภาพที่ 75 ผังแสดงทางสัญจรรูปแบบต่างๆในโครงการนันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50	189
ภาพที่ 76 รูปตัดแสดงแนวคิดการออกแบบทางสัญจร กรณีโครงการใหม่ ให้เหมาะสมและปลอดภัย ต่อคนทุกสถานะและทุกวัยในโครงการนันทวัน	189
ภาพที่ 77 แสดงขนาดห้องนอนชั้นบนและห้องนอนชั้นล่าง.....	192
ภาพที่ 78 แสดงขนาดพื้นที่ทางเดินและพื้นที่การใช้งานชั้นล่างของบ้านในโครงการนันทวัน	193
ภาพที่ 79 แสดงลักษณะห้องนอนชั้นล่างของบ้านในโครงการนันทวัน	193
ภาพที่ 80 แสดงตำแหน่งของอาคารสโมสรที่สะดวกต่อการเข้าถึงและไม่สะดวกต่อการเข้าถึง	194
ภาพที่ 81 แสดงบริเวณที่ผู้สูงอายุมักประสบอุบัติเหตุเกิดการหกล้มบ่อย.....	195
ภาพที่ 82 แสดงองค์ประกอบหรือสิ่งอำนวยความสะดวกที่ตอบโจทย์ความต้องการของผู้สูงอายุ..	196
ภาพที่ 83 แสดงการต่อเติมสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านของผู้สูงอายุ.....	196

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่ 1 อัตราการเสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้มของประชากรไทยเปรียบเทียบระหว่างรวมทุกกลุ่มอายุและ กลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป ต่อประชากรแสนคน ปี พ.ศ. 2549 - 2558 [5].....	4
แผนภูมิที่ 2 แสดงจำนวนประชากรผู้สูงอายุผู้ให้สัมภาษณ์ในหมู่บ้านนั้นวันทั้ง 3 โครงการ.....	99
แผนภูมิที่ 3 เพศของผู้สูงอายุ	100
แผนภูมิที่ 4 ช่วงอายุของผู้สูงอายุ.....	100
แผนภูมิที่ 5 ช่วงอายุของผู้สูงอายุ.....	101
แผนภูมิที่ 6 ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ (n=21).....	101
แผนภูมิที่ 7 แสดงจำนวนบ้านของผู้สูงอายุที่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วย (n=21).....	102
แผนภูมิที่ 8 แสดงอาชีพเดิมและอาชีพปัจจุบันของผู้สูงอายุ (n=21)	103
แผนภูมิที่ 9 แสดงรายได้ครัวเรือนของผู้สูงอายุ (n=21).....	104
แผนภูมิที่ 10 แสดงที่มารายได้ของผู้สูงอายุ (n=21).....	105
แผนภูมิที่ 11 แสดงลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ.....	105
แผนภูมิที่ 12 โรคประจำตัวของผู้สูงอายุ	106
แผนภูมิที่ 13 แสดงปัญหาการทำงานร่างกายของผู้สูงอายุ (n=21).....	107
แผนภูมิที่ 14 แสดงอุบัติเหตุในรอบ 2 ปีของผู้สูงอายุ (n=21).....	108
แผนภูมิที่ 15 แสดงสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ (n=21).....	108
แผนภูมิที่ 16 แสดงผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อเกิดการเจ็บป่วย (n=21).....	109
แผนภูมิที่ 17 แสดงจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านของผู้สูงอายุ (n=21)	110
แผนภูมิที่ 18 แสดงว่าปัจจุบันผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้นใด (n=21).....	111
แผนภูมิที่ 19 แสดงเหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน (n=15).....	111
แผนภูมิที่ 20 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย (n=21)	117
แผนภูมิที่ 21 ลักษณะการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ (n=19).....	118
แผนภูมิที่ 22 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการอยู่อาศัย (n=21).....	118

แผนภูมิที่ 23	แสดงลักษณะปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุ.....	119
แผนภูมิที่ 24	แสดงรูปแบบการเข้าถึงพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ (n=17).....	120
แผนภูมิที่ 25	แสดงรูปแบบการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21).....	121
แผนภูมิที่ 26	แสดงความถี่ในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8).....	121
แผนภูมิที่ 27	แสดงกิจกรรมในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8)	122
แผนภูมิที่ 28	แสดงปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21)	123
แผนภูมิที่ 29	แสดงการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)	123
แผนภูมิที่ 30	แสดงความถี่ในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15).....	124
แผนภูมิที่ 31	แสดงกิจกรรมในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15).....	125
แผนภูมิที่ 32	แสดงปัญหาในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21).....	125
แผนภูมิที่ 33	แสดงความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ(n=21).....	126
แผนภูมิที่ 34	แสดงรูปแบบการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21).....	127
แผนภูมิที่ 35	แสดงความถี่ในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11).....	128
แผนภูมิที่ 36	แสดงกิจกรรมในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11).....	128

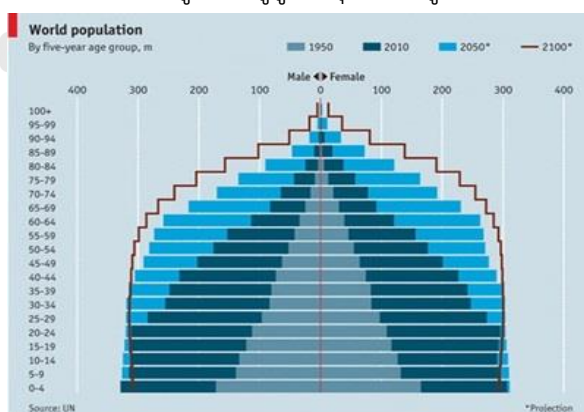
บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

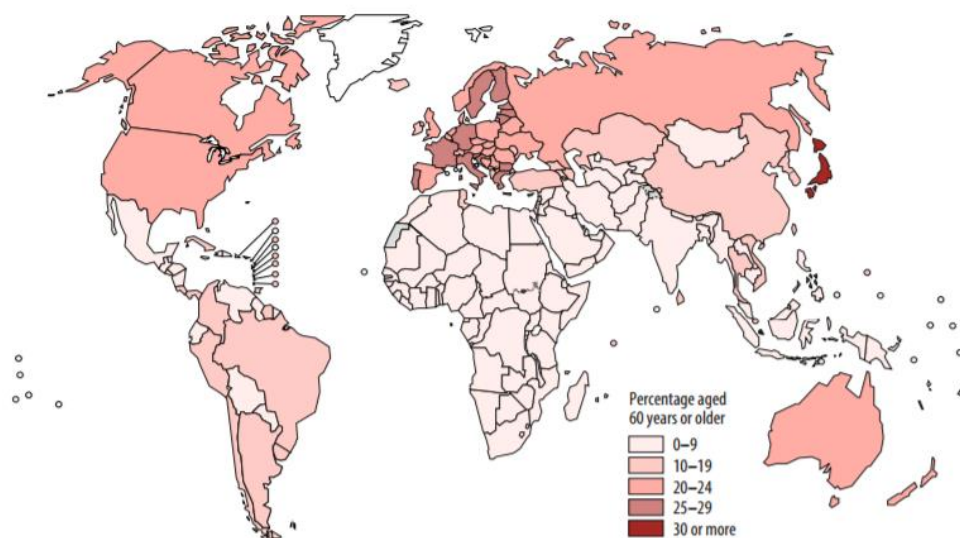
ข้อมูลขององค์การสหประชาชาติ (United Nations)¹ คาดการณ์ว่าปีค.ศ. 2050 จำนวนผู้สูงอายุจะเพิ่มขึ้น 2 เท่าตัวจากปัจจุบัน โดยมีจำนวนกว่า 2,000 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 21 ของประชากรโลก องค์การสหประชาชาติได้นิยามผู้สูงอายุ หมายถึงประชากรทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ขึ้นไปและได้แบ่งระดับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็น 3 ระดับ ได้แก่ “สังคมสูงวัย” (Ageing society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด (หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 7) “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” (Complete aged society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด (หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 14) “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” (Super aged society) หมายถึง สังคมที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 28 ของประชากรทั้งหมด (หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป มากกว่าร้อยละ 20)

องค์การสหประชาชาติได้ประเมินสถานการณ์ว่า พ.ศ.2544-2643 จะเป็นศตวรรษแห่งผู้สูงอายุ หมายถึงการมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรรวมทั่วโลกและมีแนวโน้มว่าประชากรผู้สูงอายุเหล่านี้จะมีฐานะยากจน เป็นประเด็นท้าทายทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจที่แต่ละประเทศจะต้องมีแผนรองรับ สำหรับประเทศไทยสำนักงานสถิติแห่งชาติสรุปว่าประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตั้งแต่ปี พ.ศ.2548 โดยมีสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ และคาดว่าจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ ใน พ.ศ.2564

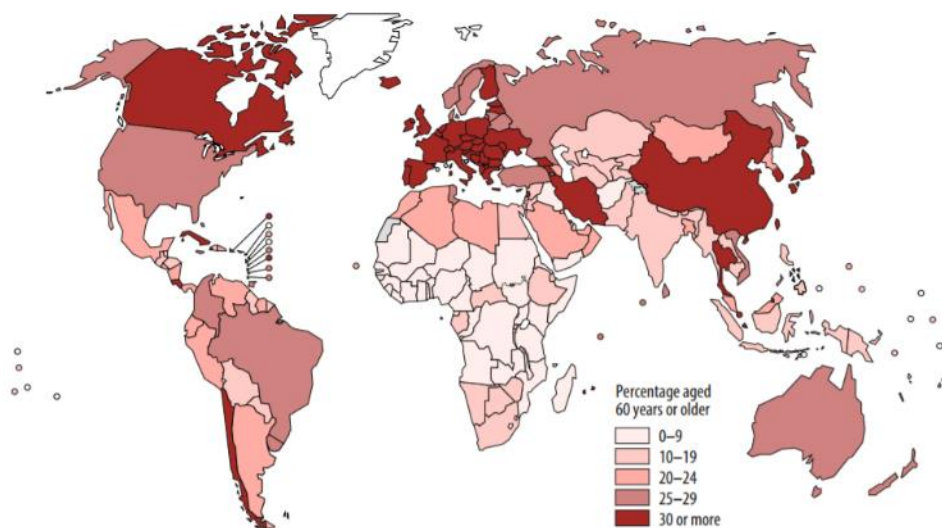


ภาพที่ 1 พีรามิดของประชากรโลก แสดงโครงสร้างของประชากรโลก ในช่วงพ.ศ.2558 – พ.ศ.2593

¹ <https://www.un.org/>



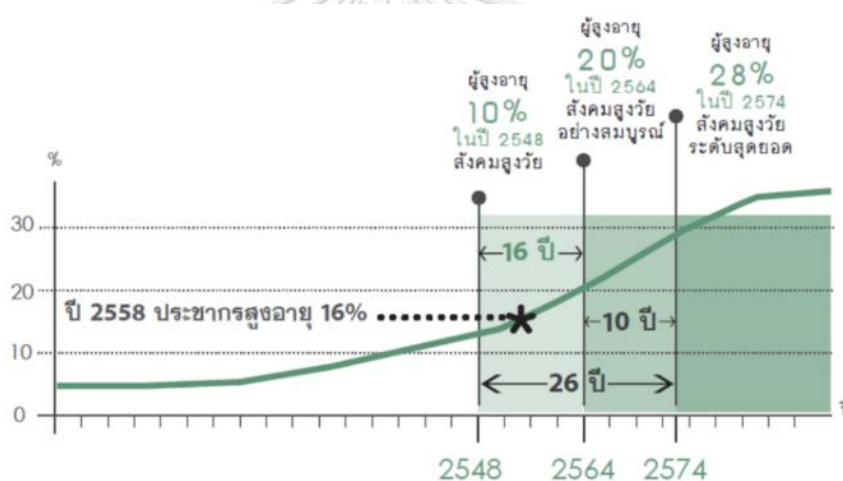
ภาพที่ 2 จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วโลก ในช่วงพ.ศ.2558



ภาพที่ 3 จำนวนประชากรผู้สูงอายุทั่วโลก ในช่วงพ.ศ.2593

1.2 สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย

ในระยะเวลา 30 ปีที่ผ่านมา โครงสร้างอายุของประชากรไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ประชากรไทยกำลังสูงวัยขึ้นอย่างรวดเร็ว สาเหตุที่ทำให้ประชากรไทยสูงวัยขึ้นได้แก่อัตราเกิดที่ลดลงอย่างรวดเร็วในเวลา 2-3 ทศวรรษที่ผ่านมา และอายุของคนไทยที่ยืนยาวขึ้น โดยประเทศไทยเข้าสู่ “สังคมสูงวัย” (Ageing society) คือสังคมหรือประเทศที่มีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ หรือมีประชากรอายุตั้งแต่ 65 ปีมากกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งประเทศ แสดงว่า ประเทศนั้นกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตามคำนิยามขององค์การสหประชาชาติ (United Nations : UN) ตั้งแต่ พ.ศ.2548 จากนั้นประเทศไทยจะใช้เวลา 16 ปี ก่อนจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” (Complete aged society) ในราว 2564 และจะใช้เวลาอีกเพียง 10 ปี ก็จะกลายเป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” (Super aged society) ประมาณ พ.ศ.2574²



ภาพที่ 4 อัตราส่วนการเปลี่ยนแปลงจำนวนประชากรของผู้สูงอายุในไทย ตั้งแต่ช่วงสังคมสูงวัยถึงสังคมสูงวัยระดับสุดยอด

ทั้งนี้ ข้อมูลจากกรมควบคุมโรค สะท้อนถึงปัญหาที่ตามมาของประชากรผู้สูงอายุ กล่าวคือ

1. ปี พ.ศ.2561 มีผู้สูงอายุพลัดตกหกล้มแล้วบาดเจ็บถึง 600,000 คน
2. มีผู้สูงอายุพลัดตกหกล้มแล้วเสียชีวิตถึง 1,200 คน
3. โดยผู้สูงอายุเพศหญิง ร้อยละ 55 หกล้มในบ้านและบริเวณบ้าน ขณะที่ เพศชาย ส่วนใหญ่ ร้อยละ 60 หกล้มบริเวณนอกบ้าน³

² สำนักงานสถิติแห่งชาติ, "สำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ.2513, 2523, 2533, 2543 และ 2553," (2553).

<http://www.nso.go.th/>

³ กรมควบคุมโรค, รายงานการพยากรณ์การพลัดตกหกล้ม ของผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ในประเทศไทย ปี พ.ศ. 2560 – 2564



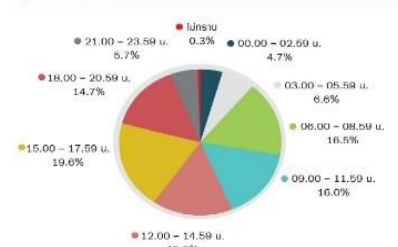
แกระรอย...การเกิดเหตุ พลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ พ.ศ.2561

อีก 1 ปี พ.ศ. 2564
ประเทศไทยจะเข้าสู่
สังคมผู้สูงอายุแบบสมบูรณ์

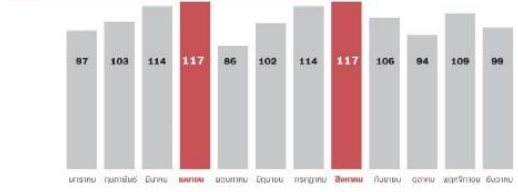
หกล้ม...แล้ว...



ช่วงเวลา เกิดการพลัดตกหกล้ม มากที่สุด
15.00 – 17.59 น.



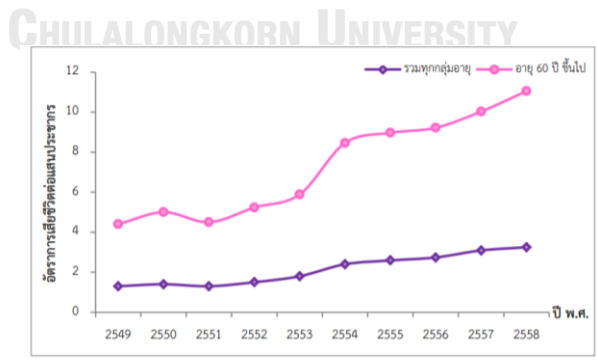
เดือนที่เสียชีวิต มากที่สุด
เดือนเมษายนและสิงหาคม



ที่มา : 1. ประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป พ.ศ. 2561 กระทรวงสาธารณสุข
สำนักวิจัยและข้อมูลสารสนเทศ
2. ข้อมูลอุบัติเหตุ พ.ศ. 2551 กระทรวงสาธารณสุข
สำนักวิจัยและข้อมูลสารสนเทศ
3. ข้อมูลการเสียชีวิตของผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร (33 จังหวัด) พ.ศ. 2553
กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กรมควบคุมโรค
4. การสำรวจภาวะสุขภาพและอุบัติเหตุในกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2557
สำนักวิจัยและข้อมูลสารสนเทศ

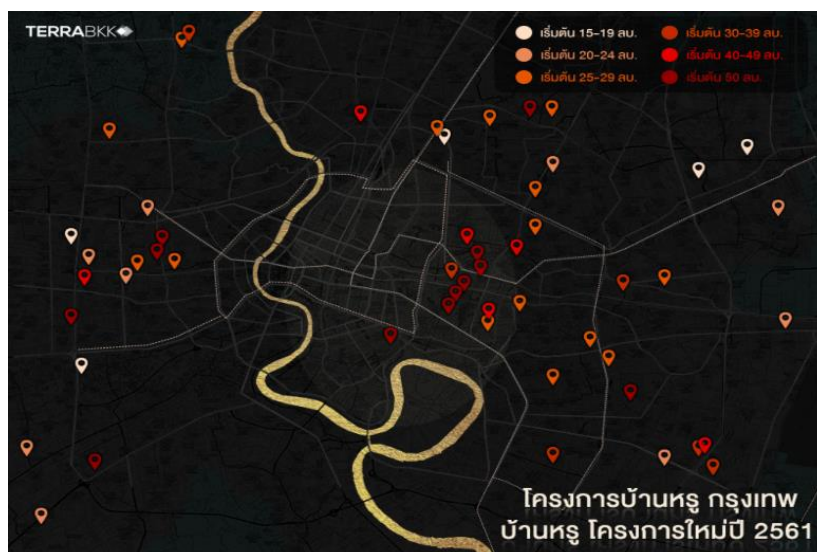
กรมควบคุมโรค Department of Disease Control
 ก่อนไปเก็บบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข <https://ddc.moph.go.th/DIP> www.facebook.com/thaiinjury
 1422 สายด่วนกรมควบคุมโรค

ภาพที่ 5 ข้อมูลพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ พ.ศ.2561⁴



แผนภูมิที่ 1 อัตราการเสียชีวิตจากการพลัดตกหกล้มของประชากรไทยเปรียบเทียบระหว่างรวมทุกกลุ่มอายุ และ กลุ่มอายุ 60 ปีขึ้นไป ต่อประชากรแสนคน ปี พ.ศ. 2549 - 2558⁵

⁴ ที่มา : <http://www.thaincd.com/2016/media-detail.php?id=13722&tid=39&gid=1-015-009>
⁵ กรมควบคุมโรค, รายงานการพยากรณ์การพลัดตกหกล้ม ของผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ในประเทศไทย ปี พ.ศ. 2560 – 2564



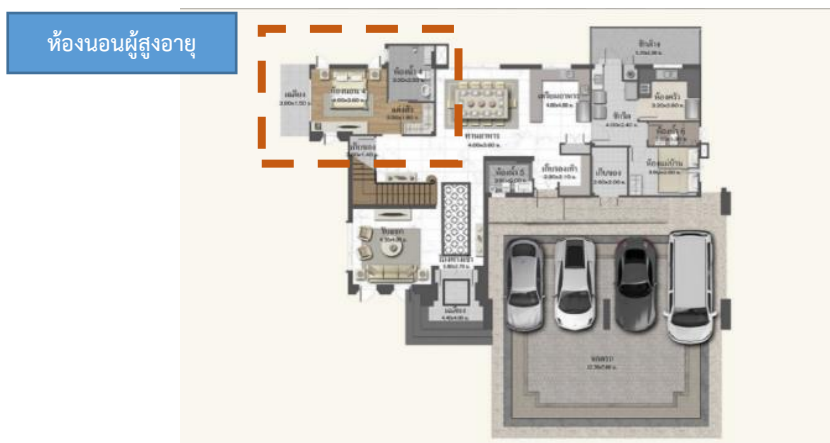
ภาพที่ 6 โครงการบ้านทรูต่างๆในพื้นที่กรุงเทพมหานครปี พ.ศ. 2561⁶

จากข้อมูลของกรมควบคุมโรค ทำให้เราพบว่าผู้สูงอายุที่พลัดตกหกล้มมีจำนวนเพิ่มขึ้นทุกปี โดยผู้สูงอายุกว่าครึ่งหนึ่งประสบอุบัติเหตุพลัดตกหกล้มภายในบ้าน ประกอบกับสถานการณ์ตลาดอสังหาริมทรัพย์ในปัจจุบันที่ราคาที่ดินปรับตัวสูงขึ้น ทำให้ที่อยู่อาศัยประเภทบ้านเดี่ยวราคาสูงเกิดขึ้นเป็นจำนวนมาก ซึ่งโครงการเหล่านี้มักจะมีห้องนอนหรือห้องเอนกประสงค์ในบริเวณชั้นล่างสำหรับผู้สูงอายุ แต่จากการศึกษาเบื้องต้นพบว่าโครงการเหล่านี้ส่วนใหญ่ขาดการคำนึงถึงการใช้งานของผู้สูงอายุ ดังจะเห็นได้จากการไม่เตรียมทางลาดสำหรับกรณีผู้สูงอายุที่นั่งรถเข็น หรือพื้นที่ห้องน้ำที่ไม่เตรียมราวจับสำหรับผู้สูงอายุให้เหมาะสมตามหลักแนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ⁷ ซึ่งหากเรามีการศึกษาและพัฒนาพื้นที่ในส่วนนี้ให้เหมาะสม จะสามารถรองรับพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุได้ เนื่องจากผู้สูงอายุมักจะใช้ชีวิตประจำวันทำกิจกรรมและนอนหลับพักผ่อนในพื้นที่ชั้นล่าง⁸

⁶ ที่มา : <https://www.terrabbkk.com>

⁷ หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .บ้านปลอดภัยวัยเกษียณ, 2555.

⁸ นฤทธิ์ ขาววิเศษ, 2559



ภาพที่ 7 แพลนบ้าน BAAN SANSIRI 4 โครงการบ้านแสนสิริ พัฒนาการ(ราคาเริ่มต้น 95 ล้านบาท)⁹



ภาพที่ 8 แพลนบ้าน HALLSTATT โครงการบางกอกบุญเลอวาร์ดซิกเนเจอร์ ลาดพร้าว-เสรีไทย (ราคาเริ่มต้น 18 ล้านบาท)¹⁰



ภาพที่ 9 แพลนบ้าน Grandiose โครงการนนทบุรี รามอินทรา-พหลโยธิน 50 (ราคาเริ่มต้น 27.5 ล้านบาท)¹¹

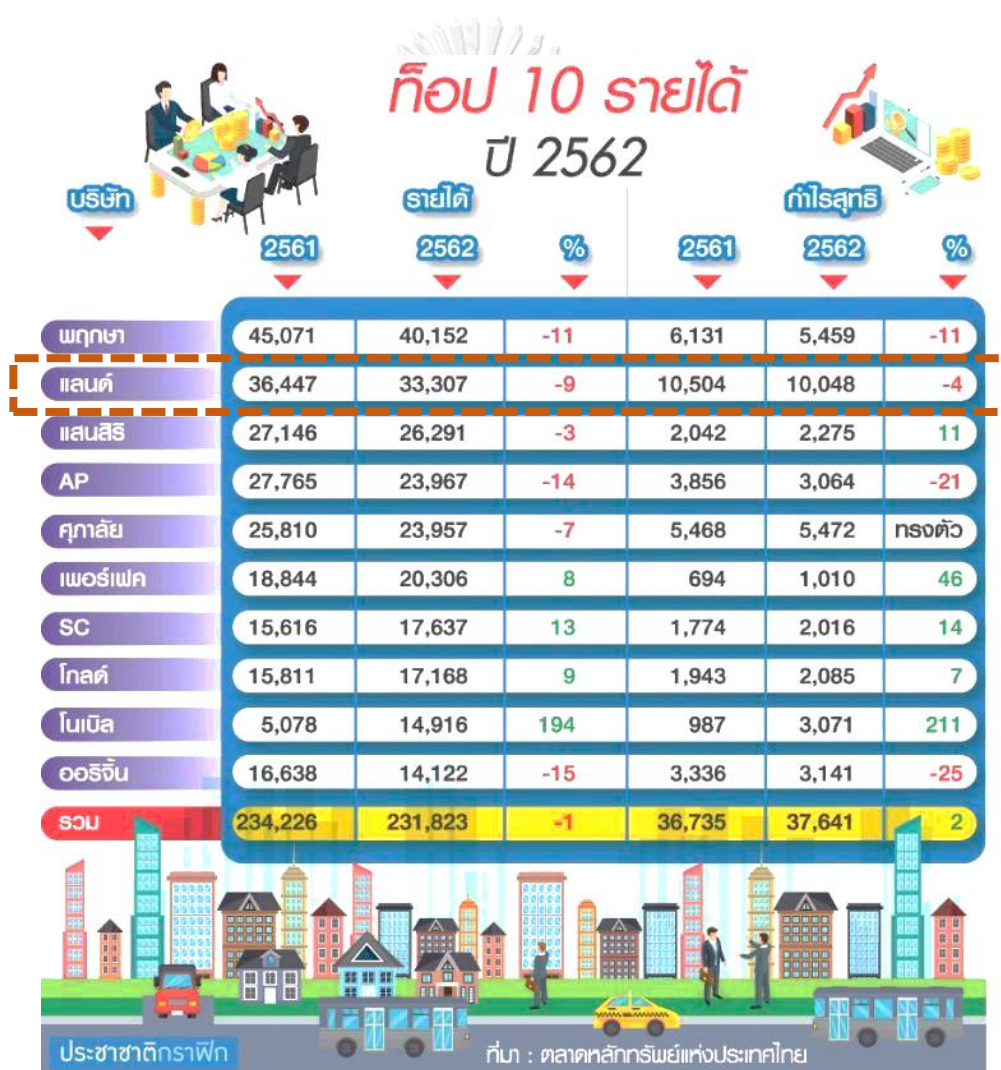
⁹ <https://www.sansiri.com/>

¹⁰ <https://www.scasset.com/>

¹¹ <https://www.lh.co.th/>

จากปัญหาการพลัดตกหกล้มภายในบ้านของผู้สูงอายุและบ้านเดี่ยวราคาสูงที่เกิดขึ้นเป็นจำนวนมากในปัจจุบัน ทำให้ผู้วิจัยอยากศึกษาลักษณะที่อยู่อาศัยและพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในหมู่บ้านราคาสูงเหล่านี้ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในอนาคต และช่วยลดอุบัติเหตุการพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุได้

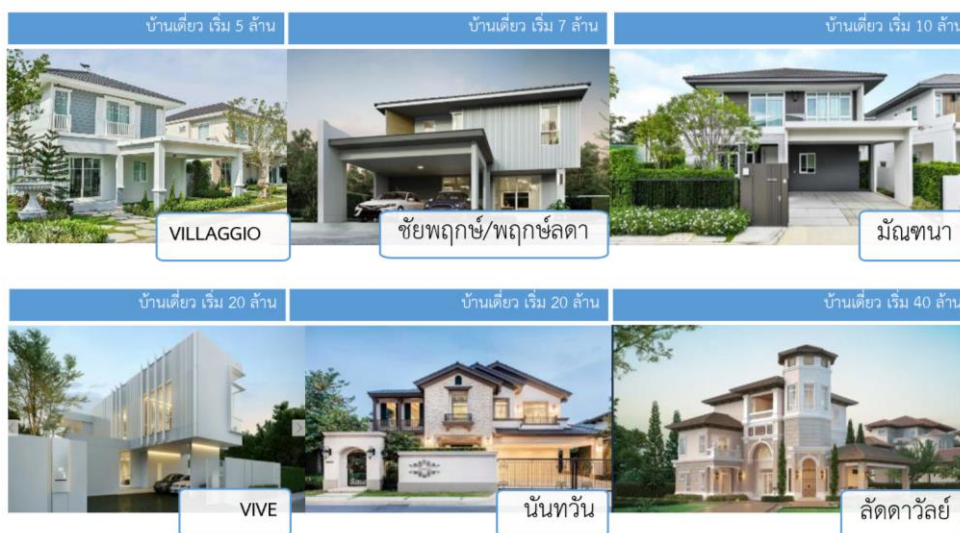
โดยหากกล่าวถึงบริษัทพัฒนาอสังหาริมทรัพย์ในประเทศไทย จะมีชื่อของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ ปรากฏอยู่เป็นอันดับต้นๆ ทั้งนี้เนื่องจากบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์ เป็นบริษัทพัฒนาอสังหาริมทรัพย์ในประเทศไทยที่เริ่มก่อตั้งมานานตั้งแต่พ.ศ.2526และมีการพัฒนาสินค้าให้สามารถผ่านพ้นวิกฤติต่างๆได้จนมาถึงปัจจุบัน โดยมีรายได้และกำไรสุทธิสูงเป็นอันดับต้นๆมาโดยตลอด



ภาพที่ 10 10 บริษัทพัฒนาอสังหาริมทรัพย์ ที่มีรายได้มากที่สุดในปี 2562¹²

¹² ที่มา : <https://www.prachachat.net/property/news-428336>

การศึกษาโครงการของบริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์ที่เป็นผู้นำด้านที่อยู่อาศัยแนวราบ จะทำให้สามารถนำประโยชน์จากการศึกษาที่ได้รับมาพัฒนาในอุตสาหกรรมธุรกิจหมู่บ้านจัดสรรในวงกว้างต่อไปได้ อีกทั้งยังเป็นการผลักดันให้ทั้งภาครัฐและเอกชนตระหนักถึงการรับมือกับสังคมผู้สูงอายุในอนาคตอันใกล้



ภาพที่ 11 โครงการบ้านเดี่ยวของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮ้าส์

ทั้งนี้ จากการศึกษาวิทยานิพนธ์เกี่ยวกับที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุก่อนหน้านี้ ยกตัวอย่างเช่น

- แนวทางการออกแบบปรับปรุง ที่อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ชานเมือง : กรณีศึกษา พื้นที่เขตเทศบาลเมืองบึงยี่โถ จังหวัดปทุมธานี¹³
- สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการจัดสรรประเภทบ้านเดี่ยว บ้านแฝด บ้านแถว : กรณีศึกษา โครงการไอลิฟพาร์ค และ ไอลิฟทาวน์ กานดา พระราม 2 กม.14 (แสมดำ)¹⁴
- สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในย่านชุมชนเก่า : กรณีศึกษา 2 แพร่งภูธร และ แพร่งนรา เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร¹⁵

¹³ ลภา เฉลยจรรยา, 2560

¹⁴ อรไพลิน โชควิริยากร, 2558

¹⁵ วิลาสินี ลักขมีวัฒนา, 2561

- สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการบ้านมั่นคง เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร กรณีศึกษา ชุมชนคลองลัดภาชี ชุมชนศิริรินทร์และเพื่อน และหมู่บ้านราศรีธรรม¹⁶
- แนวทางการออกแบบปรับปรุง ที่อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ภายนอกสำหรับ ผู้สูงอายุเขตชุมชนเมืองในพื้นที่สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ : กรณีศึกษา ชุมชนทรัพย์สินใหม่ ชุมชนทรัพย์สินเก่า และชุมชนคลองพลับพลา เขต วังทองกลางกรุงเทพมหานคร¹⁷
- สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 100 ปีขึ้นไป : กรณีศึกษา จังหวัด พังงา ภูเก็ต และกระบี่¹⁸

พบว่าวิทยานิพนธ์ส่วนใหญ่เน้นศึกษากลุ่มผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยถึงปานกลาง ยังขาดข้อมูล ในส่วนพฤติกรรมกรอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่มีรายได้สูง การศึกษาผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงเพิ่มเติมจะช่วยให้เราได้ข้อมูลครอบคลุมกลุ่มผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น และนำมาใช้รับมือกับสังคมผู้สูงอายุในอนาคตได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ติดต่อขอข้อมูลจำนวนผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในโครงการราคาสูงจากฝ่าย บริการของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์ จึงได้ข้อมูลตามตารางที่ 1 โดยฝ่ายบริการของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์ได้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า โครงการVIVE บางนาและVIVE รัตนาธิเบศร์-ราชพฤกษ์ ยังขายไม่หมดและมีลูกบ้านเข้าอยู่น้อยกว่าร้อยละ 50 เนื่องจากลูกบ้านส่วนใหญ่ยังคงทำการต่อเติมบ้านอยู่ ใน ส่วนของกลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่โครงการลัดดาวลัยนั้นมีความเป็นส่วนตัวสูง อาจทำให้ไม่สะดวกใน การติดต่อขอสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจึงได้คัดโครงการที่บ้านมีราคาขายต่ำกว่า 20 ล้านบาทออก เช่น โครงการมณฑนา โครงการชัยพฤกษ์ และได้เลือกโครงการหมู่บ้านนันทวันเป็นตัวแทนของกลุ่ม ผู้สูงอายุที่มีรายได้สูง(มีราคาบ้านเริ่มต้นที่ 20 ล้านบาทขึ้นไป)ที่สามารถเข้าถึงข้อมูลได้ โดยโครงการ นันทวันทั้ง 3 โครงการนี้ มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่รวมกันเป็นจำนวนถึง 72 คน เยอะกว่าโครงการอื่นๆใน ปัจจุบัน

ทั้งนี้ ทางผู้วิจัยได้ลองทำหนังสือติดต่อโครงการหมู่บ้านราคาสูงของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์ ที่มีการจัดตั้งนิติบุคคลไปแล้ว พบว่าทางคณะกรรมการนิติบุคคลของหมู่บ้านไม่สะดวกให้เข้าไปเก็บ ข้อมูลในการทำวิจัย จึงเลือกโครงการหมู่บ้านราคาสูงของบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์ที่ยังมีบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์เป็นผู้ดูแลอยู่

¹⁶ พิงค์ รัตน์ไพศาล, 2561

¹⁷ เวณิกา รูปพลทัพบ, 2560

¹⁸ นายนฤทธิ์ ขาววิเศษ, 2559

ตารางที่ 1 จำนวนผู้สูงอายุในโครงการต่างๆจากการสำรวจของฝ่ายบริการ บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์¹⁹

NO	โครงการ	จำนวนบ้านในโครงการ	จำนวนบ้านที่มีผู้สูงอายุ	ร้อยละ
1	นันทวัน บางนา-กม.7	371	28	7.54
2	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	382	24	6.28
3	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50	218	20	9.17
4	ลดาวัลย์ ราชพฤกษ์-ปิ่นเกล้า	234	24	10.25
5	มณฑนา วงแหวน-บางบอน	198	28	14.14
6	มณฑนา WESTGATE	293	14	4.77
7	มณฑนา2 บางนา กม.7	159	12	7.54

การศึกษาจากผู้สูงอายุที่มีรายได้สูง อาจทำให้เราได้ค้นพบพฤติกรรมการใช้ชีวิตประจำวันที่แตกต่างกันจากผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยในวิทยานิพนธ์เล่มต่างๆที่ผ่านมา การจัดการกับพื้นที่การใช้งานของผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงอาจจะหลากหลายกว่า เนื่องจากรายได้ครัวเรือนที่สูงจะช่วยลดข้อจำกัดทางการเงินได้

1.3 คำถามในงานวิจัย

1. พฤติกรรมการอยู่อาศัยในชีวิตประจำวันของกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ในหมู่บ้านนันทวันเป็นอย่างไร
2. สภาพที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางของกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ในหมู่บ้านนันทวันเป็นอย่างไรบ้าง

1.4 วัตถุประสงค์

1. ศึกษาลักษณะทางด้านประชากร สังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง
2. ศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง

¹⁹ ที่มา : ฝ่ายบริการ บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์ ณ วันที่ 15/5/63

3. ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง
4. วิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการของผู้สูงอายุ ให้เหมาะสมกับพฤติกรรมกรอยู่อาศัยมากขึ้น

1.5 ขอบเขตงานวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

ข้อมูลทางด้านประชากร สังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

- เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพ ระดับการศึกษา
- อาชีพปัจจุบัน/เดิม รายได้ ที่มาของรายได้
- ลักษณะสุขภาพโดยรวม โรคประจำตัว ปัญหาการทำงานของร่างกาย อุบัติเหตุ ผู้ดูแลยามเจ็บป่วย

ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมกรอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

- จำนวนผู้อยู่อาศัยภายในบ้าน จำนวนบ้านของผู้สูงอายุที่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วย
- ปัจจุบันพักอาศัยอยู่ชั้นใด
- กิจกรรมประจำวัน การออกกำลังกาย
- ปัญหาของที่อยู่อาศัย

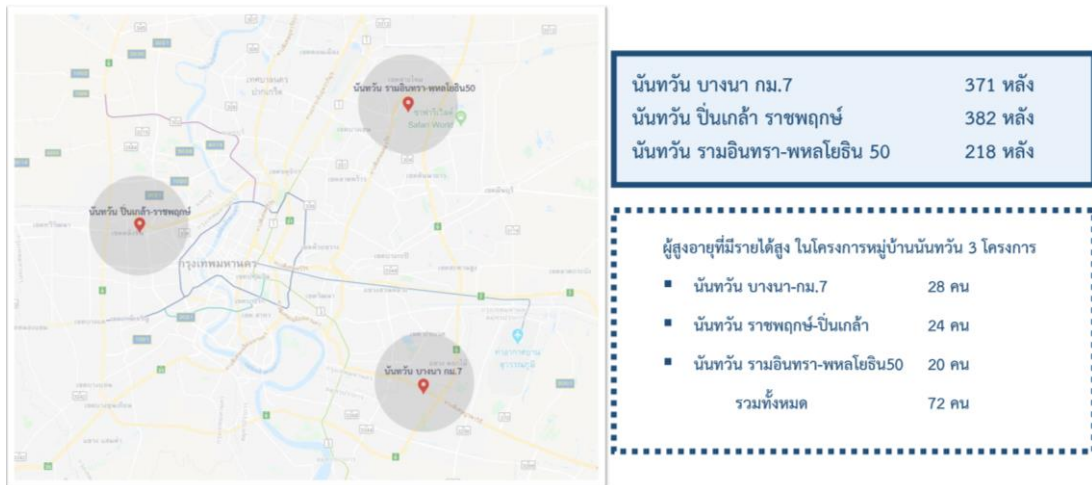
ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมกรใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ

- การเข้าถึงพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ
- พฤติกรรมกรใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ
- ปัญหาของพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ

ขอบเขตด้านพื้นที่

ในการวิจัยครั้งนี้มีการกำหนดขอบเขตการศึกษาไปที่กลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านราคาสูง กรณีศึกษาคือ โครงการนันทวันจำนวน 3 โครงการ โดยพิจารณาเลือกโครงการจาก 3 โครงการที่ใหม่สุด มีการพัฒนาสินค้าให้เข้ากับไลฟ์สไตล์ของผู้อยู่อาศัยในปัจจุบัน คือ มีห้องนอนชั้นล่างที่มีห้องน้ำภายในตัว(ทั้งนี้ โครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการเป็นโครงการที่ยังไม่ได้จัดตั้งนิติบุคคล จึงมีบริษัทแลนด์ แอนด์ เฮาส์เป็นผู้ดูแลอยู่ ทำให้ผู้วิจัยสามารถประสานงานกับเจ้าหน้าที่เพื่อเข้าถึงประชากรกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยได้)โดยจะศึกษาพื้นที่ในบ้าน สวนในบ้านและพื้นที่ส่วนกลางในโครงการ ได้แก่ พื้นที่สัญจรส่วนกลาง

สวนส่วนกลางและอาคารสโมสร เพื่อให้ได้ข้อมูลครอบคลุมการใช้งานของผู้สูงอายุภายในโครงการแต่ละโครงการ



ภาพที่ 12 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ²⁰



ภาพที่ 13 พัฒนาการด้านพื้นที่ใช้สอยชั้นล่างของบ้านนันทวันตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน²¹

²⁰ ที่มา : บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์

²¹ ที่มา : บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์



ภาพที่ 14 ผังโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ²²



ภาพที่ 15 ขอบเขตและพื้นที่ที่จะเก็บข้อมูล²³

²² ที่มา : บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์

²³ ที่มา : บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์



ภาพที่ 16 รูปแบบบ้านในโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ²⁴

ขอบเขตด้านประชากรกลุ่มเป้าหมาย

ประชากรในการศึกษาและวิจัยครั้งนี้คือผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ศึกษา โดยมีรายละเอียดดังนี้

จำนวนครัวเรือนในหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ

- | | | |
|---|-------------------------------|----------|
| - | นันทวัน บางนา กม.7 | 371 หลัง |
| - | นันทวัน ปิ่นเกล้า ราชพฤกษ์ | 382 หลัง |
| - | นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50 | 218 หลัง |

จำนวนผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวัน 3 โครงการ

- | | | |
|---|------------------------------|-------|
| - | นันทวัน บางนา-กม.7 | 28 คน |
| - | นันทวัน ราชพฤกษ์-ปิ่นเกล้า | 24 คน |
| - | นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50 | 20 คน |

รวมผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวัน มีประชากร 72 คน

1.6 ข้อตกลงเบื้องต้น

การศึกษาในครั้งนี้จะศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในโครงการหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ โดยมีเงื่อนไขในการคัดเลือกประชากรกลุ่มตัวอย่างดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีอาการหลง หรือเป็นกลุ่มติดเตียงมีภาวะเริ่มพึ่งพิงมาก จะถูกคัดออก

²⁴ ที่มา : บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์

- หากผู้สูงอายุไม่สะดวกในการให้ถ่ายภาพ จะถูกคัดออก
- หากผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ประจำน้อยกว่า 1 ปีจะถูกคัดออก

1.7 นิยามคำศัพท์ที่ใช้ในการศึกษา

ผู้สูงอายุ²⁵ คือบุคคลซึ่งมีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป

ผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง²⁶ คือ ผู้สูงอายุที่มีความยากลำบากในการใช้ชีวิตประจำวัน (Activity of daily living) อย่างเป็นอิสระด้วยตนเอง อันหมายถึงการดูแลตนเองในกิจกรรมพื้นฐาน ได้แก่ การอาบน้ำทำความสะอาด แต่งตัว ขับถ่าย ลุก-นั่ง ซึ่งรวมถึงการทำกิจกรรมอื่นๆที่จำเป็นต่อชีวิตปกติ เช่น การเดินทาง การซื้อของ เป็นต้น ซึ่งผู้สูงอายุที่มีระดับภาวะพึ่งพิง(ที่อาจวัดด้วยเครื่องมือดัชนีบาร์เทิล หรือดัชนีADL)ที่สูง ถือเป็นผู้ที่มีความยากลำบากในการใช้ชีวิตประจำวัน

แบบประเมิน ADL²⁷ คือ แบบประเมินที่ใช้คัดกรองความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวัน ดัชนีบาร์เธลเอดีแอล (Barthel ADL index) โดยใช้แบบประเมิน ADL(Activities of Daily Living)เพื่อแยกภาวะพึ่งพิงในผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วย 3 กลุ่ม

- 1.กลุ่มติดสังคม ดูแลตัวเองได้
- 2.กลุ่มติดบ้าน มีภาวะเริ่มพึ่งพา
- 3.กลุ่มติดเตียง มีภาวะเริ่มพึ่งพามาก

1.8 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้สถาบันการศึกษาสร้างองค์ความรู้ด้านการออกแบบรับมือการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการบ้านจัดสรรราคาสูง
2. ผู้สูงอายุและครอบครัว สามารถใช้เป็นแนวทางในการเตรียมที่อยู่อาศัย
3. ภาครัฐสามารถประยุกต์ใช้ข้อมูลนี้เป็นแนวทางในการจัดเตรียมนโยบาย เพื่อรองรับสังคมผู้สูงวัยให้มีประสิทธิภาพและครอบคลุมผู้สูงอายุในทุกกลุ่มรายได้
4. ผู้ประกอบการและภาคเอกชน สามารถใช้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการออกแบบเพื่อรองรับการอยู่อาศัยหรือผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงได้

²⁵ มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย(มส.ผส.) อ้างอิงตามพระราชบัญญัติ ผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

²⁶ มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย(มส.ผส.). รายงานการสังเคราะห์ระบบการดูแลผู้สูงอายุในระยะยาวสำหรับประเทศไทย. 2553. หน้า 24.

²⁷ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับภาคีเครือข่ายและผู้ทรงคุณวุฒิ

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 แนวคิดและทฤษฎี

การศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร : กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนันทวัน ผู้วิจัยได้ศึกษาและรวบรวมแนวความคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องไว้ดังนี้

แนวคิดการแบ่งช่วงวัยผู้สูงอายุ

แนวคิดสูงวัยในถิ่นเดิม (Aging in place)

ความจำกัดของผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม

ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)

ถนนเพื่อชีวิต (Street for Life)

แนวความคิด Age Friendly Community

การออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design)

ข้อเสนอแนะการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

กฎกระทรวงกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวก ในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา

(ฉบับที่2) พ.ศ. 2564

ตารางที่ 2 แนวคิดที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์	แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง
1. ศึกษาลักษณะทางด้านประชากร สังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	<ul style="list-style-type: none"> ▪ แนวคิดการแบ่งช่วงวัยผู้สูงอายุ ▪ แนวคิดสูงวัยในถิ่นเดิม Aging in place ▪ ความจำกัดของผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม
2. ศึกษาพฤติกรรมกรอยู่อาศัยในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ทฤษฎีกิจกรรม(Activity Theory) ▪ ถนนเพื่อชีวิต(Street for Life)
3. ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	
4. วิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการของผู้สูงอายุ ให้เหมาะสมกับพฤติกรรมกรอยู่อาศัยมากขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> ▪ แนวความคิด Age Friendly Community ▪ แนวคิดการออกแบบเพื่อทุกคน(Universal Design) ▪ แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

2.1.1. แนวคิดการแบ่งช่วงวัยของผู้สูงอายุ

การแบ่งช่วงอายุผู้สูงอายุ²⁸ แบ่งได้ 4 ประเภทได้ดังต่อไปนี้

1. การสูงอายุตามวัย (Chronological aging) หมายถึง การสูงอายุตามปีปฏิทินโดย การนับวัน เดือน ปีที่เกิด

2. การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological aging) หมายถึง การสูงอายุนับจากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกายและกระบวนการหน้าที่ ปรากฏตามอายุที่เพิ่มขึ้น

3. การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological aging) หมายถึง การสูงอายุนับจากการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่ของการรับรู้ แนวคิด ความรู้จากการเรียนรู้เขาวนปัญญาและลักษณะบุคลิกภาพที่ปรากฏในระยะต่างๆของชีวิตแต่ละคนที่มีอายุเพิ่มขึ้น

4. ความสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological aging) หมายถึง ความสูงอายุนับจากการเปลี่ยนแปลงบทบาทหน้าที่สภาพบุคคลในระบบสังคม เช่น ครอบครัว หน่วยงาน เป็นต้น การแบ่งอายุผู้สูงอายุจากพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546²⁹ แบ่งได้เป็น 3 ช่วงอายุได้แก่

- ผู้สูงอายุวัยต้น (Young Old) ผู้มีอายุ 60-69 ปีสามารถช่วยเหลือตนเองได้
- ผู้สูงอายุวัยกลาง (Medium Old) ผู้มีอายุ 70-79 ปี เริ่มอ่อนแอ มีโรคประจำตัว
- ผู้สูงอายุวัยปลาย (Old Old หรือ Oldest Old) ผู้มีอายุ 80 ปีขึ้นไป อวัยวะเสื่อมสภาพ เจ็บป่วยบ่อยขึ้น

การสูงอายุตามสภาพร่างกาย จิตใจและสังคม การแบ่งช่วงอายุผู้สูงอายุลักษณะทางจิตวิทยา สังคมชีววิทยา³⁰ แบ่งเป็น 4 ช่วงอายุ

1. ช่วงไม่ค่อยแก่ (The Young - Old) อายุประมาณ 60 – 69 ปี เป็นช่วงที่คนต้องประสบกับความเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เป็นภาวะวิกฤต หลายด้าน เช่น การเกษียณอายุ การจากไปของมิตรสนิท คู่ครอง รายได้ลดลง การสูญเสียตำแหน่งทางสังคม โดยช่วงนี้บุคคลโดยทั่วไปยังแข็งแรงแต่อาจจะต้องพึ่งพิงคนอื่นบ้าง สำหรับบุคคลที่มีการศึกษาสูง รู้จักปรับตัว ช่วงนี้จะเป็นช่วงที่เรามีสมรรถภาพคล้ายๆกับหนุ่มสาวมาก
2. ช่วงแก่ปานกลาง (The Middle – Aged Old) อายุประมาณตั้งแต่ 70 – 79 ปี เป็นช่วงที่คนเริ่มเจ็บป่วย เพื่อนและสมาชิกในครอบครัวที่อายุใกล้เคียงกันอาจ

²⁸ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล , แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ , 2550.

²⁹ พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546

³⁰ ศาสตราจารย์ ดร.ศรีเรื่อน แก้วกังวาน .จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2, วัยรุ่น-วัยสูงอายุ ;มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.คณะศิลปศาสตร์. ภาควิชาจิตวิทยา.2549

เริ่มล้มหายตายจากมากขึ้น เข้าร่วมกิจกรรมของสังคมน้อยลง การปรับตัวใน
ระยะนี้ไม่ค่อยยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมของครอบครัวและสังคมมากนักอีกต่อไป

3. ช่วงแก่จริง (The Old – Old) อายุประมาณ 80 – 89 ปี ผู้มีอายุยืนถึงระดับนี้
ปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมยากขึ้น เพราะสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับคนอายุ
ถึงขั้นนี้ต้องมีความเป็นส่วนตัวมากขึ้น ไม่วุ่นวาย แต่ก็ยังต้องอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่
ยังกระตุ้นความมีสมรรถภาพในแง่ต่างๆ ตามวัย ผู้สูงอายุวัยนี้ต้องการความ
ช่วยเหลือจากผู้อื่นมากกว่าวัยที่ผ่านมา เริ่มย้อนนึกถึงอดีตมากขึ้น
4. ช่วงแก่จริงๆ (The Very Old – Old) อายุประมาณ 90 – 99 ปี ผู้มีอายุยืนถึง
ระดับนี้มีจำนวนค่อนข้างน้อย ความรู้ต่างๆด้านชีววิทยาสังคมและจิตใจของคน
วัยนี้ยังไม่มีการศึกษามากนัก แต่อาจกล่าวได้ว่าเป็นระยะที่มีปัญหาทางสุขภาพ
ผู้สูงอายุในวัยนี้ควรทำกิจกรรมที่ไม่ต้องแข่งขัน ไม่ต้องมีการบีบคั้นเรื่องเวลาว่า
ต้องทำให้เสร็จควรทำกิจกรรมอะไรที่พอออกพอใจและอยากทำในชีวิต สำหรับ
ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ได้พบผ่านวิกฤตต่างๆของชีวิตมาแล้วด้วยดีมากมายจะเป็นคาบ
ระยะแห่งความสุขสงบพอใจในตนเอง

2.1.2 แนวคิดการให้ผู้สูงอายุอาศัยในที่เดิม (Aging in place)

แนวคิดการให้ผู้สูงอายุอาศัยในที่เดิม³¹ เป็นการให้บริการผู้สูงอายุโดยแนะนำให้ผู้ที่เกี่ยวข้อง
อายุแล้วอาศัยอยู่ในที่อยู่อาศัยเดิม และให้มีบริการเพื่อช่วยเหลือได้ในกรณีที่เกิดปัญหาสุขภาพขึ้น ซึ่ง
ทางเลือกทั่วไปในการรักษาพยาบาล คือ การให้ผู้สูงอายุเป็นฝ่ายไปหาเพื่อรับการรักษา หรือต้องย้าย
ที่อยู่ไปยังสถานที่ที่สามารถให้การรักษาพยาบาลได้ แต่โดยความเป็นจริงแล้วผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ
90 มีความต้องการอาศัยอยู่ในที่เดิม ซึ่งผู้สูงอายุจะรู้สึกว่าร่างกายสามารถฟื้นตัวได้ดีกว่า

ปัญหาที่ผู้สูงอายุต้องเผชิญเมื่อมีอายุมากขึ้นนั้นมียุทธศาสตร์หลายประการ โดยเฉพาะปัญหาทางด้าน
จิตใจแนวคิดนี้เริ่มได้รับความสนใจช่วงกลางทศวรรษ 1980 โดยได้รับการมองว่าเป็นแนวคิดที่ช่วย
แก้ปัญหาค่าใช้จ่ายที่สูงขึ้นในการจัดหาที่อยู่อาศัยรูปแบบอื่นให้ผู้สูงอายุ นอกจากการที่ผู้สูงอายุยังอยู่
ที่เดิมเพื่อลดค่าใช้จ่ายแล้วการอาศัยอยู่ที่เดิมโดยการช่วยเหลือด้านแหล่งสนับสนุนผู้สูงอายุให้สามารถ
อาศัยอยู่ในที่เดิมได้นั้นยังเป็นการสร้างความมั่นคงทางจิตใจ และความอบอุ่นเมื่อตัวผู้สูงอายุเองยัง
สามารถอยู่กับครอบครัวของตนได้อีกด้วย แนวคิดนี้ทำให้ผู้สูงอายุที่อยู่ในประเทศที่พัฒนาแล้วรู้สึก
ผ่อนคลายความกังวลว่า จะมีทางเลือกที่ไม่ต้องเข้าไปใช้ชีวิตในสถานลักษณะเป็นสถาบันอย่างสถาน
ดูแลผู้สูงอายุ (Nursing Home) แนวคิดนี้ได้นำไปสู่การสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกในการอยู่
อาศัย (Assisted Living Facilities - ALF) ในลักษณะที่มีการจัดให้มีห้องหรือห้องชุด (Apartment)

³¹ Anthea Tinker. Housing for elderly people, 1997.

ให้ผู้สูงอายุยังคงมีความเป็นส่วนตัว ขณะเดียวกันก็มีการจัดให้บริการการดูแลในด้านการรักษาพยาบาลและการช่วยเหลือในกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

แนวคิดในเรื่องการสูงอายุในที่เดิม เป็นทัศนคติในเชิงการบูรณาการ ซึ่งมองว่าทางเลือกที่ดีที่สุดที่จะทำให้ผู้สูงอายุได้รับความสุข และความพึงพอใจคือการที่ผู้สูงอายุยังคงสามารถดำรงชีวิตอยู่ในชุมชนที่ได้อยู่อาศัยมาเป็นเวลานาน ทั้งนี้สังคมและชุมชนควรดำเนินการให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ร่วมกับคนในวัยอื่น ๆ ได้ โดยมีการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ รวมทั้งการจัดแบ่งพื้นที่ของที่อยู่อาศัยซึ่งผู้สูงอายุเคยอยู่มาก่อน ให้มีความเหมาะสมสำหรับการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ หลักการสำคัญในการดำเนินการตามแนวคิดนี้ คือ จะต้องมีการปรับเปลี่ยนวิถีคิดในเรื่องที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อมของชุมชนและสังคมไปสู่สิ่งที่เรียกว่า การออกแบบสำหรับคนทุกกลุ่ม (Design-for-all) ซึ่งการให้ผู้สูงอายุยังคงอยู่ในชุมชนเดิมจะทำให้เกิดสภาพแวดล้อมที่เปิดโอกาสให้คนในกลุ่มอายุต่างๆ ได้มีปฏิสัมพันธ์กัน และสิ่งแวดลอมที่เกิดจากปฏิสัมพันธ์กันระหว่างคนต่างรุ่นอายุก็จะมีผลต่อบุคคล ดังนั้นการเอื้ออำนวยให้คนสามารถต่อเติมหรือปรับที่อยู่อาศัย เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ร่วมกับคนรุ่นลูกหลานได้จึงเป็นสิ่งที่ควรได้รับการสนับสนุน

2.1.3. ความจำกัดของผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม

เมื่อผู้สูงอายุมีอายุเพิ่มมากขึ้น ร่างกายจะเริ่มเสื่อมถอยก่อให้เกิดข้อจำกัดทางร่างกาย ส่งผลให้การใช้ชีวิตประจำวันในสภาพแวดล้อมเดิมๆ เริ่มเปลี่ยนแปลงไป³² (ดูตารางที่ 4)

ตารางที่ 3 แสดงความจำกัดของสภาพร่างกายผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม

ข้อ	ความจำกัดของผู้สูงอายุ	ผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านสภาพแวดล้อม
1	สายตายาว	มองวัตถุในระยะใกล้ไม่ชัด
2	กระจกตาขุ่น	ที่อยู่อาศัยต้องการแสงสว่างมากกว่าปกติ เพื่อให้การมองเห็นชัดเจน
3	ความเข้มของเปลือกตาลดลงแสงสว่างเข้าตามากขึ้น	สีของวัตถุที่จะมองต้องชัดเจนและเข้มขึ้นมากขึ้น
4	เลนส์ตาเป็นสีเหลือง	การมองสีไม่ชัดเจน โดยเฉพาะสีน้ำตาล ฟ้ำ เขียว ม่วงและสีเทาแกมแดง
5	ต้อกระจกเลนส์ขุ่น	การจ้องมองทำได้ยากลำบาก
6	รูม่านตาลดขนาดลง	การปรับสายตาช้าลง
7	ลานสายตาแคบลง	การมองเห็นแคบลง

³² นพวรรณ จงวัฒนาและคณะ, ความจำกัดของผู้สูงอายุและผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้าน สภาพแวดล้อม, 2541.

8	หูตึง	ฟังเสียงไม่ชัดเจน
9	การได้กลิ่นช้า	การสังเกตกลิ่นควัน แก๊ส ที่ผิดปกติลดลง
10	ญาณสัมผัสช้า	การได้รับสิ่งกระตุ้นลดลง
11	อุณหภูมิร่างกายต่ำ	มีความไวต่ออุณหภูมิแวดล้อมที่ต่ำได้รับผลกระทบง่าย
12	ประสาทรับสัมผัสช้า	การตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้น การรักษาความสมดุล การป้องกันภัยให้ตนเองช้าลง
13	ความแข็งแรงตั้งตัวของกล้ามเนื้อลดลง	การเปลี่ยนอริยาบถจากนั่งเป็นยืนช้า เดินลากเท้าและเหนื่อยง่าย
14	ข้อติด	ขึ้นบันไดลำบาก ต้องการราวบันได บันไดต้องเป็นช่วงๆ ประตูดึงมีลูกบิด
15	ความจำสั้น	ลืมที่จะดูสิ่งแวดล้อมให้ปลอดภัย เช่น การลืมกุญแจประตู การปิดแก๊ส
16	กลิ่นปัสสาวะไม่ได้ อูจจะระลำบาก	ต้องการห้องน้ำที่สะดวกสบาย มีราวเกาะยึดห้องน้ำอยู่ใกล้ห้องนอน
17	ไข้ยาหลายอย่าง ความดันโลหิตต่ำ หน้ามืดบ่อยๆ	หกล้มง่าย ต้องการพื้นบ้านที่เรียบง่าย โถง ไม่ลื่น ไม่ควรมีของเกะกะ

2.1.4. ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)³³

ทฤษฎีนี้เชื่อว่า ผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจซึ่งได้จากการมีกิจกรรม และการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา ทำให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และความรู้สึกว่าตนเป็นประโยชน์ต่อสังคม โดยทฤษฎีกิจกรรมทางสังคม (Activity Theory) อธิบายว่า ถ้าบุคคลใดมีกิจกรรมมากอย่าง จะสามารถปรับตัวได้มากขึ้นเท่านั้นและมีความพึงพอใจในชีวิตสูง ที่ทำให้เกิดความสงบสุขในการดำเนินชีวิตต่อไป แนวคิดนี้เห็นว่าการมีกิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุมากกว่าการลดบทบาท (Role Loss) ทางสังคมลง และจะพบว่าผู้สูงอายุมีทัศนคติเกี่ยวกับตนเองในทางบวก และมองโลกในแง่ดี จะมีความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมและบทบาทใหม่ให้กับผู้สูงอายุพอสมควร กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้พัฒนาในส่วนต่างๆของร่างกายให้สมวัย กิจกรรมนี้น่าจะจัดให้กับผู้สูงอายุ ได้แก่ งานอดิเรกต่างๆ งานอาสาสมัคร เป็นที่ปรึกษาให้กับหน่วยงานต่างๆ และเป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

³³ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและเครือข่ายผู้สูงอายุ, ทฤษฎีกิจกรรม(Activity Theory)[ออนไลน์].2562 แหล่งที่มา : <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/about/soongwai/topic006.php>. (ค้นข้อมูลเมื่อ 30 เมษายน พ.ศ.2562).

เมื่อเข้าสู่ช่วงวัยสูงอายุหรือเกษียณอายุงานแล้ว ทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น ดังนั้นกิจกรรมยามว่างไม่ว่าเพื่อการนันทนาการ หรือการเรียนรู้สิ่งใหม่ หรือการให้บริการผู้อื่นจึงเป็นเรื่องสำคัญ ซึ่งนำความพึงพอใจมาให้ ทำให้มีชีวิตชีวาและมีความหมาย การที่เกษียณอายุราชการหรือการทำงานโดยไม่มีจุดหมาย จะนำไปสู่ความเบื่อหน่ายและแยกตัวออกจากสังคม ซึ่งในความเป็นจริงแล้วกายและจิตใจจะเจริญงอกงามขึ้นตามแรงกระตุ้นของกิจกรรมต่างๆ จึงเป็นการดีที่เราจะควรมีกิจกรรมมากระตุ้นชีวิตของผู้สูงอายุให้เจริญงอกงาม

โดยส่วนใหญ่การทำกิจกรรมต่างๆ ในยามว่างมักมีปัญหาในการเลือกทำกิจกรรม ดังนั้นจึงพิจารณากิจกรรมในยามว่างออกเป็นหลัก 3 ประการ คือกิจกรรมนันทนาการ การเรียนรู้ และการบริการผู้อื่น โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. กิจกรรมนันทนาการ ผู้สูงอายุสามารถทำได้ทุกช่วงอายุ ทำให้ร่างกายสดชื่น ทำหาย กระตุ้นเตือนเปลี่ยนแนวคิด และได้สัมผัสกับคนอื่น รวมทั้งทำให้จิตใจของผู้สูงอายุตื่นตัวอยู่เสมอ และมีชีวิตชีวา ผู้สูงอายุควรทำในสิ่งที่ตนเองชอบ มีทักษะหรือความถนัดเป็นพิเศษ แม้กระทั่งทักษะในงานวิชาชีพอาจนำมาใช้ในกิจกรรมนันทนาการได้ ควรเลือกหลากหลายกิจกรรม และต้องมีเวลาในการทำกิจกรรมที่เพียงพอ เช่น
 - งานอดิเรก เช่น วาดรูป ทำอาหาร การจัดสวน งานช่างไม้ ทอผ้า ทำหุ่นประดิษฐ์
 - เกมส์ เช่น หมากรุก ปรีศนา อักษรไขว้
 - กีฬา เช่น เดิน ว่ายน้ำ ขี่จักรยาน กอล์ฟ เทนนิส
 - ดนตรี เช่น เล่นดนตรี แต่งเพลง การขับร้องเพลง
 - ชมรม เช่น การเข้าชมรมต่าง ๆ เช่น ชมรมกีฬา ศาสนา ลีลาศ ชมรมผู้สูงอายุ
 - การท่องเที่ยว เช่น การเขียนหนังสือคู่มือท่องเที่ยว ไกด์บรรยายในการท่องเที่ยว
 กิจกรรมด้านนันทนาการ ในส่วนของบทบาทผู้สูงอายุนั้นมีได้หลายรูปแบบ ทั้งเป็นผู้กระทำเอง เป็นงานอดิเรกและงานอาชีพ เป็นผู้ให้การปรึกษาแนะนำ เป็นผู้สอนหรือเป็นผู้บรรยายพิเศษได้ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อตนเอง ชุมชน ครอบครัวและสังคมอีกด้วย
2. กิจกรรมการเรียนรู้ ผู้อยู่ในวัยสูงอายุ การเรียนรู้ยังคงสำคัญอย่างต่อเนื่อง เพื่อสนองความอยากรู้อยากเห็น ความพึงพอใจ หรือเพื่อการดำเนินกิจกรรมบางอย่างให้ประสบความสำเร็จ ในแง่สุขภาพจิต การเรียนรู้จะเป็นการกระตุ้นจิตใจและเป็นการแลกเปลี่ยนความสนใจกับผู้อื่น เช่นการเรียนในระบบการศึกษาผู้ใหญ่ หรือการศึกษานอกระบบ การเรียนในมหาวิทยาลัยเปิด และการอบรมระยะสั้น ฯลฯ
3. กิจกรรมบริการผู้อื่น คือเนื้อแท้ของชีวิตอย่างหนึ่งคือ การเสียสละ และทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ให้แก่สังคม นอกเหนือไปจากทำให้แก่ตนเองและครอบครัว โดยผ่านงานอาสาสมัคร ผู้สูงอายุอาจทดลองทำงานอาสาสมัครหลายอย่าง แล้วพิจารณาด้วยตนเอง ว่า

กิจกรรมแบบไหนที่เหมาะสมกับตนเองที่สุด บริการอาสาสมัครมีหลายแนวทาง เช่น

- บริการทางสุขภาพอนามัย โดยหลายโรงพยาบาลมีองค์กรตั้งขึ้น เพื่อช่วยเหลือกิจการของโรงพยาบาลหรือสถานบริการอนามัย เช่น หาทุนเยี่ยมผู้ป่วย และช่วยผู้ป่วยในการทำกิจวัตรบางประการ

- สังคมสงเคราะห์ หน่วยงานสังคมสงเคราะห์ซึ่งออกช่วยเหลือสังคมหรือประชาชนที่ทุกข์ร้อนด้วยเหตุต่างๆ เช่น น้ำท่วม ไฟไหม้

- องค์กรการกุศล หรือองค์กรทางศาสนา องค์กรเหล่านี้ ต้องการอาสาสมัครทำงานหลายด้าน เช่น งานหาทุน งานประสานงาน คนติดต่อ งานบริการที่ไม่ต้องอาศัยวิชาการขั้นสูง

- ชมรมและสมาคม ผู้สูงอายุอาจเข้าร่วมชมรมหรือสมาคมได้ในหลายฐานะ เช่นเป็นผู้จัดการหรือประธาน ผู้สอน ผู้บริการหรือสมาชิก ในบรรดาสมาคม ชมรมหรือองค์กรต่าง ๆ ที่ดีที่สุดคือ สมาคมหรือองค์กรที่ทำงานเกี่ยวกับเด็กและวัยรุ่น เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุได้สัมผัสกับคนหนุ่มสาว ทำให้ช่องว่างระหว่างวัยหายไป

- กลุ่มการเมือง เหมาะสำหรับผู้สูงอายุที่สนใจในทางการเมือง

- กลุ่มเฉพาะทาง เช่น กลุ่มอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม กลุ่มผู้บริโภค กลุ่มสิทธิ

มนุษยชน

- บทบาทตามวิชาชีพ เช่น เคยเป็นตำรวจ อาจเป็นหน่วยรักษาความปลอดภัยของหมู่บ้าน เคยเป็นครู อาจสอนหรือบรรยายพิเศษ และเคยเป็นช่าง อาจเปิดอบรมความรู้ด้านแก้ไขรถยนต์

2.1.5. แนวคิดถนนเพื่อชีวิต³⁴(Street for life)

ภายในชุมชนแต่ละชุมชน ควรจัดทำสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และเพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี แนวคิดถนนเพื่อชีวิตสามารถแบ่งได้ 2 แบบ คือ

1. ถนนที่ผู้คนสามารถที่จะได้รับความสะดวกสบายในการใช้งานแม้ว่าจะมีอายุมากขึ้น
2. ถนนที่คนทุกเพศทุกวัย(สมาชิกทุกคนในสังคม)สามารถใช้งานได้อย่างไร้กังวล โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีอาการสมองเสื่อม

แนวความคิดเรื่องถนนเพื่อชีวิตนั้นเหมาะสมอย่างยิ่งในการออกแบบที่รวมสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการ และสภาพแวดล้อมที่ทุกคนสามารถใช้งานได้ร่วมกัน ไม่ว่าจะมียุหรือความสามารถ

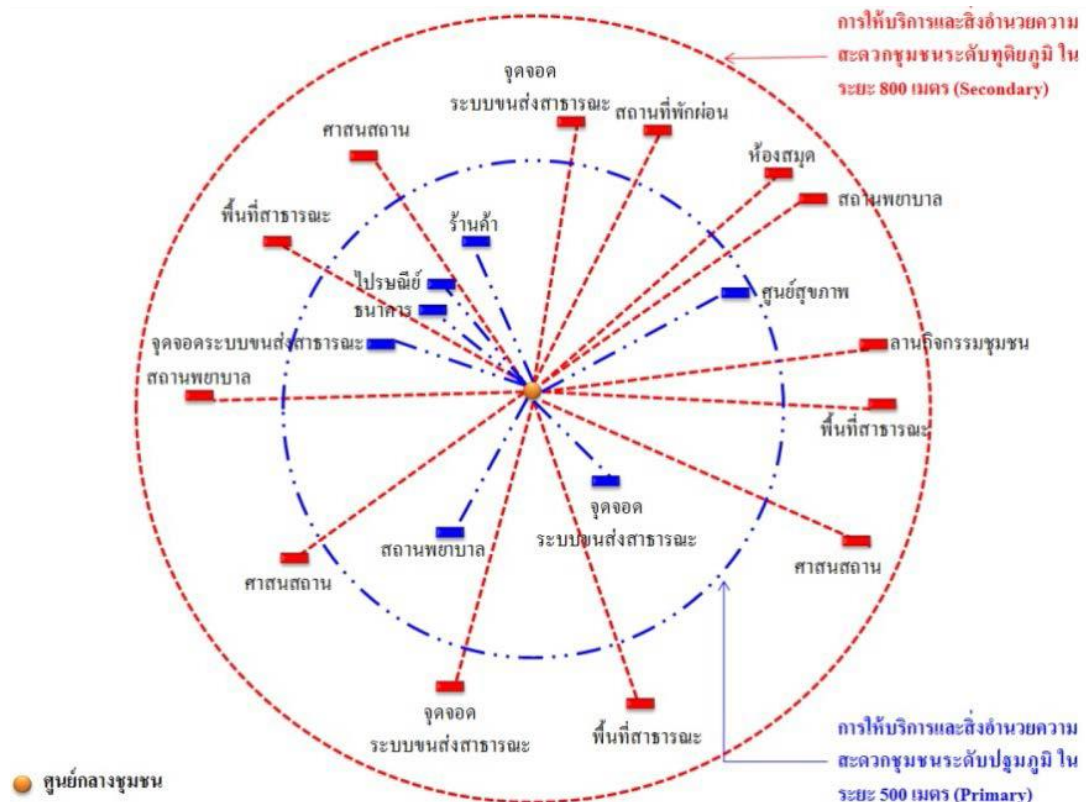
³⁴ Burton, Elizabeth and Mitchell, Lynne. Inclusive urban design: Street for life. Oxford : Architectural Press, 2006.

อย่างไร ในบางครั้งก็เรียกการออกแบบนี้ว่า การออกแบบเพื่อทุกคน (Universal design or design for all) ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 ด้านคือ

1. การออกแบบสำหรับการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุ
2. การออกแบบเพื่อที่จะให้ผู้ไร้ความสามารถที่จะเข้ามามีชีวิตร่วมในสังคมได้

ผู้สูงอายุจะใช้สิ่งอำนวยความสะดวกที่ตั้งอยู่ระหว่างบ้านหรือร้านค้าบ่อยๆ และจะไปสถานพยาบาลอย่างสม่ำเสมอ โดยหลักการออกแบบคือ การตั้งร้านค้า ป้ายรถเมล์ สถานพยาบาล และสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ในระยะ 10 นาที หรือ 800 เมตรของการเดินเท้า อย่างไรก็ตามการคำนวณระยะทางเหล่านี้ใช้ได้เพียงกับผู้คนวัยหนุ่มสาวเท่านั้น เพราะโดยทั่วไปแล้วผู้สูงอายุประมาณ 75 ปีจะใช้เวลาประมาณ 10-20 นาทีในการเดิน 400-500 เมตร และผู้สูงอายุยังไม่สามารถเดินติดต่อกันนานเกิน 10 นาทีโดยไม่พักได้ ดังนั้นหลักการออกแบบเพื่อให้เข้าถึงได้ง่ายควรมีลักษณะดังนี้

- ที่อยู่อาศัยไม่ควรอยู่ห่างจาก บริการและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น ร้านอาหาร ที่ทำการไปรษณีย์ ธนาคาร คลินิกสุขภาพ ห้องน้ำสาธารณะ ที่นั่งสาธารณะและป้ายรถประจำทางเกิน 500 เมตร
- ที่อยู่อาศัยไม่ควรอยู่ห่างจากบริการและสิ่งอำนวยความสะดวกรองมา เช่น บริเวณพื้นที่เปิด(เช่น สวนสาธารณะ ที่ดินจัดสรร สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ) ห้องสมุด คลินิกหมอพื้นบ้าน ร้านแว่นตา สถานที่ศักดิ์สิทธิ์ สมาคม สิ่งอำนวยความสะดวกที่ช่วยผ่อนคลาย และห้องน้ำสาธารณะเกิน 800 เมตร
- ทางเข้าไปสู่อาคาร หรือสถานที่ต่างๆ ควรจัดให้เห็นได้อย่างชัดเจน และจำได้ง่าย
- ธรณีประตูของสถานที่ต่างๆ ควรอยู่ระดับเดียวกับพื้นที่ตั้ง
- จัดวางเก้าอี้สาธารณะทุก 100 ถึง 125 เมตร
- ถนนแต่ละสายควรติดต่อกัน มองเห็นได้ชัดเจน และมีทางแยกที่ไม่สับสน
- พื้นควรเรียบ และมีความกว้าง 2 เมตร
- ควรใช้ทางลาดที่ไม่ชันในบริเวณที่มีการเปลี่ยนระดับพื้นมากกว่าใช้ขั้นบันได
- ควรจัดให้มีทั้งทางลาด และบันไดในบริเวณที่มีการเปลี่ยนระดับพื้นมาก
- พื้นต่างระดับ ควรจัดให้มีราวจับ ทำพื้นไม่ลื่น ไม่ใช่สีที่สว่างเกินไป และควรแสดงตำแหน่งให้เห็นอย่างชัดเจน



ภาพที่ 17 แสดงระยะทางโดยการเดินไปยังสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ

2.1.6. เมืองน่าอยู่ผู้สูงอายุ (Age-Friendly Cities)³⁵

แนวคิดเมืองน่าอยู่ผู้สูงอายุมุ่งประกอบ 8 ด้าน ดังนี้

- 1) สภาพพื้นที่ภายนอกและตัวอาคาร
- 2) ระบบขนส่งมวลชน
- 3) ที่อยู่อาศัย
- 4) การเข้าไปมีส่วนร่วมในสังคม
- 5) การยอมรับจากสังคม
- 6) การมีส่วนร่วมของท้องถิ่นและการจ้างงาน
- 7) การเข้าถึงข้อมูลข่าวสารและการสื่อสาร
- 8) การสนับสนุนของชุมชนและการบริการด้านสุขภาพ

³⁵ (Age-Friendly Cities) WHO, "Global age-friendly cities : a guide," (2007). https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf (ค้นข้อมูลเมื่อ 1 เมษายน พ.ศ.2563).

จากองค์ประกอบทั้ง 8 ด้านนี้พบว่าเมืองค้ประกอบที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ 3 ด้าน ได้แก่ ที่อยู่อาศัย ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมทางกายภาพในระดับเล็ก สภาพพื้นที่ภายนอกและตัวอาคาร และระบบขนส่งมวลชน ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมทางกายภาพในระดับชุมชน/เมือง เพื่อให้การพัฒนาเมืองต้นแบบที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ ดังนั้นการวิจัยต้องครอบคลุมลักษณะสภาพแวดล้อมทางกายภาพในระดับเมือง 3 ด้านนี้

ภาพรวมลักษณะสภาพแวดล้อมบริเวณภายนอกอาคารและตึกอาคารนั้น มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตรวมถึงความสามารถของคนชราในการเดินทาง ซึ่งลักษณะหลักๆ ของเมืองน่าอยู่และสภาพแวดล้อมที่มีลักษณะเป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ ได้แก่คุณภาพชีวิต ความง่ายต่อการใช้งานและการเข้าถึง และความปลอดภัย โดยมีลักษณะของเมืองน่าอยู่สำหรับผู้สูงวัย ดังนี้

1. สภาพแวดล้อมที่น่าพอใจ และสะอาด ลักษณะของเมืองที่น่าอยู่สำหรับผู้สูงวัยประการหนึ่งคือสภาพแวดล้อมที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวนและกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ เพราะเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญอย่างมาก
2. ความสำคัญของบริเวณที่เป็นธรรมชาติการที่มีบริเวณที่เป็นธรรมชาติหรือสวนนั้นเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้เมืองมีลักษณะที่เป็นเมืองที่น่าอยู่สำหรับผู้สูงวัย แต่อย่างไรก็ตามบริเวณที่เป็นธรรมชาติหรือสวนนั้นผู้สูงอายุต้องสามารถเข้าถึงและใช้งานบริเวณดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. บริเวณพักผ่อนควรมีเก้าอี้มานั่งเพียงพอ มีที่นั่งพักภายนอกอาคารในบริเวณสวน จุดรับส่งโดยสารและบริเวณสาธารณะ โดยควรติดตั้งที่นั่งดังกล่าวในระยะที่เหมาะสม
4. ทางเดินที่เป็นมิตรต่อผู้ใช้งานทุกวัย สภาพของทางเดินมีผลกระทบต่อการใช้งาน ทางเดินที่แคบขรุขระ แตก มีขอบสูง แออัด หรือมีสิ่งกีดขวางเป็นปัญหาต่อผู้สูงอายุและคนพิการ ในการใช้งานทางเดิน โดยมีข้อเสนอแนะปรับปรุง การออกแบบและบำรุงรักษาทางเดินดังต่อไปนี้
 - ทางเดินที่ราบเรียบแบบมีพื้นผิวชนิดกันลื่น
 - ทางเดินที่มีความกว้างเพียงพอเพื่อรองรับคนที่นั่งรถเข็น
 - ทางเดินที่มีทางลาดเชื่อมต่อกับระดับถนน
 - ทางเดินที่ไม่มีสิ่งกีดขวาง เช่นคนขายของริมถนน รถจอด หรือต้นไม้
 - ทางเดินที่ให้ความสำคัญกับการใช้งานและเข้าถึงของผู้คน
5. ทางข้ามถนนที่ปลอดภัย ความปลอดภัยของทางข้ามถนนเป็นหนึ่งในหัวข้อหลักของเมืองน่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุ

6. การเข้าถึงและการใช้งาน ทั้งประเทศที่พัฒนาแล้ว และประเทศที่ด้อยพัฒนา ประชากรคิดว่าเมืองของพวกเขาไม่ได้รับการพัฒนาเพื่อรองรับประชากรที่อายุมาก ซึ่งวิธีแก้คือการให้ความรู้เกี่ยวกับความต้องการของผู้สูงอายุแก่คนออกแบบผังเมือง และสถาปนิกทั่วไป
7. สภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ความรู้สึกที่ปลอดภัยและมั่นคงในสภาพแวดล้อมของเมืองนั้นมีผลอย่างมากต่อผู้คนที่จะสัญจรไปมาในเมืองนั้นๆ ซึ่งในทางอ้อมอาจมีผลกระทบต่อความสามารถของผู้คนในการพึ่งพาตัวเอง สุขภาพของผู้คน ความสามัคคีปรองดองของผู้คนในสังคม และสุขภาพจิตของผู้คน
8. ทางเดินออกกำลังกายและทางจักรยาน ทางเดินออกกำลังกายและทางจักรยานมีประโยชน์ต่อการพัฒนาสุขภาพและสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรกับผู้คนทุกๆ วัย แต่ก็ยังมีภัยอันตรายเช่นกัน คนขี่จักรยานถือว่าเป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุและมีข้อเสนอว่าควรมีการแยกเส้นทางสำหรับคนที่เดินและคนขี่จักรยาน ทางเดินควรมีพื้นผิวที่ราบเรียบ ไม่ขรุขระและควรเข้าถึงได้ง่าย โดยบริเวณทางเดินนั้นควรรองรับความกว้างของรถเข็น มีระบบทางเดินซึ่งรองรับการสัญจรไปมาอย่างอิสระ และในที่จอดรถควรมีทางเดินสำหรับคนเดินโดยเฉพาะเพื่อความปลอดภัยของคนที่ไม่ได้ใช้รถเข็น
9. ตึกอาคารที่มีลักษณะเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ
10. ห้องสุขาสาธารณะ การติดตั้งห้องสุขาที่มีความสะอาด ในจุดที่เหมาะสม มีป้ายชี้แจงข้อมูลที่เด่นชัด และรองรับผู้สูงอายุและคนพิการนั้นถือว่าเป็นปัจจัยหลักในการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่มีลักษณะเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ
11. ลูกค้าผู้สูงอายุ ร้านค้าบริการต่างๆ ตั้งอยู่ใกล้ที่พักอาศัยของผู้สูงอายุและผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้ง่าย

ภาพรวมระบบขนส่ง (Transportation) ระบบขนส่งที่สามารถเข้าถึงได้ ใช้งานง่ายและไม่แพงเกินไป เป็นปัจจัยหลักต่อการพัฒนาสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ จนอาจกล่าวได้ว่าระบบขนส่งเป็นตัวกำหนดชีวิตของผู้สูงอายุก็ได้

1. การเข้าถึงและใช้งาน ในหนึ่งเมือง อาจมีระบบขนส่งหลายๆ แบบ เช่นรถเมล์สาธารณะ รถไฟธรราง รถตุ้รถบริการเพื่อคนพิการ และรถแท็กซี่ซึ่งผู้สูงอายุต้องสามารถเข้าถึงและใช้งานได้

2. ค่าใช้จ่าย เป็นปัจจัยหลักของผู้สูงอายุในการใช้ระบบขนส่ง ดังนั้นระบบขนส่งควรเป็นระบบที่ผู้ใช้งานทุกประเภทสามารถออกค่าใช้จ่ายระบบขนส่งนั้นๆ ได้โดยอัตราค่าบริการต้องมีความสม่ำเสมอ และมีการชี้แจงถึงอัตราค่าบริการอย่างชัดเจน
3. ความน่าไว้วางใจ และความถี่ของบริการ การที่มีระบบขนส่งที่น่าไว้วางใจและมีบริการที่ถี่พอสำหรับผู้ใช้อถือเป็นคุณลักษณะที่เป็นมิตรต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ
4. จุดหมายปลายทาง ประสิทธิภาพการใช้งานบริการขนส่งขึ้นอยู่กับว่าบริการดังกล่าวจะสามารถนำพาผู้ใช้ไปยังที่ที่อยากไปได้หรือไม่จุดที่พิจารณาว่าเป็นเมืองที่น่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุควรมีดังนี้ ระบบขนส่งต้องมีจุดหมายปลายทางสำหรับผู้สูงอายุที่ครอบคลุมไปถึงสถานที่สำคัญต่างๆ เช่น โรงพยาบาล สถานีนอนามัย สวนสาธารณะ ห้างสรรพสินค้า ธนาคาร และที่อยู่อาศัย โดยทุกๆ พื้นที่ในเมืองนั้นต้องมีระบบขนส่งเชื่อมต่อกันอย่างมีประสิทธิภาพ รวมไปถึงบริเวณรอบๆ เมือง และระหว่างเมืองด้วย และระบบการเชื่อมต่อระหว่างบริการขนส่งต่างๆ ต้องมีประสิทธิภาพเช่นกัน (เช่นระหว่างรถเมล์โดยสารและรถไฟ)
5. พาหนะขนส่งที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ พาหนะขนส่งควรเข้าถึงและใช้งานได้ง่าย โดยมีพื้นเตี้ย ขึ้นบันไดไม่สูง และมีเก้าอี้ที่นั่งที่กว้าง มีความสะอาดและได้รับการบำรุงรักษาอย่างต่อเนื่อง รวมถึงมีป้ายชี้แจงข้อมูลที่เด่นชัดโดยควรชี้แจงหมายเลขรถ และจุดหมายปลายทางอย่างชัดเจน
6. บริการพิเศษสำหรับผู้สูงอายุผู้สูงอายุซึ่งรวมถึงคนพิการที่ไม่สามารถใช้งานบริการขนส่งได้อย่างมีประสิทธิภาพอาจต้องการบริการชนิดพิเศษต่างๆ โดยควรจัดให้มีบริการพาหนะขนส่งที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุอย่างเพียงพอ
7. การจัดระดับความสำคัญของผู้ที่ได้นั่ง ควรจัดให้มีที่นั่งสำหรับผู้สูงอายุและผู้โดยสารอื่นๆ ควรเคารพกฎให้ผู้สูงอายุได้นั่งในที่นั่งดังกล่าว
8. คนขับรถโดยสาร คนขับรถโดยสารควรให้ความสำคัญต่อผู้สูงอายุเป็นหลัก โดยคนขับรถโดยสารควรมีความเคารพ ทำตามกฎจราจร รอให้ผู้โดยสารนั่งก่อนออกรถ และจอดชิดกับขอบถนนเพื่อที่ผู้สูงอายุสามารถขึ้น-ลงรถได้ง่ายและปลอดภัย นอกจากนี้ พนักงานระบบขนส่งอื่นๆ เช่นพนักงานเคาน์เตอร์ควรได้รับการอบรมดังกล่าวเช่นกัน
9. ความปลอดภัย และความสะอาดสบาย ในเวลาที่ผู้ใช้บริการหนาแน่นผู้สูงอายุมักได้รับผลกระทบ เนื่องจากมีการผลักกันของผู้โดยสารบนตัวรถ บริเวณรอโดยสาร และเวลาขึ้น-ลงรถ

10. สถานี และจุดรับส่งผู้โดยสาร จุดรับส่งผู้โดยสารควรอยู่ใกล้กับที่พักอาศัยของผู้สูงอายุและจัดที่นั่ง มีหลังคาครอบคลุม สะอาด ปลอดภัย และมีความสว่างเพียงพอ ตัวสถานีต้องจัดให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้ง่ายและอยู่ในบริเวณที่เหมาะสม โดยควรมีทางลาด บันไดเลื่อน ลิฟต์โดยสาร ห้องสุขา และป้ายชี้แจงข้อมูลที่เด่นชัด รวมถึงพนักงานสถานีควรมีความเคารพ และสามารถช่วยเหลือผู้โดยสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ
11. รถแท็กซี่รวมถึงรถรับจ้าง ต้องมีค่าโดยสารไม่สูงเกินไปสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่ค่อยมีรายได้และตัวรถนั้นควรเข้าใช้งานง่ายมีความสะดวกสบาย โดยต้องสามารถรองรับรถเข็น และไม่ทำชนิดคู่ได้
12. ระบบขนส่งสาธารณะ ระบบขนส่งสาธารณะในที่นี่หมายถึงบริการขนส่งภาคเอกชนซึ่งไว้รองรับการใช้งานในกรณีต่างๆ ควรมีบริการรับส่งผู้สูงอายุไปยังจุดหมายปลายทางที่มีความสำคัญเป็นพิเศษเช่นโรงพยาบาล
13. บริการข้อมูล ควรจัดให้มีบริการข้อมูลแก่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการใช้งานระบบขนส่งและบริการขนส่งต่างๆ โดยตารางเวลาขนส่งต้องง่ายต่อการอ่านและบ่งบอกถึงสายบริการที่มีพาหนะรองรับผู้สูงอายุ และผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงตารางเวลาได้ง่าย
14. สภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการขับรถของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุอาจต้องการที่จะขับรถไปมาเองโดยไม่พึ่งระบบขนส่ง ดังนั้น ถนนต้องได้รับการบำรุงรักษาอย่างสม่ำเสมอ มีความกว้าง และมีความสว่างเพียงพอ อุปกรณ์ชะลอจราจรควรมีประสิทธิภาพ ทางแยกควรมีสัญญาณจราจรและป้ายบอกทาง ท่อระบายน้ำต้องมีการปิดปากท่อและป้ายต่างๆควรเด่นชัด
15. ความเคารพต่อคนชราผู้สูงอายุควรมีการอบรมผู้สูงอายุในเรื่องการขับขี่ยานยนต์
16. การจอดรถ ช่องจอดรถสำหรับคนพิการและผู้สูงอายุควรตั้งอยู่ใกล้เคียงกับตึกอาคาร และจุดรับส่งผู้โดยสาร และค่าใช้จ่ายในการจอดรถไม่ควรแพงเกินไป

2.1.7. การออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design)³⁶

การออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design) เป็นแนวคิดที่องค์การสหประชาชาติ เผยแพร่ และส่งเสริมด้านการออกแบบสิ่งแวดล้อม การสร้างอาคารสถานที่และสิ่งของต่างๆ เพื่อให้ทุกคนในสังคมสามารถใช้ประโยชน์จากสิ่งเหล่านั้นได้อย่างเต็มที่และเท่าเทียมกัน โดยไม่ต้องมีการออกแบบดัดแปลงพิเศษหรือเฉพาะเจาะจงเพื่อบุคคลกลุ่มหนึ่งกลุ่มใดโดยเฉพาะ

หลักการของ Universal Design 7 ประการ

³⁶ ไตรรัตน์ จารุทัศน์และคณะ, 2551

1. การใช้งานอย่างเท่าเทียมกัน (Equitable use) บุคคลที่มีอายุต่างกัน ย่อมมีลักษณะทางกายภาพและประสิทธิภาพของร่างกายที่แตกต่างกัน หลักการนี้เพื่อสนับสนุนเกิดความเท่าเทียมกันในการใช้งานของผู้ใช้งานที่ต่างเพศ ต่างวัย ต่างความสามารถ ต่างสภาวะทางกาย ให้ทุกคนสามารถใช้ประโยชน์ได้อย่างเท่าเทียม
2. ความสามารถในการปรับเปลี่ยนการใช้งาน (Flexibility in use) การออกแบบให้มีความยืดหยุ่นในการใช้งาน สามารถปรับเปลี่ยนได้ง่ายเพื่อให้เหมาะสมต่อการใช้งาน
3. เรียบง่ายและใช้งานได้ด้วยตนเอง (Simple and intuitive) การออกแบบต้องทำให้ทุกคนสามารถเข้าใจการใช้งานได้โดยไม่ซับซ้อน สามารถใช้งานได้ด้วยตนเอง ไม่จำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการใช้งาน
4. ข้อมูลสารสนเทศสื่อความหมายเข้าใจได้ (Perceptible information) ให้ข้อมูลที่เข้าใจได้ง่าย ไม่จำเป็นต้องอาศัยการรับรู้ทางร่างกายมากเกินไป
5. ทนต่อความผิดพลาด (Tolerance for error) ควรออกแบบให้มีระยะเผื่อ เพื่อในกรณีที่เกิดความผิดพลาดในการใช้งาน ผู้ใช้งานจะได้ปลอดภัยหรือ มีผลก่อให้เกิดอันตรายน้อยที่สุด
6. เบาแรง (Low physical effort) การออกแบบให้ทุกคนสามารถใช้งานได้สบาย สามารถใช้ด้วยความสามารถทางกายภาพต่ำ ไม่จำเป็นต้องออกแรงหรือใช้กำลังมากเพื่อจะใช้งาน
7. ขนาดและที่ว่างเพื่อการเข้าถึงและใช้ได้ (Size and space for approach and use) ขนาดที่พื้นที่ที่เหมาะสม จะทำให้เกิดความสะดวกสบายในการใช้งาน

2.1.8. แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุนอกจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายแล้ว ยังมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม จิตใจและเศรษฐกิจ ด้วยเหตุนี้การจัดสภาพแวดล้อมในการอยู่อาศัย³⁷ ที่ดีควรคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงในทุกๆ ด้าน นอกจากนี้ยังควรถึงขนาดและความต้องการใช้งานจริงของผู้สูงอายุด้วย แนวคิดการออกแบบสภาพแวดล้อมและที่พักอาศัยของผู้สูงอายุนั้นผู้ออกแบบควรคำนึงถึงแนวคิด 4 ข้อได้แก่

37 หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .บ้านปลอดภัยวัยเกษียณ, 2555.

1. มีความปลอดภัยทางกายภาพ (Physical Safety) เช่น มีแสงสว่างเพียงพอ บริเวณบันได และห้องน้ำพื้นไม่เปลี่ยนระดับ พื้นไม่ลื่น มีราวจับในห้องน้ำ มีสัญญาณเรียกขอความช่วยเหลือฉุกเฉิน
2. สามารถเข้าถึงได้ง่าย (Accessibility) เช่น มีทางลาดสำหรับผู้ใช้รถวีลแชร์ ความสูงตู้เหมาะสมหยิบของได้สะดวก
3. สามารถสร้างแรงกระตุ้น (Stimulation) เช่น การตกแต่งบ้านให้น่าสนใจ ทำให้ชีวิตกิจกรรม กระชุ่มกระชวย ไม่ซึมเศร้า เข้าร่วมกิจกรรม เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุแสดงความสามารถได้อย่างเต็มที่
 - ทางกรมมองเห็นการเปิดให้มีแสงธรรมชาติ การตกแต่งบ้านด้วยสีส้ม
 - ทางการได้ยิน เปิดเพลงเบาๆหรือเสียงน้ำพุ
 - ทางการได้กลิ่น ปลูกดอกไม้ที่มีกลิ่นหอมตามช่วงเวลาเพื่อเป็นการกระตุ้นเรื่องการรับรู้เรื่องเวลา
 - ทางการสัมผัส ใช้วัสดุพื้นผิวที่ต่างกันสร้างความน่าสนใจรวมถึงเป็นการเตือนอันตราย บอกถึงจุดเปลี่ยนระดับ
 - ทางใจ การมีพื้นที่สำหรับแขกหรือพบปะสังสรรค์กับเพื่อนวัยเดียวกันหรือกับลูกหลาน
4. ดูแลรักษาง่าย (Low Maintenance) พื้นที่ บ้านพักอาศัยขนาดเหมาะสม ไม่เล็กจนคับแคบและไม่ใหญ่โตจนดูแลไม่ทั่วถึง เป็นภาระเรื่องการดูแลทำความสะอาด

ข้อแนะนำสำหรับการจัดที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุเบื้องต้น

 - ติดไฟให้สว่างขึ้น โดยเฉพาะบริเวณประตู บันได บริเวณที่ใช้เป็นประจำ
 - ไม่ควรให้เห็นหลอดไฟโดยตรง เพราะจะทำให้ตาพร่า ควรใช้ไฟแบบซ่อน(Indirect light)
 - วัสดุพื้นที่ใช้ไม่ควรเป็นวัสดุสะท้อนแสงใช้ปูมสัญลักษณ์ขนาดใหญ่
 - หลีกเลี่ยงการใช้สีโทนเย็น เช่น ฟ้ำ ม่วง เขียว เป็นต้นและควรใช้สีโทนร้อน เช่น สีแดง สีส้ม สีเหลือง เป็นต้นในการตกแต่งบ้าน
 - ใช้สีตัดกัน เช่น ขอบบันไดลูกตั้งลูกนอน สีโต๊ะตัดกับสีพื้น สีสวิทช์ไฟตัดกับสีผนัง

ข้อแนะนำเกี่ยวกับระยะและขนาดพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ดังนี้

 1. เฟอร์นิเจอร์ ระยะของเฟอร์นิเจอร์และอุปกรณ์ภายในบ้าน ต้องมีความสูง ความกว้างสัมพันธ์ กับสรีระที่เปลี่ยนไปด้วย ทั้งนี้ผู้สูงอายุจะมีการลดสัดส่วนลงในทางตั้งและขยายสัดส่วนในทางนอน เพราะสาเหตุด้านสรีระนี้ ความสูงของตู้ลอย ความสูงของม้านั่ง ต้องปรับระดับให้เตี้ยลง ความสูงราวจับในห้องน้ำ ทางเดิน ต้องมีระดับเตี้ยลง แต่ขนาดของเก้าอี้

ความสูงของประตูต้องกว้างขึ้น และหากผู้สูงอายุต้องใช้วีลแชร์ ความกว้างยิ่งต้องมากขึ้นกว่าผู้สูงอายุปกติทั่วไป

2. ห้องน้ำ การตกแต่งที่ควรหลีกเลี่ยงเพื่อป้องกันและลดความเสี่ยงในการหกล้มในห้องน้ำ

- ไม่ควรใช้ หินอ่อน หินแกรนิต
- การเล่นระดับพื้นภายในห้องน้ำ
- การประตูปipeแบบแสงสลัวๆ คูลิกลีบ นำค้นหา หรือใช้พื้น-ผนังสีเข้ม

ทั้งนี้ควรเพิ่มราวจับบริเวณข้างชักโครก หรือเพิ่มเก้าอี้นั่งอาบน้ำ เพื่อความปลอดภัยยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ ห้องน้ำที่ดีต้องมีการระบายอากาศที่ดี (ด้วยวิธีธรรมชาติหรือมีพัดลมดูดอากาศได้) ยังต้องมีแสงธรรมชาติส่องถึงเพื่อให้ห้องน้ำแห้งตลอดเวลาและช่วยฆ่าเชื้อโรค รวมถึงต้องมีอุปกรณ์เพื่อความปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ ขนาดห้องน้ำควรมีขนาดกว้างพอที่ให้ผู้สูงอายุเข้าไปใช้งานได้ ห้องน้ำที่เหมาะสมควรมีลักษณะดังต่อไปนี้

- พื้นกว้างภายในอย่างน้อย 1.50 x1.50 ม. เพื่อให้รถวีลแชร์สามารถหมุนตัวภายในห้องน้ำได้
- พื้นภายในห้องน้ำกับพื้นด้านหน้าควรมีระดับเดียวกัน หรือต่างกันไม่เกิน 2 ซม. มีทางลาดลง
- ประตูบานเลื่อน กว้างสุทธิ 90 ซม. ตัวล็อกประตูเป็นแบบขอสับ
- พื้นห้องน้ำปูด้วยวัสดุ ไม่ลื่น ผิวหยาบ สีสว่าง หรือหากพื้นเดิมเป็นวัสดุที่ลื่นก็สามารถเคลือบน้ำยากันลื่น(anti-slip)ได้
- แบ่งพื้นที่ส่วนเปียกส่วนแห้ง ภายในห้องน้ำจะแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนอ่างล้างหน้าส่วนโถสุขภัณฑ์ และส่วนอาบน้ำ

2.1 ส่วนอ่างล้างหน้า ควรเป็นอ่างแบบมีพื้นที่โล่งด้านล่างเพื่อให้ผู้ใช้รถวีลแชร์สามารถสอดขาเข้าไปได้ อ่างล้างหน้าชนิดแขวน ควรติดตั้งราวจับข้างอ่างล้างหน้าทั้งสองด้าน เพื่อป้องกันผู้สูงอายุยืนค้ำและถ่วงน้ำหนักตัวลงอ่างล้างหน้า ลักษณะการติดตั้งระดับเสมออ่างล้างหน้า (80 ซม.) ติดให้ชิดขอบอ่างมากที่สุด หากห้องน้ำพื้นที่แคบ แนะนำให้เลือกราวจับรุ่นที่พับเก็บได้ในแนวตั้ง

- อ่างล้างหน้าแบบมีเคาน์เตอร์ ซึ่งมีความแข็งแรงมากพอในการรับน้ำหนักผู้สูงอายุ ขณะยืนใช้งานแต่มักจะพบปัญหาว่าระดับหน้าเคาน์เตอร์ลึกลงไปทำให้ผู้ใช้รถเข็นวีลแชร์ไม่สามารถเข้าใช้งานได้ ความสูงระดับเคาน์เตอร์ที่เหมาะสมคือขอบบนสูงไม่เกิน 80 ซม. ขอบล่างมีความสูงมากกว่า 60 ซม.
- ก๊อกน้ำควรเลือกใช้ก๊อกน้ำแบบปิด เปิดปิดง่ายและออกแรงน้อยกว่า

- กระจกเงา หากผู้สูงอายุใช้รถเข็นวีลแชร์ ระดับขอบล่างกระจกควรสูงจากพื้นไม่เกิน 1.00 ม. หรือควรใช้กระจกเงารุ่นปรับมุมได้ติดตั้งในระดับความสูงที่ขณะรถวีลแชร์นั่งใช้งาน มองเห็นได้ทั้งตัว

2.2 ส่วนโถสุขภัณฑ์ ควรใช้เป็นโถสุขภัณฑ์นั่งราบแบบที่มีหมอน้ำเป็นพนักพิงมีปุ่มปล่อยน้ำด้านหน้า ง่ายต่อการใช้งานมากกว่ารุ่นปุ่มกดอยู่ด้านบนซึ่งต้องออกแรงมากกว่า

- ความสูงของชักโครก ไม่ควรสูงหรือเตี้ยเกินไป ระดับที่เหมาะสมคือระดับจากพื้นถึงเข่าของแต่ละคน โดยทั่วไปเราจะใช้ความสูงประมาณ 40-45 ซม.
- บริเวณที่นั่งชักโครกควรมีราวจับเพื่อช่วยพยุงตัว
- ราวจับรูปตัว L ติดด้านผนัง แนวนอนติดตั้งสูงจากพื้น 70 ซม. ช่วยพยุงตัวลุกขึ้นและราวแนวตั้งช่วยในการดึงตัวเองขึ้นมา ควรมีระยะยื่นออกจากหน้าชักโครก 25-30 ซม. หากมีงบประมาณเพียงพอ ควรติดตั้งราวจับข้างชักโครกอีกด้าน เป็นราวจับแบบพับเก็บได้ในแนวตั้งเพื่อช่วยพยุงตัวอีกด้านติดตั้งสูงจากพื้น 70 ซม. ติดห่างจากข้างโถสุขภัณฑ์ 15-20 ซม.
- ปุ่มกดสัญญาณขอความช่วยเหลือ ติดตั้งด้านข้างชักโครกสูงจากพื้นประมาณ 90 ซม. อาจเลือก เป็นแบบที่มีเชือกห้อยลงมา ในกรณีที่ล้มลงที่พื้นห้องน้ำจะสามารถกระตุกเชือกเรียกขอความช่วยเหลือได้

2.3 ส่วนอาบน้ำ พื้นที่ยกขึ้นข้างกว้างเพื่อในอนาคตจะเป็นต้องมีผู้ช่วยอาบน้ำจะได้มีพื้นที่เพียงพอต่อการใช้งาน พื้นห้องน้ำมีความเอียงลาดไปสู่ท่อระบายน้ำ สามารถระบายน้ำได้อย่างรวดเร็ว ผู้สูงอายุควรใช้เก้าอี้นั่งอาบน้ำ เพื่อความปลอดภัย

- ความสูงของก๊อกฝักบัวสูง 90 ซม. ฝักบัวมีราวปรับระดับความสูงได้ ก๊อกฝักบัวเป็นแบบเปิด-ปิดง่าย ความสูงระดับฝักบัวที่เหมาะสมกับผู้ใช้งานวีลแชร์คือ 120 ซม.
- ติดตั้งราวจับรูปตัว L เพื่อใช้ในการพยุงตัว
- บันได บันไดที่ไม่มีลูกตั้ง มักจะดูสวยงาม โปร่งโล่ง แต่ไม่เหมาะกับผู้สูงอายุอย่างยิ่ง เนื่องจากอาจทำให้ผู้สูงอายุก้าวพลาดและหกล้มได้ อีกทั้งบันไดบ้านเรือนไทยหรือบันไดบ้านในชนบทนั้นมีความชันมากลูกนอนหรือขั้นเหยียบแคบ เป็นความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดอุบัติเหตุได้เช่น กันบันไดที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุนั้นเรียกว่า “บันไดสบาย” บันไดสบาย ให้ความหมายครอบคลุมถึงอิริยาบถของ “ท่าเดินผู้สูงอายุ” (Senile Gait) โดยจะเดินก้าวสั้นๆ และช้าลง ช่วงเวลาที่เท้าทั้งสองข้างแตะพื้นพร้อมๆ กัน ในขณะที่เดินเท้ากางออกจากกันมากกว่าปกติหลังงอและตัวเอนไป

ข้างหน้าเล็กน้อย แขนกาง ออกและแกว่งน้อยเวลาหมุนตัวแล้ว ลำตัวจะแข็ง และมี การบิดของเอวน้อย ดังนั้นบันไดที่ผู้สูงอายุจะเดินสบายควรมีลักษณะดังนี้

- ลูกนอนหรือขั้นเหยียบกว้างประมาณ 30 ซม.หรือเหยียบแล้วเสมอกับฝ่าเท้า
- ลูกตั้งสูงไม่เกิน 15 ซม.
- สีของลูกนอนและลูกตั้งควรเป็นสีตัดกัน เพื่อให้มองเห็นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น
- ไม่มีจมูกบันไดที่ยื่นแหลมออกมา หรือยื่นออกมาได้ไม่เกิน 2 ซม.
- มีราวจับกลมสูงจากพื้น 90 ซม.ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 40 มม.หรือ1.5 นิ้ว เพื่อให้จับได้แน่นกำพอดีมือ
- ขั้นบันได สีสว่าง มีแสงสว่างเพียงพอ

3. ห้องรับแขก ห้องนั่งเล่น เป็นหน้าตาของเจ้าของบ้าน ดังนั้นนอกจากความสวยงาม สะอาด เรียบร้อยแล้ว การเลือกใช้เฟอร์นิเจอร์หรือการตกแต่งที่เหมาะสมยังช่วยส่งเสริมสุขภาพ ให้กับเจ้าของบ้านผู้สูงอายุอีกด้วย ภายในห้องควรมีระบบระบายอากาศที่ดี

- การจัดเฟอร์นิเจอร์ชุดรับแขก ควรจัดให้โซฟาหันเข้าหากัน เพื่อส่งเสริมให้มี ปฏิสัมพันธ์กันได้ หลีกเลี่ยงหันโซฟาเข้าหาโทรทัศน์วัสดุพื้นใช้สีสว่าง นุ่ม และดูแล รักษาความสะอาดง่าย
- สีพื้น ผนัง เฟอร์นิเจอร์ อุปกรณ์ตกแต่ง ควรใช้สีตัดกัน ไม่มีสิ่งกีดขวางทางเดิน เช่น โตะกลาง พรมเช็ดเท้า
- ชุดโซฟาควรเป็นสีสว่าง ความสูงของที่นั่งประมาณ 45 ซม. ถ้าหากเตี้ยเกินไปทำให้ ลูกยากเบาจะมีความนิ่มที่เหมาะสม นั่งแล้วไม่ยุบตัว
- หลีกเลี่ยงโตะกลางที่เป็นกระจกใส เพราะสายตาของผู้สูงอายุจะมองเห็นไม่ชัดเจน
- ขอบล่างของหน้าต่างควรสูงจากพื้น 50-60 ซม. เพื่อให้มุมมองขณะนั่งกว้างขึ้น มองเห็นวิวภายนอกได้
- หากแสงภายนอกจ้าเกินไป ควรติดม่านปรับแสง เพื่อลดแสงจ้า
- ห้องนั่งเล่นควรมีมุมทำงานอดิเรกที่เหมาะสมกับสรีระของร่างกายเพื่อป้องกันการ นั่งผิดท่า
- แสงสว่างภายในห้องควรใช้เป็นแสงแบบ Indirect light เพื่อไม่ให้แสงแยงตา ผู้สูงอายุโดยตรง

4. ห้องครัว การทำอาหารถือเป็นกิจวัตรประจำวันและงานอดิเรกของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ สามารถป้องกันโรคความจำเสื่อมได้ แต่ต้องจำกัดขอบเขตในการทำตามความสามารถของ ผู้สูงอายุแต่ละท่าน ทั้งนี้ควรมีผู้ดูแลเพื่อความปลอดภัย การประกอบอาหารเป็นกิจกรรมที่

ต้องใช้เวลาานาน ดังนั้น หากเฟอร์นิเจอร์ไม่เหมาะสมกับการใช้งานแล้ว ก็อาจจะทำให้ปวดเมื่อยหรือเกิดอุบัติเหตุได้

- ระดับโต๊ะ เคาน์เตอร์ ควรมีความสูงจากพื้น 75 ซม.
- เพื่อหลีกเลี่ยงการก้มหรือเขย่งเป็นเวลานานด้านล่างของโต๊ะเคาน์เตอร์ ควรเป็นพื้นที่โล่ง เพื่อให้สามารถนั่ง หัน ล้าง หรือเตรียมอาหารได้สะดวกสบายยิ่งขึ้น อีกทั้งผู้ใช้รถวีลแชร์ก็สามารถใช้งานได้
- หิ้ง ชั้นวางของ ตู้ลอยต่างๆ ควรมีความสูงไม่เกิน 170 ซม. เพื่อให้สามารถเอื้อมหยิบของได้สะดวก ปัจจุบันมีชั้นวางของภายในตู้ลอยแบบที่ด้านในสามารถดึงลงมาได้
- หลีกเลี่ยงการใช้เตาแก๊ส เพราะผู้สูงอายุอาจจะลืมปิด หรือ แก๊สอาจจะรั่วได้ ควรใช้เตาแม่เหล็กไฟฟ้า ที่สัมผัสหน้าเตาแล้วไม่ร้อน
- มีแสงสว่างเพียงพอทั้งบริเวณเตรียมอาหาร และ ประงอาหาร
- ปลั๊กไฟควรใช้ชนิดที่มีสวิตช์เปิดปิด เพื่อป้องกันไฟกระชากหรือเสียบปลั๊กไม่แน่นจนเกิดไฟฟาลัดวงจรได้

5. การเลือกใช้และติดตั้งอุปกรณ์ต่างๆ

- สวิตช์และปลั๊กไฟ ควรติดตั้งในระดับที่ไม่สูงจนเกินไปหรือไม่เตี้ยจนต้องก้มระดับที่เหมาะสมคือระดับล่างสูงจากพื้นไม่น้อย 45 ซม. เพื่อหลีกเลี่ยงการก้ม ระดับบนสูงจากพื้น 100-120 ซม. เพื่อให้ผู้ใช้รถวีลแชร์เปิดปิดไฟได้สะดวก
- หน้ากากปลั๊กไฟหรือสวิตช์ไฟ ควรมีสีที่ตัดกับผนังโดยรอบเพื่อให้มองเห็นได้ชัดเจน
- อุปกรณ์ที่กินไฟมาก ปลั๊กไฟควรมีสวิตช์เปิดปิด ป้องกันการเกิดประกายไฟเพื่อความปลอดภัย
- สวิตช์ไฟในห้องนอนอาจใช้เป็นสวิตช์หึ่งห้อย มีแสงในตอนกลางคืนเพื่อให้มองเห็นได้ง่ายขึ้น
- หลอดไฟภายในบ้านที่ เหมาะสมกับผู้สูงอายุควรเป็นแสงส่องอ้อม (Indirect Light) โดยเฉพาะห้องนอนเพื่อไม่ให้แสงไฟแยงตาผู้สูงอายุจนเกิดอาการหน้ามืดควรเป็นหลอดไฟที่ถอดเปลี่ยนง่าย ระดับไม่สูงจนเกินไป

6. การปรับเปลี่ยนพื้นที่ภายนอกบ้าน ทางเข้าบ้านมีชายคายื่น เพื่อป้องกันฝนและช่วยปรับแสงไม่ให้จ้าเกินไป เพราะสายตาผู้สูงอายุปรับตัวช้า อาจเกิดอาการหน้ามืดได้

- ทางเข้าบ้านควรมีที่นั่งใส่รองเท้าเพื่อความปลอดภัย

- ทางเข้าบ้านควรมีระดับเดียวกับพื้นที่ภายนอก การออกแบบที่ดีที่สุด คือ ไม่ควรมีพื้นที่ต่างระดับ ไม่ควรมีธรณีประตู
- หากมีบันไดหน้าบ้าน ควรมีระยะของลูกนอน(ขั้นเหยียบ) 30 ซม. ความสูงลูกตั้งไม่เกิน 15 ซม. และมีราวพุงตัวที่แข็งแรง ปลอดภัย
- หากมีทางลาด ควรมีความชันไม่น้อยกว่า 1:12 หมายถึง พื้นที่ต่างระดับ 10 ซม. ทางลาดต้องยาวไม่น้อยกว่า 120 ซม.
- มีบริเวณบ้านที่สามารถทำสวน เลี้ยงสัตว์ ออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมเบาๆได้ แต่ไม่ควรมีพื้นที่กว้างมากนักเพราะจะทำให้เป็นภาระในการดูแลรักษา
- พืชพรรณที่ปลูก ควรเป็นไม้ดอกสีส้ม สวยงาม มีกลิ่นหอม หากออกดอกหรือส่งกลิ่นเป็นช่วงเวลาได้จะยิ่งดี เพราะจะช่วยกระตุ้นการรับรู้เรื่องเวลาของผู้สูงอายุ อีกทั้งไม้ดอกยังช่วยเรียกผีเสื้อและแมลง ทำให้เกิดความมีชีวิตชีวา
- ควรหลีกเลี่ยงไม้ผล ไม้มีหนาม ไม้ที่มียาง
- ระยะห่างระหว่างตัวบ้านและประตูรั้วบ้าน อยู่ในระยะที่เดินง่าย มีพื้นเรียบ ไม่ลื่น
- วัสดุที่เหมาะสมสำหรับปูทางทางควรเป็นวัสดุเรียบ มีรอยต่ออย่างน้อยที่สุด ไม่ใช่แผ่นทางเท้าเพราะอาจทำให้ก้าวพลาดหรือสะดุดได้
- หากเป็นพื้นบล็อกลายคล้ายสนามเด็กเล่นได้จะยิ่งดี เพราะลื่นแล้วจะไม่เจ็บ

การออกแบบสถาปัตยกรรมที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ (architectural design for older person) และแนวทางการออกแบบที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ³⁸ ได้เสนอหลักการออกแบบบ้านพักสำหรับผู้สูงอายุเพื่อจุดประสงค์ในเรื่องความปลอดภัยเป็น สำคัญดังนี้

- 1) ห้องรับแขกพักผ่อน เป็นจุดศูนย์กลางของการอยู่อาศัย จึงควรเป็นห้องที่ไม่มีสิ่งกีดขวางหรือมีเฟอร์นิเจอร์กีดขวาง ถ้าเป็นไปได้ควรใช้เตียงนอนเป็นพื้นที่แบ่งส่วนหน้าต่างในห้องควรมีขนาดใหญ่พอที่จะให้แสงสว่างและแสงแดดผ่านเข้ามาได้ พื้นที่นี้จะมีกิจกรรมต่าง ๆ เป็นส่วนประกอบ เช่น นันทนาการและบันเทิง อ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ นั่งเล่น ฯลฯ
- 2) ห้องครัว สำหรับผู้สูงอายุหญิงมักใช้ห้องครัวค่อนข้างบ้อยห้องครัวควรมีการจัดให้เป็นระเบียบสิ่งของต่างๆที่ใช้ประจำควรอยู่ในที่หยิบง่าย สะดวก ไม่ต้องใช้การปีนหรือใช้บันไดต่อ บริเวณพัดลมดูดอากาศควรนำมาทำความสะอาดบ่อยๆ พื้นที่ควรมีกว้างขวาง สำหรับผู้สูงอายุที่ใช้รถเข็น ควรจัดเตรียมอุปกรณ์ทำครัวให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสปรุงอาหารด้วยตนเอง เพื่อไม่ให้เหงาและใช้เวลาว่างให้เกิด และควร

³⁸ Lawton, MP.1975 อ้างถึงใน วรพรรณ นิตยบงกช,2541 : หน้า 60

พิจารณาถึงข้อจำกัดในการใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ภายในครัวเช่น เตา ตู้เย็น อ่างล้างมือ สำหรับเตาควรปลอดภัยมากที่สุดที่จะเกิดเพลิงไหม้ เตาไม่ควรอยู่ในมุม อ่างล้างมือควรเป็นแบบคู่ ด้านล่างของอ่างล้างมือควรมีพื้นที่สำหรับรถเข็นตู้เย็นหรือลิ้นชักในครัวควรอยู่ในตำแหน่งที่เหมาะสมเพื่อที่ผู้สูงอายุจะได้ไม่ก้มมากเกินไปทำให้เสียสุขภาพหลัง

- 3) ห้องนอน เป็นห้องที่ใช้มากที่สุดควรมีความเป็นส่วนตัวมากที่สุด ควรแยกเป็นสัดส่วนจากห้องอื่นๆ ห้องนอนไม่ควรเล็กเกินไปและควรที่จะเป็นห้องที่ส่งเสริมกำลังใจและให้ความหวัง ด้วยหน้าต่างและการมองเห็นทิวทัศน์ เพียงควรจะสามารถเคลื่อนย้ายได้ ในบางโอกาสและไม่ควรอยู่ในมุมใดมุมหนึ่ง ห้องนอนควรมีที่สำหรับวางโทรทัศน์ ผู้ที่อยู่เป็นคู่ควรมีพื้นที่เพียงพอสำหรับเตียงคู่
- 4) ห้องแต่งตัว มีตู้เสื้อผ้า โต๊ะเครื่องแป้งและกระจก นักจิตวิทยาบอกว่าการที่ผู้สูงอายุได้ส่องกระจกดูตัวเองจะทำให้สุขภาพจิตดีขึ้นโดยกระตุ้นให้ได้รับรูถึงสภาพปัจจุบันของตนเอง
- 5) หน้าต่าง ไม่ควรสูงเกินไป ทำให้สามารถมองเห็นวิวภายนอกได้ง่ายและไม่ควรปิดหรือเลื่อนเกินไปเพราะจะทำให้มีเสียงดังเวลาลมพัด และควรจะทำจากวัสดุที่แข็งแรงเพื่อความปลอดภัย
- 6) ห้องน้ำ เป็นบริเวณที่พบว่าผู้สูงอายุเกิดการหกล้มมากที่สุดจึงเป็นส่วนที่ได้รับการดูแล อย่างใกล้ชิด พื้นห้องน้ำควรมีการปูพื้นกันลื่นหรือปูด้วยกระเบื้องชนิดไม่ลื่น และสามารถดูแลทำความสะอาดง่าย มีการติดตั้งราวยึดจับบริเวณข้างที่นั่งชักถ่ายหรือที่อาบน้ำ ที่นั่งชักถ่ายควรใช้ชนิดนั่งได้ และมีความสูงพอเหมาะ มีความมั่นคง ประตูห้องน้ำควรเป็นแบบเปิดออกด้านนอกและที่ล็อคควรเปิดออกจากด้านนอกได้ เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน กระจกควรมีการติดตั้งในตำแหน่งที่ต่ำ ใกล้กับอ่างน้ำเพื่อให้ผู้ใช้ได้มองเห็นตัวเองได้ง่ายขึ้น อ่างน้ำไม่ควรลึกเกินไป ถ้ามีก๊อกน้ำร้อนควรมีมาตรการป้องกันการเกิดน้ำร้อนลวกในผู้สูงอายุ สำหรับอ่างอาบน้ำ การเดินเข้าและออกอ่างอาบน้ำในผู้สูงอายุอาจเกิดอุบัติเหตุได้ ในขณะที่การใช้ฝักบัวจะปลอดภัยมากกว่า แต่ต้องระมัดระวังอุบัติเหตุที่เกิดจากการใช้น้ำร้อนด้วย หรือติดตั้งฝักบัวแบบปรับระดับได้ก็จะเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ควรมีราวจับ (grab bar) ใน ห้องน้ำโดยเฉพาะตรงฝักบัวและที่อาบน้ำ ควรมีสัญญาณฉุกเฉินในห้องน้ำสำหรับบ้านแบบไทยโดยทั่วไปอาจใช้ถังหรือตุ่มน้ำตักอาบ ความสูงของถังน้ำหรือโถงควรอยู่ในระดับที่พอเหมาะไม่สูงจนเกินไป และมีที่นั่งอาบน้ำ เพราะอาจทำให้ผู้สูงอายุต้องเอื้อมตัก

น้ำอาจเกิดการพลัดลื่นได้ อุปกรณ์ของใช้ในห้องน้ำควรจัดเก็บให้เป็นระเบียบ มี
เฉพาะของที่จำเป็น

ที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย³⁹

- 1) ควรเป็นบ้านชั้นเดียว ไม่มีขั้นที่สูง(step) มีชานพักหรือบันไดที่กว้างลึก ทางเข้า
ระดับเดียวกับพื้นภายนอก พื้นไม่ลื่น ประตูกว้างขวาง มีวิวดี มีปลั๊กไฟเพียงพอ มี
การไหลเวียนของอากาศที่ดี แสงสว่างเพียงพอ ระบบป้องกันเพลิงไหม้ที่ดี วัสดุ
ก่อสร้างดีเหมาะสมกับสภาพอากาศและสะดวกในการบำรุงรักษา
- 2) ห้องนอน อยู่ใกล้ห้องน้ำ มีแสงสว่างสำหรับการอ่าน มีพื้นที่เก็บของเพียงพอ
กว้างขวางพอสำหรับเตียงคู่
- 3) ห้องน้ำ อ่างอาบน้ำปลอดภัยมีราวจับติดที่ผนัง มีตู้ยาขนาดพอเหมาะ มีปุ่มสวิทช์
หน้าประตูทางเข้า
- 4) ห้องครัว มีขนาดที่พอเหมาะไม่ต้องใช้แรงงานหรือการเดินมาก มีระบบระบาย
อากาศดี หิ้งและตู้ต่างๆ ใช้ง่ายและสะดวก มีพื้นที่เก็บของเพียงพอ มีมูนั่ง
รับประทานอาหาร
- 5) ก๊อกน้ำ เป็นหัวเดียวผสมเพื่อป้องกันน้ำร้อนลวก
- 6) สวิตช์ สูงไม่เกิน 3 ฟุต เพื่อหลีกเลี่ยงการเอื้อม
- 7) ปลั๊กไฟ อย่างน้อย 1.5 ฟุตสูงจากพื้น เพื่อหลีกเลี่ยงการก้ม
- 8) ลูกบิด ใหญ่ จับง่าย รูปทรงหกเหลี่ยมแปดเหลี่ยมหรือแบบดัดขึ้น ตู้เสื้อผ้าควรมี
ประตูแบบเลื่อน
- 9) หน้าต่าง แบบประหยัดพลังงาน ง่ายต่อการทำความสะอาด
- 10) ห้องนั่งเล่น มีหน้าต่างมองเห็นวิวภายนอก

การจัดการและการตกแต่งภายในที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ⁴⁰ควรมีลักษณะดังนี้

- 1) กำแพงและประตู ตำแหน่งต่างๆ บนกำแพงที่จะติดหิ้งหรือตุ๊กตาสัตว์ของ ควรติดตั้ง
ให้ต่ำ กว่าปกติเพราะอาจมีผู้ที่ต้องใช้รถเข็น และผู้สูงอายุโดยทั่วไปแล้วจะตัวเล็ก
กว่าคนปกติ ประตูและกำแพงไม่ควรมีราคาแพงเกินไป และควรง่ายต่อการรักษา
หลีกเลี่ยงพื้นผิวที่มันวาวลื่นจนเกินไป

³⁹ Buckley Joseph, 1967: 88 อ้างถึงใน ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และคณะ, มาตรฐานขั้นต่ำสำหรับที่พักอาศัย และสภาพแวดล้อมของ
ผู้สูงอายุ. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์. สำนักงาน สนับสนุนการวิจัย (สกว.). กรุงเทพมหานคร:จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548. หน้า 2-
21

⁴⁰ Laszio, Aranyi and Goldman, Larry L. Design of long-term care facilities. New York: VanNostrand Reinhold, 1980

- 2) พื้น ควรเลือกที่มีลักษณะเฉพาะ คือ เรียบง่ายต่อการดูแลรักษา คงสภาพเดิมได้ดี ทนต่อน้ำ พื้นควรแห้งไม่มีน้ำ ควรคำนึงถึงส่วนประกอบอื่น ๆ ด้วย เช่นการใช้รถเข็นและไม้เท้าช่วยเดิน สำหรับพื้นบ้านเรือนโดยทั่วไปของไทยจะนิยมเป็นพื้นไม้ เรียบ ซึ่งมีความเหมาะสมกับการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ แต่อย่างไรก็ตามไม่ควรขัดมันหรือขัดพื้นให้ผิวลื่น สะทอนหรือมันวาวจะเป็นการเพิ่มความเสี่ยงต่อการหกล้ม หากกรณีจะใช้พรมจำเป็นต้องพิจารณาหลายประการ เช่น การใช้ลวดลายและสีที่เหมาะสมไม่ทำให้เกิดตาบวม ควรทำเครื่องหมายแสดงให้ชัดเจนบริเวณที่พื้นมีความต่างระดับ ดูแลจัดไม่ให้มีสิ่งกีดขวางที่อาจทำให้เกิดการสะดุดล้ม
- 3) เพดาน ส่วนใหญ่ใช้ในการกระจายและเก็บเสียง เลือกใช้ให้เหมาะสมกับสภาพที่อยู่อาศัย ควรคำนึงถึงการป้องกันน้ำไม่ให้รั่วซึม
- 4) สี เป็นเรื่องต้องมีความระมัดระวังอย่างมากในการใช้สี จำเป็นต้องคำนึงถึงทั้งทางกายภาพและด้านจิตใจ เช่น สีที่ให้ความรู้สึกต่าง ๆ กัน ความอ่อนแ่มของสีที่จางลง (สีฟ้า สีเขียว จางลงเร็วกว่าสีแดง) ควรรับรู้ถึงการแบ่งเขตพื้นที่ที่อยู่ใกล้บ้าน ประตูที่มีสีต่างกันสามารถช่วยแบ่งแยก ลักษณะห้องต่าง ๆ ได้ การใช้สีที่ต่างกันบนพื้นทางเดินจะช่วยในการกระเษะการเดินได้เมื่ออายุเพิ่มขึ้นผู้สูงอายุจะมีความสามารถในการเทียบสีลดลงทำให้แยกสีที่คล้ายกันยากขึ้นโดยทั่วไปผู้สูงอายุสามารถแยกสีแดง สีสม สีเหลือง ได้ดีกว่าสีน้ำเงิน สีม่วงและสีเขียว การใช้สีสดอาจช่วยป้องกันการเกิดอุบัติเหตุได้ แต่ไม่ควรนำมาใช้มากเกินไปเนื่องจากจะเป็นการรบกวนสายตาและเมื่ออยู่นาน ๆ อาจรู้สึกไม่สบายตาเท่าที่ควร จึงควรเลือกสีที่ดูสบายตาเช่น สีเขียว สีขาว สีครีมหรือสีจากเนื้อวัสดุธรรมชาติเช่น ไม้เป็นต้น สีมืดต่อการตอบสนองทางจิตใจในหลากหลายด้าน ดังนั้นด้านของสีที่จะใช้กับผู้สูงอายุ จึงควรระมัดระวังในการใช้
- 5) แสง แสงจากธรรมชาติและที่ประดิษฐ์ขึ้น (ไฟ โคมไฟต่าง ๆ) มีความจำเป็นเพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุเนื่องจากสภาวะการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพทางตาของผู้สูงอายุ ดังนั้นการออกแบบควรให้ มีบริเวณที่มีแสงธรรมชาติส่องถึง จุดประสงค์ในการให้แสงคือ การลดการเกิดเงา สะทอนและ สว่างพอที่ทำให้ผู้สูงอายุมองเห็นสิ่งแวดล้อมได้ชัด แสงสว่างที่ใช้ในบ้านและทางเดินควรมีความสว่าง เพียงพอ ไม่ควรเป็นแสงจ้าแต่เป็นแสงนวลไม่หลอกตา โดยเฉพาะบริเวณทางเดิน บันไดและห้องน้ำ การจัดวางกระจกต่าง ๆ ควรหลีกเลี่ยงไม่ให้สะท้อนแสงเข้าตาควรมีสวิตช์อยู่ในจุดที่ผู้สูงอายุเปิดปิด ได้สะดวก และควรมีแสงไฟจากภายนอกสอดเข้ามาในกรณีไฟในบ้านเพื่อช่วยในการมองเห็นของผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุมักมีปัญหา

- ทางด้านสายตาดังนั้นในบริเวณที่อยู่อาศัยจึงควรมีความสว่างทั้งในเวลากลางวัน และกลางคืนทางเดินควรทำราวจับสำหรับผู้สูงอายุเพื่อช่วยในการเดิน
- 6) เก้าอี้และโต๊ะ เก้าอี้แบ่งได้เป็น 2 แบบคือ เก้าอี้สำหรับนั่งเล่น และเก้าอี้ใช้อำนวยความสะดวกเฉพาะอย่าง เก้าอี้ควรมีความสะดวกในการนั่ง ควรมีแขนเก้าอี้ให้ผู้สูงอายุเพื่อช่วยในการลงนั่งและลุกขึ้นยืน เก้าอี้ไม่ควรจะสูงมากกว่า 17 นิ้ว (สำหรับคนไทยที่มีขนาดตัวเล็กกว่าควรปรับลดขนาดลง โดยเมื่อนั่งลงแล้ว เข่าควรทำมุมกับพื้น 90 องศา ฝ่าเท้าแนบพื้น)ความกว้างของเก้าอี้มีขนาดพอที่ผู้สูงอายุนั่งได้สบาย เบาะนั่งไม่ยุบยวบตัว มีฐานเก้าอี้มั่นคง ที่สำคัญไม่ควรเป็นเก้าอี้แบบล้อเลื่อน ส่วนโต๊ะควรพิจารณาถึงความสามารถของผู้สูงอายุที่สามารถลุกเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ได้โดยทั่วไปขนาดความสูงของโต๊ะคือ 31 นิ้ว
- 7) เติงและพื้นที่รอบ ๆ ผู้สูงอายुर้อยละ 40 มีกิจกรรมอยู่ใกล้ๆ เติง ดังนั้น เติงจึงทำหน้าที่หลายอย่าง เช่น การพักผ่อน อ่านหนังสือ รับประทานอาหารและขนม เติงของผู้สูงอายุควรต่ำกว่าความสูงของเติงทั่วไป (สูงประมาณ 20 นิ้วจากพื้นถึงระดับสูงสุดของเติงความสูงอาจลดลงได้ในกรณีที่ใช้ตัวเล็ก) เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุได้ขึ้นและลงเติงได้ สะดวกสบายขณะเดียวกันเหล็กกันข้างเติง เมื่อนำมาใช้เปิดออกอาจทำอันตรายผู้สูงอายุและเจ้าหน้าที่ได้ดังนั้นจึงควรพิจารณาการใช้เหล็กกันข้างเติงเป็นรายๆ ไป นอกจากนี้การลุกจากเติงอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุหกล้มได้ ดังนั้นเมื่อกำหนดขนาดแล้วควรพิจารณาราคาของเติงให้เหมาะสมกับความต้องการใช้ การจัดพื้นที่บริเวณรอบ ๆ เติงก็เป็นสิ่งสำคัญ ควรมีโทรศัพท์ที่สามารถเอื้อมถึงเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน พื้นที่ภายในห้องควรกว้างพอสมควรโดยอาจต้องใช้สำหรับผู้สูงอายุที่มีรถเข็นการจัดแสงไฟในห้องนอนควรให้เพียงพอ ควรมีสวิตช์ไฟฟ้าหรือไฟฉายเพื่อการมองเห็นทางหากลุกขึ้นในเวลากลางคืน ตู้เสื้อผ้าควรจัดให้อยู่ในระดับที่พอดีไม่สูงจนต้องปนหรือเอื้อมและไม่ควรต่ำจนต้องโค้งตัวลง

2.1.9. กฎกระทรวงกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวก ในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา (ฉบับที่2) พ.ศ. 2564

กฎกระทรวงกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกในอาคาร สำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา พ.ศ. 2564 (ฉบับที่2) มีสาระโดยสรุป ดังนี้

- ศาสนสถานหรือฌาปนสถาน และอาคารประเภทและลักษณะอื่น โรงพยาบาล สถานพยาบาล ศูนย์บริการสาธารณสุข สถานเอนามัย อาคารที่ทำการของราชการ

- รัฐวิสาหกิจ องค์กรของรัฐที่จัดตั้งตามกฎหมาย สถานศึกษา หอสมุดและพิพิธภัณฑ์
 สถานของรัฐ สถานีขนส่งมวลชน เช่น ท่าอากาศยาน สถานีรถไฟ สถานีรถ ท่าเทียบ
 เรือ ที่มีพื้นที่ส่วนใดของอาคารที่เปิดให้บริการ แก่บุคคลทั่วไปเกิน 300 ตารางเมตร
- สำนักงาน โรงมหรสพ โรงแรม หอประชุม สนามกีฬา ศูนย์การค้า ห้างสรรพสินค้า
 ประเภทต่างๆ ที่มีพื้นที่ส่วนใดของอาคารที่เปิดให้บริการแก่บุคคลทั่วไปเกิน 2,000
 ตารางเมตร
 - สิ่งอำนวยความสะดวกในอาคารสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพ และคนชรา
 หมายความว่า ส่วนของอาคารที่สร้างขึ้นและอุปกรณ์อันเป็นส่วนประกอบของ
 อาคารที่ติดหรือตั้งอยู่ภายในและภายนอกอาคาร และให้หมายความรวมถึงพื้นที่
 โดยรอบอาคารนั้นด้วย เพื่ออำนวยความสะดวกในการใช้อาคารสำหรับผู้พิการหรือ
 ทุพพลภาพและคนชรา โดยแบ่ง เป็น 9 หมวด ได้แก่ ป้ายแสดงสิ่งอำนวยความสะดวก
 ทางลาดและลิฟท์ บันได ที่จอดรถ ทางเข้าอาคาร ทางเดินระหว่างอาคาร
 และทางเชื่อมระหว่างอาคาร ประตู ห้องส้วม พื้นผิวต่างสัมผัส และโรงมหรสพ

ตารางที่ 4 แสดงวัตถุประสงค์ของวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องเปรียบเทียบกับหัวข้อวิทยานิพนธ์ที่นิสิตสนใจ

สภา เอลอจรรยา	อรโพธิ์น โขควิทยาการ	เวทีกา อุปัททิพ	วิลาสิณ ลักษณวิวัฒนา	นาณฤทธิ์ ชาววิเศษ	พิงค์ รัตนไพศาล	หพร มงคลมิตร
2560	2558	2560	2561	2559	2561	
แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ภายนอกสถาบันผู้สูงอายุชุมชนเมืองในพื้นที่กรุงเทพมหานคร	ภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการจัดสรรประเภทบ้านเดี่ยว บ้านแฝด บ้านแถว : กรณีศึกษาโครงการไอทีพาร์ค และ ไอทีพาร์ค กานดา พระราม 2 กม.14 (แสมดำ)	แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ภายนอกสถาบันผู้สูงอายุชุมชนเมืองในพื้นที่กรุงเทพมหานคร	สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในบ้าน ชุมชนเก่า : กรณีศึกษา 2 แห่งทุ่งกระแตไ่นรา เขตพระนครกรุงเทพมหานคร	สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 100 ปีขึ้นไป กรณีศึกษา จังหวัดพังงา อุทิศ และกระบี่	สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการบ้านมั่นคง เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร	สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร : กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านวังแก้ว
1. ทำการศึกษาสภาพสังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองปาย จังหวัดพิจิตร	1. เพื่อศึกษาข้อเท็จจริงของผู้อยู่อาศัยร่วมกับครอบครัวภายในโครงการ รวมถึง พฤติกรรมการอยู่อาศัย ปัญหาและความต้องการด้านสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตประจำวัน	1. ศึกษาลักษณะทางกายภาพ และสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ 2. วิเคราะห์รูปแบบทางกายภาพ พฤติกรรม การใช้งาน และปัญหาการเข้าถึงของผู้สูงอายุ 3. เสนอแนะแนวทางการออกแบบปรับปรุงทางกายภาพให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1. เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ พฤติกรรมและการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในย่านชุมชนเก่า 2. วิเคราะห์สภาพสังคม เศรษฐกิจ พฤติกรรมและการอยู่อาศัย 3. เสนอแนะแนวทางปรับปรุงพื้นที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1. ศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ 100 ปีขึ้นไป ด้านสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม ลักษณะรูปแบบ และการปรับปรุงที่อยู่อาศัย และการปรับปรุงที่อยู่อาศัย	1. ศึกษาสภาพที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ และสังคมของผู้สูงอายุ 2. นำมาสู่การวิเคราะห์ กิจกรรมและการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และ 3. เสนอแนะแนวทางปรับปรุงที่อยู่อาศัย ประสิทธิภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	1. ศึกษาลักษณะทางกายภาพประชากร สังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง 2. ศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยในชุดประจำตัวของผู้อยู่อาศัยในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง 3. ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานที่ส่วนกลางภายในโครงการในชุดประจำตัวของผู้สูงอายุในโครงการ 4. วิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการของผู้สูงอายุ ให้เหมาะสมกับพฤติกรรมการอยู่อาศัยมากขึ้น

วัตถุประสงค์

1. ทำการศึกษาสภาพสังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองปาย จังหวัดพิจิตร	1. เพื่อศึกษาข้อเท็จจริงของผู้อยู่อาศัยร่วมกับครอบครัวภายในโครงการ รวมถึง พฤติกรรมการอยู่อาศัย ปัญหาและความต้องการด้านสภาพแวดล้อมในการดำเนินชีวิตประจำวัน	1. ศึกษาลักษณะทางกายภาพ และสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ 2. วิเคราะห์รูปแบบทางกายภาพ พฤติกรรม การใช้งาน และปัญหาการเข้าถึงของผู้สูงอายุ 3. เสนอแนะแนวทางการออกแบบปรับปรุงทางกายภาพให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1. เพื่อศึกษาสภาพสังคม เศรษฐกิจ พฤติกรรมและการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในย่านชุมชนเก่า 2. วิเคราะห์สภาพสังคม เศรษฐกิจ พฤติกรรมและการอยู่อาศัย 3. เสนอแนะแนวทางปรับปรุงพื้นที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1. ศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ 100 ปีขึ้นไป ด้านสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม ลักษณะรูปแบบ และการปรับปรุงที่อยู่อาศัย และการปรับปรุงที่อยู่อาศัย	1. ศึกษาสภาพที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ และสังคมของผู้สูงอายุ 2. นำมาสู่การวิเคราะห์ กิจกรรมและการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และ 3. เสนอแนะแนวทางปรับปรุงที่อยู่อาศัย ประสิทธิภาพภายในที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ	1. ศึกษาลักษณะทางกายภาพประชากร สังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง 2. ศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยในชุดประจำตัวของผู้อยู่อาศัยในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง 3. ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานที่ส่วนกลางภายในโครงการในชุดประจำตัวของผู้สูงอายุในโครงการ 4. วิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการของผู้สูงอายุ ให้เหมาะสมกับพฤติกรรมการอยู่อาศัยมากขึ้น
---	---	---	--	--	---	--

ตารางที่ 5 แสดงประเด็นศึกษาของวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้องเปรียบเทียบกับหัวข้อวิทยานิพนธ์ที่นิตสนใจ

สภา เอลยจรรยา 2560	อรโพธิ์น โขทวีริยภกร 2558	เวณีภา ชุบเลทัฬ 2560	วิลาสินี สภะมิวัทนา 2561	นายณฤทธิ ชวรวิเศษ 2559	พิงค์รัตน์ไพศาล 2561	ทศพร มงคลนิมิตร
แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่ อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุในเขต พื้นที่ชานเมือง : กรณีศึกษา พื้นที่จังหวัดเทศบาลเมืองบึงขัง จังหวัดปทุมธานี	ภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุใน โครงการจัดสรรประเภทบ้าน เดี่ยว บ้านแฝด บ้านแถว : กรณีศึกษา โครงการไอลิฟพาร์ค และ ไอลิฟทาวน์ กานดา พระราม 2 กม.14 (แสมดำ)	แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่ อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุเขต ชุมชนเมืองในพื้นที่สำนักงาน ทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ กรณีศึกษา ชุมชนทรัพย์สินใหม่ ชุมชนทรัพย์สินเก่า และชุมชน คลองปลับปลา เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร	สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุใน ย่านชุมชนเก่า : กรณีศึกษา 2 แฟรงกูร์ และ แฟรงนรา เขตพระ นครกรุงเทพมหานคร	สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่มี อายุตั้งแต่ 100 ปีขึ้นไป กรณีศึกษา จังหวัดพังงา ภูเก็ต และกระบี่	สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ในโครงการบ้านมั่นคง เขต ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร กรณีศึกษา ชุมชนคลองลัด ภาษี ชุมชนศิริรินทร์และเพื่อน และหมู่บ้านราศรีธรรม	สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุใน โครงการหมู่บ้านจัดสรร : กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนนทบุรี
ประเด็นศึกษา						
<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ • ชุมชนเก่า • ที่อยู่อาศัย • พื้นที่ภายนอก • การใช้งานและปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ • หมู่บ้านจัดสรร • ที่อยู่อาศัย • พื้นที่ภายนอก • การใช้งานและปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ • ชุมชนเก่า • ที่อยู่อาศัย • พื้นที่ภายนอก • การใช้งานและปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ • ชุมชนชานเมือง • ที่อยู่อาศัย • พื้นที่ภายนอก • การใช้งานและปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ อายุ100ปีขึ้นไป • บ้านสร้างบนที่ดินตนเอง • ที่อยู่อาศัย • การใช้งานและปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ • ชุมชนเมือง • ที่อยู่อาศัย • การใช้งานและปัญหา 	<ul style="list-style-type: none"> • ผู้สูงอายุ • หมู่บ้านจัดสรรราคาสูง • ที่อยู่อาศัย • พื้นที่ภายนอก • การใช้งานและปัญหา

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรม สภาพสังคม และสภาพแวดล้อมของผู้สูงอายุรายได้สูงที่อยู่ในหมู่บ้านนันทวันจำนวน 3 โครงการและวิเคราะห์สภาพการอยู่อาศัยรวมทั้งเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม โดยมีขั้นตอนและวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

- 3.1 กรอบแนวคิดงานวิจัย
- 3.2 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย
- 3.3 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยและการสำรวจข้อมูล
- 3.4 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล
- 3.7 การสรุปผลและข้อเสนอแนะ

3.1 กรอบแนวคิดงานวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย โดยเริ่มจากการตั้งคำถามในงานวิจัยเพื่อนำไปสู่วัตถุประสงค์ของงานวิจัย จากนั้นจึงกำหนดตัวแปรหลักและตัวแปรรองที่เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์ในงานวิจัยดังตารางที่ 6 ต่อไปนี้

ตารางที่ 6 แสดงการกำหนดตัวแปรหลัก ตัวแปรรอง ที่เชื่อมโยงกับวัตถุประสงค์ในงานวิจัย

วัตถุประสงค์	ตัวแปรหลัก	ตัวแปรรอง	ประชากร	เครื่องมือ/กลุ่มตัวอย่าง
1.ศึกษาลักษณะทางด้านประชากร สังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	สังคม	อายุ เพศ สถานภาพ สุขภาพ สมาชิกในครอบครัว	ผู้สูงอายุ ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่พักอาศัยในหมู่บ้านนันทวัน ทั้งหมด 72 คน	1.สัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง จำนวน 21 คน 2.สัมภาษณ์เชิงลึกจำนวน 9 คน (โครงการละ 3 คน)
	เศรษฐกิจ	อาชีพ รายได้		
2.ศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	ที่อยู่อาศัย	ลักษณะที่อยู่อาศัย ปัญหาการใช้พื้นที่		
	พฤติกรรม	กิจวัตรประจำวัน งานอดิเรก		
3.ศึกษาพฤติกรรมการใช้พื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	พื้นที่ส่วนกลาง	ลักษณะพื้นที่ส่วนกลาง ปัญหาการใช้พื้นที่		
4.วิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการของผู้สูงอายุให้เหมาะสมกับพฤติกรรมการอยู่อาศัยมากขึ้น	การออกแบบทางกายภาพ	แนวคิดการออกแบบที่เหมาะสม		

3.2 ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

รวบรวมข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data)

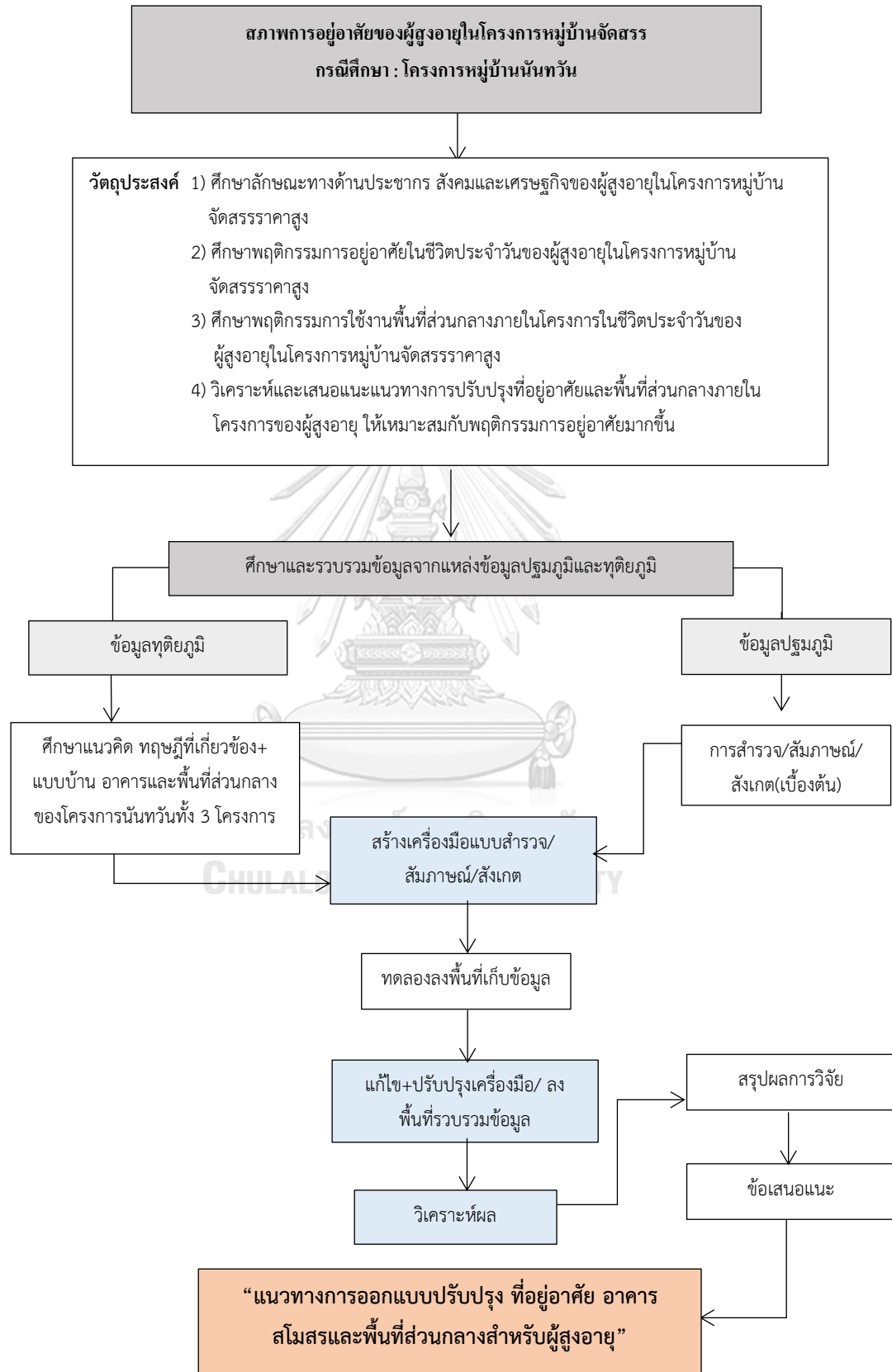
- 1) ศึกษาเอกสารสิ่งตีพิมพ์ ข้อมูลงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มผู้สูงอายุ
- 2) ศึกษาเอกสาร/หนังสือที่เกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 3) ศึกษาข้อมูลผู้สูงอายุที่ได้จากเจ้าหน้าที่บริษัทแลนด์ แอน เฮาส์ เพื่อคัดกลุ่มประชากรตัวอย่างในงานวิจัย

รวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data)

วิธีการลงเก็บข้อมูลในพื้นที่ศึกษาแบ่งเป็น 3 วิธีได้แก่

- 1) ติดต่อเจ้าหน้าที่บริษัทแลนด์ แอน เฮาส์ที่รู้จักผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง ที่อาศัยอยู่ในโครงการ
- 2) ลงพื้นที่เพื่อสัมภาษณ์และสำรวจสภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง
- 3) ลงพื้นที่เพื่อสังเกตพฤติกรรมและปัญหาในการใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่าง

แผนผังวิธีดำเนินงานวิจัย



3.3 เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยและการสำรวจข้อมูล

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงเชิงคุณภาพซึ่งมีลักษณะของตัวแปรที่แตกต่างกันออกไป ผู้วิจัยจึงใช้วิธีการสัมภาษณ์ สังเกตและสำรวจพื้นที่ศึกษา และรวบรวมข้อมูลจากเอกสารทางวิชาการจากเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง โดยผู้วิจัยได้กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยดังนี้

1) แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง

ในการสำรวจข้อมูลทั่วไปได้ใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง เพื่อศึกษาข้อมูลทางด้านประชากร สังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ

2) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก

การเข้าไปสำรวจ สังเกต และสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ เกี่ยวกับชีวิตประจำวันและการใช้งานพื้นที่ต่างๆในบ้านพักอาศัย บริเวณรอบบ้านและพื้นที่ส่วนกลาง เพื่อนำมาวิเคราะห์ถึงปัญหา พฤติกรรมและความต้องการของผู้สูงอายุ นำไปสู่แนวทางการปรับปรุงที่พักอาศัยที่ตรงต่อความต้องการของผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น

3) แบบสำรวจ

การสำรวจภาคสนาม ทางผู้วิจัยมีการเก็บข้อมูลทางด้านปัจจัยการเข้าถึงของพื้นที่ ปัจจัยทางกายภาพของพื้นที่ ปัจจัยทางภูมิทัศน์ ปัจจัยทางด้านอุปสรรคของพื้นที่ ด้วยการสำรวจ สังเกต ทำแผนที่ประกอบการสำรวจ โดยใช้กระดาษบันทึก อุปกรณ์เครื่องเขียนและกล้องถ่ายรูป

3.4 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้มีการกำหนดขอบเขตการศึกษาไปที่กลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่อยู่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านนันทวันบางนา-กม.7 หมู่บ้านนันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์และหมู่บ้านนันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50 โดยพิจารณาเลือกหมู่บ้านนันทวัน 3 โครงการที่ใหม่สุด มีการพัฒนาสินค้าให้เข้ากับไลฟ์สไตล์ของผู้อยู่อาศัยในปัจจุบัน คือ มีห้องนอนชั้นล่างที่มีห้องน้ำภายในตัว (ทั้งนี้ โครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ เป็นโครงการที่ลูกบ้านยังไม่ได้จัดตั้งนิติบุคคล จึงมีบริษัทแลนด์ แอนด์ เแฮร์เป็นผู้ดูแลอยู่ ทำให้ผู้วิจัยสามารถประสานงานกับเจ้าหน้าที่เพื่อเข้าถึงประชากรกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยได้) โดยผู้วิจัยได้กำหนดเงื่อนไขในการคัดเลือกกลุ่มประชากรตัวอย่างดังนี้

- ผู้สูงอายุที่มีอาการหลง หรือเป็นกลุ่มติดเตียงมีภาวะเริ่มพึ่งพามาก(วัดจากแบบประเมิน ADL)⁴¹ หรือผู้สูงอายุที่ป่วยหนักจนไม่มีความสามารถในการใช้พื้นที่ภายนอกได้ ซึ่งจะ เป็นอุปสรรคในการให้สัมภาษณ์ จะถูกคัดออก

⁴¹ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขร่วมกับภาคีเครือข่ายและผู้ทรงคุณวุฒิ

- การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่ใช้เป็นกรณีศึกษา จะเลือกผู้สูงอายุที่สะดวกในการให้เก็บภาพถ่ายที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุเท่านั้น โดยทางผู้วิจัยเป็นผู้ถ่ายรูปหรือผู้สูงอายุเป็นผู้ถ่ายรูปแล้วส่งไฟล์รูปให้ผู้วิจัยก็ได้ ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้วิจัยและผู้อ่านงานวิจัยฉบับนี้ เข้าใจสภาพการอยู่อาศัยและปัญหาของผู้สูงอายุได้ชัดเจนขึ้น หากผู้สูงอายุไม่สะดวกในการให้ถ่ายภาพ จะถูกคัดออก
- ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจะต้องอาศัยอยู่ประจำในโครงการไม่น้อยกว่า 1 ปี(อาศัยอยู่ประจำคือ ทำกิจวัตรประจำวันในบ้านหลังนี้เป็นประจำ เช่น กินข้าว นอน อาบน้ำ ขับถ่าย)หากผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่ประจําวันน้อยกว่า 1 ปีหรือมาใช้อยู่อาศัยเป็นประจำน้อยกว่า 5 วันต่ออาทิตย์ จะถูกคัดออก

ทั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างตามขั้นตอนการสัมภาษณ์ทั้งหมด 2 ระยะ ได้แก่

ขั้นที่ 1 เลือกศึกษากลุ่มประชากรผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในโครงการหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการตามกรณีศึกษา โดยใช้การเลือกสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling) สำหรับกลุ่มตัวอย่างขนาดเล็ก จะกำหนดกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อยในอัตราส่วนร้อยละ 30 ของกลุ่มประชากร⁴² ซึ่งจะได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 21 คน ทั้งนี้เนื่องจากข้อมูลในการสัมภาษณ์เป็นศัพท์เฉพาะและผู้สูงอายุส่วนใหญ่และอาจติดปัญหาเรื่องของการมองเห็นที่ไม่ชัดเจน จึงจำเป็นต้องอธิบายเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย อีกทั้งข้อมูลจะเน้นข้อมูลเชิงคุณภาพมากกว่าข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยจึงใช้การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ข้อมูลในการสัมภาษณ์ประกอบด้วยข้อมูลทางสังคม เศรษฐกิจ สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุและการใช้อาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการ

⁴² ศาสตราจารย์ ดร.อุทุมพร จามรมาน, 2536 อ้างถึงใน Jaeger, 2523.

ตารางที่ 7 แสดงประชากรและกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุโดยใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ

สัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง								
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง (คน)	นันทวันบางนา-กม.7		นันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์		นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50		รวมแบ่งตามช่วงวัย	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
วัยสูงอายุตอนต้น (60-69 ปี)	7	2	4	1	9	3	20	6
วัยสูงอายุตอนกลาง (70-79 ปี)	14	4	7	2	4	1	25	7
วัยสูงอายุตอนปลาย (80 ปีขึ้นไป)	7	2	13	4	7	2	27	8
รวมแบ่งตามโครงการ	28	8	24	7	20	6	72	21

ขั้นที่ 2 จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ 21 คน นำมาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purpose Sampling) เพื่อเป็นกรณีศึกษา โดยเลือกจำนวนตามอายุของผู้สูงวัยทั้ง 3 ช่วงคือ วัยสูงอายุตอนต้น (60-69 ปี) วัยสูงอายุตอนกลาง (70-79 ปี) และวัยสูงอายุตอนปลาย (80 ปีขึ้นไป) โดยเลือกบ้านผู้สูงอายุที่ชี้ให้เห็นถึงปัญหาที่ต้องปรับปรุงมากที่สุด และในกลุ่มกรณีศึกษาที่ต้องการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพนี้ ต้องเป็นผู้สูงอายุที่สะดวกในการให้เก็บภาพถ่ายภายในบ้านของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้วิจัยและผู้อ่านงานวิจัยฉบับนี้ เข้าใจสภาพการอยู่อาศัยและปัญหาของผู้สูงอายุได้ชัดเจนขึ้น ซึ่งจากวิธีที่กล่าวมา จะได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 9 คน เลือกช่วงวัยละ 1 คนต่อโครงการ (ดังตารางที่ 8) ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสำรวจ แบบสัมภาษณ์และการสังเกต เก็บข้อมูลเชิงลึกกับผู้สูงอายุ รวมทั้งเก็บภาพถ่าย สำรวจและจดบันทึกผังและลักษณะที่อยู่อาศัย ณ สถานที่จริง เพื่อหาแนวทางออกแบบและปรับปรุง ทั้งนี้จะจำแนกการสัมภาษณ์กระจายไปตามโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ โครงการละ 3 คน

ตารางที่ 8 แสดงกลุ่มตัวอย่างประชากรในแต่ละชั้นตอน(คน)

ที่	โครงการ	จำนวนผู้สูงอายุ	ขั้นที่ 1	ขั้นที่ 2
			แบบสัมภาษณ์	สัมภาษณ์เชิงลึก
1	นันทวัน บางนา-กม.7	28	8	3
2	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	24	7	3
3	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50	20	6	3
รวม		72	21	9

3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลพหุติยภูมิ

1) การคัดเลือกโครงการหมู่บ้านจัดสรรที่มีราคาสูงมาทำวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกโครงการหมู่บ้านนั้นทันที เพื่อเป็นแนวทางในการออกแบบหรือปรับปรุงที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

2) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับ หลักการ แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง โดยศึกษาข้อมูลจากหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้อง และเอกสารทางวิชาการทั้งที่เป็นวิทยานิพนธ์และงานวิจัย เพื่อนำมาสู่ปัจจัยในการวิเคราะห์หาพื้นที่ศึกษา และนำปัจจัยเหล่านี้มาใช้ในการสร้างเครื่องมือในการเก็บข้อมูล นำมาสู่แนวทางการปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ทั้งด้านที่อยู่อาศัย อาคารสโมสรและพื้นที่ภูมิทัศน์ภายในโครงการ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมต่อการใช้งานสำหรับผู้สูงอายุ

ข้อมูลปฐมภูมิ

1) การลงพื้นที่สำรวจที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ รวมไปถึงตัวอาคารสโมสรและสภาพพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการ โดยเป็นการเก็บข้อมูลด้านกายภาพของสภาพพื้นที่ปัจจุบัน เพื่อให้ทราบถึงลักษณะของพื้นที่ ปัญหาและอุปสรรคในการใช้งาน

2) การวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อหาแนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคารสโมสร และพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการ ทำให้สามารถวางแผนการจัดเตรียมที่อยู่อาศัยและสิ่งอำนวยความสะดวกต่อประชากรและกลุ่มตัวอย่างได้อย่างเหมาะสม

3) นำผลการศึกษามาออกแบบตามหลักการและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เช่น การออกแบบเพื่อทุกคน (Universal Design) และแนวทางเมืองน่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุ (Age friendly City) เป็นต้น

3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

1) การวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้นำแบบสัมภาษณ์มาตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของคำตอบ ทำการวิเคราะห์เนื้อหาและจัดเป็นกลุ่มเพื่อนำมาลงรหัส โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรม excel มาช่วยในการเรียงเรียงและวิเคราะห์ข้อมูล และรวบรวมส่วนการสัมภาษณ์ความคิดเห็นเพิ่มเติมเพื่อประกอบการศึกษา

2) การวิเคราะห์ข้อมูลการสังเกตการณ์ ข้อมูลที่จัดบันทึกหรือถ่ายรูปรูปจากการสังเกตการณ์มาได้ นำมาวิเคราะห์ถึงพฤติกรรมของการใช้งานอาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการ ลักษณะผู้ใช้ในแต่ละช่วงเวลา และวิเคราะห์ดูความสัมพันธ์กับข้อมูลการใช้งานพื้นที่ภายนอกที่ได้จากการสัมภาษณ์

3.7 การสรุปผลและข้อเสนอแนะ

1) สรุปผลการดำเนินงานเก็บข้อมูลของพื้นที่เป้าหมายทั้ง 3 พื้นที่ ทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ

2) สรุปผลข้อค้นพบในงานวิจัยที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้ง 3 พื้นที่

3) เสนอแนวทางการออกแบบปรับปรุง ที่อยู่อาศัย อาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้ครอบครัวที่มีผู้สูงอายุ สามารถใช้เป็นแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุได้ ภาครัฐและรัฐวิสาหกิจสามารถใช้ข้อมูลนี้เป็นแนวทางในการจัดเตรียมนโยบายเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ ให้มีประสิทธิภาพและครอบคลุมกลุ่มผู้สูงอายุที่มีรายได้หลากหลายมากยิ่งขึ้น และผู้ประกอบการ และภาคเอกชน สามารถใช้เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาที่อยู่อาศัยหรือผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุที่มีรายได้สูงได้

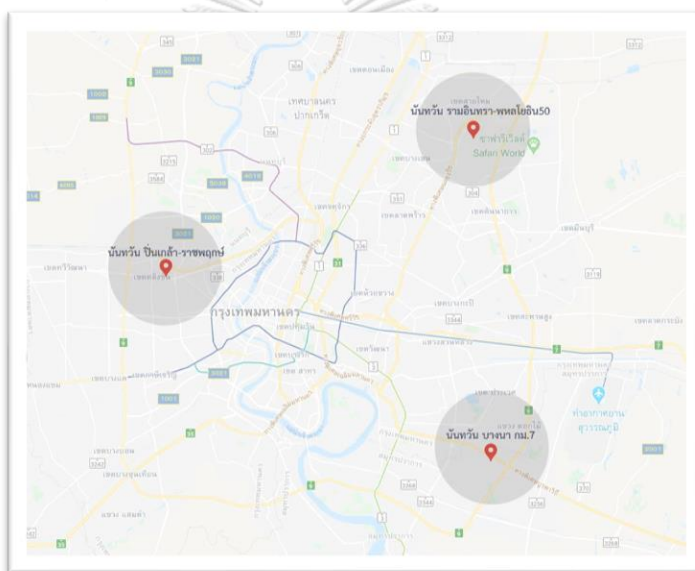


จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

บทที่ 4

ข้อมูลสภาพทั่วไปของพื้นที่ศึกษา

พื้นที่ศึกษาคือพื้นที่ที่ถูกคัดเลือกด้วยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง คือ โครงการนันทวันบางนา-กม.7 โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์และโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50 ในบทนี้ทางผู้วิจัยจะนำเสนอข้อมูลทั่วไปของพื้นที่ศึกษาที่ได้จากการรวบรวมข้อมูลของหน่วยงานต่างๆ ทั้งองค์กรปกครองท้องถิ่น เจ้าหน้าที่ อาสาสมัคร รวมทั้งข้อมูลที่ได้มาจากการลงสำรวจพื้นที่ ทั้งนี้เพื่อนำไปใช้ในการวิเคราะห์ร่วมกับการวิเคราะห์การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง และการสัมภาษณ์เชิงลึกในบทต่อไป โดยผู้วิจัยได้มีการศึกษาสภาพทั่วไปของพื้นที่ศึกษาได้ ดังนี้



ภาพที่ 18 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ⁴³

4.1 ลักษณะทางด้านภูมิศาสตร์ของพื้นที่ศึกษา

4.1.1 ลักษณะทางภูมิประเทศ โครงการนันทวันบางนา-กม.7

โครงการนันทวันบางนา-กม.7 ตั้งอยู่ในเขตเทศบาลเมืองบางแก้ว อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ โดยเทศบาลเมืองบางแก้ว ตั้งอยู่ทางทิศเหนือของจังหวัดสมุทรปราการ ห่างจากอำเภอบางพลี ประมาณ 5 กิโลเมตร อยู่ในเขตเลือกตั้งที่ 4 ของจังหวัดสมุทรปราการ อาณาเขตพื้นที่ติดต่อกับองค์การบริหารส่วนตำบลบางแก้ว⁴⁴ มีดังนี้

⁴³ ที่มา : บริษัทแลนด์ แอน เฮ้าส์

⁴⁴ <https://sites.google.com/site/jiksamutprakarn/home/kar-pkhhxng>

ทิศเหนือ	จรดเขตประเวศ กรุงเทพมหานคร
ทิศใต้	จรดอำเภอเมืองสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ
ทิศตะวันออก	จรดตำบลบางพลีใหญ่ อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ
ทิศตะวันตก	จรดเขตบางนา กรุงเทพมหานครและอำเภอเมืองสมุทรปราการ

จังหวัดสมุทรปราการ



ภาพที่ 19 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันบางนา-กม.7⁴⁵

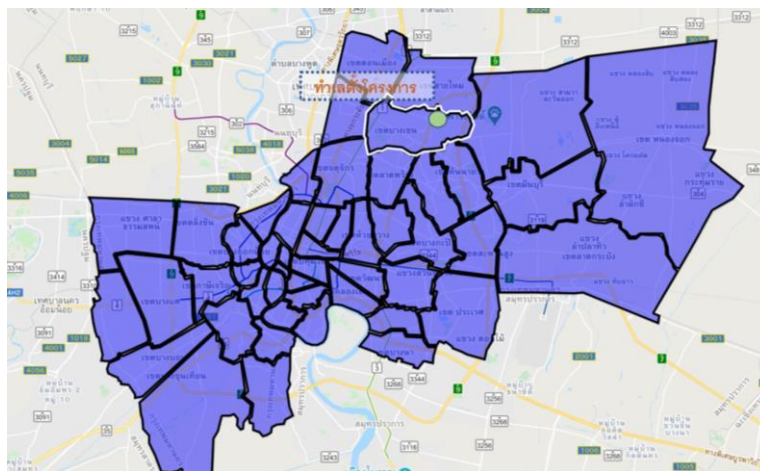
4.1.2 ลักษณะทางภูมิประเทศ โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50

โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50 ตั้งอยู่บนเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร เขตบางเขนมีพื้นที่จำนวน 37.285 ตารางกิโลเมตร แบ่งพื้นที่การปกครองออกเป็น 2 แขวง คือ แขวงอนุสาวรีย์มีพื้นที่ 17.005 ตารางกิโลเมตรและแขวงท่าแร้ง มีพื้นที่ 20.280 ตารางกิโลเมตร⁴⁶ โดยมีอาณาเขตท้องที่ ดังนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับเขตสายไหม (แขวงคลองถนน-แขวงออเงิน)
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับเขตคลองสามวา (แขวงบางชันแขวงสามวาตะวันออก)
ทิศใต้	ติดต่อกับเขตลาดพร้าว (แขวงจรัลเขี้ยว) เขตบึงกุ่ม และเขตคันนายาว
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับเขตดอนเมือง เขตหลักสี่และเขตจตุจักร

⁴⁵ ที่มา : <https://sites.google.com/site/jiksamutprakarn/home/kar-pkkrxng>

⁴⁶ สำนักงานเขตบางเขน <http://www.bangkok.go.th/upload/user/00000069/About/Plan/59/section3.pdf>



ภาพที่ 20 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50⁴⁷

4.1.3 ลักษณะทางภูมิประเทศ โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ ตั้งอยู่บนเขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร เขตตลิ่งชัน มีพื้นที่จำนวน 29.479 ตารางกิโลเมตร แบ่งพื้นที่การปกครองออกเป็น 6 แขวง คือ แขวงคลองชักพระ แขวงตลิ่งชัน แขวงฉิมพลี แขวงบางพรม แขวงบางระมาด แขวงบางเขื่อนขันธ์⁴⁸ โดยมีอาณาเขตท้องที่ ดังนี้

ทิศเหนือ ติดต่อกับอำเภอบางกรวย (จังหวัดนนทบุรี) มีแนวกึ่งกลางคลองมหาสวัสดิ์เป็นเส้นแบ่งเขต

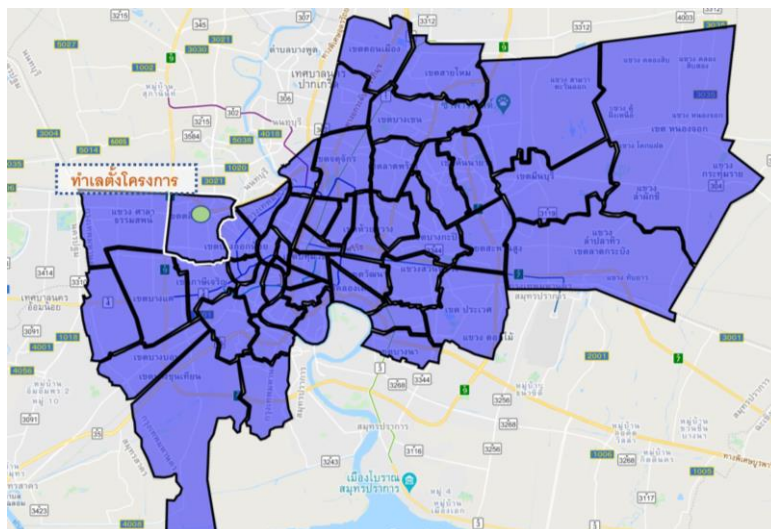
ทิศตะวันออก ติดต่อกับอำเภอบางกรวย (จังหวัดนนทบุรี) เขตบางพลัด และเขตบางกอกน้อย มีคลองบางกอกน้อยและคลองชักพระเป็นเส้นแบ่งเขต

ทิศใต้ ติดต่อกับเขตภาษีเจริญและเขตบางแค มีคลองบางเขื่อนขันธ์เป็นเส้นแบ่งเขต

ทิศตะวันตก ติดต่อกับเขตทวีวัฒนา มีถนนกาญจนาภิเษกเป็นเส้นแบ่งเขต

⁴⁷ ที่มา : <https://www.google.com/maps/d/viewer?gl=th&ie=UTF8&oe=UTF8&msa=0&err=1&mid=19vgGq-gj8wK47tMoXBt7Gff4U&ll=13.732999053111687%2C100.64213944179173&z=11>

⁴⁸ สำนักงานเขตตลิ่งชัน <http://www.bangkok.go.th/talingchan/index>



ภาพที่ 21 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันปีนเกล้า-ราชพฤกษ์⁴⁹

4.2 ลักษณะทางด้านภูมิอากาศของพื้นที่ศึกษา

4.2.1 ลักษณะทางภูมิอากาศ โครงการนันทวันบางนา-กม.7

โครงการนันทวันบางนา-กม.7 ตั้งอยู่ในจังหวัดสมุทรปราการ สภาพภูมิอากาศโดยทั่วไปของจังหวัดสมุทรปราการ แบ่งออกเป็น 3 ฤดู คือ ฤดูร้อน เริ่มตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ - เมษายน ฤดูฝน เริ่มตั้งแต่เดือนพฤษภาคม - กันยายน และฤดูหนาว เริ่มตั้งแต่เดือนตุลาคม - มกราคม มีสภาพภูมิอากาศแบบพื้นที่ชายทะเล ในฤดูร้อนมีความชื้นในอากาศสูง เนื่องจากอิทธิพลของลมทะเลและลมมรสุมตะวันตกเฉียงใต้ ฤดูฝนมีฝนตกมาก ฤดูหนาวก็ไม่หนาวจนเกินไป อุณหภูมิเฉลี่ยสูงสุด 32.60 องศาเซลเซียส อุณหภูมิเฉลี่ยต่ำสุด 28.91 องศาเซลเซียส อุณหภูมิเฉลี่ย 29.75 องศาเซลเซียส⁵⁰

4.2.2 ลักษณะทางภูมิอากาศ โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50และนันทวันปีนเกล้า-ราชพฤกษ์

โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50และโครงการนันทวันปีนเกล้า-ราชพฤกษ์ ตั้งอยู่ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ลักษณะอากาศทั่วไป อยู่ภายใต้อิทธิพลของมรสุม 2 ชนิด คือ มรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งพัดจากทิศตะวันออกเฉียงเหนือปกคลุมในช่วงฤดูหนาว ทำให้กรุงเทพมหานครมีอากาศหนาวเย็นและแห้งแล้ง กับมรสุมอีกชนิดหนึ่งคือมรสุม ตะวันตกเฉียงใต้ ซึ่งพัดจากทิศตะวันตกเฉียงใต้ปกคลุมในช่วงฤดูฝน ทำให้อากาศชุ่มชื้นและมีฝนตกทั่วไป

⁴⁹ ที่มา : <https://www.google.com/maps/d/viewer?gl=th&ie=UTF8&oe=UTF8&msa=0&err=1&mid=19vgGq-gj8wK47tMoXBlt7Gff4U&ll=13.732999053111687%2C100.64213944179173&z=11>

⁵⁰ สำนักงานจังหวัดสมุทรปราการ

ฤดูกาล พิจารณาตามลักษณะลมฟ้าอากาศ สามารถแบ่งฤดูกาลของ กรุงเทพมหานครออกเป็น 3 ฤดู ดังนี้

- ฤดูหนาว เริ่มตั้งแต่กลางเดือนตุลาคมถึงกลางเดือนกุมภาพันธ์ ซึ่งเป็นฤดูมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ บริเวณความกดอากาศสูงจากประเทศจีนที่มีคุณสมบัติเย็นและแห้งจะแผ่ลงมาปกคลุมประเทศไทยในช่วงนี้ แต่เนื่องจากกรุงเทพมหานครตั้งอยู่ทางตอนล่างของภาคกลางอิทธิพลของบริเวณความกดอากาศสูงจากประเทศ จีนที่แผ่ลงมาปกคลุมในช่วงฤดูหนาวจะซ้ากว่าภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ทำให้มีอากาศหนาวเย็นซ้ากว่าสองภาคดังกล่าว โดยเริ่มมีอากาศหนาวประมาณ กลางเดือนพฤศจิกายน เป็นต้น
- ฤดูร้อน เริ่มเมื่อมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือสิ้นสุดลงคือประมาณกลางเดือนกุมภาพันธ์ถึงกลางเดือนพฤษภาคม ในระยะนี้เป็นช่วงว่างของฤดูมรสุม จะมีหย่อมความกดอากาศต่ำเนื่องจากความร้อนปกคลุมประเทศไทยตอนบน และลมที่พัดปกคลุมบริเวณดังกล่าวเป็นลมใต้และตะวันออกเฉียงใต้ ทำให้มีอากาศร้อนอบอ้าวทั่วไป โดยมีอากาศร้อนที่สุดในเดือนเมษายน
- ฤดูฝน เริ่มตั้งแต่กลางเดือนพฤษภาคมถึงกลางเดือนตุลาคม เป็นช่วงที่ฤดูมรสุมตะวันตกเฉียงใต้ ซึ่ง เป็นลมที่พัดจากมหาสมุทรอินเดียนำฝนและความชุ่มชื้นเข้ามายังประเทศไทย ประกอบกับร่องความกดอากาศ ต่ำที่พาดผ่านบริเวณภาคใต้ของประเทศไทยจะเลื่อนขึ้นมาพาดผ่านบริเวณภาคกลางและภาคเหนือเป็นลำดับ ในระยะนี้ทำให้มีฝนตกชุกขึ้นตั้งแต่ กลางเดือนพฤษภาคมเป็นต้นไป โดยเดือนที่มีฝนตกชุกมากที่สุดในรอบปี คือเดือนกันยายน และเป็นช่วงที่มีความชื้นสูง

อุณหภูมิ กรุงเทพมหานครอยู่บริเวณภาคกลางตอนล่าง มีพื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบลุ่มน้ำท่วมถึง พืชพรรณปกคลุมดินมีไม่มากนัก เนื่องจากปัจจุบันการใช้ประโยชน์ที่ดินส่วนใหญ่เปลี่ยนไปเป็นสิ่งก่อสร้างขนาดใหญ่แทนพื้นที่เกษตรกรรม จึงมีอุณหภูมิค่อนข้างสูงและอากาศร้อนอบอ้าวมากในฤดูร้อน ส่วนในฤดูหนาวไม่หนาวจัดมากนัก มีอุณหภูมิเฉลี่ยตลอดปี 28-30 องศาเซลเซียส อุณหภูมิสูงสุดเฉลี่ย 32-34 องศาเซลเซียส และ อุณหภูมิต่ำสุดเฉลี่ย 24-26 องศาเซลเซียส โดยมีอากาศร้อนจัดอยู่ในเดือนเมษายนและพฤษภาคม วัดอุณหภูมิสูงสุดได้ 40.8 องศาเซลเซียส เมื่อวันที่ 22 พฤษภาคม 2526 ที่ สถานีอุตุนิยมวิทยากรุงเทพฯ (ดอนเมือง) และมีอากาศหนาวอยู่ในเดือน

ชั้นวาคมและมกราคม เคยตรวจอุณหภูมิต่ำที่สุดได้ 9.9 องศาเซลเซียส เมื่อวันที่ 12 มกราคม 2498 ที่สถานีอุตุนิยมวิทยากรุงเทพฯ (เฉลิมพระเกียรติ)⁵¹

4.3 ลักษณะทางด้านสังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุของพื้นที่ศึกษา

4.3.1 ลักษณะทางด้านประชากร

ผู้วิจัยเลือกศึกษากลุ่มประชากรแบบเฉพาะเจาะจง โดยเป็นประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปและอยู่ในโครงการหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ คือ โครงการนันทวันบางนา-กม.7 โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์และโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50

ตารางที่ 9 จำนวนผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ⁵²

NO	โครงการ	จำนวนบ้านในโครงการ	จำนวนบ้านที่มีผู้สูงอายุ
1	นันทวัน บางนา-กม.7	371	28
2	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	382	24
3	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50	218	20

4.3.2 ลักษณะทางด้านสังคม

จากการสำรวจพบว่าผู้สูงอายุในโครงการนันทวัน มีทั้งส่วนที่ชอบทำกิจกรรมที่บ้าน เช่น ดูทีวี ดูแลสวนและบางส่วนที่ชอบสร้างปฏิสัมพันธ์กับคนในโครงการด้วยกัน เช่น การชวนกันเดินออกกำลังกายในสวนสาธารณะส่วนกลาง การจับกลุ่มคุยกันในสวน แต่โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมักจะออกมาใช้สิ่งอำนวยความสะดวกส่วนกลางน้อย สาเหตุมาจากอายุที่มากขึ้นทำให้สภาพร่างกายเสื่อมถอยและค่าฝุ่นในอากาศที่มากขึ้นในปัจจุบัน

4.3.3 ลักษณะทางด้านเศรษฐกิจ

ประชากรผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวันส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้ว แต่มีรายได้จากบุตร-หลาน ญาติ-พี่น้องหรือจากการลงทุน โดยมีรายได้ครัวเรือนไม่น้อยกว่า 200,000 บาทต่อเดือน และผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะยังคงมีสุขภาพแข็งแรง เดินเหินสะดวก สามารถดูแลตัวเองได้ ในส่วน

⁵¹ ศูนย์ภูมิอากาศ กองพัฒนาอุตุนิยมวิทยา กรมอุตุนิยมวิทยา มกราคม 2563

⁵² ที่มา : ข้อมูลจากบริษัท Land and houses

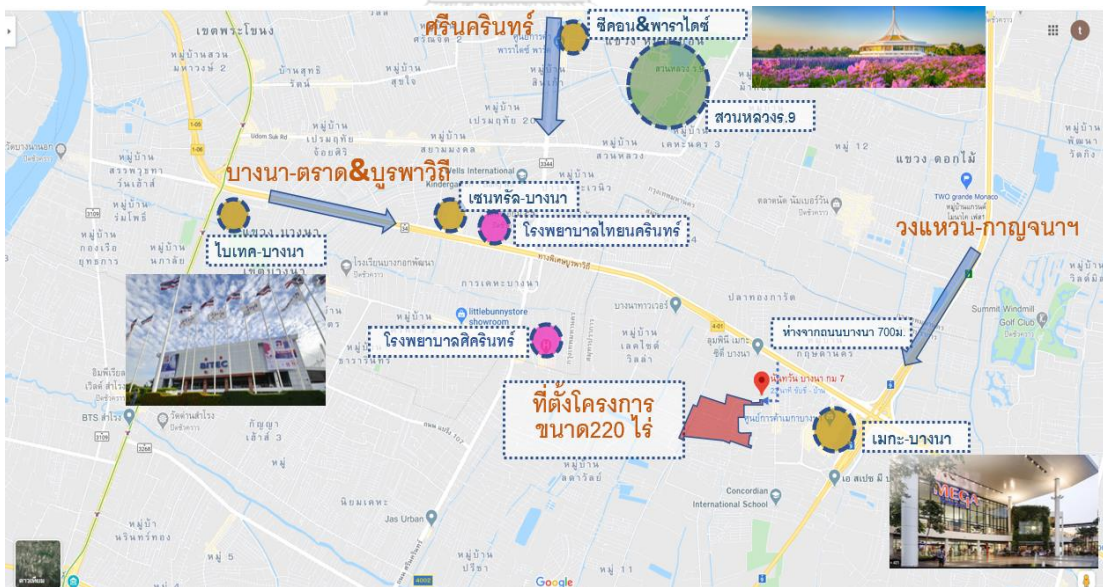
ของผู้สูงอายุที่เริ่มดูแลตัวเองไม่ได้ ลูกของผู้สูงอายุมักจะจ้างคนดูแลที่เชี่ยวชาญด้านการดูแลผู้สูงอายุ มาดูแล⁵³

4.4 ลักษณะทางด้านที่อยู่อาศัยของพื้นที่ศึกษา

ลักษณะที่อยู่อาศัยของพื้นที่ศึกษาทั้ง 3 โครงการนั้น มีลักษณะเป็นหมู่บ้านจัดสรรขนาดใหญ่ คือมีพื้นที่ตั้งแต่ 98 ไร่ขึ้นไป มีสิ่งอำนวยความสะดวกส่วนกลางรองรับผู้อยู่อาศัยในโครงการอันได้แก่ สวนสาธารณะ ศาลานั่งพักผ่อนในสวน สนามเด็กเล่น เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง และอาคารสโมสรซึ่งประกอบไปด้วยสระว่ายน้ำ ห้องซาวน่า ห้องออกกำลังกาย ห้องเลจันสำหรับนั่งพักผ่อน ในส่วนของที่พักอาศัยในโครงการเป็นรูปแบบของบ้านเดี่ยวโครงสร้างคอนกรีตเสริมเหล็ก มีพื้นที่ใช้งานจำนวน 2 ชั้น ประกอบไปด้วย ห้องนอน ห้องน้ำ ห้องครัว ห้องนั่งเล่น ห้องรับแขก ที่จอดรถและพื้นที่สวนรอบบ้าน รูปแบบของบ้านและสิ่งอำนวยความสะดวกส่วนกลางจะแตกต่างกันไปตาม design concept และศักยภาพของที่ดินแต่ละโครงการ โดยรายละเอียดของโครงการนั้นวันทั้ง 3 โครงการมีดังนี้

4.4.1 โครงการนันทวันบางนา-กม.7

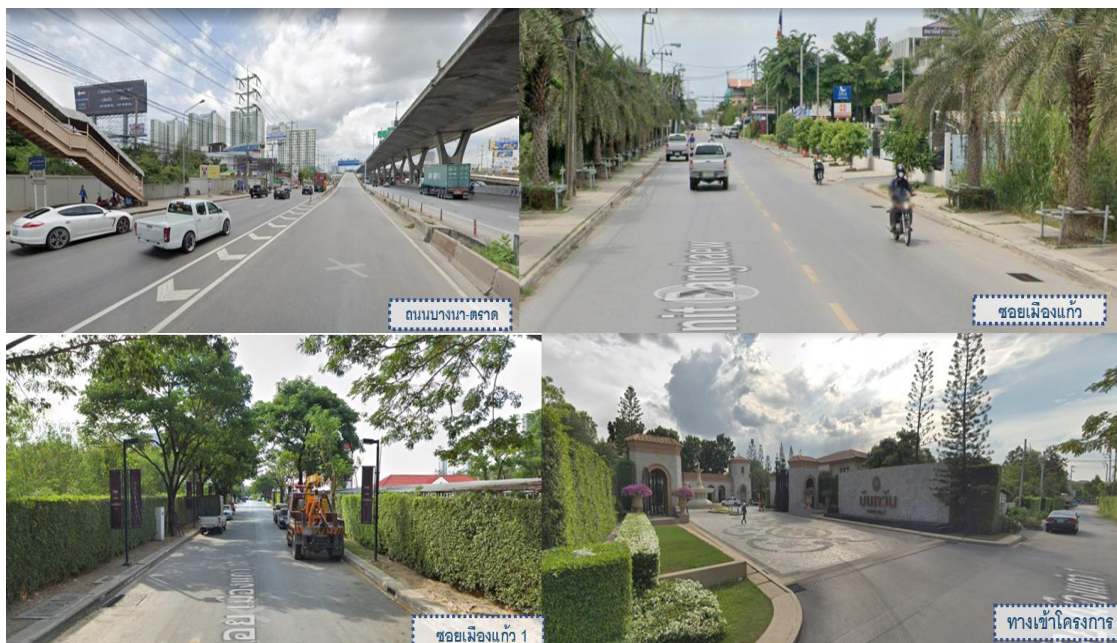
ตั้งอยู่ที่ ซอยเมืองแก้ว 1 ทางคู่ขนาน ถนนบางนา-ตราด ตำบล บางแก้ว อำเภอบางพลี สมุทรปราการ มีจำนวนบ้านพักอาศัย 371 หลัง บนพื้นที่ประมาณ 220 ไร่



ภาพที่ 22 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันบางนา-กม.7⁵⁴

⁵³ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์

⁵⁴ ที่มา : googlemap



ภาพที่ 23 ลักษณะถนนหน้าโครงการและทางเข้าโครงการนันทวันบางนา-กม.7⁵⁵

โครงการนันทวันบางนา-กม.7ตั้งอยู่ในซอยเมืองแก้ว 1 ห่างจากถนนบางนาตราด ประมาณ 700เมตร อยู่ใกล้สาธารณูปโภคมากมาย เช่น ห้างสรรพสินค้าMega Bangna ห้างสรรพสินค้าCentral Bangna โรงพยาบาลไทยนครินทร์ ไบเทคบางนา สวนหลวงร.9 ทำให้โครงการมีศักยภาพในการทำเป็นหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง โดยมีราคาขายตั้งแต่ 20ล้านบาทขึ้นไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

⁵⁵ ที่มา : googlemap



POETICO



พื้นที่ใช้สอย	564	ตร.ม.	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง
ที่จอดรถ	4	คัน	ห้องน้ำ	6	ห้อง
ห้องพระ	1	ห้อง	ห้องพักผ่อน	2	ห้อง
ห้องนอน	5	ห้อง			



PRUDENTO-A



พื้นที่ใช้สอย	403	ตร.ม.	ห้องนอน	4	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องพักผ่อน	1	ห้อง
ห้องทำงาน	1	ห้อง	ที่จอดรถ	3	คัน
ห้องน้ำ	5	ห้อง			



IMPRESSO



พื้นที่ใช้สอย	338	ตร.ม.	ห้องพระ:	1	ห้อง
ห้องน้ำ	5	ห้อง	ห้องพักผ่อน	1	ห้อง
ที่จอดรถ	3	คัน	ห้องนอน	4	ห้อง
ห้องทำงาน	1	ห้อง	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง



RADIATO



พื้นที่ใช้สอย	275	ตร.ม.	ห้องนอน	3	ห้อง
ที่จอดรถ	3	คัน	ห้องน้ำ	4	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องทำงาน	1	ห้อง
ห้องพักผ่อน	1	ห้อง			



ATANASIO



พื้นที่ใช้สอย	577	ตร.ม.	ห้องนอน	5	ห้อง
ห้องน้ำ	6	ห้อง	ที่จอดรถ	4	คัน
ห้องพักผ่อน	2	ห้อง	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง
ห้องรับแขก	1	ห้อง	มุมทำงาน	1	มุม
มุมพักผ่อนส่วนตัว	1	มุม			



ADELIO



พื้นที่ใช้สอย	383	ตร.ม.	ขนาดที่ดิน	189	ตร.วา
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องรับแขก	1	ห้อง
ห้องน้ำ	5	ห้อง	ห้องพักผ่อน	1	ห้อง
ห้องพระ	1	ห้อง	ห้องเอนกประสงค์	1	ห้อง
ที่จอดรถ	3	คัน	ห้องนอน	4	ห้อง



TAMORA



พื้นที่ใช้สอย	349	ตร.ม.	ห้องรับแขก	1	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องน้ำ	5	ห้อง
ห้องพักผ่อนชั้นบน	1	ห้อง	ที่จอดรถ	3	คัน
ห้องนอน	4	ห้อง			



EVELYN



พื้นที่ใช้สอย	281	ตร.ม.	ห้องน้ำ	4	ห้อง
ห้องพักผ่อน	1	ห้อง	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง
ที่จอดรถ	3	คัน	ห้องพักผ่อนชั้นบน	1	ห้อง
ห้องนอน	4	ห้อง	ห้องรับแขก	1	ห้อง

ภาพที่ 24 รูปแบบบ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

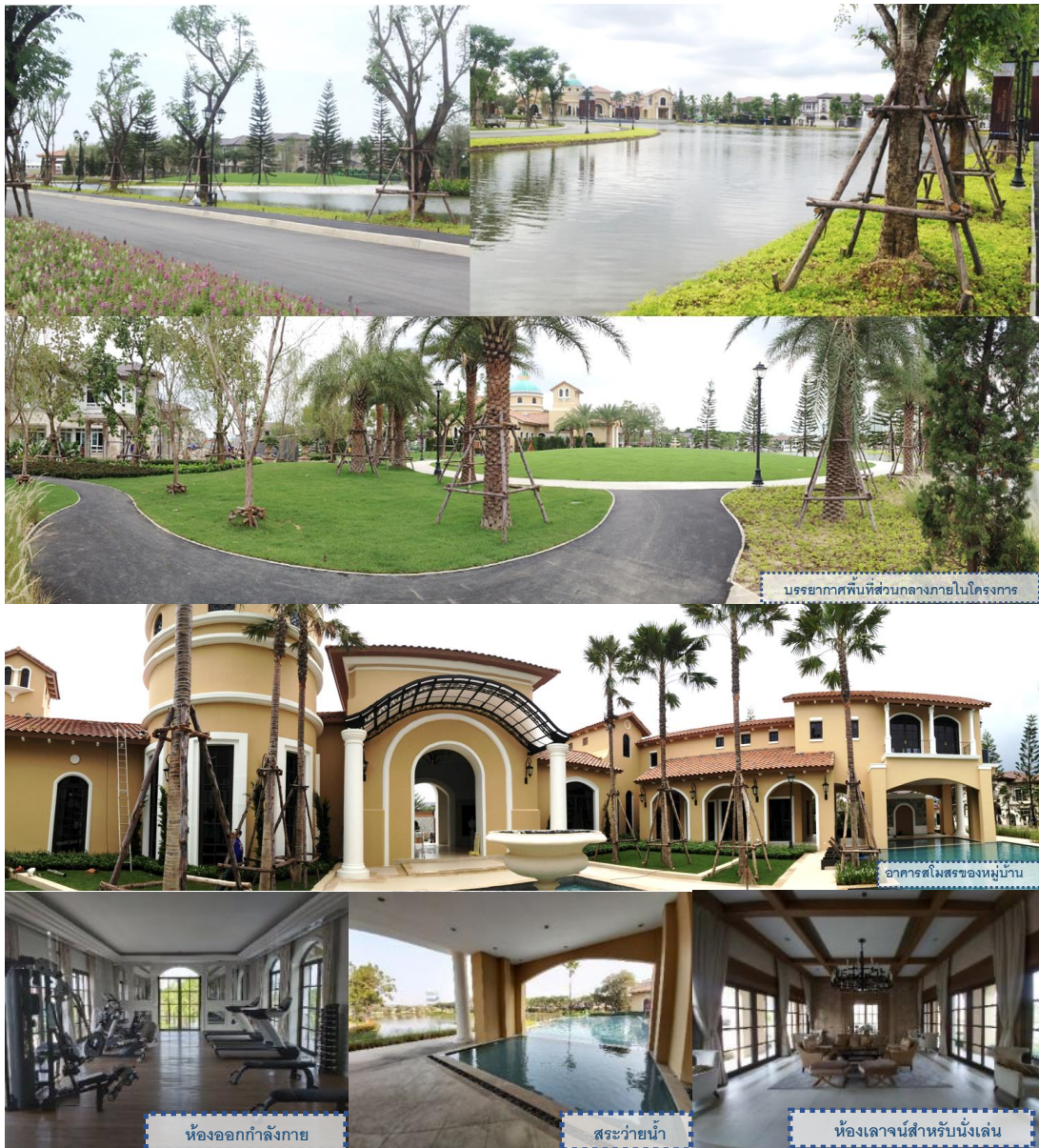
หากจำแนกบ้านตามลักษณะกายภาพภายนอกของตัวบ้าน จะพบว่ามีบ้านทั้งหมด 8 แบบ มี ผังบ้าน 4 แบบที่ใช้เหมือนกัน แต่ปรับลักษณะกายภาพภายนอกของตัวบ้านเพื่อให้เกิดความ หลากหลาย รองรับความต้องการของลูกค้าได้หลายกลุ่มมากขึ้น โดยบ้านในโครงการนี้จะมีขนาดพื้นที่ ใช้สอยตั้งแต่ 275 ตรม.ไปจนถึง 577 ตรม. โดยมีขนาดที่ดินเริ่มต้นที่ 80 ตร.วาขึ้นไป



ภาพที่ 25 ผังโครงการนันทวันบางนา-กม.7⁵⁶

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

⁵⁶ ที่มา : บริษัท Land and houses



ภาพที่ 26 บรรยากาศสวนส่วนกลางและอาคารสโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7⁵⁷

⁵⁷ ที่มา : บริษัท Land and houses

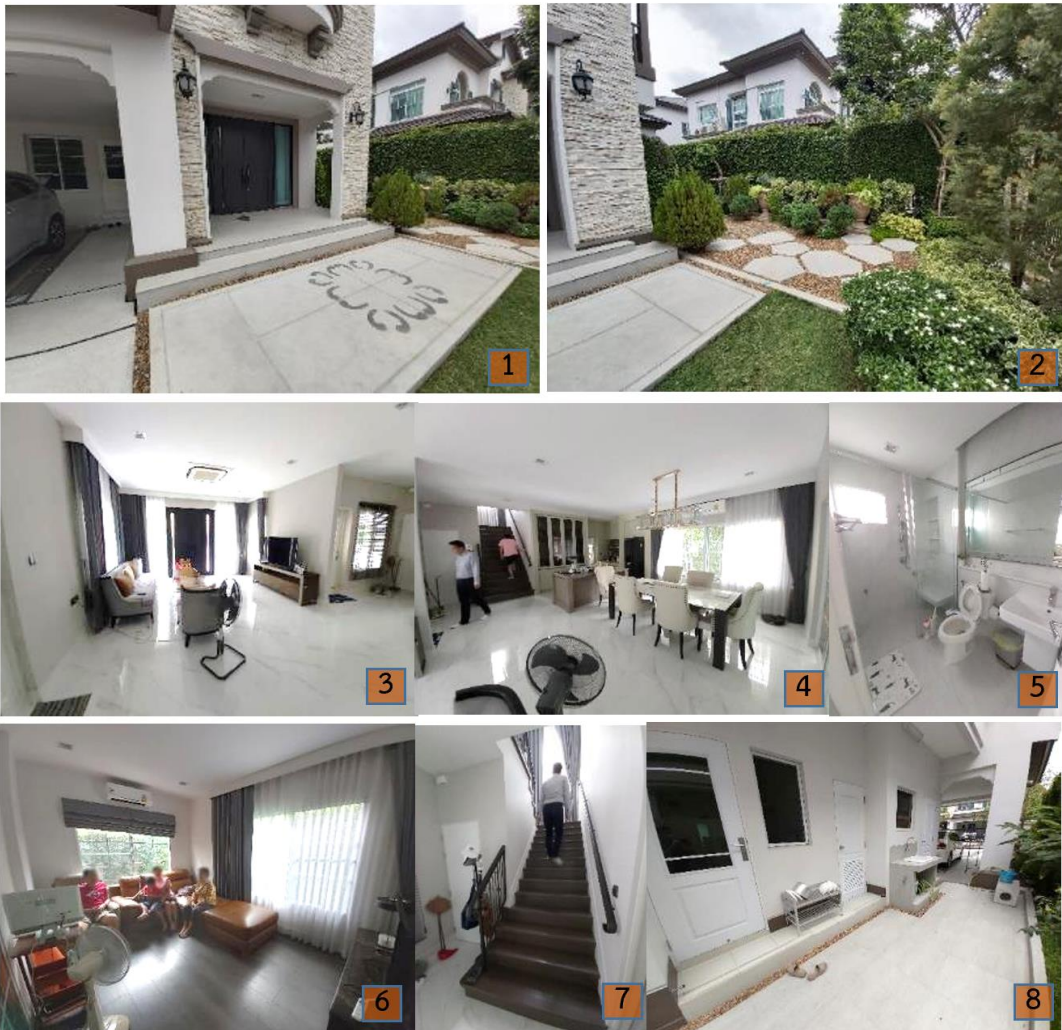
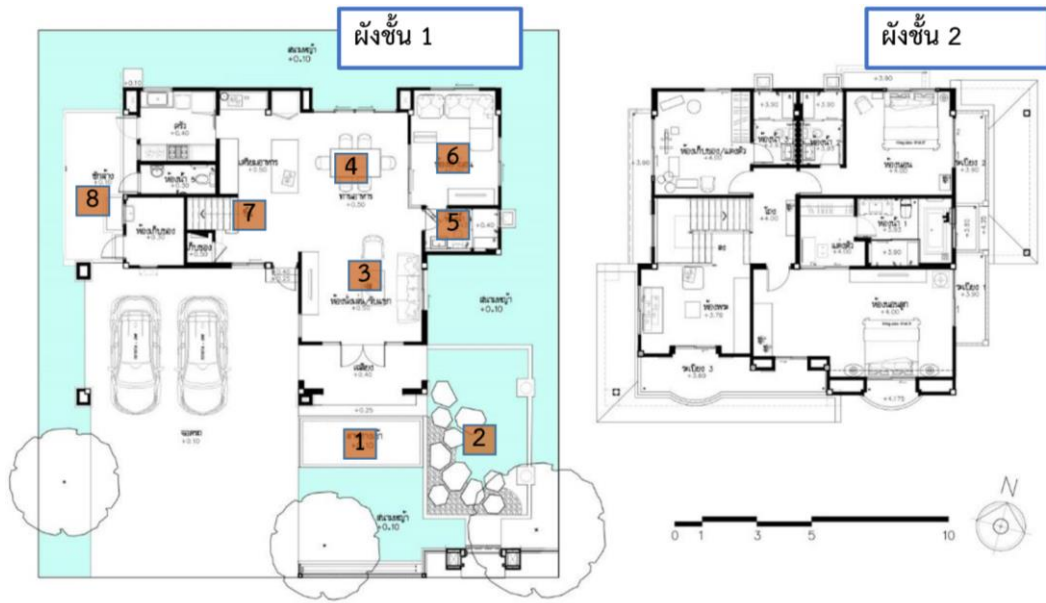
ข้อมูลจากการสำรวจลักษณะของบ้านและพื้นที่ส่วนกลางโครงการนันทวันบางนา-กม.7

ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

บ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7 เป็นบ้านเดี่ยว 2 ชั้น เนื้อที่ 80 ตารางวาขึ้นไป พื้นที่ใช้สอยเริ่มต้นที่ 275 ตร.ม.ไปจนถึง 577 ตร.ม. ประกอบไปด้วยห้องรับแขก/นั่งเล่น ส่วนรับประทานอาหาร ส่วนเตรียมอาหาร ห้องครัว ห้องนอน มีห้องนอนชั้นล่างที่มีห้องน้ำในตัวและมีห้องคนรับใช้ทุกหลัง โดยมีห้องนอนจำนวนตั้งแต่ 3 ห้องไปจนถึง 5 ห้องตามรุ่นของบ้าน ตัวบ้านและสวนรอบบ้านมีรายละเอียดการออกแบบและวัสดุเหมือนกันทุกหลัง เช่น ต้นไม้ใหญ่ในสวนรอบบ้านเป็นพันธุ์ใบแน่นร่มรื่น และเลือกใช้ต้นสนพันธุ์ต่างๆเพื่อให้เข้ากับรูปลักษณะของบ้าน ทางเดินในสวนเป็นแผ่นทางเดินหินกาบขนาดประมาณ 60 ซม.วางแทรกไปกับลานกรวดหรือสนามหญ้า ตัวบ้านยกระดับจากพื้นที่รอบบ้าน มีstepบริเวณทางเข้าบ้านและลานซักล้างหลังบ้าน ห้องน้ำที่มีการลดระดับพื้นที่ส่วนเปียกออกจากพื้นที่ส่วนแห้งและมีการลดระดับพื้นที่ภายในห้องน้ำกับพื้นที่ทางเดินหน้าห้องน้ำ

ปัญหาที่พบจากการสำรวจบ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

- พื้นต่างระดับ เช่น ทางเข้าบ้าน ห้องน้ำ ลานซักล้าง
- วัสดุบริเวณส่วนเปียกไม่กันลื่น เช่น ลานซักล้าง ห้องน้ำ
- พื้นทางเดินในสวนไม่เรียบ
- ลักษณะบันไดไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน
- ลักษณะห้องน้ำไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน



ภาพที่ 27 ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

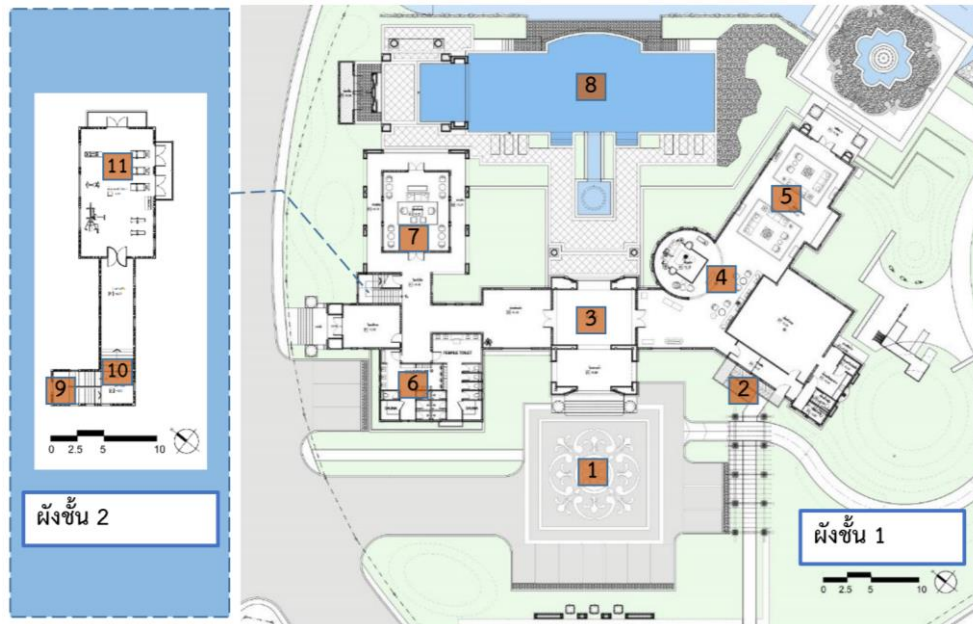
ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

สโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7 เป็นอาคาร 2 ชั้น ประกอบไปด้วยที่จอดรถด้านหน้า อาคารสโมสร สระว่ายน้ำสำหรับผู้ใหญ่และเด็ก ระเบียบรมสระ ห้องเลาจน์สำหรับนั่งพักผ่อน ห้องน้ำชาย ห้องน้ำหญิง ห้องซาวน่า ห้องออกกำลังกายบนชั้น 2

ปัญหาที่พบจากการสำรวจสโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

- พื้นต่างระดับ เช่น ทางเข้าสโมสร
- ทางขึ้น-ลงสระว่ายน้ำขาดราวจับ
- ห้องออกกำลังกายอยู่ชั้น 2 เข้าถึงลำบาก
- ไม่มีห้องน้ำสำหรับผู้พิการ/ผู้สูงอายุ
- ไม่มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการ/ผู้สูงอายุ
- ไม่มีที่จอดรถจักรยาน
- ทางลาดขาดราวจับ





ภาพที่ 28 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

ลักษณะของสวนส่วนกลางและทางสัญจรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

สวนส่วนกลางในโครงการนันทวันบางนา-กม.7 จะถูกแบ่งออกเป็นสวน 4 สวนดังภาพที่ 29 โดยตั้งอยู่ตรงกลางของพื้นที่โครงการ ลักษณะของสวนทั้ง 4 สวนถูกคั่นออกจากกันด้วยทางสัญจรในโครงการ สวน 1 จะอยู่ติดกับตัวอาคารสโมสร ประกอบไปด้วยพื้นที่ทางเดิน ที่นั่งในสวน สนามหญ้า ศาลาพักผ่อน สนามเด็กเล่น ชุมเครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง สวน 2 ประกอบไปด้วยพื้นที่ทางเดินที่ นั่งในสวน สนามหญ้า ศาลาพักผ่อน สนามบาสครึ่งสนาม สวน 3 และสวน 4 จะมีเพียงทางเดิน สนามหญ้า และลานที่มีเก้าอี้พักผ่อน โดยสวนทั้ง 4 สวนมีความร่มรื่น มีไม้ใหญ่ให้ร่มเงาจำนวนมาก เช่น จามจุรี หูกระจิง เป็นต้น

ในส่วนของทางสัญจรในโครงการ สามารถแบ่งได้เป็น 3 แบบ(ดังภาพที่ 30) คือ

- ถนนเมน ผิวจราจรกว้าง 12 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.
- ถนนรอง ผิวจราจรกว้าง 9 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.
- ถนนซอย ผิวจราจรกว้าง 6 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.

ปัญหาที่พบจากการสำรวจสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

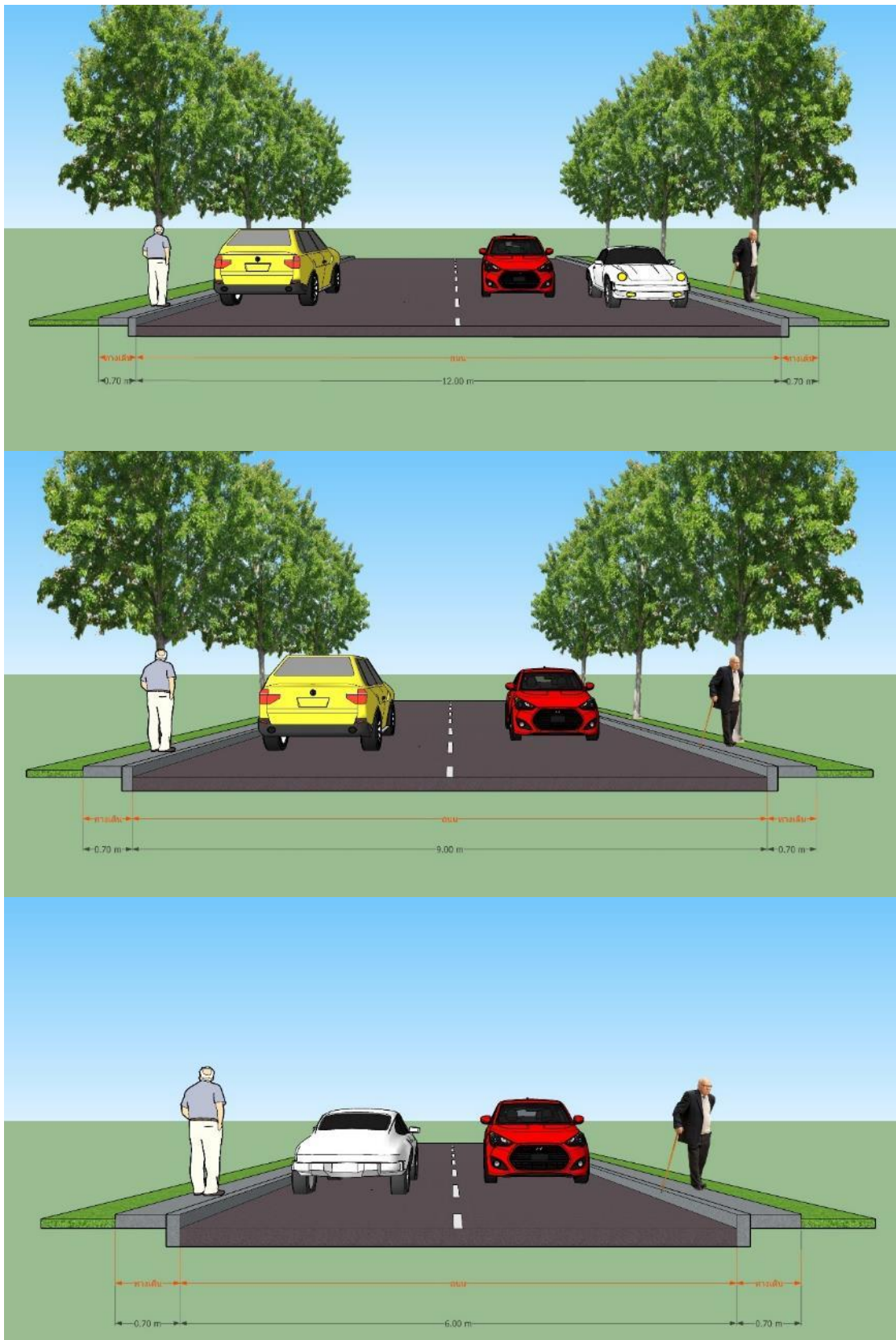
- จุดนั่งพักผ่อนน้อย
- ลูกบ้านพาสุนัขมาเดินเล่นโดยไม่ใช้สายจูง
- พื้นต่างระดับของศาลา
- ทางเดินแคบ

ปัญหาที่พบจากการสำรวจทางสัญจรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

- ขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน
- ทางเท้าแคบเกินไป ไม่เหมาะกับการใช้งาน
- ทางเดินมีการยกกระดืบ ไม่เอื้อต่อการใช้งานของผู้ใช้งานรถเข็น



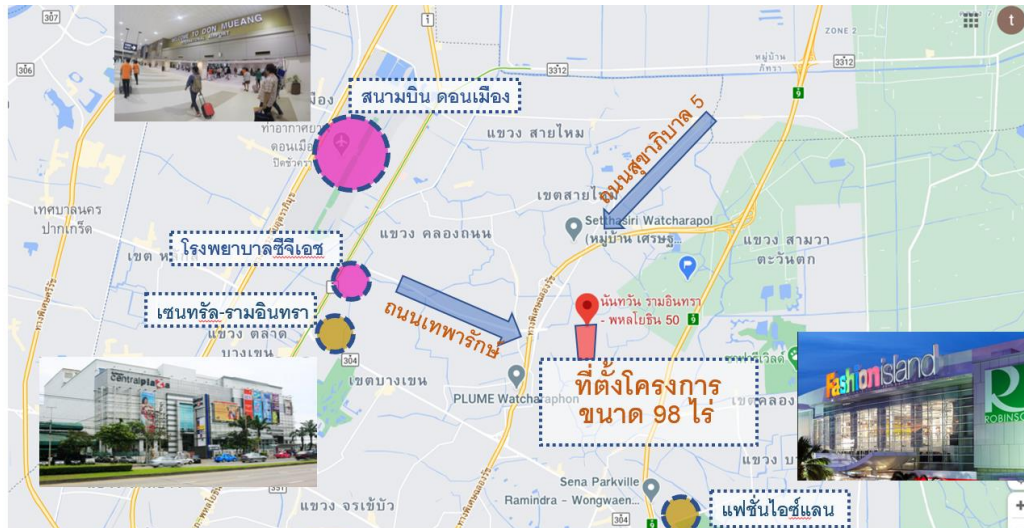
ภาพที่ 29 ลักษณะของสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันบางนา-กม.7



ภาพที่ 30 ลักษณะของทางสัญจรในโครงการนันทวันบางนา-กม.7

4.4.2 โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

ตั้งอยู่ที่ ซอยครุเพี้ยน พหลโยธิน50 แขวง ทำแรัง เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร มีจำนวน บ้านพักอาศัย 218 หลัง บนพื้นที่ประมาณ 98 ไร่



ภาพที่ 31 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50⁵⁸



ภาพที่ 32 บรรยากาศถนนหน้าโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50⁵⁹

⁵⁸ ที่มา : googlemap

⁵⁹ ที่มา : googlemap



ถนนหน้าโครงการ



ป้ายทางเข้าโครงการ

ภาพที่ 33 บรรยากาศทางเข้าโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50⁶⁰

โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50 ตั้งอยู่ในซอยครุเพ็ญ ห่างจากถนนเทพารักษ์ประมาณ 900 เมตร อยู่ใกล้สาธารณูปโภคมากมาย เช่น ห้างสรรพสินค้าCentral รามอินทรา โรงพยาบาลซีจีเอช สนามบินดอนเมือง อีกทั้งยังอยู่ใกล้จุดขึ้น-ลงทางพิเศษฉลองรัชอีกด้วย ทำให้โครงการมีศักยภาพในการทำเป็นหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง โดยมีราคาขายตั้งแต่ 20 ล้านบาทขึ้นไป

⁶⁰ ที่มา : เว็บไซต์ Land and houses



PRUDENTO-A



พื้นที่ใช้สอย	403	ตร.ม.	ห้องนอน	4	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องพักผ่อน	1	ห้อง
ห้องทำงาน	1	ห้อง	ที่จอดรถ	3	คัน
ห้องน้ำ	5	ห้อง			



IMPRESSO

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



พื้นที่ใช้สอย	338	ตร.ม.	ห้องพระ:	1	ห้อง
ห้องน้ำ	5	ห้อง	ห้องพักผ่อน	1	ห้อง
ที่จอดรถ	3	คัน	ห้องนอน	4	ห้อง
ห้องทำงาน	1	ห้อง	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง



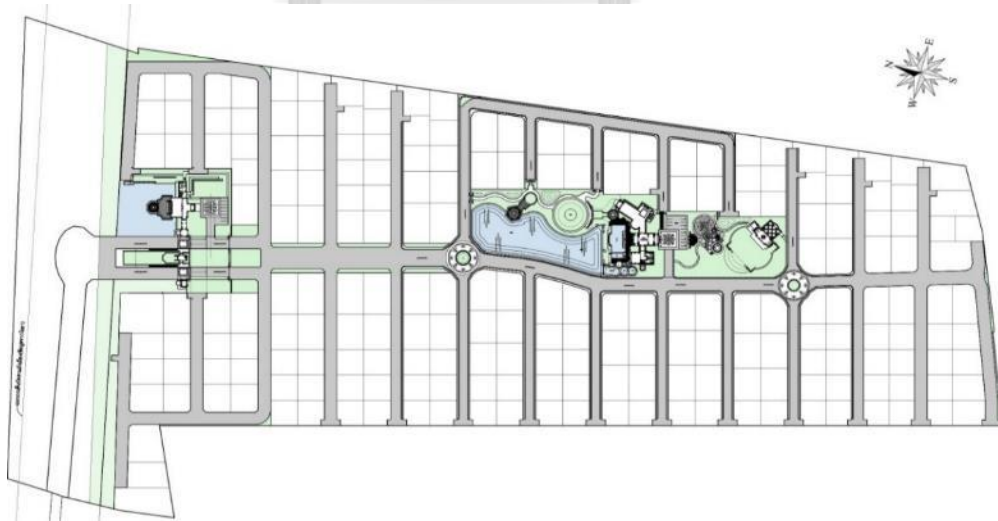
RADIATO



พื้นที่ใช้สอย	275	ตร.ม.	ห้องนอน	3	ห้อง
ที่จอดรถ	3	คัน	ห้องน้ำ	4	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องทำงาน	1	ห้อง
ห้องพักผ่อน	1	ห้อง			

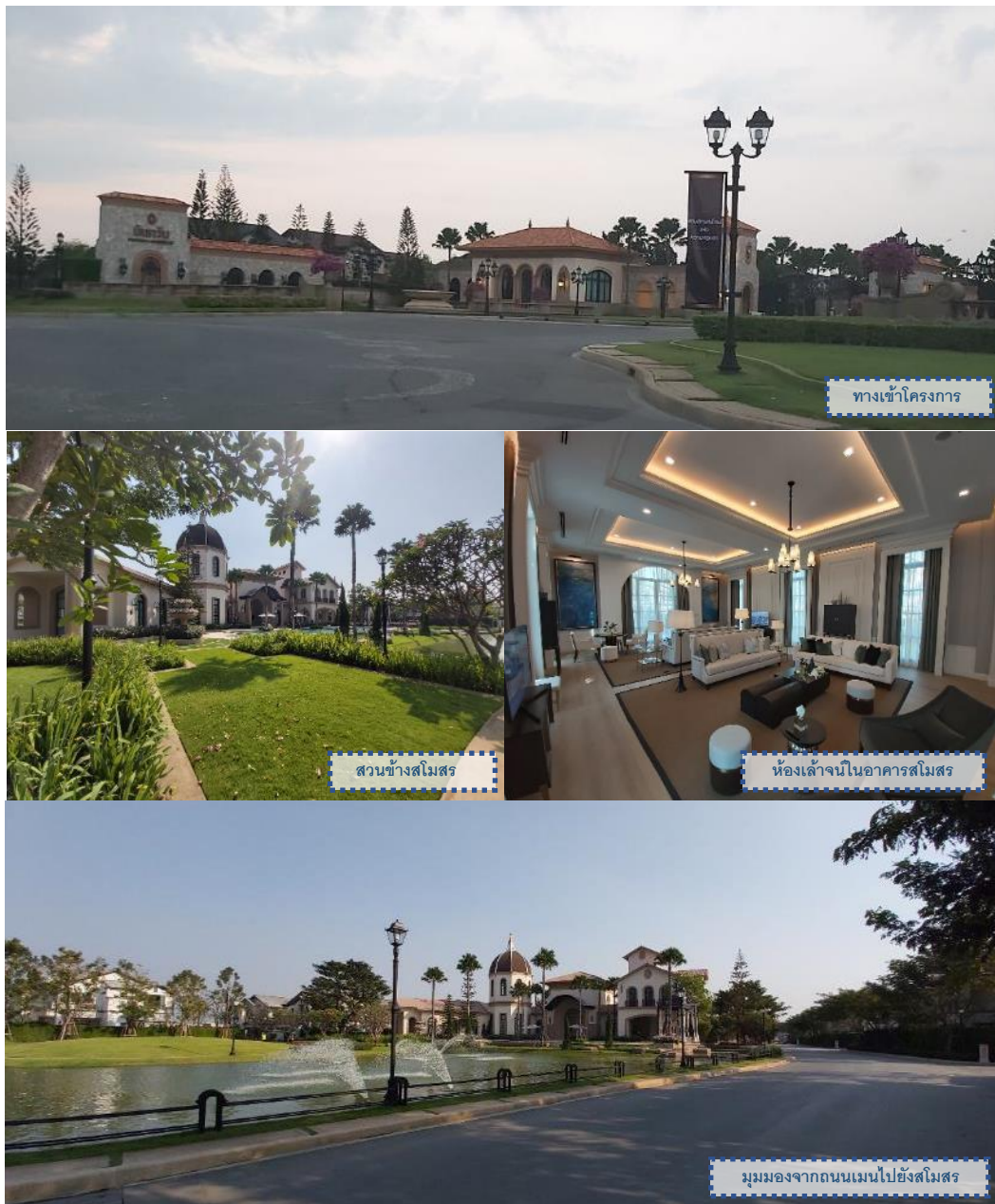
ภาพที่ 34 รูปแบบบ้านเดี่ยวในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน 50⁶¹

โครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50⁶¹ นี้ มี design concept เหมือนโครงการนันทวันบางนา-กม.7 จึงนำรูปแบบบ้านจากโครงการนันทวันบางนา-กม.7 มา 3 รุ่น บ้านในโครงการนี้จะมีขนาดพื้นที่ใช้สอยตั้งแต่ 275 ตรม.ไปจนถึง 403 ตรม. โดยมีขนาดที่ดินเริ่มต้นที่ 80ตร.วาขึ้นไป

ภาพที่ 35 ผังโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50⁶²

⁶¹ ที่มา : เว็บไซต์ Land and houses

⁶² ที่มา : บริษัท Land and houses



ภาพที่ 36 บรรยากาศสวนส่วนกลางและอาคารสโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50⁶³

⁶³ ที่มา : บริษัท Land and houses

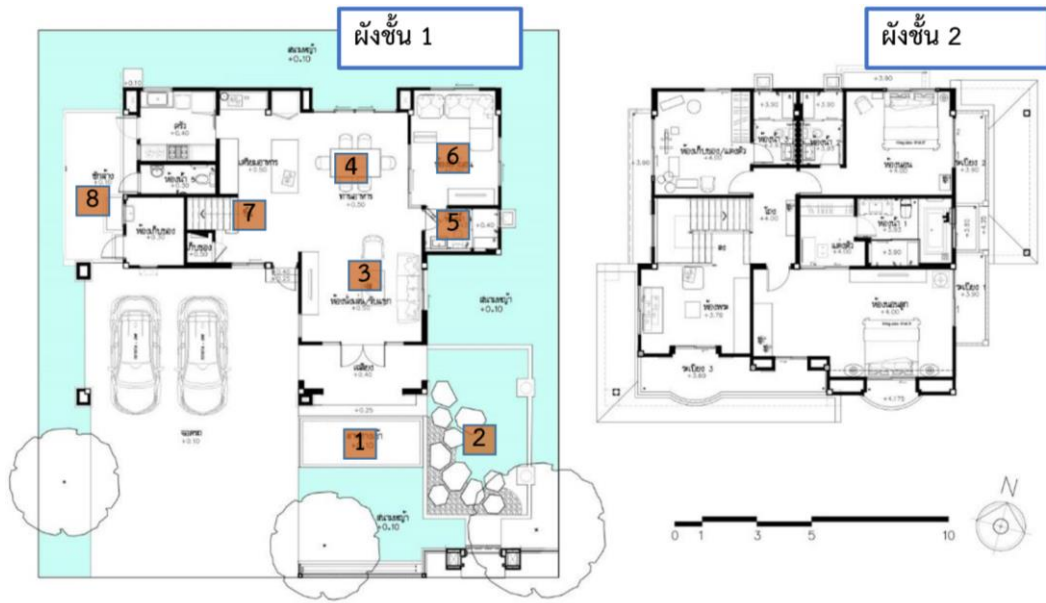
ข้อมูลจากการสำรวจลักษณะของบ้านและพื้นที่ส่วนกลางโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

บ้านในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50 เป็นบ้านเดี่ยว 2 ชั้น เนื้อที่ 80 ตารางวา ขึ้นไป พื้นที่ใช้สอยเริ่มต้นที่ 275 ตรม.ไปจนถึง 403 ตร.ม. ประกอบไปด้วยห้องรับแขก/นั่งเล่น ส่วนรับประทานอาหาร ส่วนเตรียมอาหาร ห้องครัว ห้องนอน มีห้องนอนชั้นล่างที่มีห้องน้ำในตัวและมีห้องคนรับใช้ทุกหลัง โดยมีห้องนอนจำนวนตั้งแต่ 3 ห้องไปจนถึง 4 ห้องตามรุ่นของบ้าน ตัวบ้านและสวนรอบบ้านมีรายละเอียดการออกแบบและวัสดุเหมือนกันทุกหลัง เช่น ต้นไม้ใหญ่ในสวนรอบบ้านเป็นพันธุ์ใบแน่น ร่มรื่น และเลือกใช้ต้นสนพันธุ์ต่างๆเพื่อให้เข้ากับรูปลักษณ์ของบ้าน ทางเดินในสวนเป็นแผ่นทางเดินหินกาบขนาดประมาณ 60 ซม.วางแทรกไปกับลานกรวดหรือสนามหญ้า ตัวบ้านยกระดับจากพื้นที่รอบบ้าน มีstepบริเวณทางเข้าบ้านและลานซักล้างหลังบ้าน ห้องน้ำที่มีการลดระดับพื้นที่ส่วนเปียกออกจากพื้นที่ส่วนแห้งและมีการลดระดับพื้นภายในห้องน้ำกับพื้นทางเดินหน้าห้องน้ำ

ปัญหาที่พบจากการสำรวจบ้านในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

- พื้นต่างระดับ เช่น ทางเข้าบ้าน ห้องน้ำ ลานซักล้าง
- วัสดุบริเวณส่วนเปียกไม่กันลื่น เช่น ลานซักล้าง ห้องน้ำ
- พื้นทางเดินในสวนไม่เรียบ
- ลักษณะบันไดไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน
- ลักษณะห้องน้ำไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน



ภาพที่ 37 ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

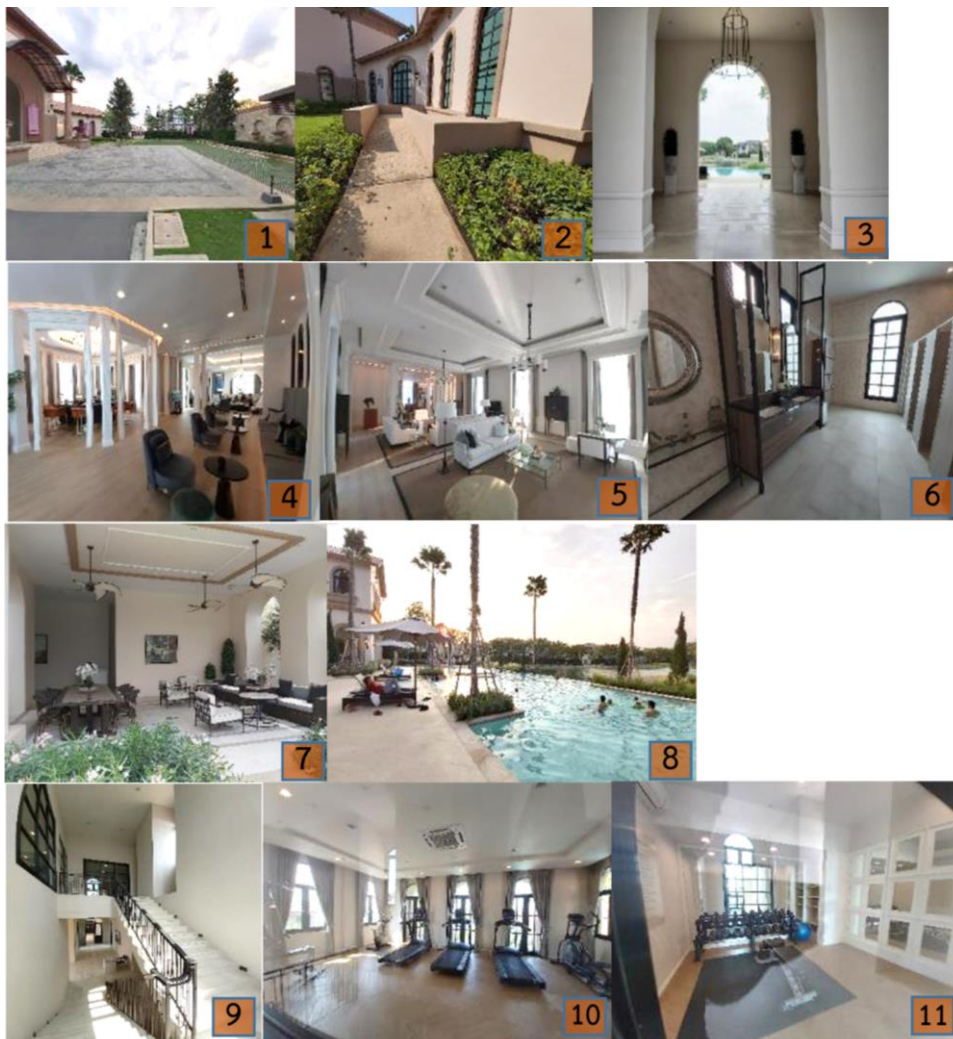
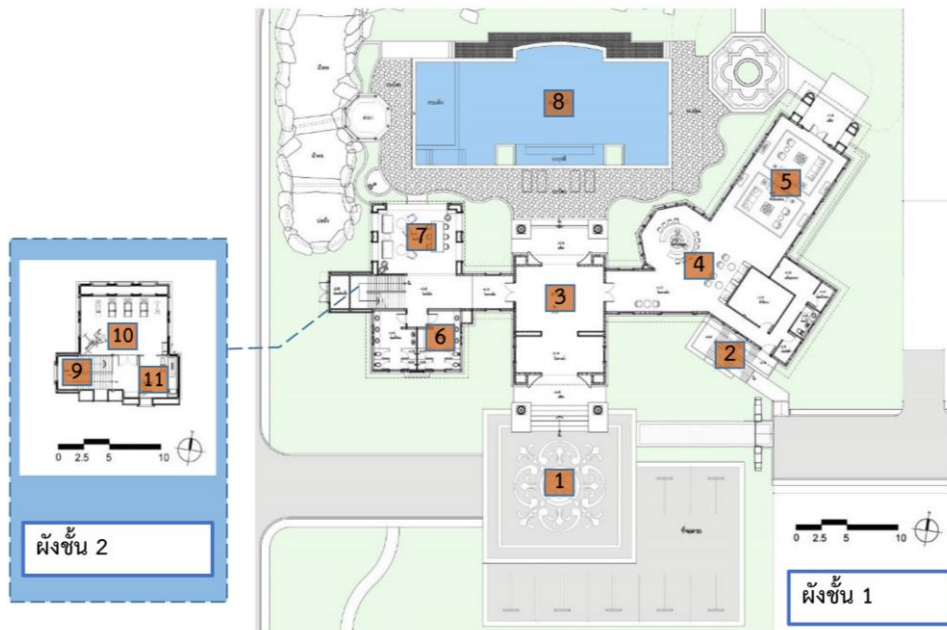
ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

สโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50 เป็นอาคาร 2 ชั้น ประกอบไปด้วยที่จอดรถด้านหน้าอาคารสโมสร สระว่ายน้ำสำหรับผู้ใหญ่และเด็ก ระเบียบรมสระ ห้องเลาจน์สำหรับนั่งพักผ่อน ห้องน้ำชาย ห้องน้ำหญิง ห้องซาวน่า ห้องออกกำลังกายบนชั้น 2

ปัญหาที่พบจากการสำรวจสโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

- พื้นต่างระดับ เช่น ทางเข้าสโมสร
- ทางขึ้น-ลงสระว่ายน้ำขาดราวจับ
- ห้องออกกำลังกายอยู่ชั้น 2 เข้าถึงลำบาก
- ไม่มีห้องน้ำสำหรับผู้พิการ/ผู้สูงอายุ
- ไม่มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการ/ผู้สูงอายุ
- พื้นจอดรถไม่เรียบ
- ไม่มีที่จอดรถจักรยาน
- ทางลาดขาดราวจับ





ภาพที่ 38 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

ลักษณะของสวนส่วนกลางและทางสัญจรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

สวนส่วนกลางในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50 จะถูกแบ่งออกเป็นสวน 2 สวน ดังภาพที่ 39 โดยตั้งอยู่ตรงกลางของพื้นที่โครงการ ลักษณะของสวนทั้ง 2 สวนถูกคั่นออกจากกันด้วย อาคารสโมสร สวน 1 ประกอบไปด้วยบ่อน้ำ พื้นทางเดิน สนามหญ้า ศาลาพักผ่อน สนามเด็กเล่น สวน 2 ประกอบไปด้วยพื้นทางเดิน สนามหญ้า ศาลาพักผ่อน ชุมนั่งพักผ่อนกลางแจ้ง สนามเด็กเล่น โดยสวนทั้ง 2 สวนมีความร่มรื่น มีไม้ใหญ่ให้ร่มเงาจำนวนมาก เช่น จามจุรี หลิว เป็นต้น

ในส่วนของทางสัญจรในโครงการ สามารถแบ่งได้เป็น 3 แบบ(ดังภาพที่ 30) คือ

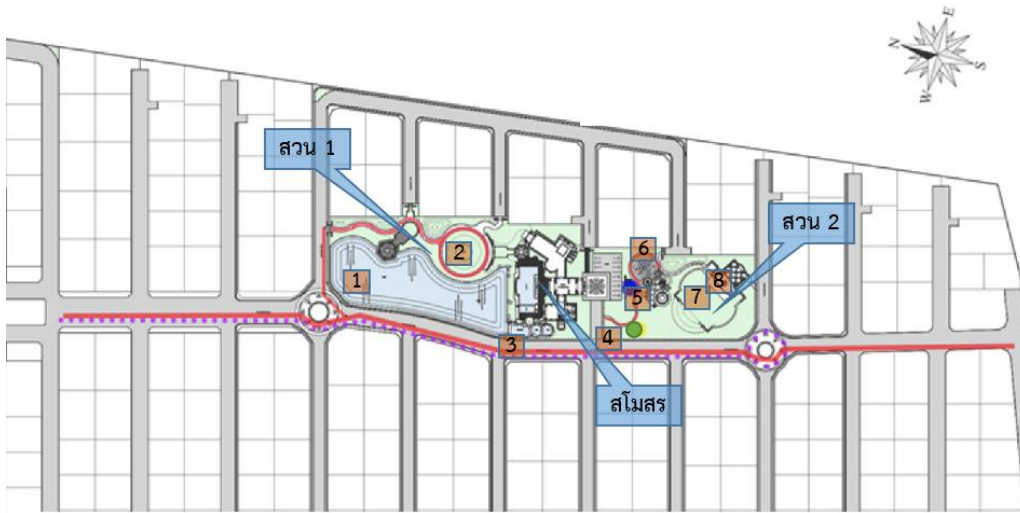
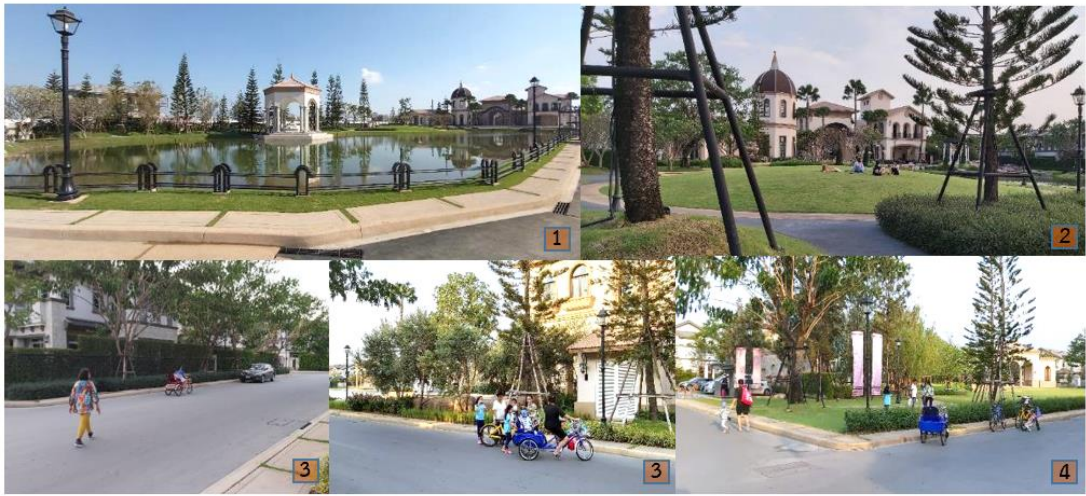
- ถนนเมน ผิวจราจรกว้าง 12 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.
- ถนนรอง ผิวจราจรกว้าง 9 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.
- ถนนซอย ผิวจราจรกว้าง 6 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.

ปัญหาที่พบจากการสำรวจสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

- จุดนั่งพักผ่อนน้อย
- พื้นที่ระดับของศาลา
- ทางเดินแคบ

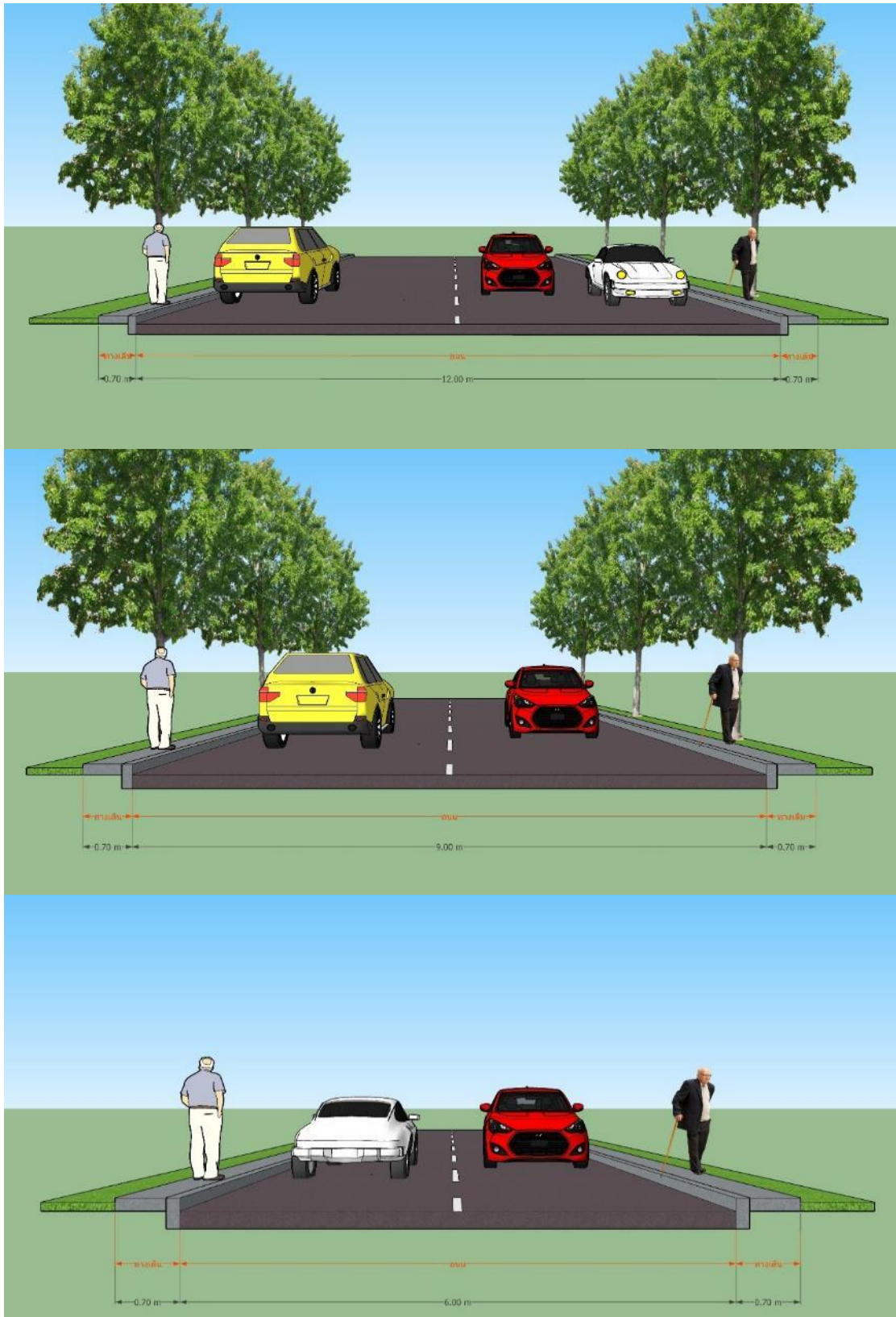
ปัญหาที่พบจากการสำรวจทางสัญจรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

- ขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน
- ทางเท้าแคบเกินไป ไม่เหมาะกับการใช้งาน
- ทางเดินมีการยกระดับ ไม่เอื้อต่อการใช้งานของผู้ใช้งานรถเข็น



- เส้นทางเดิน/วิ่งออกกำลังกาย
- ⋯ เส้นทางจักรยาน
- กิจกรรม ACTIVE
- กิจกรรม PASSIVE

ภาพที่ 39 ลักษณะของสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50



ภาพที่ 40 ลักษณะของทางสัญจรในโครงการนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

4.4.3 โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

ตั้งอยู่ที่ ถนน บรมราชชนนี เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร มีจำนวนบ้านพักอาศัย 382 หลัง บนพื้นที่ประมาณ 216 ไร่



ภาพที่ 41 ตำแหน่งที่ตั้งของโครงการปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์⁶⁴



ภาพที่ 42 บรรยากาศบริเวณทางเข้าโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์⁶⁵

โครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ ตั้งอยู่ริมถนนบรมราชชนนี อยู่ใกล้สาธารณูปโภคมากมาย เช่น ห้างสรรพสินค้า The Circle Central ปิ่นเกล้า โรงพยาบาลธนบุรี 2 สถานีขนส่งสายใต้ใหม่ อีกทั้งยังอยู่ใกล้ทางพิเศษศรีรัช-วงแหวนรอบนอกอีกด้วย ทำให้โครงการมีศักยภาพในการทำเป็นหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง โดยมีราคาขายตั้งแต่ 20 ล้านบาทขึ้นไป

⁶⁴ ที่มา : googlomap

⁶⁵ ที่มา : เว็บไซต์ Land and houses



THE CULLINAN



พื้นที่ใช้สอย	289	ตร.ม.	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง
ห้องนอน	4	ห้อง	ที่จอดรถ	2	คัน
ห้องน้ำ	5	ห้อง	ห้องรับแขก	1	ห้อง
มุมนำงาน	1	มุม	ห้องพักผ่อน	2	ห้อง



THE SANCY



พื้นที่ใช้สอย	245	ตร.ม.	ห้องนอน	4	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องน้ำ	5	ห้อง
ที่จอดรถ	2	คัน	ห้องรับแขก	1	ห้อง



THE CENTENARY



พื้นที่ใช้สอย	337 ตร.ม.	ห้องพระ:	1 ห้อง
ห้องนอน	4 ห้อง	ห้องคนรับใช้	1 ห้อง
ห้องรับแขก	1 ห้อง	มุมทำงาน	1 มุม
ห้องน้ำ	5 ห้อง	ที่จอดรถ	3 คัน



THE ORLAY



พื้นที่ใช้สอย	401 ตร.ม.	ห้องนอน	4 ห้อง
ห้องน้ำ	5 ห้อง	ที่จอดรถ	3 คัน
ห้องทำงาน	1 ห้อง	ห้องพักร้อน	2 ห้อง
ห้องคนรับใช้	1 ห้อง	ห้องพระ:	1 ห้อง
ห้องรับแขก	1 ห้อง		



COSMOS



พื้นที่ใช้สอย	238	ตร.ม.	ห้องน้ำ	4	ห้อง
ห้องคนรับใช้	1	ห้อง	ห้องนอน	4	ห้อง
ที่จอดรถ	2	คัน			



PLUMERIA



พื้นที่ใช้สอย	284	ตร.ม.	ห้องนอน	4	ห้อง
ที่จอดรถ	2	คัน	ห้องคนรับใช้	1	ห้อง
ห้องน้ำ	5	ห้อง			



MARIGOLD



พื้นที่ใช้สอย	323 ตร.ม.	ที่จอดรถ	3 คัน
ห้องนอน	4 ห้อง	ห้องคนรับใช้	1 ห้อง
ห้องพักผ่อน	1 ห้อง	ห้องน้ำ	4 ห้อง
ห้องทำงาน	1 ห้อง		



VISCARIA



พื้นที่ใช้สอย	397 ตร.ม.	ห้องพักผ่อน	1 ห้อง
ที่จอดรถ	3 คัน	ห้องคนรับใช้	1 ห้อง
ห้องนอน	4 ห้อง	ห้องน้ำ	4 ห้อง

ภาพที่ 43 รูปแบบบ้านเดี่ยวในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์⁶⁶

⁶⁶ ที่มา : เว็บไซต์ Land and houses

บ้านในโครงการนี้จะมีขนาดพื้นที่ใช้สอยตั้งแต่ 238 ตรม.ไปจนถึง 401 ตรม. โดยมีขนาดที่ดินเริ่มต้นที่ 80 ตร.วาขึ้นไป



ภาพที่ 44 ผังโครงการนันทนปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์⁶⁷



ภาพที่ 45 บรรยากาศสวนส่วนกลางและอาคารสโมสรในโครงการนันทนปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์⁶⁸

⁶⁷ ที่มา : บริษัท Land and houses

⁶⁸ ที่มา : บริษัท Land and houses



ภาพที่ 46 บรรยากาศสวนส่วนกลางและทางสัญจรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์⁶⁹

⁶⁹ ที่มา : บริษัท Land and houses

ข้อมูลจากการสำรวจลักษณะของบ้านและพื้นที่ส่วนกลางโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

บ้านในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ เป็นบ้านเดี่ยว 2 ชั้น เนื้อที่ 80 ตารางวาขึ้นไป พื้นที่ใช้สอยเริ่มต้นที่ 238 ตร.ม.ไปจนถึง 401 ตร.ม. ประกอบไปด้วยห้องรับแขก/นั่งเล่น ส่วนรับประทานอาหาร ส่วนเตรียมอาหาร ห้องครัว ห้องนอน มีห้องนอนชั้นล่างที่มีห้องน้ำในตัวและมีห้องคนรับใช้ทุกหลัง โดยมีห้องนอน 4 ห้อง ตัวบ้านและสวนรอบบ้านมีรายละเอียดการออกแบบและวัสดุเหมือนกันทุกหลัง เช่น ต้นไม้ใหญ่ในสวนรอบบ้านเป็นพันธุ์ใบแน่น ร่มรื่น ทางเดินในสวนเป็นแผ่นทางเดินขนาดกว้างประมาณ 60 ซม.วางแทรกไปกับลานกรวดหรือสนามหญ้า มีลานที่นั่งสำหรับพักผ่อนในสวน ตัวบ้านยกระดับจากพื้นที่รอบบ้าน มีstepบริเวณทางเข้าบ้านและลานซักล้างหลังบ้าน ห้องน้ำที่มีการยกธรณีกันส่วนเปียกออกจากพื้นที่ส่วนแห้งและมีการลดระดับพื้นภายในห้องน้ำกับพื้นที่ทางเดินหน้าห้องน้ำ

ปัญหาที่พบจากการสำรวจบ้านในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

- พื้นต่างระดับ เช่น ทางเข้าบ้าน ห้องน้ำ ลานซักล้าง
- วัสดุบริเวณส่วนเปียกไม่กันลื่น เช่น ลานซักล้าง ห้องน้ำ
- พื้นทางเดินในสวนไม่เรียบ
- ลักษณะบันไดไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน
- ลักษณะห้องน้ำไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน



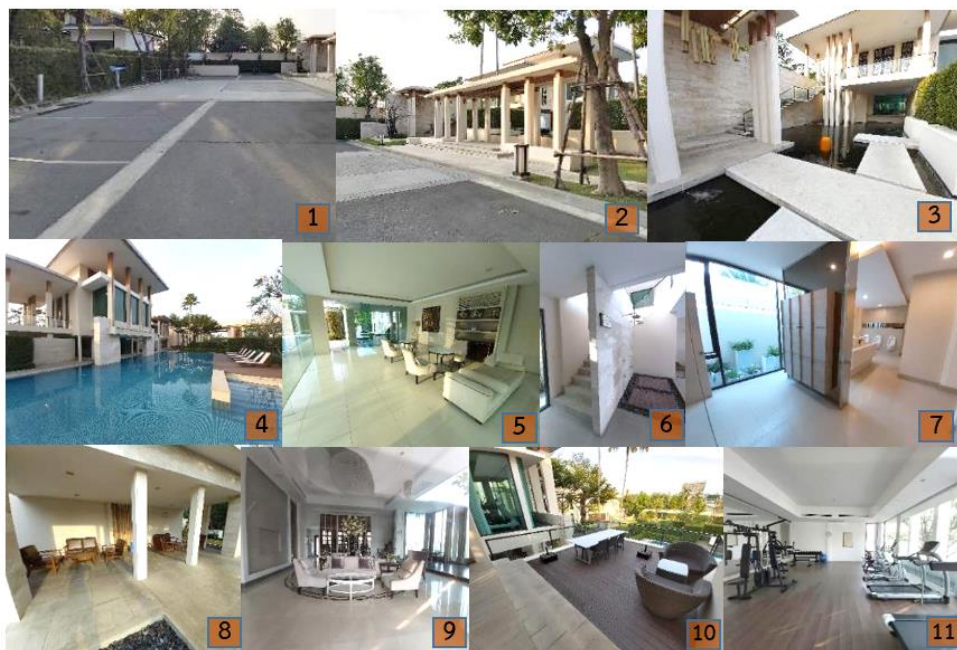
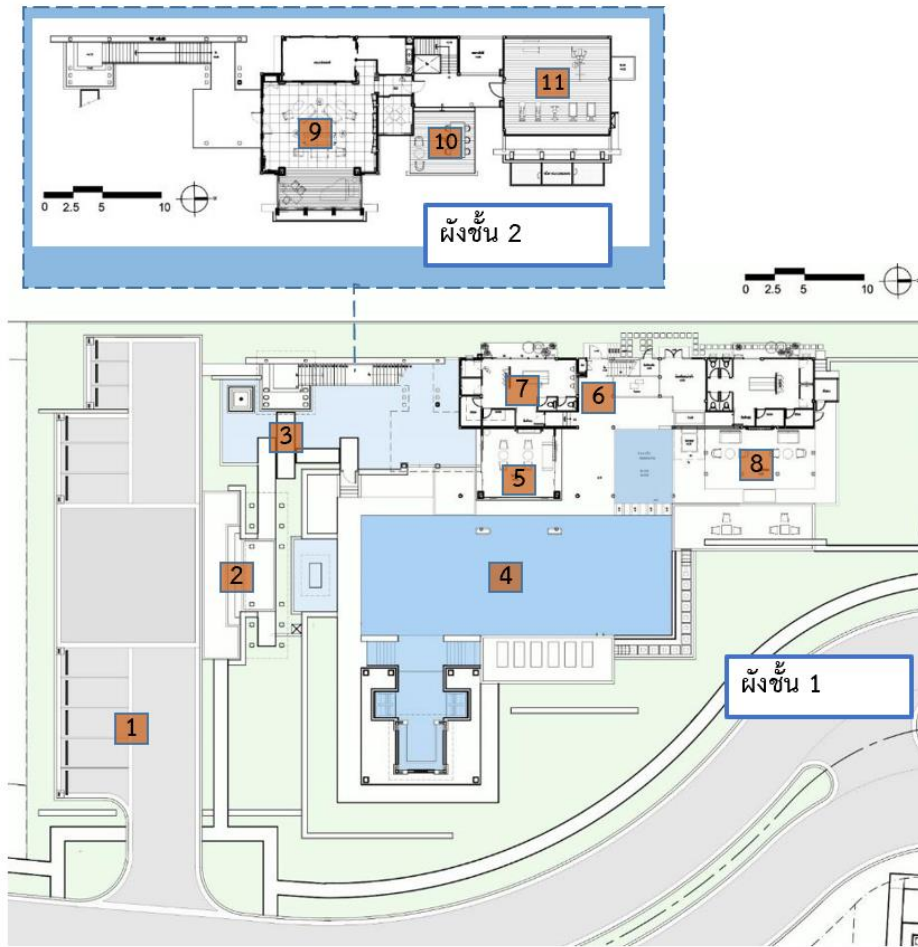
ภาพที่ 47 ลักษณะของบ้านในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันปีนเกล้า-ราชพฤกษ์

สโมสรในโครงการนันทวันปีนเกล้า-ราชพฤกษ์ เป็นอาคาร 2 ชั้น ประกอบไปด้วยที่จอดรถ ด้านหน้าอาคารสโมสร สระว่ายน้ำสำหรับผู้ใหญ่และเด็ก ระเบียบรมสระ ห้องเลาจน์สำหรับนั่งพักผ่อน ห้องน้ำชาย ห้องน้ำหญิง ห้องซาวน่า ห้องออกกำลังกายบนชั้น 2

ปัญหาที่พบจากการสำรวจสโมสรในโครงการนันทวันปีนเกล้า-ราชพฤกษ์

- ที่ตั้งสโมสรอยู่ไกลจากกลุ่มบ้านพักอาศัย
- พื้นต่างระดับ เช่น ทางเข้าสโมสร
- ทางขึ้น-ลงสระว่ายน้ำขาดราวจับ
- ห้องออกกำลังกายอยู่ชั้น 2 เข้าถึงลำบาก
- ไม่มีห้องน้ำสำหรับผู้พิการ/ผู้สูงอายุ
- ไม่มีที่จอดรถสำหรับผู้พิการ/ผู้สูงอายุ
- ขาดทางลาดเข้าสู่อาคาร



ภาพที่ 48 ลักษณะของสโมสรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

ลักษณะของสวนส่วนกลางและทางสัญจรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

สวนส่วนกลางในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ จะถูกแบ่งออกเป็นสวน 3 สวนดังภาพที่ 49 โดยตั้งอยู่ตรงกลางของกลุ่มบ้านพักอาศัยท้ายโครงการ ลักษณะของสวนทั้ง 3 สวนถูกคั่นออกจากกันโดยกลุ่มบ้านพักอาศัย สวน 1 ประกอบไปด้วยบ่อน้ำ สนามหญ้า พื้นทางเดิน ที่นั่งในสวน ศาลาพักผ่อน สนามเด็กเล่น ลานออกกำลังกายกลางแจ้ง สวน 2 ประกอบไปด้วยพื้นทางเดินและที่นั่งในสวน สนามหญ้า ศาลาพักผ่อน สวน 3 ประกอบไปด้วย ลานสนามหญ้า พื้นทางเดิน ที่นั่งในสวน โดยสวนทั้ง 3 สวนมีความร่มรื่น มีไม้ใหญ่ให้ร่มเงาจำนวนมาก เช่น จามจุรี หุกระจง เป็นต้น

ในส่วนของทางสัญจรในโครงการ สามารถแบ่งได้เป็น 3 แบบ(ดังภาพที่ 30) คือ

- ถนนเมน ผิวจราจรกว้าง 12 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.
- ถนนรอง ผิวจราจรกว้าง 9 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.
- ถนนซอย ผิวจราจรกว้าง 6 เมตร ทางเท้ากว้าง 70 ซม.

ปัญหาที่พบจากการสำรวจสวนส่วนกลางในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

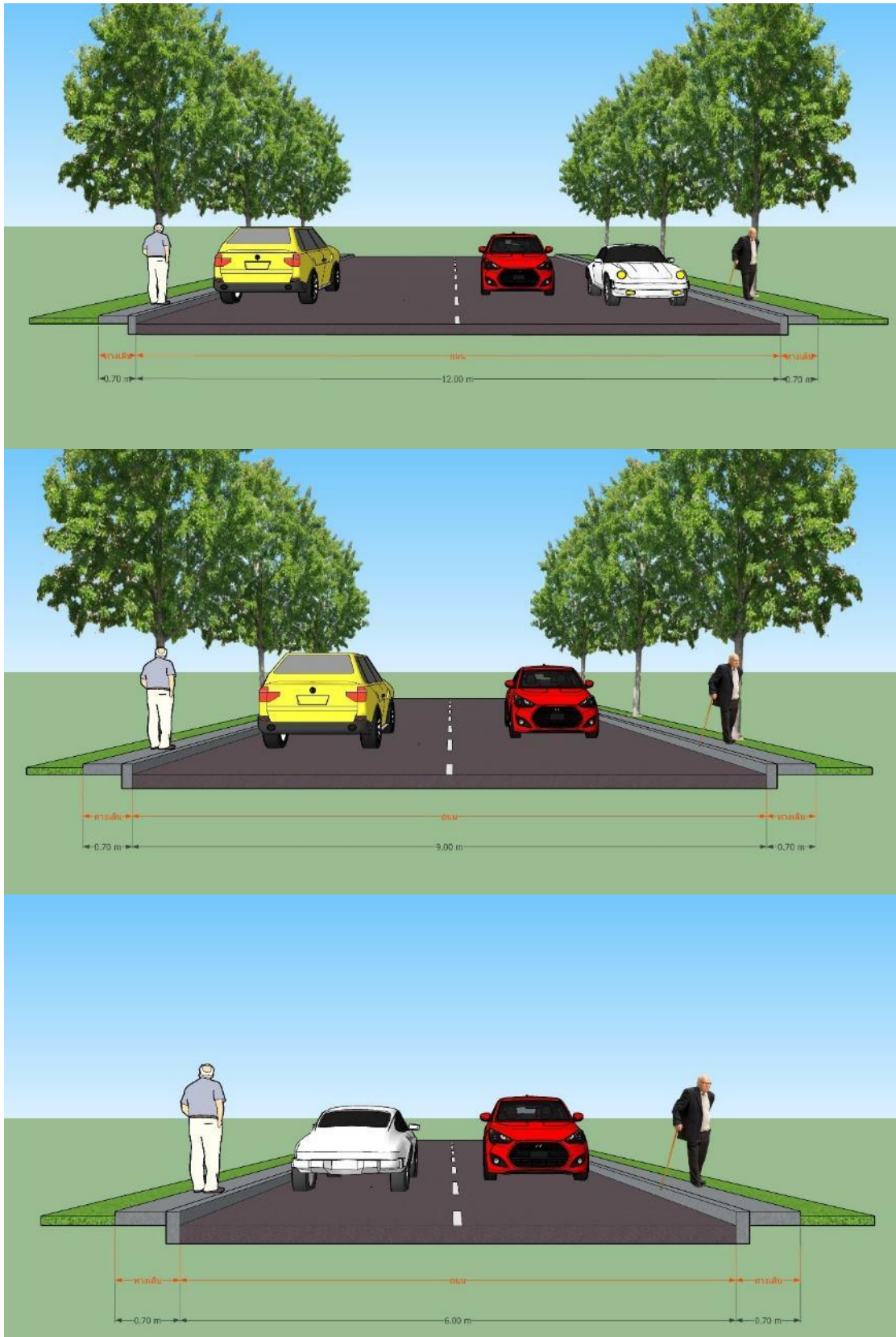
- ที่นั่งไม่ถูกสุขลักษณะ
- พื้นต่างระดับของศาลา
- ทางเดินแคบ

ปัญหาที่พบจากการสำรวจทางสัญจรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

- ขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน
- ทางเท้าแคบเกินไป ไม่เหมาะกับการใช้งาน
- ทางเดินมีการยกกระดืบ ไม่เอื้อต่อการใช้งานของผู้ใช้งานรถเข็น



ภาพที่ 49 ลักษณะของสโมสรรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์



ภาพที่ 50 ลักษณะของทางสัญจรในโครงการนันทวันปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

บทที่ 5

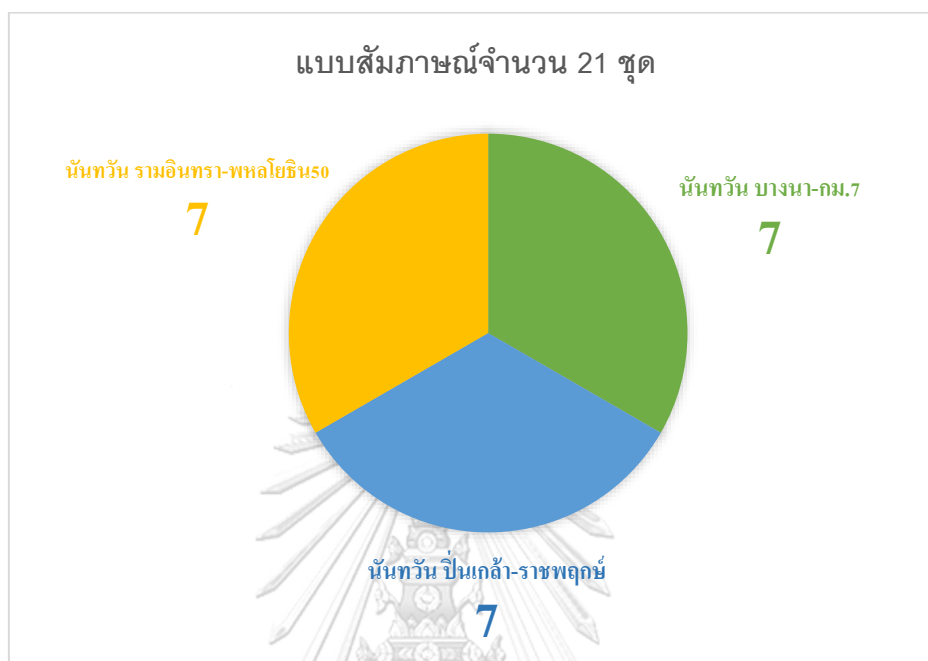
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยเรื่อง “สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร : กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนันทวัน” นั้น ผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูล และสรุปผลตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ได้ดังนี้

วัตถุประสงค์	การสรุปผลข้อมูล
1.ศึกษาลักษณะทางด้านประชากร สังคม และเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ	<p>ส่วนที่ 1. ข้อมูลทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพ ระดับการศึกษา - อาชีพปัจจุบัน/เดิม รายได้ ที่มาของรายได้ - ลักษณะสุขภาพโดยรวม โรคประจำตัว ปัญหาการทำงานของร่างกาย อุบัติเหตุ ผู้ดูแลยามเจ็บป่วย
2.ศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	<p>ส่วนที่ 2. ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - จำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้าน - ปัจจุบันพักอาศัยอยู่ชั้นใด - กิจวัตรประจำวัน - งานอดิเรก - การปรับปรุงที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ - ปัญหาของที่อยู่อาศัย
3.ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง	<p>ส่วนที่ 3. ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ</p> <ul style="list-style-type: none"> - การเข้าถึงพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ - พฤติกรรมการใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ - ปัญหาของพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ <p>ส่วนที่ 4. ข้อมูลจากสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตหน้าสนาม</p>
4.วิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการของผู้สูงอายุ ให้เหมาะสมกับพฤติกรรมการอยู่อาศัยมากขึ้น	<p>สรุปปัญหาและความต้องการด้านที่อยู่อาศัย และพื้นที่สาธารณะภายในโครงการ แล้วเสนอแนะแนวทางการออกแบบปรับปรุงในอนาคต</p> <ul style="list-style-type: none"> - แนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย - แนวทางการออกแบบและปรับปรุงสภาพแวดล้อมในหมู่บ้าน

5.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ขั้นที่ 1

ผู้วิจัยใช้วิธีสัมภาษณ์กลุ่มประชากรผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการเป็นจำนวนหมู่บ้านละ 7 คน รวมทั้งหมด 21 คน



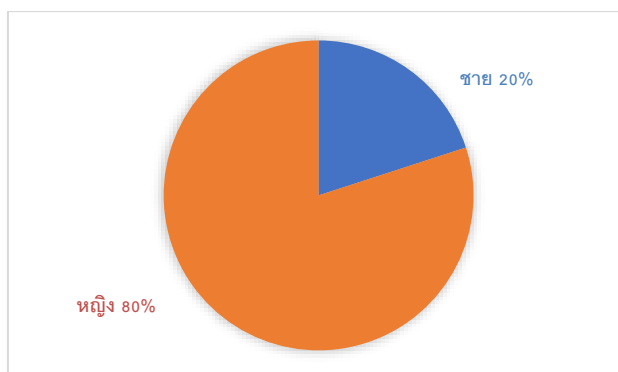
แผนภูมิที่ 2 แสดงจำนวนประชากรผู้สูงอายุผู้ให้สัมภาษณ์ในหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ

5.1.1 ข้อมูลด้านสังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

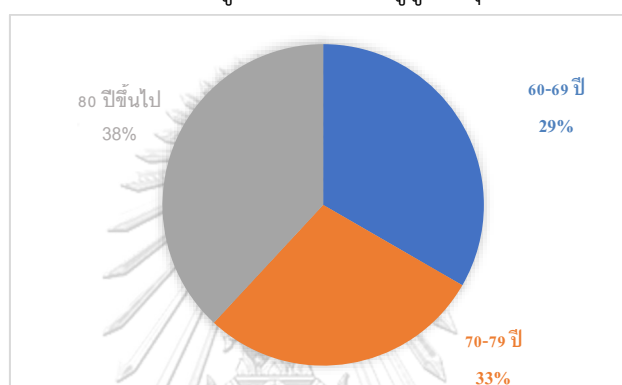
- เพศและช่วงอายุของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 10 แสดงเพศและช่วงอายุของผู้สูงอายุ (n=21)

ช่วงอายุ	เพศ					
	ชาย		หญิง		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
60-69 ปี	1	5%	5	24%	6	29%
70-79 ปี	0	0%	7	33%	7	33%
80 ปีขึ้นไป	3	14%	5	24%	8	38%
รวม	4	19%	17	81%	21	100.00%



แผนภูมิที่ 3 เพศของผู้สูงอายุ



แผนภูมิที่ 4 ช่วงอายุของผู้สูงอายุ

จากตารางและแผนภูมิ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน เป็นชายร้อยละ 20 เป็นหญิงร้อยละ 80 โดยผู้สูงอายุในช่วงอายุ 80 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 38 รองลงมาคือผู้สูงอายุ ในช่วงอายุ 70-79 ปี คิดเป็นร้อยละ 33 และผู้สูงอายุในช่วงอายุ 60-69 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 29

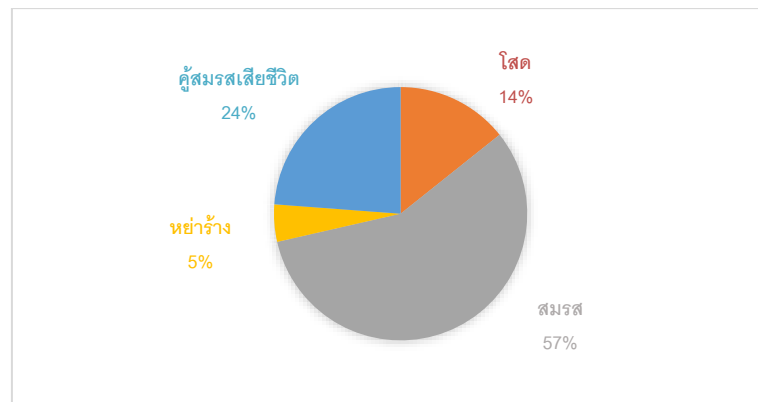
- ศาสนาของผู้สูงอายุ

กลุ่มประชากรทั้งหมด 21คน ถ้วนนับถือศาสนาพุทธทั้งหมด

- สถานภาพของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 11 แสดงสถานภาพของผู้สูงอายุ (n=21)

สถานภาพ	จำนวน	ร้อยละ
โสด	3	14.29%
สมรส	12	57.14%
หย่าร้าง	1	4.76%
หม้าย	5	23.81%
รวม	21	100.00%



แผนภูมิที่ 5 ช่วงอายุของผู้สูงอายุ

จากตารางและแผนภูมิ กลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน มีสถานภาพสมรสเป็นร้อยละ 57 รองลงมาคือคู่สมรสเสียชีวิตร้อยละ 24 และโสดร้อยละ 14

- ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 12 แสดงระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ (n=21)

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ได้รับการศึกษา	3	14.29%
ประถมศึกษา	0	0.00%
มัธยมต้น	0	0.00%
มัธยมปลาย	5	23.81%
ปริญญาตรี	11	52.38%
ปริญญาโท	1	4.76%
ปริญญาเอก	1	4.76%
รวม	21	100.00%



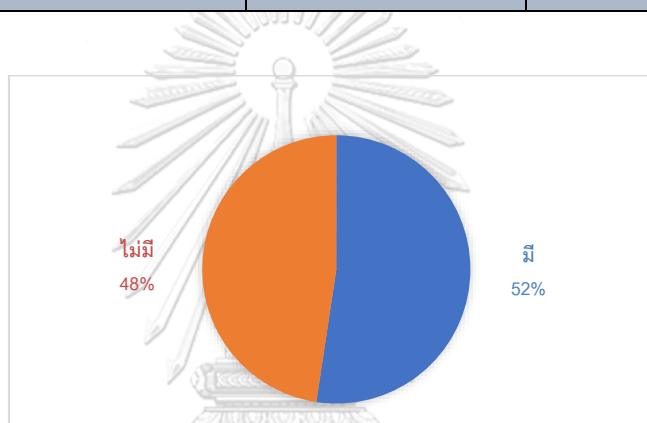
แผนภูมิที่ 6 ระดับการศึกษาของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุมีการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 52 รองลงมาคือระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย คิดเป็นร้อยละ 24 และไม่ได้เรียนหนังสือคิดเป็นร้อยละ 14

- จำนวนของผู้สูงอายุที่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วย

ตารางที่ 13 แสดงจำนวนบ้านของผู้สูงอายุที่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วย (n=21)

คนรับใช้อาศัยด้วย	จำนวน	ร้อยละ
มี	11	52.38%
ไม่มี	10	47.62%
รวม	21	100.00%



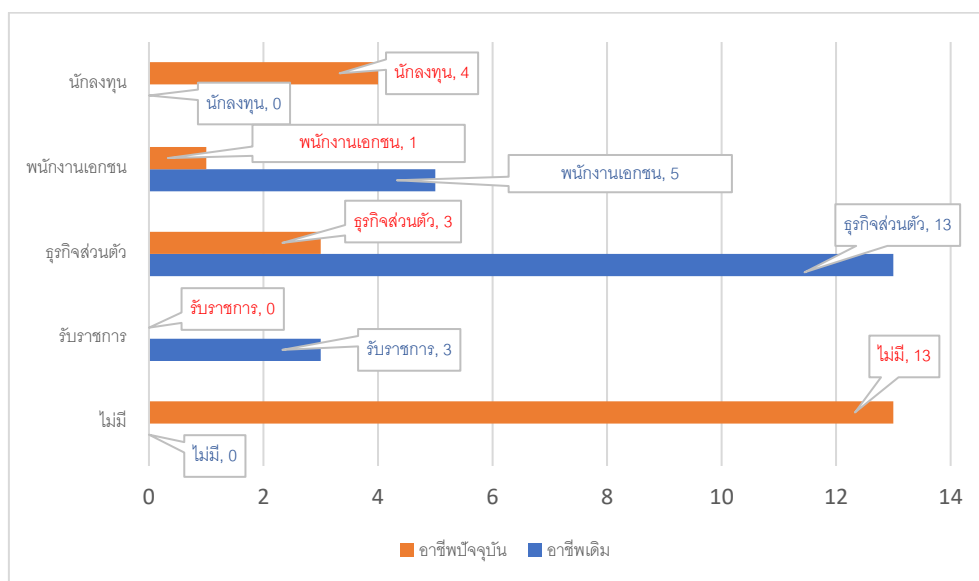
แผนภูมิที่ 7 แสดงจำนวนบ้านของผู้สูงอายุที่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วย (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่บ้านของผู้สูงอายุมีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วยคิดเป็นร้อยละ 52 และบ้านของผู้สูงอายุที่ไม่มีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วยร้อยละ 48

- อาชีพเดิมและอาชีพปัจจุบันของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 14 แสดงอาชีพเดิมและอาชีพปัจจุบันของผู้สูงอายุ (n=21)

อาชีพ	เดิม		ปัจจุบัน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	0	0.00%	13	61.90%
รับราชการ	3	14.29%	0	0.00%
ธุรกิจส่วนตัว	13	61.90%	3	14.29%
พนักงานเอกชน	5	23.81%	1	4.76%
นักลงทุน	0	0.00%	4	19.05%
รวม	21	100.00%	21	100.00%



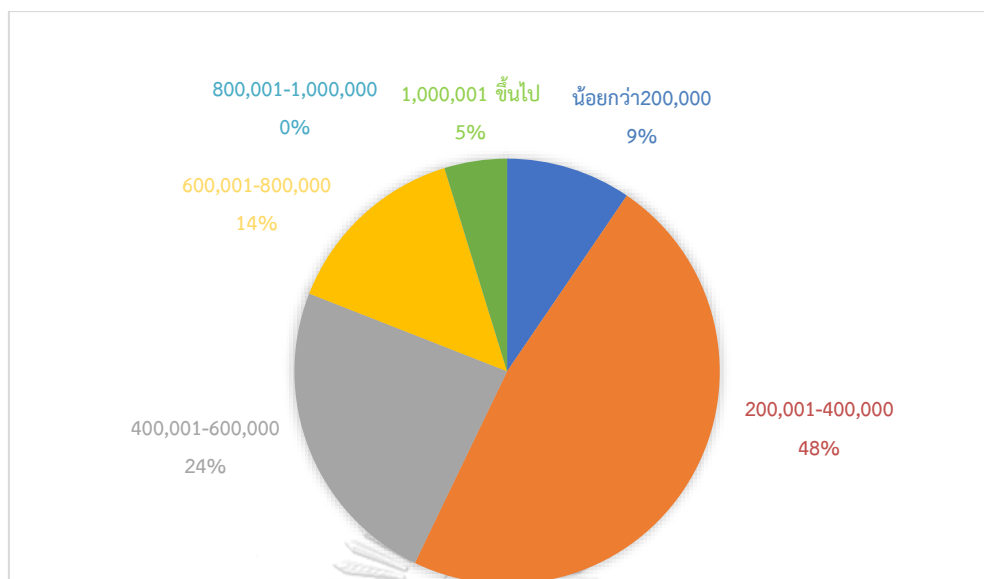
แผนภูมิที่ 8 แสดงอาชีพเดิมและอาชีพปัจจุบันของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่มีอาชีพเดิมที่แตกต่างกัน คือ ประกอบธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 61.9 รองลงมาคือ พนักงานเอกชน คิดเป็นร้อยละ 23.81 และข้าราชการ คิดเป็นร้อยละ 14.29 และปัจจุบันไม่ประกอบอาชีพคิดเป็นร้อยละ 61.9 เป็นนักลงทุนร้อยละ 19.05และประกอบธุรกิจส่วนตัวร้อยละ 14.29 (อาชีพนักลงทุน อาชีพเช่น ปล่อยเช่าอสังหาริมทรัพย์ เล่นหุ้น เป็นต้น)

- รายได้ครัวเรือนต่อเดือนของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 15 แสดงรายได้ครัวเรือนต่อเดือนของผู้สูงอายุ (n=21)

รายได้	จำนวน	ร้อยละ
น้อยกว่า 200,000	2	9.52%
200,001-400,000	10	47.62%
400,001-600,000	5	23.81%
600,001-800,000	3	14.29%
800,001-1,000,000	0	0.00%
1,000,001 ขึ้นไป	1	4.76%
รวม	21	100.00%



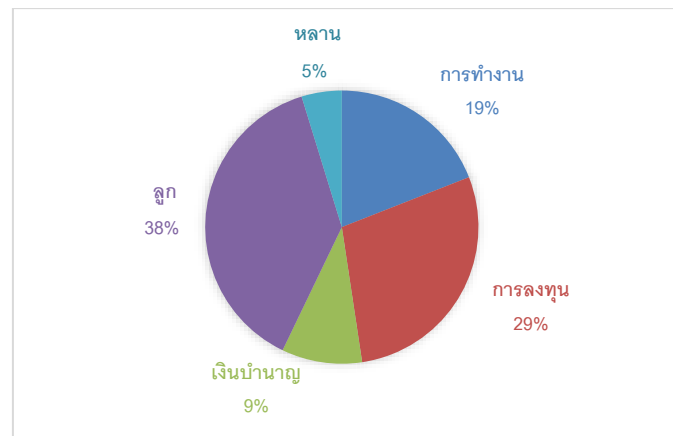
แผนภูมิที่ 9 แสดงรายได้ครัวเรือนของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ครัวเรือนต่อเดือนอยู่ระหว่าง 200,001-400,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 48.0 รองลงมาคือ 400,001-600,000 บาท และ 600,001-800,000 บาท ร้อยละ 14

- ที่มารายได้ของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 16 แสดงที่มารายได้ของผู้สูงอายุ (n=21)

ที่มารายได้	จำนวน	ร้อยละ
การทำงาน	4	19.05%
การลงทุน	6	28.57%
เงินบำนาญ	2	9.52%
ลูก	8	38.10%
หลาน	1	4.76%
รวม	21	100.00%



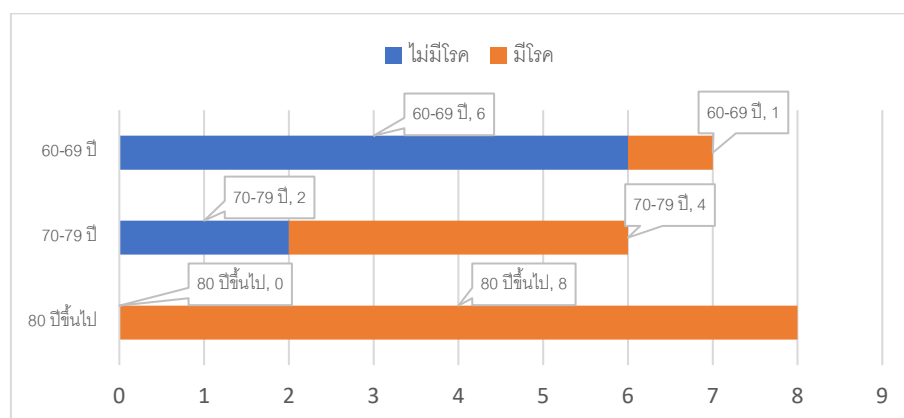
แผนภูมิที่ 10 แสดงที่มารายได้ของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้จากลูก คิดเป็นร้อยละ 38.0 รองลงมาคือมีรายได้จากการลงทุน ร้อยละ 29 และมีรายได้จากการทำงาน ร้อยละ 19

- สุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 17 แสดงลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ (n=21)

ช่วงอายุ	สุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ					
	ไม่มีโรคประจำตัว		มีโรคประจำตัว		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
60-69 ปี	6	28.57%	1	4.76%	7	33.33%
70-79 ปี	2	9.52%	4	19.05%	6	28.57%
80 ปีขึ้นไป	0	0.00%	8	38.10%	8	38.10%
รวม	8	38.10%	13	61.90%	21	100.00%



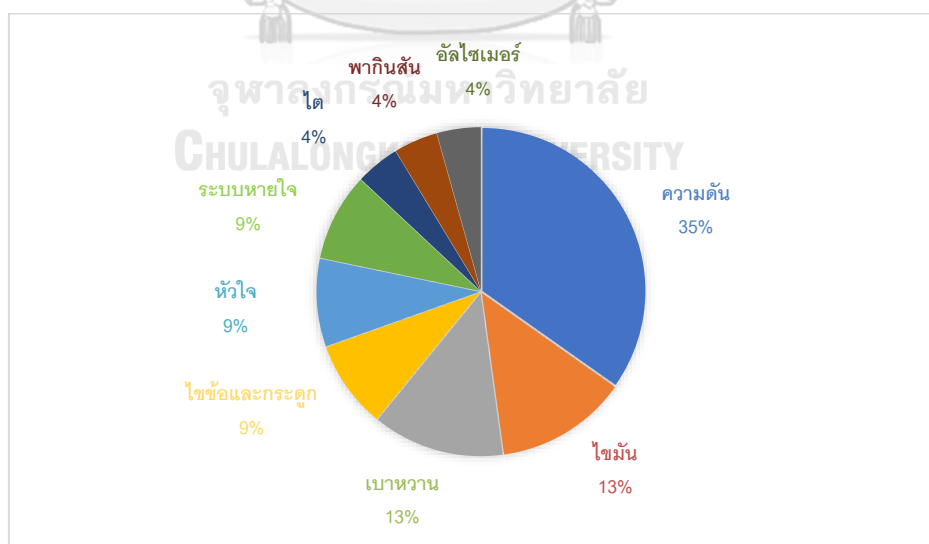
แผนภูมิที่ 11 แสดงลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุ

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน แสดงให้เห็นว่า ลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวร้อยละ 61.90 และเมื่อพิจารณาในแต่ละช่วงอายุพบว่า ผู้สูงอายุในช่วง 60-69 ปี 70-79 ปี และ 80 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวคิดเป็นร้อยละ 4.76 19.05 และ 38.10 ตามลำดับ

- โรคประจำตัวของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 18 แสดงโรคประจำตัวของผู้สูงอายุ(n=21)

โรคประจำตัว	จำนวน	ร้อยละ
ความดัน	8	34.78%
ไขมัน	3	13.04%
เบาหวาน	3	13.04%
ไขข้อและกระดูก	2	8.70%
หัวใจ	2	8.70%
ระบบหายใจ	2	8.70%
ไต	1	4.35%
พากินสัน	1	4.35%
อัลไซเมอร์	1	4.35%



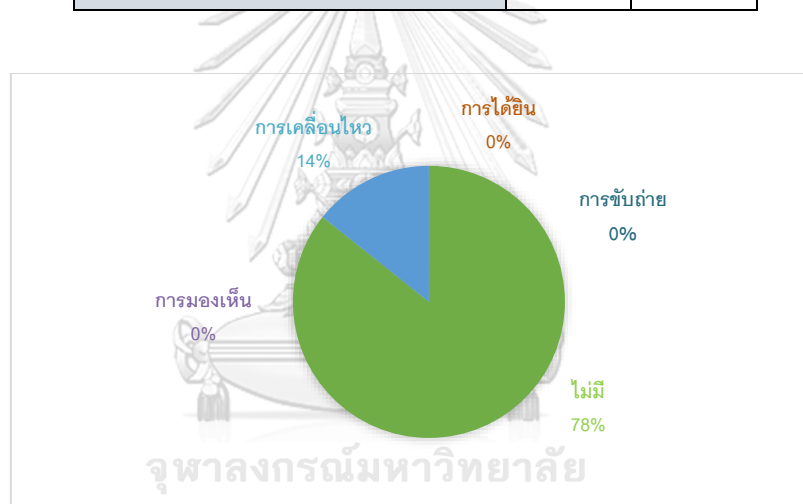
แผนภูมิที่ 12 โรคประจำตัวของผู้สูงอายุ

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน พบว่า ภาพรวมโรคประจำตัวของผู้สูงอายุร้อยละ 35 มีโรคประจำตัวคือความดัน รองลงมา คือ ไชมันสูงและเบาหวาน คิดเป็นร้อยละ 13

- ปัญหาทางกายภาพของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 19 แสดงปัญหาการทำงานของร่างกายของผู้สูงอายุ (n=21)

ปัญหาการทำงานของร่างกาย	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	18	85.71%
การเคลื่อนไหว	3	14.29%
การมองเห็น	0	0.00%
การได้ยิน	0	0.00%
การขับถ่าย	0	0.00%



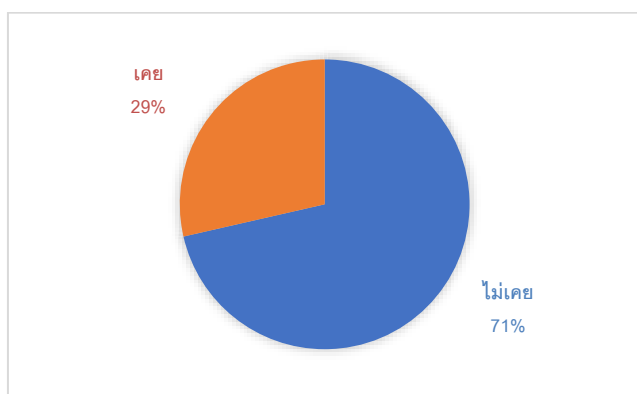
แผนภูมิที่ 13 แสดงปัญหาการทำงานร่างกายของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไม่มีปัญหาการทำงานของร่างกาย โดยคิดเป็นร้อยละ 78 มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหวร้อยละ 13 และมีปัญหาด้านการขับถ่ายร้อยละ 9

- อุบัติเหตุในรอบ 2 ปีของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 20 แสดงอุบัติเหตุในรอบ 2 ปีของผู้สูงอายุ (n=21)

อุบัติเหตุ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่เคย	15	71.43%
เคย	6	28.57%
รวม	21	100.00%



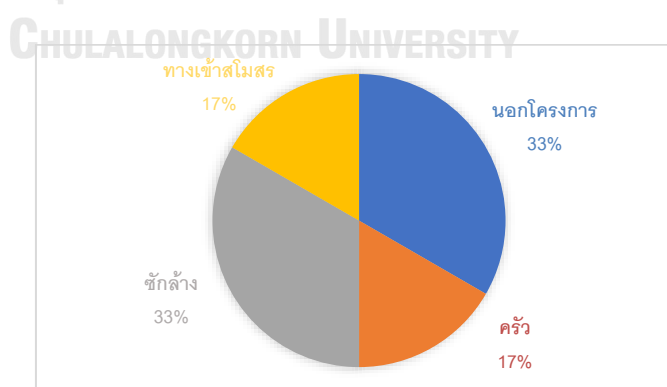
แผนภูมิที่ 14 แสดงอุบัติเหตุในรอบ 2 ปีของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไม่เคยประสบอุบัติเหตุในรอบ 2 ปี โดยคิดเป็นร้อยละ 71 เคยประสบอุบัติเหตุในรอบ 2 ปีร้อยละ 29

- สถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 21 แสดงสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ (n=21)

สถานที่เกิดอุบัติเหตุ	จำนวน	ร้อยละ
นอกโครงการ	2	33.33%
ครัว	1	16.67%
ซักล้าง	2	33.33%
ทางเข้าสโมสร	1	16.67%
รวม	6	100.00%



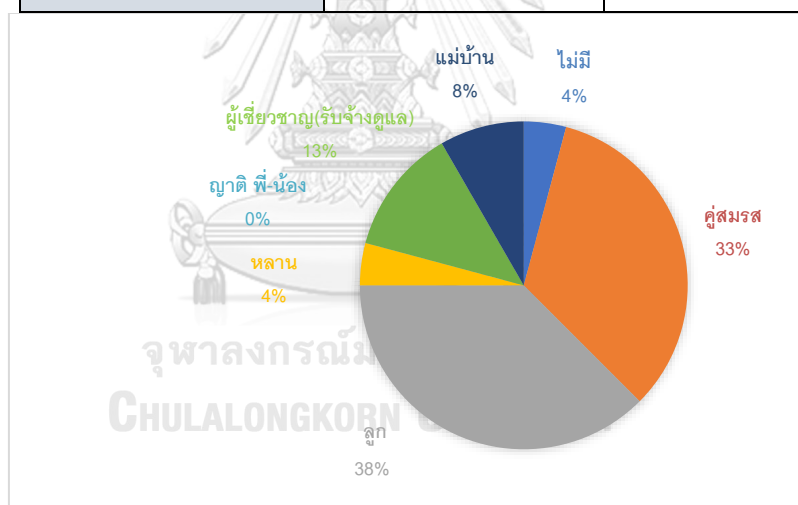
แผนภูมิที่ 15 แสดงสถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่สถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุคือบริเวณพื้นที่ซีกกลางและพื้นที่ภายนอกโครงการ โดยคิดเป็นร้อยละ 33 รองลงมาคือ ทางเข้าสโมสรและห้องครัว คิดเป็นร้อยละ 17

- ผู้ดูแลยามเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 22 แสดงผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อเกิดการเจ็บป่วย (n=21)

ผู้ดูแลยามเจ็บป่วย	จำนวน	ร้อยละ
ไม่มี	1	4.17%
คู่สมรส	8	33.33%
ลูก	9	37.50%
หลาน	1	4.17%
ญาติ พี่-น้อง	0	0.00%
ผู้เชี่ยวชาญ(รับจ้างดูแล)	3	12.50%
แม่บ้าน	2	8.33%



แผนภูมิที่ 16 แสดงผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อเกิดการเจ็บป่วย (n=21)

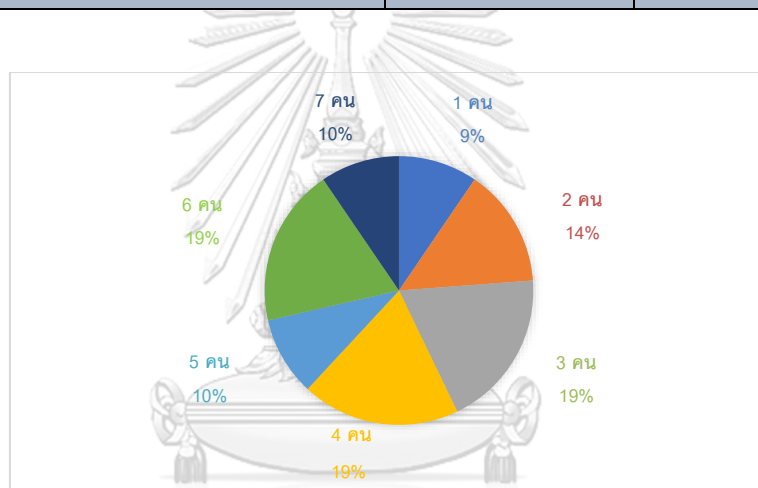
จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า เมื่อผู้สูงอายุเกิดการเจ็บป่วย ผู้ที่ดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเป็นลูก โดยคิดเป็นร้อยละ 38 รองลงมาคือ คู่สมรส คิดเป็นร้อยละ 33 และผู้เชี่ยวชาญ(รับจ้างดูแล) คิดเป็นร้อยละ 13

5.1.2 ข้อมูลทางด้านพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

- จำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านของผู้สูงอายุ (รวมคนรับใช้/คนดูแล)

ตารางที่ 23 แสดงจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านของผู้สูงอายุ (n=21)

จำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้าน	จำนวน	ร้อยละ
1 คน	2	9.52%
2 คน	3	14.29%
3 คน	4	19.05%
4 คน	4	19.05%
5 คน	2	9.52%
6 คน	4	19.05%
7 คน	2	9.52%
รวม	21	100.00%



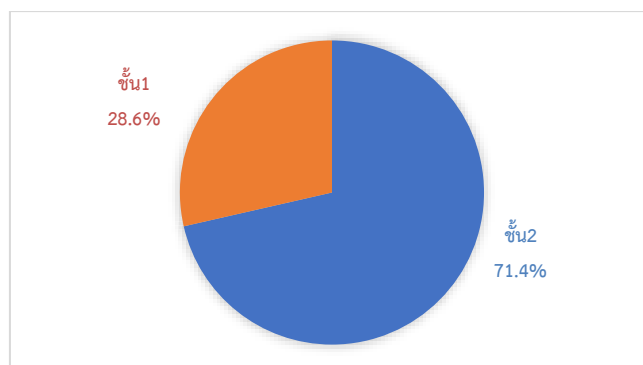
แผนภูมิที่ 17 แสดงจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านของผู้สูงอายุ (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่มีจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านรวมผู้สูงอายุเป็นจำนวน 3คน 4คน และ6คน ร้อยละ19 เท่ากัน รองลงมาคือมีจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านรวมผู้สูงอายุเป็นจำนวน 2คน ร้อยละ14

- ปัจจุบันผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้นใด

ตารางที่ 24 แสดงว่าปัจจุบันผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้นใด (n=21)

ปัจจุบันนอนชั้นใด	จำนวน	ร้อยละ
ชั้น2	15	71.40%
ชั้น1	6	28.60%
รวม	21	100.00%



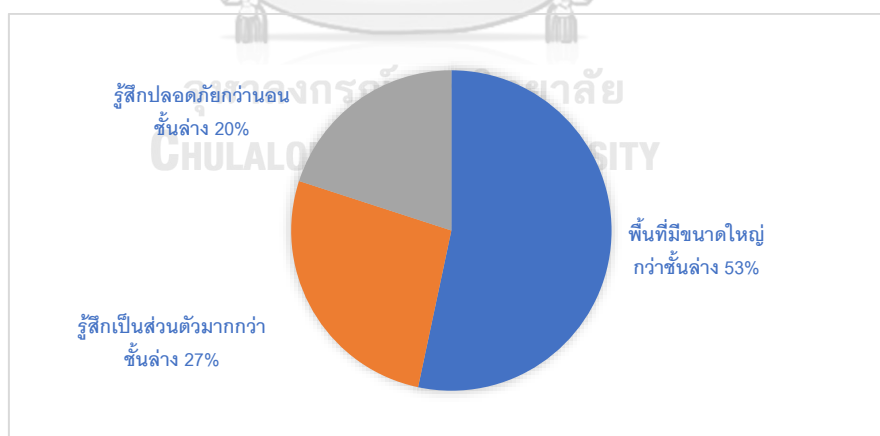
แผนภูมิที่ 18 แสดงว่าปัจจุบันผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้นใด (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้น 2 คิดเป็นร้อยละ 71.4 และมีผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้น 1 ร้อยละ 28.6

- เหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน

ตารางที่ 25 แสดงเหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน (n=15)

เหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน	จำนวน	ร้อยละ
พื้นที่ห้องนอนมีขนาดใหญ่กว่าชั้นล่าง	8	53.33%
รู้สึกเป็นส่วนตัวมากกว่าชั้นล่าง	4	26.67%
รู้สึกปลอดภัยกว่านอนชั้นล่าง	3	20.00%
รวม	15	100.00%



แผนภูมิที่ 19 แสดงเหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน (n=15)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 คนพบว่า ส่วนใหญ่เหตุผลที่ผู้สูงอายุเลือกนอนชั้นบน พื้นที่ห้องนอนมีขนาดใหญ่กว่าชั้นล่างคิดเป็นร้อยละ 53 รองมาคือรู้สึกเป็นส่วนตัวมากกว่า คิดเป็นร้อยละ 27

ตารางที่ 27 แสดงเวลาที่ผู้สูงอายุใช้ทำกิจกรรมในพื้นที่ต่างๆในกิจวัตรประจำวัน (n=21)

อายุ	นอนบน		นอนกลาง		นั่งเล่น		ห้องครัว		ห้องอาหาร		ห้องพระ		สวรมอบน้ำ		สวนกลางแจ้ง		สโมสร		นอกระบบการ		รวม	
	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ	ชั่วโมง	ร้อยละ
72	0	-	14	58.33	6	25.00	0	-	3	12.50	0	-	0	-	1	4.17	0	-	0	-	24	24
80	10	41.67	8	33.33	1	4.17	2	8.33	3	12.50	0	-	0	-	0	-	0	-	0	-	24	24
72	12	50.00	1	4.17	2	8.33	1	4.17	2	8.33	0	-	0	-	1	4.17	0	-	5	20.83	24	24
78	9	37.50	0	-	1	4.17	1	4.17	1	4.17	0	-	1	4.17	0	-	1	4.17	10	41.67	24	24
62	9	37.50	2	8.33	2	8.33	2	8.33	2	8.33	0	-	1	4.17	1	4.17	0	-	5	20.83	24	24
71	9	37.50	4	16.67	5	20.83	0	-	2	8.33	0	-	1	4.17	0	-	0	-	3	12.50	24	24
84	10	41.67	7	29.17	2	8.33	0	-	3	12.50	0	-	1	4.17	1	4.17	0	-	0	-	24	24
80	0	-	8	33.33	10	41.67	0	-	3	12.50	0	-	2	8.33	1	4.17	0	-	0	-	24	24
74	0	-	12	50.00	1	4.17	1	4.17	5	20.83	0	-	1	4.17	1	4.17	0	-	3	12.50	24	24
96	0	-	17	70.83	3	12.50	0	-	3	12.50	0	-	1	4.17	0	-	0	-	0	-	24	24
75	9	37.50	0	-	8	33.33	3	12.50	2	8.33	0	-	1	4.17	1	4.17	0	-	0	-	24	24
67	8	33.33	0	-	9	37.50	0	-	3	12.50	0	-	1	4.17	1	4.17	0	-	2	8.33	24	24
101	0	-	11	45.83	6	25.00	0	-	3	12.50	0	-	0	-	1	4.17	0	-	3	12.50	24	24
85	0	-	17	70.83	2	8.33	0	-	3	12.50	0	-	1	4.17	0	-	1	4.17	0	-	24	24
66	8	33.33	1	4.17	2	8.33	1	4.17	2	8.33	0	-	0	-	1	4.17	0	-	9	37.50	24	24
88	0	-	14	58.33	3	12.50	0	-	3	12.50	0	-	2	8.33	1	4.17	1	4.17	0	-	24	24
68	9	37.50	9	37.50	0	-	0	-	3	12.50	0	-	0	-	1	4.17	1	4.17	0	-	24	24
60	10	41.67	2	8.33	2	8.33	0	-	1	4.17	0	-	0	-	1	4.17	0	-	8	33.33	24	24
65	11	45.83	3	12.50	1	4.17	2	8.33	3	12.50	2	8.33	1	4.17	1	4.17	0	-	0	-	24	24
81	10	41.67	2	8.33	7	29.17	0	-	3	12.50	1	4.17	0	-	1	4.17	0	-	0	-	24	24
63	8	33.33	2	8.33	8	33.33	2	8.33	3	12.50	0	-	0	-	1	4.17	0	-	0	-	24	24
รวมเวลาที่ใช้งาน	132	26.19	134	26.59	81	16.07	15	2.98	56	11.11	3	0.60	15	2.98	16	3.17	4	0.79	48	9.52	504	504

ตารางที่ 28 แสดงเวลาที่ใช้ดูทีวีใน 1 วันของผู้สูงอายุ (n=21)

เวลาที่ใช้ดูทีวีต่อวัน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ดูทีวี 7 ชม.ต่อวันหรือมากกว่า	6	28.57
ดูทีวี 6 ชม.ต่อวัน	2	9.52
ดูทีวี 5 ชม.ต่อวัน	3	14.29
ดูทีวี 4 ชม.ต่อวัน	4	19.05
ดูทีวี 3 ชม.ต่อวันหรือน้อยกว่า	4	19.05
ไม่ดูทีวี	2	9.52
รวม	21	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้เวลาในการดูทีวี 7 ชั่วโมงต่อวันหรือมากกว่า คิดเป็นร้อยละ 28.57

ตารางที่ 29 แสดงเวลาที่เข้านอนหลับใน 1 วันของผู้สูงอายุ (n=21)

เวลาที่เข้านอนหลับต่อวัน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
นอนหลับ 11 ชม.ต่อวัน	2	9.52
นอนหลับ 10 ชม.ต่อวัน	4	19.05
นอนหลับ 9 ชม.ต่อวัน	7	33.33
นอนหลับ 8 ชม.ต่อวัน	7	33.33
นอนหลับ 7 ชม.ต่อวัน	1	4.76
รวม	21	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุเข้านอนหลับ 8 และ 9 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 33.33 เท่ากัน

ตารางที่ 30 แสดงการงีบหลับในช่วงบ่ายของผู้สูงอายุ (n=21)

จำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้าน	จำนวน(ชั่วโมง)	ร้อยละ
งีบหลับ	13	61.90
ไม่งีบหลับ	8	38.10
รวม	21	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุงีบหลับในช่วงบ่าย คิดเป็นร้อยละ 61.90

ตารางที่ 31 แสดงช่วงเวลาที่ผู้สูงอายุเริ่มงีบหลับใน 1 วัน (n=13)

ช่วงเวลาที่เริ่มงีบหลับ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
งีบหลับ 13.00 น.	2	15.38
งีบหลับ 14.00 น.	5	38.46
งีบหลับ 15.00 น.	6	46.15
รวม	13	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 13 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะเริ่มงีบหลับในเวลา 15.00 น. คิดเป็นร้อยละ 46.15

ตารางที่ 32 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายช่วงเช้าและเย็น (n=19)

จำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้าน	จำนวน(ชั่วโมง)	ร้อยละ
ออกกำลังกายช่วงเช้า	6	31.58
ออกกำลังกายช่วงเย็น	13	68.42
รวม	19	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่ออกกำลังกายจำนวน 19 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะออกกำลังกายช่วงเย็น คิดเป็นร้อยละ 68.42

ตารางที่ 33 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน (n=21)

ผู้สูงอายุกับการปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ผู้สูงอายุที่ปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน	11	52.38
ผู้สูงอายุที่ไม่ปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน	10	47.62
รวม	21	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะมีกิจกรรมปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน คิดเป็นร้อยละ 52.38

ตารางที่ 34 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกไปทำกิจกรรมนอกโครงการเป็นประจำ (n=21)

ผู้สูงอายุกับกิจกรรมนอกโครงการ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ทำกิจกรรมนอกโครงการ	9	42.86
ไม่ทำกิจกรรมนอกโครงการ	12	57.14
รวม	21	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะไม่ออกไปทำกิจกรรมนอกโครงการ คิดเป็นร้อยละ 57.14

ตารางที่ 35 แสดงกิจกรรมที่ผู้สูงอายุทำนอกโครงการ (n=9)(1 คนทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม)

กิจกรรมที่ผู้สูงอายุทำนอกโครงการ	จำนวน(คน)	ร้อยละ
ไปทำงาน	3	20.00
ซื้อของ จ่ายตลาด (ห้างสรรพสินค้า ตลาดสดแถวบ้าน)	6	40.00
ทานข้าว (ห้างสรรพสินค้า ร้านอาหารใกล้บ้าน)	5	33.33
เรียนดนตรี (ห้างสรรพสินค้า)	1	6.67
รวม	15	100.00

จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 9 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะออกไปซื้อของหรือจ่ายตลาด โดยคิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาคือทานข้าว คิดเป็นร้อยละ 33.33

จากตารางที่ 25 แสดงถึงข้อมูลกิจวัตรประจำวันของผู้สูงอายุโดยจะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เวลาไปกับการนอนหลับ 8-9 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 66.66 และใช้เวลาในการดูทีวีตั้งแต่ 5 ชั่วโมงต่อวันขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 52.38 โดยผู้สูงอายุจะงีบหลับในช่วงบ่าย คิดเป็นร้อยละ 61.90 และจะเริ่มงีบหลับในเวลา 15.00 น. คิดเป็นร้อยละ 46.15 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะออกกำลังกายช่วงเย็น คิดเป็นร้อยละ 68.42 และผู้สูงอายุจะมีความสนใจในพรรณไม้ต่างๆโดยเฉพาะไม้ดอกและผักสวนครัว โดยจะมีกิจกรรมปลูกและดูแลต้นไม้ในสวนรอบบ้าน คิดเป็นร้อยละ 52.38 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะไม่ออกไปทำกิจกรรมนอกโครงการ คิดเป็นร้อยละ 57.14 โดยผู้สูงอายุที่ออกไปนอกโครงการส่วนใหญ่จะมีกิจกรรมคือซื้อของหรือจ่ายตลาด โดยคิดเป็นร้อยละ 40.00 รองลงมาคือทานข้าว คิดเป็นร้อยละ 33.33 และจากตารางที่ 26 พบว่าผู้สูงอายุจะใช้งานในพื้นที่ห้องนอนบน ห้องนอนล่าง และห้องนั่งเล่นเป็นเวลามากที่สุดในกิจวัตรประจำวัน โดยจะใช้เวลาทำกิจกรรมนอกบ้าน(สวนรอบบ้าน สวนส่วนกลาง สโมสร สถานที่อื่นๆภายนอกโครงการ) เพียงร้อยละ 16.47 เท่านั้น

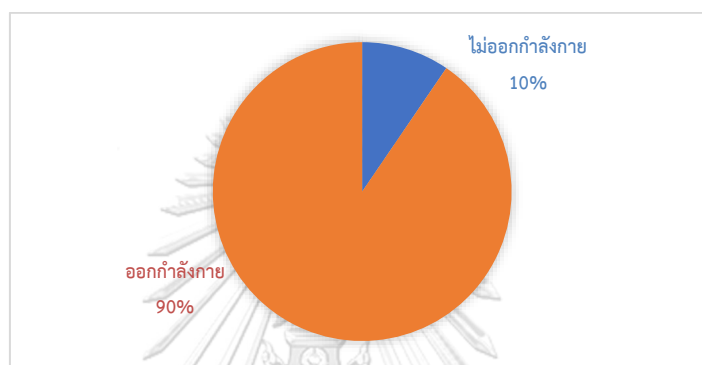
จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้เวลาไปกับพื้นที่ภายในบ้านถึงร้อยละ 83.53 โดยมีกิจกรรมคือการนอนหลับในพื้นที่ทั้งห้องนอนบนและห้องนอนล่าง รวมถึงการดูทีวีในห้องนั่งเล่นเป็นหลัก ซึ่งจากงานวิจัยกลุ่มผู้สูงอายุจำนวน 165,087 คนในระยะเวลา 6.6 ปีในต่างประเทศพบว่า ผู้สูงอายุที่นั่งดูทีวีมากกว่า 5 ชั่วโมงต่อวันมีความเสี่ยงในการเสียชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่ดูทีวีน้อยกว่า 3 ชั่วโมงต่อวันที่มีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายในระหว่างวันถึงร้อยละ 45⁷⁰

⁷⁰ Keadle, S.K., Arem, H., Moore, S.C. et al. Impact of changes in television viewing time and physical activity on longevity: a prospective cohort study. Int J Behav Nutr Phys Act 12, 156 (2015). <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0315-0>

- การออกกำลังกายของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 36 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย (n=21)

การออกกำลังกายของผู้สูงอายุ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ออกกำลังกาย	2	10.00%
ออกกำลังกาย	19	90.00%
รวม	21	100.00%



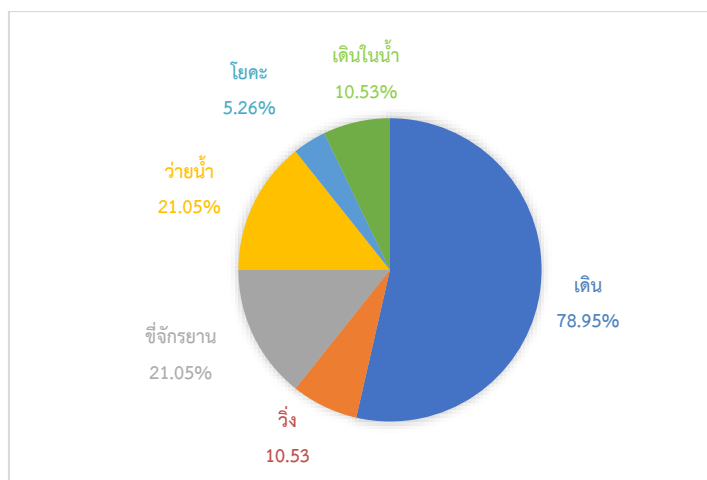
แผนภูมิที่ 20 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 90 และมีผู้สูงอายุที่ไม่ออกกำลังกายร้อยละ 10

- ลักษณะการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 37 แสดงลักษณะการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ (n=19 1 คนทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม)

ลักษณะการออกกำลังกาย	จำนวน	ร้อยละ
เดิน	15	78.95%
วิ่ง	2	10.53%
ขี่จักรยาน	4	21.05%
ว่ายน้ำ	4	21.05%
โยคะ	1	5.26%
เดินในน้ำ	2	10.53%



แผนภูมิที่ 21 ลักษณะการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ (n=19)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีลักษณะการออกกำลังกายด้วยการเดิน คิดเป็นร้อยละ 78.95 รองลงมาคือการว่ายน้ำและชีจกรยานร้อยละ 21.05 มีการร่วงและเดินในน้ำร้อยละ 10.53 ตามลำดับ

- ปัญหาการในการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 38 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการอยู่อาศัย (n=21)

ปัญหาในการอยู่อาศัยภายในบ้าน	จำนวน	ร้อยละ
มีปัญหา	8	38.10%
ไม่มีปัญหา	13	61.90%
รวม	21	100.00%

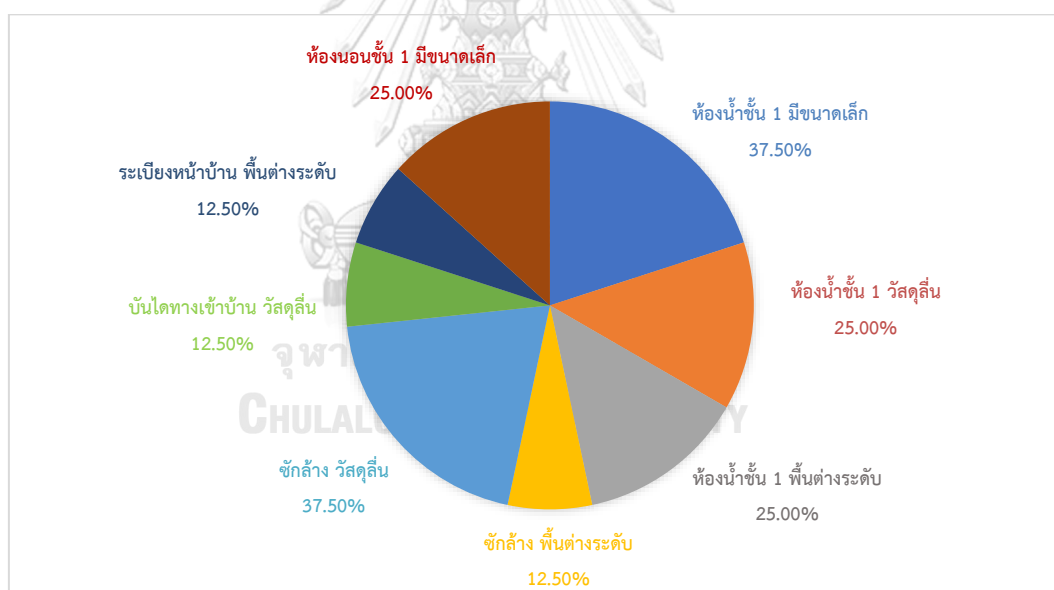


แผนภูมิที่ 22 แสดงจำนวนผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการอยู่อาศัย (n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไม่มีปัญหาในการอยู่อาศัยภายในบ้าน คิดเป็นร้อยละ 62 และมีผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการอยู่อาศัยภายในบ้านร้อยละ 38

- ลักษณะปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุ
ตารางที่ 39 แสดงลักษณะปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุ
(n=8 1 คนมีปัญหามากกว่า 1 อย่าง)

ลักษณะปัญหาของพื้นที่ภายในบ้าน	จำนวน	ร้อยละ
ห้องน้ำชั้น 1 มีขนาดเล็ก	3	37.50%
ห้องน้ำชั้น 1 วัสดุสิ้น	2	25.00%
ห้องน้ำชั้น 1 พื้นต่างระดับ	2	25.00%
ชักล้าง พื้นต่างระดับ	1	12.50%
ชักล้าง วัสดุสิ้น	3	37.50%
บันไดทางเข้าบ้าน วัสดุสิ้น	1	12.50%
ระเบียงหน้าบ้าน พื้นต่างระดับ	1	12.50%
ห้องนอนชั้น 1 มีขนาดเล็ก	2	25.00%



แผนภูมิที่ 23 แสดงลักษณะปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุ
(n=8 1 คนมีปัญหามากกว่า 1 อย่าง)

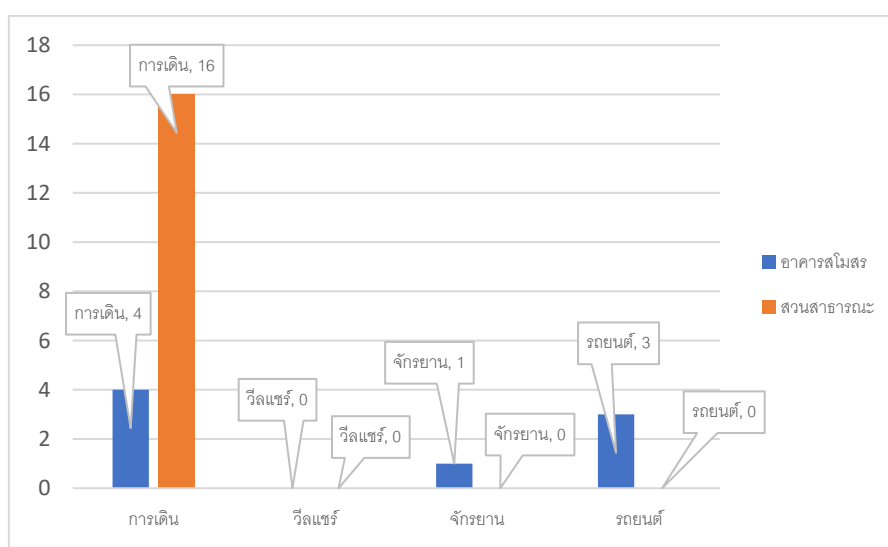
จากตาราง ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ลักษณะปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุที่พบมากที่สุดคือ ห้องน้ำชั้น 1 มีขนาดพื้นที่ที่เล็กและพื้นผิวของลานชักล้างมีความลื่น โดยคิดเป็นร้อยละ 37.50 รองลงมาคือ ห้องน้ำชั้น 1 มีพื้นผิวที่ลื่นและมีพื้นที่ต่างระดับกัน รวมไปถึงห้องนอนชั้นล่าง มีขนาดเล็ก คิดเป็นร้อยละ 25

5.1.3 ข้อมูลด้านพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ

- ลักษณะการเข้าถึงพื้นที่สาธารณะของผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายภายในโครงการ

ตารางที่ 40 แสดงรูปแบบการเข้าถึงพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ (n=19)

พื้นที่	รูปแบบการเข้าถึง								รวม
	เดิน	ร้อยละ	วีลแชร์	ร้อยละ	จักรยาน	ร้อยละ	นั่งรถยนต์	ร้อยละ	
อาคารสโมสร	4	50%	0	0%	1	12.5%	3	37.5%	8
สวนสาธารณะ	16	100%	0	0%	0	0%	0	0%	16



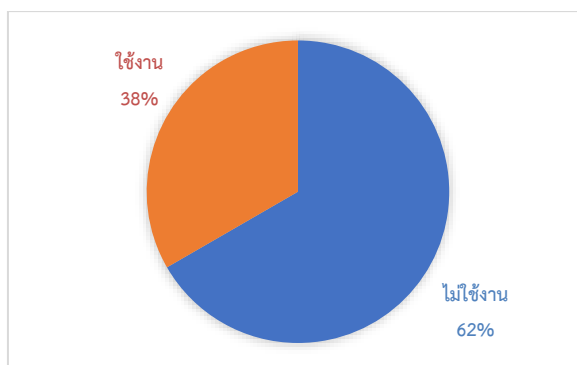
แผนภูมิที่ 24 แสดงรูปแบบการเข้าถึงพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ (n=17)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่ชอบออกกำลังกายในพื้นที่สาธารณะจำนวน 17 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีการเข้าถึงอาคารสโมสรด้วยการเดิน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคือการนั่งรถยนต์ โดยคิดเป็นร้อยละ 37.5 และขี่จักรยาน ร้อยละ 12.5 (วิธีนั่งรถยนต์และขี่จักรยาน คือกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในโครงการนั้นวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ ทั้งหมด) ส่วนการเข้าถึงสวนสาธารณะ ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้วิธีเดินทุกคน

- การใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 41 แสดงรูปแบบการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ (n=21)

การใช้งานสโมสร	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ใช้งาน	13	62%
ใช้งาน	8	38%
รวม	21	100%



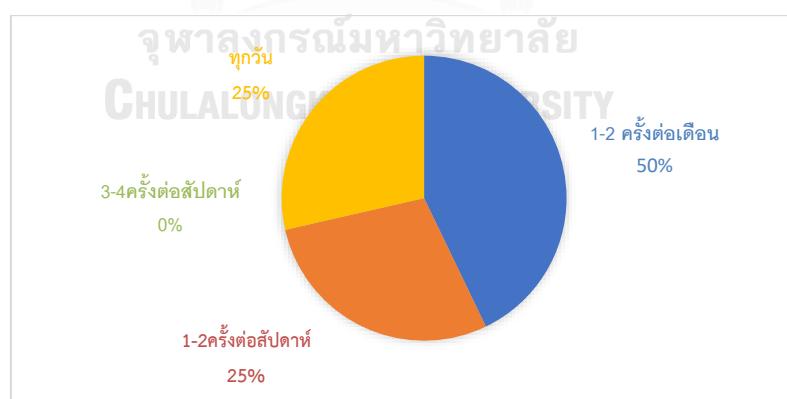
แผนภูมิที่ 25 แสดงรูปแบบการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไม่ใช้งานอาคารสโมสร คิดเป็นร้อยละ 62 และใช้งานอาคารสโมสร คิดเป็นร้อยละ 38

- ความถี่ในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 42 แสดงความถี่ในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8)

ความถี่ในการใช้งาน	จำนวน	ร้อยละ
เดือนละ1-2ครั้ง	4	50.00%
1-2ครั้งต่อสัปดาห์	2	25.00%
3-4ครั้งต่อสัปดาห์	0	0.00%
ทุกวัน	2	25.00%
รวม	8	100.00%



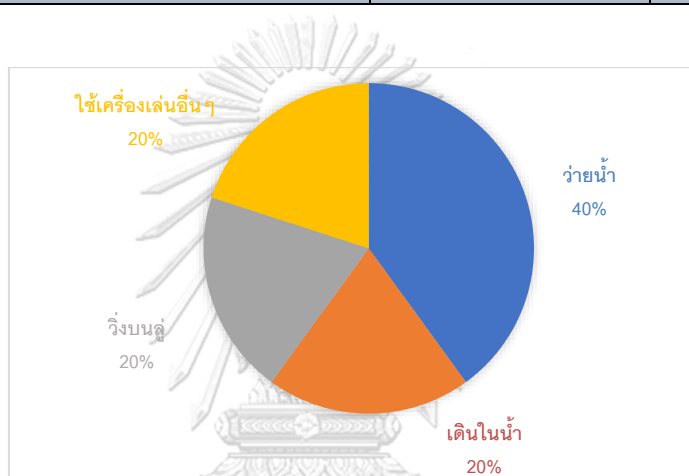
แผนภูมิที่ 26 แสดงความถี่ในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้งานอาคารสโมสรประมาณ1-2ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 50 ใช้งานอาคารสโมสรประมาณ1-2ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 25 และใช้งานอาคารสโมสรทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 25 เช่นกัน

- กิจกรรมในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 43 แสดงกิจกรรมในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8)(1 คน ทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม)

ลักษณะการใช้งานสโมสร	จำนวน	ร้อยละ
ว่ายน้ำ	4	40.00%
เดินในน้ำ	2	20.00%
วิ่งบนลู่วิ่ง	2	20.00%
ใช้เครื่องเล่นอื่นๆ	2	20.00%
รวม	10	100.00%



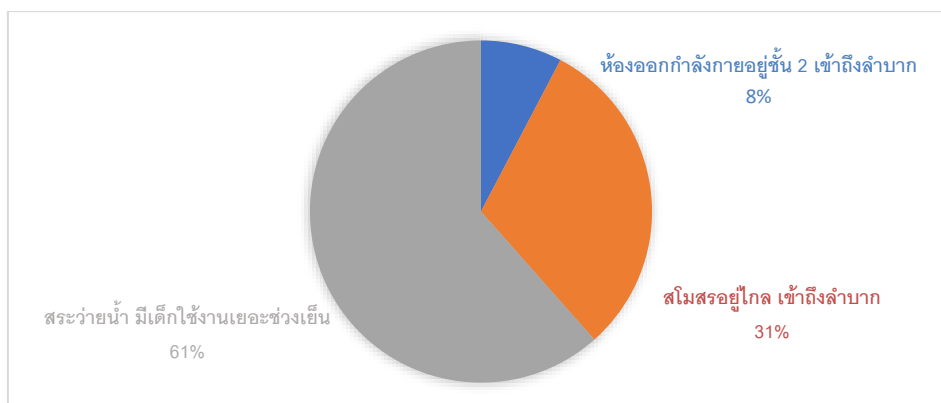
แผนภูมิที่ 27 แสดงกิจกรรมในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=8)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุว่ายน้ำในอาคารสโมสร คิดเป็นร้อยละ 40 รองลงมาคือ การเดินในน้ำ วิ่งบนลู่วิ่งและใช้เครื่องเล่นอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 20

- ปัญหาในการใช้งานสโมสรของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 44 แสดงปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21)

ปัญหาในการใช้งานสโมสร	จำนวน	ร้อยละ
ห้องออกกำลังกาย อยู่ชั้น 2 เข้าถึงลำบาก	1	7.69%
สโมสรอยู่ไกล เข้าถึงลำบาก	4	30.77%
สระว่ายน้ำ มีเด็กใช้งานเยอะช่วงเย็น	8	61.54%
รวม	13	100.00%



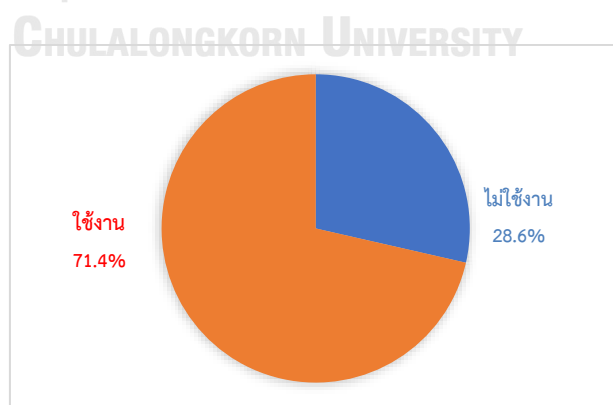
แผนภูมิที่ 28 แสดงปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสรของผู้สูงอายุ(n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุมีปัญหาในการใช้งานสโมสรมากที่สุดคือ สระว่ายนํ้ามีเด็กใช้งานเยอะในช่วงเย็น โดยคิดเป็น ร้อยละ 61 รองลงมาคือ ที่ตั้งสโมสรอยุ่ไกล เข้าถึงลำบาก คิดเป็นร้อยละ 31 และห้องออกกำลังกาย อยู่ชั้น 2 เข้าถึงลำบาก คิดเป็นร้อยละ 8

- การใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 45 แสดงการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)

การใช้งานสวนสาธารณะ	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ใช้งาน	6	28.60%
ใช้งาน	15	71.40%
รวม	21	100.00%



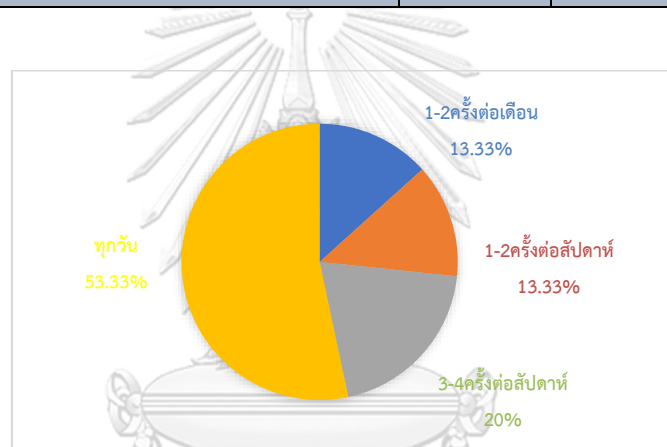
แผนภูมิที่ 29 แสดงการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุใช้งานสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 71.4 และไม่ใช้งานสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 28.6

- ความถี่ในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 46 แสดงความถี่ในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15)

ความถี่ในการใช้งาน	จำนวน	ร้อยละ
1-2ครั้งต่อเดือน	2	13.33%
1-2ครั้งต่อสัปดาห์	2	13.33%
3-4ครั้งต่อสัปดาห์	3	20.00%
ทุกวัน	8	53.33%
รวม	15	100.00%



แผนภูมิที่ 30 แสดงความถี่ในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15)

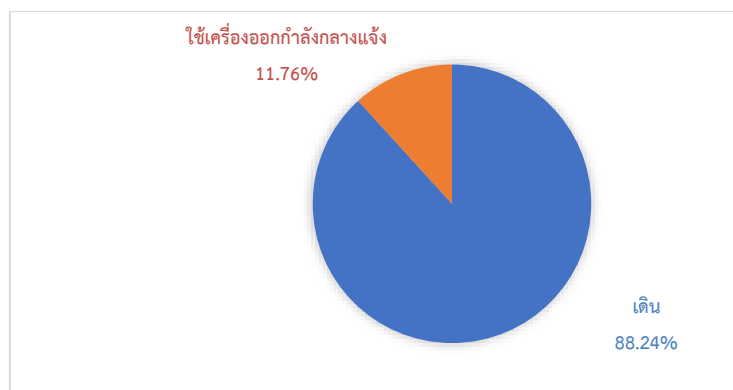
จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 15 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุใช้งานสวนสาธารณะทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 53.33 ใช้งานสวนสาธารณะ 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 20 ใช้งานสวนสาธารณะ 1-2 ครั้งต่อสัปดาห์และ 1-2 ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 13.33 เท่ากัน

- กิจกรรมในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 47 แสดงกิจกรรมในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15)

(1 คนทำได้มากกว่า 1 กิจกรรม)

ลักษณะการใช้งานสโมสร	จำนวน	ร้อยละ
เดิน	15	88.24%
ใช้เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง	2	11.76%
รวม	17	100.00%



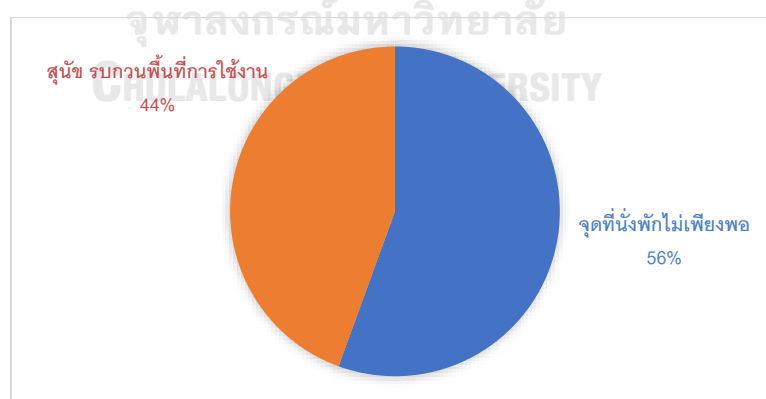
แผนภูมิที่ 31 แสดงกิจกรรมในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=15)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 12 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุทำกิจกรรมคือเดินในสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 86 รองลงมาคือการใช้เครื่องออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 14

- ปัญหาในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 48 แสดงปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสรรของผู้สูงอายุ(n=21)

ปัญหาในการใช้งานสวนสาธารณะ	จำนวน	ร้อยละ
จุดที่นั่งพักไม่เพียงพอ	5	55.56%
สุนัข รบกวนพื้นที่การใช้งาน	4	44.44%
รวม	9	100.00%



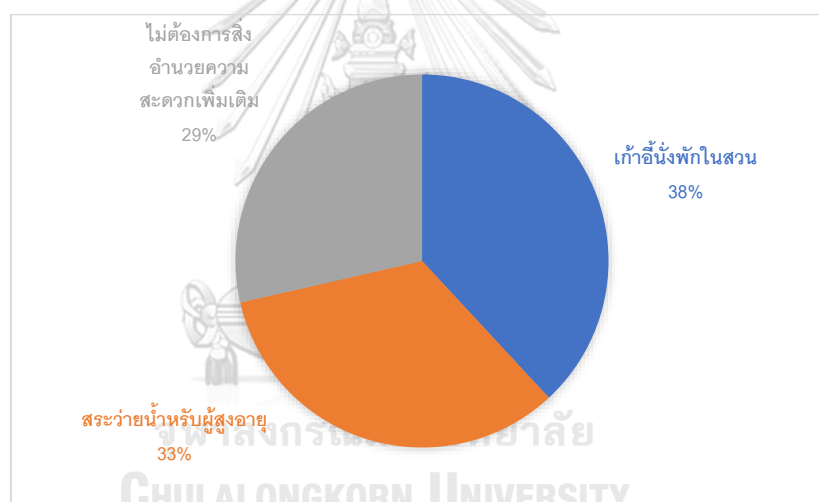
แผนภูมิที่ 32 แสดงปัญหาในการใช้งานสวนสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุมีปัญหาในการใช้สวนสาธารณะที่สุดคือ จุดที่นั่งพักไม่เพียงพอ โดยคิดเป็นร้อยละ 56 รองลงมาคือ ปัญหาสุนัขรบกวนพื้นที่การใช้งาน คิดเป็นร้อยละ 44

- ความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 49 แสดงความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ(n=21)

สิ่งอำนวยความสะดวกที่ต้องการเพิ่มเติม	จำนวน	ร้อยละ
เก้าอี้ที่นั่งพักในสวน	8	38.10%
สระว่ายน้ำสำหรับผู้สูงอายุ	7	33.33%
ไม่ต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มเติม	6	28.57%
รวม	21	100.00%



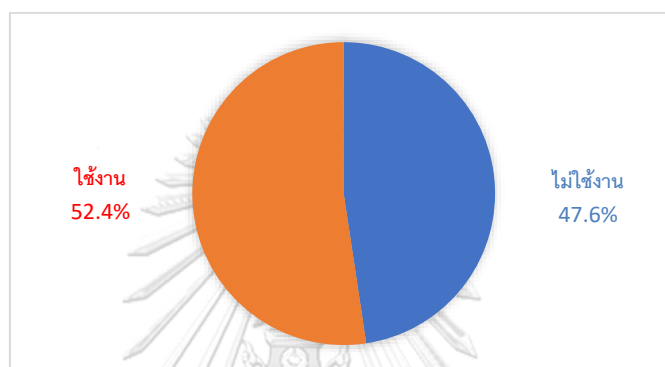
แผนภูมิที่ 33 แสดงความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ(n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุมีความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติมเป็นเก้าอี้ที่นั่งในสวน ร้อยละ 38.10 รองลงมาคือต้องการสระว่ายน้ำสำหรับผู้สูงอายุร้อยละ 33.33 และไม่ต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกเพิ่มเติมร้อยละ 28.57

- การใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 50 แสดงรูปแบบการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)

การใช้งานสโมสร	จำนวน	ร้อยละ
ไม่ใช้งาน	10	47.62%
ใช้งาน	11	52.38%
รวม	21	100%



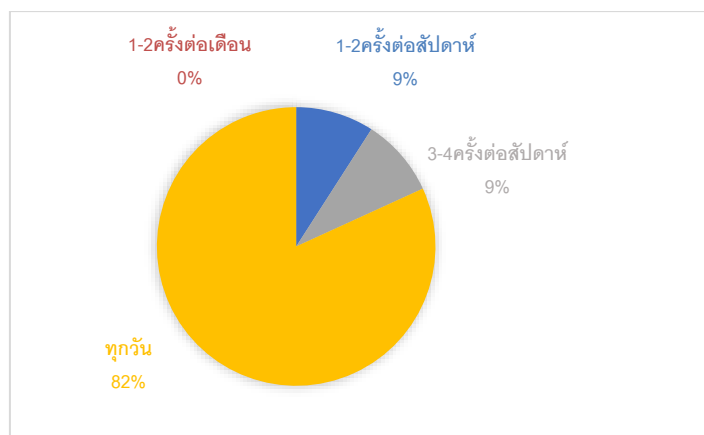
แผนภูมิที่ 34 แสดงรูปแบบการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=21)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 52.4 และไม่ใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 47.6

- ความถี่ในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 51 แสดงความถี่ในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11)

ความถี่ในการใช้งาน	จำนวน	ร้อยละ
เดือนละ1-2ครั้ง	1	9.09%
1-2ครั้งต่อสัปดาห์	0	0.00%
3-4ครั้งต่อสัปดาห์	1	9.09%
ทุกวัน	9	81.82%
รวม	11	100.00%



แผนภูมิที่ 35 แสดงความถี่ในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11)

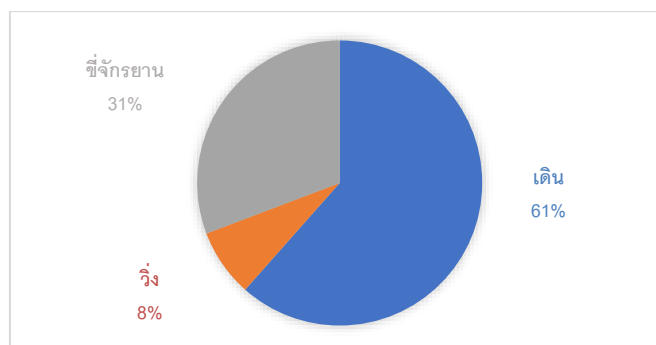
จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 82 ใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะ 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ และ 1-2 ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 9 เท่ากัน

- กิจกรรมในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ

ตารางที่ 52 แสดงกิจกรรมในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11)

(1 คนใช้งานได้มากกว่า 1 กิจกรรม)

ลักษณะการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะ	จำนวน	ร้อยละ
เดิน	8	61.54%
วิ่ง	1	7.69%
ขี่จักรยาน	4	30.77%
รวม	13	100.00%



แผนภูมิที่ 36 แสดงกิจกรรมในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ(n=11)

จากตารางและแผนภูมิ ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 11 คนพบว่า ส่วนใหญ่ ผู้สูงอายุเดินบนถนนและทางเท้า คิดเป็นร้อยละ 61 รองลงมาคือการขี่จักรยาน ร้อยละ 31 และคิดเป็นร้อยละ 8

- ปัญหาในการใช้งานถนนและทางเท้าสาธารณะของผู้สูงอายุ

ไม่มีปัญหาในการใช้งานของผู้สูงอายุ(ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ)

5.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกขั้นที่ 3

สัมภาษณ์แบบเชิงลึก โดยคัดเลือกตัวอย่างจากกลุ่มผู้สูงอายุในขั้นที่ 2 เป็นจำนวนทั้งสิ้น 9 คน แบ่งจำนวนตามอายุของผู้สูงวัยทั้ง 3 ช่วง คือต้น(60-69 ปี), กลาง (70-79ปี) และปลาย (80 ปีขึ้นไป) อย่างละ 1 คน จำแนกการสัมภาษณ์กระจายไปตามโครงการนันทวันทั้ง 3 ที่ คือ โครงการนันทวัน บางนา-กม.7 สัมภาษณ์ 3 คน โครงการนันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50 สัมภาษณ์ 3 คน และโครงการนันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ สัมภาษณ์ 3 คน ดังตารางที่ 5.33

ตารางที่ 53 แสดงข้อมูลของจำนวนกรณีศึกษาบ้านทั้ง 9 หลัง

ที่	ช่วงอายุ	อายุ (ปี)	เพศ	หมู่บ้าน
1	ต้น	65	หญิง	นันทวัน บางนา-กม.7
2	กลาง	72	หญิง	นันทวัน บางนา-กม.7
3	ปลาย	80	ชาย	นันทวัน บางนา-กม.7
4	ต้น	67	หญิง	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์
5	กลาง	75	หญิง	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์
6	ปลาย	80	หญิง	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์
7	ต้น	66	หญิง	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50
8	กลาง	70	ชาย	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50
9	ปลาย	81	หญิง	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50

5.2.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุหมู่บ้านนนทวัน บางนา-กม.7

1) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 1

ภาพที่ 51 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 1

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุตอนต้น
อายุ	65 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	55 กก. / 161 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	1 คน
ที่มารายได้	การลงทุน(กองทุนความเสี่ยงน้อย)

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ไม่มี
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี

อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	หกล้มจากพื้นต่างระดับบริเวณซีกล่าง(เข้ากระแทกอีกเสบ ต้องกายภาพ)
--------------------	---

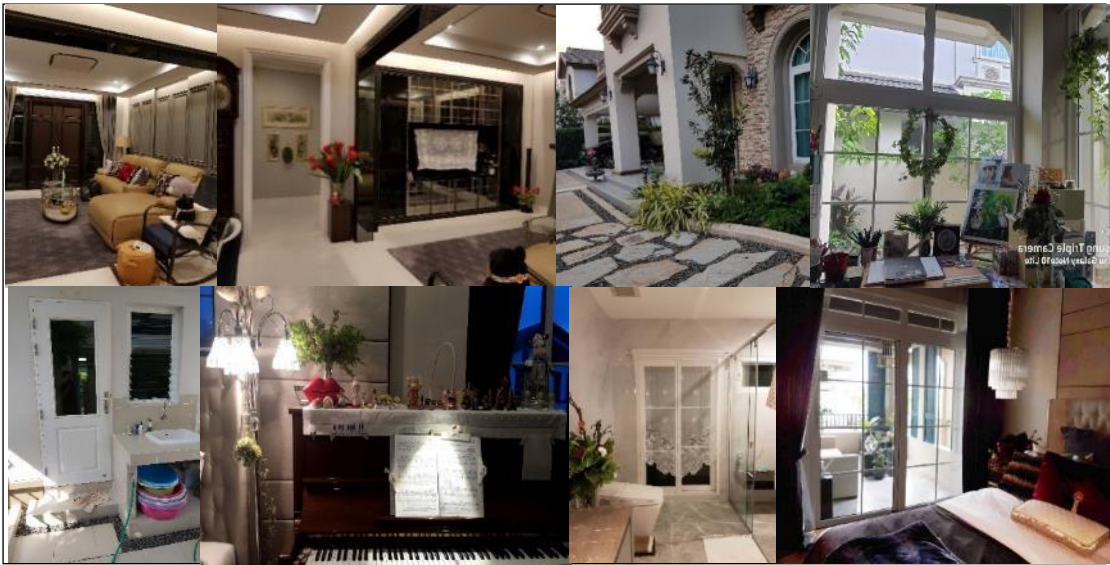
ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	IMPRESSO
ขนาดพื้นที่	140 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	6 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ไม่มี

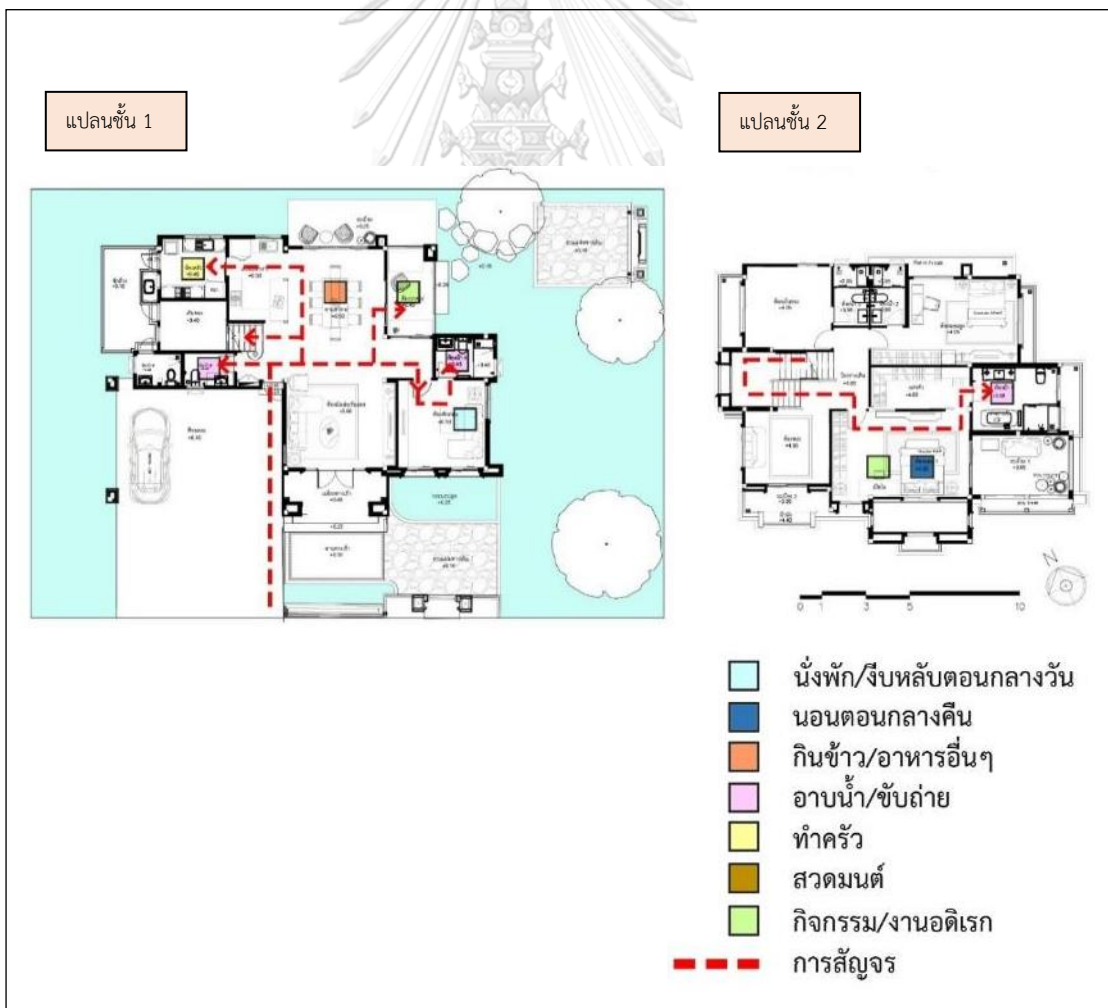
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 06.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
06.00 – 07.00 น.	เดินออกกำลังกาย	รอบสวนสาธารณะ	●		✓
07.00 – 08.00 น.	ทำอาหาร	ห้องครัว	●		✓
08.00 – 9.00 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●		✓
9.00 – 10.00 น.	ทำงานบ้าน	ภายในบ้าน	●		✓
10.00 – 12.00 น.	เรียนดนตรี	ห้างสรรพสินค้า	●		✓
12.00 – 13.00 น.	ทานข้าว	ห้างสรรพสินค้า	●		✓
13.00 – 14.00 น.	เรียนดนตรี	ห้างสรรพสินค้า	●		✓
14.00 – 15.00 น.	พักผ่อน	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓
15.00 – 16.00 น.	ทำงานบ้าน	ภายในบ้าน	●		✓
16.00 – 17.00 น.	ทานผลไม้ โยเกิร์ต	ห้องทานข้าว	●		✓
17.00 – 18.00 น.	ซ้อมดนตรี	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
18.00 – 20.00 น.	ซ้อมดนตรี	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
20.00 – 22.00 น.	ดูธรรมะในไอแพด	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
22.00 – 23.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
23.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
● ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 52 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2



2) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2



ภาพที่ 53 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

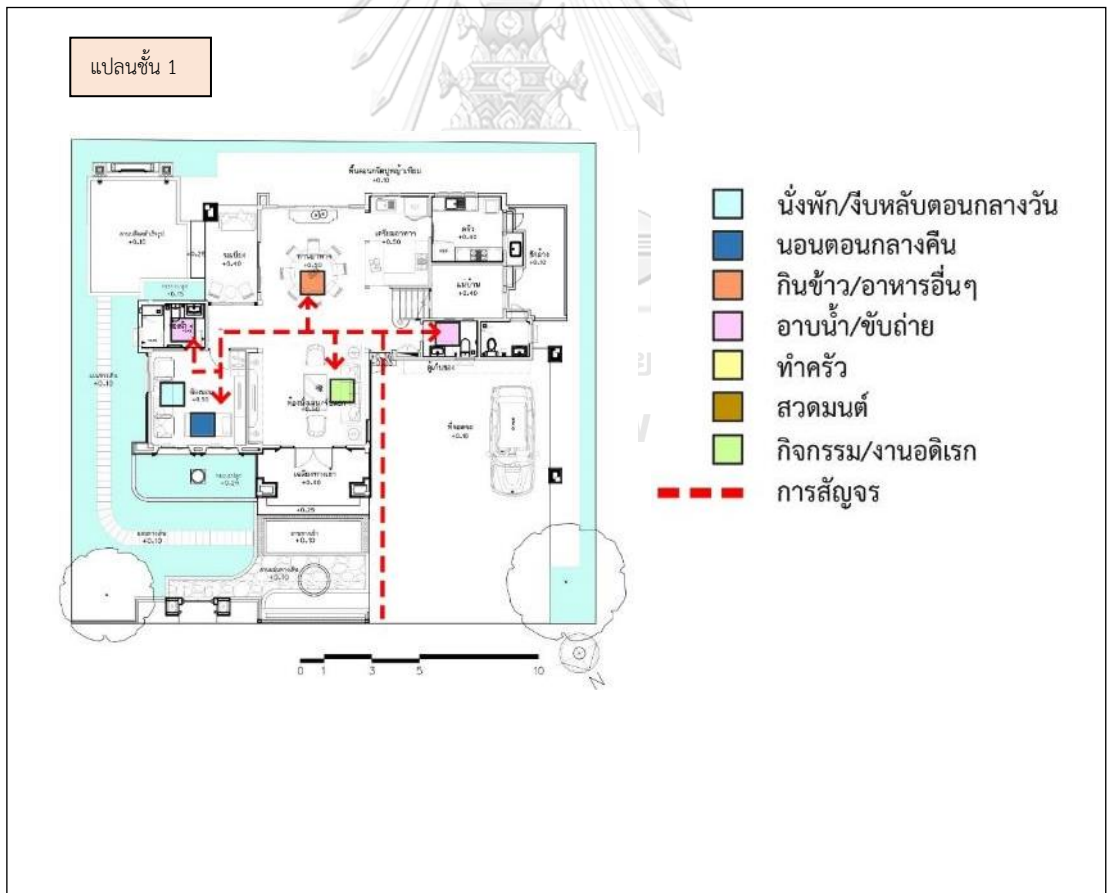
ช่วงอายุ	สูงอายุตอนกลาง
อายุ	72 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	48 กก. / 157 ซม.
ผู้ดูแล	พี่สาว
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	4 คน (พี่สาว แม่บ้าน คนขับรถ)
ที่มารายได้	การลงทุน(ปล่อยเช่าที่ดิน+ตึกแถว)

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ไม่มี
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input type="checkbox"/> ไม่มี <input checked="" type="checkbox"/> มี ไม้เท้า
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไหล่ขวาเคลื่อนไหวได้ไม่คล่องแคล่ว(ไหล่เคยหัก) หูตึงเล็กน้อย
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	หกล้มพื้นต่างระดับนอกโครงการ(ไหล่หัก)



ภาพที่ 54 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 2



3) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 3



ภาพที่ 55 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 3

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุตอนปลาย
อายุ	80 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	56 กก. / 162 ซม.
ผู้ดูแล	ลูก
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	4 คน (คู่สมรส ลูก แม่บ้าน)
ที่มารายได้	ลูก

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ความดัน หัวใจ หอบหืด
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ข้อเข่าเคยเสื่อมแต่ผ่าตัดเปลี่ยนเข้ามาแล้ว
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	นั่งเก้าอี้พลัด ก้นกระแทกพื้น(กระดุกก้นกบหัก)

ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	IMPRESSO
ขนาดพื้นที่	110 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	3 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ไม่มี

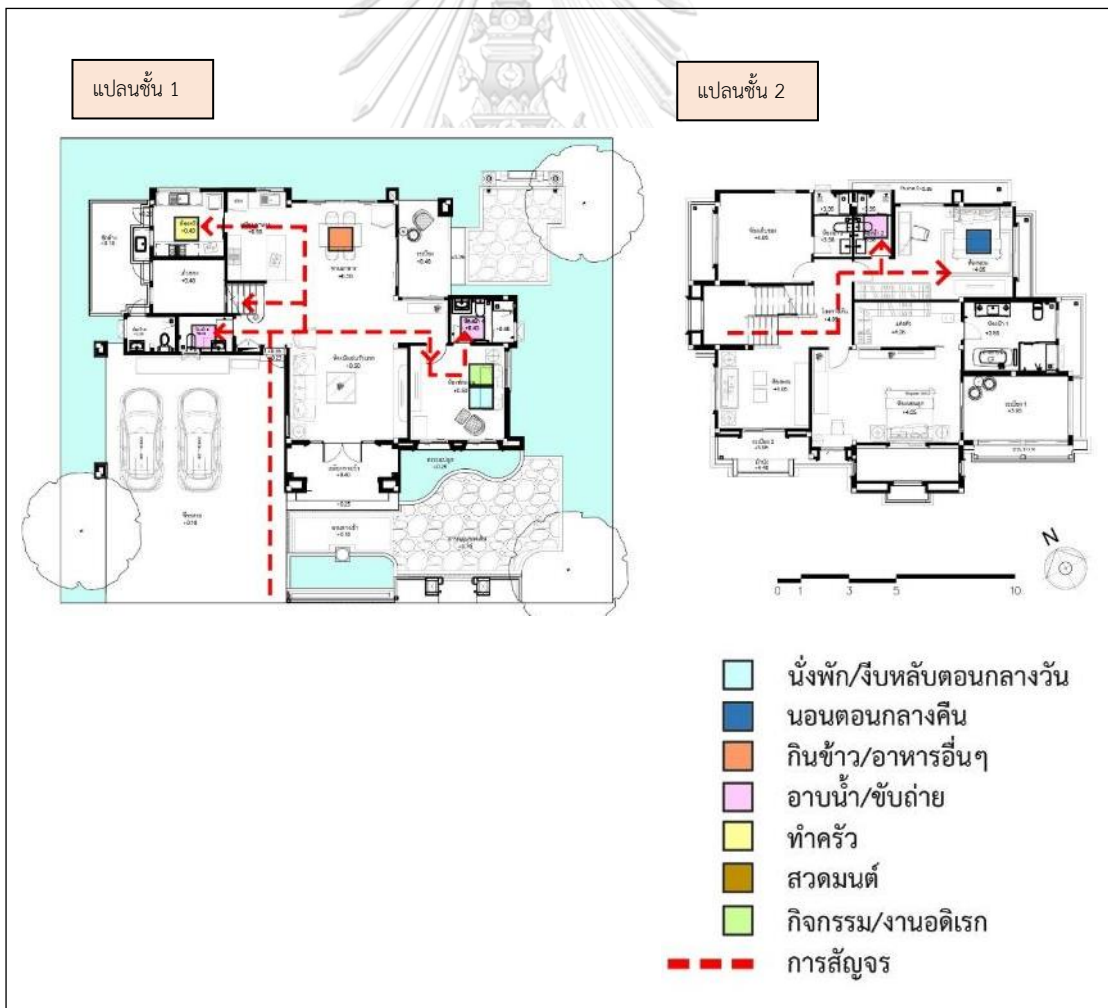
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 06.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
06.00 – 08.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
08.00 – 10.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
10.00 – 11.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
11.00 – 11.30 น.	ทานข้าวเช้า	ห้องทานข้าว	●	✓	แม่บ้านทำอาหารให้
11.30 – 14.00 น.	เล่น IPAD,อ่านหนังสือพิมพ์	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
14.00 – 14.30 น.	ทานข้าวเที่ยง	ห้องทานข้าว	●	✓	แม่บ้านทำอาหารให้
14.30 – 16.00 น.	ดูทีวี,งีบหลับ	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
16.00 – 17.00 น.	งีบหลับ	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	แม่บ้านเป็นคนทำ ผู้สูงอายุคอยกำกับ
17.00 – 17.30 น.	ทำกับข้าว	ห้องครัว	●	✓	
17.30 – 18.00 น.	ทานข้าวเย็น	ห้องทานข้าว	●	✓	แม่บ้านทำอาหารให้
18.00 – 20.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
20.00 – 22.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
22.00 – 24.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
24.00 – 1.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
1.00 – 2.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
2.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
● ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 56 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 3



5.2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุหมู่บ้านนนทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์

1) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4



ภาพที่ 57 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุตอนต้น
อายุ	67 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	55 กก. / 160 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	4 คน (คู่สมรส น้องสาว ลูกสาว)
ที่มารายได้	ลูกสาว

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ไม่มี
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	ไม่มี

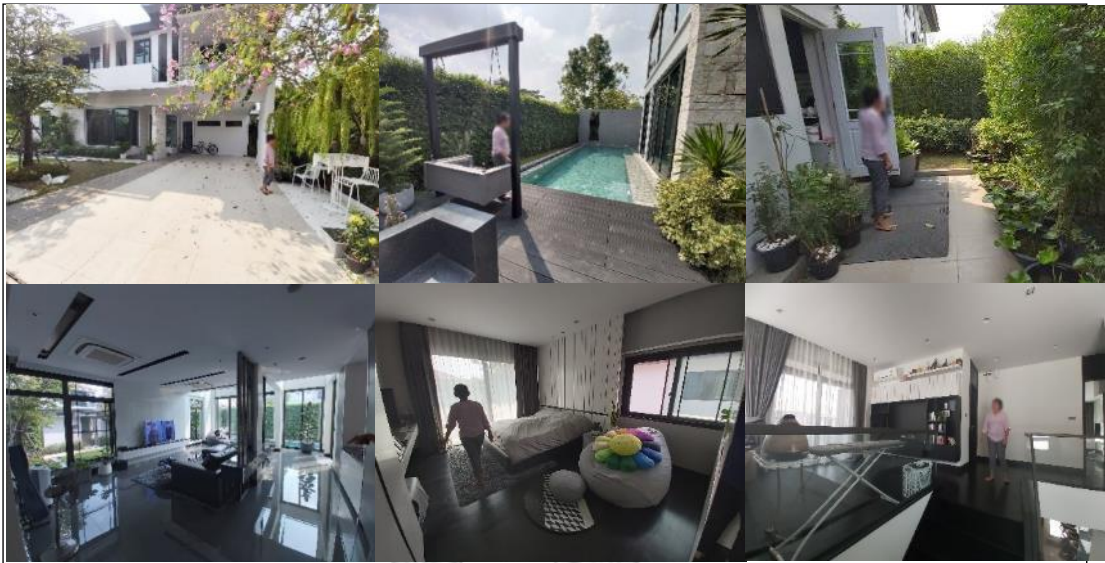
ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	THE CULLINAN
ขนาดพื้นที่	122 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	2 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	รวมห้องนอนชั้นล่างกับห้องรับแขก/สร้างสระว่ายน้ำข้างบ้าน

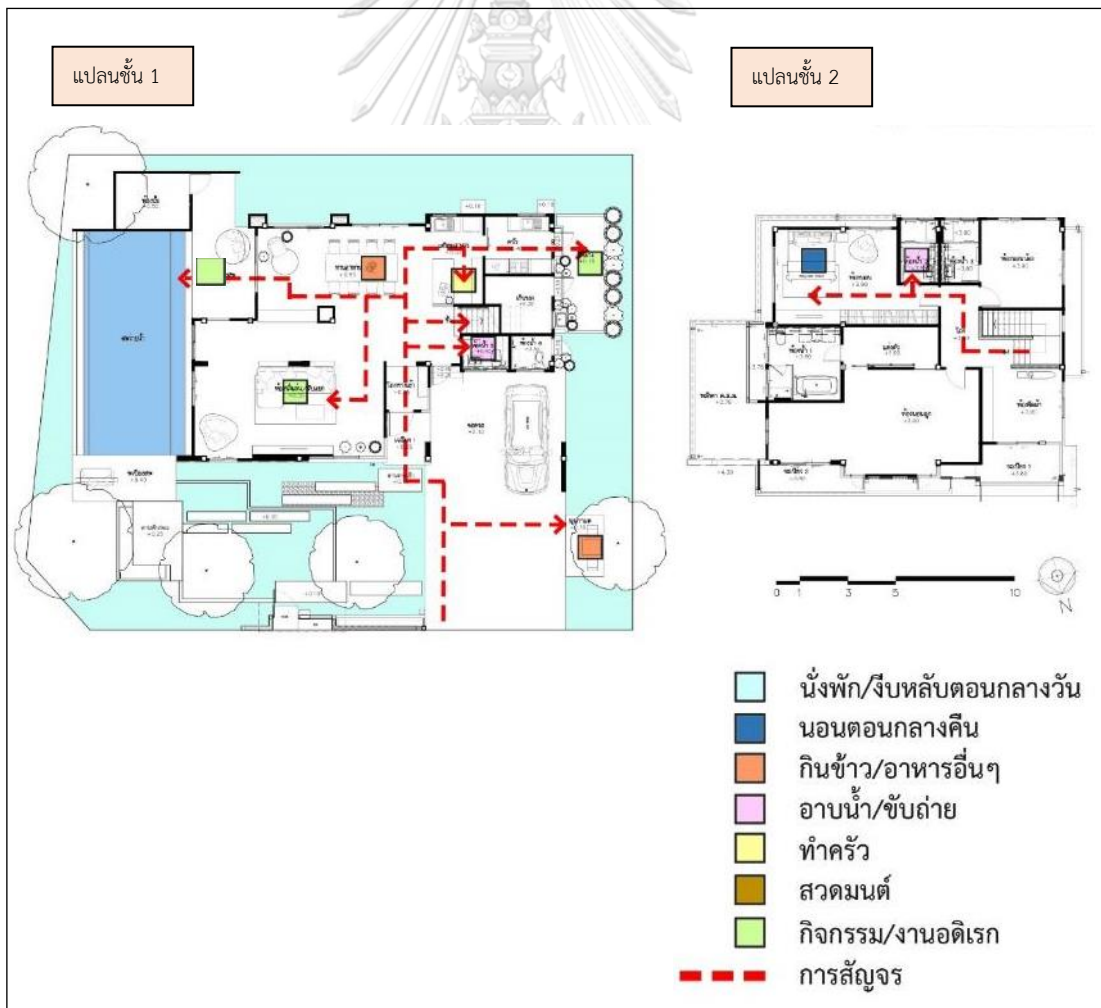
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 06.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
06.00 – 06.30 น.	ทำผลไม้ปั่นทาน	ส่วนเตรียมอาหาร	●		✓
06.30 – 07.00 น.	รดน้ำต้นไม้	สวนรอบบ้าน	●		✓
07.00 – 08.00 น.	ทำงานบ้าน	ภายในบ้าน	●		✓
08.00 – 8.30 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●		✓
08.30 – 10.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
10.00 – 11.30 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
11.30 – 12.00 น.	กินกาแฟ	สวนหน้าบ้าน	●		✓
12.00 – 12.30 น.	ทานข้าวกลางวัน	ห้องทานข้าว	●		✓
12.30 – 14.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
14.00 – 16.00 น.	ไปซื้อของ	นอกโครงการ	●		✓
16.00 – 17.00 น.	ไปซื้อของ	นอกโครงการ	●		✓
17.00 – 18.00 น.	ว่ายน้ำ	สระข้างบ้าน	●		✓
	หรือเดิน	รอบสวนสาธารณะ	●		✓
18.00 – 20.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
20.00 – 20.30 น.	ทานข้าวเย็น	ห้องทานข้าว	●		✓
20.30 – 22.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
22.00 – 24.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
24.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
 ● ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 58 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4



2) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 5



ภาพที่ 59 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 5

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุดอนกลาง
อายุ	75 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	56 กก. / 162 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	6 คน (คู่สมรส ลูก 2 คน ญาติ แม่)
ที่มารายได้	เงินบำนาญของตนเองและสามี

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ไขมันสูง
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	สะดุดทางขึ้นต่างระดับหน้าสโมสร(บาดเจ็บเล็กน้อย)

ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

หมู่บ้าน	MARIGOLD
ขนาดพื้นที่	133 ตารางวา

ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	3 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ติดราวจับในห้องน้ำชั้นล่าง/สร้างเรือนเป็นห้องทำงานของลูก

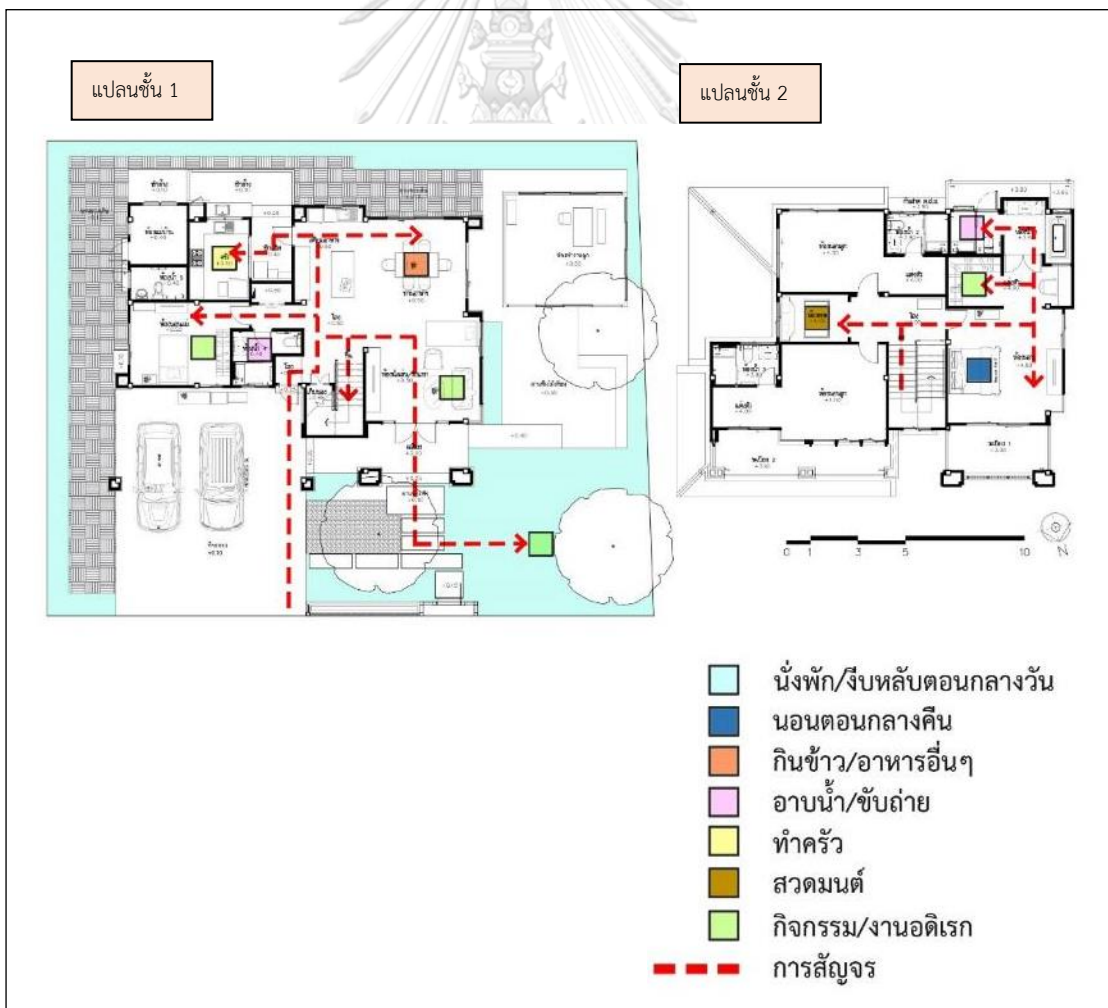
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 06.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
06.00 – 07.00 น.	ทำอาหาร	ห้องครัว	●		✓
07.00 – 08.00 น.	อาบน้ำคุณแม่	ห้องน้ำชั้นล่าง	●		✓ คุณแม่เดินไม่ได้
08.00 – 8.30 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●		✓
08.30 – 10.00 น.	รดน้ำต้นไม้	สวนรอบบ้าน	●		✓
10.00 – 11.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
11.00 – 12.00 น.	ทำอาหาร	ห้องครัว	●		✓
12.00 – 12.30 น.	ทานข้าวกลางวัน	ห้องทานข้าว	●		✓
12.30 – 14.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
14.00 – 15.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
15.00 – 16.00 น.	ทำงานบ้าน	ภายในบ้าน	●		✓
16.00 – 17.00 น.	ทำอาหาร	ห้องครัว	●		✓
17.00 – 18.00 น.	อาบน้ำคุณแม่	ห้องน้ำชั้นล่าง	●		✓
18.00 – 19.00 น.	ขับจักรยาน	รอบสวนสาธารณะ	●		✓
19.00 – 20.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●		✓
20.00 – 22.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
20.00 – 22.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
22.00 – 24.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
24.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
● ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 60 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 4



3) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 6



ภาพที่ 61 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 6

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุดอนปลาย
อายุ	80 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	50 กก. / 157 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	3 คน (คู่สมรส,แม่บ้าน)
ที่มารายได้	การลงทุน(หุ้น,อสังหาริมทรัพย์)

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ความดัน
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	ไม่มี

ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	ELEGANT
ขนาดพื้นที่	105 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	6 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ขยายลานซักล้าง+หลังคา,ทำประตูเหล็กหน้าห้องแม่บ้าน

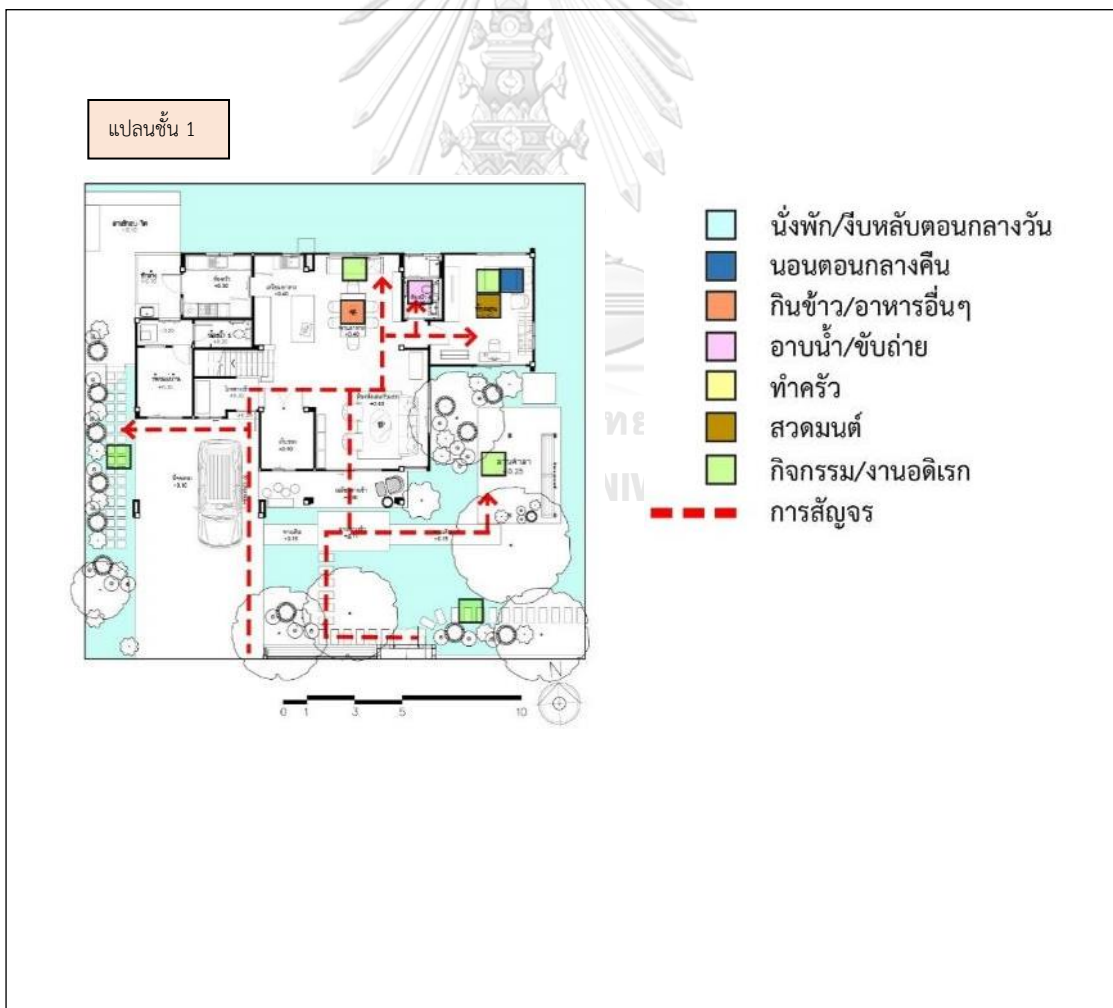
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 05.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
05.00 – 06.00 น.	สวดมนต์ นั่งสมาธิ	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
06.00 – 07.00 น.	รดน้ำต้นไม้	สวนรอบบ้าน	●	✓	
07.00 – 07.30 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●	✓	แม่บ้านทำให้
07.30 – 10.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
10.00 – 12.00 น.	ฟังเทศน์	ห้องทานข้าว	●	✓	
12.00 – 13.00 น.	ทานข้าวกลางวัน	นอกโครงการ	●	✓	สามีขับรถพาไปห้าง
13.00 – 14.00 น.	เดินเล่นในห้าง	นอกโครงการ	●	✓	เดินเล่น ชื้อของกิน
14.00 – 15.00 น.	เดินเล่นในห้าง	นอกโครงการ	●	✓	
15.00 – 16.00 น.	พักผ่อน อ่านหนังสือ	ห้องทานข้าว	●	✓	
16.00 – 16.30 น.	ทานของว่าง	ห้องทานข้าว	●	✓	
16.30 – 18.00 น.	ฟังเทศน์	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
18.00 – 18.30 น.	ทานสลัด	ห้องทานข้าว	●	✓	
18.30 – 19.00 น.	เดินออกกำลัง	ภายในหมู่บ้าน	●	✓	
19.00 – 22.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
21.00 – 22.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
22.00 – 24.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
24.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายในที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
 ● ภายในที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 62 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 6



5.2.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุหมู่บ้านนันทวันรามอินทรา-พหลโยธิน50

1) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 7



ภาพที่ 63 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 7

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุตอนต้น
อายุ	66 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	56 กก. / 155 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	1 คน
ที่มารายได้	ทำงาน(เจ้าของโรงเรียนเอกชน)

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ไขมัน
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	ไม่มี

ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	RADIATO
ขนาดพื้นที่	140 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	1 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ไม่มี

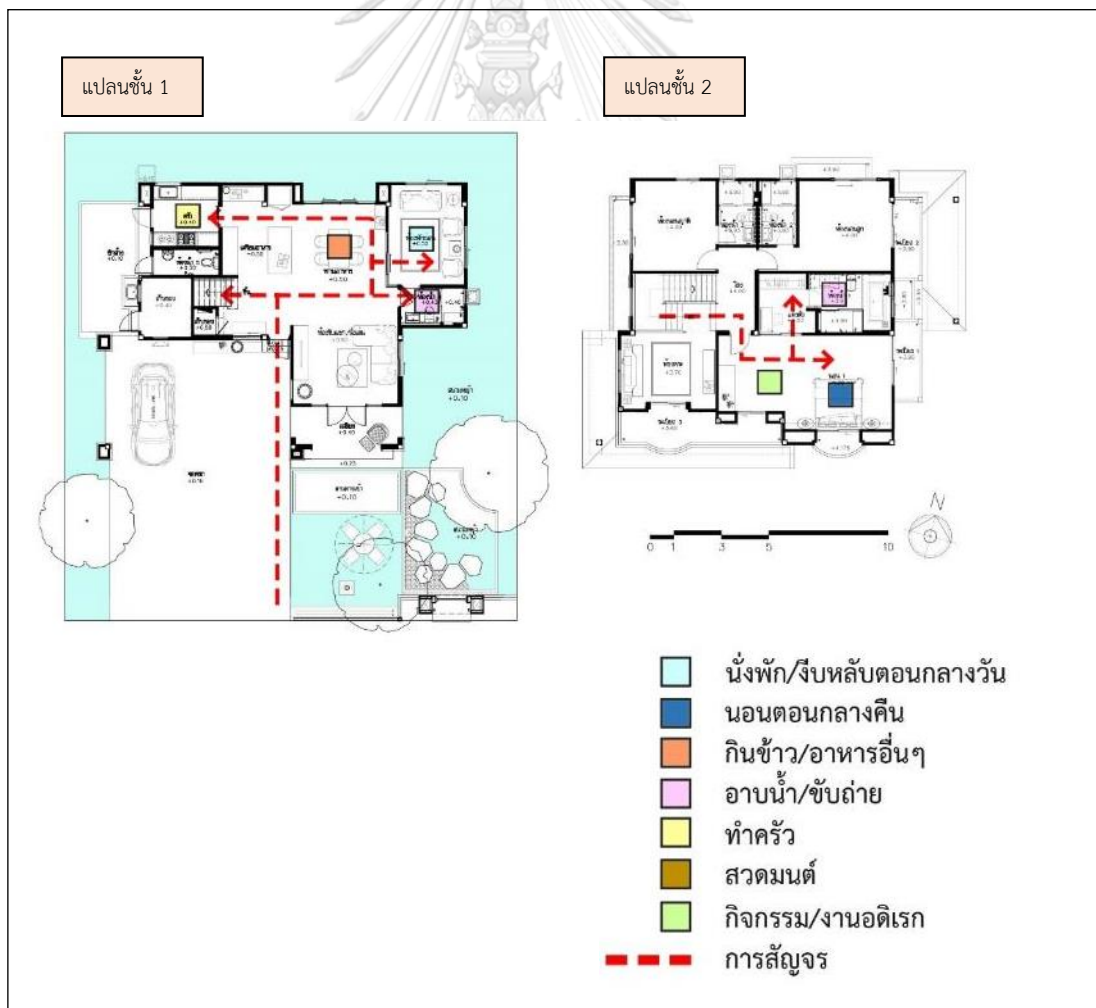
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 06.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
06.00 – 06.30 น.	รดน้ำต้นไม้	สวนรอบบ้าน	●		✓
06.30 – 07.00 น.	ทำอาหาร	ห้องครัว	●		✓
07.00 – 8.00 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●		✓
08.00 – 9.00 น.	แอโรบิก	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
10.00 – 12.00 น.	ทำงานบ้าน	ภายในบ้าน	●		✓
12.00 – 13.00 น.	ทานข้าวกลางวัน	นอกโครงการ	●		✓
13.00 – 14.00 น.	ซื้อของ ทำธุระ	นอกโครงการ	●		✓
14.00 – 16.00 น.	ซื้อของ ทำธุระ	นอกโครงการ	●		✓
16.00 – 17.00 น.	ซื้อของ ทำธุระ	นอกโครงการ	●		✓
17.00 – 18.00 น.	ทานข้าวเย็น	นอกโครงการ	●		✓
18.00 – 19.00 น.	พักผ่อน	ห้องนอนล่าง	●		✓
19.00 – 20.00 น.	เดินออกกำลังกาย	รอบสวนสาธารณะ	●		✓
20.00 – 22.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
22.00 – 24.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓
24.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
 ● ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 64 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษานบ้านหลังที่ 7



2) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 8



ภาพที่ 65 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 8

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุดอนกลาง
อายุ	70 ปี
เพศ	ชาย
น้ำหนัก/ส่วนสูง	70 กก. / 174 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	3 คน (คู่สมรส, ลูก)
ที่มารายได้	นักลงทุน(หุ้น)

ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว	ไม่มี
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	ไม่มี

ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	RADIATO
ขนาดพื้นที่	95 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	1 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ไม่มี

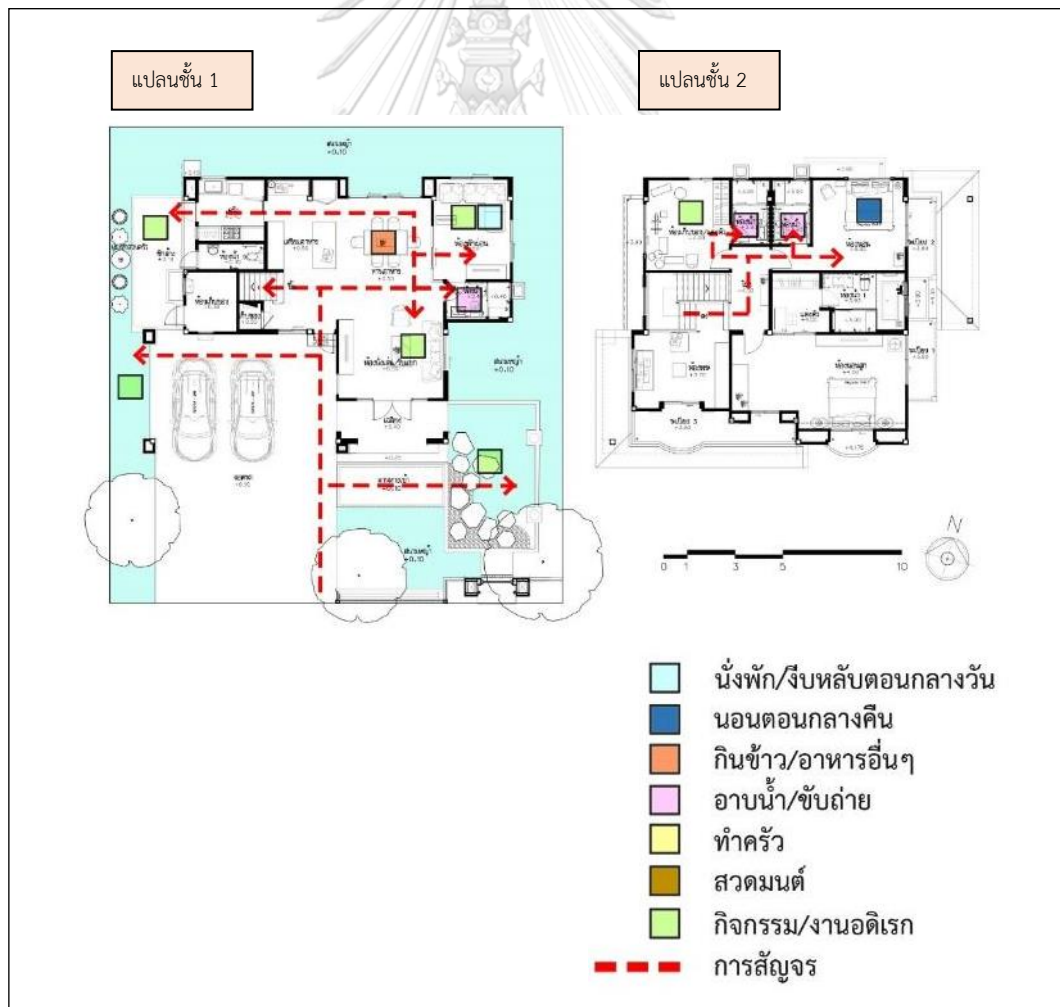
รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ	
			มี	ไม่มี		
04.00 – 06.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓	
06.00 – 07.00 น.	เดินออกกำลัง	รอบสวนสาธารณะ	●		✓	
07.00 – 07.30 น.	รดน้ำต้นไม้	สวนรอบบ้าน	●		✓	
07.30 – 8.00 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●		✓	ภรรยาทำอาหารให้
08.00 – 10.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓	
10.00 – 12.00 น.	ดูหุ่น	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓	
12.00 – 12.30 น.	ทานข้าวกลางวัน	ห้องทานข้าว	●		✓	
12.30 – 14.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓	
14.00 – 16.00 น.	งีบหลับ	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓	
16.00 – 17.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓	
17.00 – 18.00 น.	ทานผลไม้ โยเกิร์ต	ห้องทานข้าว	●		✓	นั่งพักก่อนออกกำลัง
18.00 – 19.00 น.	ว่ายน้ำ	อาคารสโมสร	●		✓	บางครั้งขี่จักรยาน
19.00 – 20.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นล่าง	●		✓	
20.00 – 21.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●		✓	
21.00 – 22.00 น.	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓	
22.00 – 24.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓	
24.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●		✓	

● ภายในที่พักอาศัย ● ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)
● ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ) ● ภายนอกโครงการ



ภาพที่ 66 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 8



3) กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 9



ภาพที่ 67 กรณีศึกษาบ้านหลังที่ 9

ข้อมูลทั่วไป สังคมและเศรษฐกิจ

ช่วงอายุ	สูงอายุตอนปลาย
อายุ	81 ปี
เพศ	หญิง
น้ำหนัก/ส่วนสูง	55 กก. / 153 ซม.
ผู้ดูแล	ไม่มี
จำนวนสมาชิกในบ้าน(รวมผู้สูงอายุ)	4 คน (แม่บ้าน, หลาน, ลูก)
ที่มารายได้	ลูก

ข้อมูลด้านสุขภาพ


โรคประจำตัว	ความดัน ไขมัน
อุปกรณ์ช่วยเหลือ	<input checked="" type="checkbox"/> ไม่มี <input type="checkbox"/> มี
แบบประเมิน ADL	<input checked="" type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดสังคม (ADL 12 - 20 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดบ้าน (ADL 5 - 11 คะแนน) <input type="checkbox"/> ผู้สูงอายุกลุ่มติดเตียง (ADL 0 - 4 คะแนน)
ปัญหาการทำงานร่างกาย	ไม่มี
อุบัติเหตุรอบ 2 ปี	ไม่มี


ข้อมูลด้านสภาพการอยู่อาศัย

รุ่นบ้าน	RADIATO
ขนาดพื้นที่	95 ตารางวา
ระยะเวลาที่อยู่อาศัย	2 ปี
การปรับปรุง/ต่อเติม	ไม่มี

รูปแบบการทำกิจกรรมและความถี่ในการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

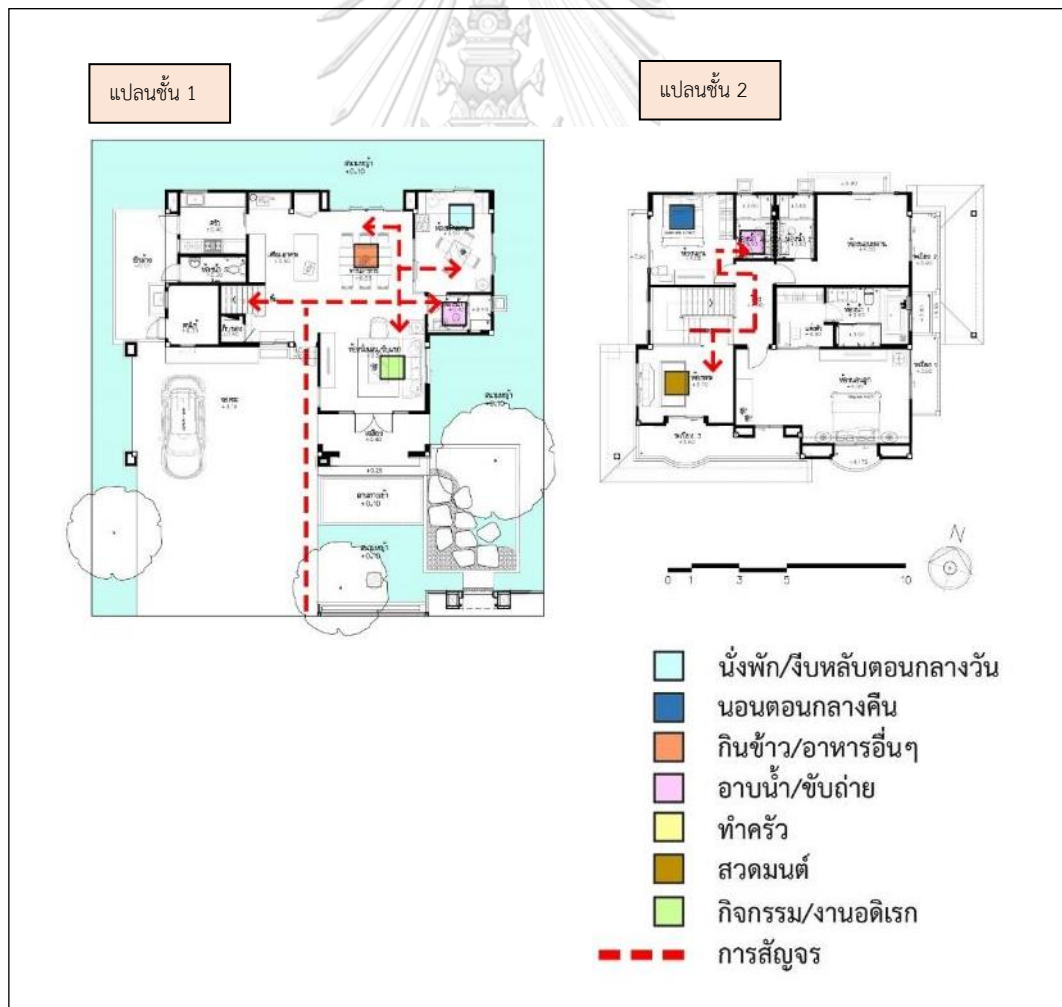
เวลา	กิจกรรม	สถานที่	ผู้ดูแลให้ความช่วยเหลือ		หมายเหตุ
			มี	ไม่มี	
04.00 – 06.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
06.00 – 07.00 น.	ตื่นนอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
07.00 – 07.30 น.	สวดมนต์	ห้องโถงชั้นบน	●	✓	
07.30 – 08.00 น.	ทานอาหาร	ห้องทานข้าว	●	✓	แม่บ้านทำอาหาร
08.00 – 10.00 น.	เลี้ยงหลาน	ห้องนั่งเล่น	●	✓	
10.00 – 12.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●	✓	
12.00 – 13.00 น.	ทานข้าวกลางวัน	ห้องทานข้าว	●	✓	
13.00 – 14.00 น.	เลี้ยงหลาน	ห้องนั่งเล่น	●	✓	
14.00 – 15.00 น.	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●	✓	
15.00 – 16.00 น.	งีบหลับ	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
16.00 – 17.00 น.	งีบหลับ	ห้องนอนชั้นล่าง	●	✓	
17.00 – 18.00 น.	เล่นเครื่องออกกำลังกาย	สวนสาธารณะ	●	✓	
18.00 – 20.00 น.	ทานข้าวเย็น	ห้องทานข้าว	●	✓	
	ดูทีวี	ห้องนั่งเล่น	●	✓	
20.00 – 22.00 น.	ดูทีวี	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
	เข้านอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
22.00 – 24.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	
24.00 – 04.00 น.	นอน	ห้องนอนชั้นบน	●	✓	

 ภายในที่พักอาศัย
  ภายนอกที่พักอาศัย(ยังอยู่ในเขตรั้วบ้าน)

 ภายนอกที่พักอาศัย(สวน/สโมสร/อื่นๆ)
  ภายนอกโครงการ



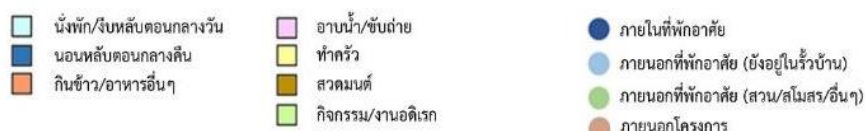
ภาพที่ 68 สภาพแวดล้อมของกรณีศึกษาบ้านหลังที่ 9



กิจกรรมภายในและภายนอกบ้าน

ตารางที่ 54 แสดงกิจวัตรประจำวันและพื้นที่ที่ใช้งานใน 1 วันของผู้สูงอายุทั้ง 9 กรณีศึกษา

บ้านที่	โครงการ	อายุ(ปี)	04.00	05.00	06.00	07.00	08.00	09.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00	19.00	20.00	21.00	22.00	23.00	24.00	01.00	02.00	03.00	
1	นันทวัน บางนา-กม.7	65	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
2	นันทวัน บางนา-กม.7	72	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
3	นันทวัน บางนา-กม.7	80	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
4	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	67	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
5	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	75	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
6	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	80	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
7	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50	66	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
8	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50	70	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
9	นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน50	81	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●



จากตารางที่ 54 พบว่า ผู้สูงอายุกรณีศึกษาส่วนใหญ่จะตื่นนอนค่อนข้างเช้า คือประมาณช่วงตี 5 และจะเข้านอนเร็วประมาณช่วง 3 ทุ่ม และใช้เวลาอนพักผ่อนในช่วงกลางคืนค่อนข้างมาก คือประมาณ 9 ชั่วโมงขึ้นไป โดยกิจกรรมที่นิยมทำในช่วงเช้าคือ การรดน้ำต้นไม้ และใช้เวลาดูทีวีอยู่ในตัวบ้านมากกว่าออกไปใช้พื้นที่นอกบ้านหรือนอกโครงการ ในช่วงบ่าย 2-3 โมงมักจะเป็นช่วงงีบหลับในห้องพักผ่อนชั้นล่าง โดยผู้สูงอายุนิยมออกไปใช้งานสวนสาธารณะในช่วงเย็น 5-6 โมง โดยใช้เวลาไม่เกิน 1 ชั่วโมง โดยพื้นที่ที่ผู้สูงอายุใช้งานระหว่างวันเป็นหลักคือ ห้องนอนชั้นล่าง ห้องรับแขกและห้องทานอาหาร

5.3 สรุปปัญหา ความต้องการ และแนวทางการออกแบบปรับปรุงในอนาคต

5.3.1 ปัญหาและความต้องการ ด้านที่อยู่อาศัย อาคารสโมสร ทางสัญจรและสวนส่วนกลางภายในโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการ

1) ด้านที่อยู่อาศัย

ตารางที่ 55 รายการตรวจสอบที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวัน⁷¹

ที่อยู่อาศัย	สภาพปัจจุบัน และปัญหาในการใช้งาน		
	นันทวัน บางนา-กม.7	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	นันทวัน รามอินทรา- พหลโยธิน 50
1. ที่อยู่อาศัยที่เพียงพอในราคาที่ เหมาะสมและอยู่ในทำเลที่ปลอดภัย ใกล้กับบริการสาธารณะและชุมชน	หมู่บ้านปลอดภัยด้วยระบบ รักษาความปลอดภัย อยู่ใกล้ ชุมชนในซอยราชวินิต แต่ ราคาสูง	หมู่บ้านปลอดภัยด้วย ระบบรักษาความปลอดภัย อยู่ติดถนนบรมราชชนนี แต่ราคาสูง	หมู่บ้านปลอดภัยด้วย ระบบรักษาความ ปลอดภัย อยู่ไม่ไกลจาก แหล่งชุมชน แต่ราคาสูง
2. มีบริการให้การบำรุงรักษาตัวบ้าน และอาคารที่เพียงพอในราคาเหมาะสม	มีนิติบุคคลของ หมู่บ้านคอยดูแล ด้วยงบค่าส่วนกลาง	มีนิติบุคคลของ หมู่บ้านคอยดูแล ด้วยงบค่าส่วนกลาง	มีนิติบุคคลของ หมู่บ้านคอยดูแล ด้วยงบค่าส่วนกลาง
3. การก่อสร้างบ้านต้องมีความมั่นคง แข็งแรง อยู่สบาย และเหมาะสมกับ สภาพภูมิอากาศ	สภาพบ้านเป็นโครงสร้างคสล. ที่แข็งแรง มีชายคาและช่อง เปิดที่เหมาะสมกับสภาพ ภูมิอากาศ	สภาพบ้านเป็นโครงสร้างค สล.ที่แข็งแรง มีชายคาและ ช่องเปิดที่เหมาะสมกับ สภาพภูมิอากาศ	สภาพบ้านเป็น โครงสร้างคสล.ที่แข็งแรง มีชายคาและช่องเปิดที่ เหมาะสมกับสภาพ ภูมิอากาศ
4. มีพื้นที่ใช้สอยในบ้านและระดับพื้น ทั้งภายในอาคารและทางเดินที่ไม่เป็น อุปสรรคต่อการเคลื่อนไหว	ขนาดพื้นที่ใช้สอยภายในบ้าน เป็นสัดส่วน ทางเดินสะดวก แต่ยังขาดทางลาดเพื่อความ สะดวกในการเข้าบ้าน	ขนาดพื้นที่ใช้สอยภายใน บ้านเป็นสัดส่วน ทางเดิน สะดวก แต่ยังขาดทางลาด เพื่อความสะดวกในการเข้า บ้าน	ขนาดพื้นที่ใช้สอยภายใน บ้านเป็นสัดส่วน ทางเดิน สะดวก แต่ยังขาดทาง ลาดเพื่อความสะดวกใน การเข้าบ้าน
5. มีบริการดัดแปลง ปรับปรุงบ้านที่ ตอบสนองต่อความต้องการของ ผู้สูงอายุที่หลากหลายในราคาที่ เหมาะสม	มีการดัดแปลง กั้นพื้นที่การ ใช้งานและติดตั้งลิฟท์เพิ่มเติม	มีการดัดแปลง ติดตั้งราว จับและทางลาด	มีการดัดแปลง กั้นพื้นที่ การใช้งานและติดตั้งราว จับ
6. มีที่พักอาศัยที่พอเพียงในราคาที่ เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่มีสุขภาพ ไม่แข็งแรงหรือพิการ พร้อมบริการที่ เหมาะสมและอยู่ในพื้นที่	ไม่เหมาะสม เนื่องจากไม่ได้ ออกแบบตามหลักเพื่อ ผู้สูงอายุ	ไม่เหมาะสม เนื่องจาก ไม่ได้ออกแบบตามหลัก เพื่อผู้สูงอายุ	ไม่เหมาะสม เนื่องจาก ไม่ได้ออกแบบตามหลัก เพื่อผู้สูงอายุ

⁷¹ (Age-Friendly Cities) WHO, "Global age-friendly cities : a guide." https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf (ค้นข้อมูลเมื่อ 1 เมษายน พ.ศ.2563).

ตารางที่ 56 สรุปปัญหาด้านที่อยู่อาศัยจากการสำรวจและสัมภาษณ์

พื้นที่	ปัญหาในการใช้งาน					
	นันทวัน บางนา-กม.7		นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์		นันทวัน รามอินทรา- พหลโยธิน 50	
	จากการสำรวจ	จากการ สัมภาษณ์	จากการสำรวจ	จากการสัมภาษณ์	จากการสำรวจ	จากการสัมภาษณ์
ห้องนอนชั้นบน	X	X	X	X	X	X
ห้องนอนชั้นล่าง	X	X	X	X	X	X
ห้องนั่งเล่น	X	X	X	X	X	X
ห้องน้ำชั้นล่าง	พื้นห้องน้ำ พื้นที่ภายในแคบ ไม่มีการติดตั้งราว จับ มีพื้นต่างระดับ	พื้นห้องน้ำ	พื้นห้องน้ำ พื้นที่ภายในแคบ ไม่มีการติดตั้งราว จับ มีพื้นต่างระดับ	พื้นห้องน้ำ พื้นที่ภายในแคบ ไม่มีการติดตั้งราวจับ มีพื้นต่างระดับ	พื้นห้องน้ำ พื้นที่ภายในแคบ ไม่มีการติดตั้งราว จับ มีพื้นต่างระดับ	มีพื้นต่างระดับ
ห้องครัว	X	X	X	X	X	X
ห้องทานข้าว	X	X	X	X	X	X
บันได	ไม่เหมาะสมตาม หลักการออกแบบ เพื่อทุกคน	X	ไม่เหมาะสมตาม หลักการออกแบบ เพื่อทุกคน	X	ไม่เหมาะสมตาม หลักการออกแบบ เพื่อทุกคน	X
เฉลียง ลานซัก ล้างและพื้นที่ รอยต่อ ภายใน- นอกบ้าน	พื้นลานซักล้างลื่น ลานซักล้างและ ระเบียงเข้าบ้าน เป็นพื้นต่างระดับ	พื้นลานซักล้างลื่น	พื้นลานซักล้างลื่น ลานซักล้างและ ระเบียงเข้าบ้าน เป็นพื้นต่างระดับ	พื้นลานซักล้างลื่น ระเบียงทางเข้าบ้าน เป็นพื้นต่างระดับ	พื้นลานซักล้างลื่น ลานซักล้างและ ระเบียงเข้าบ้าน เป็นพื้นต่างระดับ	ลานซักล้างเป็นพื้น ต่างระดับ
ห้องพระ	X	X	X	X	X	X
พื้นที่จอดรถ	X	X	X	X	X	X
สวนรอบบ้าน	พื้นทางเดินในสวน ไม่เรียบ	X	พื้นทางเดินในสวน ไม่เรียบ	X	พื้นทางเดินในสวน ไม่เรียบ	X
ประตู-หน้าต่าง	X	X	X	X	X	X
อุปกรณ์ติดตั้ง	X	X	X	X	X	X
x ไม่พบปัญหาในการใช้งาน						

จากตารางที่ 56 พบว่าที่อยู่อาศัยในโครงการนันทวันทั้ง 3 โครงการยังไม่เหมาะสมต่อการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน(Universal Design)

สรุปปัญหาและความต้องการในการใช้งานด้านที่อยู่อาศัย

เมื่อผู้สูงอายุมีอายุมากขึ้นร่างกายเกิดความเสื่อมสภาพลง ซึ่งหากที่อยู่อาศัยมีลักษณะทางกายภาพไม่เหมาะสม จะทำให้มีปัญหาในการใช้งานได้ง่าย เช่น เกิดการก้าวพลาด ลื่น สะดุด ล้ม หรือ

พลัดตก ซึ่งอาจทำให้ผู้สูงอายุพิการหรือถึงขั้นเสียชีวิตได้ ซึ่งจากข้อมูลการสำรวจทำให้พบลักษณะที่ไม่เหมาะสมดังนี้

1) ลักษณะทางกายภาพเดิมไม่เหมาะสมกับการใช้งานของผู้สูงอายุ

- ห้องน้ำ มีลักษณะไม่เป็นไปตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน โดยมีขนาดแคบ วัสดุพื้นค่อนข้างลื่น มีพื้นต่างระดับและไม่มีการติดตั้งราวจับ
- พื้นที่มีความต่างระดับ สำหรับผู้สูงอายุที่การมองเห็นและกล้ามเนื้อเริ่มเสื่อมลงอาจยกเท้าก้าวไม่พ้นขอบพื้น ทำให้เกิดการสะดุดล้มได้ เช่น พื้นที่ลานซักล้าง พื้นที่ระเบียงบ้าน พื้นที่อยู่ภายในห้องน้ำกับพื้นหน้าประตูห้องน้ำ
- วัสดุ กระเบื้องในส่วนที่มีโอกาสเปียกบ่อย เช่น ห้องน้ำ ลานซักล้าง มีลักษณะด้าน แต่ไม่ใช่กระเบื้องanti-slip จะมีความลื่นเมื่อโดนน้ำ
- อุปกรณ์ ห้องน้ำไม่มีราวจับสำหรับผู้สูงอายุรวมถึงลักษณะประตูห้องน้ำและห้องนอนของผู้สูงอายุยังเป็นบานเปิดอยู่ หากผู้สูงอายุหกล้มขวางประตู อาจทำให้เปิดประตูเพื่อเข้าไปช่วยเหลือไม่สะดวก
- ขนาดพื้นที่ ห้องน้ำมีขนาดเล็ก หากผู้สูงอายุใช้รถเข็นจะทำให้ใช้งานได้ไม่สะดวก
- บันได ราวจับมีลักษณะแบน อาจทำให้ผู้สูงอายุจับได้ไม่ถนัด ลูกตั้งและลูกนอนมีสีเหมือนกันรวมถึงลูกตั้งบันไดสูงเกิน 15 ซม.อาจเป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุได้⁷²

ทั้งนี้ ปัญหาดังกล่าวข้างต้นสามารถปรับปรุงและแก้ไขได้โดยง่าย เนื่องจากเป็นการปรับปรุงโดยการรื้อและเปลี่ยนใหม่หรือการติดตั้งเพิ่ม ซึ่งไม่ทำให้กระทบโครงสร้างหลักของอาคาร เนื่องจากมีการเตรียมพื้นที่การใช้งานหลักๆของบ้านไว้ครบถ้วนแล้ว เช่น มีห้องนอนชั้นล่างสำหรับผู้สูงอายุแล้ว

2) ด้านอาคารสโมสร

ตารางที่ 57 แสดงปัญหาและกายภาพที่ไม่เหมาะสมต่อการใช้งานอาคารสโมสร ที่ได้จากการสำรวจและสัมภาษณ์

ลักษณะทางกายภาพที่ไม่เหมาะสมและปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสร	
นันทวัน บางนา-กม.7	
1. ตำแหน่งที่ตั้ง	x
2. ห้องน้ำ/ห้องน้ำคนพิการ	มีพื้นต่างระดับ ไม่มีราวจับ

⁷² หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, บ้านปลอดภัยวัยเกษียณ, 2555.

	ไม่มีห้องน้ำสำหรับผู้พิการหรือผู้สูงอายุ
3. ทางลาด	ทางลาดชันกว่า 1:12 ไม่มีราวจับ
4. บันได/ราวจับบันได	ลูกตั้งกับลูกนอนบันไดมีสีเหมือนกัน อาจทำให้สะดุดได้ รูปร่างราวจับมีลักษณะแบน ทำให้จับไม่สะดวก ไม่เป็นทรงกระบอกตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน
5. ลิฟท์	-
6. ป้ายบอกทาง	x
7. ที่นั่งพักผ่อน	x
8. ที่จอดรถ	ไม่มีที่จอดสำหรับจักรยานและที่จอดรถผู้พิการ
9. สระว่ายน้ำ	ทางขึ้น-ลงขาดราวจับ เด็กใช้งานเยอะในช่วงเย็น ทำให้ผู้สูงอายุใช้งานสระว่ายน้ำไม่สะดวก
10. ห้องออกกำลังกาย	ตั้งอยู่ชั้น 2 ผู้สูงอายุเข้าถึงลำบาก
นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	
1. ตำแหน่งที่ตั้ง	อาคารสโมสรตั้งอยู่ไกลจากที่พักอาศัย โดยมีระยะทางไกลที่สุดถึง 1.5 กิโลเมตร ทำให้ผู้สูงอายุเข้าถึงไม่สะดวก
2. ห้องน้ำ/ห้องน้ำคนพิการ	มีพื้นที่ต่างระดับ ไม่มีราวจับ ไม่มีห้องน้ำสำหรับผู้พิการหรือผู้สูงอายุ
3. ทางลาด	ไม่มีทางลาดสำหรับผู้สูงอายุ
4. บันได/ราวจับบันได	ลูกตั้งกับลูกนอนบันไดมีสีเหมือนกัน อาจทำให้สะดุดได้ รูปร่างราวจับมีลักษณะแบน ทำให้จับไม่สะดวก ไม่เป็นทรงกระบอกตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน
5. ลิฟท์	-
6. ป้ายบอกทาง	x
7. ที่นั่งพักผ่อน	x
8. ที่จอดรถ	ไม่มีที่จอดสำหรับจักรยานและที่จอดรถผู้พิการ
9. สระว่ายน้ำ	ทางขึ้น-ลงขาดราวจับ เด็กใช้งานเยอะในช่วงเย็น ทำให้ผู้สูงอายุใช้งานสระว่ายน้ำไม่สะดวก
10. ห้องออกกำลังกาย	ตั้งอยู่ชั้น 2 ผู้สูงอายุเข้าถึงลำบาก เครื่องวิ่งมีน้อยไป
นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50	

4. ตำแหน่งที่ตั้ง	x
5. ห้องน้ำ/ห้องน้ำคนพิการ	มีพื้นที่ต่างระดับ ไม่มีราวจับ ไม่มีห้องน้ำสำหรับผู้พิการหรือผู้สูงอายุ
6. ทางลาด	ทางลาดชันกว่า 1:12 ไม่มีราวจับ
7. บันได/ราวบันได	ลูกตั้งกับลูกนอนบันไดมีสีเหมือนกัน อาจทำให้สะดุดได้ รูปร่างราวจับมีลักษณะแบน ทำให้จับไม่สะดวก ไม่เป็นทรงกระบอกตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน
8. ลิฟท์	-
9. ป้ายบอกทาง	x
10. ที่นั่งพักผ่อน	x
11. ที่จอดรถ	ไม่มีที่จอดรถสำหรับจักรยานและที่จอดรถผู้พิการ
12. สระว่ายน้ำ	ทางขึ้น-ลงขาดราวจับ เด็กใช้งานเยอะในช่วงเย็น ทำให้ผู้สูงอายุใช้งานสระว่ายน้ำไม่สะดวก
13. ห้องออกกำลังกาย	ตั้งอยู่ชั้น 2 ผู้สูงอายุเข้าถึงลำบาก
x ไม่พบปัญหาในการใช้งาน	

จากตารางที่ 57 พบว่า ทั้ง 3 หมู่บ้านมีปัญหาด้านกายภาพในการใช้งานอาคารสโมสรที่เหมือนกัน เช่น ตำแหน่งห้องออกกำลังกายไม่เหมาะสมต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ ห้องน้ำ บันไดและทางลาดที่ไม่ได้มาตรฐาน ไม่ถูกต้องตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน(Universal Design) นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงอายุมาใช้งานอาคารสโมสรน้อย คือคิดเป็นร้อยละ 38 และร้อยละ 50 มาใช้งานเพียงเดือนละ 1-2 ครั้ง ซึ่งพื้นที่ที่ผู้สูงอายุใช้งานมากที่สุดคือ สระว่ายน้ำ มีกิจกรรมคือการว่ายน้ำและเดินในน้ำ คิดเป็นร้อยละ 60 โดยข้อมูลจากการสัมภาษณ์พบว่า ปัญหาที่ผู้สูงอายุมาใช้งานอาคารสโมสรน้อยเนื่องจากเด็กมาใช้งานสระเยอะในช่วงเย็น โดยคิดเป็นร้อยละ 61 และปัญหาเรื่องอาคารสโมสรอยู่ไกล(ปัญหาจากผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในโครงการนั้นวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์) คิดเป็นร้อยละ 31 ทำให้ผู้สูงอายุไม่สะดวกในการไปใช้งานอาคารสโมสร ดังนั้น เราจึงควรหากิจกรรมหรือชมรมที่เหมาะสมต่อผู้สูงอายุ เพื่อดึงดูดให้ผู้สูงอายุออกมาใช้งานอาคารสโมสรมากขึ้นตาม ทฤษฎีกิจกรรม(Activity

Theory)⁷³ ที่เชื่อว่าผู้สูงอายุจะมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ จากการมีกิจกรรมและการเคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา และทำให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

3) ด้านพื้นที่ทางสัญจรและพื้นที่สวนส่วนกลาง

ตารางที่ 58 แสดงปัญหาการใช้งานด้านทางสัญจรและพื้นที่สวนส่วนกลางที่ได้จากการสัมภาษณ์และการสำรวจ

ลักษณะทางกายภาพที่ไม่เหมาะสมและปัญหาในการใช้งานทางสัญจรและสวนส่วนกลาง	
1. พื้นที่ทางสัญจร	
นันทวัน บางนา-กม.7	<ul style="list-style-type: none"> - ทางเดินกว้างเพียง 70 ซม. ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นใช้งานไม่สะดวก และทางเดินมีการยกกระดืบ ไม่มีทางลาดเพื่อสะดวกต่อการใช้งาน - ขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน ทำให้อาจเกิดอุบัติเหตุได้
นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	<ul style="list-style-type: none"> - ทางเดินกว้างเพียง 70 ซม. ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นใช้งานไม่สะดวก และทางเดินมีการยกกระดืบ ไม่มีทางลาดเพื่อสะดวกต่อการใช้งาน - ขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน ทำให้อาจเกิดอุบัติเหตุได้
นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50	<ul style="list-style-type: none"> - ทางเดินกว้างเพียง 70 ซม. ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นใช้งานไม่สะดวก และทางเดินมีการยกกระดืบ ไม่มีทางลาดเพื่อสะดวกต่อการใช้งาน - ขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน ทำให้อาจเกิดอุบัติเหตุได้
2. พื้นที่สวนส่วนกลาง	
นันทวัน บางนา-กม.7	<ul style="list-style-type: none"> - ทางเดินบางส่วนของสวนส่วนใหญ่กว้างเพียง 0.70 - 1.00 เมตรและมีผิวที่ไม่เรียบสม่ำเสมอ ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นใช้งานไม่ได้ไม่สะดวก - ที่นั่งพักผ่อนไม่เพียงพอ ควรมีทุกๆระยะ 100 ถึง 125 เมตรตามหลักแนวคิดถนนเพื่อชีวิต⁷⁴ - ลูกบ้านพาสุนัขมาเดินเล่นโดยไม่ใส่สายจูง รบกวนการใช้งานผู้สูงอายุท่านอื่น

⁷³ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและเครือข่ายผู้สูงอายุ, ทฤษฎีกิจกรรม(Activity Theory)[ออนไลน์]. 2562 แหล่งที่มา : <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/about/soongwai/topic006.php>. (ค้นข้อมูลเมื่อ 30 เมษายน พ.ศ.2562).

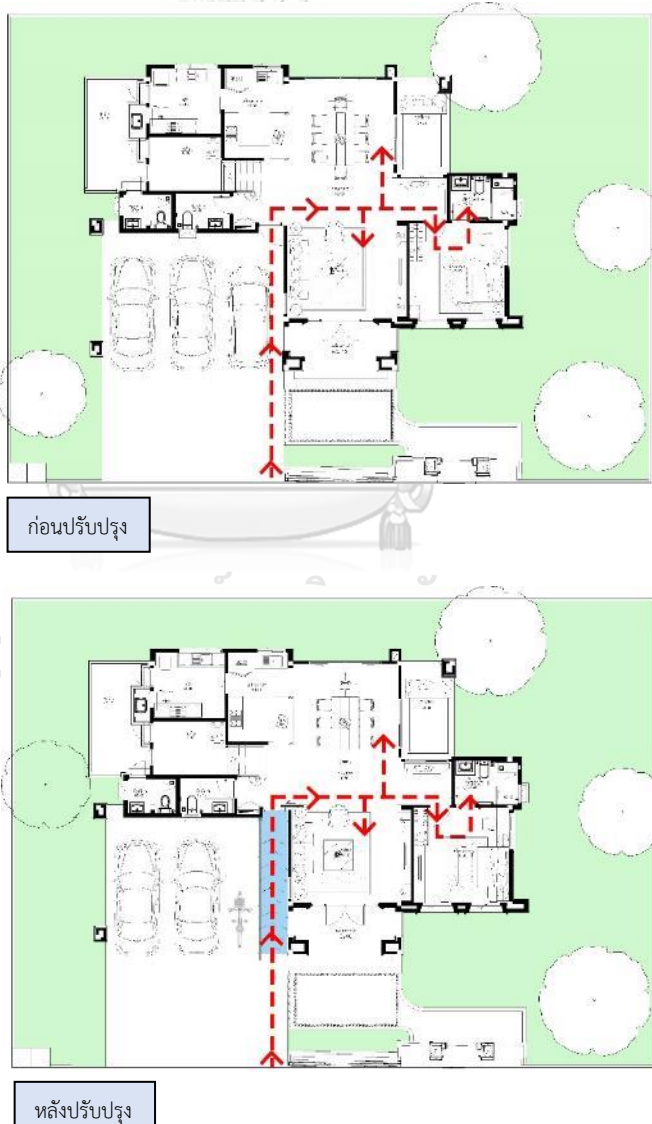
⁷⁴ Burton, Elizabeth and Mitchell, Lynne. Inclusive urban design: Street for life. Oxford : Architectural Press, 2006.

<p>นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ศาลาในสวนมีการยกระดับ ทำให้ผู้สูงอายุและผู้พิการเข้าถึงไม่สะดวก - ทางเดินบางส่วนของสวนส่วนใหญ่กว้างเพียง 0.70 - 1.00 เมตรและมีผิวที่ไม่เรียบสม่ำเสมอ ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นใช้งานไม่ได้ไม่สะดวก - ที่นั่งพักผ่อนไม่มีพนักพิงและที่เท้าแขน ไม่ถูกต้องตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน - ลูกบ้านพาสุขาเข้ามาเดินเล่นโดยไม่ใส่สายจูง ควบคุมการใช้งานผู้สูงอายุท่านอื่น - ศาลาในสวนมีการยกระดับ ทำให้ผู้สูงอายุและผู้พิการเข้าถึงไม่สะดวก
<p>นันทวัน रामอินทรา-พหลโยธิน 50</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ทางเดินบางส่วนของสวนส่วนใหญ่กว้างเพียง 0.70 - 1.00 เมตรและมีผิวที่ไม่เรียบสม่ำเสมอ ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นใช้งานไม่ได้ไม่สะดวก - ที่นั่งพักผ่อนไม่เพียงพอ ควรมีทุกๆระยะ 100 ถึง 125 เมตรตามหลักแนวคิดถนนเพื่อชีวิต - ลูกบ้านพาสุขามาถ่ายอุจจาระ ควบคุมการใช้งานสนามหญ้าและทางเท้าในสวนของผู้สูงอายุ - ศาลาในสวนมีการยกระดับ ทำให้ผู้สูงอายุและผู้พิการเข้าถึงไม่สะดวก
<p>x ไม่พบปัญหาการใช้งาน</p>	

จากรายการสรุปตารางที่ 58 พบว่าทั้ง 3 หมู่บ้านมีลักษณะทางกายภาพที่ไม่เหมาะสมและปัญหาในการใช้งานที่คล้ายกัน เช่น ที่นั่งพักมีจำนวนไม่เพียงพอและมีรูปแบบไม่เหมาะสมต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ ศาลาในสวนมีการยกระดับทำให้เข้าไปใช้งานไม่สะดวก ไม่มีทางสัญจรสำหรับจักรยาน สุนัขรบกวนการใช้งาน เป็นต้น

5.4 แนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย

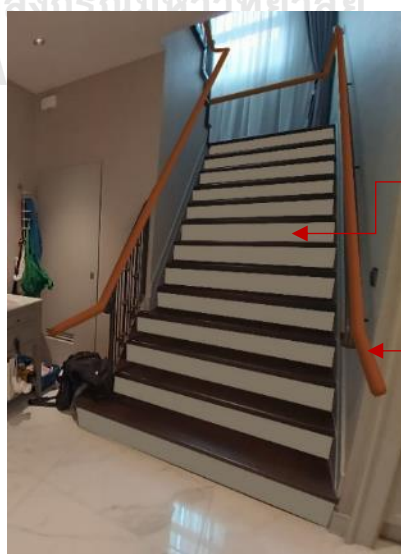
ตารางที่ 59 แสดงแนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุงและออกแบบโครงการใหม่
<p>ทางเข้าบ้านเป็นพื้นต่างระดับ ไม่เหมาะสมต่อการใช้งานของผู้สูงอายุ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ทำทางลาดที่มีราวจับเพิ่มเติม เพื่อสะดวกแก่ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็น - ปรับประตูทางเข้าเป็นประตูเลื่อนกว้างไม่น้อยกว่า 90 ซม. เพื่อให้เหมาะสมต่อการใช้งานตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน
<div style="text-align: center;">  <p>ก่อนปรับปรุง</p> <p>หลังปรับปรุง</p> </div>	

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุงและออกแบบโครงการใหม่
<p>บันไดไม่เหมาะสมตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ปรับสีของลูกนอนและลูกตั้งให้เป็นสีตัดกัน เพื่อให้มองเห็นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น - ติดตั้งมีราวจับกม ทั้ง 2 ฝั่ง สูงจากพื้น 90 ซม. ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 40 มม.หรือ 1.5 นิ้ว เพื่อให้ผู้สูงอายุจับได้แน่น กำได้พอดีมือ - ปลายของราวต้องจับยื่นออกจากจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร



ก่อนปรับปรุง

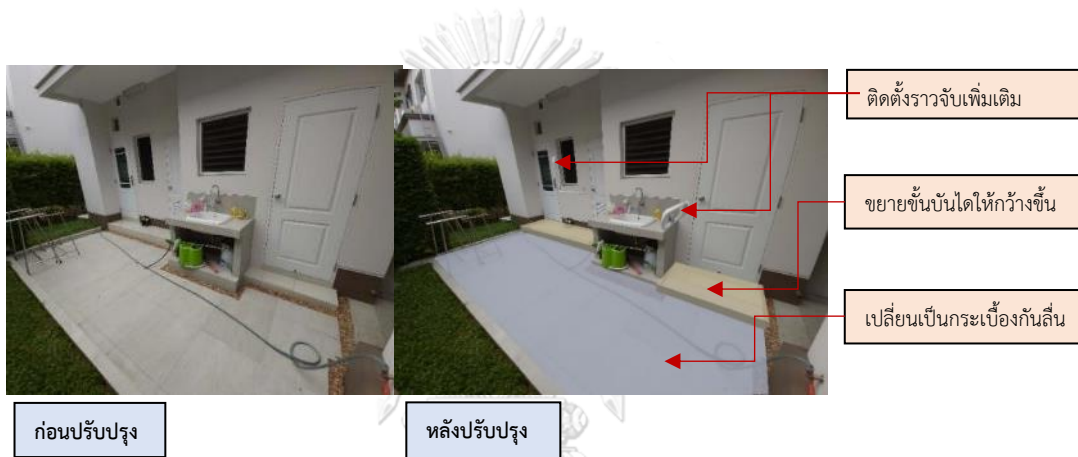


หลังปรับปรุง

สีลูกตั้งตัดกับสีของลูกนอน

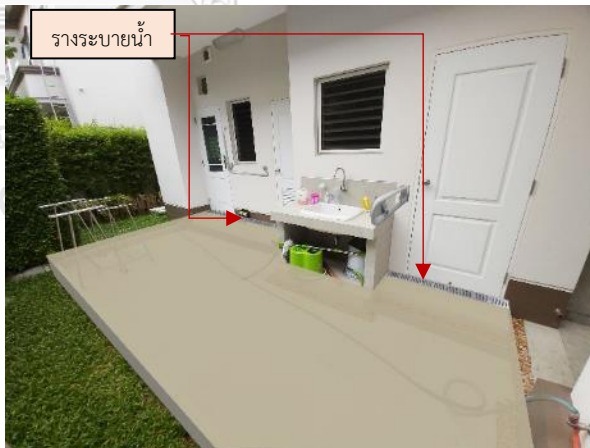
เพิ่มราวจับกมทั้ง 2 ฝั่ง
ตลอดแนวและปลายราว
จับยื่นอย่างน้อย 30
เซนติเมตร

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
ระดับลานชักร้าง ต่ำจากพื้นภายในบ้าน และวัสดุพื้นเป็น กระเบื้องที่ไม่กันลื่น	<ul style="list-style-type: none"> - ขยายชั้นบันไดให้กว้างเป็นชานพัก ให้ผู้สูงอายุมีระยะยืนก่อนก้าวลงลานชักร้าง - ยกกระเบื้องลานชักร้างและบันไดขึ้นมา 1 ชั้นเพื่อให้จำนวนขั้นน้อยลง - ติดตั้งราวจับเพิ่มเติมบริเวณทางเข้า-ออกและอ่างล้างมือ - ปรับปรุงพื้นลานชักร้าง เปลี่ยนกระเบื้องเป็นกระเบื้องผิวไม่ลื่น ผิวหยาบ หรือเคลือบน้ำยากันลื่นบนกระเบื้องเดิม(anti-slip)






กรณีออกแบบโครงการใหม่ ออกแบบลานชักร้างให้มีระดับพื้นลานเท่ากับระดับพื้นภายในบ้าน

- ใช้รางระบายน้ำในการดักน้ำแทนการยกขอบหรือลดระดับ
- ออกแบบโครงสร้างลานชักร้างให้เป็นโครงสร้างต่อเนื่องกับตัวบ้านเพื่อป้องกันการทรุดตัว ที่จะทำให้พื้นต่างระดับในอนาคต
- ใช้กระเบื้องชนิดกันลื่น(Anti-Slip)



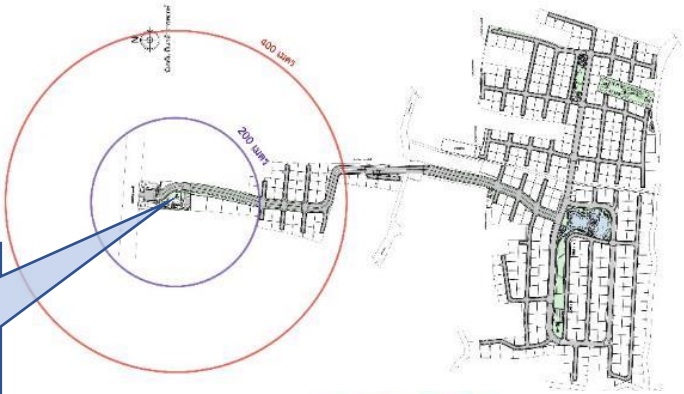
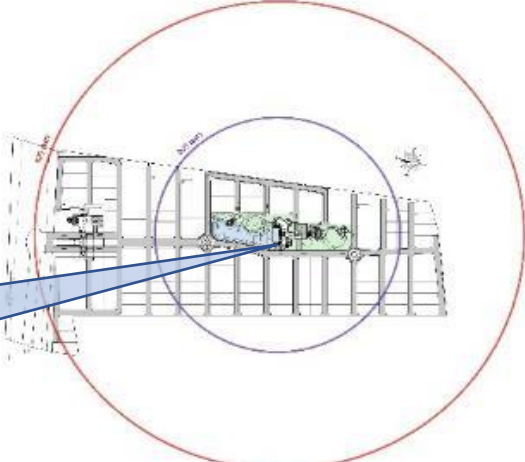
ตัวอย่างรางระบายน้ำ

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุงและออกแบบโครงการใหม่
<p>พื้นทางเดินในสวนไม่เรียบและขาดกิจกรรมที่จะดึงให้ผู้สูงอายุมาใช้งาน</p>	<ul style="list-style-type: none"> - จากผู้สูงอายุจำนวน 21 คน พบว่าผู้สูงอายุมีกิจกรรมทำสวนรอบบ้านถึง 11 คน หรือคิดเป็นร้อยละ 52 ดังนั้น เราอาจนำกิจกรรมการทำสวน มากระตุ้นให้ผู้สูงอายุออกจากบ้านมาใช้งานพื้นที่ภายนอกให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุได้ เช่น เพิ่มผักสวนครัวหรือสวนไม้ดอกสีสดใส โดยปลูกในกระบะที่ยกสูงขึ้นเพื่อลดอันตรายจากการก้มตัวของผู้สูงอายุ เว้าส่วนฐานกระบะเพื่อผู้สูงอายุที่นั่งวีลแชร์สามารถสอดขาได้กระบะเพื่อใช้งานได้ - ปรับพื้นทางเดินให้เรียบ ใช้งานสะดวก - ติดตั้งราวจับตลอดแนวกระบะ เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้เดินออกกำลังกายได้
<p>ก่อนปรับปรุง</p>	
<p>หลังปรับปรุง</p>	 <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-end;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">เลือกปลูกผักสวนครัว ให้เกิดกิจกรรมประจำวันสำหรับผู้สูงอายุ ในการออกมาดูแลและเก็บเกี่ยวผลผลิต</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">ฐานกระบะเว้าด้านล่าง และติดตั้งราวจับเพิ่มเติม</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">ปรับทางเดินให้เรียบ</div> </div>
<p></p>	 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;">การปลูกผักสวนครัว สามารถใช้เป็นมมกิจกรรม สร้างความสัมพันธ์ของคนทุกวัยในบ้านได้</div>

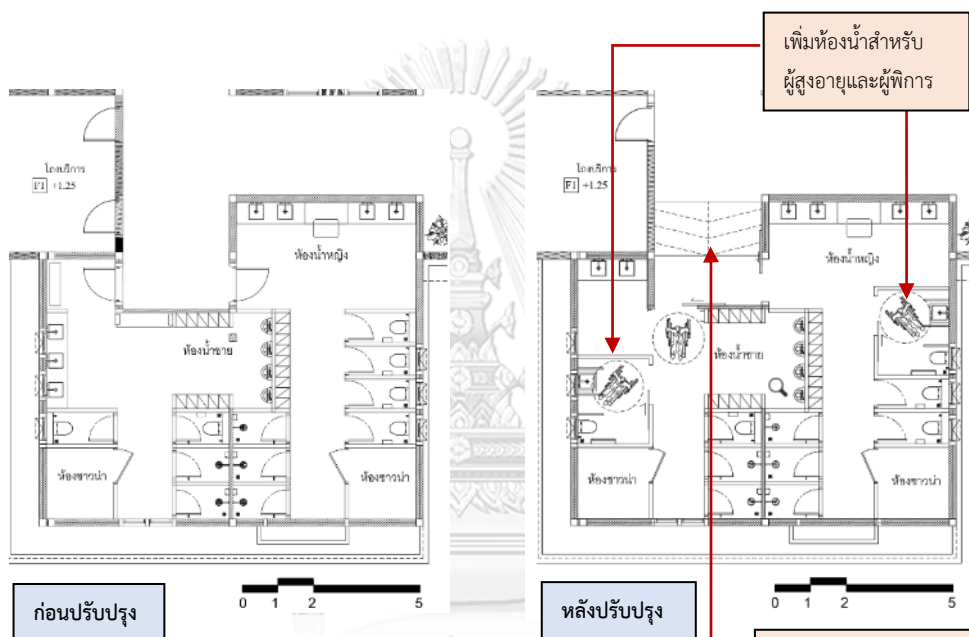
5.4.3 แนวทางการออกแบบและปรับปรุงอาคารสโมสรและพื้นที่สวนกลาง

1) ด้านอาคารสโมสร

ตารางที่ 60 แสดงแนวทางการออกแบบและปรับปรุงด้านอาคารสโมสร

ปัญหา	แนวทางการออกแบบโครงการใหม่
<p>ตำแหน่งอาคารสโมสรโครงการนนทบุรี ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ ตั้งอยู่ทางเข้าของโครงการ ทำให้ผู้สูงอายุเข้าถึงลำบาก</p>	<p>เนื่องจากไม่สามารถย้ายตำแหน่งสโมสรเดิมได้ จึงเสนอแนะแนวทางในการออกแบบโครงการใหม่ไว้ดังนี้</p> <ul style="list-style-type: none"> - เลือกที่ดินในการจัดทำหมู่บ้านจัดสรร ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกโดยรอบในระยะใกล้ตามแนวคิดถนนเพื่อชีวิต และเลือกแปลงที่ดินที่มีรูปร่างสี่เหลี่ยมจัตุรัส ไม่เป็นทรงผืนผ้าแนวยาว เพื่อง่ายต่อการวางสิ่งอำนวยความสะดวกให้คนในหมู่บ้านเข้าถึงได้สะดวก - จัดวางตำแหน่งอาคารสโมสร ให้อยู่บริเวณศูนย์กลางของพื้นที่เพื่อให้ทุกคนในหมู่บ้านเข้าถึงได้สะดวก โดยมีรัศมีระยะในการเดินถึงไม่เกิน 400 เมตรตามแนวคิดถนนเพื่อชีวิต
 <p>ตำแหน่งสโมสรที่ไม่สะดวกต่อการเข้าถึงของโครงการนนทบุรี ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์</p>	 <p>ตำแหน่งสโมสรควรตั้งอยู่ตรงกลางของพื้นที่เพื่อความสะดวกต่อการเข้าถึงของทุกคนในหมู่บ้าน</p>

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
ขาดห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ และผู้คนพิการ	<ul style="list-style-type: none"> - เพิ่มห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุหรือผู้พิการ ตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน - เพิ่มทางลาดและปรับระดับพื้นหน้าทางเข้าห้องน้ำให้เท่ากับระดับภายในห้องน้ำ - ปรับประตูทางเข้าเป็นประตูบานเลื่อน



เพิ่มห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ

ก่อนปรับปรุง

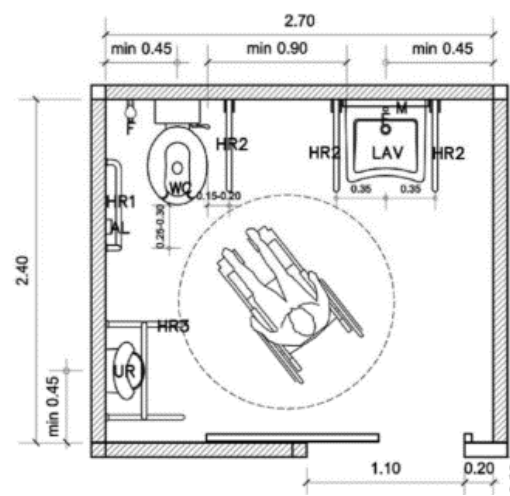
หลังปรับปรุง

ลดระดับพื้นหน้าห้องน้ำให้เท่าพื้นภายในห้องน้ำ ใช้ทางลาดเพื่อช่วยในการเปลี่ยนระดับแทน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

กรณีออกแบบโครงการใหม่ ให้เตรียมห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ โดย

- ออกแบบให้ระดับพื้นหน้าห้องน้ำเท่ากับพื้นภายในห้องน้ำ
- ใช้ขนาดตามมาตรฐานการออกแบบเพื่อทุกคน โดยห้องน้ำต้องมีพื้นที่ระยะกลับตัวของรถเข็น 1.50 เมตร
- ติดตั้งราวจับตามมาตรฐานการออกแบบเพื่อทุก



ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
<p>พื้นที่ต่างระดับบริเวณทางเข้าอาคารสโมสร (ขาดทางลาด)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เพิ่มทางลาดโดยใช้พื้นผิววัสดุที่ไม่ลื่น เช่น กรวดล้าง กระเบื้องกันลื่น โดยมีความชันทางลาดไม่เกิน 1:12 - ทางลาดยาวตั้งแต่ 2.50 ม. ขึ้นไปต้องมีราวจับ 2 ข้าง



ก่อนปรับปรุง


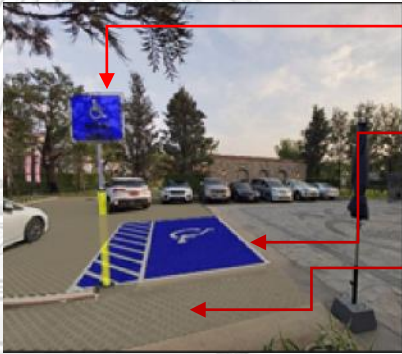
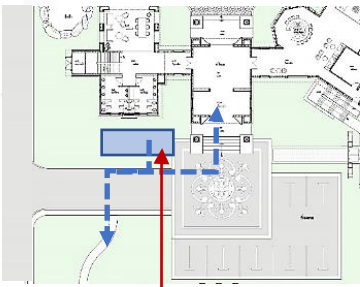







เพิ่มทางลาดและติดตั้งราวจับกรณีทางลาดยาวเกิน 2.50 เมตร

หลังปรับปรุง

กรณีออกแบบโครงการใหม่ อาคารสโมสรส่วนใหญ่มักจะถูกออกแบบให้ยกกระดานขึ้นจากถนนและทางเดินทั่วไป จึงควรจัดเตรียมทางลาดเพื่อการเข้าถึงตามมาตรฐานการออกแบบเพื่อทุกคน





ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
<p>ขาดที่จอดรถสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ และขาดที่จอดรถจักรยาน</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เพิ่มที่จอดรถสำหรับผู้สูงอายุหรือคนพิการตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคน โดยที่จอดรถสำหรับคนพิการให้จัดไว้ใกล้ทางเข้าและออกอาคารให้มากที่สุด มีพื้นที่ผิวเรียบเสมอกัน มีสัญลักษณ์รูปคนพิการบนพื้นของที่จอดรถ และมีป้ายแสดงที่จอดรถของคนพิการในตำแหน่งที่เห็นได้ชัดเจน สัดส่วนที่จอดรถคนพิการและผู้สูงอายุ 50 คันแรกมี 1 คัน ช่องจอดมีความกว้างสุทธิไม่น้อยกว่า 2.40 ม. และยาวสุทธิไม่น้อยกว่า 6.00 ม. โดยมีพื้นที่ด้านข้างที่จอดรถกว้างอย่างน้อย 1.00 ม. ยาวตลอดแนว - เพิ่มที่จอดรถจักรยาน ให้แก่ผู้มาใช้งานอาคารสโมสรและสวนสาธารณะได้ใช้ร่วมกัน เพื่อป้องกันอันตรายจากรถยนต์ที่สัญจรผ่าน
<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; justify-content: space-around; width: 100%;"> <div style="text-align: center;">  <p>ก่อนปรับปรุง</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>หลังปรับปรุง</p> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">จัดเตรียมที่จอดรถและป้ายที่จอดรถ สำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-top: 5px;">ปรับวัสดุพื้นจอดรถให้เป็นพื้นผิวเรียบ เช่น พื้นคอนกรีตทำผิวกรวดล้าง หรือพื้นปูกระเบื้อง</div> </div> <div style="margin-top: 10px; width: 100%;">  </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; width: 100%; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;">  <p>ก่อนปรับปรุง</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>หลังปรับปรุง</p> </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;">เพิ่มที่จอดรถจักรยานสำหรับผู้มาใช้งานสโมสรและสวนส่วนกลาง เพื่อป้องกันอันตราย จาารถที่สัญจรไปมา</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-top: 5px;">หลังปรับปรุง</div> </div> <div style="margin-top: 10px; width: 100%;">  </div> </div>	

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
<p>บันไดไม่เหมาะสมตามหลักการ ออกแบบเพื่อทุกคน</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ปรับสีของลูกนอนและลูกตั้งให้เป็นสีตัดกัน เพื่อให้มองเห็นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น - ติดตั้งมีราวจับกมลทั้งสองฝั่ง สูงจากพื้น 90 ซม. ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางไม่เกิน 40 มม. หรือ 1.5 นิ้ว เพื่อให้ผู้สูงอายุจับได้แน่น กำได้พอดีมือ หรือเลือกใช้เป็น STAIRLIFT เพื่ออำนวยความสะดวกผู้สูงอายุที่มาใช้งาน ห้อง ออกกำลังกาย - ปลายของราวต้องจับยื่นออกจากจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุดไม่น้อยกว่า 30 เซนติเมตร
<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>ก่อนปรับปรุง</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>หลังปรับปรุง</p> </div> <div style="margin-left: 20px;"> <p>สีลูกตั้งตัดกับสีของลูกนอน</p> <p>ราวจับกมลและปลายราวจับ ยื่นอย่างน้อย 30เซนติเมตร</p> <p>ติดตั้งราวจับหรือ STAIRLIFT เพิ่มเติมอีกด้านของราวจับ</p> </div> </div> <p>กรณีออกแบบโครงการใหม่ ควรจัดให้ห้องออกกำลังกายอยู่ชั้นล่าง เพื่อต่อการเข้าถึงของทุกคน</p>	

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
<p>บันไดขึ้น-ลงสระขาดราวจับ เด็กใช้สระเยอะในช่วงเย็นทำให้ ผู้สูงอายุใช้งานสระไม่สะดวก</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ติดตั้งมีราวจับบริเวณบันไดลงสระ - เพิ่มราวจับในน้ำ เพื่อให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ทรงตัวไม่ดี สามารถใช้เดินออกกำลังกายในน้ำได้ - กำหนดตารางกิจกรรมในน้ำ เพื่อกำหนดช่วงเวลาสำหรับผู้สูงอายุในการใช้สระและเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุออกมาใช้งานพื้นที่ส่วนกลางมากขึ้น
<div data-bbox="311 705 635 1055" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="320 1070 630 1133" data-label="Caption"> <p>เพิ่มราวจับบริเวณบันไดขึ้น-ลงสระ</p> </div> <div data-bbox="316 1153 794 1417" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="320 1435 790 1527" data-label="Caption"> <p>กำหนดตารางกิจกรรมในน้ำ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุออกมาใช้งานพื้นที่ส่วนกลางแทนการนั่งดูทีวีในบ้าน</p> </div>	<div data-bbox="638 705 1364 1153" data-label="Diagram"> </div> <div data-bbox="813 1153 1364 1417" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="813 1435 1364 1527" data-label="Caption"> <p>เพิ่มราวจับในน้ำเพื่ออำนวยความสะดวกในการเดินของผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ทรงตัวไม่ดี</p> </div> <div data-bbox="379 1592 667 1937" data-label="Diagram"> </div> <div data-bbox="703 1579 1353 1825" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="703 1839 1364 1937" data-label="Caption"> <p>เพิ่มลู่วิ่งในน้ำสำหรับผู้สูงอายุในห้องออกกำลังกาย ในกรณีออกแบบโครงการใหม่ให้เพิ่มลู่วิ่งในสระว่ายน้ำ เพื่อตอบโจทย์ความต้องการของผู้สูงอายุ</p> </div>

2) ด้านพื้นที่สวนส่วนกลาง

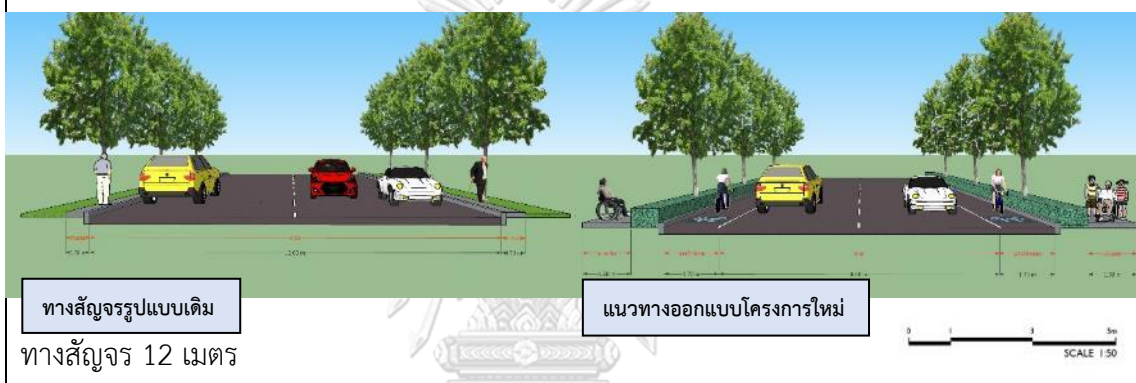
ตารางที่ 61 แสดงแนวทางการออกแบบและปรับปรุงด้านพื้นที่ภายนอก

ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
<p>ที่นั่งพักในสวนน้อยและ ทางเดินในสวนแคบ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เพิ่มจุดนั่งพักผ่อนในสวนให้มากขึ้นตามแนวคิด street for life - ที่นั่งควรสูงจากพื้น 40-45เซนติเมตร และลึกไม่เกิน 40 เซนติเมตร - มีความแข็งแรงและสะดวกในการ พิง และใช้จับเพื่อพยุงตัวลุกขึ้นได้อย่างมั่นคง - ตำแหน่งที่นั่งในสวนควรคำนึงถึงร่มเงา ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นและมีจุดที่น่าสนใจ เช่น มองเห็นสีสันของดอกไม้หรือเด็กที่กำลังวิ่งเล่นในสนามเด็กเล่น - ใช้การขยายทางเดินให้กว้างขึ้น และเพิ่มเสน่ห์ให้สวนส่วนกลางมากขึ้นด้วยสวนไม้ออก ไม้กลิ่นหอม เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมาใช้งาน
 <p>จุดนั่งพักเดิม จุดนั่งพักเพิ่มเติม ทางเดินหลัก</p> <p>เพิ่มจุดนั่งพักในสวนทุกๆระยะ 100-125 เมตรตามแนวคิด street for life เพื่อให้เหมาะสมต่อการใช้งานของผู้สูงอายุและเพื่อส่งเสริมการใช้งานสวนของผู้สูงอายุให้นานขึ้นแทนการนั่งดูทีวีในบ้าน</p>	
 <p>1</p>	 <p>1</p>
<p>ก่อนปรับปรุง</p>	<p>หลังปรับปรุง</p> <p>ขยายทางเดินหลักในสวนให้มีความกว้าง 1.50 เมตร เพื่อให้รถเข็นสามารถสวนกันได้สะดวก และเพื่อให้คนดูแลผู้สูงอายุสามารถคอยประคองผู้สูงอายุได้ และตกแต่งสวนด้วยไม้ออกเพิ่มเติม ให้สวนส่วนกลางน่าใช้งานมากขึ้น</p>

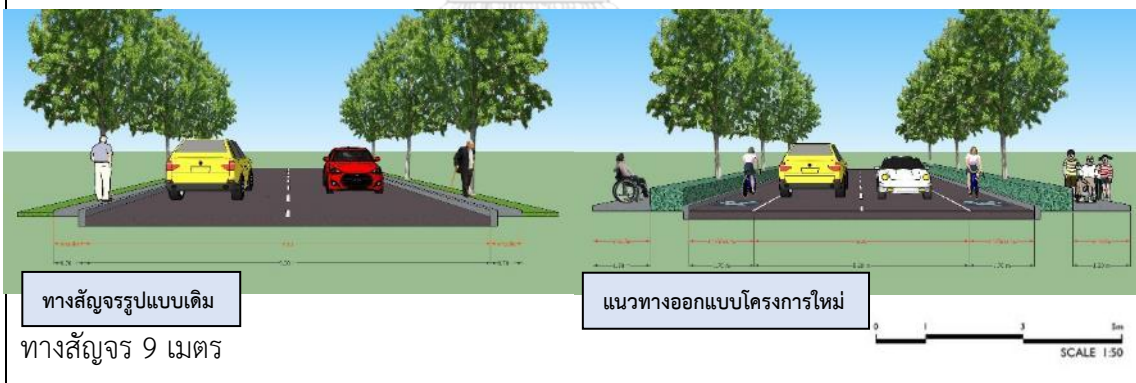
ปัญหา	แนวทางการปรับปรุง
<p>ศาลายกระดับจากทางเดินและม้านั่งไม่เหมาะสมต่อการใช้งาน</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เพิ่มทางลาดเพื่อให้ผู้สูงอายุและผู้พิการเข้าถึงศาลาได้สะดวก โดยมีความลาดชันไม่เกิน 1:12 - เลือกม้านั่งที่มีลักษณะเหมาะสมตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคนมาเสริมเพิ่มเติมในสวนส่วนกลาง เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ
 <p data-bbox="316 1059 467 1115">ก่อนปรับปรุง</p>	 <p data-bbox="858 1059 1010 1115">หลังปรับปรุง</p>
 <p data-bbox="316 1680 550 1736">รูปแบบม้านั่งที่มีอยู่เดิม</p>	<p data-bbox="858 1142 1401 1227">ศาลาที่ยกระดับ จะทำให้ได้มุมมองที่น่าสนใจมากขึ้น แต่ควรมีทางลาดเป็นทางเลือกในการเข้าไปใช้งานนอกเหนือจากบันได</p>  <p data-bbox="850 1680 1190 1736">รูปแบบม้านั่งที่ใช้เสริมเพิ่มเติมในสวน</p>
	<p data-bbox="858 1771 1401 1928">ม้านั่งที่ถูกต้องตามหลักการออกแบบเพื่อทุกคนมาเสริมเพิ่มเติมในสวน โดยม้านั่งต้องมีขนาดและสัดส่วนที่เหมาะสม คือสูงจากพื้น 40-45 เซนติเมตรและลึกไม่เกิน 40 เซนติเมตร มีพนักพิงและมีที่เท้าแขนสามารถช่วยให้ผู้สูงอายุพยุงตัวลุกขึ้นได้</p>

ปัญหา	แนวทางการออกแบบ
<p>ทางเท้าแคบและขาดทางสัญจรสำหรับจักรยาน</p>	<ul style="list-style-type: none"> - เดิมทางเท้าอยู่ชิดริมถนนและยังขาดเลนสำหรับจักรยาน แต่เนื่องจากข้อกำหนดการจัดสรรที่ดินเพื่อที่อยู่อาศัยและพาณิชย์กรรมได้กำหนดความกว้างของเขตทางและผิวจราจรขั้นต่ำไว้แล้ว เป็นข้อจำกัดให้ไม่สามารถปรับปรุงได้ - จึงเสนอแนะเป็นแนวทางในการออกแบบโครงการใหม่โดยขยับทางเท้าให้ชิดรั้วบ้านเพื่อความปลอดภัยของผู้สัญจร และเพิ่มเลนจักรยานเพื่อความปลอดภัยของผู้ใช้จักรยาน ทั้งนี้ควรขยายทางเท้าให้กว้างอย่างน้อย 1.50 เมตร เพื่อให้ผู้ใช้ wheel chair สามารถสัญจรสวนกันได้

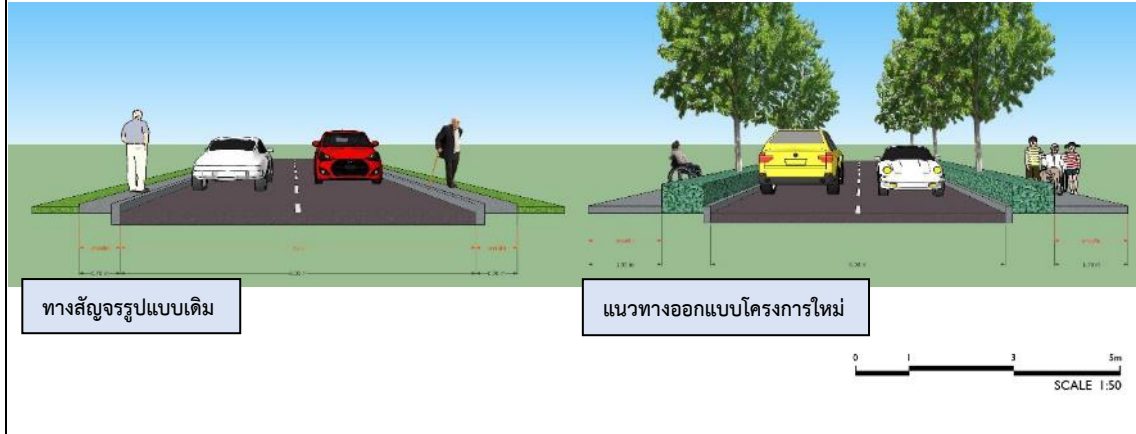
ทางสัญจร 16 เมตร



ทางสัญจร 12 เมตร



ทางสัญจร 9 เมตร



บทที่ 6

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

การวิจัยในเรื่องของ “สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านจัดสรร : กรณีศึกษาโครงการหมู่บ้านนนทวัน” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ พฤติกรรมการอยู่อาศัย และพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ เพื่อนำมาวิเคราะห์และเสนอแนะแนวทางการปรับปรุงที่อยู่อาศัยและพื้นที่ส่วนกลางภายในโครงการให้เหมาะสมกับพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุมากขึ้น ประชากรกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปที่ไม่มีความพิการทางร่างกาย และอาศัยอยู่ในโครงการหมู่บ้านนนทวัน ทั้ง 3 โครงการ คือ ซึ่งสามารถสรุปเนื้อหาและผลการวิจัยที่ได้ทำการศึกษา โดยแบ่งเป็น

- สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์
- เปรียบเทียบผลการวิจัยกับทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง
- แนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคารสโมสร สวนส่วนกลางและทางสัญจร ให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้ใช้งานทุกสถานะทุกวัย
- ข้อค้นพบที่ได้จากงานวิจัย
- ข้อเสนอแนะ

6.1 สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์

1. ศึกษาลักษณะทางด้านสังคมและเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ

จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน เป็นชายร้อยละ 20 หญิงร้อยละ 80 โดยผู้สูงอายุในช่วงอายุ 80 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 38 ทั้ง 21 คนนับถือศาสนาพุทธทั้งหมด ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสเป็นร้อยละ 57 มีการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 52 บ้านของผู้สูงอายุมีคนรับใช้อาศัยอยู่ด้วยคิดเป็นร้อยละ 52 มีอาชีพเดิมที่ คือ ประกอบธุรกิจส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 61.9 ปัจจุบันไม่ประกอบอาชีพคิดเป็นร้อยละ 61.9 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ครัวเรือนต่อเดือนอยู่ระหว่าง 200,001-400,000บาท คิดเป็นร้อยละ 48.0 มีรายได้จากลูก คิดเป็นร้อยละ 38.0 ลักษณะสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโรคประจำตัวร้อยละ 61.90 และส่วนใหญ่ร้อยละ 35 มีโรคประจำตัวคือความดัน ผู้สูงอายุไม่มีปัญหาการทำงานของร่างกาย โดยคิดเป็นร้อยละ 78 ผู้สูงอายุ เคยประสบอุบัติเหตุในรอบ 2 ปีร้อยละ 29 ส่วนใหญ่สถานที่เกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุคือบริเวณพื้นที่ซีกล่าง โดยคิดเป็นร้อยละ 33 เมื่อผู้สูงอายุเกิดการเจ็บป่วย ผู้ที่ดูแลผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะเป็นลูก โดยคิดเป็นร้อยละ 38

2. ศึกษาพฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน ส่วนใหญ่มีจำนวนผู้อยู่อาศัยในบ้านรวมผู้สูงอายุเป็นจำนวน 3คน 4คน และ6คน ร้อยละ19 ผู้สูงอายุพักอาศัยอยู่ชั้น2 คิดเป็นร้อยละ 71 ผู้สูงอายุตื่นนอนประมาณ 5.00น.-6.00น. และทำกิจวัตรประจำวันช่วงเช้าด้วยการรดน้ำต้นไม้ เดินออกกำลังกายภายในสวนหรือทำกับข้าวสำหรับมือเช้าเป็นหลัก ในส่วนกิจวัตรประจำวันระหว่างวันที่ผู้สูงอายุใช้เวลามากที่สุดคือการนั่งดูทีวี โดยจะมีการจับหลักในช่วง14.00น.-15.00น. และช่วงเย็นประมาณ17.00น.-19.00น.จะเป็นช่วงที่ผู้สูงอายุนิยมออกกำลังกายด้วยการเดินหรือขี่จักรยานในบริเวณพื้นที่สาธารณะส่วนกลางของโครงการ ก่อนจะทานอาหารเย็น ดูทีวี และจะเข้านอนในช่วง21.00น.-22.00น. ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุที่ออกกำลังกาย คิดเป็นร้อยละ 81 ผู้สูงอายุมีลักษณะการออกกำลังกายด้วยการเดิน คิดเป็นร้อยละ 54 รองลงมาคือการว่ายน้ำและขี่จักรยานร้อยละ 14 ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุไม่มีปัญหาในการอยู่อาศัยภายในบ้าน คิดเป็นร้อยละ 62 และมีผู้สูงอายุที่มีปัญหาในการอยู่อาศัยภายในบ้าน ร้อยละ 38 ปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุที่พบมากที่สุดคือ ห้องน้ำชั้น1 มีขนาดพื้นที่ที่เล็กและพื้นผิวของลานซักล้างมีความลื่น โดยคิดเป็นร้อยละ 20

3. ศึกษาพฤติกรรมการใช้งานพื้นที่สาธารณะภายในโครงการของผู้สูงอายุ

จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คน ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างที่ออกกำลังกายในพื้นที่สาธารณะจำนวน 17 คนพบว่า ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีการเข้าถึงอาคารสโสมสรด้วยการเดิน คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคือการนั่งรถยนต์ โดยคิดเป็นร้อยละ 37.5 และขี่จักรยาน ร้อยละ 12.5(วิธีนั่งรถยนต์และขี่จักรยาน คือกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในโครงการนั้นวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์ ทั้งหมด) ส่วนการเข้าถึงสวนสาธารณะ ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุใช้วิธีเดินทุกคน ผู้สูงอายุกลุ่มตัวอย่างจำนวน 21 คนพบว่า ผู้สูงอายุไม่ใช้งานอาคารสโสมสร คิดเป็นร้อยละ 67 ใช้งานอาคารสโสมสรประมาณ1-2ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 43 ผู้สูงอายุว่ายน้ำในอาคารสโสมสร คิดเป็นร้อยละ 40 รองลงมาคือ การเดินในน้ำ วิ่งบนลู่วิ่งและใช้เครื่องเล่นอื่นๆ คิดเป็นร้อยละ 20 ผู้สูงอายุมีปัญหาในการใช้งานสโสมสรมากที่สุดคือ สระว่ายน้ำน้ำมีเด็กใช้งานเยอะในช่วงเย็น โดยคิดเป็นร้อยละ 61 รองลงมาคือ ที่ตั้งสโสมสรอยู่ไกล เข้าถึงลำบาก คิดเป็นร้อยละ 31 ผู้สูงอายุใช้งานสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 57 ผู้สูงอายุใช้งานสวนสาธารณะทุกวัน คิดเป็นร้อยละ 41 ใช้งานสวนสาธารณะ3-4ครั้งต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ 25 ใช้งานสวนสาธารณะ1-2ครั้งต่อสัปดาห์และ1-2ครั้งต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 16 เท่ากัน ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุทำกิจกรรมคือเดินในสวนสาธารณะ คิดเป็นร้อยละ 86 รองลงมาคือการใช้เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง คิดเป็นร้อยละ 14 ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีปัญหาในการใช้สวนสาธารณะที่สุดคือ ปัญหาจุดที่นั่งพักไม่เพียงพอ โดยคิดเป็นร้อยละ 56 รองลงมาคือ ปัญหาสุนัขรบกวนพื้นที่การใช้งาน คิดเป็นร้อยละ 44

6.2 เปรียบเทียบผลการวิจัยกับทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

1. เมืองน่าอยู่ผู้สูงอายุ (Age-Friendly Cities)⁷⁵

เมืองน่าอยู่ผู้สูงอายุ คือ ลักษณะของเมืองและสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรสำหรับผู้สูงอายุ ทั้งด้านคุณภาพชีวิต ความง่ายต่อการใช้งานและการเข้าถึง และความปลอดภัย

ลักษณะที่สอดคล้อง

- ด้านที่อยู่อาศัย เนื่องจากพื้นที่ที่ทำการศึกษาคือหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง ลักษณะโครงสร้างอาคารสำหรับผู้สูงอายุอาศัยอยู่จึงเป็นโครงสร้างที่ถาวรและแข็งแรง มีการแบ่งพื้นที่การใช้งานเป็นสัดส่วนชัดเจน ทางเดินและประตูกว้างพอสำหรับรถเข็นคนพิการ มีห้องนอนชั้นล่างที่มีห้องน้ำในตัว สามารถใช้เป็นห้องนอนของผู้สูงอายุได้ และมีพื้นที่สวนรอบบ้านให้ผู้สูงอายุได้ออกมาผ่อนคลายและทำกิจกรรมกลางแจ้งได้ เช่น การปลูกผักสวนครัวหรือปลูกไม้ดอกที่ผู้สูงอายุชื่นชอบ การนั่งพักผ่อนในสวน กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี นอกเหนือจากระบบการรักษาความปลอดภัยของรพ.หมู่บ้านแล้ว บ้านในโครงการนี้ยังมีรั้วบ้านที่แข็งแรง มีระบบเตือนภัยเมื่อประตูหรือหน้าต่างโดนงัดแงะ ทำให้แก่ผู้สูงอายุรู้สึกสบายใจและปลอดภัยมากยิ่งขึ้น

- ด้านอาคารสโมสร สวนส่วนกลางและทางสัญจร หมู่บ้านนันทวันเป็นหมู่บ้านที่มีพื้นที่สวนสาธารณะที่ใหญ่และร่มรื่น มีต้นไม้ใหญ่ริมถนนสองข้างทาง และมีอาคารสโมสรที่เป็นที่พักผ่อนและออกกำลังกายของผู้สูงอายุ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ชอบความสงบและร่มรื่นของหมู่บ้านนันทวันมาก พื้นที่สวนกลางที่ร่มรื่นและอาคารสโมสรจะช่วยดึงดูดให้ผู้สูงอายุออกมาใช้งานได้อย่างดี ทำให้โครงการนันทวันมีลักษณะเป็นเมืองที่น่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุ

ลักษณะที่แตกต่าง

- ด้านที่อยู่อาศัย : ลักษณะบ้านในโครงการนันทวันนี้ เป็นบ้านที่ยังไม่เหมาะสมสำหรับการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุเท่าที่ควร เนื่องจากการเข้าถึงบ้านยังคงมีลักษณะเป็นขั้นบันได ขาดทางลาดที่รองรับการเข้าถึงของกลุ่มผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานวีลแชร์ ในส่วนของห้องน้ำ ระเบียงหรือพื้นที่ลานซักล้างยังคงมีพื้นที่ต่างระดับและขาดการติดตั้งราวจับสำหรับผู้สูงอายุ

ในส่วนของสวนรอบบ้าน ยังขาดกิจกรรมที่จะดึงดูดให้ผู้สูงอายุออกมาใช้งาน รวมถึงลักษณะของทางเดินในส่วนมีความไม่ราบเรียบ อาจทำให้ผู้สูงอายุสะดุดหรือหกล้มได้

⁷⁵ (Age-Friendly Cities) WHO, "Global age-friendly cities : a guide." https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf (ค้นข้อมูลเมื่อ 1 เมษายน พ.ศ.2563).

- ด้านสโมสร สวนส่วนกลางและทางสัญจร ถึงแม้หมู่บ้านนั้นทวันจะเป็นหมู่บ้านที่มีพื้นที่สวนสาธารณะที่ใหญ่ รมรื่น และมีอาคารสโมสรเพื่อใช้สำหรับพักผ่อนและออกกำลังกายของผู้สูงอายุแล้ว แต่ในรายละเอียดทางกายภาพอาจจะยังไม่ตอบโจทย์ในการเป็นเมืองที่น่าอยู่ต่อผู้สูงอายุได้อย่างครบถ้วน เช่น

- จากผลวิจัยของโครงการนันทวัน-บางนา-กม.7 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มประชากรมีความต้องการด้านจุดนั่งพักในพื้นที่ส่วนกลางเพิ่มเติม เนื่องจากจากจุดนั่งพักในโครงการพื้นที่ส่วนกลางที่เตรียมไว้มีน้อยไป
- ผู้สูงอายุมักมีพฤติกรรมการเดินทางและการวิ่งบนถนนที่รถยนต์ใช้สัญจร ซึ่งพฤติกรรมนี้อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้สูงอายุได้ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากทางโครงการไม่ได้เตรียมทางเดินหรือทางวิ่งที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ โดยหากยึดตามแนวคิดถนนเพื่อชีวิต ทางเดินควรมีความกว้าง 2 เมตรและมีผิวที่เรียบสม่ำเสมอ
- การเข้าถึงพื้นที่ลำบาก เนื่องจากทางขึ้น-ลงสโมสรบางแห่งยังขาดทางลาด รวมถึงตำแหน่งห้องออกกำลังกายที่ตั้งอยู่บนชั้น 2 ของอาคาร ทำให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการเข้าไปใช้งานได้ลำบาก
- ในส่วนของห้องน้ำยังขาดการเตรียมห้องน้ำสำหรับผู้สูงอายุและผู้พิการ ขนาดห้องน้ำไม่เหมาะสม และขาดการติดตั้งราวจับตามตำแหน่งที่สำคัญ

ในส่วนของสวนส่วนกลาง หากเราสามารถปรับปรุงสภาพแวดล้อมบางส่วน เช่น ขยายทางเดินหลักให้กว้าง 1.50 เมตรเพื่อให้ผู้สูงอายุหรือผู้พิการที่ใช้งานรถเข็นสามารถสวนกันได้ หรือให้ผู้ดูแลผู้สูงอายุสามารถเดินประคองไปด้วยได้สะดวก หรือเพิ่มมุมนั่งพักผ่อนได้ร่มเงาท่ามกลางไม้ดอกสีส้มทุกกระยะ 100-125 เมตรตามแนวคิดถนนเพื่อชีวิต จะช่วยส่งเสริมการออกมาใช้งานและการออกมามีปฏิสัมพันธ์กันของผู้สูงอายุได้มากยิ่งขึ้น

2. แนวคิดถนนเพื่อชีวิต (street for life)⁷⁶

แนวคิดถนนเพื่อชีวิตเป็นแนวคิดในการจัดทำสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกภายในชุมชนให้เหมาะสมแก่การใช้งาน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและผู้ไร้ความสามารถได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ได้มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และเพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี แนวคิดถนนเพื่อชีวิตสามารถแบ่งได้ 2 แบบ คือ

1. ถนนที่ผู้คนสามารถที่จะได้รับความสะดวกสบายในการใช้งานแม้ว่าจะมีอายุมากขึ้น

⁷⁶ Burton, Elizabeth and Mitchell, Lynne. Inclusive urban design: Street for life. Oxford : Architectural Press, 2006.

2. ถนนที่คนทุกเพศทุกวัย(สมาชิกทุกคนในสังคม)สามารถใช้งานได้อย่างไร้กังวล โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีอาการสมองเสื่อม

แนวความคิดเรื่องถนนเพื่อชีวิตนั้นเหมาะสมอย่างยิ่งในการออกแบบที่รวมสิ่งอำนวยความสะดวก บริการ และสภาพแวดล้อมที่ทุกคนสามารถใช้งานได้ร่วมกัน ไม่ว่าจะมียุเท่าไรหรือมีความสามารถอย่างไร โดยในบางครั้งก็เรียกการออกแบบนี้ว่า การออกแบบสำหรับทุกคน (Universal design or design for all) ซึ่งแบ่งได้เป็น 2 ด้านคือ

1. การออกแบบสำหรับการเพิ่มขึ้นของประชากรผู้สูงอายุ
2. การออกแบบเพื่อที่จะให้ผู้ไร้ความสามารถที่จะเข้ามามีชีวิตร่วมในสังคมได้

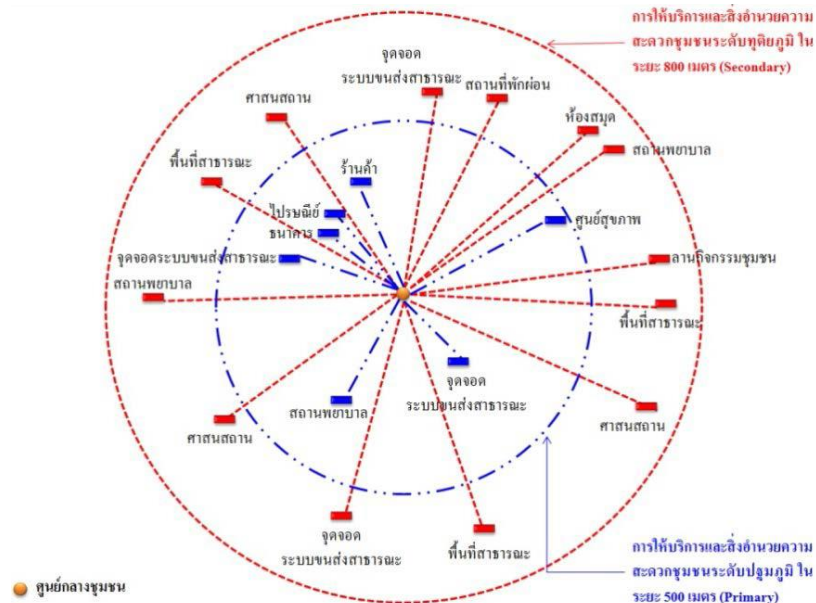
ผู้สูงอายุจะใช้สิ่งอำนวยความสะดวกที่ตั้งอยู่ระหว่างบ้านหรือร้านค้าบ่อยๆ และจะไปสถานพยาบาลอย่างสม่ำเสมอเมื่ออายุเริ่มมากขึ้น หลักการออกแบบที่สำคัญคือ การตั้งร้านค้า ป้ายรถเมล์ สถานพยาบาลและสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ ในระยะ 10 นาที หรือ 800 เมตรของการเดินเท้า อย่างไรก็ตามการคำนวณระยะทางเหล่านี้ใช้ได้เพียงกับผู้คนวัยหนุ่มสาวเท่านั้น เพราะโดยทั่วไปแล้วผู้สูงอายุประมาณ 75 ปีจะใช้เวลาประมาณ 10-20 นาทีในการเดิน 400-500 เมตร และผู้สูงอายุยังไม่สามารถเดินติดต่อกันนานเกิน 10 นาทีโดยไม่พักได้ ดังนั้นหลักการออกแบบเพื่อให้เข้าถึงได้ง่ายควรมีลักษณะดังนี้

- การให้บริการและสิ่งอำนวยความสะดวกชุมชนระดับปฐมภูมิในระยะ 500 เมตร : ที่อยู่อาศัยไม่ควรอยู่ห่างจาก บริการและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น ร้านอาหาร ที่ทำการไปรษณีย์ ธนาคาร คลินิกสุขภาพ ห้องน้ำสาธารณะ ที่นั่งสาธารณะ และป้ายรถประจำทางเกิน 500 เมตร

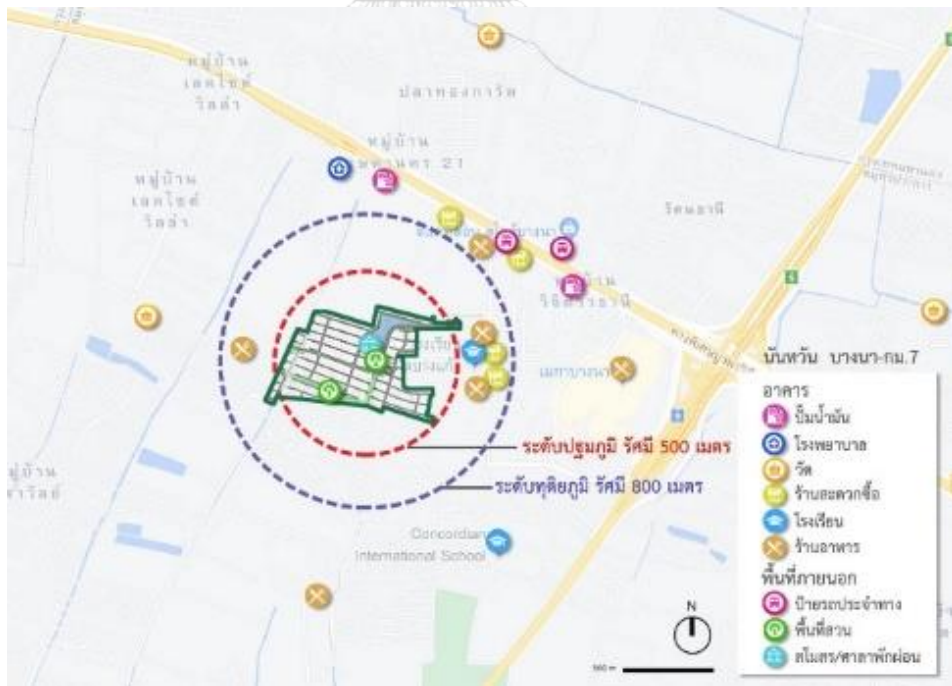
- การให้บริการและสิ่งอำนวยความสะดวกชุมชนระดับทุติยภูมิในระยะ 800 เมตร : ที่อยู่อาศัยไม่ควรอยู่ห่างจากบริการและสิ่งอำนวยความสะดวกรองลงมา เช่น บริเวณพื้นที่เปิด(เช่น สวนสาธารณะ ที่ดินจัดสรร สถานที่พักผ่อนหย่อนใจ) ห้องสมุด คลินิกหมอพื้นบ้าน ร้านแว่นตา สถานที่ศักดิ์สิทธิ์ สมาคม สิ่งอำนวยความสะดวกที่ช่วยผ่อนคลาย และห้องน้ำสาธารณะเกิน 800 เมตร

- ทางเข้าไปสู่อาคาร หรือสถานที่ต่างๆ ควรจัดให้เห็นได้อย่างชัดเจน และจำได้ง่าย
- ธรณีประตูของสถานที่ต่างๆ ควรอยู่ระดับเดียวกับพื้นที่ตั้ง
- จัดวางเก้าอี้สาธารณะทุก 100 ถึง 125 เมตร
- ถนนแต่ละสายควรติดต่อกัน มองเห็นได้ชัดเจน และมีทางแยกที่ไม่สับสน
- พื้นควรเรียบ และมีความกว้าง 2 เมตร
- ควรใช้ทางลาดที่ไม่ชันในบริเวณที่มีการเปลี่ยนระดับพื้นมากกว่าใช้ขั้นบันได
- ควรจัดให้มีทั้งทางลาด และบันไดในบริเวณที่มีการเปลี่ยนระดับพื้นมาก

- พื้นที่ระดับควมมีราวจับ วัสดุพื้นไม่ควรลื่น ไม่ใช้สีที่สว่างเกินไปและแสดงตำแหน่งให้เห็นได้ชัดเจน

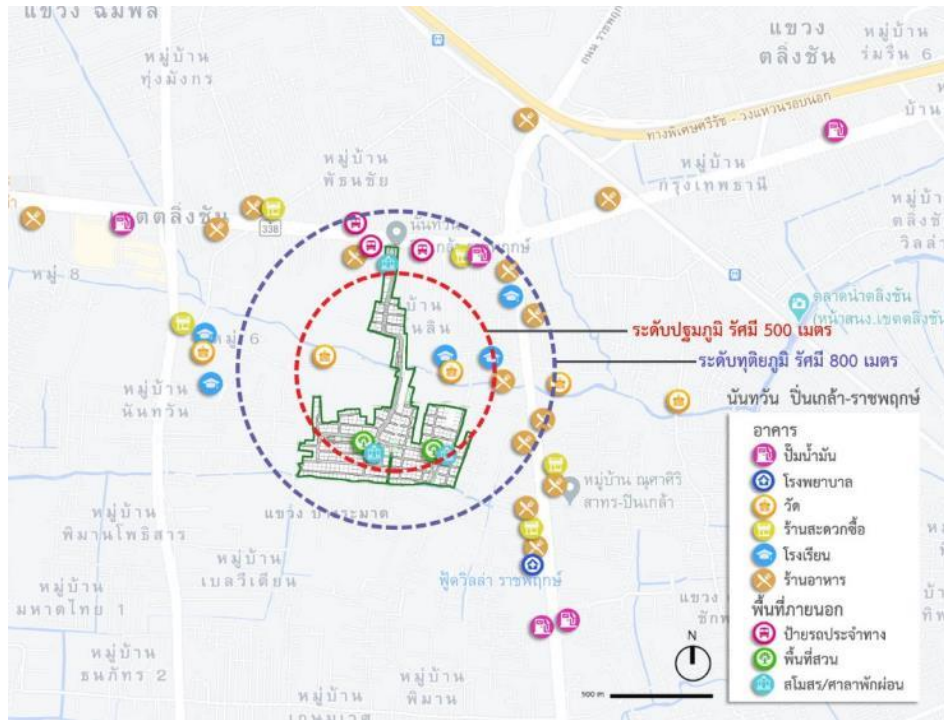


ภาพที่ 69 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะสำหรับผู้สูงอายุ⁷⁷

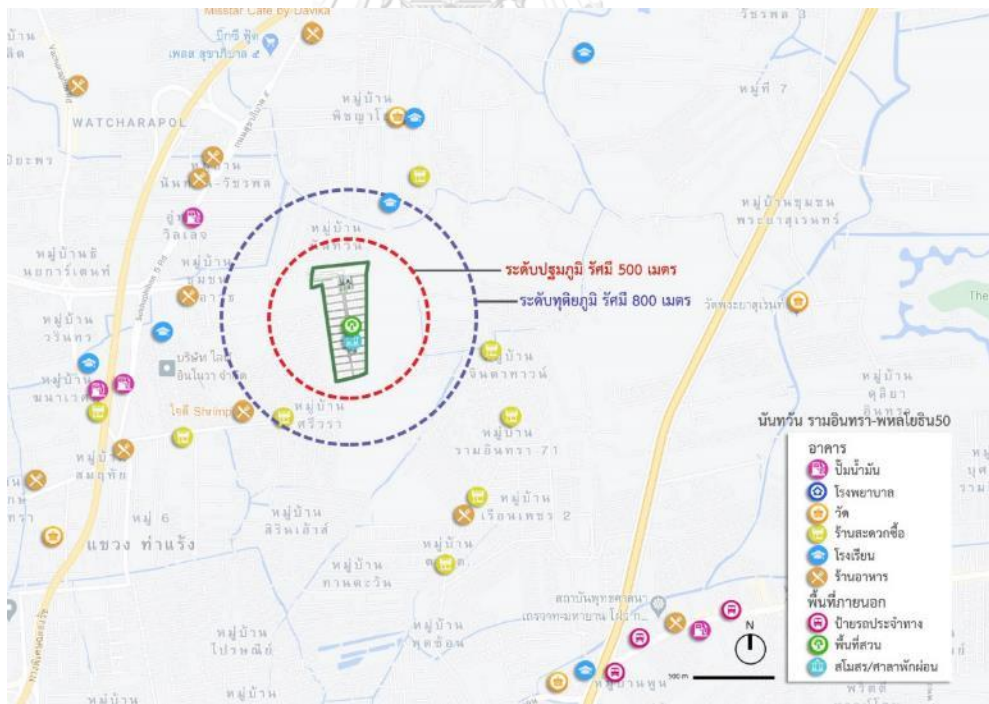


ภาพที่ 70 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะบริเวณโครงการบ้านนา-กม.7

⁷⁷ Burton, Elizabeth and Mitchell, Lynne. Inclusive urban design: Street for life. Oxford : Architectural Press, 2006.



ภาพที่ 71 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะบริเวณโครงการนันทวันบีงเกล้า-ราชพฤกษ์



ภาพที่ 72 แสดงระยะทางของสิ่งอำนวยความสะดวกสาธารณะบริเวณโครงการนันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50

สิ่งที่สอดคล้องกัน

ทฤษฎีแนวคิดถนนเพื่อชีวิตกับลักษณะของหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการมีสิ่งที่สอดคล้องกัน คือ การจัดเตรียมพื้นที่สาธารณะ อาทิเช่น สวนสาธารณะ อาคารสโมสร ศาลาพักผ่อนต่างๆ และมีการเตรียมพื้นที่สำหรับสร้างโรงเรียนอนุบาลตามกฎหมายจัดสรรที่ดินไว้ให้ เพื่อเป็นสิ่งอำนวยความสะดวกชุมชนระดับทุติยภูมิ สำหรับทุกคนในชุมชนหมู่บ้าน

สิ่งที่แตกต่างกัน

ทฤษฎีแนวคิดถนนเพื่อชีวิตกับลักษณะของหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการมีสิ่งที่แตกต่างกันคือ

- ยังขาดการจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกชุมชนระดับปฐมภูมิและระดับทุติยภูมิ เช่น ร้านค้า ร้านอาหาร สถานพยาบาล จุดจอดรถขนส่งสาธารณะ สถานที่ศักดิ์สิทธิ์
- ในส่วนพื้นที่สาธารณะขาดการเตรียมเก้าอี้สาธารณะไว้ทุก 100 ถึง 125 เมตร เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถนั่งพักเป็นช่วงๆได้
- ขาดการเตรียมทางลาด ในการเปลี่ยนถ่ายระดับจากพื้นที่ภายนอกเข้าสู่อาคาร

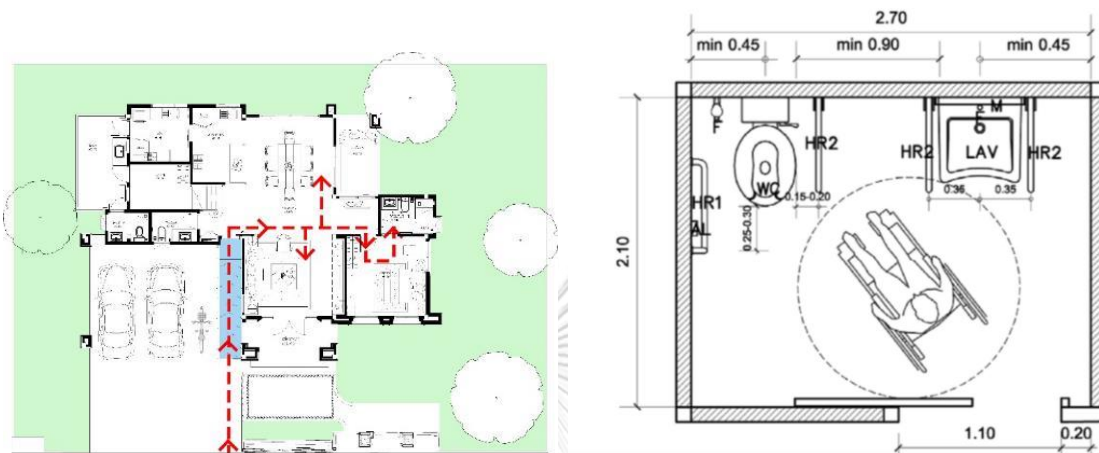
6.3 แนวทางการออกแบบและปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลาง ให้มีความเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้ใช้งานทุกสถานะทุกวัย

1. แนวทางการออกแบบปรับปรุงด้านที่อยู่อาศัย

ตามแนวคิดการออกแบบเพื่อทุกคน(Universal Design)⁷⁸ ควรจัดเตรียมขนาดพื้นที่ในบริเวณต่างๆให้เหมาะสมต่อการใช้งาน โดยพื้นที่ต่างๆควรเข้าถึงได้ง่ายและใช้งานได้ดีจากทั้งผู้สูงอายุและคนทุกวัย บริเวณหน้าบ้านควรมีทางลาดเพื่อเชื่อมพื้นที่ภายนอกและภายในอาคาร เพื่อให้ผู้สูงอายุที่ใช้วีลแชร์หรือเด็กที่ต้องนั่งรถเข็นเข้าออกได้สะดวก ภายในบ้านสิ่งที่จะต้องคำนึงคือ พฤติกรรมการใช้งาน ควรจัดให้ผู้สูงอายุนอนชั้นล่างเพราะผู้สูงอายุต้องการการนอนหลับพักผ่อนในช่วงกลางวัน การขึ้น-ลงบันไดบ่อยๆอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย และควรออกแบบให้บริเวณห้องรับแขก/นั่งเล่น ห้องนอนชั้นล่าง ห้องน้ำและส่วนทานอาหารเป็นพื้นที่ต่อเนื่องกัน เนื่องจากผู้สูงอายุใช้งานพื้นที่เหล่านี้บ่อยในชีวิตประจำวัน พื้นที่ภายในห้องน้ำต้องกว้างพอให้รถเข็นหมุนกลับตัวได้ คือระยะพื้นที่ว่างต้องมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร ติดตั้งราวจับในตำแหน่งที่เหมาะสม และระดับพื้นห้องน้ำควรเท่ากับระดับพื้นห้องนอนเพื่อป้องกันการสะดุด ห้องนอนผู้สูงอายุ

⁷⁸ ไตรรัตน์ จารุทัศน์และคณะ, คู่มือการออกแบบเพื่อทุกคน, 2551.

ควรอยู่ติดกับพื้นที่กิจกรรมของครอบครัว เช่น ห้องนั่งเล่น เพราะในอนาคตหากผู้สูงอายุมีภาวะติดเตียง เราสามารถนำผนังกันห้องออกทำให้ผู้สูงอายุไม่ถูกตัดขาดจากครอบครัว ทั้งนี้ห้องนอนผู้สูงอายุควรมีหน้าต่างบานใหญ่เพื่อให้อากาศถ่ายเทได้ดีและเพื่อเปิดรับมุมมองจากสวนรอบบ้าน เพื่อกระตุ้นให้เกิดความสดชื่น มีชีวิตชีวา



ภาพที่ 73 (รูปซ้าย)แสดงการเตรียมทางลาดและการจัดพื้นที่ภายในบ้านให้เหมาะสมต่อการใช้งานผู้สูงอายุ (รูปขวา)แสดงรูปแบบของห้องน้ำที่เหมาะสมต่อการใช้งานผู้สูงอายุ⁷⁹

2. แนวทางการออกแบบปรับปรุงอาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลาง

วัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องพึ่งพาสภาพแวดล้อมเป็นอย่างมาก ควรกำหนดตำแหน่งของศูนย์รวมกิจกรรม เช่น อาคารสโมสรและสวนสาธารณะ ให้ตั้งอยู่กลางพื้นที่โครงการโดยให้อยู่ในระยะรัศมี 800 เมตรเพื่อให้ทุกคนสามารถเข้าถึงได้ง่าย และจัดให้มีที่นั่งพักไว้ในพื้นที่สาธารณะทุกระยะ 100 ถึง 125 เมตรเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถนั่งพักเป็นช่วงๆได้ตามแนวคิดถนนเพื่อชีวิต⁸⁰ ควรจัดเตรียมทางลาดสำหรับผู้สูงอายุเพื่อให้สามารถเข้าถึงพื้นที่ได้สะดวก และนอกเหนือจากพื้นที่สำหรับออกกำลังกายและพักผ่อนหย่อนใจแล้ว ควรมีกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการออกมาใช้งานและการออกมามีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันของผู้สูงอายุ เช่น การมีคลาสแอโรบิกในน้ำ ชมรมโยคะหรือชมรมดนตรีในอาคารสโมสร ตามแนวคิดทฤษฎีกิจกรรม(Activity Theory)⁸¹ นอกเหนือจากตำแหน่งที่ตั้งและลักษณะของกิจกรรมที่ต้องคำนึงถึงแล้ว เราต้องออกแบบเส้นทางการเข้าถึงพื้นที่ต่างๆให้เหมาะสมด้วย เช่น ทางเท้าริมถนนควรกว้างไม่น้อยกว่า 1.50 เมตร กรณีมีผู้ดูแลผู้สูงอายุช่วยพยุงเดินหรือช่วย

⁷⁹ ไตรรัตน์ จารุทัศน์และคณะ, คู่มือการออกแบบเพื่อทุกคน, 2551.

⁸⁰ Burton, Elizabeth and Mitchell, Lynne. Inclusive urban design: Street for life. Oxford : Architectural Press, 2006.

⁸¹ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและเครือข่ายผู้สูงอายุ, ทฤษฎีกิจกรรม (Activity Theory)

[ออนไลน์].2564 แหล่งที่มา : <http://hp.anamai.moph.go.th/soongwai/statics/about/soongwai/topic006.php>. (ค้นข้อมูลเมื่อ 1 เมษายน พ.ศ.2564).

เซ็นทรัลเซ็นทรัล ทั้งนี้ ทางคณะกรรมการหมู่บ้านต้องออกระเบียบข้อบังคับ ไม่ให้ลูกบ้านพาสุนัขมาเดินเล่นโดยไม่ใส่สายจูงและไม่ให้พาสุนัขมาขับถ่ายในพื้นที่ส่วนกลางโดยไม่เก็บไปทิ้ง เพื่อให้ผู้สูงอายุใช้งานสวนส่วนกลางได้อย่างสบายใจ

และควรมีทางสำหรับจักรยานแยกจากทางเท้าและถนน เพื่อความสะดวกและความปลอดภัยของทุกคน โดยการออกแบบหรือปรับปรุงผิวจราจรและทางเท้า ต้องอยู่ภายใต้ข้อกำหนดจัดสรรที่ดิน (ข้อกำหนดเกี่ยวกับการจัดสรรที่ดินเพื่อที่อยู่อาศัยและพาณิชยกรรมกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2550 (ปรับปรุง) พ.ศ.2562) ดังนี้

ถนนเข้าออกสู่ที่ดินแปลงย่อย ไม่เกิน 99 แปลง หรือเนื้อที่ต่ำกว่า 19 ไร่ ต้องมีความกว้างของเขตทางไม่ต่ำกว่า 9.00 เมตร โดยมีความกว้างของผิวจราจรไม่ต่ำกว่า 6.00 เมตร

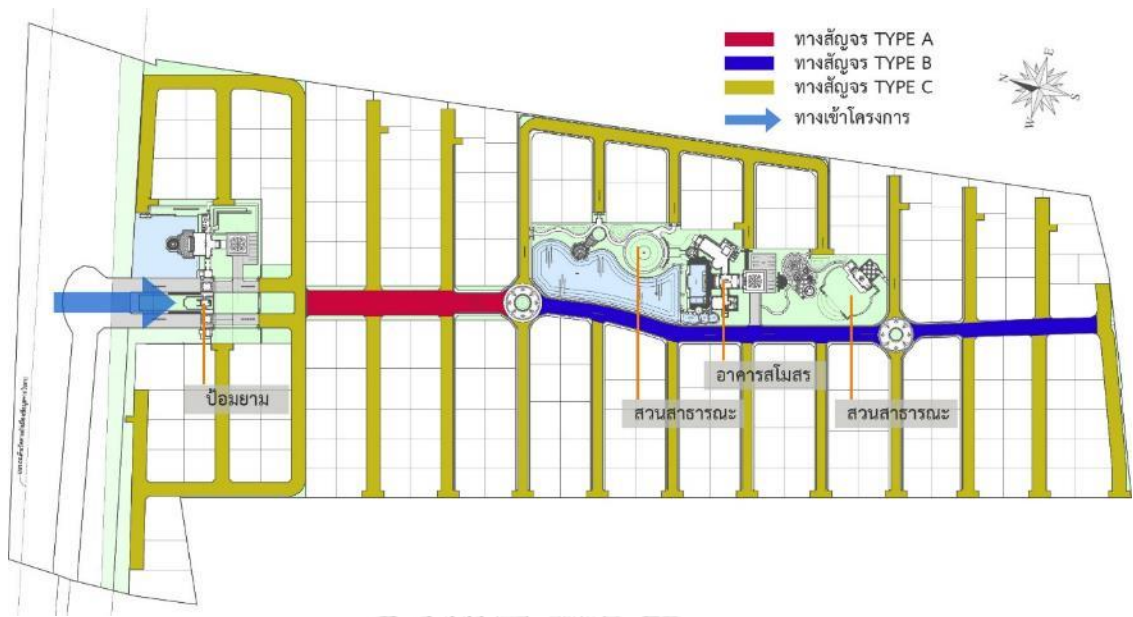
ถนนเข้าออกสู่ที่ดินแปลงย่อย ตั้งแต่ 100-299 แปลง หรือเนื้อที่ 19-50 ไร่ ต้องมีความกว้างของเขตทางไม่ต่ำกว่า 12.00 เมตร โดยมีความกว้างของผิวจราจร 8.00 เมตร

ถนนเข้าออกสู่ที่ดินแปลงย่อย ตั้งแต่ 300-499 แปลง หรือเนื้อที่เกินกว่า 50 ไร่แต่ไม่เกิน 100 ไร่ ต้องมีความกว้างของเขตทางไม่ต่ำกว่า 16.00 เมตร โดยมีความกว้างของผิวจราจร 12.00 เมตร

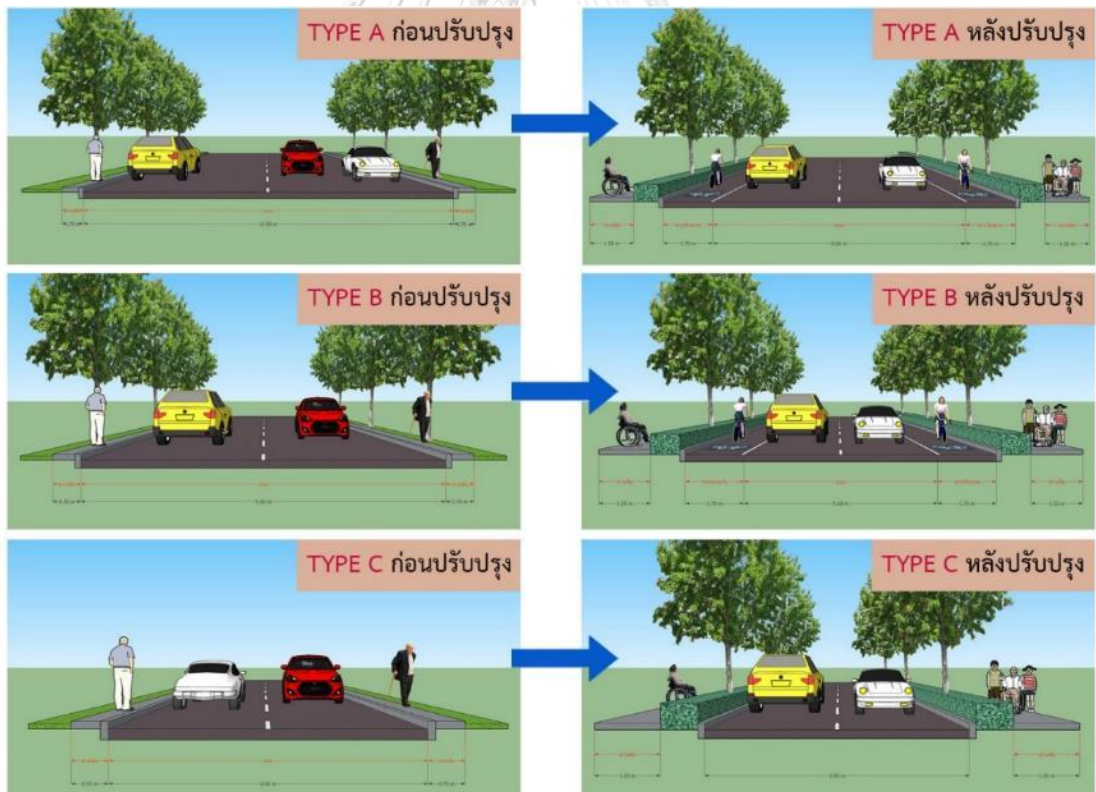
ถนนที่ใช้เป็นทางเข้าออกสู่ที่ดินแปลงย่อยตั้งแต่ 500 แปลงขึ้นไป หรือมากกว่า 100 ไร่ขึ้นไป ต้องมีความกว้างของเขตทางไม่ต่ำกว่า 18.00 เมตร โดยมีความกว้างของผิวจราจรไม่ต่ำกว่า 13.00 เมตร มีเกาะกลางถนนกว้างไม่น้อยกว่า 1.00 เมตร และมีทางเท้ากว้างข้างละ 2.00 เมตร



ภาพที่ 74 ผังแสดงแนวทางการปรับปรุงสวนสาธารณะโดยการเพิ่มจุดนั่งพักผ่อนสำหรับผู้สูงอายุตามแนวคิดถนนเพื่อชีวิต



ภาพที่ 75 ผังแสดงทางสัญจรรูปแบบต่างๆในโครงการนันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50



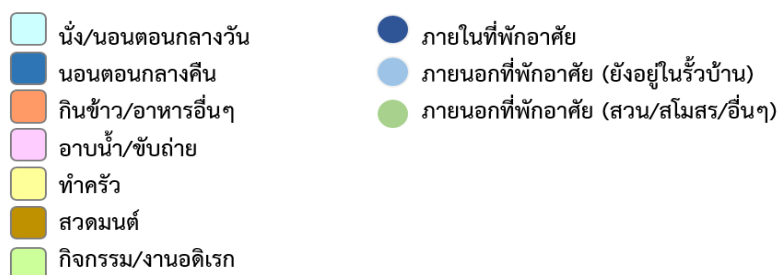
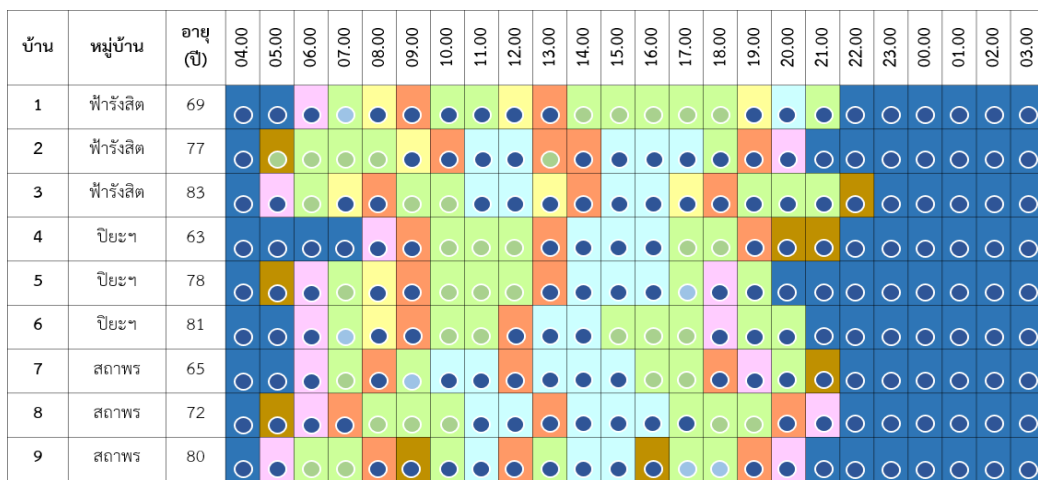
ภาพที่ 76 รูปตัดแสดงแนวคิดการออกแบบทางสัญจร กรณีโครงการใหม่ ให้เหมาะสมและปลอดภัย
ต่อคนทุกสถานะและทุภะวัยในโครงการนันทวัน

6.4 ข้อค้นพบที่ได้จากงานวิจัย

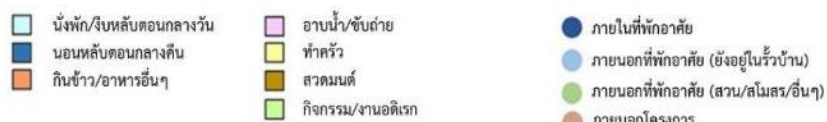
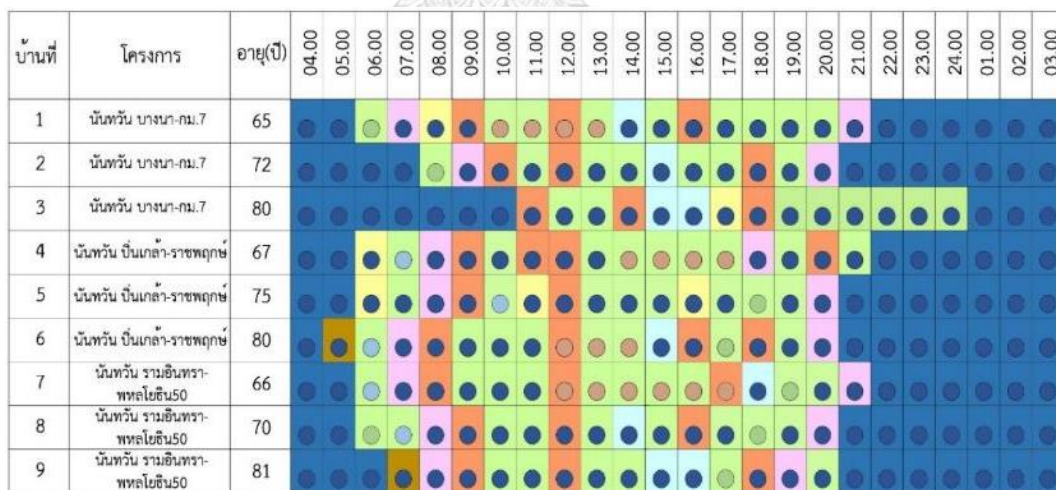
1. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่อาศัยอยู่ในโครงการนันทวันจะไม่ได้ประกอบอาชีพแล้ว ทำให้ผู้สูงอายุมีเวลาว่างค่อนข้างมาก และจะใช้เวลาส่วนใหญ่ทำกิจกรรมภายในบ้าน โดยกิจกรรมหลักคือการนั่งดูทีวี ซึ่งจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุ 21 คนพบว่า ผู้สูงอายุใช้เวลาในการนั่งดูทีวี 5 ชั่วโมงขึ้นไปต่อวัน คิดเป็นร้อยละถึง 52.38 ซึ่งจากงานวิจัยกลุ่มผู้สูงอายุจำนวน 165,087 คนในระยะเวลา 6.6 ปีในต่างประเทศพบว่า ผู้สูงอายุที่นั่งดูทีวีมากกว่า 5 ชั่วโมงต่อวันมีความเสี่ยงในการเสียชีวิตสูงกว่าผู้สูงอายุที่ดูทีวีน้อยกว่า 3 ชั่วโมงต่อวันที่มีกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายในระหว่างวันถึงร้อยละ 45⁸² นอกจากนี้ยังทำให้กลุ่มผู้สูงอายุในหมู่บ้านนันทวันขาดการสร้างปฏิสัมพันธ์หรือทำกิจกรรมร่วมกัน ในขณะที่กลุ่มผู้สูงอายุจากกรณีศึกษาจำนวน 9 คนในพื้นที่เขตเทศบาลเมืองบึงยี่โถ จังหวัดปทุมธานี⁸³ ที่ส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบอาชีพแล้วเช่นกัน แต่จะใช้เวลาว่างระหว่างวันในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ศูนย์พัฒนาผู้สูงอายุที่ตั้งอยู่ในหมู่บ้าน เนื่องจากที่ศูนย์แห่งนี้มีกิจกรรมที่หลากหลายในแต่ละวันและผลัดเปลี่ยนกันไปทั้งสัปดาห์ ทำให้ผู้สูงอายุได้ออกมาพบปะพูดคุยและทำกิจกรรมที่ตนสนใจร่วมกันได้ ตัวอย่างกิจกรรม อาทิเช่น ลีลาศ โยคะ แอโรบิกไดน้ำ เปตอง เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้จะทำให้ผู้สูงอายุได้ประโยชน์ทั้งในเรื่องร่างกายที่แข็งแรง และจิตใจที่สดชื่นแจ่มใส ทั้งยังช่วยลดภาวะโรคซึมเศร้าได้ ดังนั้น หากหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการสามารถพัฒนากิจกรรมให้เกิดขึ้นในอาคารสโมสรหรือพื้นที่สวนส่วนกลางขึ้นได้ เช่น จากข้อมูลพบว่าผู้สูงอายุต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในโครงการเพิ่มเติม 2 อันดับแรกคือ เก้าอี้นั่งพักในสวน โดยคิดเป็นร้อยละ 38 และสระว่ายน้ำสำหรับผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 33 เราอาจใช้ข้อมูลนี้ในการเพิ่มจุดนั่งพักในสวนทุกระยะ 100-125 เมตรตามแนวความคิดถนนเพื่อชีวิต เพิ่มคลาสแอโรบิกในน้ำหรือเพิ่มลู่วิ่งในน้ำที่อาคารสโมสรสำหรับผู้สูงอายุ กิจกรรมและสิ่งอำนวยความสะดวกเหล่านี้จะช่วยให้ผู้สูงอายุออกมาทำกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายในพื้นที่ส่วนกลาง ลดการนั่งดูทีวีในบ้าน ทำให้สภาพร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุดีขึ้น

⁸² Keadle, S.K., Arem, H., Moore, S.C. et al. Impact of changes in television viewing time and physical activity on longevity: a prospective cohort study. *Int J Behav Nutr Phys Act* 12, 156 (2015). <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0315-0>

⁸³ ลภา เฉลยจรรยา, 2560



ตารางที่ 62 แสดงกิจกรรมที่ทำในรอบวันของบ้านผู้สูงอายุทั้ง 9 กรณีศึกษาในเขตพื้นที่เทศบาลเมืองบึงยี่โถ⁸⁴



ตารางที่ 63 แสดงกิจกรรมที่ทำในรอบวันของบ้านผู้สูงอายุทั้ง 9 กรณีศึกษาของหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ

⁸⁴ ลภา เฉลยจรรยา, 2560

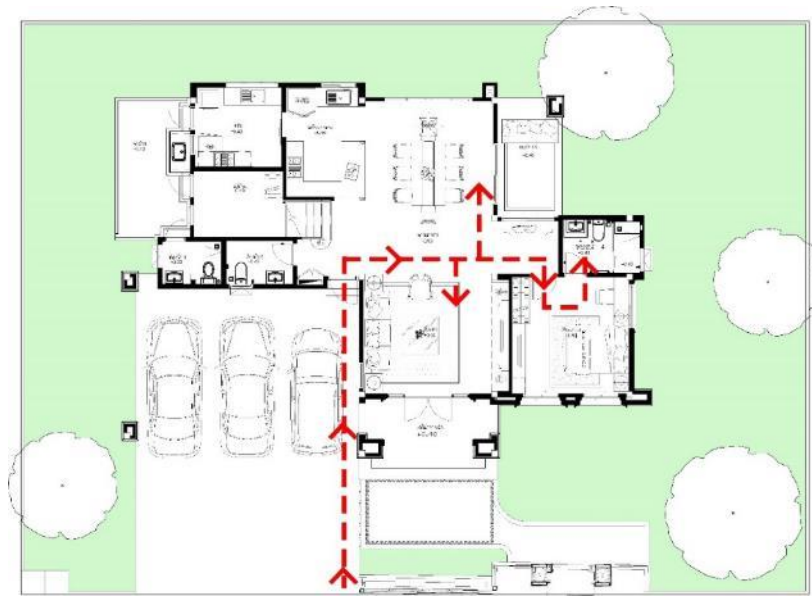
2. ผู้สูงอายุในโครงการนันทวัน ส่วนใหญ่ยังคงนอนชั้นบนถึงร้อยละ 71 โดยจากการสัมภาษณ์พบว่า เหตุผลหลักที่ผู้สูงอายุยังคงนอนชั้นบนแม้ว่าจะมีห้องนอนชั้นล่างไว้ให้ คือ พื้นที่ห้องนอนชั้นบนมีขนาดใหญ่กว่าชั้นล่างคิดเป็นร้อยละ 53 รองมาคือรู้สึกเป็นส่วนตัวมากกว่า คิดเป็นร้อยละ 27 และรู้สึกชั้นบนปลอดภัยกว่าชั้นล่างคิดเป็นร้อยละ 20 ทั้งนี้ ห้องนอนชั้นบนมีขนาดใหญ่กว่าห้องนอนชั้นล่างทั้งในส่วนห้องนอนและห้องน้ำ อีกทั้งยังมีพื้นที่ที่เตรียมไว้สำหรับแต่งตัวและวางตู้เสื้อผ้าอีกด้วย ฉะนั้น หนึ่งในปัจจัยสำคัญที่จะช่วยสนับสนุนให้ผู้สูงอายุนอนชั้นล่างเพื่อลดอุบัติเหตุจากการขึ้น-ลงบันไดคือการเตรียมห้องน้ำและห้องนอนให้มีขนาดใหญ่ มีพื้นที่สำหรับแต่งตัวและวางตู้เสื้อผ้าได้ เพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุอยากใช้งานห้องนอนชั้นล่างมากขึ้น



ภาพที่ 77 แสดงขนาดห้องนอนชั้นบนและห้องนอนชั้นล่าง

3. บ้านของโครงการหมู่บ้านนันทวันทั้ง 3 โครงการ ในภาพรวมทางด้านกายภาพภายในบ้านมีการจัดพื้นที่การใช้งานได้ค่อนข้างดี คือ มีการแบ่งพื้นที่การใช้งานต่างๆเป็นสัดส่วน มีทางเดินกว้างไม่น้อยกว่า 1 เมตร เหมาะสมต่อการใช้งาน ทำให้ผู้สูงอายุไม่ประสบอุบัติเหตุจากการสะดุดสิ่งของภายในบ้าน พื้นที่ที่ผู้สูงอายุใช้งานบ่อยอยู่ใกล้กันและมีห้องนอนชั้นล่างสำหรับผู้สูงอายุไว้พักผ่อนหรือใช้พักผ่อนในช่วงกลางวันได้ แต่ทั้งนี้ ยังขาดรายละเอียดในบางส่วนสำหรับผู้สูงอายุตามแนวคิดการออกแบบเพื่อทุกคน(Universal Design)⁸⁵ เช่น การขาดทางลาดเพื่อเข้าสู่อาคารพักอาศัย ประตูห้องน้ำแคบไปสำหรับรถเข็น ขาดการเตรียมราวจับในตำแหน่งต่างๆ เช่น ผนังข้างโถส้วมหรือโถปัสสาวะชาย ทำให้ผู้สูงอายุใช้งานได้ไม่สะดวก ผู้สูงอายุบางส่วนต้องติดราวจับหรือทำทางลาดเพิ่มเอง

⁸⁵ ไตรรัตน์ จารุทัศน์และคณะ, 2551



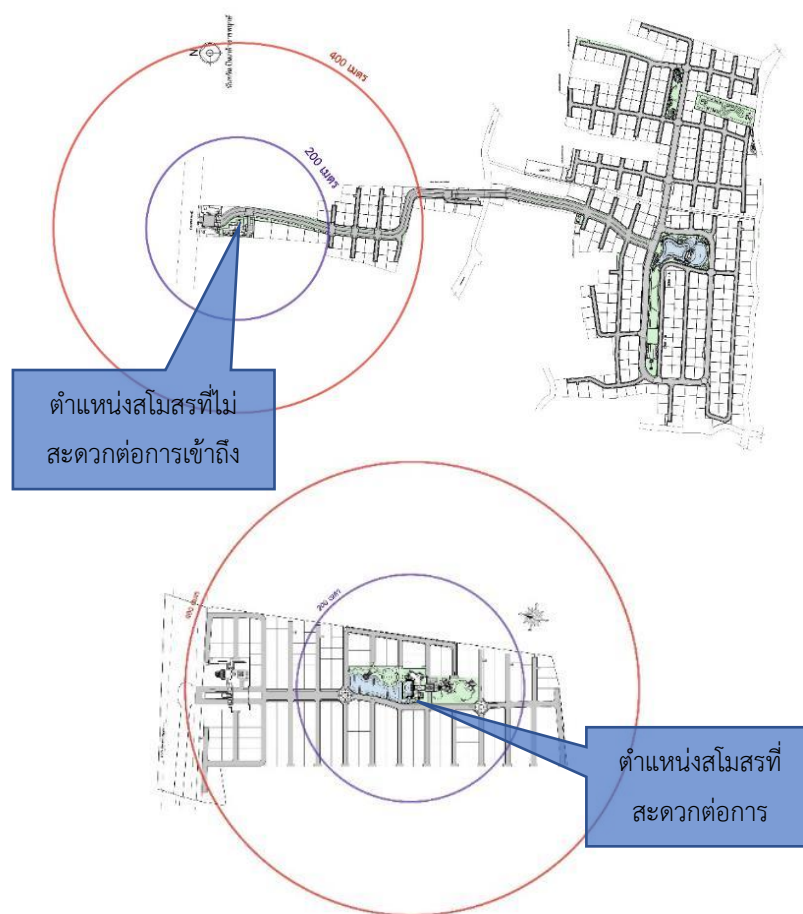
ภาพที่ 78 แสดงขนาดพื้นที่ทางเดินและพื้นที่การใช้งานชั้นล่างของบ้านในโครงการนันทวัน

4. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่นอนชั้นล่าง คือกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มสูงวัยตอนปลาย(มีอายุ80ปีขึ้นไป) สภาพร่างกายถดถอยและมีโรคประจำตัวทุกคน เพราะฉะนั้น หากเราต้องการจะสนับสนุนให้ผู้สูงอายุอาศัยในที่เดิมตามทฤษฎี Aging in place เราควรเตรียมห้องนอนชั้นล่างสำหรับผู้สูงอายุไว้ เพื่อสะดวกต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุมักจะใช้เวลาระหว่างวันในการทำกิจกรรมต่างๆและงีบหลับในพื้นที่ชั้นล่าง การเตรียมห้องนอนชั้นล่างไว้ จะช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุจากการขึ้น-ลงบันไดได้



ภาพที่ 79 แสดงลักษณะห้องนอนชั้นล่างของบ้านในโครงการนันทวัน

5. บ้านของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ จะมีคนรับใช้หรือคนดูแลพักอาศัยอยู่ด้วยถึงร้อยละ 52 การพัฒนาโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูง จึงจำเป็นต้องเตรียมห้องสำหรับคนรับใช้หรือคนดูแลไว้ด้วย
6. การกำหนดตำแหน่งของสิ่งอำนวยความสะดวกที่ไกลจากที่พักอาศัย จะเป็นอุปสรรคในการเข้าถึงของผู้สูงอายุและทำให้ผู้สูงอายุไม่อยากไปใช้งานได้ ดังเช่นกรณีอาคารสโมสรของโครงการนั้นทุกวัน ปีนเกล้า-ราชพฤกษ์ที่ตั้งอยู่บริเวณทางเข้าของโครงการ มีระยะห่างจากบ้านในโครงการที่อยู่ไกลสุดเป็นระยะทางถึง 1.5 กิโลเมตร ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ต้องขับรถยนต์หรือขี่จักรยานเพื่อมาใช้งาน และมีผู้สูงอายุบางส่วนที่ไม่มาใช้งานด้วยเหตุผลที่ว่าสโมสรอยู่ไกลเกินไป ตำแหน่งอาคารสโมสรหรือสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆที่เป็นศูนย์รวมกิจกรรมภายในหมู่บ้านจึงควรตรงกลางของพื้นที่เพื่อให้ทุกคนในหมู่บ้านเข้าถึงได้สะดวกและเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุออกมาใช้งานกิจกรรมที่เตรียมไว้สำหรับผู้สูงอายุ เช่น ห้องออกกำลังกาย ห้องพักผ่อน โดยพื้นที่กิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุเหล่านี้ควรอยู่ชั้นล่างไม่ควรอยู่ชั้นบน เพื่อสะดวกต่อการเข้าไปใช้งาน



ภาพที่ 80 แสดงตำแหน่งของอาคารสโมสรที่สะดวกต่อการเข้าถึงและไม่สะดวกต่อการเข้าถึง

7. อุบัติเหตุการหกล้มของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นภายในโครงการ ส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากพื้นที่ที่มีการเปลี่ยนระดับ ทั้งบริเวณลานซักล้างที่มีระดับต่ำกว่าตัวบ้าน และบริเวณทางขึ้นอาคารสโมสรที่มีระดับสูงกว่าทางเดินริมถนน ซึ่งทั้ง 2 บริเวณมีลักษณะร่วมที่เหมือนกัน คือ เป็นช่วงรอยต่อที่มีความต่างระดับระหว่างพื้นภายนอกกับพื้นภายในอาคาร และเป็นบริเวณที่มีการทรุดตัวที่ไม่เท่ากันอยู่ตลอดเวลา จึงทำให้ระยะลูกตั้งของชั้นบันไดแต่ละขั้นไม่เท่ากัน อาจเป็นสาเหตุให้ผู้สูงอายุกระดกหรือลื่นล้ม นำมาซึ่งการสะดุดหกล้มได้ ดังนั้น ในการออกแบบที่พักอาศัยควรพิจารณาในการออกแบบโครงสร้างพื้นที่ระหว่างภายในและภายนอกอาคาร ให้เป็นโครงสร้างต่อเนื่องกัน โดยเฉพาะในบริเวณที่ผู้สูงอายุใช้งาน เพื่อให้เกิดการทรุดตัวของพื้นที่ภายในอาคาร และพื้นที่ภายนอกที่เท่ากัน ลดปัญหาการหกล้มจากพื้นที่ที่มีการเปลี่ยนระดับได้



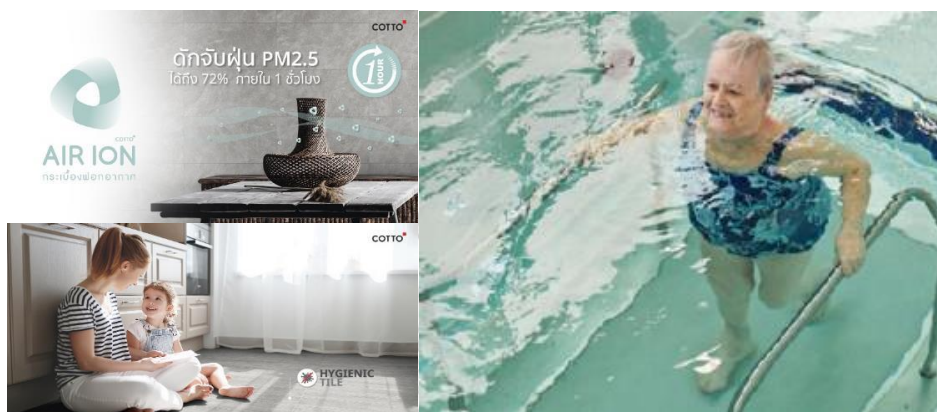
ภาพที่ 81 แสดงบริเวณที่ผู้สูงอายุมักประสบอุบัติเหตุเกิดการหกล้มบ่อย

8. ผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านนนทवन ส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ต่างจากผู้สูงอายุในชุมชนต่างๆ(เวณิกา รูปพลทัพ, 2560⁸⁶, ลภา เฉลยจรรยา, 2560⁸⁷) ที่ส่วนใหญ่จะจบการศึกษาในระดับประถมศึกษา โดยพบว่าผู้สูงอายุในโครงการหมู่บ้านนนทवन ซึ่งนอกจากระดับการศึกษาที่สูงกว่านี้ ยังมีลักษณะพฤติกรรมที่รักสุขภาพมากกว่าอีกด้วย โดยมีจำนวนผู้สูงอายุที่ออกกำลังกายเป็นประจำถึงร้อยละ 90 และจากการสัมภาษณ์เชิงลึกที่บ้านผู้สูงอายุ พบว่าภายในบ้านผู้สูงอายุบางหลังมีการต่อเติมสระว่ายน้ำ มีเครื่องฟอกอากาศทุกหลัง หรือแม้แต่มีการติดตั้งลิฟท์ภายในบ้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถขึ้น-ลงได้สะดวกและเพื่อป้องกันการหกล้มที่อาจเกิดขึ้นจากการขึ้น-ลงบันไดของผู้สูงอายุ ดังนั้น หากเราออกแบบที่อยู่อาศัยหรือพื้นที่ส่วนกลางในโครงการ

⁸⁶ เวณิกา รูปพลทัพ, แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุเขตชุมชนเมืองในพื้นที่สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ กรณีศึกษา ชุมชนทรัพย์สินใหม่ ชุมชนทรัพย์สินเก่า และชุมชนคลองพลับพลา เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร, 2560.

⁸⁷ ลภา เฉลยจรรยา, แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคารและพื้นที่ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุในเขตพื้นที่ชานเมือง : กรณีศึกษา พื้นที่เขตเทศบาล เมืองบึงยี่โถ จังหวัดปทุมธานี, 2560.

โดยนำปัจจัยเหล่านี้มาประกอบ จะช่วยตอบโจทย์ความต้องการของผู้สูงอายุได้ เช่น การเพิ่มลู่วิ่งในสระว่ายน้ำ หรือการใช้กระเบื้องที่ดักจับฝุ่นในอากาศ เป็นต้น (ทั้งนี้จากการสอบถามผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่กว่าร้อยละ 90 ไม่เห็นด้วยในการเตรียมลิฟท์หรือสระว่ายน้ำไว้ให้ที่บ้าน โดยผู้สูงอายุได้ให้ความเห็นว่า บ้านมีเพียง 2 ชั้น การติดตั้งอาจจะเกินความจำเป็นเพราะสามารถนอนห้องนอนล่างได้ และในส่วนของ การสร้างสระว่ายน้ำไว้ที่บ้าน เก่งกว่าจะไม่ได้ใช้งานบ่อยแต่ต้องคอยบำรุงรักษา)



ภาพที่ 82 แสดงองค์ประกอบหรือสิ่งอำนวยความสะดวกที่ตอบโจทย์ความต้องการของผู้สูงอายุ



ภาพที่ 83 แสดงการต่อเติมสิ่งอำนวยความสะดวกภายในบ้านของผู้สูงอายุ

6.5 ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุ ADL (Activity Daily Living) ได้แก่ ผู้สูงอายุประเภทติดบ้านเพิ่มเติม เนื่องจากงานวิจัยนี้ศึกษาเฉพาะผู้สูงอายุที่มีร่างกายแข็งแรงเท่านั้น ซึ่งเป็นผู้สูงอายุประเภทติดสังคมที่ออกมาใช้งานอาคารสโมสรและพื้นที่ส่วนกลาง
2. ควรมีการนำแนวทางการปรับปรุงของงานวิจัยนี้ไปทดลองทำจริง เพื่อให้ทราบว่าผลลัพธ์ที่ได้นั้น เหมาะสมและตรงตามความต้องการของผู้สูงอายุน้อยเพียงใด
3. ควรศึกษาโครงการหมู่บ้านจัดสรรราคาสูงอื่นๆเพิ่มเติม เพื่อนำผลการวิจัยที่ได้มาเปรียบเทียบกับงานวิจัยฉบับนี้ ว่าแตกต่างหรือสอดคล้องกันอย่างไรบ้าง
4. ควรเพิ่มอาคารสโมสร ให้อยู่ในประเภทอาคารที่ต้องจัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพและคนชรา (ในกฎกระทรวงกำหนดสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้พิการหรือทุพพลภาพและคนชราใน พ.ศ. 2548)



บรรณานุกรม

Burton, Elizabeth and Mitchell, Lynne. "Inclusive Urban Design : Street for Life."

Architectural Press (2006). Oxford.

World Health Organization. *World Report on Ageing and Health*. World Health Organization, 2015.

WHO. *Age-Friendly Cities*. 2007. https://www.who.int/ageing/publications/Global_age_friendly_cities_Guide_English.pdf.

ลภา เฉลยจรรยา. "แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคารและพื้นที่ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตพื้นที่ชานเมือง : กรณีศึกษา พื้นที่เขตเทศบาล เมืองบึงยี่โถ จังหวัดปทุมธานี." 2560.

อรไพลิน โชควิริยากร. "สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในโครงการจัดสรรประเภทบ้านเดี่ยว บ้านแฝด บ้านแถว : กรณีศึกษา โครงการไอลิฟพาร์คและไอลิฟทาวน์ กานดา พระราม 2 กม.14 (แสมดำ)." 2558.

กรมควบคุมโรค. รายงานการพยากรณ์การพลัดตกหกล้ม ของผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ในประเทศไทย ปี พ.ศ. 2560 – 2564. (2561).

กระทรวงสาธารณสุข, สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค. รายงานการพยากรณ์การพลัดตกหกล้มของผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) ในประเทศไทยปี พ.ศ. 2560 - 2564. (2559).

<http://www.thaincd.com/document/file/violence/%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%9E%E0%B8%A2%E0%B8%B2%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%93%E0%B9%8C%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%9E%E0%B8%A5%E0%B8%B1%E0%B8%94%E0%B8%95%E0%B8%81%E0%B8%AB%E0%B8%81%E0%B8%A5%E0%B9%89%E0%B8%A1%E0%B9%83%E0%B8%99%E0%B8%9C%E0%B8%B9%E0%B9%89%E0%B8%AA%E0%B8%B9%E0%B8%87%E0%B8%AD%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%B8%20%E0%B8%9B%E0%B8%B5%202560-2564.pdf>.

นฤทธิ์ ขาววิเศษ. "สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ 100 ปีขึ้นไป กรณีศึกษาจังหวัดพังงา ภูเก็ตและกระบี่." 2559.

หน่วยปฏิบัติการวิจัยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุและคนพิการ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. บ้านปลอดภัยวัยเกษียณ. 2555.

เวณิกา ฐูปพลทัพ. "แนวทางการออกแบบปรับปรุงที่อยู่อาศัย อาคาร และพื้นที่ภายนอกสำหรับผู้สูงอายุ เขตชุมชนเมืองในพื้นที่สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ กรณีศึกษา ชุมชนทรัพย์สินใหม่ ชุมชนทรัพย์สินเก่า และชุมชนคลองพลับพลา เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร." 2560.

วิลาสินี ลักษณะมีวัฒนา. "สภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุในย่านชุมชนเก่า : กรณีศึกษา 2 ชุมชน แพร่งภูธร และ แพร่งนราเขตพระนคร กรุงเทพมหานคร." 2561.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. 2553. <http://www.nso.go.th/>.



ภาคผนวก

แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง

รหัส.....

สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุผู้มีรายได้สูงในโครงการหมู่บ้านจัดสรร:กรณีศึกษา โครงการหมู่บ้านนันทวัน
แบบสัมภาษณ์ คำชี้แจง ทำเครื่องหมาย/ ในช่อง []

ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้สูงอายุตนเอง ญาติผู้สูงอายุ ผู้ดูแล อื่นๆระบุ.....

เพศ.....อายุ.....ปี

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวผู้สูงอายุ เพศ.....อายุ.....ปี

- อาศัยในบ้านเดียวกับ คู่สมรส ลูก หลาน พี่-น้อง ญาติ พ่อบ้าน-แม่บ้าน
 ผู้ดูแลประจำตัว อื่นๆ.....
- จำนวนสมาชิกภายในบ้านคน(รวมผู้สูงอายุ)
- รายได้ครอบครัวผู้สูงอายุ.....(บาทต่อเดือน)
- ที่มาของรายได้ผู้สูงอายุ ไม่มี จากการทำงาน บุตร หลาน คู่สมรส
 ผลตอบแทนจากเงินลงทุน คือ..... อื่นๆ
- ใครเป็นผู้ตัดสินใจซื้อบ้านที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่
 ตัวผู้สูงอายุเอง คู่สมรส บุตร หลาน อื่นๆเพราะเหตุใด.....
- ผู้ดูแลประจำตัวผู้สูงอายุคือใคร ไม่มี มี ความสัมพันธ์ คือ.....
- โรคประจำตัว ไม่มีโรคประจำตัว ความดัน เบาหวาน หัวใจ ไต ไต ไต
 ทางเดินหายใจ ข้อเข่าเสื่อม กระดูกสันหลัง อื่นๆ โปรดระบุ.....
- ผู้สูงอายุทานยาประจำตัวมีอะไรบ้าง เข้า กลางวัน เย็น ก่อนนอน เมื่อมีอาการ
- ผู้สูงอายุเคยได้รับอุบัติเหตุหรือไม่ (ช่วง 5 ปีที่ผ่านมา)
 ไม่เคยได้รับอุบัติเหตุ ตกบันได ของมีคมบาด
 หกล้มจากสะดุ้งของ หกล้มจากพื้นต่างระดับ หกล้มจากวัสดุพื้นที่สูง
 หกล้มจากพื้นเปียก หกล้มจากหน้ามีด/เสียมการทรงตัว อื่นๆ.....
- สถานที่ได้รับอุบัติเหตุ (จากข้อ ๗. การได้รับอุบัติเหตุที่ผ่านมา)
พื้นที่ในบ้าน
 ไม่เคยได้รับอุบัติเหตุ
 ห้องนอนชั้นล่าง ห้องน้ำชั้นล่าง ห้องนอนชั้นบน ห้องน้ำชั้นบน
 ห้องครัว ห้องนั่งเล่น บันได ลานซักล้าง
 ระเบียงบ้าน ที่จอดรถ สวนรอบบ้าน ลานทางเข้าบ้าน

รหัส.....

[] อื่นๆระบุ.....

พื้นที่ส่วนกลาง

[] ไม่เคยได้รับอุบัติเหตุ

[] สวนส่วนกลาง [] สโมสร [] สนามเด็กเล่น [] ถนนส่วนกลาง

[] อื่นๆระบุ.....

11. ผู้ดูแลผู้สูงอายุเมื่อยามเจ็บป่วย

[] คู่สมรส [] บุตร/หลาน []ญาติ [] ว่าจ้างผู้ดูแล [] เพื่อนบ้าน [] อื่นๆระบุ.....

12. ผู้สูงอายุออกกำลังกายหรือไม่

[] ไม่ออกกำลังกาย [] ออกกำลังกาย ประเภท

1..... ความถี่.....ครั้ง/สัปดาห์ สถานที่.....

2..... ความถี่.....ครั้ง/สัปดาห์ สถานที่.....

3..... ความถี่.....ครั้ง/สัปดาห์ สถานที่.....

13. เหตุผลที่ผู้สูงอายุชอบออกกำลังกาย.....

14. งานอดิเรกหรือกิจกรรมอื่นๆเพิ่มเติมของผู้สูงอายุ เช่น นัดเพื่อนๆทานข้าวนอกบ้าน ปลูกต้นไม้ เป็นต้น (หากไม่มีให้ตอบ "ไม่มี")

.....

ชอบงานอดิเรกและกิจกรรมนี้เพราะ.....

รหัส.....

15. กิจวัตรประจำวันผู้สูงอายุ

ช่วงเวลา	รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่ทำกิจกรรม
4.00		
5.00		
6.00		
7.00		
8.00		
9.00		
10.00		
11.00		
12.00		
13.00		
14.00		
15.00		
16.00		
17.00		
18.00		
19.00		
20.00		
21.00		
22.00		

รหัส.....

ส่วนที่ 2 สภาพการอยู่อาศัย

16. ปัจจุบันผู้สูงอายุอยู่นอนชั้นใด ห้องนอนชั้นล่าง ห้องนอนชั้นบน อื่นๆ.....
17. (จากข้อ 16) ผู้สูงอายุเลือกนอนบริเวณนั้นเพราะเหตุใด
 รู้สึกปลอดภัย รู้สึกมีความเป็นส่วนตัว ห้องนอนมีขนาดใหญ่กว่า ได้วิวดี
 เพื่อให้ใช้งานพื้นที่อื่นๆรอบห้องนอนได้สะดวก เพื่อไม่ต้องขึ้นลงบันไดบ่อยๆ
 เพื่อให้คนในบ้านดูแลได้ง่าย อื่นๆ.....
18. กรณีผู้สูงอายุชั้นบน มีแผนจะย้ายมานอนชั้นล่างหรือไม่ เพราะเหตุใด

19. กรณีที่ผู้สูงอายุชั้นบน ห้องนอนล่างใช้ทำกิจกรรมใด เพราะเหตุใด

20. ผู้สูงอายุใช้งานพื้นที่ชั้นสองอย่างไรบ้าง(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 ไม่ได้ใช้งานชั้น 2 เลย ใช้งานชั้น 2 สำหรับนอนเท่านั้น นั่งพักก่อน ไหว้พระ
 ทำงานบ้าน นั่งทำงาน พักผ่อนที่ระเบียง อื่นๆ.....
21. ผู้สูงอายุคิดว่าพื้นที่ใดบ้างที่มีปัญหา และมีปัญหาในการใช้งานอย่างไรบ้าง เช่น ห้องน้ำขนาดเล็กไป เข้าออกลำบาก/หน้าบ้านมีพื้นต่างระดับเยอะ ทำให้สะดุดบ่อย/ห้องน้ำมีขอบกระดืบ ทำให้สะดุดบ่อย (หากไม่มีปัญหา ตอบว่า"ไม่มี")

- เคยคิดแก้ไขหรือไม่ อย่างไร.....
22. ปัจจุบันมีการปรับปรุงที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุหรือไม่
 ไม่มี มี ระบุ.....
 สาเหตุมาจาก.....

ส่วนที่ 3 สภาพแวดล้อมของหมู่บ้าน

23. ผู้สูงอายุทำกิจกรรมใดบ้างในพื้นที่ส่วนกลาง

ช่วงเวลาและความถี่	รายละเอียดกิจกรรม	สถานที่ทำกิจกรรม

รหัส.....

24. ปัญหาในการใช้งานพื้นที่ภายนอก ไม่มีปัญหา มีปัญหา
 พื้นที่ใดมีปัญหา ทางเท้า ถนน สวนสาธารณะ สนามเด็กเล่น สระว่ายน้ำ
 ศาลาพักผ่อน พิคนีส อื่นๆ.....
 สาเหตุของปัญหา
 แนวทางการแก้ไขปัญหา
25. สิ่งอำนวยความสะดวกในหมู่บ้านมีเพียงพอหรือไม่ อยากเพิ่มเติมอะไร
 เพียงพอแล้ว ไม่เพียงพอ
 อยากเพิ่มเติมอะไรบ้าง 1.....2..... 3.....4.....
26. สิ่งอำนวยความสะดวกนอกหมู่บ้านที่ท่านใช้บริการบ่อยๆ(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 ไม่ได้ใช้ สปาเพื่อสุขภาพ สนามกอล์ฟ sport club ห้างสรรพสินค้า
 resort อื่นๆ.....
 เพราะเหตุใด.....
27. สถานการณ์ covid-19 และ PM 2.5 ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุอย่างไรบ้าง

28. หากทางโครงการเตรียมสระว่ายน้ำไว้ให้ผู้สูงอายุภายในบริเวณสวนบ้าน โดยเพิ่มราคาขายประมาณ 1
 ล้านบาท ท่านสนใจหรือไม่อย่างไร.....
29. หากทางโครงการเตรียมลิฟท์ไว้ให้ผู้สูงอายุในบ้าน โดยเพิ่มราคาขายประมาณ 1 ล้านบาท ท่านสนใจ
 หรือไม่อย่างไร.....

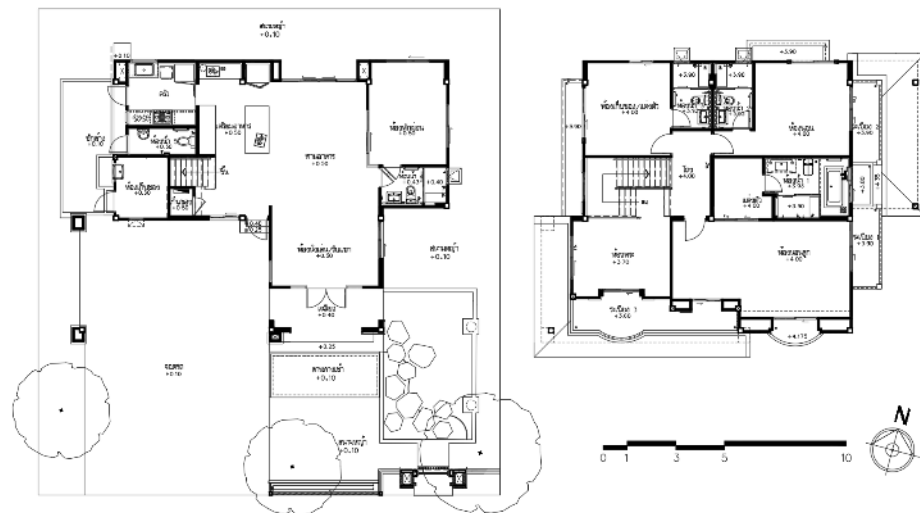
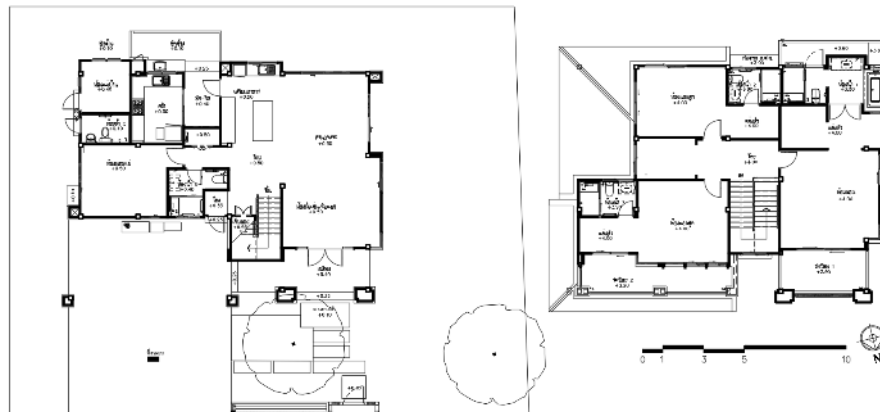
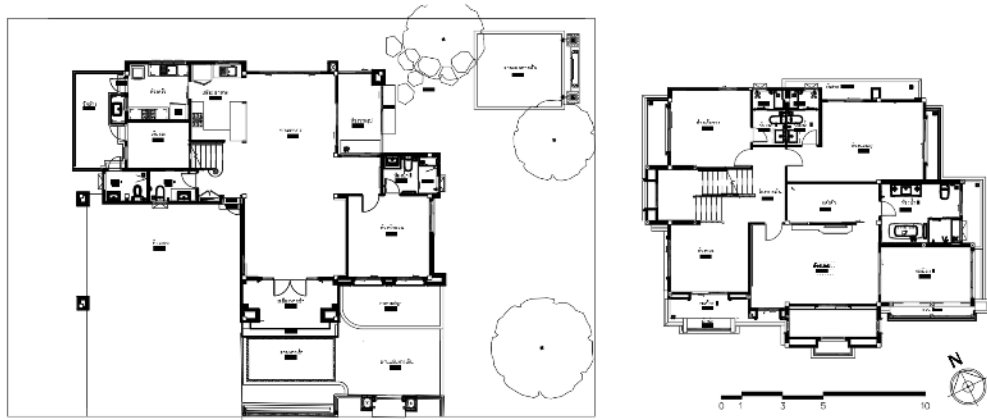
แบบสำรวจลักษณะทางกายภาพของที่พักอาศัย โดยอ้างอิงเกณฑ์ Age-Friendly Cities

ที่อยู่อาศัย	สภาพปัจจุบัน และปัญหาในการใช้งาน		
	นันทวัน บางนา-กม.7	นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	นันทวัน รามอินทรา- พหลโยธิน 50
1. ที่อยู่อาศัยที่เพียงพอในราคาที่เหมาะสมและอยู่ในทำเลที่ปลอดภัย ใกล้กับบริการสาธารณะและชุมชน			
2. มีบริการให้การบำรุงรักษาตัวบ้าน และอาคารที่เพียงพอในราคาเหมาะสม			
3. การก่อสร้างบ้านต้องมีความมั่นคง แข็งแรง อยู่สบาย และเหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศ			
4. มีพื้นที่ใช้สอยในบ้านและระดับพื้น ทั้งภายในอาคารและทางเดินที่ไม่เป็นอุปสรรคต่อการเคลื่อนไหว			
5. มีบริการตัดแปลง ปรับปรุงบ้านที่ตอบสนองต่อความต้องการของผู้สูงอายุที่หลากหลายในราคาที่เหมาะสม			
6. มีที่พักอาศัยที่พอเพียงในราคาที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่มีสุขภาพไม่แข็งแรงหรือพิการ พร้อมบริการที่เหมาะสมและอยู่ในพื้นที่			

แบบสำรวจลักษณะปัญหาทางกายภาพของที่พักอาศัย

พื้นที่	ปัญหาในการใช้งาน					
	นันทวัน บางนา-กม.7		นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์		นันทวัน รามอินทรา- พหลโยธิน 50	
	จากการสำรวจ	จากการ สัมภาษณ์	จากการสำรวจ	จากการสัมภาษณ์	จากการสำรวจ	จากการสัมภาษณ์
ห้องนอนชั้นบน						
ห้องนอนชั้นล่าง						
ห้องนั่งเล่น						
ห้องน้ำชั้นล่าง						
ห้องครัว						
ห้องทานข้าว						
บันได						
เฉลียง ลานซัก ล้างและพื้นที่ รอยต่อ ภายใน- นอกบ้าน						
ห้องพระ						
พื้นที่จอดรถ						
สวนรอบบ้าน						
ประตู-หน้าต่าง						
อุปกรณ์ติดตั้ง						
x ไม่พบปัญหาในการใช้งาน						

ผังสำรวจลักษณะกายภาพและปัญหาของที่อยู่อาศัย(ข้อมูลจากบริษัท แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์)

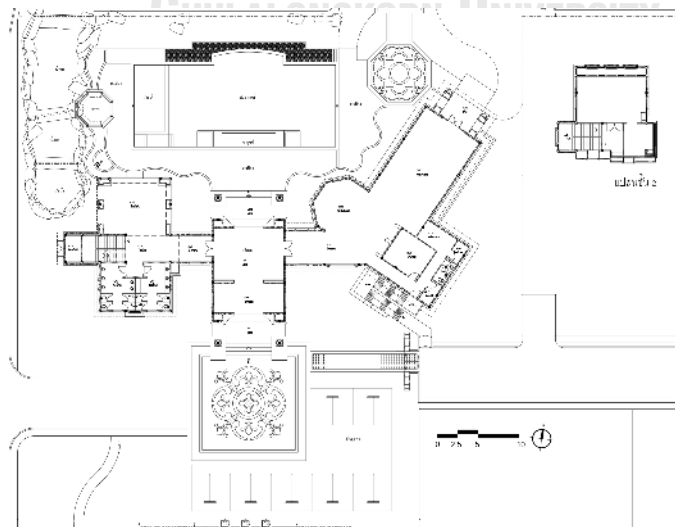
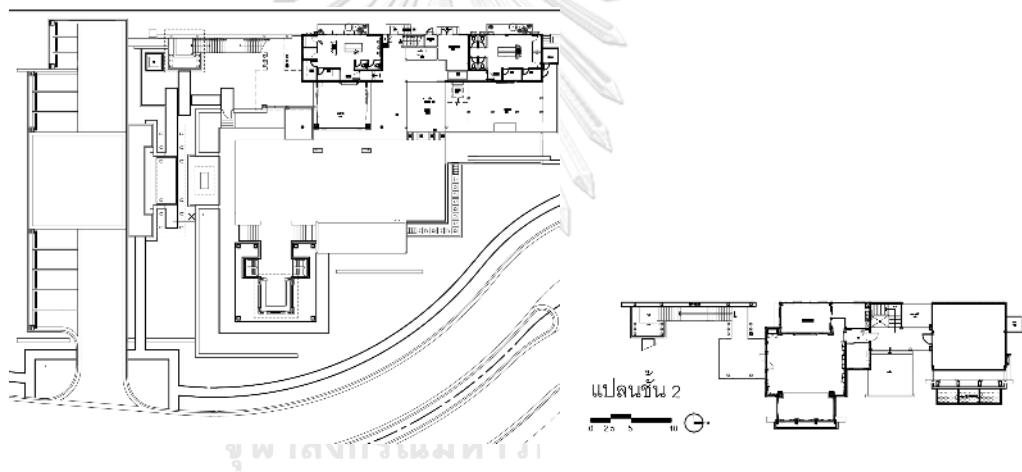
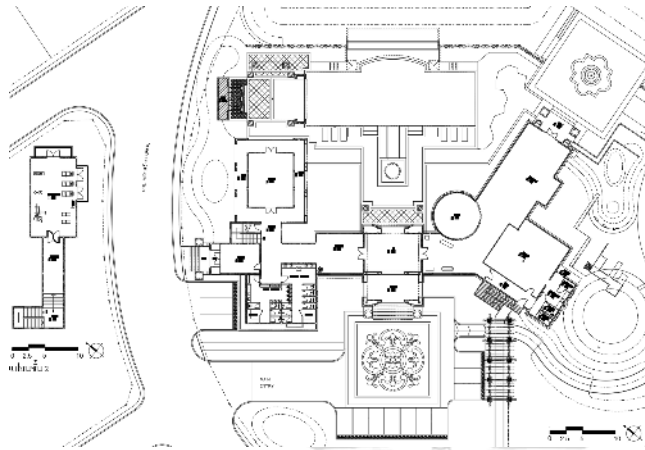


CHULALONGKORN UNIVERSITY


แบบสำรวจลักษณะปัญหาทางกายภาพของอาคารสโมสร

ลักษณะทางกายภาพที่ไม่เหมาะสมและปัญหาในการใช้งานอาคารสโมสร	
นันทวัน บางนา-กม.7	
11. ตำแหน่งที่ตั้ง	
12. ห้องน้ำ/ห้องน้ำคนพิการ	
13. ทางลาด	
14. บันได/ราวบันได	
15. ลิฟท์	
16. ป้ายบอกทาง	
17. ที่นั่งพักผ่อน	
18. ที่จอดรถ	
19. สระว่ายน้ำ	
20. ห้องออกกำลังกาย	
นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	
11. ตำแหน่งที่ตั้ง	
12. ห้องน้ำ/ห้องน้ำคนพิการ	
13. ทางลาด	
14. บันได/ราวบันได	
15. ลิฟท์	
16. ป้ายบอกทาง	
17. ที่นั่งพักผ่อน	
18. ที่จอดรถ	
19. สระว่ายน้ำ	
20. ห้องออกกำลังกาย	
นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50	
14. ตำแหน่งที่ตั้ง	
15. ห้องน้ำ/ห้องน้ำคนพิการ	
16. ทางลาด	
17. บันได/ราวบันได	
18. ลิฟท์	
19. ป้ายบอกทาง	
20. ที่นั่งพักผ่อน	
21. ที่จอดรถ	
22. สระว่ายน้ำ	
23. ห้องออกกำลังกาย	
x ไม่พบปัญหาในการใช้งาน	

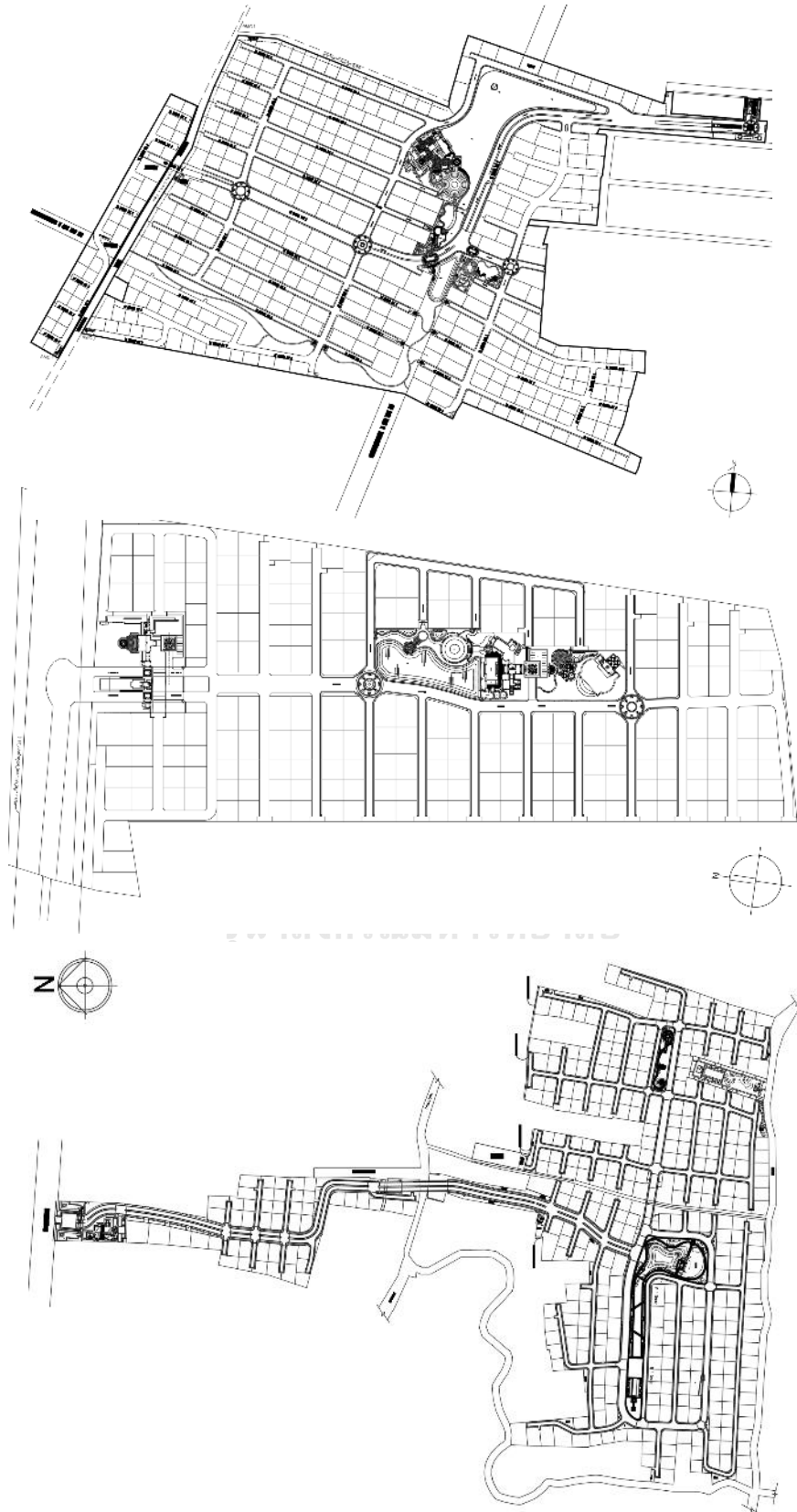
ผังสำรวจลักษณะกายภาพและปัญหาของอาคารสโมสร(ข้อมูลจากบริษัท แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์)



แบบสำรวจลักษณะปัญหาทางกายภาพของทางสัญจรและสวนส่วนกลาง

ลักษณะทางกายภาพที่ไม่เหมาะสมและปัญหาในการใช้งานทางสัญจรและสวนส่วนกลาง	
พื้นที่ทางสัญจร	
นันทวัน บางนา-กม.7	
นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	
นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50	
พื้นที่สวนส่วนกลาง	
นันทวัน บางนา-กม.7	
นันทวัน ปิ่นเกล้า-ราชพฤกษ์	
นันทวัน รามอินทรา-พหลโยธิน 50	
x ไม่พบปัญหาการใช้งาน	

ผังสำรวจลักษณะกายภาพและปัญหาของทางสัญจรและสวนส่วนกลาง(ข้อมูลจากบริษัท แลนด์ แอนด์ เฮ้าส์)



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	Tossaporn Mongkolnimit
วัน เดือน ปี เกิด	12 Mar 1986
สถานที่เกิด	Thailand
วุฒิการศึกษา	Middle school&High school : The Demonstration School of Ramkhamhaeng University Bachelor's Degree : Bachelor of Landscape Architecture, Chulalongkorn University
ที่อยู่ปัจจุบัน	15/492 life sukhumvit48 condominium Phra Kanong, Khlong Toei, Bangkok 10110

