



การพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย
Development of Strategies to Promote Quality of Life for the aging
in Loei Province

อาวธ อมรทวีสิน*

Avut Amornthaweasin

ภัทรธิดา ผลงาม**

Patthira Phon-ngam

จุลดิษฐ์ อุปฮาด**

Julladit Uppahart

นัยนา อรรถนาทธร**

Naiyana Atchanathon

Received : June 18, 2018

Revised : August 28, 2018

Accepted : September 8, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย และนำยุทธศาสตร์ฯ ไปสู่การปฏิบัติรวมทั้งประเมินผลการใช้ยุทธศาสตร์เป็นการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยผสมผสานวิธีเชิงคุณภาพและปริมาณ โดยวิธีการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เทคนิคการประชุมเพื่อระดมความคิด การสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตแบบมีส่วนร่วม ส่วนการวิจัยเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามและแบบสำรวจสุขภาพ ผลการพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ได้ 4 ยุทธศาสตร์ คือ (1) การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ (2) การส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวผู้สูงอายุ (3) การส่งเสริมและสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการอนุรักษ์วัฒนธรรมในชุมชน และ (4) การสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการพัฒนาเศรษฐกิจสังคม/ชุมชน ผลการนำยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลยไปสู่การปฏิบัติ โดยดำเนินกิจกรรมต่างๆตามยุทธศาสตร์ เป็นเวลา 2 ไตรมาส ประเมินผลการนำยุทธศาสตร์สู่การปฏิบัติ ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วยง่าย มีการรวมกลุ่มทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้มีเพื่อน ไม่เหงา มีความสุข ไม่เครียด และมีอาชีพเสริม มีสินค้าของกลุ่มสูงอายุ และมีการสร้างรายได้

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ / คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ / ยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

*นักศึกษาลัทธิทอปรัชญาดุสิตบัณฑิต สาขายุทธศาสตร์การพัฒนากลุ่มภาค มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย
Doctor of Philosophy Program Regional Development Strategy Loei Rajabhat University

**อาจารย์ประจำสาขายุทธศาสตร์การพัฒนากลุ่มภาค มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย
Lecturer in Regional Development Strategy Loei Rajabhat University

ABSTRACT

The purposes of this research were to develop, implement and evaluate the strategies to improve the quality of life of the aging in Loei Province. This study is a Participatory Action Research that employed both quantitative and qualitative methods. The focus group discussion techniques, a brain storming session, an in-depth interview, and a participatory observation were used to obtain the qualitative data. Questionnaires and the ageing's health profiles were used to obtain the quantitative data. From a development of the strategies to develop the quality of life of the aging in Loei province, 4 strategies were obtained. These strategies were as follows : 1) the strategy to improve the well-being of the ageing, 2) the strategy to improve the advancement of family relations, 3) the strategy to promote the participation of the ageing in the community cultural preservation, and 4) the strategy to support the participation of ageing in developing economy of society/community. After the implementation of the activities of all four strategies to develop the quality of life of the aging in Loei province for two quarters, the evaluation of the strategies had shown that the ageing participated in different activities. They were healthy, happy, and free from loneliness and stress. They also had economic well-being. Products created by the ageing group also created supplementary jobs and income.

Keywords : Development / Strategies / Elderly People

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

จากการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันทำให้ประเทศไทยเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” แล้วเนื่องจากมีประชากรวัย 60 ปีขึ้นไปเกินร้อยละ 10 เนื่องจากมีอัตราการเกิดลดลงจากในอดีตที่ครอบครัวไทยนิยมมีลูกหลายคน แต่ในปัจจุบันมี 1-2 คน หรือบางครอบครัวไม่มีลูกเลย และเพศหญิงมีความเป็นโสดสูงขึ้น มีการศึกษาสูงขึ้น มีการทำงานนอกภาคการเกษตรมากขึ้น และผู้หญิงมีอาชีพทำงานนอกบ้านมากขึ้น มีความทัดเทียมกับผู้ชายมากขึ้น แต่งงานช้าลง การแพทย์เจริญทำให้มีอายุยืนมากขึ้น จึงส่งผลให้มีผู้สูงอายุมากขึ้น นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยียังส่งผลให้คนไทยมีอายุเฉลี่ยสูงขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้จะก่อให้เกิดปัญหาด้านสังคม เศรษฐกิจของประเทศ ซึ่งจากภาวะดังกล่าวจึงส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และลูกหลานที่ต้องมีภาระในการดูแลผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้จำเป็นต้องมีการเตรียมการทั้งด้านสังคม เศรษฐกิจ เพื่อรองรับผู้สูงอายุ ในขณะที่สังคมไทยยังให้ความสำคัญต่อผู้สูงอายุน้อยมาก ผู้สูงอายุจำนวนมากมีฐานะยากจน จึงขาดการดูแลสุขภาพทั้งด้านร่างกาย จิตใจที่เหมาะสม และไม่สามารถหารายได้เลี้ยงดูตนเอง มีการเจ็บป่วยเรื้อรัง ต้องใช้เงินในการรักษาจำนวนมาก ผู้สูงอายุจึงกลายเป็นบุคคลที่เป็นภาระของสังคมและครอบครัว ในขณะเดียวกันผู้สูงอายุ และครอบครัวส่วนใหญ่ยังขาดการเตรียมการเพื่อรับสภาพปัญหาดังกล่าวอีกทั้งรัฐมีข้อจำกัดด้านสวัสดิการ การสงเคราะห์ การบริการด้านสุขภาพ ไม่ทั่วถึงทั้งในด้านงบประมาณ บุคลากร อุปกรณ์ สถานที่ จึงทำให้ไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุอย่างทั่วถึง ส่วนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในการดูแลตนเอง มีความรู้ มีประสบการณ์ ก็ยังขาดการบริหารจัดการ ที่จะส่งเสริมให้มีโอกาสสร้างประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ

การเปลี่ยนแปลงในผู้สูงอายุเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ และสังคมที่มนุษย์ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ (Srisantisuk, 1996) ซึ่งส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตที่มี

ความสุข มีความรู้สึกพอใจกับชีวิตทั่วไป ความสามารถทางจิตใจที่จะประเมินชีวิตของตนเองว่ามีความพึงพอใจหรือไม่กับภาวะทางกาย จิตใจ สังคม อารมณ์ ซึ่งการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุจำเป็นต้องส่งเสริมคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน คือ คุณภาพชีวิตทางกาย ทางจิตใจ คุณภาพชีวิตทางสังคม และคุณภาพชีวิตทางปัญญา

ในจังหวัดเลยมีจำนวนผู้สูงอายุประมาณ 92,349 คน โดยอำเภอเมืองมีผู้สูงอายุประมาณ 18,715 คน (Leoi Statistics, 2017) โดยผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ การเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง เบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคไต หอบหืด เป็นต้น รวมทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุโดยทั่วไปจะมีรายได้ลดลงเมื่ออายุมากขึ้นจากการประกอบอาชีพทางเกษตรกรรมเนื่องจากไม่มีแรงที่จะทำงานได้อย่างเดิม จึงทำให้รายได้ลดลง อีกทั้งปัญหาไม่มีคนเลี้ยงดูเนื่องจากลูกหลานย้ายไปทำงานต่างถิ่น และมีรายได้ไม่เพียงพอที่จะดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นจึงจำเป็นต้องส่งเสริมคุณภาพชีวิตในผู้สูงอายุ แต่การส่งเสริมคุณภาพชีวิตเป็นภารกิจที่ยาก และท้าทายอย่างมาก ไม่สามารถสำเร็จได้ง่าย จึงจำเป็นต้องสร้างยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตในผู้สูงอายุ แต่ในจังหวัดเลยยังไม่มียุทธศาสตร์ในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จึงจำเป็นต้องร่วมมือกันในระหว่างภาคีที่เกี่ยวข้องซึ่งประกอบด้วย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตัวแทนจากโรงพยาบาลเลย ตัวแทนจากเทศบาลเมืองเลย ผู้นำชุมชน ผู้สูงอายุจังหวัดเลย เพื่อสร้างยุทธศาสตร์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

จากปัญหาที่กล่าวมาจึงมีความจำเป็นต้องส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยผู้วิจัยร่วมกับภาคีที่เกี่ยวข้อง ซึ่งประกอบด้วย ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุจังหวัดเลย พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โรงพยาบาลเลย เทศบาลเมืองเลย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้นำชุมชน โรงเรียนผู้สูงอายุจังหวัดเลย ผนึกกำลังกันพัฒนายุทธศาสตร์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผลจากการศึกษาได้ยุทธศาสตร์เพื่อใช้เป็นกลไกในการขับเคลื่อนการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความสุขในบั้นปลายสุดท้ายของชีวิต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัจจุบันและปัญหาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย
2. เพื่อพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย
3. เพื่อนำยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไปสู่การปฏิบัติและประเมินผลการใช้

ยุทธศาสตร์

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมโดยใช้วิธีการวิจัยแบบผสมผสานใช้ การวิจัยเชิงคุณภาพเป็นหลัก และใช้การวิจัยเชิงปริมาณเป็นวิธีเสริม ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการจัดสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) การประชุมเพื่อระดมความคิดเห็น (Brainstorming) และ การสัมภาษณ์เจาะลึก (In-depth interview) ส่วนการวิจัยเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามวัดคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยเชิงปริมาณ ประชากร คือ ผู้สูงอายุในจังหวัดเลย จำนวน 92,349 คน ส่วนกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในจังหวัดเลยจำนวน 398 คน เพื่อประเมินสภาวะของผู้สูงอายุ และตอบแบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ส่วนการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มเป้าหมาย ประกอบด้วย

- 1) กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการสัมภาษณ์เจาะลึก ประกอบด้วย ประธานชมรมผู้สูงอายุ พยาบาลจากโรงพยาบาลเลย เกี่ยวกับสภาพปัจจุบันการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

2) กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการประชุมระดมความคิดเห็น ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคมเทศบาลเมืองเลย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเลย พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดเลย เกี่ยวกับการพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

3) กลุ่มเป้าหมายใช้ในการนำยุทธศาสตร์ไปสู่การปฏิบัติ ประกอบด้วย ผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ที่มีอายุระหว่าง 60-70 ปี เข้าร่วมในกิจกรรมรวมทั้งสิ้น 100 คน

4) กลุ่มเป้าหมายวิพากษ์ยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ประกอบด้วย ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคมเทศบาลเมืองเลย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลเลย ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดเลย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ ประเมินสุขภาวะของผู้สูงอายุมีลักษณะเป็นคำถามปลายปิด และแบบ Check list และแบบสอบถามคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับโดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient) ได้ 0.91 มีค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามเป็นรายข้อ (Corrected item total correlation) อยู่ระหว่าง 0.24-0.82

ส่วนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ แนวสัมภาษณ์เจาะลึก แนวสนทนากลุ่ม และประเด็นการประชุมระดมความคิดเห็น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาสภาพปัจจุบันและปัญหาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยใช้การสัมภาษณ์เจาะลึก ประธานชมรมผู้สูงอายุ พยาบาลจากโรงพยาบาลเลย

ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ในขั้นตอนนี้มีกิจกรรมดังนี้

1. วิเคราะห์ศักยภาพของเทศบาลเมืองเลย โดยการวิเคราะห์ด้วยเทคนิค SWOT analysis ด้วยการวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายในและภายนอก ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายในเป็นการวิเคราะห์ จุดแข็ง (Strengths) จุดอ่อน (Weaknesses) ใช้กรอบ 4Ms ประกอบด้วย บุคลากร (Man) งบประมาณ (Money) วัสดุอุปกรณ์ (Material) และการบริหารจัดการ (Management) การวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายนอกเป็นการวิเคราะห์ โอกาส (Opportunities) ภาวะคุกคาม (Threats) ใช้กรอบการวิเคราะห์ STEP ประกอบด้วย สังคม (Social) เทคโนโลยี (Technology) เศรษฐกิจ (Economic) การเมืองหรือนโยบาย (Political)

2. การกำหนดวิสัยทัศน์ พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ ยุทธศาสตร์ แผนงาน โครงการ

3. จัดเวทีวิพากษ์โดยการประชุม ผู้นำชุมชน แกนนำผู้สูงอายุอาสาสมัครประจำหมู่บ้าน ตัวแทนจากเทศบาลเมืองเลย ตัวแทนจากโรงพยาบาลเลย ตัวแทนจากพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ขั้นตอนที่ 3 นำยุทธศาสตร์ยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลยสู่การปฏิบัติ ในกระบวนการนี้จะเน้นการมีส่วนร่วม โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการมีการลงมือปฏิบัติจริง โดยการนำยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย สู่การปฏิบัติ

ขั้นตอนที่ 4 การประเมินผลดำเนินงาน ในขั้นตอนนี้เป็นการสรุปผลการดำเนินการต่างๆ ร่วมกัน ระหว่างนักวิจัย กับกลุ่มเป้าหมายและผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่าย เกี่ยวกับกิจกรรมที่ได้ดำเนินการนั้นเกิดประโยชน์อะไรบ้าง อย่างไรบ้าง กิจกรรมใดบ้างที่เหมาะสม

วิธีการตรวจสอบข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้เทคนิคสามเส้า (Triangulation) ซึ่งเป็นการตรวจสอบข้อมูล โดยการพิจารณาถึงเวลา สถานที่ บุคคล ถ้าหากมีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับเวลาสถานที่ และบุคคลของผู้ให้ข้อมูลแล้ว ข้อมูลที่ได้จะเหมือนเดิมหรือไม่

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเชิงปริมาณ ใช้สถิติพื้นฐานที่ใช้ประกอบด้วย ร้อยละ ความถี่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา(Content Analysis) โดยการหมวดหมู่แยกประเภท และวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวคิดหรือทฤษฎีเพื่อหาข้อสรุปแล้วจึงนำเสนอรายงานผลการวิจัยแบบบรรยาย

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาสภาพปัจจุบัน และปัญหาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

1.1 ผลการศึกษาสภาพปัจจุบันการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผลการการศึกษา สภาพปัจจุบัน พบว่ามีการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ด้านสุขภาพโดยมีการตรวจร่างกายประจำปี มีกิจกรรมการออกกำลังกาย เช่น เดินแอโรบิก และมีอสม. แนะนำการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ เช่น การกินผักผลไม้ กินเนื้อปลา งดการกินเนื้อสัตว์ใหญ่ และอาหารรสจัด ส่วนในด้านสังคม มีการจัดงานวันผู้สูงอายุ และแจกเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ และกิจกรรมตามวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา

นอกจากนั้นได้ศึกษาสภาวะผู้สูงอายุเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการส่งเสริมคุณภาพชีวิต ผลการศึกษามีรายละเอียดดังนี้

1) ผลการประเมินสภาวะของผู้สูงอายุ

จากการประเมินสภาวะของผู้สูงอายุจำนวน 398 คน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 59.30) อายุต่ำสุด 50 ปี สูงสุด 96 ปี ส่วนใหญ่อายุอยู่ในช่วง 61-70 ปี (ร้อยละ 51.76) จบการศึกษาในระดับต่ำกว่ามัธยมศึกษา (ร้อยละ 79.14) และไม่ประกอบอาชีพ (ร้อยละ 69.00) ในส่วนผู้ประกอบอาชีพ (ร้อยละ 30.40) ส่วนใหญ่มีอาชีพทำไร่/ทำนา/ทำสวน (ร้อยละ 57.03) มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 1,000 บาท (ร้อยละ 44.22)

ผลการศึกษาสุขภาพทั่วไปของผู้สูงอายุพบว่าสุขภาพทั่วไปของผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่สุขภาพแข็งแรงดี สามารถช่วยเหลือตนเองได้ (ร้อยละ 63.82) ในด้านสายตาสามารถมองเห็นชัดเจน (ร้อยละ 48.74) และการฟังได้ยินชัดเจนดี (ร้อยละ 70.38) สภาพฟัน แข็งแรงดี (ร้อยละ 46.25) ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 50.50) โรคประจำตัวที่เป็นส่วนใหญ่เป็นความดันโลหิตสูง (ร้อยละ 36.84) ไม่มีปัญหากลั่นปัสสาวะ ในรอบ 6 เดือนที่ผ่านมา (ร้อยละ 80.40) ในรอบหนึ่งเดือนที่ผ่านมาไม่มีการเจ็บป่วย (ร้อยละ 74.15) เมื่อเจ็บป่วยแล้วไปรับการรักษา (ร้อยละ 57.29) ไปรับการรักษาที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด (ร้อยละ 57.46) สิ่งที่ไม่รับบริการคือรับยา (ร้อยละ 34.01) ในรอบหนึ่งปีที่ผ่านมา ไม่เคยมีการเจ็บป่วยจนไม่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้จนต้องนอนพักรักษาตัวที่บ้าน (ร้อยละ 80.90) ในรอบ 1 ปี ไม่เคยเจ็บป่วยจนต้องเข้าทำการนอนรักษาตัวในโรงพยาบาล (ร้อยละ 81.90) ในภาพรวมแล้วสุขภาพดี (ร้อยละ 33.40)

ผลการศึกษาพฤติกรรมการใช้สารเสพติดในผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ดื่มสุรา/เบียร์ (ร้อยละ 73.85) ไม่ดื่มยาสูบ (ร้อยละ 84.17) ไม่สูบบุหรี่ (ร้อยละ 81.40) ไม่เคี้ยวหมาก (ร้อยละ 88.94) แต่รับประทานยาแก้ปวดนานๆ ครั้ง (ร้อยละ 45.98)

2) ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลยพบว่าส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตในระดับปานกลาง มีเพียงร้อยละ 2.30 เท่านั้นที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี

1.2 ผลการศึกษาปัญหาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผลการศึกษาพบว่ามีปัญหาในเรื่องงบประมาณค่าใช้จ่ายที่ค่อนข้างสูงและยังไม่เพียงพอต่อการจ้างบุคลากร ซึ่งเป็นปัญหาหลักต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย และ ปัญหาเรื่องความไม่เพียงพอของบุคลากรในการดูแลผู้สูงอายุ รวมทั้ง ปัญหาของผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้มีจำนวนมาก ทำให้ไม่สามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง

นอกจากนั้นแล้วยังมีปัญหาจากตัวของผู้สูงอายุที่บางส่วนไม่พร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมมักจะมาสายแต่กลับก่อน และเรื่องสุขภาพของผู้สูงอายุบางคนเจ็บป่วยแต่อยากเข้าร่วม อีกทั้งยังมีปัญหาเรื่องงบประมาณในการจัดกิจกรรม ผู้สูงอายุของงบประมาณจากท้องถิ่นไม่ได้ ไม่สามารถเขียนโครงการของงบประมาณได้

2. ผลการพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผลการพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลยโดยเริ่มจากการวิเคราะห์ศักยภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเลยใช้การวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์ด้วยเทคนิค SWOT analysis ด้วยการวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายในและภายนอก โดยการวิเคราะห์สภาพแวดล้อมภายในเป็นการวิเคราะห์ จุดแข็ง (Strengths) และ จุดอ่อน (Weakness) การกำหนดวิสัยทัศน์ พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ แผนงาน โครงการ/กิจกรรม รวมทั้งการวิพากษ์ยุทธศาสตร์แล้วจึงทำแผนยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ผลที่ได้มีรายละเอียดดังนี้

วิสัยทัศน์

ผู้สูงอายุในจังหวัดเลย มีสุขภาพแข็งแรง อยู่ในครอบครัวอย่างมีความสุข มีส่วนร่วมในการอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น และพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

พันธกิจ

1. พัฒนาสุขภาพของผู้สูงอายุ ในด้านสุขภาพกาย อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ
2. พัฒนาสัมพันธภาพของผู้สูงอายุให้สามารถอยู่ในครอบครัวและชุมชนได้
3. ส่งเสริมศักยภาพของผู้สูงอายุ ในการมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น
4. พัฒนาอาชีพให้ผู้สูงอายุเพื่อให้มีส่วนร่วมพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

เป้าประสงค์

1. ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดีอย่างครอบคลุมในทุกมิติทั้ง ในด้านสุขภาพกาย อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ
2. ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเองได้และอยู่กับครอบครัวและชุมชนได้อย่างมีความสุข
3. ผู้สูงอายุได้ใช้ศักยภาพในการมีส่วนร่วมในการอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่น
4. ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการสร้างอาชีพเพื่อให้พัฒนาเศรษฐกิจและสังคม

ประเด็นยุทธศาสตร์

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ มีกิจกรรมดังนี้

1. โครงการออกกำลังกายแบบจ๊ิง
2. โครงการกีฬาเพื่อสุขภาพ

3. โครงการอบรมให้ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการ
4. โครงการฝึกปฏิบัติธรรม ธรรมะในผู้สูงอายุ ทุกวันพระ
5. โครงการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่ผู้สูงอายุ
6. โครงการฝึกอบรมการปฐมพยาบาลเบื้องต้นผู้สูงอายุ
7. โครงการพัฒนาส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ (การจัดการความเครียดในผู้สูงอายุ)
8. โครงการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
9. โครงการออกกำลังกายด้วยเพลงพื้นบ้านผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวผู้สูงอายุ มีกิจกรรมดังนี้

1. กิจกรรมวันผู้สูงอายุในชุมชน
2. กิจกรรมครอบครัวสัมพันธ์ในชุมชน
3. กิจกรรมลูกหลานคืนสู่บ้าน 14 เมษายน
4. กิจกรรมสังสรรค์ในครอบครัว ในบุญประจำปี
5. กิจกรรมบุญข้าชะ
6. กิจกรรมอนุรักษ์การแข่งขันเรือในชุมชนกม่งชี

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมและสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการอนุรักษ์วัฒนธรรมในชุมชน มีกิจกรรมดังนี้

1. โครงการส่งเสริมผู้สูงอายุเผยแพร่ภูมิปัญญา (รำดอกไม้)
2. โครงการจัดศูนย์เรียนรู้ แสดงผลงานผู้สูงอายุ
3. โครงการจัดตั้งพิพิธภัณฑ์ชุมชนผู้สูงอายุ
4. โครงการกิจกรรมนุ่งขาวเข้าวัดทุกวันพระ
5. โครงการประกวดเล่านิทานพื้นบ้านผู้สูงอายุ
6. โครงการจัดกิจกรรมในงานบุญประจำปี
7. โครงการประกวดร้องสรภัญญะในผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการพัฒนาเศรษฐกิจสังคม / ชุมชน มีกิจกรรมดังนี้

1. โครงการเพื่อนช่วยเพื่อน เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ
2. โครงการจิตอาสาในผู้สูงอายุ
3. โครงการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นวิทยากรในท้องถิ่น
4. โครงการเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ
5. โครงการหน้าบ้าน นามอง
6. โครงการร่วมกันพัฒนาวัด และสาธารณะประโยชน์ทุกวันพระ

3. ผลการนำยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตไปสู่การปฏิบัติและประเมินผลการนำยุทธศาสตร์ไปใช้
ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้ดำเนินโครงการดังนี้

1) การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพแข็งแรง ลดภาวะเจ็บป่วยจากโรคภัยไข้เจ็บ ให้ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ส่งเสริมความรัก/สามัคคี แก่หมู่คณะ และลดภาระทางเศรษฐกิจให้แก่ครอบครัวและประเทศชาติ กิจกรรมในงานประกอบด้วย การแสดงโชว์ออกกำลังกายแบบจ๊ิง การร่วมนวดพื้นบ้านและการเต้นแอโรบิค

2) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต โดยการลดความเครียดในผู้สูงอายุ กิจกรรมประกอบด้วย การบรรยาย การละลายพฤติกรรม การเล่นเกมต่างๆ ลดความเครียดทำให้ผู้สูงอายุสนุกสนาน

3) โครงการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่ผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพกาย การคัดกรองโรค ตรวจหาโรค เมื่อพบโรคจึงส่งต่อการรักษาไปการดำเนินกิจกรรม ประกอบด้วย การลงทะเบียนผู้สูงอายุแล้วตรวจร่างกายเบื้องต้นคือ ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดรอบเอว ตรวจวัดความดัน เจาะเลือด ตรวจคัดกรองโรคหอบหืด ตรวจช่องปาก ตรวจวัดสายตา พบแพทย์ รับยา

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวผู้สูงอายุ ได้ดำเนินโครงการดังนี้

1) กิจกรรมวันผู้สูงอายุ กิจกรรมนี้กำหนดจัดในวันที่ 13 เมษายน ของทุกปี ซึ่งเป็นวันผู้สูงอายุ เป็นวันที่ลูกหลานกลับมาเยี่ยมบ้าน เยี่ยมพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ทำให้ วันนี้เป็นเหมือนวันรวมญาติ ที่จะได้อยู่กันแบบอบอุ่น กิจกรรมในงานประกอบด้วย กิจกรรมรดน้ำขอพรมอบของขวัญและขอพรจากผู้สูงอายุ การแสดงการเล่นของผู้สูงอายุ รวมทั้งการบริการตรวจสุขภาพฟัน การตรวจสายตา การตรวจสุขภาพเบื้องต้น การตรวจวัดความดัน เบาหวาน

2) กิจกรรมวันครอบครัวสัมพันธ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ดำเนินการทุกที่ 14 เมษายน ของทุกปี กิจกรรมเริ่มต้นตอนเช้าตักบาตรพระสงฆ์ 5 รูป สวดมนต์ ฟังเทศน์ 1 กัณฑ์ รับประทานอาหารร่วมกัน และจัดพิธีสงฆ์น้ำพระ ขอมพร เสร็จแล้วสงฆ์ผู้สูงอายุ และมีกิจกรรมการเล่น เช่น ปิดตาตีปิ๊บ การเล่นเกมวงฆ้องวงน้ำตักลูกมะนาว การร่ำวงของผู้สูงอายุ

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมและสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการอนุรักษ์วัฒนธรรมในชุมชน ได้ดำเนินโครงการดังนี้

1) กิจกรรมบุญข้าชะ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์วัฒนธรรมบุญข้าชะ ในชุมชนเป็นการทำบุญเพื่อล้างเสนียดจัญไร เชื่อว่าเมื่อทำแล้ว จะทำให้ฝนตกต้องตามฤดูกาล ข้าวปลาอุดมสมบูรณ์ ชุมชนอยู่เย็นเป็นสุข ซึ่งได้เลิกไปแล้วไม่ได้ทำเป็นเวลานานมาก โดยจัดขึ้นตามความพร้อมของชุมชน (ปกตินิยมจัดกันในเดือน 7) กิจกรรมเริ่มต้นตอนเช้า สวดมนต์ ตักบาตรพระภิกษุสงฆ์และถวายภัตตาหาร และฟังเทศน์ 1 กัณฑ์ เสร็จแล้วผู้สูงอายุร่วมรับประทานอาหาร ส่วนตอนเย็น 18.00 น. พระสงฆ์พาสวดมนต์เย็น และฟังเทศน์ 1 กัณฑ์ พร้อมกันนี้สมมติ

2) กิจกรรมนุ่งขาวเข้าวัดทุกวันพระ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมท้องถิ่น รวมทั้งการพัฒนาจิตวิญญาณของผู้สูงอายุด้วย กิจกรรมนี้ดำเนินการในทุกวันพระ 15 ค่ำโดยเริ่มครั้งแรกในวันพุธที่ 31 มกราคม 2561 กิจกรรม ในตอนเช้ามีการสวดมนต์ และตักบาตรพระสงฆ์ 5 รูป ฟังเทศน์ 1 กัณฑ์ และทำวัตรเช้าเสร็จแล้ว ร่วมรับประทานอาหารเข้าด้วยกัน

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการพัฒนาเศรษฐกิจสังคม/ชุมชน ได้ดำเนินโครงการดังนี้

1) กิจกรรมส่งเสริมอาชีพการทำบายศรีสู่ขวัญ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างอาชีพเสริมรายได้ในการทำบายศรีสู่ขวัญให้แก่ผู้สูงอายุซึ่งเป็นการต้องการของกลุ่มเพื่อทำจำหน่ายและใช้ในชุมชนในงานพิธีต่างๆ การดำเนินกิจกรรม ประกอบด้วย การบรรยายความรู้เกี่ยวกับการทำบายศรี และสาธิตการทำบายศรีสู่ขวัญ หลังจากนั้นมีการลงมือปฏิบัติทำบายศรีซึ่งผู้สูงอายุทุกคนสามารถทำบายศรีสู่ขวัญได้ และสามารถสร้างรายได้ให้แก่ผู้สูงอายุและทำใช้ในชุมชน เช่น งานแต่งงาน, งานมงคลต่างๆ

2) การอบรมอาชีพแปรรูปสมุนไพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างอาชีพเสริมรายได้ในการแปรรูปสมุนไพร ให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อจำหน่ายและใช้ในครัวเรือนลดรายจ่าย โดยอบรมการแปรรูปสมุนไพรต่างๆ ได้แก่ การทำสบู่เหลวจากสมุนไพร ทำแชมพูสมุนไพรทำขี้ผึ้งโพล และทำน้ำมันเหลือง ผู้สูงอายุทุกคนสามารถทำได้เป็นการสร้างอาชีพเสริม และนำกลับบ้านไปใช้ในครัวเรือนเป็นการลดรายจ่ายในครัวเรือน

3) กิจกรรมการพัฒนาอาชีพการทำกะหรี่ป๊อปสมุนไพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างอาชีพเสริมรายได้ในการทำขนมกะหรี่ป๊อปให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อเป็นสินค้าของกลุ่มนำไปจำหน่ายที่ถนนคนเดิน ซึ่งผู้สูงอายุทุกคนสามารถทำกะหรี่ป๊อปได้ด้วยตนเอง

ผลประโยชน์ผลการนำยุทธศาสตร์ไปใช้

ผลการประเมินการนำยุทธศาสตร์ไปใช้โดยการประเมินผลลัพธ์จากการสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่าย เห็นว่าผลจากการนำยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ไปทดลองใช้ ส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ในการพัฒนาสุขภาพทางร่างกาย จากการออกกำลังกาย ทำให้มีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วยง่าย สุขภาพทางสังคมจากการรวมกลุ่มทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้มีเพื่อน ไม่เหงา และสุขภาพทางเศรษฐกิจจากการสร้างรายได้

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาสภาพและปัญหาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผลการศึกษา สภาพปัจจุบัน พบว่ามีการดำเนินกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย ด้านสุขภาพโดยมีการตรวจร่างกายประจำปี มีกิจกรรมการออกกำลังกาย เช่น เดินแอโรบิค และมี สวม. แนะนำการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ เช่น การกินผักผลไม้ กินเนื้อปลา ดื่มน้ำสะอาด และอาหารรสจัด ส่วนในด้านสังคม มีการจัดงานวันผู้สูงอายุ และแจกเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ และกิจกรรมตามวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ซึ่งในทุกกิจกรรม เช่น การจัดงานวันผู้สูงอายุ และแจกเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ เป็นงานประจำที่ต้องทำตามภารกิจในการส่งเสริมสุขภาพให้ผู้สูงอายุ ส่วนในชุมชนมีกิจกรรมการออกกำลังกาย เช่น เดินแอโรบิค ทั้งนี้เพราะการเดินแอโรบิคเป็นนโยบายจากกระทรวงสาธารณสุขที่ส่งเสริมให้ทุกชุมชนมีการออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิค โดยมีงบประมาณสนับสนุนการเดิน มีการอบรมผู้นำเดิน ซึ่งการออกกำลังกายนี้เป็นไปตามแนวคิดการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพของ Siripanitch. (2000) ที่ได้กล่าวว่าการออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้สูงอายุจะช่วยให้ร่างกายมีสมรรถภาพทางกายดีขึ้น ลดอัตราเสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจ ช่วยควบคุมน้ำหนักตัว ปรับปรุงสัดส่วนของร่างกายให้ดีขึ้น ทำให้ร่างกายมีการหดยึดกล้ามเนื้อ และ ข้อต่อ ทำให้การไหลเวียนของโลหิตดีขึ้น การออกกำลังกาย ช่วยให้มีการหายใจลึกมีผลทำให้เม็ดเลือดแดงได้รับออกซิเจนมากขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่าการออกกำลังกายทำให้ระยะเวลาในการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังลดลงช่วยให้อายุยืนยาวขึ้น ของร่างกายทำหน้าที่ได้ดีขึ้น ลดอัตราการเสื่อมของกระดูก ส่งผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้น อีกทั้งทำให้มีจิตใจสดชื่นแจ่มใส สามารถดำรงชีวิต อยู่ในสังคมได้เป็นอย่างดี ผลการศึกษาค้นคว้านี้ได้รับการยืนยันจากผลการวิจัยของ Yongyuth. (2003) ได้ศึกษาพฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองและการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ ซึ่งพบว่า โครงการโรงพยาบาลเคลื่อนที่เป็นกิจกรรมที่จำเป็นต่อการเสริมสร้างสุขภาพโดยได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องคือโรงพยาบาลเลย ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้เป็นภาระกิจงานประจำตามหน้าที่ของโรงพยาบาลที่รับผิดชอบดำเนินการให้แก่กลุ่มผู้สูงอายุ

ผลการศึกษาสภาพปัญหาในการจัดกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ผ่านมาพบว่ามีปัญหาในเรื่องงบประมาณค่าใช้จ่ายที่ค่อนข้างสูงและยังไม่เพียงพอต่อการจ้างบุคลากร ซึ่งเป็นปัญหาหลักต่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเลย และ ปัญหาเรื่องความไม่เพียงพอของบุคลากรในการดูแลผู้สูงอายุ รวมทั้ง ปัญหาของผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้มีจำนวนมาก ทำให้ไม่สามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง ทั้งนี้

เพราะปัญหาเรื่องงบประมาณค่าใช้จ่าย ปัญหาบุคลากรนั้นเป็นปัญหาที่สำคัญของการดำเนินงานซึ่งทั้งเรื่องงบประมาณและเรื่องบุคลากรเป็นกลไกที่สำคัญในการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ รวมทั้งปัญหาจากตัวของผู้สูงอายุที่บางส่วนไม่พร้อมที่จะเข้าร่วมกิจกรรมมักจะมาสาย แต่กลับก่อน ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm. (2010) ได้ศึกษาพบว่าปัญหาในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตพบว่ามีปัญหานี้ในเรื่องผู้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้สูงอายุไม่สนใจ ไม่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม

2. ผลการพัฒนายุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลย

ผลการพัฒนาได้กำหนดวิสัยทัศน์ พันธกิจ ประเด็นยุทธศาสตร์ แผนงาน โครงการ/กิจกรรม ซึ่งยุทธศาสตร์ประกอบด้วย ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวผู้สูงอายุ ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมและสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการอนุรักษ์วัฒนธรรมในชุมชนและยุทธศาสตร์ที่ 4 การสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการพัฒนาเศรษฐกิจสังคม/ชุมชน ซึ่งยุทธศาสตร์ที่ได้นี้มาจากความคิดเห็นของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่าย ซึ่งยุทธศาสตร์ที่ได้นี้สอดคล้องกับปฏิญญาผู้สูงอายุไทยในข้อ 2 ผู้สูงอายุควรอยู่กับครอบครัวโดยได้รับความเคารพ ความเข้าใจ ความเอื้ออาทร การดูแลเอาใจใส่ การยอมรับบทบาทของกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และข้อ 5 ผู้สูงอายุควรได้เรียนรู้ในการดูแลสุขภาพอนามัยของตนเอง ต้องมีหลักประกันและสามารถเข้าถึงบริการด้านสุขภาพอนามัยอย่างครบวงจรโดยเท่าเทียมกัน รวมทั้งได้รับการดูแลจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิตอย่างสงบตามคตินิยม อีกทั้งยังสอดคล้องกับรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. 2540 ได้บัญญัติถึงเรื่องสิทธิของผู้สูงอายุ และหน้าที่ชนชาวไทยเพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความช่วยเหลือ มีคุณภาพชีวิตที่ดีและพึ่งตนเองได้ (Sirinyomchai, 2011) และยังสอดคล้องกับ (The Second Long-Term National Plan for Aging (2002-2021) ในหมวดที่ 2 ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมผู้สูงอายุ ที่มีมาตรการในการ ส่งเสริมความรู้ ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ดูแลตนเองเบื้องต้น และการจัดบริการการอบรมในรูปแบบที่หลากหลายและเหมาะสมแก่ผู้สูงอายุ (Rattana-ubon, et al., 2010)

3. ผลการนำยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตไปสู่การปฏิบัติ

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ดำเนินโครงการดังนี้

1) การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เป็นส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพแข็งแรง ลดภาวะเจ็บป่วยจากโรคภัยไข้เจ็บ ให้ผู้สูงอายุใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับแนวคิดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุที่สรุปว่าพฤติกรรมออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็นต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ เช่นเดียวกับวัยอื่น ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Duangkaew & Det-Udom. (2007) ได้ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลโพรงมะเดื่อ อำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม พบว่า การออกกำลังกายเหมาะสมกับวัยและสภาพความพร้อมของร่างกาย เช่น รำไม้พลอง รำไทเก็ก เปตอง และผลการศึกษาครั้งนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm. (2010) ได้วิจัยและพัฒนานวัตกรรมในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนจังหวัดเลยได้นวัตกรรมด้านสุขภาพ ได้ดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพเดินแอโรบิกและออกกำลังกายโดยใช้กะลาหรรษา

2) กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิต โดยการลดความเครียดในผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ในผู้ใหญ่ที่สรุปสาระสำคัญว่าความสนใจของผู้ใหญ่ ซึ่งผู้ใหญ่มักถูกชักจูงให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี ถ้าหากตรงกับความต้องการและความสนใจในประสบการณ์ที่ผ่านมาจึงจะเกิดความพึงพอใจ อีกทั้งยังสอดคล้องกับแนวคิดของ Pender. (1996) เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตว่าต้องประกอบด้วย การมีสุขภาพจิตดี มีจิตใจที่เป็นสุขหรือมีความสุขทุกขีใจความวุ่นวายใจน้อยที่สุด มีความกระตือรือร้น

ในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ต้องการและเกิดความสุขในชีวิต ผลการศึกษาค้นคว้านี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Tancharoenrat. (1993) ที่ได้วิจัยเพื่อพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมบุคลากรทางสุขภาพเพื่อเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุ ผลการสร้างหลักสูตรได้เนื้อหาหลักสูตรฝึกอบรมประกอบด้วย ภาวะสุขภาพผู้สูงอายุ โภชนาการในผู้สูงอายุ และการออกกำลังกายในผู้สูงอายุ หลังจากทดลองใช้หลักสูตรพบว่า การอบรมว่าเป็นแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุได้

3) โครงการตรวจสุขภาพเคลื่อนที่สำหรับผู้สูงอายุ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพกายการคัดกรองโรค ตรวจหาโรค ผลการศึกษาค้นคว้านี้สอดคล้องกับแนวคิดแผนระยะยาวเพื่อผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 ที่มีมาตรการในการส่งเสริมความรู้ ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ดูแลตนเองเบื้องต้น (Rattana-ubon, et al., 2010) ผลการศึกษาค้นคว้านี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm. (2010) ได้วิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนบ้านศรีบุญเรือง อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดเลย โดยได้ดำเนินกิจกรรมตลาดนัดสุขภาพ โดยมุ่งส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยการจัดบรรยากาศภายในชุมชน จำลองให้เป็นโรงพยาบาลภายในชุมชน ซึ่งในวันนั้นจะมีกิจกรรมต่างๆ เช่นเดียวกับกิจกรรมในโรงพยาบาล ได้แก่ การทำบัตรทองโดยเจ้าหน้าที่ การตรวจสุขภาพโดยแพทย์ การตรวจฟันโดยทันตแพทย์ การฉายยาโดยเภสัชกร เป็นต้น

ยุทธศาสตร์ที่ 2 การส่งเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัวผู้สูงอายุ ผลการพิจารณาเลือกโครงการดังนี้

1) กิจกรรมวันผู้สูงอายุ ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวนี้เป็นนโยบายของรัฐบาลที่กำหนดให้ทุกวันที่ 13 เมษายน ของทุกปีเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติโดยกำหนดให้มีกิจกรรมต่างๆ แตกต่างกันไปในแต่ละบริบทพื้นที่ตามความพร้อมของหน่วยงานที่จัดงาน ผลการศึกษาค้นคว้านี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm. (2010) ได้วิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนศรีบุญเรือง อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดเลยได้ดำเนินกิจกรรมงานวันผู้สูงอายุ กิจกรรมนี้จัดในช่วงวันผู้สูงอายุแห่งชาติ ในงานมีกิจกรรมการรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุมอบของขวัญให้ผู้สูงอายุ และการประกวดผู้สูงอายุสุขภาพดี โดยมีการแจกของขวัญให้ผู้สูงอายุทุกคน หลังจากเสร็จกิจกรรมแล้วรับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน

2) กิจกรรมวันครอบครัวสัมพันธ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว ผลการศึกษาค้นคว้านี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Prasutha. (2008) ได้วิจัยเรื่องการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ช่วยเสริมสร้างความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์มากยิ่งขึ้นมีความสัมพันธ์ร่วมกับผู้อื่นในสังคมและชุมชนได้ และผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Khunmuang. (2003) พบว่า ผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมสูงจะมีการปรับตัวได้ดีทั้งทางร่างกาย จิตใจและสังคม และบุคคลที่สามารถดำรงกิจกรรมทางสังคมได้จะเป็นผู้ที่มีความพอใจในชีวิตสูงและมีภาพลักษณ์เกี่ยวกับตัวเองดี ผู้สูงอายุที่พยายามหากิจกรรมอื่นมาทดแทนกิจกรรมเดิม ซึ่งทำให้ยังคงบทบาทบางอย่างของตนไว้ได้ก็จะทำให้บุคคลผู้นั้นเป็นผู้สูงอายุที่มีความพอใจในชีวิต ทำให้มองโลกมีชีวิตชีวาไม่หดหู่

ยุทธศาสตร์ที่ 3 การส่งเสริมและสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการอนุรักษ์วัฒนธรรมในชุมชน ผลการพิจารณาเลือกโครงการดังนี้

1) กิจกรรมบุญข้าชะ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์วัฒนธรรมบุญข้าชะ โดยผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มเพื่อดำเนินกิจกรรมที่พัฒนาจิตใจ โดยการปฏิบัติธรรม นั่งวิปัสสนา สวดมนต์ร่วมกัน และชำระล้างบ้านให้สะอาด ผลการศึกษาค้นคว้านี้สอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาสุขภาพทางจิตโดยการปฏิบัติทางธรรมมีการฝึกสมาธิ วิปัสสนาและปฏิบัติธรรม (Thai Health Promotion Foundation, 2001) และผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการวิจัยของ Aun-siri. (2016) ที่พบว่าผู้สูงอายุที่บ้านแสงเจริญ อำเภอนาดูน จังหวัดเลย ต้องการทำกิจกรรมทำบุญปฏิบัติธรรมที่วัดในวันพระเพื่อส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจ

2) กิจกรรมนุ่งขาวเข้าวัดทุกวันพระ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมท้องถิ่น รวมทั้งการพัฒนาจิตวิญญาณของผู้สูงอายุด้วย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการสร้างความสุขในผู้สูงอายุว่าผู้สูงอายุต้องมีกิจกรรมทำอย่างอยู่เฉยๆ การมีกิจกรรมทำสามารถผ่อนคลายความเครียดได้ ซึ่งในวันพระนั้นประชาชนส่วนใหญ่จะหยุดงาน และไปวัดเป็นการทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขได้ทำกิจกรรมใกล้ชิดศาสนา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการสร้างความสุขของ Siripanitch. (2000) ที่ได้กล่าวไว้ว่าการได้ไปวัดหรือโบสถ์เพื่อฟังเทศน์ฟังธรรมหรือสันทนาธรรมที่ทำให้จิตใจของตนสงบและเป็นสุข และผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm. (2010) ได้วิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านศรีบุญเรือง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลยได้ดำเนินกิจกรรมพบกันวันพระ กิจกรรมนี้ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีการรวมกลุ่มเพื่อดำเนินกิจกรรมที่พัฒนาจิตใจ โดยการปฏิบัติธรรม นั่งวิปัสสนา สวดมนต์ร่วมกัน ซึ่งกำหนดให้มีกิจกรรมนี้ทุกวันพระ 8 คำ (วันพระเล็ก) และ 15 คำ (วันพระใหญ่) ซึ่งในวันพระนั้นประชาชนส่วนใหญ่จะหยุดงาน และไปวัด

ยุทธศาสตร์ที่ 4 การสนับสนุนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ ในการพัฒนาเศรษฐกิจสังคม/ชุมชน ผลการพิจารณาเลือกโครงการดังนี้

1) กิจกรรมส่งเสริมอาชีพการทำบายศรีสู่ขวัญ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างอาชีพเสริมรายได้ในการทำบายศรีสู่ขวัญให้แก่ผู้สูงอายุ ผลจากการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับหลักการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุในการประกอบอาชีพ เพื่อคลายเหงา เกิดความเพลิดเพลิน ผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ มีความสุขได้รายได้เพิ่มขึ้นและเกิดประโยชน์ต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายของแผนพัฒนาผู้สูงอายุที่ได้ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีงานทำโดยรัฐบาลได้เปิดตลาดอาชีพสำหรับผู้สูงอายุในรูปแบบต่างๆ ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ (Phon-ngarm, 2010) ได้วิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านศรีบุญเรือง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลย ได้ดำเนินกิจกรรมการทำดอกไม้จันทน์ ผู้สูงอายุได้รวมตัวกันเพื่อทำดอกไม้จันทน์ และได้นำดอกไม้จันทน์ไปส่งที่ร้านขายสังฆภัณฑ์ต่างๆ ในเขตอำเภอวังสะพุง

2) การอบรมอาชีพแปรรูปสมุนไพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างอาชีพเสริมรายได้ในการแปรรูปสมุนไพร ให้แก่ผู้สูงอายุ ซึ่งกิจกรรมที่ได้ทั้งหมดนี้มาจากความต้องการของผู้สูงอายุเป็นกิจกรรมที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย สอดคล้องกับบริบทชุมชน วิถีชุมชน ซึ่งแตกต่างจากกิจกรรมที่ดำเนินการโดยภาครัฐโดยไม่มีการสำรวจความต้องการแต่ดำเนินการโดยหน้าที่ภายใต้งบประมาณที่ได้รับ เมื่อหมดงบประมาณก็หยุดดำเนินงาน กิจกรรมอื่นๆ จึงไม่ยั่งยืน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการสร้างความสุขในผู้สูงอายุว่าผู้สูงอายุต้องมีกิจกรรมทำอย่างอยู่เฉยๆ การมีกิจกรรมทำสามารถผ่อนคลายความเครียดได้ ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm (2010) ได้วิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านศรีบุญเรือง อำเภอวังสะพุง จังหวัดเลยได้ดำเนินกิจกรรมสร้างรายได้โดยการแปรรูปสมุนไพร โดยดำเนินการฝึกอบรมการแปรรูปสมุนไพร ให้แก่ผู้สูงอายุได้อบรมการแปรรูปสมุนไพรเพื่อเป็นผลิตภัณฑ์ต่างๆ คือ น้ำยาล้างจานมะกรูด ยาหม่องเสลดพังพอน พิมเสนน้ำ น้ำยาอบเนกประสงค์สมุนไพร น้ำยาปรับผ้านุ่มสมุนไพร และเทียนไล่ยุงตะไคร้หอม เมื่อสิ้นสุดการอบรมสามารถผลิตสินค้าเพื่อจำหน่ายในชมรมผู้สูงอายุ และจำหน่ายในชุมชน

3) กิจกรรมการพัฒนาอาชีพการทำกะหรีบสมุนไพร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างอาชีพเสริมรายได้ในการทำขนมกะหรีบ ให้แก่ผู้สูงอายุ ผลจากการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับหลักการพึ่งพาตนเองทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุโดยการประกอบ เพื่อคลายเหงา เกิดความเพลิดเพลิน ผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ

มีความสุข ได้รายได้เพิ่มขึ้นและเกิดประโยชน์ต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Phon-ngarm. (2010) ได้วิจัยและพัฒนานวัตกรรมในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนอำเภอเมือง จังหวัดเลย ได้ดำเนินกิจกรรมการทำกระหรีบปีใส่ใ้แก่น้ำพริกแจ้วดำนน้ำผักสะทอน ผู้สูงอายุได้รวมตัวกันเพื่อทำกระหรีบปีใส่ใ้แก่น้ำพริกแจ้วดำนน้ำผักสะทอน หลังจากนั้นได้นำไปขายในโรงเรียนเทศบาลหนองผก้าม ตลาดหนองผก้าม และจำหน่ายในกลุ่มที่มาศึกษาดูงาน

ผลการประเมินยุทธศาสตร์การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเลยโดยการประเมินความพึงพอใจผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโครงการและผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่าย พบว่าทุกฝ่ายต่างพึงพอใจเพราะกิจกรรมที่ดำเนินการ ส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ในการพัฒนาสุขภาพทางร่างกายจากการออกกำลังกาย ทำให้มีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วยง่าย สุขภาพทางสังคมจากการรวมกลุ่มทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้มีเพื่อน ไม่เหงา และสุขภาพทางเศรษฐกิจจากการสร้างรายได้การที่ทุกฝ่ายเกิดความพึงพอใจนั้นสอดคล้องกับแนวคิดความพึงพอใจที่สรุปว่าเมื่อคาดหวังหรือมีความตั้งใจได้รับการตอบสนองด้วยดีจะเกิดความพึงพอใจในสิ่งนั้น (Pannatawee, 1999) และสอดคล้องกับแนวคิดของ Hiranto. (1988) ได้สรุปว่า ความพึงพอใจเป็นสิ่งที่ทำให้ทุกคน เกิดความสบายใจ เมื่อได้รับการตอบสนองความต้องการของตนทำให้เกิดความสุข ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Suthon. (2017) ได้วิจัยเรื่องยุทธศาสตร์การส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียนในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเลย เขต 3 พบว่าผลการนำยุทธศาสตร์ไปสู่การปฏิบัติทำให้เกิดความพึงพอใจของทุกฝ่ายทำให้เกิดผลลัพธ์ต่อการเรียนรู้ของนักเรียนและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษสูงขึ้น และยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ (Gnophanxay, 2017) ได้วิจัยเพื่อพัฒนายุทธศาสตร์การจัดการเรียนการสอนทางไกล ของโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายปากซัน แขวงบอลิคำไซ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว โดยมีการประเมินผลการนำยุทธศาสตร์สู่การปฏิบัติ พบว่าทุกโครงการที่ได้ลงมือปฏิบัติจริงก่อให้เกิดผลความพึงพอใจในภาพรวมทุกโครงการอยู่ในระดับมากที่สุด

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผลการการวิจัยได้ยุทธศาสตร์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านสังคม ด้านวัฒนธรรมและด้านเศรษฐกิจ ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในพื้นที่อื่นๆ ได้
2. จากการศึกษาพบว่าการดำเนินกิจกรรมใดๆ ก็ตามต้องมาจากความต้องการของผู้สูงอายุจึงได้รับความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรม ดังนั้น ครั้งต่อไป ในการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุจำเป็นต้องสำรวจความต้องการในการจัดกิจกรรมด้วย
3. จากการศึกษาพบว่าการอบรมส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพเป็นสิ่งจำเป็นมาก ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเช่น โรงพยาบาล เทศบาล ฯลฯ ควรจัดการอบรมอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยต่อยอดเกี่ยวกับการวิจัยและพัฒนาแบบส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ
2. ควรมีการวิจัยเพื่อสร้างเครือข่ายส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุให้ครอบคลุมในทุกภูมิภาค

References

- Aun-siri, N. (2016). Innovation Development for Community Elderly Health Promotion in : A Case Study of Saengcharoen Villange, Na-Duang Subdistrict, Na-Duang District, Loei Province. Ph.D. Dissertation. Doctor of Philosophy Program in Regional Development, Loei Rajabhat University.

- Duangkaew, T. & Det-Udom, H. (2007). **Self-care behaviors of the elderly: a case study of Phrong Maduea Sub-district, Mueang District, Nakhon Pathom Province.** Nakhon Pathom : Nakhon Pathom Rajabhat University.
- Gnophanxay, C. (2017). **Strategy Development of Distance Teaching-learning of Paksan High School Bolikhamxay Province Vientiane Lao P.D.R.** Ph.D. Dissertation. Doctor of Philosophy Program in Regional Development, Loei Rajabhat University.
- Hiranto, U. (1988). **Principles of Personnel Administration.** (2 nd ed.). Bangkok : O.S. Printing House.
- Khunmuang, A. (2003). **Mental Health Behaviors of Elderly Club Members in Sra Kaew Province. Independent Study.** Master of Nursing Science. Khon Kaen University.
- Loei Statistics. (2017). **Statistical data of the elderly in Loei Province.** Loei : Loei Statistics.
- Pender, N. J. (1996). **Health promotion in Nursing Practice.** (2 nd ed.). Stamford, CT : Appleton & Lange.
- Pannatawee, W. (1999). **People's satisfaction toward the service of the Ministry of Interior's Agencies in Muang Districe, Mae Hong Son Province.** Master's Educational Chiang Mai University.
- Phon-ngarm, P. (2010). **A Participatory Action Research for a Development of Community Elderly Health Promotion : A Case Study of Sribunrueng Villange, Wang Saphung District, Loei Province.** Loei : Loei Rajabhat University.
- Phon-ngarm, P., et al. (2015). **A Research and Development of Community Elderly Health Promotion Innovation : A Case Study of Muang District, Loei Province.** Loei : Loei Rajabhat University.
- Prasutha, K. (2008). **A study of participation in social activities of the elderly in Nong Bo Sub-district Song Phi Nong District Suphan Buri Province.** Master's Educational Nakhon Pathom Rajabhat University.
- Rattana-ubon, A., et al. (2010). **A study and Lifelong Learning of the Elderly in Thailand.** Bangkok : Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute.
- Sirinyomchai, R. (2011). **Advanced Practice Nursing in Foot Care for Older Adults with Diabetes Mellitus.** *Rama Nurs J*, 9(2), 183-193.
- Siripanitch, B. (2000). **Handout for the Elderly.** Bangkok : Moh-chao-Ban.
- Srisantisuk, S. (1996). **Sociology of aging : realities and prospectives in Thai society.** Bangkok : Chulalongkorn University.
- Suthon, C. (2017). **Strategies to Promote Learning of School Children in Loei Primary Education Office Area 3 by Integrating the Life insurance Business in Loei Province.** Ph.D. Dissertation. Doctor of Philosophy Program in Regional Development, Loei Rajabhat University.

- Tancharoenrat, K. (1993). **A training curriculum development for the health personnel on health promotion of the aging.** Doctor of Education Degree Srinakharinwirot University.
- Thai Health Promotion Foundation. (2001). **Health promotion.** Bangkok : Thai Health Promotion Foundation.
- The Second Long-Term National Plan for Aging.** (2002-2021). Bangkok : Department of Older Personc.
- Yongyuth, S. (2003). **The Study of Health Behaviors and Physical Exercise of Aged Persons Attending the Service Program at Center of Social Service for Aged Person in Khon Khaen Province.** M.Ed. Thesis. Graduate School. Khon Khaen University.