กลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่

DEVELOPMENT MECHANISM OF ELDERLY PEOPLES HEALTH BASED ON COMMUNITY, RELIGION, AND LANNA LOCAL WISDOM PREMISES IN CHIANG MAI PROVINCE

พระมหาฉัตรชัย สุฉตฺตชโย
Phramaha Chatchai Suchattajayo
สุธามาศ นพเทศน์
Shutamas Nobtes
พระมหาพิเชษฐ์ อตฺตนุรกฺขี
Phramaha Phichet Kamngam
อุทัย ขุมเหล็ก
Uthai Khumlek
พระมหาสันติชัย อภิสนฺติ (โพนศรีสม)
Phramaha Santichai Aphisanti (Ponsrisom)
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
Mahamakut Buddhist University, Thailand
E-mail: pm-chatchai.su@mbu.ac.th

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาบริบทสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ 2) พัฒนาศักยภาพกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 15 คน/รูป ใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง คือ 1) ผู้บริหารและคณะทำงานโรงเรียนผู้สูงอายุวัดแม่สาหลวง 2) โรงเรียนผู้สูงอายุวัดพระธาตุดอยสะเก็ด และ 3) ชมรมสมุนไพรวัดป่าตาล ใช้แบบสัมภาษณ์ประกอบกับการสนทนากลุ่มเป็นเครื่องมือ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทำการสัมภาษณ์เชิงลึก นัดพบประชุม ผลการวิจัยพบว่า 1) บริบทสุขภาวะผู้สูงอายุฯ โรงเรียนผู้สูงอายุวัดแม่สาหลวงมีกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุด้วย “บวร” พัฒนาศักยภาพการดำเนินงานระหว่าง บ้าน ชุมชน ภาครัฐ มีวัดเป็นศูนย์รวมในด้านคุณธรรมจริยธรรมในชุมชน ในส่วนของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดพระธาตุดอยสะเก็ดมีกลไกจากภาครัฐ มีบทบาทสำคัญส่งเสริมและดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ และชมรมสมุนไพรจาวยอง วัดป่าตาล มีบริบทกลไกจากแกนนำพระสงฆ์ กลไกจิตอาสาภายในชุมชน และ

กลไกกลุ่มภูมิปัญญาวิถีชาติพันธุ์ชาวยอง และ 2) พัฒนาศักยภาพกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานฯ ถูกกำหนดเป็นกลยุทธ์ “5ก” เป็นกลไกสำคัญเพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี เกิดสังคมการช่วยเหลือกันในกลุ่มผู้สูงอายุ และเกิดอาสาสมัครในชุมชน ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรง และเกิดเครือข่ายความร่วมมือ เป็นยุทธศาสตร์ของการพัฒนาที่ยั่งยืน ข้อเสนอแนะจากการวิจัย ชุมชนควรร่วมกันจัดทำแผนพัฒนาผู้สูงอายุตามกลไกที่วางไว้

คำสำคัญ: กลไกพัฒนา, สุขภาวะผู้สูงอายุ, ชุมชน, ศาสนา, ภูมิปัญญา

Abstract

The objectives of this research article were to: 1) study the context of the health of the elderly using community, religion, and Lanna wisdom as the base in Chiang Mai; 2) develop the potential of the mechanism for developing and promoting the elderly's health by using community, religion, and wisdom. Lanna is the base in Chiang Mai. is a qualitative research 15 key informants/photos using a specific method to choose: 1) administrators and working groups at Wat Mae Saluang School for the Elderly, 2) School for the Elderly at Wat Phra That Doi Saket, and 3) Herb Club at Wat Pa Tan. Use the interview form and the group discussion as a tool. To collect information Conducting in-depth interviews, meeting meetings, findings were as follows: 1) The context of the elderly's health Wat Mae Saluang School for the Elderly has a mechanism to develop and promote the well-being of the elderly with “Baworn” to develop the potential of working between the homes, communities, and government sectors. There is a temple as a center for morality and ethics in the community. In the part of the school for the elderly at Wat Phra That Doi Saket, There is a mechanism from the government that plays an important role in promoting and taking care of the health of the elderly and the Jaw Yong Herb Club, Wat Pa Tan, with a mechanism from the monks' leadership Volunteer mechanisms within the community and mechanisms of the Young ethnic wisdom group; 2) Developing potential, mechanisms for developing and promoting the well-being of the elderly It was defined as a “5A” strategy as an important mechanism for the elderly in the community to have a good quality of life. A society to help each other in the elderly and volunteering in the community Encourage the elderly to have good health and forming a network of cooperation. It is a strategy of sustainable development. Research Recommendations The community should work

together to develop a plan to develop the elderly according to the mechanisms laid down.

Keywords: Development Mechanism, Elderly Health, Community, Religion, Wisdom

บทนำ

แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 2 (พ.ศ. 2545 - 2565) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 2 พ.ศ. 2563 การพัฒนาสุขภาพผู้สูงอายุและการพัฒนาผู้ดูแลผู้สูงอายุครอบครัว/ชุมชน การพัฒนารูปแบบสถานดูแลผู้สูงอายุที่เหมาะสมในบริบทสังคม วัฒนธรรมไทย ระบบและมาตรการส่งเสริมดูแล การจัดการ สวัสดิภาพและสวัสดิการผู้สูงอายุให้มีความมั่งคงทางเศรษฐกิจและสังคม การส่งเสริมบทบาทของผู้สูงอายุในสถาบันสังคมและชุมชนการนำศักยภาพของผู้สูงอายุมาใช้ในการพัฒนาประเทศและภูมิภาคอาเซียน ตลอดจนการถ่ายทอดภูมิปัญญาสู่สังคมผู้สูงอายุมีศักยภาพที่พัฒนาขึ้นเพื่อสร้างคุณค่าให้กับสังคม ตลอดจนมีสวัสดิการและสวัสดิภาพต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตอย่างมั่นคง (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, 2560)

รัฐบาลได้ตระหนักถึงสถานการณ์การมีอายุสูงขึ้นของประชากร และกำลังเตรียมพร้อมที่จะรับมือกับสังคมผู้สูงอายุในการวางแผนนโยบายและมาตรการต่าง ๆ ที่จะเหมาะสมกับสถานการณ์และการเปลี่ยนแปลงของสังคมผู้สูงอายุ (กรมอนามัย, 2563) และส่งผลให้ภาคส่วนราชการต่าง ๆ ได้ตระหนัก และให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อม เพื่อรองรับกับผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเริ่มจากการกำหนดแนวทาง การพัฒนาไว้อย่างเป็นรูปธรรมในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 เป็นต้นมา โดยในแผน พัฒนาฯ ฉบับที่ 8 ให้ความสำคัญกับการพัฒนากลุ่มผู้สูงอายุที่ยากจน ไม่มีญาติหรือผู้เลี้ยงดู มุ่งเน้นในเรื่องการจัดสวัสดิการสงเคราะห์ในรูปของเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ การรักษาพยาบาลและการส่งเสริมครอบครัวในการดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น นอกจากนี้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 - 2564 กำหนดแนวทางในการส่งเสริมคุณค่าของผู้สูงอายุในการลดความเหลื่อมล้ำและยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส การสนับสนุนให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงบริการสังคมต่าง ๆ อย่างทั่วถึงทั้งการพัฒนาศักยภาพในการประกอบอาชีพ การเสริมสร้างสุขภาพ และการส่งเสริมการออมเพื่อสร้างหลักประกันที่มั่นคงในการรวมทั้งการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้หลากหลายวิธีอย่างเท่าเทียม (คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ, 2564); (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564)

ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงบทบาทการขับเคลื่อนการดำเนินงานต่อกลุ่มวัยผู้สูงอายุในปัจจุบัน คือโรงเรียนผู้สูงอายุและชมรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุต่าง ๆ เช่นในพื้นที่ของจังหวัดเชียงใหม่ที่โดดเด่น ได้แก่ 1) โรงเรียนผู้สูงอายุใส่ใจสุภาพตำบลแม่สา อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ มีการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุให้มีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ และ

พัฒนาทักษะความรู้ในด้านต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข 2) โรงเรียนผู้สูงอายุ วัดพระธาตุดอยสะเก็ด ตำบลเชิงดอยสะเก็ด อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ มีการเปิดวิทยาลัยพุทธิวัฒนาประชาสุขสันต์ถ่ายทอดความรู้ เรียนรู้อาชีพสร้างรายได้ลดรายจ่าย สร้างพลังครอบครัวและส่งเสริมสุขภาพใจเพิ่มพลังให้ครอบครัว และได้ศึกษาวัฒนธรรมภูมิปัญญาร่วมรักษาท้องถิ่น รวมทั้งเสริมสร้างความอบอุ่นของครอบครัว ส่งเสริมให้ประชาชนในพื้นที่ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ซึ่งกันและกัน สร้างความรักสามัคคีในสังคมไทยภายใต้วิสัยทัศน์ ถ่ายทอดความรู้ ควบคู่วัฒนธรรม นำพาความสามัคคี และ 3) ชมรมสมุนไพรจาวยอง วัดป่าตาล ตำบลบวกค้าง อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ มีการพัฒนาศักยภาพและเป็นแหล่งเรียนรู้ส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐาน ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษากลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ดังกล่าวเพื่อพัฒนาสังคมผู้สูงอายุไทยในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบริบทสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่

2. เพื่อพัฒนาศักยภาพกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ มีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้ รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการศึกษาเอกสาร การลงพื้นที่ภาคสนาม การสัมภาษณ์แบบมีส่วนร่วม การลงพื้นที่สัมภาษณ์เชิงลึก และประชุมกลุ่มสนทนา โดยมีขั้นตอนการวิจัยดังนี้

ประชากรและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ประชากร ได้แก่ พระสงฆ์ ผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุและแกนนำชุมชนในพื้นที่ คือ 1) โรงเรียนผู้สูงอายุใส่ใจสุภาพตำบลแม่สา อำเภอแม่ริม 2) โรงเรียนผู้สูงอายุวัดพระธาตุดอยสะเก็ด ตำบลเชิงดอยสะเก็ด 3) ชมรมสมุนไพรจาวยอง วัดป่าตาล ตำบลบวกค้าง อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ รวมจำนวน 5 รูป/คน โดยวิธีการสุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ แบบเจาะจง จากผู้ที่เกี่ยวข้องดังนี้ ผู้บริหารองค์กร เจ้าอาวาส คณะทำงานและแกนนำผู้สูงอายุในพื้นที่วิจัยดังกล่าว รวมจำนวนทั้งสิ้น 15 รูป/คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างโดยมีผู้เชียวชาญตรวจสอบจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ 1) พระมหาวิเศษ ปญฺาวชิโร,รศ.ดร. 2) ผศ.ดร.ตระกูล ชำนาญ 3) ผศ.ดร.โผน นามณี อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา เพื่อตรวจสอบความถูกต้องโดยใช้ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ประกอบกับการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) ในประเด็นการส่งเสริมบริบทกลไกการพัฒนาสุขภาพ และการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุในพื้นที่โดยระดมความคิดร่วมกันใน

ประเด็นข้อคิดเห็นต่าง ๆ ที่ได้จากผู้ให้ข้อมูล รวมทั้งบันทึกข้อสังเกตและการวิเคราะห์ข้อมูลของผู้วิจัยเองในแต่ละช่วงของการลงพื้นที่เก็บข้อมูล เป็นการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ซึ่งใช้สัมภาษณ์พระสงฆ์ ผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุ และแกนนำชุมชนในพื้นที่ โรงเรียนผู้สูงอายุ รวมทั้งผู้นำในชุมชนที่เกี่ยวข้อง ดังนี้ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ให้สัมภาษณ์ ตอนที่ 2 ข้อคำถามศึกษาบริบทสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ และเพื่อพัฒนากลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ 1) การดำเนินงานอย่างไร 2) การส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ที่ผ่านมามีกิจกรรมอะไรบ้าง และตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะ

การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอนของการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้ขอจริยธรรมวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หมายเลขข้อเสนอการวิจัย ว 102/2564 และได้ทำหนังสือขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังโรงเรียนผู้สูงอายุใส่ใจสุขภาพตำบลแม่สา โรงเรียนผู้สูงอายุวัดพระธาตุดอยสะเก็ด และชมรมสมุนไพรจาวยองที่กลุ่มตัวอย่างอาศัยอยู่โดยมีการอธิบายรายละเอียดโครงการวิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์

2. ผู้วิจัยและคณะไปพบกลุ่มตัวอย่าง พร้อมกับสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้

3. ผู้วิจัยอธิบายรายละเอียดโครงการวิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์ เปิดโอกาสให้ซักถามข้อสงสัย และให้เวลาในการตัดสินใจกับกลุ่มตัวอย่าง

4. ดำเนินการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยการนัดพบประชุม และทำการเก็บข้อมูลด้วยการบันทึกเสียงและการจดบันทึกข้อมูล

5. ตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วน ถอดเทป ก่อนนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชิงพรรณนา

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนาในเนื้อหาสาระ (Content Analysis) โดยข้อมูลจากการวิเคราะห์เอกสารข้อมูลจากการสัมภาษณ์และข้อมูลจากการบันทึกสิ่งที่สังเกตนำมาวิเคราะห์เนื้อหา ที่มีความสอดคล้องกับ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และการวิเคราะห์เนื้อหาตามประเด็น จัดประเภท/กลุ่มข้อมูล เพื่อให้ได้ชุดข้อมูล ที่สามารถเสนอเป็นข้อเท็จจริง และใช้ประกอบการวิเคราะห์อภิปราย ซึ่งมีการให้เหตุผลเชิงตรรกะ นำเสนอผลการศึกษาแบบพรรณนา เพื่อนำไปใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ตามวัตถุประสงค์ของการศึกษาได้

ผลการวิจัย

1. การศึกษาบริบทสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐาน ในจังหวัดเชียงใหม่ โรงเรียนผู้สูงอายุวัดแม่สาหลวง มีจุดแข็ง คือ มีโครงสร้าง “บวร” การดำเนินงานระหว่าง บ้าน ชุมชน ภาครัฐ ในการดำเนินงานและกิจกรรมของทางโรงเรียน ร่วมกับการเข้ามามีส่วนร่วม โดยเจ้าหน้าที่ภาครัฐและคณะกรรมการผู้สูงอายุของชุมชน ดำเนินการประชุมการจัดทำแผนการดำเนินงาน เพื่อจัดทำโครงการและแผนปฏิบัติการ ในการประชาสัมพันธ์โครงการแก่ผู้สูงอายุในพื้นที่ทราบ และจัดกิจกรรมรวมกลุ่มผู้สูงอายุ ประกอบด้วยตรวจสุขภาพเบื้องต้นและให้ความรู้การส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุกิจกรรมสันทนา การเพื่อการผ่อนคลายออกกำลังกาย เช่น การรำไม้พลอง กิจกรรมธรรมสุขใจ ซึ่งเป็นกิจกรรม การเยี่ยมผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมเป็น สมาชิกและเข้าร่วมกิจกรรมของชมรม ทำให้โรงเรียนผู้สูงอายุมีบทบาทพัฒนาผู้สูงอายุในชุมชน ได้มากยิ่งขึ้น และในส่วนของอุปสรรคเมื่อมีการพัฒนามาในระดับหนึ่งก็ต้องย่อมมีการสืบทอด เจตนารมณ์ให้กับคนรุ่นหลัง ซึ่งปัจจุบันยังไม่มีการถ่ายทอดให้กับคนที่มีความสนใจและต้องการ ศึกษาเรียนรู้ในทางศาสตร์นี้ซึ่งอาจจะทำให้กระบวนการและกิจกรรมผู้สูงอายุดังกล่าวสูญหายไป ในอนาคต ทั้งนี้มีวัดเป็นแหล่งขัดเกลาจิตใจและเป็นศูนย์รวมในด้านคุณธรรมจริยธรรมในชุมชน ในส่วนของโรงเรียนผู้สูงอายุวัดพระธาตุดอยสะเก็ด ตำบลเชิงดอยสะเก็ด อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ มีจุดแข็งคือเครือข่ายที่ช่วยเหลือและสนับสนุนการดำเนินการให้เป็นไปตาม เป้าหมายและเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมให้ประสบความสำเร็จ โดยมีการทำข้อตกลงใน การพัฒนาการศึกษาแก่ผู้สูงอายุเป็นประจำทุกเดือน ๆ ละครั้ง มีการนำความรู้และทักษะสำหรับ ผู้สูงอายุในด้านความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพการนันทนาการ และการออกกำลังกายที่เหมาะสม พัฒนาให้ผู้สูงอายุมีภาวะพฤฒิพลัง โดยมีความสุข ดำรงชีวิตอย่างกระตือรือร้น และมีทัศนคติที่ดี ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมปรับเปลี่ยนตนเองให้เข้ากับยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ ได้อย่างเหมาะสมกับศักยภาพของตนเองตามหลักคุณธรรมจริยธรรมการครองตน โดยเครือข่าย ของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเชิงดอย มีหลายภาคส่วนในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุน การดำเนินงานให้เป็นไปตามแนวทางของกลุ่มผู้สูงอายุ ในส่วนนี้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ประจำตำบล ซึ่งเป็นหน่วยงานภาครัฐมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริม และดูแลสุขภาพของ ผู้สูงอายุ มีการใช้นวัตกรรมสำหรับดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุ เช่น ที่นวดฝ่าเท้า อุปกรณ์ช่วยพยุง สำหรับนั่งชักโครก อุปกรณ์ช่วยเดิน รถเข็นหัดเดิน ฯลฯ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุคงการเป็น ผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ การเป็นบุคคลที่ทำประโยชน์ให้แก่สังคมมีกิจกรรมทางสังคมนอกบ้าน โดยผลการใช้นวัตกรรมเชิงชุมชน สำหรับดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุพบว่าผู้สูงอายุที่ได้รับการพัฒนา ของกลุ่มผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ มีอาชีพ มีเงินออม และเกิดการดูแลสุขภาพด้วยตนเองทำให้ ผู้สูงอายุมีสุขภาวะที่ดี มีนวัตกรรมที่เกิดขึ้นจากฐานภูมิปัญญาและวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ

เน้นความสะดวกการเข้าถึงอุปกรณ์ของผู้สูงอายุ ราคาไม่แพงทำเองได้มีสภาวะทางสุขภาพและเทคโนโลยีทางสังคมเพิ่มขึ้น

ชมรมสมุนไพรจาวยอง วัดป่าตาล ตำบลบวกค้าง อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ มีจุดแข็ง ได้แก่ การรวมกลุ่มชาติพันธุ์ชาวยอง และจิตอาสาชุมชน มีการเปิดสอนแพทย์แผนไทยทั้ง 4 ด้าน เรียนหลักสูตร 2 ปี และสามารถสอบเพื่อรับใบอนุญาต กิจกรรมของชมรมสมุนไพรจาวยอง อาทิเช่น การนวดแผนไทย การตอกเส้น พอกตาด้วนสมุนไพร พัวซา และภูมิปัญญาการย่างเกลือแบบโบราณ ปัจจุบันมีจำนวนผู้สูงอายุน้อยลง เนื่องจากสุขภาพไม่ค่อยดี และกิจกรรมที่โดดเด่นของทางชมรม คือ การย่ำข่างไฟ มีผลิตภัณฑ์ที่เด่น ๆ อาทิ ยาดมไม้หอม ซึ่งกิจกรรมที่ผ่านมาส่งผลให้ชุมชนได้รับรางวัลชุมชนต้นแบบที่ได้รับรางวัลประเภท บวร หรือวัดเป็นนวัตวิถีสู่บวรออนทัวร์ นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมอาสาช่วยผู้ป่วยติดเตียงอีกด้วย ทำให้สมาชิกทุกคนมีความรักความสามัคคีในชุมชน มีความภาคภูมิใจในภูมิปัญญาวิถีชาวยอง มีคุณธรรมจริยธรรมนำวิถีชีวิตสู่การพึ่งตนเอง ตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ทั้งนี้กลุ่มชมรมสมุนไพรจาวยองวัดป่าตาลมีเครือข่ายร่วม เช่น งานออกบูธแสดงสินค้า งานโอทอปหรืองานแสดงวัฒนธรรม มีหน่วยงานต่าง ๆ มาช่วยออกแบบกิจกรรมและผลิตภัณฑ์ เช่น มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และอื่น ๆ แต่จำนวนผู้สูงอายุกลับลดน้อยลงถือเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งเนื่องจากผู้สูงอายุเป็นกำลังสำคัญ ชมรมสมุนไพร ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งที่ผู้สูงอายุมาทำกิจกรรมได้หลายอย่าง ชมรมชมรมสมุนไพรจึงมีบทบาทในการท่องเที่ยวด้วย เช่น การย่ำขาง พัวซา ตามฐานการเรียนรู้ ซึ่งชมรมสมุนไพรเป็นส่วนหนึ่งในฐานการเรียนรู้และมีนักเรียนนักศึกษา มาศึกษาดูงานอย่างต่อเนื่อง

2. ผลการพัฒนาศักยภาพกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ ชุมชนมีการพัฒนาศักยภาพให้สามารถดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม เศรษฐกิจ สุขภาพ หรือคุณภาพชีวิต จึงถูกนำมากำหนดเป็นกลยุทธ์ “5ก.” กลไกสำคัญที่ถูกออกแบบมาเพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ไปพร้อม ๆ กับสุขภาพที่ยืนยาว ประกอบด้วย 2.1) การป้องกันและลดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ 2.2) การตั้งและพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ 2.3) การพัฒนาชมรมผู้สูงอายุส่งเสริมให้ผู้สูงวัยเข้าร่วมเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน 2.4) การดูแลต่อเนื่องที่บ้าน เตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงวัยด้วยการเข้าฝึกอบรมเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม และ 2.5) การบริการกายอุปกรณ์รณรงค์ให้ผู้สูงอายุและครอบครัวบริจาคกายอุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์ที่ไม่ใช้แล้วแก่ศูนย์กายอุปกรณ์ชุมชน ซึ่งผลของการพัฒนาศักยภาพที่เกิดจากกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ เกิดสังคมของการช่วยเหลือกันทั้งในกลุ่มผู้สูงอายุและอาสาสมัครในชุมชนซึ่งเกิดจากมีการเฝ้าระวังภาวะฉุกเฉินและอุบัติเหตุทั้งในพื้นที่ส่วนตัวและภายในชุมชน ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยออกกำลังกายเป็นประจำ พร้อมสนับสนุนให้มีสาธารณูปโภค

ที่ถูกสุขลักษณะและปลอดภัยต่อผู้สูงอายุ มีกลุ่มจิตอาสาเพื่อผู้สูงอายุในชุมชน มีการจัดงบประมาณซ่อมแซมบ้านสำหรับผู้สูงอายุที่ยากไร้ สนับสนุนให้ผู้สูงอายุร่วมทำกิจกรรมในชุมชน ทั้งนี้โดยมีภาคีเครือข่ายสนับสนุนจากทางหลายภาคส่วนในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนการดำเนินงานให้เป็นไปตามแนวทางของกลุ่มผู้สูงอายุ ได้แก่ งานพัฒนาสังคมจังหวัด ส่วนงานการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) อำเภอ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล (รพ.สต) กลุ่มผู้นำทางศาสนา อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม) องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น (เทศบาล) วัด และกลุ่มครอบครัว โดยเครือข่ายจะสนับสนุนและวางแผนงานร่วมกัน ทำให้เกิดกระบวนการเครือข่ายที่ทำให้กลุ่มสามารถดำเนินการไปได้ และเป็นยุทธศาสตร์ของการพัฒนาที่ยั่งยืน เนื่องจากเป็นการผนึกกำลังร่วม ระหว่างภาครัฐ และประชาชนตลอดจนมุ่งพัฒนาความสามารถของประชาชนให้มีความเชื่อมั่นในการพึ่งพาตนเอง

อภิปรายผล

1. บริบทสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ เกิดการการสร้างศักยภาพในการดำเนินงานและกิจกรรมของทางโรงเรียนร่วมกับการมีส่วนร่วมจากภาครัฐ โดยเจ้าหน้าที่ภาครัฐและคณะกรรมการผู้สูงอายุของชุมชนดำเนินการประชุมการจัดทำแผนการดำเนินงาน เพื่อจัดทำโครงการและแผนปฏิบัติการ ในการประชาสัมพันธ์โครงการแก่ผู้สูงอายุในพื้นที่ทราบ และจัดกิจกรรมรวมกลุ่มผู้สูงอายุประกอบด้วย ตรวจสุขภาพเบื้องต้นและให้ความรู้การส่งเสริมสุขภาพแก่ผู้สูงอายุกิจกรรมสันทนาการเพื่อการผ่อนคลายออกกำลังกาย เช่น การรำไม้พลองกิจกรรมธรรมสุขใจเยี่ยมผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ และสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมเป็นสมาชิกและเข้าร่วมกิจกรรมของชมรมทำให้โรงเรียนผู้สูงอายุมีบทบาทพัฒนาผู้สูงอายุในชุมชนได้มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้มีวัดเป็นแหล่งขัดเกลาจิตใจและเป็นศูนย์รวมในด้านคุณธรรมจริยธรรมในชุมชน โดยมีการจัดกิจกรรมตามประเพณี วัฒนธรรมล้านนา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุพาภรณ์ กันยะติ๊บ และงานวิจัยของ อุเทน ลาพิงค์ ที่สรุปได้ว่าการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้กับงานผู้สูงอายุ สามารถพัฒนาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุได้ (สุพาภรณ์ กันยะติ๊บ, 2560); (อุเทน ลาพิงค์, 2561) โดยเครือข่ายของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเชิงดอย มีหลายภาคส่วนในการให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนการดำเนินงานให้เป็นไปตามแนวทางของกลุ่มผู้สูงอายุ ในส่วนนี้โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล ซึ่งเป็นหน่วยงานภาครัฐกระทรวงสาธารณสุขมีบทบาทอย่างสำคัญในการส่งเสริม และดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ประเด็นเดียวกันกับงานวิจัยของ ระพีพรรณ คำหอม และคณะ ได้สรุปว่าการจัดสวัสดิการสังคมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การจัดตั้งศูนย์นวัตกรรม เพื่อผู้สูงอายุที่บูรณาการกับศูนย์การพัฒนาคุณภาพชีวิตและพัฒนาอาชีพผู้สูงอายุ ศูนย์การดูแลสุขภาพคนพิการและผู้สูงอายุ เกิดการขยายพื้นที่ถ่ายทอดนวัตกรรมและเครือข่ายนวัตกรผู้สูงอายุระดับพื้นที่ (ระพีพรรณ คำหอม และคณะ, 2560)

โดยผลการใช้นวัตกรรมเชิงชุมชน สำหรับดูแลสุขภาวะผู้สูงอายุ พบว่า ผู้สูงอายุที่ได้รับการพัฒนาของกลุ่มผู้สูงอายุส่วนใหญ่จะมีรายได้ มีอาชีพ มีเงินออม และเกิดการดูแลสุขภาพด้วยตนเอง ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาวะที่ดี มีนวัตกรรมที่เกิดขึ้นจากฐานภูมิปัญญาและวัฒนธรรมของผู้สูงอายุ เน้นความสะดวก การเข้าถึงอุปกรณ์ของผู้สูงอายุ ราคาไม่แพงทำเองได้มีสภาวะทางสุขภาพและเทคโนโลยีทางสังคมเพิ่มขึ้นสามารถการเชื่อมโยงทางสังคม ซึ่งจากการทำกิจกรรมที่ผ่านมาส่งผลให้ชุมชนได้รับรางวัลเป็นชุมชนต้นแบบที่ได้รับรางวัล นอกจากนี้ยังมีกิจกรรมอาสาช่วยผู้ป่วยติดเตียง ส่งผลให้สมาชิกทุกคนมีความรักความสามัคคีในชุมชน มีความภาคภูมิใจในภูมิปัญญาวิถีชาวยอง มีคุณธรรมจริยธรรมนำวิถีชีวิตสู่การพึ่งตนเอง และตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับงานวิจัยของ พัฒนภาณุ ทูลธรรม ที่สรุปไว้ว่าการค้นหาภูมิปัญญาท้องถิ่นจากประสบการณ์ชีวิตผู้สูงอายุปราชญ์ชาวบ้านที่มีความเกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม ประเพณี ความเชื่อ และค่านิยมของชาวล้านนา (พัฒนภาณุ ทูลธรรม, 2563) ทั้งนี้กลุ่มชมรมสมุนไพรจาวยองวัดป่าตาลมีเครือข่ายมาช่วย เช่น การออกบูธ งานโอทอปหรือวัฒนธรรมต่าง ๆ ภูมิปัญญาล้านนาในการพัฒนาหัตถกรรม มีหน่วยงานต่าง ๆ ช่วยออกแบบกิจกรรมและผลิตภัณฑ์ ชมรมสมุนไพรจาวยองถือว่าเป็นส่วนหนึ่งที่ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้หลายอย่าง เช่น ชมรมสมุนไพรมีบทบาทในการท่องเที่ยวด้วย เช่น การยำขางพัวซา ตามฐานการเรียนรู้ ซึ่งชมรมสมุนไพรจาวยองเป็นส่วนหนึ่งในฐานการเรียนรู้มีนักเรียนนักศึกษามาศึกษาดูงานอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ณัทธร สุขสีทอง กล่าวเชื่อมโยงที่ได้สรุปไว้ว่าประเด็นการนำภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนาสามารถนำมาประยุกต์กับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้สูงอายุได้ (ณัทธร สุขสีทอง, 2560)

2. การพัฒนาศักยภาพกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ มีการพัฒนาศักยภาพของชุมชนให้สามารถดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม เศรษฐกิจ สุขภาพ หรือคุณภาพชีวิต จึงถูกนำมากำหนดเป็นกลยุทธ์ “5ก.” กลไกสำคัญที่ถูกออกแบบมาเพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีไปพร้อม ๆ กับสุขภาพที่ยืนยาว ประกอบด้วย 1) การป้องกันและลดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ 2) การตั้งและพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ 3) การพัฒนาชมรมผู้สูงอายุส่งเสริมให้ผู้สูงวัยเข้าร่วมเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน 4) การดูแลต่อเนื่องที่บ้านเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงวัยด้วยการเข้าฝึกอบรมเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม และ 5) การบริการกายอุปกรณ์รณรงค์ให้ผู้สูงอายุและครอบครัวบริจาคกายอุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์ที่ไม่ใช้แล้วแก่ศูนย์กายอุปกรณ์ชุมชน โดยผลของการพัฒนาที่เกิดจากกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ เช่นเดียวกับการศึกษาของ พระราเชนทร์ วิสารโท ได้สรุปไว้ว่า การบูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุ เกิดสังคมของการช่วยเหลือกันทั้งในกลุ่มผู้สูงอายุ และอาสาสมัครในชุมชนซึ่งเกิดจากมีการเฝ้าระวังภาวะฉุกเฉินและอุบัติเหตุทั้งในพื้นที่

ส่วนตัวและภายในชุมชน (พระราเชนทร์ วิสารโท, 2560) ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยออกกำลังกายเป็นประจำ พร้อมสนับสนุนให้มีสาธารณูปโภคที่ถูกสุขลักษณะและปลอดภัยต่อผู้สูงอายุ มีกลุ่มจิตอาสาเพื่อผู้สูงอายุในชุมชน

องค์ความรู้ใหม่

องค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นจากการวิจัยกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า มีกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโครงสร้าง “บ ว ร” พัฒนาศักยภาพการดำเนินงานระหว่าง บ้าน ชุมชน ภาครัฐ มีวัดเป็นแหล่งขัดเกลาจิตใจและเป็นศูนย์รวมในด้านคุณธรรมจริยธรรมในชุมชน มีการพัฒนาศักยภาพของชุมชนให้สามารถดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม เศรษฐกิจ สุขภาพ หรือคุณภาพชีวิต จิตอาสา สาธารณสุข และภาคีเครือข่ายภาคประชาสังคม จึงถูกนำมากำหนดเป็นกลยุทธ์ “5ก.”กลไกสำคัญที่ถูกออกแบบมาเพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ไปพร้อม ๆ กับสุขภาพที่ยืนยาว ประกอบด้วย 1) การป้องกันและลดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ 2) การตั้งและพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ 3) การพัฒนาชมรมผู้สูงอายุส่งเสริมให้ผู้สูงวัยเข้าร่วมเป็นสมาชิกของชมรมในชุมชน 4) การดูแลต่อเนื่องที่บ้านเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงวัยด้วยการเข้าฝึกอบรมเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม และ 5) การบริการกายอุปกรณ์รณรงค์ให้ผู้สูงอายุและครอบครัวบริจาคกายอุปกรณ์และเครื่องมือทางการแพทย์ที่ไม่ใช้แล้วแก่ศูนย์กายอุปกรณ์ชุมชน ซึ่งสามารถสรุปเป็นองค์ความรู้ได้ดังภาพ

ภาพที่ 1 สรุปองค์ความรู้กลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะ ผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนาและภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่

สรุป/ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่องนี้สรุปได้ว่า กลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโครงสร้าง “บวร” พัฒนาศักยภาพการดำเนินงานระหว่าง บ้าน ชุมชน ภาครัฐ มีวัดเป็นแหล่งขัดเกลาจิตใจและเป็นศูนย์รวมในด้านคุณธรรมจริยธรรมในชุมชน มีบริบทกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุเครือข่ายที่ช่วยเหลือและสนับสนุน โดยมีกลไกจากภาครัฐ มีบทบาทอย่างสำคัญในการส่งเสริม และดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ ร่วมทั้งเกิดการส่งเสริมบุคลากรและองค์ความรู้เป็นกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุที่สำคัญ และการพัฒนาศักยภาพของชุมชนให้สามารถดูแลผู้สูงอายุในพื้นที่ได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม เศรษฐกิจ สุขภาพ หรือคุณภาพชีวิต จึงถูกนำมากำหนดเป็นกลยุทธ์ “5ก.” กลไกสำคัญที่ถูกออกแบบมาเพื่อให้ผู้สูงอายุในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดีไปพร้อม ๆ กับสุขภาพที่ยืนยาว และผลของการพัฒนาที่เกิดจากกลไกการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้ชุมชน ศาสนา และภูมิปัญญาล้านนาเป็นฐานในจังหวัดเชียงใหม่ ได้เกิดสังคมของการช่วยเหลือกันทั้งในกลุ่มผู้สูงอายุ และอาสาสมัครในชุมชนซึ่งเกิดจากมีการเฝ้าระวังภาวะฉุกเฉินและอุบัติเหตุทั้งในพื้นที่ส่วนตัวและ

ภายในชุมชน ส่งเสริมให้ผู้สูงวัยมีสุขภาพที่แข็งแรง และเกิดเครือข่ายที่ความร่วมมือ และเป็นยุทธศาสตร์ของการพัฒนาที่ยั่งยืน ซึ่งมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายดังนี้ 1) ควรมีกระบวนการวิเคราะห์จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาส และอุปสรรค (SWOT) ชุมชนก่อนการนำไปสู่การจัดทำแผนพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุ เพื่อให้ครอบคลุมทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก 2) ชุมชนควรร่วมกันจัดทำแผนด้านการพัฒนาชุมชนผู้สูงอายุตามกลไกที่วางไว้ ทั้งนี้ควรใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชนให้เกิดประโยชน์สูงสุด มากกว่าพึ่งพาเครือข่ายอื่น เพื่อที่จะทำให้เป็นชุมชนเข้มแข็งและสามารถพึ่งตนเองได้ในอนาคต และข้อเสนอแนะต่อการวิจัย คือ1) หากมีการทำวิจัยควรเริ่มด้วยการศึกษากระบวนการพัฒนาด้านทักษะชีวิตและอาชีพที่เกิดจากกระบวนการของกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งจะนำไปสู่การขยายผลและเป็นชุมชนต้นแบบผู้สูงอายุต่อไป และ 2) ควรมีการเปรียบเทียบระหว่างข้อมูลก่อนและหลังพัฒนาด้านทักษะชีวิตและอาชีพที่เกิดจากกระบวนการของกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อจะได้มีข้อมูลที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). แผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 2 (พ.ศ.2545-2565) ฉบับปรับปรุง ครั้งที่ 2 พ.ศ. 2563. เรียกใช้เมื่อ 29 ธันวาคม 2564 จาก www.dop.go.th

กรมอนามัย. (2563). ผู้จัดการการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ. เรียกใช้เมื่อ 29 ธันวาคม 2564 จาก http://www.anamai.moph.go.th/main.php?filename=Test_Index_2014

คณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ. (2564). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560 - 2564. เรียกใช้เมื่อ 29 ธันวาคม 2564 จาก https://www.nesdc.go.th/ewt_dl_link.php?nid=6422

ณัทธร สุขสีทอง. (2560). ภูมิปัญญาพื้นบ้านล้านนากับการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุองค์การบริหารส่วน ตำบลสะลวง อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่. วารสารมหาวิทยาลัยคริสเตียน, 23(2), 164-173.

พระราเชนทร์ วิสารโท. (2560). บูรณาการพุทธธรรมกับระบบการดูแลสุขภาพระยะยาว สำหรับผู้สูงอายุของ อำเภอศรีวิไล จังหวัดบึงกาฬ. วารสารมหาจุฬาวิชาการ, 4(2), 76-91.

พัฒนภาณุ ทูลธรรม. (2563). การพัฒนาแนวทางการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการสืบสานภูมิปัญญาท้องถิ่นผ่านเรื่องเล่ากรณีศึกษาตาบลบ้านหนุน อำเภอสอง จังหวัดแพร่. วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง, 9(2), 85-87.

ระพีพรรณ คำหอม และคณะ. (2560). การพัฒนานวัตกรรมเพื่อผู้สูงอายุกับทางเลือกการลดความเหลื่อมล้ำของผู้สูงอายุไทย. เรียกใช้เมื่อ 20 ธันวาคม 2564 จาก https://socadmin.tu.ac.th/uploads/socadmin/file_research/research_Split/4.pdf

สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2560). พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ, พ.ศ. 2560. กรุงเทพมหานคร: เจ เอส การพิมพ์.

สุพาภรณ์ กันยะติ๊บ. (2560). หลักพุทธธรรมกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาสถานปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง. ใน วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาการจัดการสร้างเสริมสุขภาพ. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

อุเทน ลาพิงค์. (2561). การพัฒนาสุขภาวะทางสังคมของผู้สูงอายุ โดยใช้หลักสังคหวัตถุ 4 ในภาคเหนือ. วารสารวิชาการธรรมทรรศน์, 18(2), 233-243.