

การพัฒนาชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลัก  
ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ตำบลโคกโคเตมา อำเภอมือง  
จังหวัดสุพรรณบุรี

Well-being Community Development and Harmony between Generations  
according to Sufficiency Economy Philosophy, Tambon Khokkhotao Muang  
District, Suphanburi Province

<sup>1</sup>ดั่งนภสร ณ ป้อมเพชร, <sup>2</sup>สมศักดิ์ เจริญพูล, <sup>3</sup>จันทรภานต์ ทรงเดช

<sup>4</sup>ณัฐพัชร เทียรวรภานต์ และ <sup>5</sup>สุชาดา โทพล

<sup>1</sup>Darnnapasom Na Pombejra, <sup>2</sup>Somsak Charoenpul, <sup>3</sup>Chantarakan Songdach,

<sup>4</sup>Nutpachara Theinworrakant and <sup>5</sup>Suchada Thophon

<sup>1,2</sup>โรงเรียนกฎหมายและการเมือง มหาวิทยาลัยสวนดุสิต, <sup>3</sup>โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

<sup>4</sup>คณะผลิตกรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้ และ <sup>5</sup>นักวิจัยอิสระ

<sup>1,2</sup>School of Law and Politics, Suan Dusit University, <sup>3</sup>School of Culinary Art, Suan Dusit University

<sup>4</sup>Faculty of Agricultural Production, Maejo University and <sup>5</sup>Independent Researcher

<sup>1</sup>Corresponding Author. E-mail: politics.environment@gmail.com

Received February 7, 2024; Revised April 10, 2024; Accepted April 18, 2024

## บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการณ์ความต้องการและศักยภาพชุมชน รวมทั้งรูปแบบชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พร้อมกับการพัฒนาผลิตภัณฑ์จัดทำคู่มือชุมชน สร้างแกนนำกิจกรรมชุมชน โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามจำนวน 400 ชุด สัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้อง 20 คน และสัมภาษณ์กลุ่มย่อย 2 ครั้ง ข้อมูลเชิงปริมาณที่ได้นำมาวิเคราะห์ด้วยสถิติพรรณนา ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพนำมาวิเคราะห์ตามกรอบของ CIPP model ก่อนทำการอบรมแกนนำตามคู่มือที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ผลการศึกษาพบว่า สภาพการณ์ด้านสุขภาวะมีค่าที่ร้อยละ 84.95-97.96 ด้านการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมีค่าร้อยละ 72.96-83.67 ส่วนสภาพการณ์ด้านชุมชนและด้านความต้องการของประชาชนเพื่อการพัฒนาเป็นชุมชนสุขภาวะมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ด้านรูปแบบชุมชนสุขภาวะประกอบด้วยกิจกรรม 4 ประเภท ได้แก่ 1) การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน 2) การดูแลสุขภาพกายด้วยตนเอง 3) การออกกำลังกาย และ 4) อาหารสุขภาพ โดยกิจกรรมดังกล่าวต้องมีลักษณะกิจกรรมดังนี้ 1) กิจกรรมมีลักษณะที่ประชาชนสามารถทำด้วยตนเองได้ 2) กิจกรรมที่ต้องใช้เวลาสั้นๆ ไม่เป็นอุปสรรคในการประกอบอาชีพ และ 3) กิจกรรมที่ทำหากต้องมีอุปกรณ์หรือวัตถุดิบประกอบต้องสามารถหาได้ง่ายจากชุมชน และผู้วิจัยได้ทำการอบรมแกนนำประชาชนที่สนใจกว่า 60 คนผ่านคู่มือที่พัฒนาขึ้นเพื่อส่งเสริมการสร้างผลิตภัณฑ์ 3 ได้แก่ 1) ลูกประคบสมุนไพรสด 2) น้ำพริกอบสมุนไพร และ 3) คัพเค้กกล้วยน้ำว้า

**คำสำคัญ:** สุขภาวะ; เศรษฐกิจพอเพียง; ศักยภาพของชุมชน

## Abstract

This research aimed to study the situation, needs and potential, a community model for health and happiness for all ages according to the Sufficiency Economy Philosophy. and develop community products, create manuals, and create community leaders. Data were collected from 400 questionnaires, 20 people involved in interviews, and 2 focus groups. The obtained quantitative data were analyzed with descriptive statistics. The qualitative data was analyzed according to the CIPP model framework before training leaders according to the manual developed by the research team. The results showed that The health condition was 84.95–97.96%, and the way of living according to the Sufficiency Economy Philosophy was 72.96–83.67 percent. As for the community situation and people's needs for developing of a healthy community, the average was at a high level. The well-being community model consists of 4 activities: 1) applying the Sufficiency Economy Philosophy in daily life, 2) self-health care, 3) exercise, and 4) healthy food. The activities are as follows: 1) Activities that people can do on their own. 2) Activities that require less time. not a hindrance in occupation; and 3) activities performed if equipment or raw materials are required must be readily available from the community and the researcher has trained more than 60 interested people's leaders through a manual developed to promote the creation of 3 products, namely 1) fresh herbal compress 2) herbal chili paste and 3) Kluy Nam Wa cupcakes (Banana cupcakes).

**Keywords:** Well-being; Sufficiency economy philosophy; Community capacity

## บทนำ

ประเทศไทยได้จัดทำ ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561–2580 (สำนักเลขาธิการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ, 2562) โดยมีวิสัยทัศน์ว่า “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” ประเด็นยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ 4.5 การเสริมสร้างให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี ครอบคลุมทั้งด้าน กาย ใจ สติปัญญา และสังคม มุ่งเน้นการเสริมสร้างการจัดการสุขภาพในทุกรูปแบบ ที่นำไปสู่การมีศักยภาพในการจัดการสุขภาพที่ดีได้ด้วยตนเองพร้อมทั้งสนับสนุนให้ทุกภาคส่วนมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมให้คนไทยมีสุขภาพที่ดี และมีทักษะด้านสุขภาพที่เหมาะสม 4.4 การเพิ่มขีดความสามารถของชุมชนท้องถิ่นในการพัฒนาการพึ่งตนเองและการจัดการตนเอง ทั้งนี้ ประเทศไทยเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยในรอบครึ่งศตวรรษที่ผ่านมาขนาดของประชากรผู้สูงอายุได้ขยายใหญ่ขึ้นประมาณสองเท่าตัวและโครงสร้างอายุของประชากรเปลี่ยนจาก “ประชากรเยาว์วัย” มาเป็น “ประชากรสูงอายุ” อย่างไรก็ตาม สังคมไทยในปัจจุบันมีความแตกต่างกันมากในช่วงวัย ซึ่งคนรุ่นใหม่ (Generation Z) ที่เกิดมาพร้อมกับเทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ตและสิ่งอำนวยความสะดวกมากมาย มีความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมเป็นของตัวเอง สามารถเข้าถึงข้อมูลอย่างรวดเร็วบนอินเทอร์เน็ต ใช้เวลาส่วนมากอยู่บนโลกออนไลน์ ในขณะที่สังคมไทยก็จำเป็นต้องเตรียมพร้อมเพื่อรองรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ ดังนั้น การทำให้คนทุกช่วงวัยอยู่ในชุมชนด้วยกันอย่างมีความสุขและ

สุขภาวะที่ดีจึงเป็นประเด็นสำคัญ และได้กำหนดไว้เป็นนโยบายและยุทธศาสตร์ของประเทศ รวมทั้งเป็นโจทย์ท้าทายของสังคมและชุมชนท้องถิ่นทุกพื้นที่ของประเทศ

การพัฒนาชุมชนโดยให้ความสำคัญกับคนทุกช่วงวัยและเน้นการพัฒนาในแง่ของชุมชนสุขภาวะจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนจากหลายกลุ่มและใช้องค์ความรู้ในการบริหารจัดการที่หลากหลาย ทั้งนี้ชุมชนสุขภาวะ (Well-being community) หมายถึง ภาวะที่เป็นสุขของประชาชนในชุมชน ที่เกิดจากการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์พร้อมทั้ง กาย จิตใจ สังคม และปัญญา (ปชาบดี แยมสุนทร และคณะ, 2565) และเมื่อพัฒนาเข้ากับแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งเป็นหลักการที่ชี้ให้เห็นถึงแนวทางการดำรงชีวิตอย่างไม่เดือดร้อน มีความเป็นอยู่อย่างพอประมาณตนตามฐานะและอัตภาพ ทำกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเอง รวมทั้งสามารถพึ่งพาตนเองได้ มีการดำเนินวิถีชีวิตบนทางสายกลาง ความพอเพียง ประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล มีภูมิคุ้มกัน ภายใต้เงื่อนไขความรู้และเงื่อนไขคุณธรรม (กองยุทธศาสตร์การพัฒนาศักยภาพและความเท่าเทียมทางสังคม สำนักงานพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2562) ซึ่งย่อมสามารถพัฒนาชุมชนให้มีศักยภาพจากพื้นฐานของชุมชนเองได้ และจะประสบความสำเร็จขึ้นหากมีการสนับสนุนด้านการมีส่วนร่วมของชุมชนและเครือข่าย อันเป็นการแสดงถึงความสัมพันธ์ในสังคมมนุษย์ทั้งในระดับบุคคล บุคคลกับกลุ่ม กลุ่มกับกลุ่ม และกลุ่มกับเครือข่าย ที่ซึ่งเป็นการอธิบายถึงพฤติกรรมและความสัมพันธ์ที่เกี่ยวข้องกับสิ่งต่าง ๆ อาทิ กิจกรรมการสื่อสาร ความร่วมมือ การพึ่งพาอาศัย การแลกเปลี่ยนการเรียนรู้ที่สะท้อนถึงปฏิสัมพันธ์ที่มีโครงสร้างและรูปแบบที่หลากหลาย โดยมีเป้าหมาย วัตถุประสงค์ ความต้องการบางอย่างร่วมกัน และสมาชิกมีความเป็นอิสระ (กัมพล เพ็ชรล้อมทอง, สุรภา เอมสกุล และธนัสถา โรจนตระกูล, 2564)

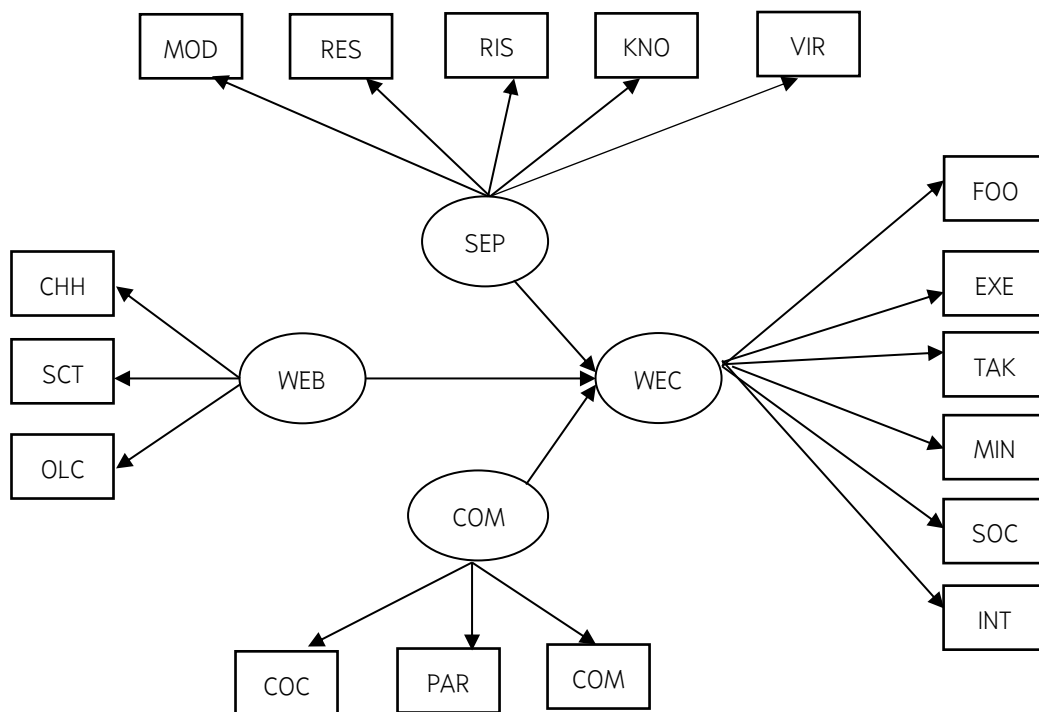
ชุมชนตำบลโคกโคเตา อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี มีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 3,843 คน จำแนกเป็น เยาวชนอายุต่ำกว่า 18 ปี จำนวน 770 คน อายุ 18-60 ปี 2,417 คน และผู้ที่มีอายุมากกว่า 60 ปี 656 คน องค์การบริหารส่วนตำบลโคกโคเตามีวิสัยทัศน์ว่า “ตำบลก้าวหน้า การศึกษาก้าวหน้า ใส่ใจสิ่งแวดล้อม น้อมนำเศรษฐกิจพอเพียง” กำหนดยุทธศาสตร์ขององค์การบริหารส่วนตำบล 6 ด้าน ดังนี้ ยุทธศาสตร์ที่ 1 การพัฒนาเศรษฐกิจชุมชน ยุทธศาสตร์ที่ 2 การพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน ยุทธศาสตร์ที่ 3 การพัฒนาการยกระดับคุณภาพชีวิต ยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาการศึกษา กีฬา และวัฒนธรรม ยุทธศาสตร์ที่ 5 การพัฒนาระบบสาธารณสุขและงานรักษาสีสิ่งแวดล้อม ยุทธศาสตร์ที่ 6 การพัฒนาปรับปรุงองค์กรและบริหารเพื่อประโยชน์ของประชาชน (องค์การบริหารส่วนตำบลโคกโคเตา, 2565) จากวิสัยทัศน์และยุทธศาสตร์พบว่าชุมชนตำบลโคกโคเตา เตรียมพร้อมที่จะพัฒนาชุมชนพึ่งตนเอง และจัดการตนเองได้ โดยน้อมนำเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางพัฒนา ทั้งนี้ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต วิทยาเขตสุพรรณบุรี มีความพร้อมในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และสร้างความร่วมมือในการเป็นภาคีเครือข่ายให้กับชุมชนได้ คณะผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการวิจัยเชิงบูรณาการเพื่อพัฒนาชุมชนในการบริหารจัดการตนเองให้มีสุขภาวะที่ดีและอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมุ่งที่จะตอบคำถาม

การวิจัยที่ว่า รูปแบบชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงควรเป็นอย่างไร และมีผลิตภัณฑ์ชุมชนใดบ้างที่สามารถผลิตขึ้นโดยใช้วัตถุดิบเป็นทรัพยากรของชุมชนเป็นฐานการผลิต

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาสภาพการณ์ความต้องการและศักยภาพชุมชนในการพัฒนาชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
2. ศึกษารูปแบบชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
3. พัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชนและสร้างแกนนำกิจกรรมชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

### กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

หมายเหตุ

\*WEB หมายถึง สุขภาวะ

\*CHH หมายถึง สุขภาวะและสุขภาพแบบองค์รวม

\*SCT หมายถึง แนวคิดการดูแลสุขภาพด้วยตัวเอง

\*COM หมายถึง แนวคิดเกี่ยวกับชุมชน

\*COC หมายถึง ศักยภาพชุมชน

\*PAR หมายถึง การมีส่วนร่วมของชุมชน

|                                                          |                                           |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| *OLC หมายถึง แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ                   | *CON หมายถึง เครือข่ายทางสังคม            |
| *WEC หมายถึง ชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข |                                           |
| *FOO หมายถึง สุขภาวะด้านอาหาร                            | *SEP หมายถึง หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง |
| *EXE หมายถึง สุขภาวะด้านการออกกำลังกาย                   | *MOD หมายถึง ความพอประมาณ                 |
| *TAK หมายถึง สุขภาวะด้านการดูแลตนเอง                     | *RES หมายถึง ความมีเหตุผล                 |
| *MIN หมายถึง สุขภาวะด้านจิตใจ                            | *RIS หมายถึง การมีภูมิคุ้มกัน             |
| *SOC หมายถึง สุขภาวะด้านสังคม                            | *KNO หมายถึง ความรู้                      |
| *INT หมายถึง สุขภาวะด้านปัญญา                            | *VIR หมายถึง การมีคุณธรรม                 |

### วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากร ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ ประชาชนในพื้นที่ชุมชนตำบลโคกโคเตม อำเภอมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งมีประชากรทั้งสิ้น 3,843 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง เชิงปริมาณ ดำเนินการสุ่มด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยใช้ฐานข้อมูลจาก อบต. โคกโคเตม ในการสุ่ม และคำนวณจำนวนของกลุ่มตัวอย่างจากสูตร ของ Yamane ที่ความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 โดยได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ 362 คน

เชิงคุณภาพ คัดเลือกด้วยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) จากเงื่อนไขที่ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) ต้องเป็นบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการจัดการและส่งเสริมการเป็นชุมชนสุขภาวะได้แก่ ผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชน พัฒนาชุมชน เจ้าหน้าที่อบต. อสม. รพสต กลุ่มละ 3-5 คน รวมทั้งสิ้น 20 คน

#### 3. การรวบรวมข้อมูล

1) การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณกระทำโดยใช้แบบสอบถามจำนวน 410 ชุด เพื่อป้องกันการสูญหายและความครบถ้วนของข้อมูล

2) การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล (In-Dept Interview) กับผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) และการสนทนากลุ่ม 2 ครั้ง

4. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือการวิจัย เครื่องมือการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพจะดำเนินการตรวจสอบความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นดังนี้

1) การตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) การวิจัยครั้งนี้ทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงโดยการประเมินค่า IOC จากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านเพื่อให้เป็นไปตามหลัก Triangulation โดยผลการประเมินพบว่า ค่า IOC มีค่าอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 ซึ่งมีค่ามากกว่าเกณฑ์ที่สามารถนำไปใช้ได้คือ 0.50 (วีระยุทธ พรพจน์ธนาส, 2565) และผู้วิจัยได้ทำการปรับแก้ข้อความตามผู้เชี่ยวชาญแนะนำก่อนนำไปใช้เก็บข้อมูลจริง

2) การตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) การตรวจสอบความเชื่อมั่นในการวิจัยครั้งนี้ทำในส่วน of เครื่องมือเชิงปริมาณ โดยทำการตรวจสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของครอนบาค (Cronbach's

Alpha coefficient) และค่าอำนาจจำแนก ผลการวิเคราะห์พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของครอนบาคอยู่ระหว่าง 0.776–0.902 และค่าอำนาจจำแนกมีค่าอยู่ระหว่าง 0.661–0.803

#### 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

1) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณทำการวิเคราะห์โดยสถิติพรรณนา เช่น ค่าความถี่ ค่าร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เป็นต้น

2) การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพทำการวิเคราะห์ตามกรอบของ CIPP Model เพื่อให้ได้รูปแบบกิจกรรม และแนวทางการดำเนินกิจกรรมตามวัตถุประสงค์การวิจัย

#### ผลการวิจัย

ศึกษาสภาพการณ์ความต้องการและศักยภาพชุมชนในการพัฒนาชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษาพบว่า ข้อมูลด้านสุขภาวะทางกาย ประเด็นด้านอาหารกลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการเลือกรับประทานอาหารสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 84.95 ส่วนพฤติกรรมสุขภาวะทางกาย ด้านการออกกำลังกายพบว่า ส่วนมากมีร่างกายแข็งแรง กระปรี้กระเปร่า จากการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ คิดเป็นร้อยละ 83.42 และด้านการดูแลสุขภาพตนเองพบว่า สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ในการดำเนินชีวิตและดูแลป้องกันโรคติดเชื้อโรคที่ระบาดง่ายได้ร้อยละ 97.70 ด้านสุขภาวะทางจิตใจพบว่า กลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพจิตใจของตนเองให้พร้อมต่อการเผชิญปัญหาสูงที่สุดคิดเป็นร้อยละ 97.96 ด้านสุขภาวะทางสังคมพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีครอบครัวอบอุ่นคิดเป็นร้อยละ 97.70 และสุขภาวะทางปัญญาพบว่า กลุ่มตัวอย่างสามารถใช้ปัญญาในการวิเคราะห์เหตุแห่งทุกข์และเลือกวิธีการแก้ไขที่สาเหตุคิดเป็นร้อยละ 97.70

ข้อมูลด้านการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการทำนุหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ในการดำเนินชีวิต เช่น การปลูกผักไว้กินเองในครอบครัวไม่เสพสิ่งเสพติด ไม่เล่นการพนัน และปลอดอบายมุข ร้อยละ 83.42

ข้อมูลด้านศักยภาพชุมชนที่ส่งเสริมการเป็นชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ปรากฏดังตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** ศักยภาพชุมชนที่ส่งเสริมการเป็นชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

| ศักยภาพชุมชน                        | ค่าเฉลี่ย | SD   |
|-------------------------------------|-----------|------|
| 1. ด้านบทบาทของผู้นำชุมชน           | 4.05      | 0.36 |
| 2. ด้านการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน    | 3.96      | 0.43 |
| 3. ด้านเครือข่ายภายในและภายนอกชุมชน | 4.00      | 0.43 |

จากตารางที่ 1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเห็นว่าบทบาทของผู้นำชุมชนมีความสำคัญต่อการส่งเสริมการเป็นชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง สูงที่สุดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.05 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.36 รองลงมาคือการมีเครือข่ายภายในและภายนอกชุมชนสนับสนุน และการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.00 และ 3.96 ตามลำดับ

ข้อมูลด้านความต้องการของประชาชนในภาพรวมพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.14 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.37 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างต้องการให้ชุมชนมีแกนนำจัดกิจกรรมสุขภาวะ มีค่าสูงที่สุดอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.21 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.48 รองลงมาคือ ต้องการให้ชุมชนมีกลุ่มที่จัดกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะ/สุขภาพ และต้องการให้ชุมชนสนับสนุนการจัดกิจกรรมชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างต่อเนื่องมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.20 และ 4.14 ตามลำดับ

**ศึกษารูปแบบชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง** การประเมินโดย CIPP Model เกี่ยวกับชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยข้อมูลที่นำมาใช้เพื่อประเมินชุมชนโดย CIPP Model ในส่วนบริบท (C) ได้จากการศึกษาเชิงปริมาณตามวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 แล้วนั้น ในส่วนของปัจจัยนำเข้า กระบวนการ และผลลัพธ์นั้นได้มาจากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 20 คน ได้แก่ ผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชน พัฒนาชุมชน เจ้าหน้าที่อบต. อสม. รพสต. เครือข่ายต่างๆ ในชุมชน และการสนทนากลุ่ม (focus group) จำนวน 2 ครั้ง กับผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้แทนผู้สูงอายุ ผู้แทนเยาวชน ผู้แทนชมรม/กลุ่มเศรษฐกิจพอเพียง ผู้นำองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นผู้นำชุมชน พัฒนาชุมชน เจ้าหน้าที่ อบต. อสม. รพสต. ผู้แทนเครือข่ายต่างๆ ในชุมชน โดยผลการวิเคราะห์ดังนี้

ปัจจัยนำเข้า ประกอบด้วย ปัจจัยนำเข้าประการที่ 1 คือ ยุทธศาสตร์ แผนงานและโครงการต่างๆ ของท้องถิ่นตามแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.2566-2570) องค์การบริหารส่วนตำบลโคกโคเตมา ปัจจัยนำเข้าประการที่ 2 คือ ความร่วมมือของประชาชนในชุมชนเฉพาะกลุ่ม ประกอบด้วย กลุ่ม อสม. เป็นแกนในการทำกิจกรรม ซึ่งหากผู้สูงอายุและผู้ดูแลผู้สูงอายุไม่เล็งเห็นถึงประโยชน์ที่จะได้รับ ย่อมทำให้โอกาสในการเข้าร่วมน้อยลง นอกจากนี้ กลุ่มเยาวชนก็มักไม่ได้เข้าร่วมเนื่องจากมองว่าเป็นเรื่องของผู้ใหญ่หรืออาจเป็นเพราะกิจกรรมไม่ตรงตามความต้องการของเยาวชน ปัจจัยนำเข้าประการที่ 3 คือ บุคลากรของ อบต. โคกโคเตมา ที่เป็นผู้รับผิดชอบภายในหน่วยงานกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องในด้านการบริหารจัดการเพื่อให้เกิดโครงการทางด้านการดูแลสุขภาพซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการดำเนินงานและจัดกิจกรรม

ปัจจัยนำเข้าประการที่ 4 คือ ปัจจัยทางด้านทัศนคติเกี่ยวกับความไม่ค้อยตระหนักถึงปัญหาสุขภาพของประชาชนในทุกช่วงวัย แม้ว่า อบต. โคกโคเตมา รวมทั้งเครือข่ายในชุมชนที่มีส่วนดูแลสุขภาพจะมี

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพจะจัดให้บริการขึ้นก็ตามปัจจัยนำเข้าประการที่ 5 คือ ฐานข้อมูลสำหรับการจัดการด้านสุขภาพของประชาชนทุกช่วงวัยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ ที่เป็นภารกิจของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการสร้างฐานข้อมูลเกี่ยวกับภาวะสุขภาพของประชาชนและผู้สูงอายุในชุมชนให้มีความถูกต้องครบถ้วนปัจจัยนำเข้าประการที่ 6 คือ กลุ่มอาชีพ จำนวน 5 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มอาชีพผู้ปลูกผักและไม้ผลโคกโคเตมา หมู่ที่ 1 กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต หมู่ที่ 1 กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิตบ้านลำยาง หมู่ที่ 2 กลุ่มผ้าหรีด หมู่ที่ 3 บ้านสามหนอง กลุ่มเกษตรสวนครัว หมู่ที่ 3 บ้านสามหนอง และ กลุ่มส่งเสริมกลุ่มอาชีพเกษตรกร หมู่ที่ 4

กระบวนการ มีประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการที่ควรพิจารณาดังนี้

ประเด็นที่ 1 กิจกรรมที่มีการดำเนินการบางกิจกรรมมีการดำเนินการที่ไม่ต่อเนื่องโดยเฉพาะกิจกรรมที่ได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานภายนอก

ประเด็นที่ 2 คือ การทำงานของเครือข่าย พบว่าในชุมชนยังไม่มีชมรมหรือกลุ่มเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับชมรมผู้สูงอายุที่มียังไม่เข้มแข็งเท่าที่ควร การดำเนินการเกี่ยวกับเครือข่ายของเยาวชนนั้นยังไม่ปรากฏชัดเจน แต่ในส่วนของคนวัยทำงานมีการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและไม่เกี่ยวข้องผ่านกลุ่มชุมชน (ที่ทำการชุมชน โดยมีประธานชุมชนเป็นผู้ประสานงานและดำเนินการ)

ประเด็นที่ 3 การทำงานของเครือข่ายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเครือข่ายเศรษฐกิจพอเพียงผู้สูงอายุยังไม่ประสานงานกันอย่างเป็นทางการเท่าที่ควร ในชุมชนจะมีกลุ่มต่าง ๆ ที่มีการดำเนินงานหรือการจัดกิจกรรมโดยตรงกับการดูแลและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุและกลุ่มที่เกี่ยวข้องในทางอ้อมที่แต่ละกลุ่มดำเนินการแยกจากกันอย่างชัดเจนเยาวชนมักดำเนินการผ่านโรงเรียนในพื้นที่ ในขณะที่กลุ่มบุคคลวัยทำงานมักมีกิจกรรมค่อนข้างน้อย

ประเด็นที่ 4 ความสะดวกในการเข้าร่วมกิจกรรม ข้อมูลจากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มระบุว่า การทำให้เข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มขึ้น “ควรเป็นกิจกรรมที่สามารถดำเนินการได้ในหมู่บ้านหรือในครอบครัวตนเอง” เนื่องจาก เยาวชน คนทำงาน และผู้สูงอายุไม่สะดวกที่จะมาเข้าร่วมกิจกรรมที่ทาง อบต. หรือกลุ่มต่าง ๆ จัดขึ้น

ประเด็นที่ 5 การสร้างแกนนำจัดกิจกรรมที่ผ่านมา จัดโดยเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบของ อบต. และรพสต. ส่วนเยาวชนโรงเรียนเป็นผู้รับผิดชอบ ซึ่งมักมีภาระงานอื่นเป็นจำนวนมากทำให้ไม่สามารถจัดกิจกรรมได้สม่ำเสมอ ทั้งนี้ การจัดอบรมแกนนำให้มีความรู้สามารถช่วยแก้ไขปัญหาในส่วนนี้ได้เป็นอย่างมาก

ประเด็นที่ 6 จากการสนทนากลุ่มระบุถึงลักษณะของกิจกรรมที่สอดคล้องกับความต้องการของทุกกลุ่ม ได้แก่ เยาวชน คนทำงานและผู้สูงอายุ ลักษณะของกิจกรรมที่ต้องการ คือ มีความหลากหลาย ไม่น่าเบื่อ น่าสนใจ สนุก ใช้เวลาไม่นาน และสามารถกลับไปทำที่บ้านได้มีขั้นตอน กระบวนการในการดำเนินการที่ไม่ยากเกินไป

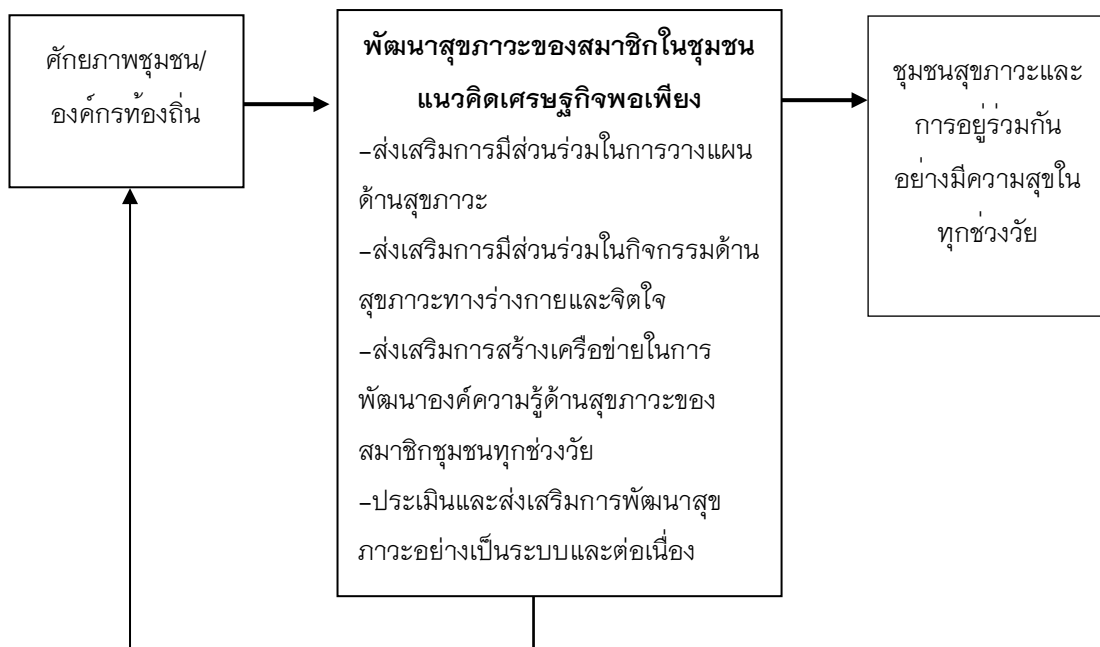
ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น ผลลัพธ์ที่สำคัญที่มีผลต่อการดำเนินการได้ ดังนี้

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพพบว่า การจัดกิจกรรมตรวจสุขภาพผู้สูงอายุจะให้ความสนใจเข้าร่วมค่อนข้างมาก ส่วนกิจกรรมการอบรมให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพตนเอง ทั้งเยาวชน คนวัยทำงาน

และผู้สูงอายุจะให้ความสนใจเข้าร่วมบ้างในช่วงแรก ๆ แต่หลังจากดำเนินการระยะเวลาหนึ่งมักพบว่า ผู้เข้าร่วมให้ความร่วมมือกิจกรรมน้อยลง ทั้งนี้ การที่ไม่มีผู้เข้าร่วมฝึกซ้อมเป็นเจ้าภาพ หรือไม่มีแกนนำ มาร่วมดำเนินการอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ อาจต้องปรับรูปแบบให้เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการ ของคนในชุมชน รวมไปถึงต้องเป็นกิจกรรมที่เห็นผลได้ทันที

ผลลัพธ์อีกประเด็นที่เกิดขึ้นอันเป็นผลที่ได้รับอิทธิพลมาจากความร่วมมือของเครือข่ายด้านสุขภาพ คือ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลที่มี อสม. เป็นหลัก การเข้าร่วมกิจกรรมเป็นการขอความร่วมมือ และการชักชวนหรือบางครั้งไปรับผู้สูงอายุมาด้วยตัวเอง ชุมชน เทศบาลตำบลโคกโคเตม่า มี อสม. จำนวนมากและเป็นกลุ่มคนที่เสียสละ รวมทั้งมีจิตอาสาในการทำงานอย่างยิ่ง ซึ่งทำให้สามารถชักชวน หรือแนะนำให้ เยาวชน คนทำงาน และผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมให้มากขึ้น

โดยสรุปรูปแบบชุมชนสุขภาพและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญา เศรษฐกิจพอเพียงมีประเด็นสำคัญที่มีความสัมพันธ์ให้เกิดผลสัมฤทธิ์ ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 รูปแบบชุมชนสุขภาพและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย  
ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

พัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชนและสร้างแกนนำกิจกรรมชุมชนสุขภาพและการอยู่ร่วมกัน อย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จากข้อมูลการศึกษารูปแบบ กิจกรรมชุมชนสุขภาพและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คณะผู้วิจัยได้นำเสนอผลิตภัณฑ์ที่ใช้วัดพฤติกรรมการผลิตจากชุมชน รวมทั้งกิจกรรมและปฏิบัติการ 4 ด้าน

ผ่านคู่มือการอบรมที่พัฒนาขึ้น เพื่อให้สอดคล้องกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้ 1) ด้านหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกสมุนไพรคั่ว 2) ด้านการดูแลสุขภาพกายด้วยตนเอง และพัฒนาผลิตภัณฑ์ลูกประคบสมุนไพรสด 3) ด้านการออกกำลังกายและใจ และ 4) ด้านอาหารสุขภาพ และพัฒนาผลิตภัณฑ์คัพเค้กกล้วยน้ำว้า

อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาที่ได้จากการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชนทั้ง 4 กิจกรรมนั้น สามารถสรุปได้ว่า การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการวางแผนด้านสุขภาวะจะต้องดำเนินการผ่านกิจกรรมในหลายมิติ เช่น ในการส่งเสริมความรู้ผ่านการผลิตน้ำพริกสมุนไพรคั่ว ลูกประคบสมุนไพร และคัพเค้กกล้วยน้ำว้าที่ต้องใช้วัตถุดิบ ส่วนประกอบที่ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุสามารถปลูกเองได้ตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยในการนี้ การให้ความรู้ในมิติของอาหาร สมุนไพร รวมไปถึงในส่วนของกิจกรรมด้านออกกำลังกาย จะเป็นการนำไปสู่การส่งเสริมให้ผู้ร่วมกิจกรรมตระหนักถึงความสำคัญด้านสุขภาวะ คำนึงถึงพฤติกรรมแนวทางในการรักษาสุขภาวะทางร่างกายและจิตใจของตน และนอกจากนั้น ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมจะสามารถ “บอกต่อ” ซึ่งเป็นการนำความรู้ที่ได้รับระหว่างร่วมกิจกรรมไปเผยแพร่ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเผยแพร่ความรู้เหล่านั้นจะยิ่งทำให้ผู้สูงอายุจะสามารถประเมินสุขภาวะตนเองและสมาชิกผู้อื่นได้อีกด้วย

ทั้งนี้ กิจกรรมทั้ง 4 ประการข้างต้นคณะผู้วิจัยได้จัดทำกรอบการอบรมให้แก่แกนนำและประชาชนในชุมชนจำนวนกว่า 60 คน และได้ส่งมอบคู่มือการอบรมให้แก่องค์การบริหารส่วนตำบลเพื่อใช้ในการอบรมผู้ที่สนใจหรือใช้ทำกิจกรรมของเครือข่ายในอนาคตต่อไป

### อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ผู้วิจัยได้ทำการอภิปรายผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

การศึกษาศาภาพการณ์ความต้องการและศักยภาพชุมชนในการพัฒนาชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง การวิจัยพบว่า บทบาทของผู้นำชุมชน การมีส่วนร่วมของคนในชุมชน ด้านเครือข่ายภายในและภายนอกชุมชน ความต้องการของประชาชนเพื่อการพัฒนาเป็นชุมชนสุขภาวะ การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง มีความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย ความต้องการให้ชุมชนมีแกนนำจัดกิจกรรมสุขภาวะ มีค่าสูงที่สุดอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ทั้งนี้ เนื่องจากผู้นำชุมชนเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการสานต่อความต้องการของประชาชนในพื้นที่ ช่วยผลักดันให้เกิดกิจกรรม และขับเคลื่อนโครงการด้านสุขภาวะให้เกิดขึ้น รวมไปถึงสนับสนุนอำนวยความสะดวกให้แก่คนในชุมชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมาชิกในชุมชนที่เป็นผู้สูงอายุจะเห็นได้ว่า บทบาทของผู้นำชุมชนมีความสำคัญมากในการดำเนินกิจกรรมของท้องถิ่น ภัยจันทร พันธ์ (2564) ที่นำเสนอเรื่อง บทบาทของผู้บริหารท้องถิ่นในการพัฒนาพื้นที่ในเขตอำเภอทับสะแก จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ว่า โดยทั่วไปผู้บริหารเป็นผู้มีบทบาทสำคัญมากที่สุดในการบริหารองค์กร เพราะผู้บริหารเป็นผู้นำ เป็นผู้กำหนดนโยบายกำหนดจุดมุ่งหมาย วางแผน และกำหนดเป้าหมายตลอดจนวิธีการดำเนินงาน เปรียบเสมือนเข็มทิศนำทางเพื่อให้การบริหารองค์การบรรลุผลสอดคล้องกับวัตถุประสงค์และนโยบายของรัฐด้วยความคิดสร้างสรรค์ วิสัยทัศน์ และจะต้องรับผิดชอบในการดำเนินงานกิจการต่าง ๆ มีส่วนรับผิดชอบ เช่นเดียวกับการศึกษาของ ชีรชัย เทพนอก (2565) ที่ศึกษาบทบาทการมีส่วนร่วมของผู้นำท้องถิ่น ว่ามีความสำคัญอย่างมากในการกำหนดนโยบายการบริหาร การจัดทำแผนพัฒนา และการแก้ปัญหาอุปสรรคในการทำงาน สอดคล้องกับ สมพงษ์ เกษานุชและคณะ (2562) ที่ได้ศึกษาว่า ชุมชนที่มีประสิทธิภาพมักมีผู้นำชุมชนที่ดี ที่ได้รับการคัดเลือกและความไว้วางใจจากชุมชน มีความเสียสละ มีเมตตา มีคุณธรรม มีความรู้ และการตัดสินใจที่ดี มากกว่านั้น ศิริรุ่ง ภัทรเศวต (2566) ได้เสนอว่าลักษณะของผู้นำที่จะทำให้การพัฒนาชุมชนได้ดีควรเป็นผู้นำชุมชนที่มีความเก่งและความดีควบคู่กันไป ด้านความเก่งผู้นำชุมชนควรมีคุณลักษณะมีความรู้ทางการศึกษา สามารถวิเคราะห์จุดอ่อน จุดแข็ง โอกาสและอุปสรรคของชุมชนได้มีวิสัยทัศน์กว้างไกล สามารถคาดการณ์สิ่งที่จะเกิดขึ้นกับชุมชนในอนาคตและเตรียมการรองรับได้แก้ไขปัญหาได้ทันเวลา ผลการศึกษาของ บรรจบ แสนสุข และคณะ (2566) ที่ได้ทำการศึกษาการประเมินผลการดำเนินงานในกระบวนการพัฒนาระบบดูแลสุขภาพชุมชนสำหรับผู้สูงอายุ พบว่า ระบบกลไกการทำงานที่สำคัญในการดูแลสุขภาพของชุมชน เกิดจากนโยบายของรัฐ และความต้องการของคนในชุมชน โดยใช้ต้นทุนด้านบุคคลในชุมชนเป็นปัจจัยสำคัญในการดำเนินงานร่วมกับเงินทุนและปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมเป็นตัวขับเคลื่อนสามารถออกแบบกิจกรรมให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในชุมชน

นอกจากนี้ นิภาวรรณ เจริญลักษณ์, เรืองวิทย์ นิลโคตร และชาติรี ลุนคำ (2566) ยังได้นำเสนอถึงความสำคัญของการใช้ชุมชนเป็นฐานในการพัฒนาสุขภาพว่า การสร้างเสริมสุขภาพให้มีความสำคัญต่อกระบวนการหรือเครื่องมือที่เอื้อต่อการทำงานให้สำเร็จบรรลุผลตามเป้าหมายนั้น ๆ ซึ่งการทำงานสร้างเสริมสุขภาพเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะในการช่วยให้ประชาชนปรับเปลี่ยนแบบแผนการดำรงชีวิต และผสมผสานทุนทางสังคมเพื่อสร้างเสริมสุขภาพโดยคำนึงถึงปัจจัยกำหนดสุขภาพที่หลากหลายทั้งทางสิ่งแวดล้อม สังคม เศรษฐกิจและกายภาพเพื่อนำไปสู่สุขภาพที่ดี อย่างไรก็ตาม การสร้างนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพของชุมชนต้องให้คุณค่าต่อชุมชนโดย 1) กิจกรรมที่ดำเนินการต้องให้ความสำคัญต่อภูมิปัญญาของชุมชน 2) มีการแลกเปลี่ยนข้อมูลสุขภาพกับชุมชนด้วยรูปแบบที่ไม่ซับซ้อน 3) ใช้ความรู้ทักษะต่าง ๆ ของคนในชุมชน ศักยภาพและทรัพยากรต่าง ๆ ของชุมชนในการสร้างเสริมพลังของชุมชน และ 4) การทำงานควรให้ความสำคัญต่อความสามารถของชุมชนและความต้องการของชุมชน รวมไปถึงการพัฒนาแกนนำและเครือข่ายในการสร้างชุมชนสุขภาพ

การศึกษารูปแบบชุมชนสุขภาพและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยจากผลการศึกษาที่รูปแบบของชุมชนสุขภาพและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัย

ผ่านแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงนั้น การศึกษาซึ่งประกอบด้วยประเภทกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับ 1) การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในชีวิตประจำวัน 2) การดูแลสุขภาพกายด้วยตนเอง 3) การออกกำลังกาย 4) อาหารสุขภาพ โดยมีลักษณะกิจกรรม ดังนี้ 1) กิจกรรมมีลักษณะที่ประชาชนสามารถทำด้วยตนเองได้ 2) กิจกรรมที่ต้องใช้เวลาสั้นๆ ไม่เป็นอุปสรรคในการประกอบอาชีพ 3) กิจกรรมที่ทำหากต้องมีอุปกรณ์หรือวัตถุดิบประกอบต้องสามารถหาได้ง่ายจากชุมชน

ทั้งนี้ ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบในการดำเนินกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาสั้นๆ หมายถึง กิจกรรมต้องไม่เป็นอุปสรรคในการประกอบอาชีพ เนื่องด้วยประชาชนในพื้นที่ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป การเกษตร และค้าขาย ทำให้ไม่มีเวลาในการดูแลสุขภาพของตน ดังนั้น ข้อเสนอที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าที่ประชาชนต้องการคือกิจกรรมต่าง ๆ จะต้องไม่กระทบต่อช่วงเวลาในการประกอบอาชีพของคนในพื้นที่ ซึ่งถือเป็นการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมตามแนวคิดลักษณะในการทำกิจกรรมนันทนาการของ Weiskopf (1982) ที่ได้สรุปว่าลักษณะของกิจกรรมนันทนาการที่ดีควรมีลักษณะ ดังนี้ 1) นันทนาการเป็นกิจกรรมที่สมัครใจ 2) นันทนาการเกิดขึ้นในเวลาว่าง 3) นันทนาการก่อให้เกิดความสนุกสนาน 4) นันทนาการเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะการกระทำ 5) นันทนาการก่อให้เกิดวิสัยทัศน์กว้างไกล 6) นันทนาการช่วยส่งเสริมความสุขสดชื่น 7) นันทนาการเป็นสิ่งที่มีความค่าและสร้างสรรค์ 8) นันทนาการเป็นสิ่งที่สังคมยอมรับและต้องการ และ 9) นันทนาการเป็นกิจกรรมที่ให้ประโยชน์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม

นอกจากนั้น ยังพบว่า กิจกรรมเพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์ชุมชนต้องมีอุปกรณ์หรือวัตถุดิบประกอบต้องสามารถหาได้ง่ายจากชุมชน ไม่สิ้นเปลืองหรือเพิ่มภาระค่าใช้จ่ายให้แก่ประชาชน อย่างไรก็ตาม ในประเด็นนี้ทางหน่วยงานภาครัฐในท้องถิ่นได้มีการสนับสนุนในอุปกรณ์ที่จำเป็นบางส่วน เช่น อุปกรณ์ในการออกกำลังกายที่ประชาชนสามารถเข้ามามีใช้ได้ รวมทั้งมีการจัดสถานที่ให้ทำกิจกรรมด้วย ทั้งนี้ แนวคิดเหล่านี้มีความสอดคล้องกับการศึกษาของ วรียาพร พงศธรไชยภัทร์ และปณดา เตชะทรัพย์อมร (2565) เกี่ยวกับ กฎบัตรออกติดตามกับการรับรู้บทบาทและอุปสรรคด้านการสร้างเสริมสุขภาพของนักกายภาพบำบัดที่นำเสนอว่า หลักการเชิงยุทธศาสตร์ของกฎบัตรออกติดตามเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพมีสำคัญ 5 ประเด็น โดยหนึ่งในประเด็นนั้นคือ การเสริมสร้างชุมชนที่เข้มแข็ง (Strengthening community action) ซึ่งการพัฒนาชุมชนเป็นการดึงศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์และใช้ทรัพยากรวัตถุที่มีอยู่ในชุมชน เพื่อพัฒนาความสามารถในการช่วยเหลือตนเองและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ในขณะที่ พินทุสร โพธิ์อุไร (2562) ได้นำเสนอในส่วนของกฎบัตรออกติดตามเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพว่า ปัจจัยพื้นฐานก่อนมีสุขภาพดีประการหนึ่งคือ การมีแหล่งทรัพยากรที่เพียงพอ รวมทั้งเจตจำนงต่อการสร้างเสริมสุขภาพต้องไม่เป็นการการผลาญทรัพยากร

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1) ข้อมูลจากการศึกษาเกี่ยวกับชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง จากการศึกษาสามารถเป็นข้อมูลให้กับหน่วยงานเกี่ยวข้องในการกำหนดลักษณะกิจกรรมหรือโครงการให้ตรงกับความต้องการของประชาชน

2) แกนนำและคู่มือจัดกิจกรรมชุมชนสุขภาวะและการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทุกช่วงวัยตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและผู้สนใจทั่วไปสามารถนำไปใช้เป็นต้นแบบในการอบรมได้

### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) การดำเนินการวิจัยครั้งต่อไปผู้วิจัยควรมีการดำเนินการตรวจสอบและเพิ่มมิติในการประเมินศักยภาพชุมชนให้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

2) การดำเนินครั้งต่อไปจากการวิจัยนี้ผู้วิจัยอาจทำการพัฒนาวิธีการและกิจกรรมที่หลากหลายมากยิ่งขึ้นเพื่อให้สามารถดึงดูดความสนใจของประชาชนในชุมชนในการเข้าร่วมทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะ รวมทั้งแสวงหาวิธีการที่ทำให้ประชาชนเข้าร่วมทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

## เอกสารอ้างอิง

กองยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านความเสมอภาคและความเท่าเทียมทางสังคม สำนักงานพัฒนาการ

เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2562). *๙ อย่างสู่ความยั่งยืน วิสาหกิจชุมชน*. กรุงเทพฯ:

บริษัทสตูดิโอ เอชคิว จำกัด.

กัญจน์พร แทนรินทร์. (2564). บทบาทของผู้บริหารท้องถิ่นในการพัฒนาพื้นที่ในเขตอำเภอทับ

สะแก จังหวัดประจวบคีรีขันธ์. *วารสารการจัดการภาครัฐและเอกชน*, 3(3), 110–119.

กัมพล เพ็ชรล้อมทอง, สุรภา เอมสกุล และธนัสสา โรจนตระกูล. (2564). กระบวนการสร้างชุมชน

เข้มแข็งอย่างยั่งยืนแบบพึ่งพาตนเอง. *Journal of Roi Kaensarn Academi*. 6(12), 354–368.

ธีรชัย เทพนอก. (2565). ภาวะผู้นำและการมีส่วนร่วมของประชาชนที่ส่งผลต่อการพัฒนาท้องถิ่น

ในจังหวัดนครราชสีมา. *วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 9(8), 309–326.

นิภาวรรณ เจริญลักษณ์, เรืองวิทย์ นิลโคตร และชาติรี ลุนคำ. (2566). การวิจัยและพัฒนา

เครือข่ายจิตอาสาในการสร้างเสริมสุขภาพกลุ่มเปราะบางในชุมชน. *วารสารสันติ*

*ศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 11(3), 848–861.

บรรจบ แสนสุข และคณะ. (2566). การประเมินผลการดำเนินงานตามนโยบายการพัฒนาแบบ

สุขภาพชุมชนสู่ระบบบริการสุขภาพอย่างไร้รอยต่อสำหรับผู้สูงอายุ จังหวัดยโสธร. *วารสาร*

*สาธารณสุขชุมชน*, 9(3), 179–190.

- ปราชญ์ ไยมสุมร, พระครูสมุห์จิระชาติ พุทธวรขิต และ พระครูจิตกรการโกวิท สิรินนโท. (2565). การพัฒนาสุขภาพชุมชนภายใต้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจังหวัดชลบุรี. *วารสารปัญญา*, 29(2), 38-53.
- พินทุสร โพธิ์อุไร. (2562). แนวคิดว่าด้วยการเสริมพลังชุมชนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ. *วารสารพัฒนสังคม*, 21(2), 64-77.
- วรศยาพร พงศธรไชยภัทร์ และปณดา เดชทรัพย์อมร. (2565). การรับรู้บทบาทและอุปสรรคด้านการสร้างเสริมสุขภาพของนักกายภาพบำบัดไทยในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิ. *วารสารกายภาพบำบัด*, 44(3), 159-179.
- วีระยุทธ พรพจน์ธนาส. (2565). การศึกษาเปรียบเทียบการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของเครื่องมือวิจัยด้วยเทคนิค IOC, CVR และ CVI. *รังสิตสารสนเทศ*, 28(1), 169-192.
- ศิริรุ่ง ภัทรเศวต. (2566). ความรับผิดชอบและคุณธรรมที่พึงประสงค์ของผู้นำองค์กรภาครัฐตามหลักธรรมาภิบาล. *วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์*, 6(2), 160-172.
- สมพงษ์ เกษานุช และคณะ. (2562). บทบาทผู้นำกับกระบวนการพัฒนาชุมชน. *วารสารศิลปศาสตร์ราชมงคลสุวรรณภูมิ*, 1(3), 293-306.
- สำนักเลขานุการของคณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ. (2562). *ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561 - 2580)*. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- องค์การบริหารส่วนตำบลโคกโคเตา. (2565). สภาพและข้อมูลพื้นฐาน. สืบค้นเมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2565, จาก <http://www.kokkothao.go.th/index.php>.
- Weiskopf, D. C., (1982). *Recreation and leisure: Improving the quality of life*. Allyn and Bacon: MA.