JIDIR
วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์
JOURNAL OF INTERDISCIPLINARY INNOVATION REVIEW
ปีที่ 9 ฉบับที่ 5 กันยายน – ตุลาคม 2569 Vol. 9 No. 5 September – October 2026

บทความวิจัย

การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี

BUDDHADHAMMA INTEGRATION FOR PROMOTING THE ELDERLY LIFE QUALITY OF NONTHABURI MUNICIPALITY

อุมาภรณ์ เมธเมาลี*, เกียรติศักดิ์ สุขเหลือง, สุรพล สุยะพรหม
Umaporn Methmaolee*, Kiettisak Suklueang, Surapon Suyaprom
คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Faculty of Social Sciences, Mahachulalongkornrajavidyalaya University
*Corresponding Author E-mail: umethmaolee24@gmail.com
Received June 25, 2026; Revised August 6, 2026; Accepted August 26, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี 2. ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี และ 3. นำเสนอการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ดำเนินการวิจัยแบบผสานวิธี โดยการวิจัยเชิงปริมาณเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 398 คน ใช้แบบสอบถามที่มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.933 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นตอน การวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการศึกษาภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 18 รูปหรือคน โดยการวิเคราะห์เนื้อหาเชิงพรรณนา และจัดสนทนากลุ่มเฉพาะจำนวน 10 รูปหรือคน เพื่อยืนยันองค์ความรู้หลังการสังเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิจัยพบว่า 1. คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรีโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านจิตใจ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม 2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี พบว่า การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 2 ด้าน ได้แก่ ด้านความมั่นคงปลอดภัย และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม โดยสามารถร่วมกันทำนายได้ร้อยละ 16.0 ส่วนหลักภาวนา 4 ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 2 ด้าน ได้แก่ ปัญญาภาวนา และศีลภาวนา โดยสามารถร่วมกันทำนายได้ร้อยละ 13.3 และ 3. การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ประกอบด้วยการเชื่อมโยงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้าน หลักภาวนา 4 และการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อให้เกิดแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม สิ่งแวดล้อม พฤติกรรม ปัญญา ความมั่นคงปลอดภัย และการดำรงชีวิตในสังคมสูงวัยอย่างเหมาะสม

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ, ภาวนา 4, เทศบาลนครนนทบุรี

Abstract

This research article aimed to: 1. study the quality of life of older persons in Nonthaburi City Municipality; 2. examine the factors affecting their quality of life; and 3. propose the integration of Buddhist principles to promote the quality of life of older persons in Nonthaburi City Municipality. This study employed a mixed-methods research design. For the quantitative research, data were collected from a sample of 398 respondents using a questionnaire with an overall reliability coefficient of 0.933. Data were analyzed using frequency, percentage, mean, standard deviation, and stepwise multiple regression analysis. For the qualitative research, field data were collected through in-depth interviews with 18 key informants and analyzed using descriptive content analysis. In addition, a focus group discussion was conducted with 10 participants to validate the knowledge synthesized from the findings.

The findings revealed that 1. The overall quality of life of older persons in Nonthaburi City Municipality was at a high level. All individual dimensions were also at a high level, with physical health having the highest mean, followed by environment, psychological well-being, and social relationships, respectively. 2. Regarding the factors affecting the quality of life of older persons, two dimensions of life-course development for older persons security and social participation had statistically significant effects at the 0.01 level and jointly explained 16.0 percent of the variance in quality of life. In addition, two dimensions of the Bhavana 4 principles Paññabhavana (wisdom development) and Silabhavana (behavioral development) had statistically significant effects at the 0.01 level and jointly explained 13.3 percent of the variance; and 3. The integration of Buddhist principles to promote the quality of life of older persons in Nonthaburi City Municipality involved connecting the four dimensions of quality of life, the Bhavana 4 principles, and life-course development for older persons. This integration provides a comprehensive approach to enhancing older persons' quality of life in terms of physical health, psychological well-being, social relationships, environment, behavior, wisdom, security, and appropriate living in an ageing society.

Keywords: Quality of Life, Elderly, Bhavana 4, Nonthaburi Municipality

บทนำ

ปัจจุบันหลายประเทศทั่วโลกกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมสูงวัย อันเป็นผลจากอัตราการเกิดที่ลดลงและประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น ในปี พ.ศ. 2567 โลกมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ประมาณ 1.18 พันล้านคน และคาดว่าในปี พ.ศ. 2593 จะเพิ่มขึ้นเป็นประมาณ 2.1 พันล้านคน สำหรับประเทศไทย ในปี พ.ศ. 2567 มีสัดส่วนผู้สูงอายุมากที่สุดในอาเซียน คิดเป็นร้อยละ 20.83 หรือประมาณ 13.7 ล้านคน อีกทั้งยังมีจำนวนผู้สูงอายุมากกว่าประชากรวัยเด็กถึง 3.75 ล้านคน ประกอบกับจำนวนเด็กเกิดใหม่ลดลงและจำนวนผู้เสียชีวิตสูงกว่าจำนวนเกิดอย่างต่อเนื่อง แสดงให้เห็นถึงความไม่สมดุลของโครงสร้างประชากรไทยและความท้าทายจากการเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงเป็นภารกิจสำคัญของหน่วยงานภาครัฐ โดยเฉพาะองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นซึ่งใกล้ชิดกับประชาชนและมีบทบาทในการจัดบริการสาธารณะให้สอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2568)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุต้องอาศัยการบริหารจัดการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และความร่วมมือระหว่างหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาสังคม และประชาชน โดยมีองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นแกนกลางในการเชื่อมโยงภารกิจ กิจกรรม และโครงการให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่ (ศุทธิดา ชวนวัน และคณะ, 2567) จังหวัดนนทบุรีมีเป้าหมายในการพัฒนาเป็นเมืองน่าอยู่ มีสุขภาวะดี มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต และพร้อมรองรับสังคมสูงวัย (สำนักงานจังหวัดนนทบุรี, 2567) ข้อมูล ณ เดือนมีนาคม พ.ศ. 2567 พบว่า จังหวัดนนทบุรีมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 286,976 คน คิดเป็นร้อยละ 22 และมีประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป จำนวน 204,721 คน คิดเป็นร้อยละ 15.53 จึงถือว่าเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ตามเกณฑ์ขององค์การสหประชาชาติ ส่งผลให้จังหวัดต้องเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ รายได้ อาชีพ การดูแลตนเอง และการมีส่วนร่วมในสังคมของผู้สูงอายุ (สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดนนทบุรี, 2568) สำหรับเทศบาลนครนนทบุรีเป็นเทศบาลประเภทพิเศษ มีพื้นที่ 38.9 ตารางกิโลเมตร ครอบคลุม 5 ตำบล ได้แก่ ตำบลสวนใหญ่ ตำบลตลาดขวัญ ตำบลบางเขน ตำบลบางกระสอ และตำบลท่าทราย (เทศบาลนครนนทบุรี, ม.ป.ป.) และมีผู้สูงอายุจำนวน 70,470 คน จึงมีความจำเป็นต้องพัฒนาระบบส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับบริบทและความต้องการของประชาชนในพื้นที่ (นิพนธ์ สกุลวีรวรรณ, 2568)

การวิจัยครั้งนี้ใช้แนวคิดการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต กลุ่มผู้สูงอายุ หรือ 4S ซึ่งเกิดจากการบูรณาการความร่วมมือของ 7 กระทรวง ตั้งแต่ระดับนโยบายจนถึงระดับปฏิบัติ ประกอบด้วย การส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม การส่งเสริมความมั่นคงปลอดภัย การส่งเสริมสุขภาพให้แข็งแรง และการส่งเสริมเทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด โดยมีการกำหนดบทบาทของหน่วยงาน มาตรการ ตัวชี้วัด และกลไกการดำเนินงาน เพื่อสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าถึงกิจกรรมทางสังคม หลักประกันทางรายได้และสวัสดิการ บริการสุขภาพ สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ตลอดจนข้อมูลและเทคโนโลยีที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต (สำนักอนามัยผู้สูงอายุ, 2566) นอกจากนี้ ยังนำหลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา ซึ่งเป็นหลักพุทธธรรมที่มุ่งพัฒนาผู้สูงอายุอย่างรอบด้าน ทั้งด้านร่างกาย พฤติกรรม จิตใจ และปัญญามาใช้ร่วมในการศึกษา (อง.ปญจก. 22/79/144) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) แนวคิดทั้งสองจึงเป็นปัจจัยสำคัญในการศึกษาการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยใช้กรอบคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก ซึ่งครอบคลุม 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม (The WHOQOL Group, 1995)

ด้วยเหตุนี้ การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรีจึงควรเชื่อมโยงแนวคิดการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต กลุ่มผู้สูงอายุ เข้ากับหลักภาวนา 4 เพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างเป็นองค์รวม การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และเสนอแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี เพื่อนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการกำหนดนโยบาย วางแผนกิจกรรม และพัฒนาระบบส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับบริบทพื้นที่และความต้องการของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี
3. เพื่อนำเสนอการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) โดยบูรณาการการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมทั้งในเชิงปริมาณและเชิงลึก อันจะนำไปสู่การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรีได้อย่างสมบูรณ์

2. ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

2.1 ประชากร (Population) ที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี จำนวน 70,470 คน (นิพนธ์ สกุลวีรวรรณ, 2568)

2.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรทาโร่ ยามาเน่ (Yamane, 1973) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 398 คน โดยทำการสุ่มแบบชั้นภูมิ (Stratified Random Sampling)

2.3 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 18 รูปหรือคน ได้มาจากการคัดเลือกแบบเจาะจง โดยพิจารณาจากคุณสมบัติ เป็นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรงกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี และมีประสบการณ์หรือบทบาทเกี่ยวข้องกับการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ หรือการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญประกอบด้วย ผู้บริหารท้องถิ่นหรือหัวหน้าส่วนราชการ จำนวน 2 คน เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานด้านการดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 6 คน ผู้แทนภาคประชาชนและกลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 6 คน นักวิชาการด้านรัฐประศาสนศาสตร์ จำนวน 2 คน และนักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 2 รูปหรือคน นอกจากนี้ ยังมีการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) จำนวน 10 รูปหรือคน ซึ่งเป็นคนละกลุ่มกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 การวิจัยเชิงปริมาณ เป็นแบบสอบถามโดยแบ่งเป็น 4 ตอน คือ ตอนที่ 1 สอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ ช่วงอายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และแหล่งที่มาของรายได้หลัก ซึ่งเป็นแบบสอบถามแบบเลือกตอบ (Check List) ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ) จำนวน 4 ด้าน ตอนที่ 3 สอบถามเกี่ยวกับหลักภาวนา 4 จำนวน 4 ด้าน และตอนที่ 4 สอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ซึ่งตอนที่ 2 ถึงตอนที่ 4 มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า Rating Scale 5 ระดับ โดยนำมาหาคุณภาพของเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 คน (Index of Item-Objective Congruence: IOC) และทำการทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α–Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นในภาพรวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.933

3.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ เป็นแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง โดยกำหนดประเด็นคำถามตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ครอบคลุม 3 ประเด็นสำคัญ ได้แก่ 1. การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุ ประกอบด้วย ด้านส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม ด้านส่งเสริมความมั่นคงปลอดภัย ด้านส่งเสริมสุขภาพแข็งแรง และด้านส่งเสริมเทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด 2. การประยุกต์หลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนา การพัฒนาด้านร่างกาย ศีลภาวนา การพัฒนาด้านพฤติกรรม จิตภาวนา การพัฒนาด้านจิตใจและปัญญาภาวนา การพัฒนาด้านปัญญา เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และ 3. คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ประกอบด้วย ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสังเคราะห์แนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 การวิจัยเชิงปริมาณ เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณด้วยแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในเขตเทศบาลนครนนทบุรี จำนวน 398 คน

4.2 การวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 18 รูปหรือคน และการสนทนากลุ่มเฉพาะ จำนวน 10 รูปหรือ เพื่อยืนยันองค์ความรู้หลังการสังเคราะห์ข้อมูล

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

5.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ซึ่งสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน มาใช้ประกอบกับการวิเคราะห์เชิงอนุมานผ่านเทคนิคการถดถอยพหุคูณ

5.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยใช้วิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยจัดหมวดหมู่ข้อมูลตามประเด็นสำคัญที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา และตีความสาระสำคัญจากข้อมูลสัมภาษณ์อย่างเป็นระบบ

ผลการวิจัย

1. คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 63.57 มีอายุระหว่าง 60–69 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.53 มีสถานภาพสมรสมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.43 มีการศึกษาระดับปริญญาตรีขึ้นไปมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.43 มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาทมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 39.45 และมีรายได้หลักจากการประกอบอาชีพส่วนตัวมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 39.21 สำหรับระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรีโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรีในภาพรวม

ด้านที่	คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี	ระดับการปฏิบัติ		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1.	ด้านร่างกาย	3.80	0.54	มาก
2.	ด้านจิตใจ	3.75	0.61	มาก
3.	ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	3.67	0.67	มาก
4.	ด้านสิ่งแวดล้อม	3.77	0.51	มาก
ภาพรวม		**3.75**	**0.38**	**มาก**

จากตารางที่ 1 พบว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = 3.75, S.D. = 0.38) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา คือ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านจิตใจ และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ตามลำดับ สอดคล้องกับการสัมภาษณ์ พบว่า เทศบาลนครนนทบุรีส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุครอบคลุม 4 ด้าน ได้แก่ 1. ด้านร่างกาย ส่งเสริมสุขภาพผ่านกิจกรรมออกกำลังกาย การให้ความรู้สุขภาพ การคัดกรองโรค และการฟื้นฟูสมรรถภาพ ทำให้ผู้สูงอายุแข็งแรงและพึ่งพาตนเองได้มากขึ้น 2. ด้านจิตใจ ส่งเสริมผ่านกิจกรรมธรรมะ สมาธิ

ศิลปะ ดนตรี และนันทนาการ ช่วยลดความเหงาและสร้างคุณค่าในตนเอง 3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ส่งเสริมผ่านชมรมผู้สูงอายุ กิจกรรมชุมชน กิจกรรมระหว่างวัย และจิตอาสา ทำให้ผู้สูงอายุมีเครือข่ายทางสังคมและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และ 4. ด้านสิ่งแวดล้อม จัดสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่ปลอดภัย สะอาด และเหมาะสม ส่งผลให้ผู้สูงอายุเข้าถึงบริการและใช้ชีวิตในชุมชนได้อย่างมั่นใจ

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี พบผลการศึกษาดังนี้

2.1 สมมติฐานที่ 1 การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ) ประกอบด้วย ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ด้านความมั่นคงปลอดภัย ด้านสุขภาพแข็งแรง และด้านเทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด อย่างน้อย 1 ด้าน ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ) ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี

ตัวแปรการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ)	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
ค่าคงที่ (Constant)	3.304		.133	24.875**	.000
ด้านความมั่นคงปลอดภัย (S2)	.214	.309	.043	5.020**	.000
ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม (S1)	-0.098	-0.192	.031	-3.124**	.002

Multiple R = .245[b], R^2= .160, Adjusted R^2 = .155, Std. Error = .373, F = 9.762, Sig. = 0.002
**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 2 พบว่า การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ) ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยเรียงลำดับตามสมการดังนี้ คือ ด้านความมั่นคงปลอดภัย และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ส่วนด้านที่ไม่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ได้แก่ ด้านส่งเสริมสุขภาพแข็งแรง และด้านส่งเสริมเทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด โดยผลการวิเคราะห์มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .160 แสดงว่า การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ) สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ได้ร้อยละ 16.0 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และสามารถเขียนสมการได้ดังนี้

$$\hat{Y} = 3.304 + 0.214(S2) - 0.098(S1)$$

$$Z_y = 0.309Z_{S2} - 0.192Z_{S1}$$

สมมติฐานที่ 2 หลักภาวนา 4 ประกอบด้วย กายภาวนา การพัฒนาด้านร่างกาย ศีลภาวนา การพัฒนาด้านพฤติกรรม จิตภาวนา การพัฒนาด้านจิตใจ ปัญญาภาวนา การพัฒนาด้านปัญญา อย่างน้อย 1 ด้าน ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 หลักภาวนา 4 ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี

ตัวแปรหลักภาวนา 4	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
ค่าคงที่ (Constant)	2.805		.123	22.862**	.000
ปัญญาภาวนา การพัฒนาด้านปัญญา (B4)	.146	.249	.033	4.380**	.000
ศีลภาวนา การพัฒนาด้านพฤติกรรม (B2)	.090	.161	.032	2.830**	.005

Multiple R = .365[b], R^2 = .133, Adjusted R^2= .129, Std. Error = .358, F = 8.010, Sig. = 0.005
**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 3 พบว่า หลักภาวนา 4 ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยเรียงลำดับตามสมการดังนี้ คือ ปัญญาภาวนา การพัฒนาด้านปัญญา และศีลภาวนา การพัฒนาด้านพฤติกรรม ส่วนด้านที่ไม่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ได้แก่ กายภาวนา การพัฒนาด้านร่างกาย และจิตภาวนา การพัฒนาด้านจิตใจ โดยผลการวิเคราะห์มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ (R^2) เท่ากับ .133 แสดงว่า หลักภาวนา 4 สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ได้ร้อยละ 13.3 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และสามารถเขียนสมการได้ดังนี้

$$\hat{Y} = 2.805 + 0.146(B4) + 0.090(B2)$$

$$Z_y = 0.249Z_{(B4)} + 0.161Z_{(B2)}$$

3. การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี พบว่า มีองค์ประกอบสำคัญ 3 ส่วน ได้แก่ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้าน หลักภาวนา 4 และการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต กลุ่มผู้สูงอายุ โดยองค์ประกอบที่ 1 คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย มุ่งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพแข็งแรง สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพ การตรวจคัดกรอง การฟื้นฟูสมรรถภาพ ตลอดจนมีพื้นที่และสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม ด้านจิตใจ มุ่งส่งเสริมความสุขทางใจ การเห็นคุณค่าในตนเอง การได้รับความรักและความเข้าใจ รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรมธรรมะและสมาธิ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม มุ่งส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว ชุมชน และกลุ่มผู้สูงอายุ รวมถึงการเข้าร่วมเครือข่ายจิตอาสาและการมีบทบาทในชุมชน และด้านสิ่งแวดล้อม มุ่งพัฒนาที่อยู่อาศัย ชุมชน และพื้นที่สาธารณะให้มีความปลอดภัย เข้าถึงได้สะดวก มีพื้นที่สีเขียว และเป็นมิตรกับผู้สูงอายุตามหลักอารยสถาปัตย์ องค์ประกอบที่ 2 หลักภาวนา 4 เป็นหลักในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ประกอบด้วย กายภาวนา การพัฒนาด้านร่างกาย โดยส่งเสริมการพักผ่อนอย่างเพียงพอ การรับประทานอาหารที่เหมาะสม การออกกำลังกายตามวัย และการพึ่งพาตนเอง ศีลภาวนา การพัฒนาด้านพฤติกรรม โดยส่งเสริมการควบคุมอารมณ์ การแสดงออกอย่างสุภาพ การมีวินัย การเคารพกติกา และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเกื้อกูล จิตภาวนา การพัฒนาด้านจิตใจ โดยส่งเสริมความเมตตา ความเอื้อเฟื้อ ทัศนคติเชิงบวก สมาธิ และภูมิคุ้มกันทางใจ และปัญญาภาวนา การพัฒนาด้านปัญญา โดยส่งเสริมการนำความรู้และประสบการณ์มาใช้ในการดำเนินชีวิต การเรียนรู้ตลอดชีวิต การคิดวิเคราะห์ การรู้เท่าทัน และการตัดสินใจอย่างรอบคอบ องค์ประกอบที่ 3 การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นฐานสนับสนุนการพัฒนาผู้สูงอายุอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย ด้านส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม โดยสนับสนุนให้ผู้สูงอายุรวมกลุ่ม เข้าร่วมชมรม แสดงความคิดเห็น ใช้เวลาว่างอย่างสร้างสรรค์ และมีบทบาทด้านจิตอาสา ด้านส่งเสริมความมั่นคงปลอดภัย โดยส่งเสริมความรู้ด้านความปลอดภัย พัฒนาสภาพแวดล้อมเพื่อลดความเสี่ยง จัดให้มีระบบเฝ้าระวังและเครือข่ายดูแลผู้สูงอายุ ด้านส่งเสริมสุขภาพแข็งแรง โดยสนับสนุนการเข้าถึงบริการสุขภาพ การออกกำลังกาย และการติดตามดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และด้านส่งเสริมเทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด โดยส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีเพื่อการดูแลสุขภาพ การสื่อสาร การเข้าถึงบริการ และการพัฒนาทักษะดิจิทัลพื้นฐาน ทั้งนี้จากองค์ประกอบทั้ง 3 ส่วน สามารถสังเคราะห์ได้ว่า การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นฐานสนับสนุนการพัฒนาผู้สูงอายุในระดับระบบ เมื่อนำมาบูรณาการกับหลักภาวนา 4 ซึ่งเป็นหลักในการพัฒนาผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกาย พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา จะนำไปสู่การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาล

นครนนทบุรีอย่างครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม อันเป็นแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเป็นรูปธรรม

อภิปรายผลการวิจัย

1. คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเทศบาลนครนนทบุรีให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง ทั้งการตรวจสุขภาพ คัดกรองโรค ส่งเสริมการออกกำลังกาย และกิจกรรมฟื้นฟูสุขภาพ ประกอบกับการสนับสนุนจากหน่วยงานท้องถิ่น เครือข่ายสุขภาพ ครอบครัว และชุมชน จึงเอื้อต่อการดูแลสุขภาพและการดำเนินชีวิตประจำวัน ส่วนด้านจิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อมที่อยู่ในระดับมากเช่นกัน อาจเนื่องมาจากการจัดกิจกรรมครอบคลุมทั้งด้านศาสนา นันทนาการ ชมรมผู้สูงอายุ การมีส่วนร่วมในชุมชน ตลอดจนการจัดสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม สอดคล้องกับงานวิจัยของนนทชา ชัยทวิชธานันท์ และพึงรัก ริยะขัน (2567) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมในเขตชุมชนเมืองเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก ผลการศึกษาพบว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุควรครอบคลุม 4 ด้าน ได้แก่ ร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสภาพแวดล้อม โดยส่งเสริมการดูแลสุขภาพ ความมั่นคงทางจิตใจ การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน และสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย ทั้งยังสอดคล้องกับงานวิจัยของสุมณฑา สุภาวิมล และคณะ (2567) ได้ศึกษาเรื่อง การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ และการคุ้มครองทางสังคม อภิปรายได้ว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุควรครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม โดยอาศัยบทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการจัดบริการและกิจกรรมที่เหมาะสมกับความต้องการของผู้สูงอายุ

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุด้านความมั่นคงปลอดภัยและการมีส่วนร่วมในสังคมเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยด้านความมั่นคงปลอดภัยมีผลในทิศทางบวก ขณะที่ด้านการมีส่วนร่วมในสังคมมีผลในทิศทางลบ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะความมั่นคงด้านรายได้ ที่อยู่อาศัย สุขภาพ สวัสดิการ และความปลอดภัยเป็นพื้นฐานสำคัญในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ ส่วนการมีส่วนร่วมในสังคมที่พบผลในทิศทางลบ อาจเกี่ยวข้องกับลักษณะและความเหมาะสมของกิจกรรมกับสภาพร่างกาย ความพร้อม และความต้องการของแต่ละบุคคล จึงอาจแสดงให้เห็นว่า การส่งเสริมการมีส่วนร่วมควรคำนึงถึงความเหมาะสมและความสมัครใจของผู้สูงอายุ ส่วนหลักภาวนา 4 พบว่า ปัญญาภาวนาและศีลภาวนาเป็นปัจจัยสำคัญต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เนื่องจากปัญญาภาวนาช่วยให้ผู้สูงอายุรู้เท่าทันและปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ตลอดจนตัดสินใจในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ขณะที่ศีลภาวนาช่วยกำกับการประพฤติปฏิบัติและส่งเสริมความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวและชุมชน แสดงให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุสัมพันธ์ทั้งกับการสนับสนุนจากภายนอกและการพัฒนาตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของวิไลลักษณ์ พรมเสน และอัจฉริยา ครุธาโรจน์ (2560) ได้ศึกษาเรื่อง บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำปางต่อการส่งเสริมการมีงานทำและการสร้างรายได้แก่ผู้สูงอายุ ผลการศึกษาพบว่า องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีบทบาทในการส่งเสริมอาชีพและรายได้แก่ผู้สูงอายุ รวมทั้งควรจัดทำฐานข้อมูลศักยภาพและประสานความร่วมมือกับภาคีเครือข่าย ซึ่งสนับสนุนความสำคัญของความมั่นคงในการดำรงชีวิตและการจัดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมตามศักยภาพและความพร้อม นอกจากนี้

ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของวรสิทธิสิน หงษ์ทอง และคณะ (2566) ได้ศึกษาเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักภาวนา 4 ในการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุภายในเขตเทศบาลเมืองพิชัย ตำบลพิชัย อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง ผลการศึกษาพบว่า หลักภาวนา 4 มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ โดยสีลภาวนาสัมพันธ์กับการวางแผน และปัญญาภาวนาสัมพันธ์กับการปรับปรุงตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่พบว่าปัญญาภาวนาและศีลภาวนาเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อภิปรายได้ว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุสัมพันธ์กับความมั่นคงปลอดภัยและการมีส่วนร่วมในสังคมที่สอดคล้องกับสภาพและความต้องการของแต่ละบุคคล ควบคู่กับการพัฒนาปัญญาและการประพฤติปฏิบัติที่เกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิต

3. การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุครอบคลุมด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม โดยบูรณาการหลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา เพื่อพัฒนาด้านร่างกาย พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ควบคู่กับการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต กลุ่มผู้สูงอายุ ที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม ความมั่นคงปลอดภัย สุขภาพ และการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด จึงเป็นการพัฒนาผู้สูงอายุทั้งจากภายในตามหลักพุทธธรรมและการสนับสนุนจากเทศบาลอย่างครอบคลุม สอดคล้องกับงานวิจัยของสุพล ศิริ และคณะ (2567) ได้ศึกษาเรื่อง ประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการศึกษาพบว่า การเพิ่มประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเป็นการนำปัจจัยการบริหารมาบูรณาการกับหลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนาเพื่อพัฒนาด้านร่างกาย สีลภาวนาเพื่อพัฒนาด้านพฤติกรรม จิตตภาวนาเพื่อพัฒนาด้านจิตใจ และปัญญาภาวนาเพื่อพัฒนาด้านปัญญา ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ที่นำหลักภาวนา 4 มาใช้เป็นหลักในการพัฒนาผู้สูงอายุ ควบคู่กับการสนับสนุนจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของสนธยา วงษ์เอี่ยม และเกียรติศักดิ์ สุขเหลือง (2568) ได้ศึกษาเรื่อง การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผลการศึกษาพบว่า การบูรณาการการบริหารจัดการกับหลักภาวนา 4 โดยให้ความสำคัญกับการวางแผนแบบมีส่วนร่วม การจัดองค์การที่ชัดเจน และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศควบคู่กับการพัฒนาผู้สูงอายุด้านกาย จิต สังคม และปัญญา ผ่านการออกกำลังกาย การสร้างความสัมพันธ์ การพัฒนาจิตใจตามหลักพุทธศาสนา และการแลกเปลี่ยนภูมิปัญญา ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยครั้งนี้ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาผู้สูงอายุตามหลักพุทธธรรมควบคู่กับการสนับสนุนจากเทศบาล อภิปรายได้ว่า การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี เป็นแนวทางที่เชื่อมโยงคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้านในฐานะเป้าหมายของการพัฒนา หลักภาวนา 4 ในฐานะหลักพัฒนาผู้สูงอายุจากภายใน และการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตในฐานะการสนับสนุนการดำรงชีวิตและการมีส่วนร่วมในสังคม โดยมีเทศบาลสนับสนุนและประสานการดำเนินงาน เพื่อให้การพัฒนาผู้สูงอายุเป็นไปอย่างครอบคลุมทั้งการพัฒนาศักยภาพภายในและการจัดปัจจัยสนับสนุนที่เหมาะสม อันนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างเป็นองค์รวม

องค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้สังเคราะห์จากการวิจัย
ที่มา: สังเคราะห์โดยผู้วิจัย อุมาภรณ์ เมธเมาลี และคณะ

จากแผนภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้สังเคราะห์จากการวิจัย “การบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรี” แสดงให้เห็นการบูรณาการ 3 ฐานสำคัญ ได้แก่ การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุ หลักภาวนา 4 และคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้าน โดยการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต

เป็นฐานสนับสนุนการพัฒนาและการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุ หลักภาวนา 4 เป็นหลักพัฒนาผู้สูงอายุจากภายในและคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้านเป็นเป้าหมายของการพัฒนา

การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การส่งเสริมการมีส่วนร่วมในสังคม ความมั่นคงปลอดภัย การมีสุขภาพแข็งแรง และการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและนวัตกรรมอย่างชาญฉลาด บูรณาการเข้ากับหลักภาวนา 4 ประกอบด้วย กายภาวนา เพื่อพัฒนาการดูแลสุขภาพและการพึ่งพาตนเอง ศีลภาวนา เพื่อพัฒนาพฤติกรรมและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น จิตภาวนา เพื่อพัฒนาจิตใจให้มีความสุขและเข้มแข็ง และปัญญาภาวนา เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ รู้เท่าทัน และตัดสินใจอย่างรอบคอบ นำไปสู่คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม ก่อให้เกิดแนวทางการส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเชิงพุทธบูรณาการบนฐานการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต โดยใช้หลักภาวนา 4 เป็นแนวทางในการพัฒนาผู้สูงอายุ และมีเทศบาลนครนนทบุรีเป็นหน่วยงานสนับสนุนและขับเคลื่อนการดำเนินงาน เพื่อให้ครอบคลุมทั้งการพัฒนาตนเองและการดำรงชีวิตในสังคม

สรุปและข้อเสนอแนะ

คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลนครนนทบุรีโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ยสูงสุด การพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิตกลุ่มผู้สูงอายุด้านความมั่นคงปลอดภัยและการมีส่วนร่วมในสังคม รวมทั้งหลักภาวนา 4 ด้านปัญญาภาวนาและศีลภาวนา ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 การส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงควรบูรณาการการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต หลักภาวนา 4 และคุณภาพชีวิต 4 ด้านเข้าด้วยกัน โดยมีเทศบาลนครนนทบุรีเป็นหน่วยงานสนับสนุนและขับเคลื่อนการดำเนินงาน เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดูแลตนเอง มีส่วนร่วมในสังคม และดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณค่าและศักดิ์ศรี ทั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้และการวิจัยครั้งต่อไป ดังต่อไปนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. เทศบาลนครนนทบุรีควรกำหนดนโยบายพัฒนาสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ โดยเน้นคุณภาพอากาศ ความสะอาด การจัดการขยะ ฝุ่นละออง พื้นที่สาธารณะ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสม

2. เทศบาลนครนนทบุรีควรกำหนดนโยบายส่งเสริมการบูรณาการหลักภาวนา 4 เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยเชื่อมโยงกายภาวนากับสุขภาพกาย ศีลภาวนากับการอยู่ร่วมกัน จิตภาวนากับสุขภาวะทางใจ และปัญญาภาวนากับการเรียนรู้ ทักษะดิจิทัล และการรู้เท่าทันสื่อ

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. เทศบาลนครนนทบุรีควรจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย สุขภาพจิต และความสัมพันธ์ทางสังคมอย่างต่อเนื่อง เช่น การออกกำลังกาย ความรู้ด้านโภชนาการ การป้องกันโรค กิจกรรมธรรมะ สมาธิ ระบบเพื่อนช่วยเพื่อน และการถ่ายทอดภูมิปัญญา

2. เทศบาลนครนนทบุรีควรจัดกิจกรรมบูรณาการหลักภาวนา 4 ให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ โดยเน้นการดูแลสุขภาพ วินัย จิตอาสา การผ่อนคลายจิตใจ การคิดวิเคราะห์ การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลและการรู้เท่าทันภัยออนไลน์

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุแยกตามรายด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อให้เห็นปัจจัยเฉพาะในแต่ละมิติอย่างชัดเจน

2. ควรศึกษารูปแบบการบูรณาการหลักภาวนา 4 เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการเชื่อมโยงปัญญาภาวนากับการเรียนรู้ ทักษะดิจิทัล การรู้เท่าทันสื่อ และการใช้เทคโนโลยีอย่างปลอดภัย ให้เหมาะสมกับบริบทสังคมสูงวัยยุคดิจิทัล

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2568). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2567. กรุงเทพฯ: กรมกิจการผู้สูงอายุ.

เทศบาลนครนนทบุรี. (ม.ป.ป.). ประวัติเทศบาลนครนนทบุรี. สืบค้นเมื่อ 22 มิถุนายน 2569 จาก https://www.nakornnont.go.th/content/history.

นนทชา ชัยทวิชธานันท์ และพึงรัก ริยะขัน. (2567). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างมีส่วนร่วมในเขตชุมชนเมืองเทศบาลเมืองอรัญญิก จังหวัดพิษณุโลก. วารสารสังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. 8(1), 80-90.

นิพนธ์ สกุลวีรวรรณ. (2568, 17 พฤศจิกายน). รองนายกเทศมนตรีนครนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี [บทสัมภาษณ์].

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วรสิทธิสิน หงษ์ทอง และคณะ. (2566). การประยุกต์ใช้หลักภาวนา 4 ในการพัฒนาศักยภาพของผู้สูงอายุภายในเขตเทศบาลเมืองพิชัย ตำบลพิชัย อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง. วารสารวิจยวิชาการ, 6(2), 155–168.

วิไลลักษณ์ พรมเสน และอัจฉริยา ครุธาโรจน์. (2560). บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดลำปางต่อการส่งเสริมการมีงานทำและการสร้างรายได้แก่ผู้สูงอายุ. วารสารการบริหารท้องถิ่น, 10(2), 70–91.

ศุทธิดา ชวนวัน และคณะ. (2567). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างรอบด้านโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ต้นแบบ. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

สนธยา วงษ์เอี่ยม และเกียรติศักดิ์ สุขเหลือง. (2568). การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุของเทศบาลในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วารสารพุทธนวัตกรรมและการจัดการ, 8(5), 154–167.

สำนักงานจังหวัดนนทบุรี. (2567). แผนพัฒนาจังหวัดนนทบุรี 5 ปี (พ.ศ. 2566 - 2570) ฉบับทบทวนประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2567. สืบค้นเมื่อ 22 มิถุนายน 2569 จาก https://ww2.nonthaburi.go.th/ita67/showList?cid=15.

สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดนนทบุรี. (2568). รายงานสถานการณ์ทางสังคมจังหวัดนนทบุรี ปี พ.ศ. 2568. นนทบุรี: สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดนนทบุรี.

สำนักอนามัยผู้สูงอายุ. (2566). การบูรณาการความร่วมมือ 7 กระทรวงการพัฒนาคนตลอดช่วงชีวิต (กลุ่มผู้สูงอายุ) พ.ศ. 2565-2569. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

สุพล ศิริ และคณะ. (2567). ประสิทธิผลการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดเพชรบูรณ์. วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์, 7(2), 70–82.

สุมณฑา สุภาวิมล และคณะ. (2567). การบูรณาการหลักไตรสิกขาเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในจังหวัดปทุมธานี. วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์, 7(1), 93–107.

The WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. Social Science & Medicine, 41(10), 1403-1409.

Yamane, T. (1973). Statistics: An introductory analysis (3rd ed.). New York: Harper & Row.