

## การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร

## Preparation for Aging Society: A Case Study of Sai Mai District, Bangkok

อุทุมพร วานิชคาม

คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

Authumporn Wanitchakham

Business Administration, North Bangkok University

E-mail: Authumporn.wa@northbkk.ac.th

*Received: January 31, 2019; Revised: June 6, 2019; Accepted: June 7, 2019*

## บทคัดย่อ

งานวิจัยศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม จำแนกตามเพศและอายุ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ รวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามกับประชาชนเขตสายไหม จำนวน 391 คน และวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน พบว่า ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านที่อยู่อาศัย รองลงมา คือ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และด้านสุขภาพ ตามลำดับ ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ประชาชนที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และประชาชนที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**คำสำคัญ:** การเตรียมความพร้อม สังคมผู้สูงอายุ เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร

## ABSTRACT

The research objectives were to study preparation for aging society and to compare the readiness preparation for aging society of people at Sai Mai district classified by genders and ages. A survey research method was employed with questionnaire as a research instrument to collect data. The sample used in this study comprised of 391 people at Sai Mai district, Bangkok. Data were analyzed with descriptive and inferential statistics techniques. The research results found that the readiness for aging society of people at Sai Mai district, Bangkok, were

on a moderate level. When considering each aspect, the highest average of the readiness preparation for aging society was housing, society, economy, and health care respectively. The results of the hypothesis testing revealed that people at Sai Mai district, Bangkok with different gender had different levels of the readiness preparation for aging society without statistical significance at the level of 0.05 and people at Sai Mai district, Bangkok with different ages had different levels of the readiness preparation for aging society with statistical significance at the level of 0.05.

**KEYWORDS:** The Readiness, Aging Society, Sai Mai District, Bangkok

## บทนำ

ปัจจุบันประเทศทั่วโลกต่างกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ สำหรับประเทศไทย กระทรวงสาธารณสุข ได้ระบุว่า จะเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ภายในปี พ.ศ. 2568 จะต้องเตรียมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น (บริษัท บางกอกโพสท์ จำกัด (มหาชน), 2561) ประกอบกับ ฤชพงศ์ โนโตโรสง (2561) ผู้อำนวยการสำนักงานสถิติแห่งชาติ (สสช.) ได้เปิดเผยข้อมูลว่า สำนักงานสถิติแห่งชาติ (สสช.) ได้ทำการวิเคราะห์จากฐานข้อมูลจำนวนประชากร ปี พ.ศ. 2560 ที่ผ่านมา ซึ่งพบว่า มีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 67.60 ล้านคน เป็นชาย 33.00 ล้านคน เป็นหญิง 34.60 ล้านคน และมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปจำนวน 1.30 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 16.70 ของจำนวนประชากรทั้งหมด คนวัยทำงานอายุ 15-59 ปี จำนวน 44.60 ล้านคน วัยเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี จำนวน 11.60 ล้านคน โดยวัยผู้สูงอายุยังคงทำงานอยู่ราว 3.90 ล้านคน ในปี พ.ศ. 2564 จะมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป สัดส่วนสูงถึง ร้อยละ 20.00 และในปี พ.ศ. 2574 ประเทศไทยจะมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงถึงร้อยละ 28.00 ทั้งนี้ในปัจจุบันสัดส่วนของวัยทำงานดังกล่าวยังสามารถดูแลผู้สูงอายุได้ 1 ต่อ 4 คน แต่ในปี พ.ศ. 2574 สัดส่วนการดูแลผู้สูงอายุ

จะเฉลี่ยที่ 1 : 1 การที่จำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากการใส่ใจดูแลสุขภาพ และการรับโภชนาการที่ตีรวมถึงทางการแพทย์มีการพัฒนาไปอย่างรวดเร็ว มีความทันสมัย ส่งผลให้ประชากรมีอายุที่ยืนยาวขึ้น เสียชีวิตยากขึ้น แต่การมีชีวิตที่ยืนยาวขึ้นก็ไม่สามารถเป็นเครื่องชี้วัดความสุขหรือคุณภาพชีวิตได้ เพราะผู้สูงอายุบางรายก็ต้องพบเจอกับอาการเจ็บป่วย ถูกกล่เลยจากสังคมและลูกหลาน ไม่มีเงินไว้ใช้จ่ายในบั้นปลายชีวิต ซึ่งปัญหาเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงความไม่พร้อมในการใช้ชีวิตในการเป็นผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการที่จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในเร็ววันนี้ก็จะยิ่งสร้างความลำบากให้กับผู้ที่ไม่มีความพร้อมในการใช้ชีวิตในสังคมผู้สูงอายุ ในขณะที่การคมนาคมและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ โดยเฉพาะจากภาครัฐก็ยังไม่ค่อยสอดคล้องกับการดูแลผู้สูงอายุเท่าที่ควร อีกทั้งความกังวลในการดูแลผู้สูงอายุก็ยังไม่มีความชัดเจนซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ประชาชนโดยทั่วไปไม่สามารถที่จะควบคุมได้ (ฤชพงศ์ โนโตโรสง, 2561)

เนื่องจากสังคมที่มีผู้สูงอายุเป็นจำนวนมาก ส่งผลต่อการขยายตัวทางเศรษฐกิจ เพราะมีกำลังแรงงานซึ่งเป็นปัจจัยการผลิตที่สำคัญลดลง คนวัยทำงานต้องแบกรับภาระการเลี้ยงดูผู้สูงอายุที่

เพิ่มมากขึ้น ในขณะที่ค่าใช้จ่ายภายในบ้านและรายจ่ายเกี่ยวกับสุขภาพและการรักษาพยาบาลมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น และในระยะยาวสังคมผู้สูงอายุจะมีภาวะการออมและการลงทุนลดลง เนื่องจากผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้จะต้องใช้จ่ายจากเงินออมซึ่งอาจไม่เพียงพอแก่การดำรงชีพ (อนันต์ อนันตกุล, 2560) ดังนั้นสิ่งที่สำคัญในการเตรียมความพร้อมให้กับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ คือ การสร้างความรู้ความเข้าใจในการเปลี่ยนผ่านก้าวเข้าไปสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการเตรียมความพร้อมก่อนจะถึงวัยผู้สูงอายุเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ เช่น ด้านหลักประกันรายได้ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสุขภาพ ด้านการประกอบอาชีพ เป็นต้น โดยต้องเริ่มต้นจากการวางแผนแบบรายบุคคลในการเตรียมใจ เตรียมตัวในสุขภาพกายและสุขภาพใจ ตั้งแต่ยังเป็นวัยหนุ่มสาว ทำงาน รวมถึงการรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ พักผ่อนให้เพียงพอ ฝึกจิตใจให้สงบ ประกอบกับเตรียมตัวทางด้านการเงินและที่อยู่อาศัยให้พร้อมส่งเสริมการออมเงินเพื่อทรัพย์สินที่อยู่อาศัย การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นความท้าทายอีกรูปแบบหนึ่งในการบริหารจัดการของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็นภาครัฐบาล เอกชน สังคม ชุมชน หรือแม้กระทั่งประชาชนอย่างเราก็ตาม (ชมพูนุท พรหมภักดี, 2556)

ในเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร เป็นเขตที่มีประชาชนทุกเพศทุกวัยอาศัยอยู่รวมกันเป็นจำนวนมาก ซึ่งมีจำนวนประชากรมากเป็นลำดับที่ 1 ของกรุงเทพมหานคร (สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง, 2560) ประกอบกับประเทศไทยกำลังจะก้าวเข้าสู่สังคมของผู้สูงอายุ สังเกตได้จากจำนวนผู้สูงอายุของเขตสายไหมจากระบบสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง ปี พ.ศ. 2560 นั้น เริ่มมีจำนวนมากขึ้น จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัย

จึงสนใจที่จะศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชน เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ซึ่งกลุ่มประชากรที่ต้องการจะศึกษาเป็นประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 18-59 ปี ที่อยู่อาศัยในเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ซึ่งเขตสายไหมมีประชากรสูงสุดเป็นลำดับแรกของกรุงเทพมหานคร และมีผู้ที่อยู่ในช่วงวัยอายุตั้งแต่ 18-59 ปี เป็นจำนวนมาก (สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง, 2560) โดยข้อมูลที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้จะสามารถนำไปทำการศึกษาให้มีความรู้ ความเข้าใจ และการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอีกไม่กี่ปีข้างหน้า อีกทั้งใช้กำหนดเป็นแนวทางและรูปแบบการเตรียมความพร้อมที่เหมาะสมและครอบคลุม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขในชีวิตของการอยู่ในสังคมผู้สูงอายุ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
2. เพื่อทดสอบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จำแนกตามเพศและอายุ

#### สมมติฐาน

ประชาชนที่มีเพศ และอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแตกต่างกัน

#### ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้จะสามารถนำไปประกอบใช้ในการวางแผนทางการเตรียมความพร้อม

2. ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะสามารถนำไปประกอบใช้ในการวางแผนการเตรียมความพร้อมให้กับประชาชน อันมีผลทำให้มีการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสมในการอยู่ในสังคมผู้สูงอายุในอนาคต

3. สถาบันการศึกษานำไปประยุกต์ใช้สำหรับการเรียนการสอนในสาขาวิชาการจัดการได้ เช่น การวางแผนการบริหารจัดการชุมชนในยุคของการเป็นสังคมผู้สูงอายุ เป็นต้น

4. ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยหน่วยงานรัฐบาล เอกชน และชุมชนจะสามารถนำไปประกอบการกำหนดนโยบาย มาตรการต่างๆ เพื่อช่วยให้ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

## แนวคิดทฤษฎี

การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมีนักวิชาการต่างๆ ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุไว้เช่น อาทิเช่น อนันต์ อนันตกุล (2560) กล่าวว่า การรับมือกับสังคมสูงวัยอย่างเต็มรูปแบบของประเทศไทยในอนาคตอันใกล้นี้ (Complete Aged Society) เป็นประเด็นที่ท้าทายที่ทุกภาคส่วนของสังคมจะต้องให้ความสำคัญและร่วมมือกันขับเคลื่อนไปพร้อมๆ กัน ทั้งในระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการ รวมไปถึงจนถึงการเตรียมความพร้อมในระดับบุคคล และการเตรียมความพร้อมเชิงระบบเพื่อรองรับสังคมสูงวัย เป็นการมองในด้านของเชิงนโยบายของการบริหาร แตกต่างจาก ภาณุวัฒน์ มีชนะ, ณิชชาภัทร ชันสาคร, ทศนีย์ ศิลาวรรณ, ทศนีย์ รวีวรกุล, และ เพ็ญศรี พิชัยสนธิ (2560) ซึ่งมองการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในระดับบุคคลแบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านที่อยู่อาศัย และด้านสังคม โดยด้านเศรษฐกิจจะเป็นการจัดสรรเงินเพื่อดำรงชีวิตในสังคมผู้สูงอายุ

เตรียมสะสมทรัพย์สินในรูปแบบต่างๆ เช่น การออม การลงทุน เป็นต้น เตรียมการบริหารจัดการวางแผนทางด้านรายรับรายจ่าย หนี้สิน และติดตามหาความรู้ทางด้านการลงทุน เศรษฐกิจอย่างสม่ำเสมอ ด้านสุขภาพ จะมีการตรวจร่างกายเป็นประจำทุกปี ออกกำลังกายสม่ำเสมอ รับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ถูกหลักโภชนาการ พักผ่อนอย่างเพียงพอ เมื่อมีอาการเจ็บป่วยจะต้องไปพบแพทย์เพื่อทำการรักษา และขอคำแนะนำจากแพทย์ ศึกษาธรรมะ นั่งสมาธิฝึกจิตใจให้สงบ เข้าวัดทำบุญ ทำทานอย่างสม่ำเสมอ ด้านที่อยู่อาศัย จะเป็นการเตรียมวางแผนที่จะมีบ้านเป็นของตนเองหรือวางแผนการผ่อนชำระบ้านอย่างมีจุดมุ่งหมาย จัดสภาพแวดล้อมภายในและโดยรอบบ้านให้เหมาะสมกับความสะดวกสบาย และด้านสังคม จะเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับครอบครัวญาติพี่น้อง เพื่อนบ้าน เพื่อนรุ่นเดียวกันอย่างมีความสุข เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่ทางครอบครัว ชุมชน ที่ทำงาน หน่วยงานภาครัฐและเอกชนจัดขึ้นอย่างสม่ำเสมอ ติดตามสถานการณ์ปัจจุบันเพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์บ้านเมืองที่เปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอ เมื่อมีเวลาว่างจะเป็นจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่น ชุมชน สังคม อยู่เสมอ ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงได้ศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุตามแนวคิดทฤษฎีของ ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ (2560) ซึ่งได้แบ่งการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสังคม

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยทำการออกแบบมีขั้นตอนโดยเริ่มแรกได้มีการทบทวนวรรณกรรม ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร

และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พัฒนาจัดทำแบบสอบถาม และให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา จึงทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม อีกทั้งยังวิเคราะห์และแปลผลจากแบบสอบถาม และสรุปผลการศึกษา

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ คือ ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร จำนวน 202,590 คน (สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง, 2560) ซึ่งกลุ่มประชากรที่ต้องการจะศึกษาเป็นประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 18-59 ปี ที่อยู่อาศัยในเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ซึ่งเขตสายไหมมีประชากรสูงสุดเป็นลำดับแรกของกรุงเทพมหานคร และมีผู้ที่อยู่ในช่วงอายุตั้งแต่ 18-59 ปี เป็นจำนวนมาก มีประชากรที่หลากหลาย ผู้วิจัยจึงได้ทำการเลือกเขตสายไหมในการศึกษาวิจัย โดยแบ่งกลุ่มประชากรตามเพศ (เพศชาย จำนวน 95,241 คน และเพศหญิง จำนวน 107,349 คน) ผู้วิจัยได้คำนวณหาขนาดของตัวอย่างด้วยสูตรของคอคแรน (Cochran, 1997) ที่ระดับความคลาดเคลื่อน 0.05 ได้ขนาดตัวอย่างจำนวน 400 ตัวอย่าง และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามสัดส่วน (Proportionate Stratified Sampling) จากเพศชายที่มีประชากร 95,241 คน ได้ขนาดตัวอย่าง 188 คน และจากเพศหญิงที่มีประชากร 107,349 คน ได้ขนาดตัวอย่าง 212 คน ได้ทำการคัดเลือกตัวอย่างในการตอบแบบสอบถามโดยกระจายตามเขตพื้นที่แขวงต่างๆ ของเขตสายไหม คือ แขวงสายไหม แขวงออเงิน แขวงคลองถนน ตามสัดส่วน

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการรวบรวมข้อมูล โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน และสถานภาพ เป็นแบบสอบถามปลายปิด จำนวน 5 ข้อ

ส่วนที่ 2 การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยพัฒนามาจาก ภาณูวัฒน์ มีชนะ และคณะ (2560) รวม 25 ข้อ ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ 1) ด้านเศรษฐกิจ 2) ด้านสุขภาพ 3) ด้านที่อยู่อาศัย 4) ด้านสังคม เป็นแบบสอบถามที่ใช้มาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ประเมินค่า 5 ระดับ มีเกณฑ์การให้คะแนน คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด ค่าคะแนน 5 4 3 2 และ 1 ตามลำดับ

ส่วนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด (Open-ended) เป็นข้อเสนอแนะเพิ่มเติมมีจำนวน 1 ข้อ คือ ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมสำหรับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

อีกทั้งยังทำการทดสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยการหาดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Item-Objective Congruence Index: IOC) ค่าดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง 0.33-1.00 ผู้วิจัยได้ดำเนินการปรับปรุง แก้ไขข้อคำถามที่มีค่าดัชนี IOC ต่ำกว่า 0.5 ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วจึงนำแบบสอบถามไปทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability Test) โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ที่ได้ อยู่ระหว่าง 0.74-0.84 ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค มากกว่า 0.70 ถือเป็นค่าที่ใช้ได้ ดังนั้นถือว่าแบบสอบถามฉบับนี้มีความน่าเชื่อถือ

### 3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยแบ่งเป็นสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติ

เชิงอนุมาน ได้แก่ การทดสอบที่แบบกลุ่มตัวอย่างเป็นอิสระต่อกัน (Independent Sample t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One-way ANOVA) ทำการทดสอบรายคู่ด้วยวิธีผลต่างมีนัยสำคัญน้อยที่สุด (Least Significant Different: LSD) เพื่อค้นหาความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในกลุ่มประชากร

### ผลการวิจัย

ผลการวิจัย มีดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 284 คน คิดเป็นร้อยละ 72.60 ส่วนใหญ่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 49.36 มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรีมากที่สุด จำนวน 211 คน

คิดเป็นร้อยละ 53.96 มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 15,000 บาท มากที่สุด จำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 51.15 และส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 285 คน คิดเป็นร้อยละ 72.90

2. การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยมีการกำหนดเกณฑ์การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จากค่าเฉลี่ยเลขคณิต 1.00-1.80 คือ ระดับการเตรียมความพร้อม น้อยที่สุด ค่าเฉลี่ยเลขคณิต 1.81-2.60 คือ ระดับการเตรียมความพร้อมน้อย ค่าเฉลี่ยเลขคณิต 2.61-3.40 คือ ระดับการเตรียมความพร้อมปานกลาง ค่าเฉลี่ยเลขคณิต 3.41-4.20 คือ ระดับการเตรียมความพร้อมมาก และค่าเฉลี่ยเลขคณิต 4.21-5.00 คือ ระดับการเตรียมความพร้อมมากที่สุด ผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ในภาพรวมทั้งหมด

การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ	$\bar{X}$	S.D.	Min	Max	การเตรียมความพร้อม
1. ด้านเศรษฐกิจ	3.09	0.680	1.00	5.00	ปานกลาง
2. ด้านสุขภาพ	3.02	0.740	1.00	5.00	ปานกลาง
3. ด้านที่อยู่อาศัย	3.52	0.714	1.00	5.00	มาก
4. ด้านสังคม	3.28	0.701	1.20	5.00	ปานกลาง
<b>รวม</b>	<b>3.23</b>	<b>0.560</b>	<b>1.15</b>	<b>5.00</b>	<b>ปานกลาง</b>

จากตารางที่ 1 ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านที่อยู่อาศัย รองลงมา คือ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ และด้านสุขภาพ ตามลำดับ

3. ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศและอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแตกต่างกัน สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน ดังตารางที่ 2 และตารางที่ 3

**ตารางที่ 2** แสดงผลการเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนในเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ

ปัจจัยส่วนบุคคล			n	ร้อยละ	$\bar{X}$	S.D.	สถิติทดสอบ	$\Delta\bar{X}$ (p-value)
เพศ	ด้านเศรษฐกิจ	ชาย	107	27.37	3.25	0.712	t = 2.673**	0.21 (0.006)
		หญิง	284	72.63	3.04	0.660		
	ด้านสุขภาพ	ชาย	107	27.37	3.12	0.752	t = 1.713	0.14 (0.087)
		หญิง	284	72.63	2.98	0.733		
	ด้านที่อยู่อาศัย	ชาย	107	27.37	3.46	0.782	t = -1.099	-0.09 (0.273)
หญิง	284	72.63	3.55	0.686				
ด้านสังคม	ชาย	107	27.37	3.38	0.811	t = 1.874	0.14 (0.062)	
หญิง	284	72.63	3.24	0.652				
ภาพรวม	ชาย	107	27.37	3.30	0.638	t = 1.634	0.10 (0.103)	
หญิง	284	72.63	3.20	0.526				

หมายเหตุ: \*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

จากตารางที่ 2 พบว่า ทั้งเพศชายและเพศหญิงในเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ยกเว้นด้านที่อยู่อาศัยอยู่ในระดับมาก โดยค่าเฉลี่ยการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของเพศชายมีค่ามากกว่าเพศหญิงทั้งในภาพรวมและรายด้านทุกด้าน ยกเว้นด้านที่อยู่อาศัยที่มีค่าเฉลี่ยต่ำกว่า

ผลการเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ พบว่าประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุไม่แตกต่างกันในภาพรวม สำหรับในรายด้านประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ในด้านเศรษฐกิจ ส่วนด้านอื่นที่เหลือไม่แตกต่างกัน

**ตารางที่ 3** แสดงผลการเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนในเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร จำแนกตามอายุ

ปัจจัยส่วนบุคคล			n	ร้อยละ	$\bar{X}$	S.D.	สถิติทดสอบ	p-value
อายุ	ด้านเศรษฐกิจ	ต่ำกว่า 25 ปี	193	49.36	3.09	0.679	F = 3.000	0.051
		25-35 ปี	163	41.69	3.04	0.734		
		มากกว่า 35 ปี	35	8.95	3.35	0.227		
	ด้านสุขภาพ	ต่ำกว่า 25 ปี	193	49.36	2.85	0.680	F = 10.060**	0.000
		25-35 ปี	163	41.69	3.18	0.813		
		มากกว่า 35 ปี	35	8.95	3.15	0.457		
ด้านที่อยู่อาศัย	ต่ำกว่า 25 ปี	193	49.36	3.46	0.665	F = 1.557	0.212	
	25-35 ปี	163	41.69	3.60	0.746			
	มากกว่า 35 ปี	35	8.95	3.51	0.810			
ด้านสังคม	ต่ำกว่า 25 ปี	193	49.36	3.19	0.699	F = 3.401*	0.034	
	25-35 ปี	163	41.69	3.38	0.747			
	มากกว่า 35 ปี	35	8.95	3.23	0.361			
ภาพรวม	ต่ำกว่า 25 ปี	193	49.36	3.15	0.555	F = 3.702*	0.026	
	25-35 ปี	163	41.69	3.30	0.596			
	มากกว่า 35 ปี	35	8.95	3.31	0.316			

หมายเหตุ: \*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 3 พบว่า ประชาชน เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า อายุที่แตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ด้านสังคม

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และด้านสุขภาพแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 ส่วนด้านเศรษฐกิจและด้านที่อยู่อาศัยพบว่า ไม่แตกต่างกัน ผู้วิจัยทำการทดสอบรายค่าภาพรวมด้วยวิธีการเปรียบเทียบเชิงพหุคูณแบบแอลเอสตี ดังตารางที่ 4



ตารางที่ 4 ผลการทดสอบความแตกต่างของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจำแนกตามอายุ

จำแนกตามอายุ		$\bar{X}$	ต่ำกว่า 25 ปี	25-35 ปี	มากกว่า 35 ปี
ด้านสุขภาพ	ต่ำกว่า 25 ปี	2.85	-	$\Delta\bar{X} = -0.33$ p-value = 0.000	$\Delta\bar{X} = -0.30$ p-value = 0.025
	25-35 ปี	3.18	-	-	$\Delta\bar{X} = 0.03$ p-value = 0.797
	มากกว่า 35 ปี	3.15	-	-	-
ด้านสังคม	ต่ำกว่า 25 ปี	3.19	-	$\Delta\bar{X} = -0.19$ p-value = 0.010	$\Delta\bar{X} = -0.04$ p-value = 0.777
	25-35 ปี	3.38	-	-	$\Delta\bar{X} = 0.15$ p-value = 0.235
	มากกว่า 35 ปี	3.23	-	-	-
ภาพรวม	ต่ำกว่า 25 ปี	3.15	-	$\Delta\bar{X} = -0.15$ p-value = 0.011	$\Delta\bar{X} = -0.16$ p-value = 0.118
	25-35 ปี	3.30	-	-	$\Delta\bar{X} = -0.01$ p-value = 0.935
	มากกว่า 35 ปี	3.31	-	-	-

หมายเหตุ: \*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 4 พบว่า ประชาชนที่มีอายุมากกว่า 35 ปี มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุมากที่สุด ในภาพรวมประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมน้อยกว่าประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ 25-35 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ด้านสุขภาพ ประชาชนที่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี มีการเตรียม

ความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุน้อยกว่าประชาชนที่มีอายุ 25-35 ปี และอายุมากกว่า 35 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และที่ระดับ 0.05 ตามลำดับ ด้านสังคม ประชาชนที่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุน้อยกว่าประชาชนที่มีอายุ 25-35 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

## การอภิปรายผลการวิจัย

การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยพบประเด็นที่ควรอภิปราย ดังนี้

1. การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ในภาพรวม จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุบ้างแล้ว แต่เป็นการเตรียมความพร้อมในระดับปานกลาง หรือช่วงเริ่มต้นเท่านั้น อาจเนื่องมาจากประชาชนชุมชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร คิดว่าสังคมผู้สูงอายุเป็นเรื่องที่ไกลตัวเกินไป ประกอบกับยังไม่เห็นถึงผลกระทบทั้งโดยตรงและโดยอ้อมที่จะตามมาต่อการดำเนินชีวิตจึงไม่ค่อยมีการเตรียมความพร้อมเท่าที่ควร เช่น ปัญหาทางด้านสุขภาพ ปัญหาทางด้านที่อยู่อาศัย สถานะการเงิน ปัญหาทางสังคม สวัสดิการภาครัฐที่ไม่เพียงพอต่อการดูแลประชาชนหรือผู้ที่เข้าสู่วัยสูงอายุ เป็นต้น อีกทั้งการใช้ชีวิตของแต่ละคนในปัจจุบันก็ต้องดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบเพื่อหารายได้มาดูแลครอบครัว เพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ จึงไม่ค่อยให้ความสนใจในเรื่องของการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ มุ่งหวังแต่รายได้ที่จะนำมาใช้จ่ายในปัจจุบัน ทำให้ละเลยไม่เห็นความสำคัญของสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ที่จะเกิดขึ้นซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ วรณรดา ชื่นวัฒนา และ ชูชีพ เปียดนอก (2555) ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการรับรู้และการเตรียมตัวเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุ พบว่า ประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุมีการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง แต่ไม่สอดคล้องกับผลวิจัยของ ภาณุวัฒน์ มีชนะ

อยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด แต่ไม่สอดคล้องกับผลวิจัยของ ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ (2560) ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุคุณภาพ ตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่าประชากรก่อนวัยสูงอายุของตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุระดับต่ำ และชั้นัญญาปัญญาผล (2558) ได้ทำการศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) พบว่าข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) จังหวัดนนทบุรีมีลักษณะการเตรียมความพร้อมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก

1.1 การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านเศรษฐกิจ จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านเศรษฐกิจ อยู่ในระดับปานกลาง อาจเพราะประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร เริ่มที่จะมีการวางแผนรายรับ-รายจ่ายในอนาคต เริ่มมีการลดการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือยและไม่จำเป็นซึ่งอาจเป็นเพียงแค่เริ่มต้นเท่านั้นอาจจะยังไม่จริงจังกับการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเท่าที่ควร อีกทั้งยังไม่ค่อยมีการออมเงินหรือลงทุนกับสถาบันทางการเงินต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ วรณรดา ชื่นวัฒนา และ ชูชีพ เปียดนอก (2555) ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการรับรู้และการเตรียมตัวเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุ พบว่า ประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุมีการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง แต่ไม่สอดคล้องกับผลวิจัยของ ภาณุวัฒน์ มีชนะ

และคณะ (2560) ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่องการเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุคุณภาพ ตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่าประชากรก่อนวัยสูงอายุของตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับต่ำ และชนัญญาปัญญา (2558) ได้ทำการศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) พบว่าข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) จังหวัดนนทบุรีมีลักษณะการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับมากที่สุด ประกอบกับผลการวิจัยของ Marshall (1984) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการประเมินการวางแผนก่อนเกษียณอายุของครูและผู้บริหารโรงเรียนประชาบาลในรัฐโอกลาโฮมา พบว่าการเตรียมตัวก่อนเกษียณ หัวข้อที่ได้รับความสนใจมากที่สุดในการศึกษาเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ คือ การวางแผนทางการเงิน การวางแผนเกี่ยวกับทรัพย์สิน

1.2 การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านสุขภาพ จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านสุขภาพ อยู่ในระดับปานกลาง อาจเพราะเริ่มมีการพักผ่อนในแต่ละวันอย่างเพียงพอ เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ถูกต้องตามหลักโภชนาการ เริ่มหันมาให้ความสนใจตนเอง แต่ยังไม่ค่อยมีการออกกำลังกายผ่านกิจกรรมต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ อาจเป็นเพราะเวลาในการทำงานในแต่ละวันมากเกินไปจึงไม่ค่อยได้ออกกำลังกายเท่าที่ควร ภาณุวัฒน์ มีชนะ และคณะ (2560) ที่ได้

ศึกษาวิจัยเรื่องการเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุคุณภาพ ตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่าประชากรก่อนวัยสูงอายุของตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุด้านสุขภาพอยู่ในระดับปานกลาง แต่ไม่สอดคล้องกับผลวิจัยของ ชนัญญาปัญญา (2558) ได้ทำการศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) พบว่าข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) จังหวัดนนทบุรีมีลักษณะการเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับมาก

1.3 การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านที่อยู่อาศัย จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านที่อยู่อาศัย อยู่ในระดับมาก อาจเพราะมีการเลือกที่อยู่อาศัยที่มีความสะดวกสบาย มีขนาดเหมาะสมกับตัวเองและครอบครัว และมีการวางแผนที่จะมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองและเป็นมรดกตกทอดให้แก่รุ่นลูกหลาน สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Marshall (1984) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับการประเมินการวางแผนก่อนเกษียณอายุของครูและผู้บริหารโรงเรียนประชาบาลในรัฐโอกลาโฮมา พบว่า การเตรียมตัวก่อนเกษียณ หัวข้อที่ได้รับความสนใจมากที่สุดในการศึกษาเกี่ยวกับการเตรียมตัวก่อนเกษียณ คือ งบประมาณและการจัดการบ้านเรือน แต่ไม่สอดคล้องกับผลวิจัยของ วรณรา ชื่นวัฒนา และชูชีพ เปียดนอก (2555) ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการรับรู้และการเตรียมตัวเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุ พบว่าประชากรไทย

ก่อนวัยสูงอายุมีการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุด้านที่อยู่อาศัยอยู่ในระดับปานกลาง

1.4 การเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านสังคม จากการศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ด้านสังคมอยู่ในระดับปานกลาง อาจเพราะมีการทำกิจกรรม สร้างสัมพันธ์ภาพและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนในครอบครัวมากขึ้น มีการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อนบ้านสอดคล้องกับงานวิจัยของ Wiles and Jayasinha (2013) ที่ว่ากิจกรรมที่ปฏิบัติเป็นตัวเชื่อมระหว่างตัวตนกับครอบครัวและชุมชน แต่การให้ความร่วมมือเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กับชุมชน หน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่จัดขึ้นยังคงไม่ดีเท่าที่ควร สะท้อนให้เห็นว่าควรมีการเสริมทัศนคติของคนในสังคมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ โดยสร้างความตระหนักเกี่ยวกับศักยภาพของผู้สูงอายุ และที่สำคัญคือการให้ประชาชนมีส่วนร่วมทำกิจกรรมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ และสร้างเสริมความรู้สึกความเป็นเจ้าของ ซึ่งกิจกรรมจะเป็นตัวผนวกเข้ากับสังคมและเกิดโอกาสในการเรียนรู้จากคนอื่น และแลกเปลี่ยนความรู้ทักษะจากช่วงวัยอื่น (Hessel, 2008) ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ วรรณรา ชื่นวัฒนา และ ชูชีพ เปียदनอก (2555) ที่ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องการรับรู้และการเตรียมตัวเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุ พบว่า ประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุมีการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุด้านสังคมอยู่ในระดับปานกลาง แต่ไม่สอดคล้องกับผลวิจัยของ ชนัญญา ปัญจพล (2558) ได้ทำการศึกษารื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) พบว่า ข้าราชการสำนักงานปลัดกระทรวง

สาธารณสุข (ส่วนกลาง) จังหวัดนนทบุรีมีลักษณะการเตรียมความพร้อมด้านสังคมอยู่ในระดับมาก

2. ผลการทดสอบสมมติฐานที่ว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานครที่มีเพศและอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐานจำแนกตามเพศและอายุ ดังต่อไปนี้

2.1 จำแนกตามเพศ จากการศึกษาพบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานครที่มีเพศแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุไม่แตกต่างกันในภาพรวมและในรายด้าน ยกเว้นด้านเศรษฐกิจ อาจเพราะประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ทั้งเพศชายและเพศหญิงต่างมีการใช้ชีวิตที่คล้ายกัน มีความคิดว่าเรื่องการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุยังเป็นเรื่องไกลตัว และไม่ได้ส่งผลกระทบต่อตนเองมาก อีกทั้งยังมีค่าเฉลี่ยเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุใกล้เคียงกัน แต่ด้านเศรษฐกิจเพศชายจะมีการเตรียมความพร้อมที่มากกว่าเนื่องจากส่วนใหญ่ประเทศไทยจะมีเพศชายเป็นหัวหน้าครอบครัวหรือผู้นำครอบครัว ต้องดูแลสถานะทางการเงิน เศรษฐกิจให้กับครอบครัวเพื่อความอยู่รอดของครอบครัวในอนาคต จึงทำให้เพศชายมีการเตรียมความพร้อมกับการสถานการณ์เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจมากกว่าเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ ทฤษฎชนไชยสิทธิ์, ภัทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ, และ พรอนงค์ โตแหยม (2555) ได้ศึกษารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงาน กรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่า เพศแตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมไม่แตกต่างกัน

2.2 จำแนกตามอายุ จากการศึกษาพบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุแตกต่างกัน มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแตกต่างกันในภาพรวมและในรายด้าน ยกเว้นด้านเศรษฐกิจ และด้านที่อยู่อาศัยที่ไม่แตกต่างกัน จากผลวิจัย พบว่า ประชาชนที่มีอายุต่ำกว่า 25 ปี มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมน้อยกว่าประชาชนที่มีอายุ 25-35 ปี อาจเนื่องมาจากประชาชนที่มีอายุ 25-35 ปี กำลังอยู่ในช่วงวัยของการทำงานเพื่อจะสร้างความมั่นคงให้กับตนเอง และครอบครัวจึงมีการวางแผนเพื่อรองรับอนาคตของตนเอง และครอบครัวในวันข้างหน้าเพื่อรับมือกับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นในด้านทางสังคม เช่น การติดตามสถานการณ์ปัจจุบันเพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์บ้านเมืองที่เปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอ เป็นต้น และในด้านสุขภาพ เช่น การตรวจสุขภาพ การพักผ่อน การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย และการเข้าวัดสวดมนต์ ทำบุญ เป็นต้น การที่เริ่มเติบโตเป็นผู้ใหญ่ มีภาระความรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้น จึงมีใส่ใจดูแลสุขภาพของตนเอง และเข้ามามีส่วนร่วมในสังคม สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น เพื่อที่ตนเองจะใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างปกติสุข แต่จะแตกต่างประชาชนที่มีอายุน้อยกว่า 25 ปี ที่ยังเป็นวัยรุ่น ประกอบกับไม่ค่อยมีเรื่องให้ตนเองต้องรับผิดชอบหรือมีภาระที่มากมายนัก อีกทั้งยังมีผู้ปกครองคอยให้การดูแลสนับสนุนอยู่จึงอาจมองว่าการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุเป็นเรื่องไกลตัว เป็นเรื่องของผู้ใหญ่ไม่ใช่เรื่องสำคัญอะไรในช่วงวัยของตนเองซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ ทฤษฎีชวนไชยสิทธิ์ และคณะ (2555) ได้ศึกษารูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุงาน กรณีศึกษาครูโรงเรียนเอกชน จังหวัดนนทบุรี พบว่า อายุ

ที่แตกต่างกันส่งผลต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุในภาพรวมแตกต่างกัน และสอดคล้องกับผลวิจัยของ Phua and McNally (2008) ศึกษาเรื่องการวางแผนเกษียณอายุของผู้ชาย พบว่า ผู้ชายที่อายุน้อยกว่าจะมีความกระตือรือร้นในการวางแผนเกษียณอายุน้อยกว่าผู้ชายที่อายุมาก

### ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ผลการวิจัย พบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าเกือบทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นด้านที่อยู่อาศัย ซึ่งควรที่จะต้องมีการพัฒนา และปรับปรุง โดยผู้วิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะการวิจัย ดังนี้

1. ด้านเศรษฐกิจ จากการศึกษาพบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุด้านเศรษฐกิจในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น ชุมชนหรือสำนักงานเขตควรจะมีการส่งเสริมให้ประชาชนทำบัญชีประเมินรายรับรายจ่ายของตนเอง วางแผนรายรับ-รายจ่ายในอนาคต ลดการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือยและไม่จำเป็น ให้ความรู้เกี่ยวกับการทำประกันในรูปแบบต่างๆ เริ่มมองหาการทำประกันชีวิต ประกันสุขภาพหรือประกันอุบัติเหตุสำหรับตนเองและครอบครัวเพื่อความปลอดภัยทางด้านเศรษฐกิจ และเน้นย้ำการออมเงินหรือลงทุนกับสถาบันทางการเงินต่างๆ เพื่อเป็นหลักประกันให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี เอาไว้ใช้ยามฉุกเฉินหรือยามเข้าสู่วัยสูงอายุ อีกทั้งยังส่งเสริมให้ประชาชนคอยติดตามข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ทางด้านเศรษฐกิจอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้ทันต่อสถานการณ์เศรษฐกิจของประเทศ

2. ด้านสุขภาพ จากการวิจัยพบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุด้านสุขภาพในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น จัดสรรเวลาให้เกิดความสมดุลระหว่างการทำงานกับการใช้ชีวิต พักผ่อนให้เพียงพอ เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ถูกต้องตามหลักโภชนาการ งดเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และงดสูบบุหรี่ ตรวจสอบสุขภาพเป็นประจำทุกปีเพื่อเป็นการตรวจสอบร่างกายของตนเองว่ามีปัญหาโรคภัยอะไรหรือไม่ รวมถึงออกกำลังกายสม่ำเสมอเพื่อร่างกายสดชื่น ร่าเริง อีกทั้งควรศึกษาธรรมะ ศึกษาการทำความดี การให้ นั่งสมาธิฝึกจิตใจให้สงบ เข้าวัดทำบุญ ทำทานอย่างสม่ำเสมอซึ่งการปฏิบัติเช่นนี้สม่ำเสมอไม่ใช่เพียงแต่สุขภาพกายจะดีเท่านั้นสุขภาพใจจะดีและมีความสุขตามไปด้วย

3. ด้านที่อยู่อาศัย จากการวิจัยพบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุด้านที่อยู่อาศัยในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ดังนั้น ควรจะเลือกที่อยู่อาศัยที่มีความสะดวกสบาย มีขนาดเหมาะสมกับตัวเองและครอบครัว วางแผนที่จะมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองเพื่อที่จะได้เป็นศูนย์กลางให้ลูกหลานได้อาศัยหมั่นเลือกหรือตรวจสอบ ปรับปรุงสภาพแวดล้อมของบริเวณรอบๆ บ้าน ชุมชนให้มีความเหมาะสมที่จะอยู่อาศัยไปจนบั้นปลายชีวิต วางแผนจัดสภาพภายในบ้านให้ปลอดภัยเหมาะสมกับวัยผู้สูงอายุ เช่น ของไม่เยอะจนเกินไป จัดวางอุปกรณ์ต่างๆ อย่างเป็นระเบียบ เป็นต้น

4. ด้านสังคม จากการวิจัยพบว่า ประชาชนเขตสายไหม กรุงเทพมหานคร มีการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุด้านสังคมในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ดังนั้น ควรมีการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อนบ้าน ทำกิจกรรมสร้างสัมพันธ์ภาพและ

แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับคนในครอบครัวให้มากขึ้น รวมถึงติดตามสถานการณ์ปัจจุบันเพื่อให้ทันต่อเหตุการณ์บ้านเมืองที่เปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอ ประกอบกับเชิญชวนประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กับชุมชน หน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่จัดขึ้นอย่างสม่ำเสมอหรือร่วมเป็นจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่นในช่วงเวลาว่าง ซึ่งจะทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง ได้มีส่วนร่วมในสังคม

### ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป

ผู้วิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

1. การวิจัยในครั้งนี้มีข้อจำกัดจากการเก็บข้อมูลเฉพาะประชาชนเขตสายไหม ดังนั้น ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการวิจัยการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร ครอบคลุมทั้งจังหวัด ภูมิภาค หรืออาจจะครอบคลุมทั่วประเทศ เพื่อเป็นแนวทางให้กับผู้ที่สนใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องเพื่อนำไปต่อยอดในการศึกษาได้ในอนาคต

2. ควรมีการศึกษาแนวทางการพัฒนาชุมชนในกรุงเทพมหานคร หรือต่างจังหวัดในการทำให้ประชาชนมีการเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตในสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ให้ได้

3. ควรมีการขยายการศึกษาการเตรียมความพร้อมการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุออกไปในระดับกลุ่ม เช่น กลุ่มครอบครัวที่มีขนาดเล็กใหญ่ กลุ่มอาชีพ กลุ่มที่อยู่อาศัย เป็นต้น เพื่อขยายกลุ่มประชากรให้กว้างขวางขึ้น ลึกขึ้น ค้นหาลำบาก หรือสิ่งที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมการใช้ชีวิตในสังคมผู้สูงอายุ เพื่อหาข้อสรุปนำมาปรับปรุงพัฒนาแก้ไขให้ประชาชนสามารถเตรียมความพร้อมอยู่ในสังคมผู้สูงอายุอย่างมีความสุข

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงสมบูรณ์โดยได้รับการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ ที่ส่งเสริมให้คณาจารย์สร้างผลงานวิจัย และให้ทุนสนับสนุนการทำผลงานวิจัย จนทำให้งานวิจัยฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ด้วยดี ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

## เอกสารอ้างอิง

- ชนัญญา ปัญจพล. (2558). *การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง)* (วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท สาขาบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ชมพูนุท พรหมภักดี. (2556). การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย. กรุงเทพฯ: สำนักงานวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. สืบค้นเมื่อ 3 ตุลาคม 2561, จาก [http://library.senate.go.th/document/Ext6078/6078440\\_0002.PDF](http://library.senate.go.th/document/Ext6078/6078440_0002.PDF)
- ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์, ภทรพร ยุทธภรณ์พินิจ, และพรอนงค์ โตแหยม. (2555). *รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุของครูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนนทบุรี*. นนทบุรี: สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- บริษัท บางกอกโพสท์ จำกัด (มหาชน). (2561). สร้างความมั่นใจให้ผู้สูงอายุ. *หนังสือพิมพ์ M2F*, 8(1635), 14.
- ภาณุวัฒน์ มีชนะ, ณิชชาภัทร ชันสาคร, ทศนีย์ ศิลาวรรณ, ทศนีย์ รวีวรกุล, และ เพ็ญศรี พิชัยสนิธ. (2560). การเตรียมความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุเพื่อเข้าสู่สังคม

ผู้สูงอายุคุณภาพตำบลหนองหญ้าไซ อำเภอหนองหญ้าไซ จังหวัดสุพรรณบุรี. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 11(1), 259-271.

- ภูขพงศ์ โนดไธสง. (2561). อีก 3 ปีสังคมไทยสูงอายุเต็มสูบ. *ไทยรัฐออนไลน์*. สืบค้นเมื่อ 3 ตุลาคม 2561, จาก <https://www.thairath.co.th/content/1253407>
- วรรณรา ชื่นวัฒนา, และ ชูชีพ เปียดนอก. (2555). การรับรู้และการเตรียมตัวเพื่อการเข้าสู่วัยสูงอายุของประชากรไทยก่อนวัยสูงอายุ. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยปทุมธานี*, 4(2), 197-208.
- สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง. (2560). จำนวนประชากรแยกอายุ เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร. สืบค้นเมื่อ 3 ตุลาคม 2561, จาก [http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat\\_age\\_disp.php](http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age_disp.php)
- อนันต์ อนันตกุล. (2560). *สังคมสูงวัย...ความท้าทายประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน.
- Cochran, W. G. (1997). *Sampling techniques* (3rd ed.). New York: John Wiley and Sons.
- Hessel, R. (2008). Active ageing in a greying society: Training for all ages. *European Journal of Vocational Training*, 45(3), 144-163.
- Marshall, C. M. (1984). *An assessment of preretirement planning for income adequacy by Oklahoma public*

*school teachers and administrators*  
(Doctoral dissertation, The University  
of Oklahoma).

Phua, V. C., & McNally, J. W. (2008). Men plan-  
ning for retirement: Changing meaning  
of preretirement planning. *Journal of  
Applied Gerontology, 27*, 588-608.

Wiles, J. L. & Jayasinha, R. (2013). Care for  
place: The contributions older people  
make to their communities. *Journal  
of Aging Studies, 27*(2), 93-101.