

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัย จัดเป็น 5 ตอน

ตอนที่ 1 การเสนอผลการวิจัยเกี่ยวกับสภาพ ปัญหา และความต้องการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ตอนที่ 2 การเสนอผลการวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาและพัฒนากิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ตอนที่ 3 การเสนอผลการวิจัยการทดลองใช้และศึกษาผลการใช้กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ตอนที่ 4 การติดตามประเมินคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และผลการใช้กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ตอนที่ 5 การเสนอข้อมูลองค์ความรู้การมีส่วนร่วม

ตอนที่ 1 การเสนอผลการวิจัยเกี่ยวกับสภาพ ปัญหา และความต้องการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

1. ประสบการณ์การทำงานที่ผ่านมา ความภาคภูมิใจ ปัญหาอุปสรรค แนวคิดในการพัฒนาตนเองในการทำงาน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ในปัจจุบันมีอาชีพทำสวน ทำนา ปลูกผักสวนครัวภายในบ้าน บางส่วนรับจ้างทั่วไปเพราะไม่มีที่ดินเป็นของตัวเอง บางคนเป็นข้าราชการบำนาญแต่ก็ยังคงทำสวนผลไม้เป็นรายได้เสริม หลายคนไม่ได้ทำงานเพราะต้องเลี้ยงดูหลานที่บ้าน ชีวิตมีความพอเพียง มีกินมีใช้ เพราะมีบุตรหลานคอยดูแลช่วยเหลือ รวมทั้งการได้รับเบี้ยผู้สูงอายุจากหน่วยงานภาครัฐ ผู้สูงอายุบางส่วนที่มีรายได้ประจำ เช่น ข้าราชการบำนาญ จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีมากกว่าผู้สูงอายุที่ไม่มีรายได้ประจำ แต่ผู้สูงอายุทุกคนมีความภาคภูมิใจในตนเองที่สามารถเลี้ยงดูบุตรหลานจนสำเร็จการศึกษาและมียานพาหนะที่ดี เป็นคนดีของสังคม ปัญหาอุปสรรคในการทำงานในปัจจุบัน พบว่า ผู้สูงอายุบางส่วนเริ่มมีสุขภาพไม่ค่อยแข็งแรง สามารถทำงานได้น้อยลง แต่ก็ยังคงทำงาน เพราะการทำงานทำให้ได้ออกกำลังกาย ได้เดิน ทำให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ประสบการณ์การทำงานที่ผ่านมาจนกระทั่งถึงปัจจุบันหลายคนได้พบปัญหาในการทำงาน เช่น เพื่อนร่วมงาน ลักษณะของงานที่ต้องใช้ความรู้ความสามารถ และทักษะต่างๆ เพื่อให้งานนั้นมีประสิทธิภาพ ผลตอบแทนที่ไม่คุ้มค่า เช่น การเกษตรที่ราคาผลผลิตตกต่ำ พื้นดินแห้งแล้ง ส่งผลให้การขายผลผลิตไม่เป็นไปตามเป้าหมาย ขาดทุน ทำให้เกิดหนี้สิน การ

แก้ไขปัญหาคือต้องอาศัยการเก็บออมและการประหยัดรายจ่ายในครัวเรือน เช่น ปลุกผักสวนครัว เลี้ยงไก่ และทำอาหารรับประทานกันเองในครัวเรือน รวมทั้งบุตรหลานที่ประสบผลสำเร็จในชีวิตได้ส่งเงินมาช่วยเหลือผู้สูงอายุ

2. ครอบครัว ญาติพี่น้อง ลูก หลาน ที่เกี่ยวข้อง การได้รับการดูแลช่วยเหลือ แนวคิดในการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข พบว่า ผู้สูงอายุทุกคนมีญาติพี่น้อง ลูกหลานคอยดูแลช่วยเหลือ บุตรหลานส่วนใหญ่มีงานทำ มีรายได้พอเพียงที่สามารถส่งเงินมาช่วยเหลือพ่อแม่จนเพียงพอแก่ความต้องการ ผู้สูงอายุที่มีรายได้จากเงินบำนาญก็จะมีเงินเหลือเก็บมากพอ ทำให้มีโอกาสได้ไปท่องเที่ยวทั้งในประเทศและต่างประเทศ ส่วนผู้สูงอายุที่สุขภาพไม่ค่อยดี ต้องได้รับการดูแลช่วยเหลือ บุตรหลานก็สามารถดูแลช่วยเหลือได้ ได้รับการช่วยเหลือทางสุขภาพจากสถานเฝ้าไข้ที่บ้านที่เข้ามาดูแลส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รู้จักวิธีการออกกำลังกายอย่างถูกวิธี การใช้ยารักษา เป็นต้น ดังนั้นการปรับตัวเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในครอบครัวของผู้สูงอายุถือว่าเป็นที่น่าพึงพอใจ แต่ยังคงมีความกังวลเป็นห่วงบุตรหลานที่อยู่ห่างไกลกัน มีความคิดถึงอยากอยู่ใกล้บุตรหลาน แต่ผู้สูงอายุก็มีความเข้าใจเรื่องด้วยหน้าที่การงานและความจำเป็นที่แตกต่างกัน โอกาสการรวมตัวพร้อมกันของครอบครัวในแต่ละปีที่เป็นวันหยุดยาว เช่น วันสงกรานต์ บุตรหลานจะมารวมตัวกันที่บ้านเพื่อรดน้ำดำหัวและขอพรจากญาติผู้ใหญ่ที่เคารพนับถือ วันหยุดสิ้นปีและวันปีใหม่ หรือวันหยุดอื่นๆ แล้วแต่โอกาส ซึ่งผู้สูงอายุมีความรู้สึกถึงความรักและความห่วงใยของบุตรหลานที่มีต่อตนเอง ก่อให้เกิดความรัก ความผูกพัน และความสุขในครอบครัว

3. สุขภาพร่างกาย การพักผ่อนนอนหลับ อาหาร การออกกำลังกาย การเจ็บป่วย การพบแพทย์ แนวคิดในการดูแลสุขภาพให้สมบูรณ์แข็งแรง พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง แต่จะมีบางส่วนที่เริ่มมีอาการปวดเข่า เดินไม่ค่อยสะดวก เป็นโรคเกาต์ เบาหวาน และโรคไต การดูแลรักษาส่วนใหญ่จะรักษากับโรงพยาบาลของรัฐ เช่น โรงพยาบาลนครพิงค์ โรงพยาบาลสันทราย และโรงพยาบาลดอยสะเก็ด ซึ่งอาการของโรคดังกล่าวส่งผลให้คุณภาพชีวิตในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ได้รับผลกระทบ ได้แก่ การทำกิจกรรมในชีวิตประจำวันหรือการทำงานไม่ค่อยมีแรง เช่น การขุดดิน หรือยกของหนัก เป็นต้น การนอนหลับพักผ่อนที่น้อยลงของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุต้องการความเงียบสงบเพื่อการพักผ่อน บางคนชอบนอนหลับในตอนกลางวัน ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สนใจการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี การไปพบแพทย์เพื่อการรักษาโรคและลดอาการเจ็บปวดตามร่างกาย ผู้สูงอายุส่วนใหญ่สนใจการรับประทานอาหารประเภทปลา ผัก และผลไม้ เพราะเห็นว่าเป็นอาหารที่ย่อยง่ายและช่วยในการขับถ่าย อาหารที่รับประทานจัดเป็นอาหารพื้นเมืองทางภาคเหนือ รสชาติไม่จัด แต่ก็สนใจที่จะเรียนรู้หรือรับประทานอาหารประเภทอื่นบ้างตามโอกาส

4. จิตใจ อารมณ์ สมาธิ ความสุข ความวิตกกังวล แนวคิดในการทำจิตใจให้มีความสุขสดใสอยู่เสมอ พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่นิยมการไปทำบุญตักบาตรเนื่องในวันสำคัญทางศาสนา การนั่งสมาธิ สวดมนต์ไหว้พระ เพราะความเชื่อว่าจะทำให้พบกับความสงบสุขในจิตใจ ทำให้ชีวิตเจริญรุ่งเรือง ได้พบปะผู้คนในวัยเดียวกันในวัด เป็นกิจกรรมทางสังคมและศาสนา ทำให้ไม่รู้สึกเหงา บางคนนิยมเลี้ยงสุนัขไว้เฝ้าบ้าน ทำให้มีกิจกรรมมากขึ้น แต่บางทีก็เป็นภาระ เป็นห่วง แต่ก็ทำให้มีความสุขได้ในบางครั้งเมื่อรู้สึกเหงา การได้ฟังธรรมะเป็นประจำช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย รู้จักการปล่อยวาง ซึ่งผู้สูงอายุมักจะใช้คำว่า “อุเบกขา” ไม่ใส่ใจกับเรื่องราวของผู้อื่น ไม่สนใจคำนิพนทาว่าร้ายของผู้อื่น เมื่อ

พบเจอกับปัญหาท้าทายทางแก้ไขทันทีเพื่อไม่ให้มีผลกระทบต่อจิตใจของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้อง การปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างที่ดีงามไม่ทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เช่น การรักษาศีล 5 การทำให้จิตใจของตนเองแจ่มใสอยู่เสมอ ไม่วิตกกังวล ทำให้อารมณ์ดี ให้นึกถึงความเป็นปัจจุบัน คือ “การจะอยู่ จะกิน หรือจะนอน” ผู้สูงอายุคิดว่าภาระที่ทำให้ตนเองไม่ว่างมากจนเกินไปจะทำให้มีสมาธิในการทำงาน หรือการทำกิจกรรมที่เป็นชีวิตประจำวันได้อย่างปกติและมีความสุข

5. กิจกรรมทางสังคม ชุมชน กลุ่มเพื่อน แนวคิดในการทำประโยชน์เพื่อสังคม พบว่า ผู้สูงอายุได้ทำกิจกรรมทางสังคม ได้แก่ การทำบุญตักบาตรเนื่องในวันสำคัญทางศาสนา งานทำบุญขึ้นบ้านใหม่ งานแต่งงาน และงานศพ เป็นต้น สถานที่จัดงานมักเป็นสถานที่คนในชุมชนมารวมตัวกัน ได้พบปะพูดคุยกัน การทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การช่วยเหลือกันในการทำอาหารในงานเพื่อต้อนรับแขกของเจ้าภาพ พิธีกรรมทางศาสนาหรือประเพณีต่างๆ ที่ต้องเตรียมเครื่องบูชา การทำตุง การทำกรวยดอกไม้ใบตอง การทำกระทง การทำบายศรีสู่ขวัญ ฯลฯ ซึ่งจะมีผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆ มารวมตัวกันช่วยเหลือซึ่งกันและกันเพื่อให้งานสำเร็จสมบูรณ์ตามจารีตประเพณีที่สืบทอดกันมานาน ในยุคปัจจุบันบุตรหลานของคนในชุมชนยังขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของวัฒนธรรมประเพณีต่างๆ เหล่านี้ ผู้สูงอายุในชุมชนมีความเป็นห่วงว่าวัฒนธรรมที่ดีงามเหล่านี้จะสูญหายไปจากชุมชน ต้องการให้บุตรหลานได้เรียนรู้และทำกิจกรรมเหล่านี้ร่วมกับคนในชุมชน นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมีความคิดเห็นว่าบุตรหลานในยุคปัจจุบันมีความรู้ความสามารถในเรื่องของการใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ เช่น คอมพิวเตอร์ มือถือ ซึ่งผู้สูงอายุบางคนยังใช้ไม่เป็น จึงเห็นว่าควรมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันระหว่างผู้สูงอายุกับคนรุ่นใหม่

6. การศึกษา ความรู้ ความสามารถที่เป็นจุดเด่น ความชำนาญเฉพาะ แนวคิดในการพัฒนาความรู้ความสามารถ พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเมิงมีความรู้ความสามารถที่แตกต่างกัน บางคนได้รับการศึกษาสูง วุฒิปริญญาโทหรือปริญญาตรี ทำงานเป็นผู้บริหารโรงเรียน ครู และตำรวจ บางคนเรียนจบชั้นมัธยมศึกษา บางคนเรียนจบชั้นประถมศึกษา แต่บางคนไม่ได้เรียนหนังสือ เนื่องจากกฎหมายในยุคก่อนยังไม่บังคับในเรื่องของการศึกษา ความรู้ที่ผู้สูงอายุได้รับเกิดจากการสืบทอดจากคนในชุมชน คือ พ่อแม่สอนลูก พี่สอนน้อง หรือการเรียนรู้จากการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชน ผู้สูงอายุแต่ละคนจึงมีจุดเด่นหรือความชำนาญเฉพาะที่แตกต่างกัน บางคนถนัดในเรื่องของการทำนา ทำสวน บางคนถนัดในเรื่องของงานหัตถกรรม บางคนเก่งในเรื่องสมุนไพร การรักษาแบบพื้นบ้านหรือแพทย์แผนโบราณ งานจักสาน ตัดเย็บเสื้อผ้า เป็นต้น การพึ่งพิงกันของคนในชุมชนจึงเป็นการนำเอาความรู้และประสบการณ์ของแต่ละคนมาช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนในชุมชนให้เกิดความราบรื่นและมีความสุข แนวคิดในการพัฒนาความรู้ความสามารถ พบว่า ผู้สูงอายุได้เรียนรู้จากผู้เชี่ยวชาญในชุมชน บุคคลในครอบครัว และจากการดูรายการโทรทัศน์ที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาความรู้ความสามารถของตนเอง โดยเฉพาะการเกษตร เช่น เกษตรอินทรีย์ และการทำบุญหมัก เป็นต้น

7. กิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเมิงในปัจจุบัน พบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนมีการรวมตัวกันตั้งชมรมผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเมิง มีคณะกรรมการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชน กิจกรรมที่จัด ได้แก่ การออกกำลังกายโดยวิธีการฟ้อนเจิง ฟ้อนเล็บ รำวงย้อนยุค และการประดิษฐ์ดอกไม้จันทน์ แต่การรวมกลุ่มกันยังไม่มากนัก คนสนใจเข้าร่วมกิจกรรมมีน้อย ส่วนใหญ่การรวมตัวกันของผู้สูงอายุมักเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนา เช่น การทำบุญตักบาตร ฟังเทศน์ฟังธรรม รวมทั้งกิจกรรมทางวัฒนธรรมประเพณี เช่น วันเข้าพรรษาจะมีการแห่เทียนพรรษา วัน

สงกรานต์ที่มีการก่อเจดีย์ทรายและมีการทำตุง วันลอยกระทงมีการฟังเทศน์ ฟังธรรมะที่วัดในช่วงเวลา กลางคืน นอกจากนี้ผู้สูงอายุจะใส่ชุดขาวทุกวันพระ และรวมตัวกันที่วัดเพื่อการฟังเทศน์ ฟังธรรมะ รวมทั้งการนั่งสมาธิในช่วงเวลากลางคืน

8. แนวคิดในการพัฒนากิจกรรมผู้สูงอายุบ้านร้องเม็ง พบว่า ผู้สูงอายุสนใจกิจกรรมพัฒนารูปแบบ การออกกำลังกายแบบใหม่ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุทุกคน เพราะบางคนมีปัญหาสุขภาพ ไม่สามารถ เคลื่อนไหวร่างกายได้มาก ต้องการให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในเรื่องของการอาหารเพื่อสุขภาพ ธรรมะ ศึกษาเพื่อพัฒนาอารมณ์ สังคม และสติปัญญา เช่น บทสวดมนต์ และการให้ศีลให้พร เป็นต้น นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังให้ความสนใจเรื่องการใช้เทคโนโลยีในปัจจุบัน การพัฒนาด้านการเกษตรรูปแบบ ใหม่ และงานหัตถกรรมพื้นบ้าน ผู้สูงอายุบางส่วนยังให้ความสนใจเรื่องของการอาชีพเสริมรายได้ รวมทั้ง แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตในรูปแบบที่หลากหลายให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น โดยผู้สูงอายุได้ ให้ข้อคิดในเรื่องของการพัฒนาตนเองด้วยคำกล่าวที่ว่า “แก่อายุมีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ” ซึ่ง หมายถึงผู้สูงอายุต้องการที่จะพัฒนาตนเองให้เป็นประโยชน์ต่อบุตรหลาน รวมทั้งชุมชน ต้องการ พัฒนากิจกรรมผู้สูงอายุให้มีความเข้มแข็ง เกิดประโยชน์สูงสุดต่อชุมชนโดยรวม และต้องการถ่ายทอด ความรู้ที่มีอยู่ให้คนรุ่นใหม่ เป็นการอนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรมของชุมชนสืบต่อไป

ผลจากการระดมความคิดร่วมกันเป็นกลุ่มเกี่ยวกับสภาพปัญหาและความต้องการพัฒนา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ด้านร่างกาย

1. ปวดเข่า ปวดหลัง ท้องอืด
2. ฟันไม่ค่อยดี เหงือกอักเสบ
3. กระดูกทับเส้น
4. ปวดต้นแขนเวลายกของ
5. สายตามองเห็นได้ไม่ชัดเจน
6. หูไม่ค่อยได้ยิน
7. นอนตะแคงไม่ค่อยได้
8. ต้องการการดูแลจากครอบครัว
9. ต้องการการดูแลจากแพทย์
10. ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ
11. อาหารไม่เหมาะสมกับสภาพฟันและช่องปาก
12. อาหารปลอดภัย
13. โภชนาการกินอาหารครบ 5 หมู่ ผักสีเขียว ปลา งดอาหารรสจัดและเค็ม
14. ออกกำลังกายเป็นประจำ อย่างน้อยครั้งละ 20-30 นาที เช่น เดิน แกว่งแขน ปั่นจักรยาน
15. งดการสูบบุหรี่และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
16. ตรวจสุขภาพปีละครั้ง

ด้านอารมณ์

1. มีความสุข
2. ร่าเริง
3. ตกใจง่าย
4. นอนไม่หลับ
5. ทำงานหนักไม่ได้ ใจเต้นแรง
6. ไม่ชอบเสียงดัง
7. หลงๆ ลืมๆ
8. บางครั้งมีความเครียด
9. วิตกกังวลเป็นบางครั้ง
10. ทำจิตใจให้ผ่องใส เบิกบาน ไม่เครียด
11. หมั่นนั่งสมาธิ ไม่ให้ฟุ้งซ่าน ไม่คิดมาก
12. ทำกิจกรรมคลายเครียด ไม่วิตกกังวล
13. ศึกษาธรรมะและรักษาศีล 5
14. อารมณ์ดี
15. ต้องการผู้มีความเข้าใจให้คำปรึกษาแนะนำช่วยเหลือ
16. ขาดผู้นำที่จะให้ความรู้ความเข้าใจวิธีการปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม
17. ต้องการพูดคุยกับเพื่อนๆ ทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อการผ่อนคลาย

ด้านสังคม

1. อยากให้มีคนเอาใจใส่
2. ลูกหลานไม่ค่อยมีเวลาให้ผู้สูงอายุ
3. ขาดที่ปรึกษาที่เข้าใจ
4. ไม่อยากให้ใครมาพูดเสียงดัง
5. เข้าร่วมกิจกรรมภายในหมู่บ้าน ชุมชนเป็นประจำ
6. ร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมเมื่อมีโอกาส
7. มีการพบปะสังสรรค์รวมกลุ่มทำกิจกรรม เช่น อาชีพจักสาน อบรม บำเพ็ญประโยชน์
8. มีมนุษยสัมพันธ์กับคนรอบข้างทุกวัย
9. มีกิจกรรมทางสังคมหลากหลาย เช่น งานแต่ง งานบ้านใหม่ งานศพ งานประเพณี
10. มีการนิยันทว่าร้ายกันในสังคม
11. แบ่งพรรคแบ่งพวก สร้างความแตกแยก
12. ต้องการความรัก ความสามัคคี
13. ความเข้าใจอันดีต่อกัน
14. ต้องการผู้นำที่ดีคอยช่วยเหลือประสานความเข้าใจ
15. สังคมหมู่บ้านเริ่มเข้าสู่สังคมที่เจริญ ใช้เงินเยอะ เนื่องจากมีการเปรียบเทียบด้านฐานะความเป็นอยู่ การแต่งกาย

16. ต้องการเข้าร่วมกิจกรรมที่หลากหลาย มีรายได้พอเพียง มีเงินเก็บไว้ใช้เวลาเจ็บไข้ได้ป่วย
17. ได้เข้าร่วมกิจกรรม รายได้ไม่เพียงพอกับรายจ่าย มีเงินเก็บน้อย ต้องพึ่งพาญาติหลายเรื่อง ค่าใช้จ่าย

ด้านสติปัญญา

1. แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับคนในชุมชน
2. สามารถแบ่งปันความรู้ให้ชุมชนได้ ช่วยเหลืองานชุมชนได้
3. ความรู้ไม่หลากหลาย
4. ไม่สามารถช่วยเหลือสังคมได้มากพอตามที่หวังไว้
5. หลงลืมง่าย หาของไม่เจอ
6. การเขียนลำบาก
7. ขาดการอ่าน การเขียนอย่างต่อเนื่อง
8. ร่วมกิจกรรมในหมู่บ้าน
9. ต้องการงานเสริมเพิ่มรายได้
10. ศึกษาหาความรู้ตลอดเวลาเพื่อพัฒนาตนเอง
11. เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อนำความรู้ ความสามารถของตนเองเผยแพร่แก่ผู้อื่น
12. หมั่นศึกษาพัฒนาตัวเองและใช้สมองเป็นประจำ
13. นำความรู้ไปเผยแพร่ต่อชุมชน
14. สนใจเรียนรู้เรื่อง สติ สมาธิ
15. หาความรู้และใช้เครื่องมือเทคโนโลยีไม่ได้
16. ต้องการกิจกรรมที่เสริมความรู้ ความสามารถ เช่น งานฝีมือ อาหาร คอมพิวเตอร์ มือถือ

วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถามสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้าน
ร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสนทราย จังหวัดเชียงใหม่

ผลศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์
อำเภอสนทราย จังหวัดเชียงใหม่ ดังนี้

แผนภาพที่ 2 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	9	45
หญิง	11	55
รวม	20	100

แผนภาพที่ 2 พบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีเพศจำนวนที่แตกต่างกัน เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ เพศหญิงมีมากที่สุด จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 55 และเพศชาย จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 45

แผนภาพที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
60-64 ปี	5	25
65-69 ปี	4	20
70-74 ปี	3	15
75-79 ปี	3	15
80-84 ปี	5	25
รวม	20	100

แผนภาพที่ 3 พบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีจำนวนอายุที่แตกต่างกัน เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ อายุ 60-64 ปี และอายุ 80-84 ปี มีมากที่สุดคือจำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 25 รองลงมาคืออายุ 65-69 ปี มีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ส่วนอายุ 70-74 ปี และอายุ 75-79 ปี มีจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 15

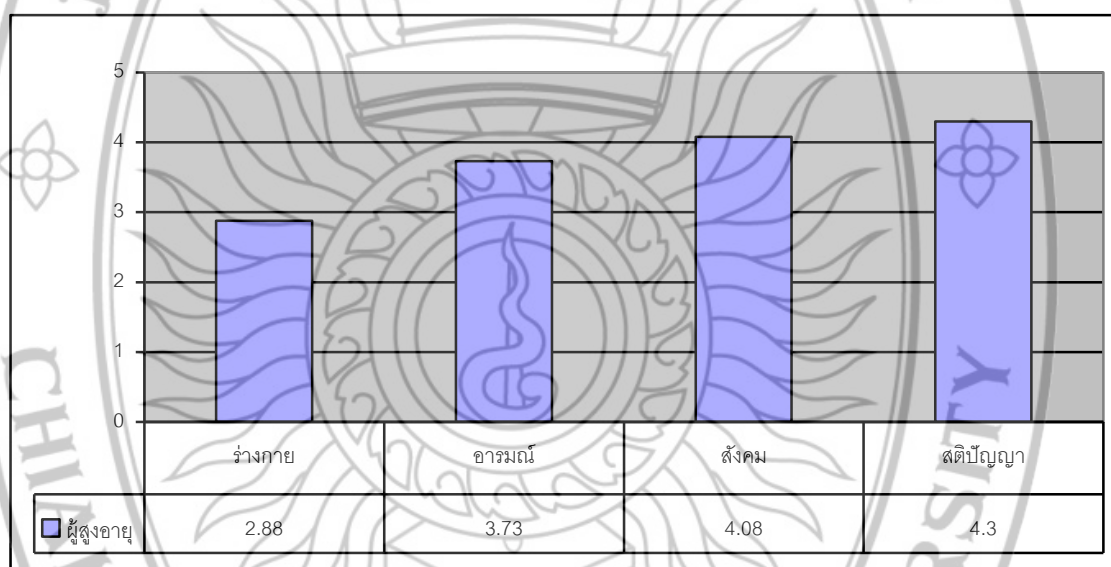
แผนภาพที่ 4 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน	ร้อยละ
ข้าราชการบำนาญ	4	20
รับจ้างทั่วไป	3	15

ทำนาทำสวน	7	35
ไม่มีอาชีพ	6	30
รวม	20	100.00

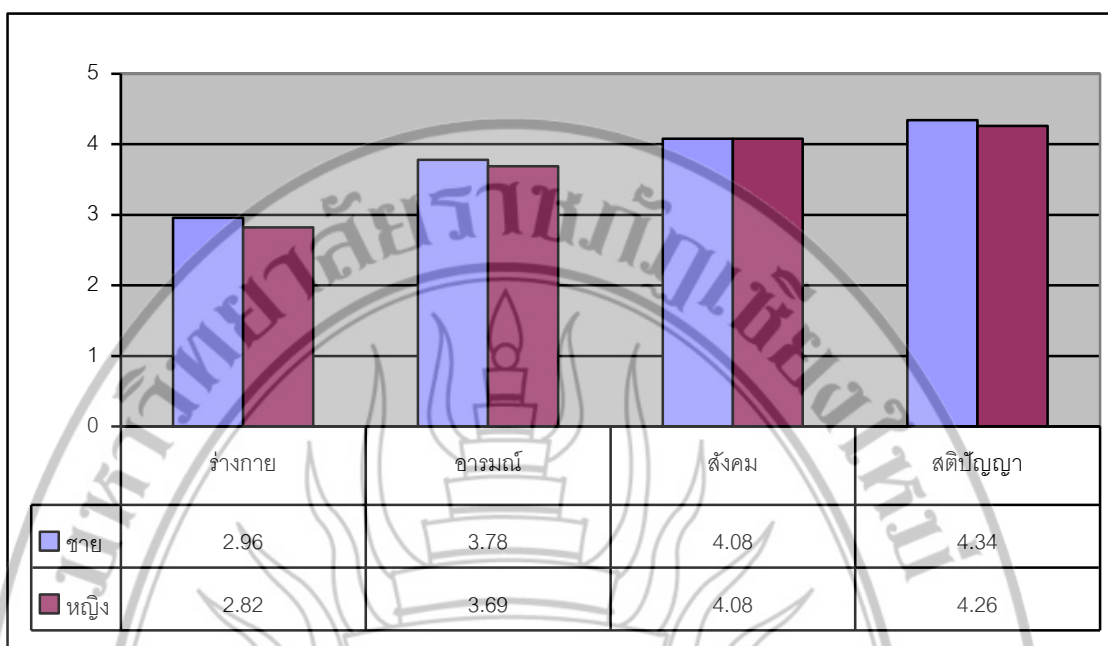
แผนภาพที่ 4 พบว่า ผู้สูงอายุที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่าง มีอาชีพจำนวนที่แตกต่างกัน เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ อาชีพที่มีจำนวนมากที่สุดคือ ทำนาทำสวน จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 35 รองลงมาคือไม่มีอาชีพ จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 30 และข้าราชการบำนาญ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 20

แผนภาพที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



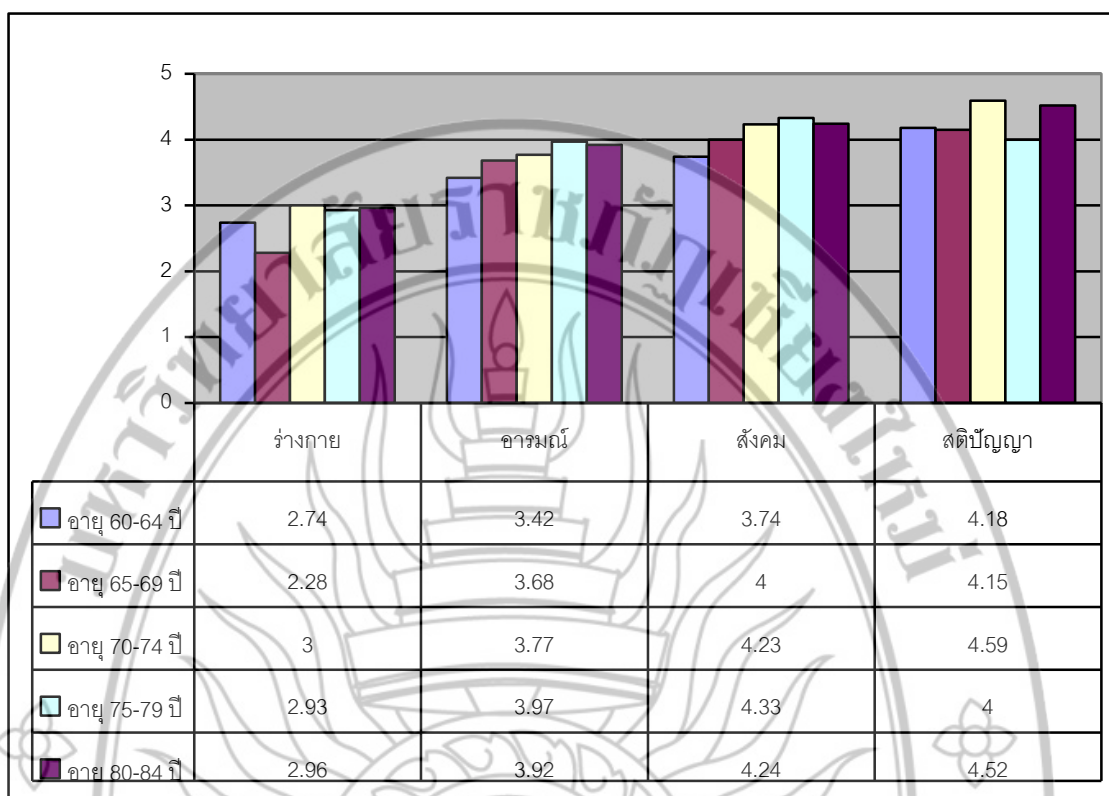
แผนภาพที่ 5 พบว่า สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสติปัญญา ($\bar{X}=4.30, SD=0.47$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{X}=4.08, SD=0.37$) และด้านอารมณ์ ($\bar{X}=3.37, SD=0.44$) ส่วนด้านร่างกายมีน้อยที่สุด ($\bar{X}=2.88, SD=0.29$)

แผนภาพที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามเพศ



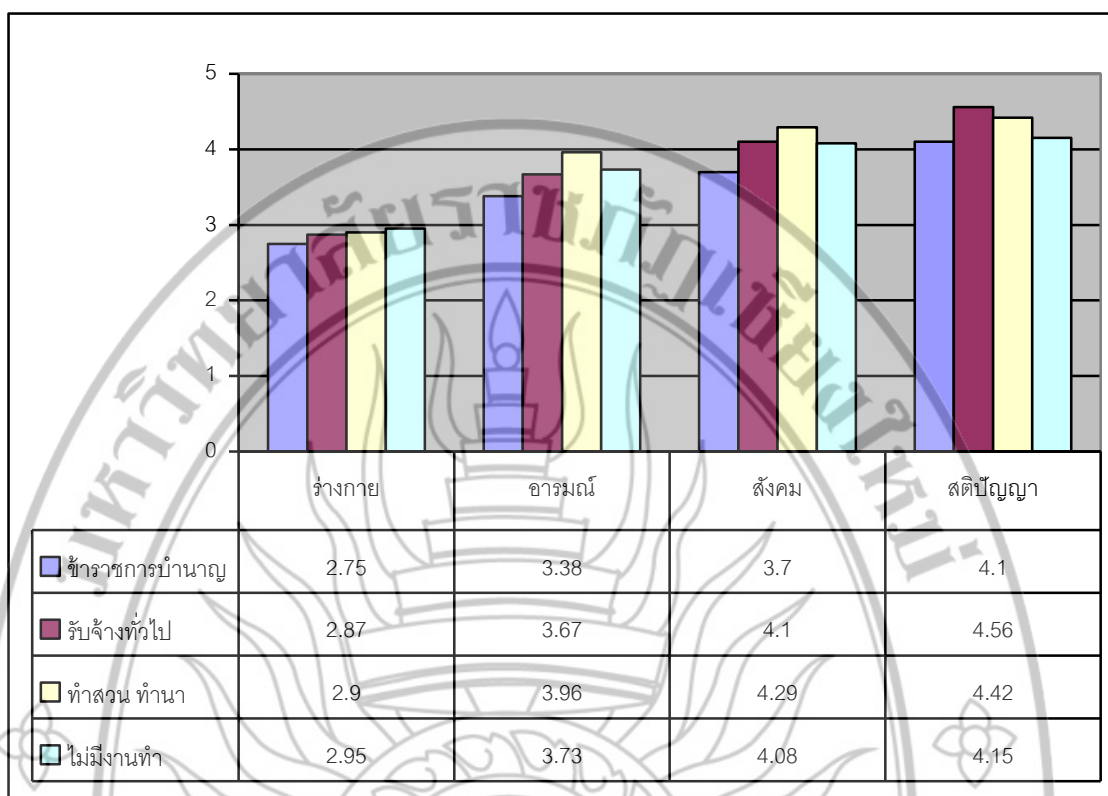
แผนภาพที่ 6 พบว่า สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ เพศชายมีมากที่สุด คือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.34, SD=0.40$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.08, SD=0.38$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.78, SD=0.37$) และเพศหญิง มีมากที่สุด คือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.26, SD=0.54$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.08, SD=0.38$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.69, SD=0.50$) ส่วนด้านร่างกาย พบว่ามีน้อยที่สุดทั้งเพศชายและเพศหญิง คือ ($\bar{x}=2.29, SD=0.29$) และ ($\bar{x}=2.28, SD=0.30$) ตามลำดับ

แผนภาพที่ 7 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอายุ



แผนภาพที่ 7 พบว่า สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ อายุ 60-64 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.18, SD=0.39$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=3.74, SD=0.35$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.42, SD=0.39$) อายุ 65-69 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.15, SD=0.33$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.00, SD=0.27$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.68, SD=0.43$) อายุ 70-74 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.58, SD=0.45$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.23, SD=0.12$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.77, SD=0.83$) อายุ 75-79 ปี ด้านสังคมมีมากที่สุด ($\bar{x}=4.33, SD=0.31$) รองลงมาคือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.00, SD=0.87$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.97, SD=0.15$) และอายุ 80-84 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.52, SD=0.32$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.24, SD=0.42$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.92, SD=0.24$) ส่วนด้านร่างกายพบว่ามีสภาพปัญหาและความต้องการน้อยที่สุดในทุกช่วงวัย คือ อายุ 60-64 ปี ($\bar{x}=2.74, SD=0.38$) อายุ 65-69 ปี ($\bar{x}=2.83, SD=0.19$) อายุ 70-74 ปี ($\bar{x}=3.00, SD=0.26$) อายุ 75-79 ปี ($\bar{x}=2.93, SD=0.58$) และอายุ 80-84 ปี ($\bar{x}=2.96, SD=0.39$)

แผนภาพที่ 8 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอาชีพ



แผนภาพที่ 8 พบว่า สภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ข้าราชการบ้านาญ ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.10, SD=0.38$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=3.70, SD=0.39$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.38, SD=0.43$) อาชีพรับจ้างทั่วไป ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.56, SD=0.32$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.10, SD=0.17$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.67, SD=0.49$) อาชีพทำสวนทำนา ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.42, SD=0.42$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.29, SD=0.39$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.96, SD=0.51$) ผู้สูงอายุที่ไม่มีงานทำ ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.15, SD=0.61$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.08, SD=0.25$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=3.73, SD=0.16$) ส่วนด้านร่างกายพบว่ามีสภาพปัญหาและความต้องการน้อยที่สุดในทุกอาชีพ คือ ข้าราชการบ้านาญ ($\bar{x}=2.75, SD=0.44$) อาชีพรับจ้างทั่วไป ($\bar{x}=2.87, SD=0.25$) อาชีพทำสวน ทำนา ($\bar{x}=2.90, SD=0.22$) และผู้สูงอายุที่ไม่มีอาชีพ ($\bar{x}=2.95, SD=0.33$)

ตอนที่ 2 การเสนอผลการวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาและพัฒนากิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ศึกษารอบเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ โดยประมวลข้อมูลจากการศึกษาสังเกต และการระดมความคิดร่วมกันแบบเป็นกลุ่ม จำนวน 4 กลุ่ม โดยแยกเป็นผู้สูงอายุที่เป็นชาย จำนวน 2 กลุ่ม

และผู้สูงอายุที่เป็นหญิง จำนวน 2 กลุ่ม พบว่า ลักษณะกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีพอสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. ด้านร่างกาย ได้แก่ การเคลื่อนไหวร่างกายอย่างถูกวิธีเพื่อช่วยให้กล้ามเนื้อได้รับการกระตุ้นสม่ำเสมอ ร่างกายเคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว กล้ามเนื้อขาแข็งแรง กล้ามเนื้อมือได้ขยับ ร่างกายสะอาด สุขภาพแข็งแรง
2. ด้านอารมณ์ ได้แก่ เพลิดเพลิน ไม่เคร่งเครียด ผ่อนคลาย มีการแลกเปลี่ยนพูดคุยกันเพื่อสร้างอารมณ์ขัน ได้หัวเราะ อารมณ์ดี สบายใจ
3. ด้านสังคม ได้แก่ พบปะสังสรรค์ ร่วมกิจกรรมทางสังคมอย่างถูกวิธี แลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานร่วมกันช่วยเหลือกันระหว่างผู้สูงอายุที่ต่างวัย ความรัก ความสามัคคีกันในหมู่คณะ
4. ด้านสติปัญญา ได้แก่ ได้รับความรู้ใหม่ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ฝึกพูด ฝึกคิด แสดงความคิดเห็นร่วมกัน การพัฒนางานอาชีพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ การใช้เทคโนโลยีร่วมสมัยก้าวทันโลก การอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น

จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยและนักศึกษาได้นำข้อมูลมาพิจารณา เพื่อจัดทำเป็นแผนการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ได้ดังนี้

แผนภาพที่ 9 แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านร่างกาย

แผนการจัดกิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการกิจกรรม	การประเมินผล
1. กิจกรรมการออกกำลังกาย	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ผ่อนคลายกล้ามเนื้อ	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับวิธีการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงวัย 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มถึงแนวทางการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง 3. ออกแบบท่าออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุประกอบ	1. สรุปผลที่ได้รับจากการดำเนินกิจกรรม 2. สังเกตพฤติกรรมผู้สูงอายุจากการทำกิจกรรม

		จังหวัดหรือคนตรี	ร่วมกัน
2. กิจกรรมอาหารเพื่อสุขภาพ	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ออกแบบอาหารที่เหมาะสมกับสุขภาพของตนเอง	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในกลุ่มถึงรูปแบบการทำอาหารที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ 3. ออกแบบและปฏิบัติการทำอาหารเพื่อสุขภาพของผู้สูงอายุ	1. สรุปผลที่ได้รับจากการดำเนินกิจกรรม 2. สังเกตพฤติกรรมผู้สูงอายุจากการทำกิจกรรมร่วมกัน

แผนภาพที่ 10 แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านอารมณ์

แผนการจัดกิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
1. กิจกรรมการเจริญสติด้วยการเดิน ยืน และนั่ง	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงวิธีการเจริญสติด้วยการเดิน ยืน และนั่ง 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกผ่อนคลายสบายใจ	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับวิธีการเจริญสติด้วยการเดิน ยืน และนั่ง 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มถึงแนวทางการเจริญสติด้วยการเดิน ยืน และนั่ง ตามประสบการณ์ของตนเอง 3. ออกแบบและปฏิบัติการเจริญสติด้วยการเดิน ยืน และนั่ง ตามรูปแบบที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ	1. สรุปผลที่ได้รับจากการดำเนินกิจกรรม 2. สังเกตพฤติกรรมผู้สูงอายุจากการทำกิจกรรมร่วมกัน
2. กิจกรรมการสวดมนต์และนั่งสมาธิ	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงวิธีการ	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับวิธีการสวดมนต์และนั่งสมาธิ	1. สรุปผลที่ได้รับจากการดำเนิน

	สวดมนต์และนั่งสมาธิ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีสมาธิตั้งมั่นในการใช้ชีวิตอย่างเหมาะสม	2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มถึงรูปแบบวิธีการและประโยชน์ของการสวดมนต์และนั่งสมาธิ 3. ออกแบบและปฏิบัติการสวดมนต์และนั่งสมาธิในรูปแบบวิธีการที่เหมาะสมกับตนเอง	กิจกรรม 2. สังเกตพฤติกรรมผู้สูงอายุจากการทำกิจกรรมร่วมกัน
--	---	---	--

แผนภาพที่ 11 แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสังคม

แผนการจัดกิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการกิจกรรม	การประเมินผล
1. กิจกรรมการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงวิธีการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ออกแบบการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับวิธีการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์ 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มถึงรูปแบบวิธีการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์ 3. ออกแบบและปฏิบัติการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์ของผู้สูงอายุแต่ละคน	1. สรุปผลที่ได้รับจากการดำเนินกิจกรรม 2. สังเกตพฤติกรรมผู้สูงอายุจากการทำกิจกรรมร่วมกัน
2. กิจกรรมการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสาร	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เรียนรู้ถึงวิธีการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสาร 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้พัฒนารูปแบบ	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสาร 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันในกลุ่มถึงรูปแบบการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสารของแต่ละคน 3. ปฏิบัติการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสารในรูปแบบที่	1. สรุปผลที่ได้รับจากการดำเนินกิจกรรม 2. สังเกตพฤติกรรมผู้สูงอายุจากการทำกิจกรรมร่วมกัน

	การใช้เทคโนโลยี มือถือให้เหมาะสม	เหมาะสมกับตนเอง	
--	-------------------------------------	-----------------	--

แผนภาพที่ 12 แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสติปัญญา

แผนการจัด กิจกรรม	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินกิจกรรม	การประเมินผล
1. กิจกรรมทำตุง เนื่องในวันสงกรานต์	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุ ได้เรียนรู้ถึงวิธีการ ทำตุงเนื่องในวัน สงกรานต์ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุ ได้พัฒนารูปแบบ การทำตุงเนื่องใน วันสงกรานต์	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการ ทำตุงเนื่องในวันสงกรานต์ 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันใน กลุ่มถึงรูปแบบการทำตุงเนื่องใน วันสงกรานต์ 3. ปฏิบัติการทำตุงเนื่องในวัน สงกรานต์ในรูปแบบที่เป็น เอกลักษณ์ของตนเอง	1. สรุปผลที่ได้รับ จากการดำเนิน กิจกรรม 2. สังเกต พฤติกรรมผู้สูงอายุ จากการทำ กิจกรรมร่วมกัน
2. กิจกรรม การศึกษาดูงานการ ปลูกผักปลอดสาร	1. เพื่อให้ผู้สูงอายุ ได้เรียนรู้ถึง ชนิด ประเภท และ คุณประโยชน์ของ ผักปลอดสาร 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุ ได้เรียนรู้ถึงวิธีการ ปลูกผักปลอดสาร	1. ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับ ชนิด ประเภท คุณประโยชน์ และ วิธีการปลูกผักปลอดสาร 2. แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันใน กลุ่มถึงชนิด ประเภท และ คุณประโยชน์ของผักปลอดสารที่ เคยพบเห็นหรือรับประทานกันอยู่ ในปัจจุบัน 3. ศึกษาดูงานในพื้นที่แปลงผัก ปลอดสารและฟังคำบรรยายโดย วิทยากร พร้อมทั้งแลกเปลี่ยน เรียนรู้ร่วมกัน	1. สรุปผลที่ได้รับ จากการดำเนิน กิจกรรม 2. สังเกต พฤติกรรมผู้สูงอายุ จากการทำ กิจกรรมร่วมกัน

ตอนที่ 3 การเสนอผลการวิจัยการทดลองใช้และศึกษาผลการใช้กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุที่สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีทั้งหมด 8 กิจกรรม ทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในเขตอำเภอสันทราย จำนวน 10 คน ผลการทดลองใช้ สรุปได้ ดังนี้

1. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านร่างกาย จำนวน 2 กิจกรรม

1.1 กิจกรรมการออกกำลังกาย ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 แต่มีข้อเสนอแนะในการใช้คือ ให้ผู้สูงอายุได้พยายามออกแบบวิธีการออกกำลังกายที่คิดว่าเหมาะสมกับตนเอง และกระตุ้นผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย

1.2 กิจกรรมอาหารเพื่อสุขภาพ ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 แต่มีข้อเสนอแนะสำหรับผู้สูงอายุบางคนที่ชอบรับประทานอาหารที่ย่อยยาก ผู้สูงอายุควรตระหนักถึงชนิดของอาหารที่ควรรับประทาน

2. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านอารมณ์ จำนวน 2 กิจกรรม

2.1 กิจกรรมการเจริญสติด้วยการเดิน ยืนและนั่ง ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติมคือ ให้ผู้สูงอายุพยายามเคลื่อนไหวร่างกายเป็นประจำด้วยการเดิน ยืน และนั่งสลับกัน เพื่อให้ร่างกายได้รับการเคลื่อนไหวบ่อยๆ

2.2 กิจกรรมการสวดมนต์และนั่งสมาธิ ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 มีข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในเรื่องของการสวดมนต์และนั่งสมาธิ ควรทำเป็นประจำทุกวันอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง และร่วมกิจกรรมทางศาสนาเพื่อให้จิตใจเบิกบาน แจ่มใสมากยิ่งขึ้น

3. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสังคม จำนวน 2 กิจกรรม

3.1 กิจกรรมการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์ ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม คือ ผู้สูงอายุบางคนอ่านและเขียนไม่ได้ ควรจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มีการช่วยเหลือกัน

3.2 กิจกรรมการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสาร ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม คือ ผู้สูงอายุบางคนไม่มีเครื่องมือสื่อสารและไม่เคยใช้เทคโนโลยีมือถือมาก่อน ควรเตรียมเครื่องมือสื่อสารอย่างง่ายให้ผู้สูงอายุได้ทดลองใช้จนเกิดความชำนาญ

4. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสติปัญญา จำนวน 2 กิจกรรม

4.1 กิจกรรมทำตุงเนื่องในวันสงกรานต์ ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม คือ ผู้สูงอายุเพศชายบางคนอาจไม่ให้ความสำคัญของกิจกรรม ควรมีกิจกรรมอื่นเสริมตามความเหมาะสม

4.2 กิจกรรมการศึกษาดูงานการปลูกผักปลอดสาร ผลการทดลองใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมหมดทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม คือ การปลูกผักปลอดสารบางประเภทต้องใช้การลงทุนสูง ควรมีแนวทางการปลูกผักปลอดสารในหลายๆ รูปแบบที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่สามารถปฏิบัติได้

กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ทั้งหมด 8 กิจกรรม ผลการใช้กิจกรรมกับผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในชุมชนบ้านร่องเม็ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 20 คน สรุปได้ ดังนี้

1. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านร่างกาย จำนวน 2 กิจกรรม

1.1 กิจกรรมการออกกำลังกาย ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ ช่วยให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ได้รูปแบบของการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับตนเอง แต่มีข้อเสนอแนะในการใช้คือ ควรออกกำลังกายให้สม่ำเสมอเป็นประจำทุกวัน ไม่ควรหักโหมมากเกินไปอาจทำให้ร่างกายได้รับการบาดเจ็บ ควรมีเพื่อนร่วมกิจกรรมหลายคน เพราะช่วยให้เกิดความสนุกสนานมากยิ่งขึ้น

1.2 กิจกรรมอาหารเพื่อสุขภาพ ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ รู้จักการเลือกอาหารที่จำเป็นต่อร่างกาย และได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ได้ปฏิบัติจริง ทำให้เกิดความสนุกสนาน ควรมีการประกวดรายการอาหารเพื่อสุขภาพของแต่ละกลุ่มเพื่อสร้างความตื่นตัวให้กับผู้สูงอายุ

2. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านอารมณ์ จำนวน 2 กิจกรรม

2.1 กิจกรรมการเจริญสติด้วยการเดิน ยืนและนั่ง ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่น่าสนใจ ช่วยให้ผู้สูงอายุได้ปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง ลดการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ เช่น การหกล้ม กล้ามเนื้อฉีกขาด เป็นแผล การปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เป็นต้น

2.2 กิจกรรมการสวดมนต์และนั่งสมาธิ ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่ผู้สูงอายุทุกคนควรปฏิบัติ ช่วยให้จิตใจสงบ ไม่วุ่นวาย มีสติ และรู้สึกสบายใจ บทสวดมนต์ที่เป็นแบบฉบับของแต่ละคนจะสั้นหรือยาวก็มีคุณค่าเสมอ ให้ทุกคนได้นำไปปฏิบัติเพื่อเป็นสิริมงคลแก่ชีวิตและทำให้จิตใจเป็นสุข

3. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสังคม จำนวน 2 กิจกรรม

3.1 กิจกรรมการกล่าวคำอวยพรเนื่องในวันสงกรานต์ ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุทุกคนได้มีบทกวีกล่าวคำอวยพรลูกหลานเนื่องในวันสงกรานต์ ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ช่วยเติมเต็มความสมบูรณ์ของคำกล่าวคำอวยพรให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ได้เข้าใจความหมายของคำในบทกวี ทำให้ผู้สูงอายุเกิดขวัญกำลังใจในการทำกิจกรรมร่วมกัน มีความสนุกสนานและได้รับความรู้ที่ดีมีประโยชน์

3.2 กิจกรรมการใช้เทคโนโลยีมือถือเพื่อการสื่อสาร ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ ผู้สูงอายุสามารถติดต่อสื่อสารถึงลูกหลานได้สะดวกมากยิ่งขึ้น สนุกสนาน น่าตื่นตากับรูปแบบการใช้ใหม่ๆ ที่ไม่เคยเรียนรู้มาก่อน ได้มองเห็นหน้าลูกหลานเวลาคุยกัน เกิดความใกล้ชิดกันมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม ทำให้สามารถพูดคุยติดต่อกับเพื่อนได้มากยิ่งขึ้น หายเหงา มีเพื่อนได้อีกมากมาย สังคมกว้างขึ้น

4. กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านสติปัญญา จำนวน 2 กิจกรรม

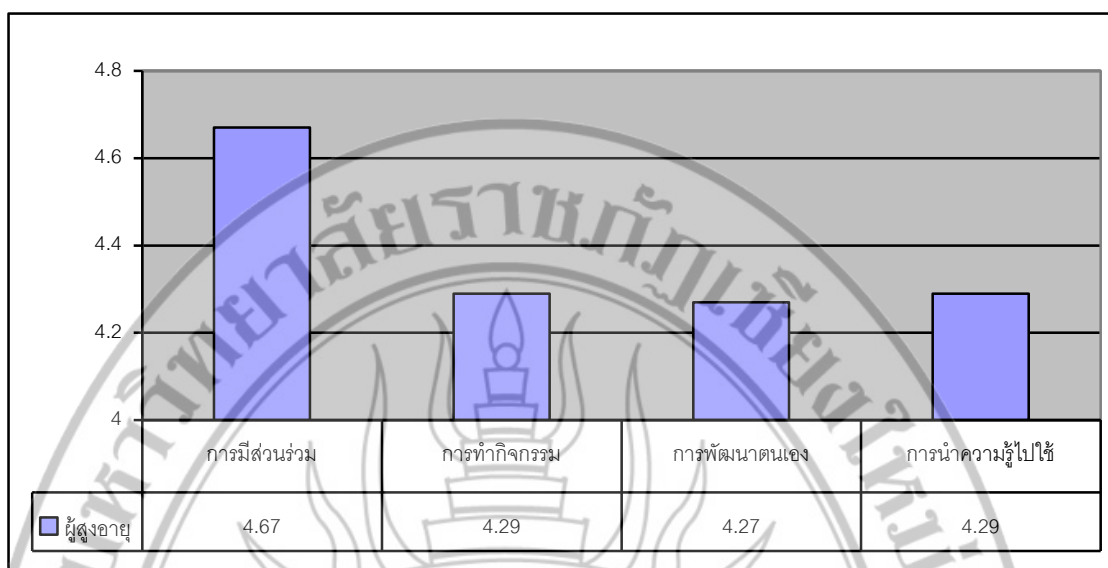
4.1 กิจกรรมทำตุงเนื่องในวันสงกรานต์ ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่ดีและมีประโยชน์ ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน ได้ออกแบบตุงที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง มีความภาคภูมิใจในความรู้ความสามารถของตนเอง มีความสุขในการทำงาน และการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุเพศชายแม้ว่าจะไม่ถนัดในการใช้วัสดุอุปกรณ์ในการทำกิจกรรมแต่ก็พยายามทำจนเกิดความสำเร็จ ผลของความสำเร็จช่วยสร้างรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ เกิดความสุขสนุกสนานและความใกล้ชิดกันระหว่างผู้สูงอายุมากยิ่งขึ้น

4.2 กิจกรรมการศึกษาดูงานการปลูกผักปลอดสาร ผลการใช้ ผู้สูงอายุเห็นว่ามีความเหมาะสมทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100 โดยเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่ดีและมีประโยชน์ ได้รู้จักการเลือกผักที่ปลอดสาร รู้ถึงอันตรายจากสารเคมีในผัก การล้างผักที่ถูกต้องวิธี ประเภทของผักปลอดสารที่ควรรับประทาน การปลูกผักปลอดสารด้วยตนเอง ได้เรียนรู้เพิ่มเติมจากวิทยากรที่มีความรู้ ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน

ตอนที่ 4 ติดตามประเมินคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และผลการใช้กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

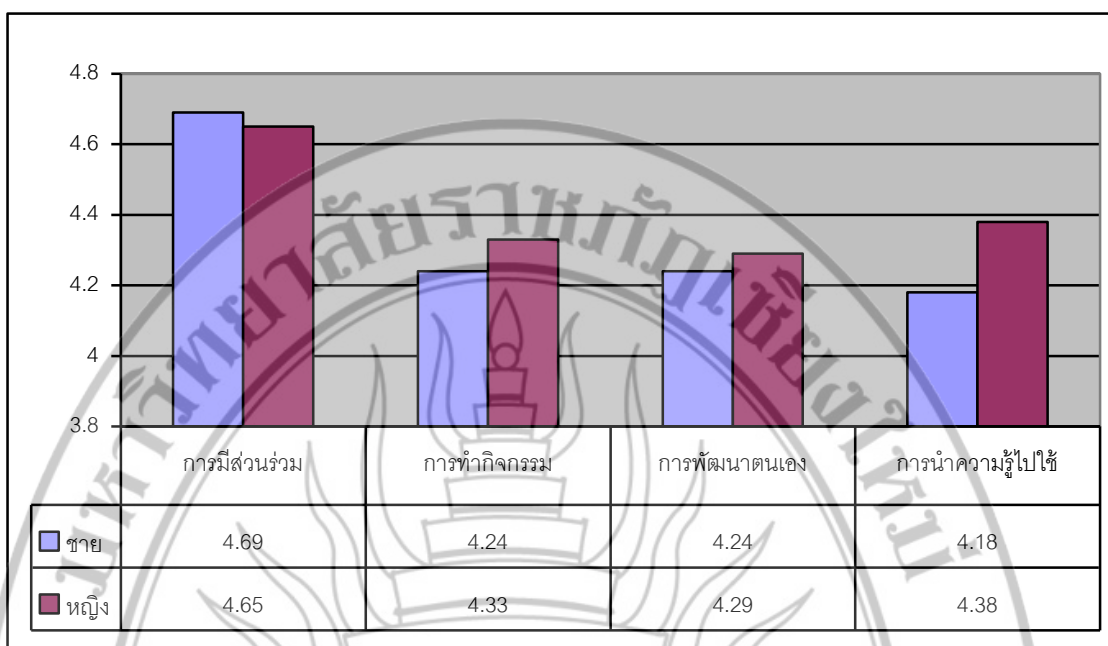
ผลการสำรวจความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

แผนภาพที่ 13 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



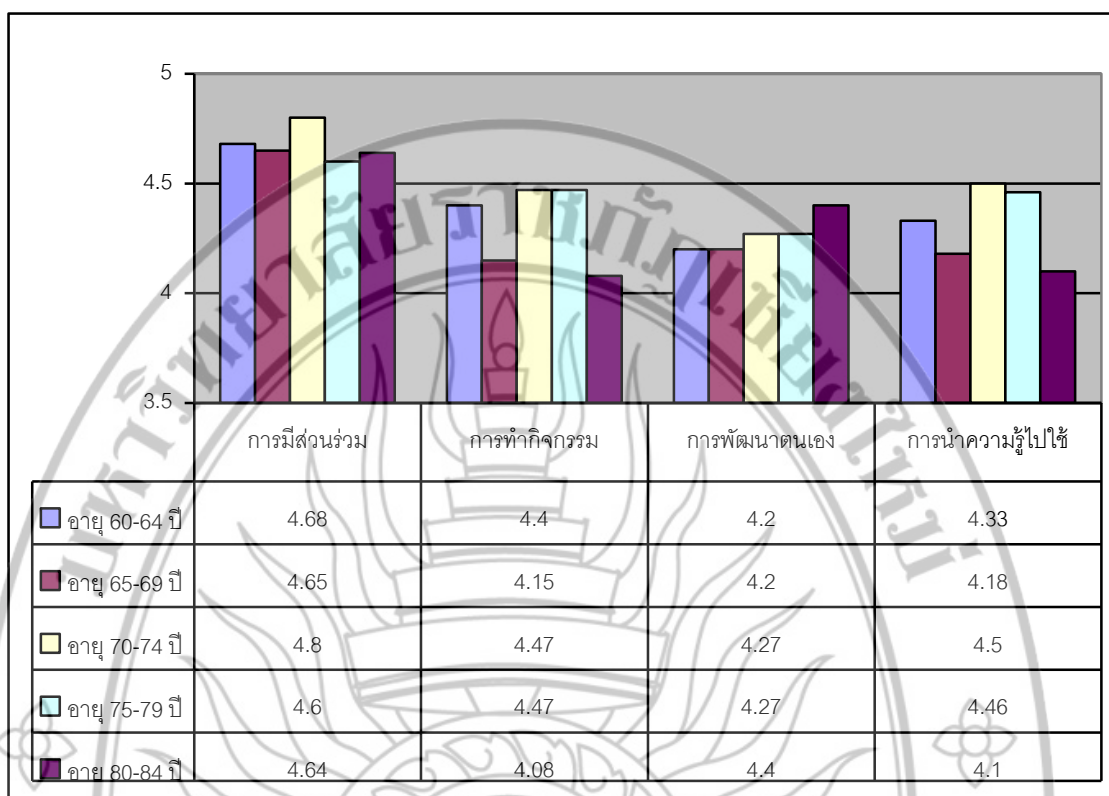
แผนภาพที่ 13 พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอ สันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมี ส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษา ($\bar{X}=4.67, SD=0.23$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{X}=4.29, SD=0.26$) และความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{X}=4.29, SD=0.22$) ส่วนความพึงพอใจต่อการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุมีน้อยที่สุด ($\bar{X}=4.27, SD=0.20$)

แผนภาพที่ 14 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ในชุมชน บ้านร่องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามเพศ



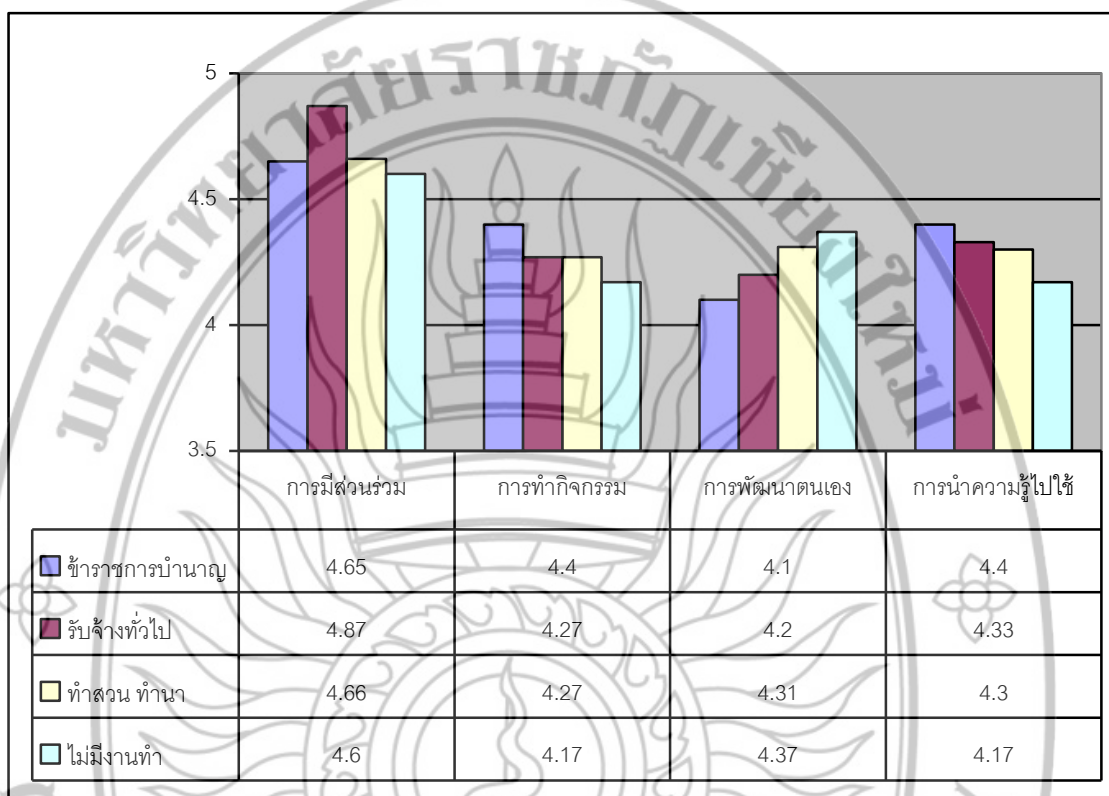
แผนภาพที่ 14 พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ เพศชายมีมากที่สุด คือความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษา ($\bar{x}=4.69, SD=0.20$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.24, SD=0.31$) และความพึงพอใจต่อการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.24, SD=0.13$) และเพศหญิง มีมากที่สุด คือความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษา ($\bar{x}=4.65, SD=0.25$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.38, SD=0.24$) และความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.33, SD=0.22$)

แผนภาพที่ 15 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอายุ



แผนภาพที่ 15 พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม้ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ อายุ 60-64 ปี ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.68, SD=0.18$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.40, SD=0.14$) และความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.33, SD=0.23$) อายุ 65-69 ปี ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.65, SD=0.25$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.20, SD=0.16$) และความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.18, SD=0.07$) อายุ 70-74 ปี ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.80, SD=0.35$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.50, SD=0.00$) และความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.47, SD=0.12$) อายุ 75-79 ปี ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.60, SD=0.20$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.47, SD=0.12$) และความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.46, SD=0.26$) และอายุ 80-84 ปี ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.64, SD=0.26$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.40, SD=0.14$) และความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.10, SD=0.16$)

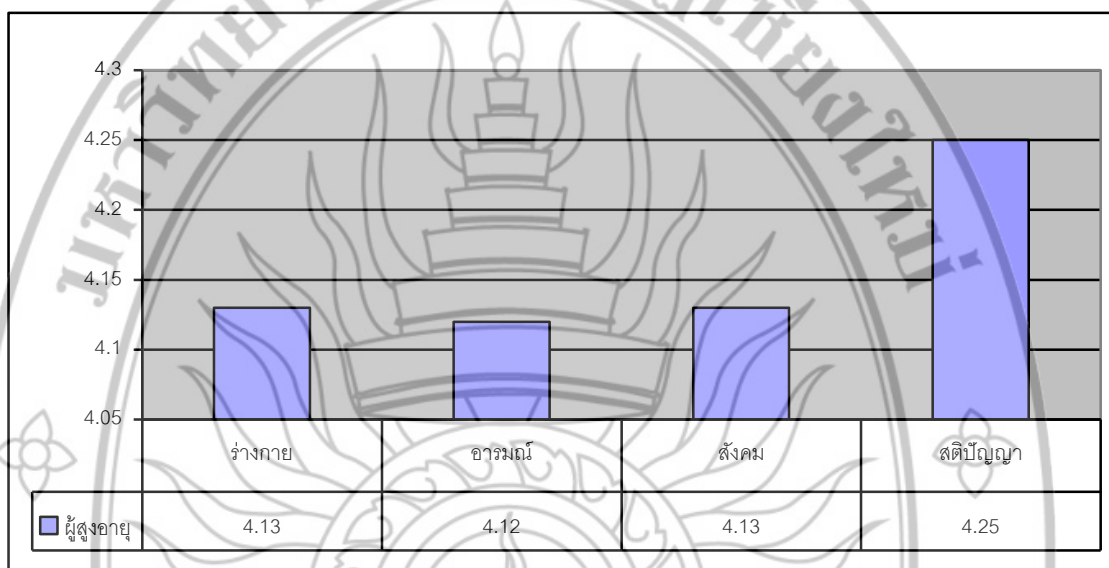
แผนภาพที่ 16 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความพึงพอใจของผู้สูงอายุ ในชุมชน บ้านร่องเม้ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอาชีพ



แผนภาพที่ 16 พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร่องเม้ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ข้าราชการบ้านาญ ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษาที่มีมากที่สุด ($\bar{x}=4.65, SD=0.19$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.40, SD=0.16$) และความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.40, SD=0.16$) อาชีพรับจ้างทั่วไป ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษาที่มีมากที่สุด ($\bar{x}=4.87, SD=0.12$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.33, SD=0.14$) และความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.27, SD=0.42$) อาชีพทำสวน ทำนา ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษาที่มีมากที่สุด ($\bar{x}=4.66, SD=0.25$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.34, SD=0.28$) และความพึงพอใจต่อการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.31, SD=0.20$) ผู้สูงอายุที่ไม่มีงานทำ ความพึงพอใจต่อพฤติกรรมการมีส่วนร่วมและการเป็นผู้นำกิจกรรมของผู้วิจัยและนักศึกษาที่มีมากที่สุด ($\bar{x}=4.60, SD=0.25$) รองลงมาคือความพึงพอใจต่อการพัฒนาตนเองของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.37, SD=0.23$) และความพึงพอใจต่อการร่วมกิจกรรมกลุ่มของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.17, SD=0.23$) ความพึงพอใจต่อการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ ($\bar{x}=4.17, SD=0.15$)

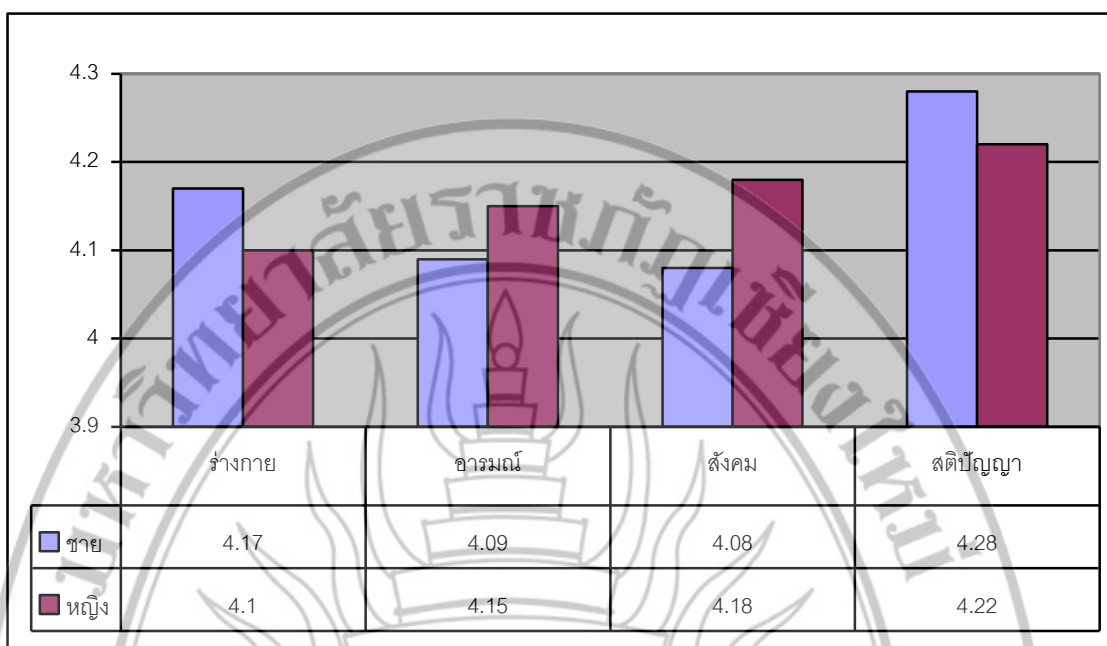
ผลการติดตามผลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

แผนภาพที่ 17 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



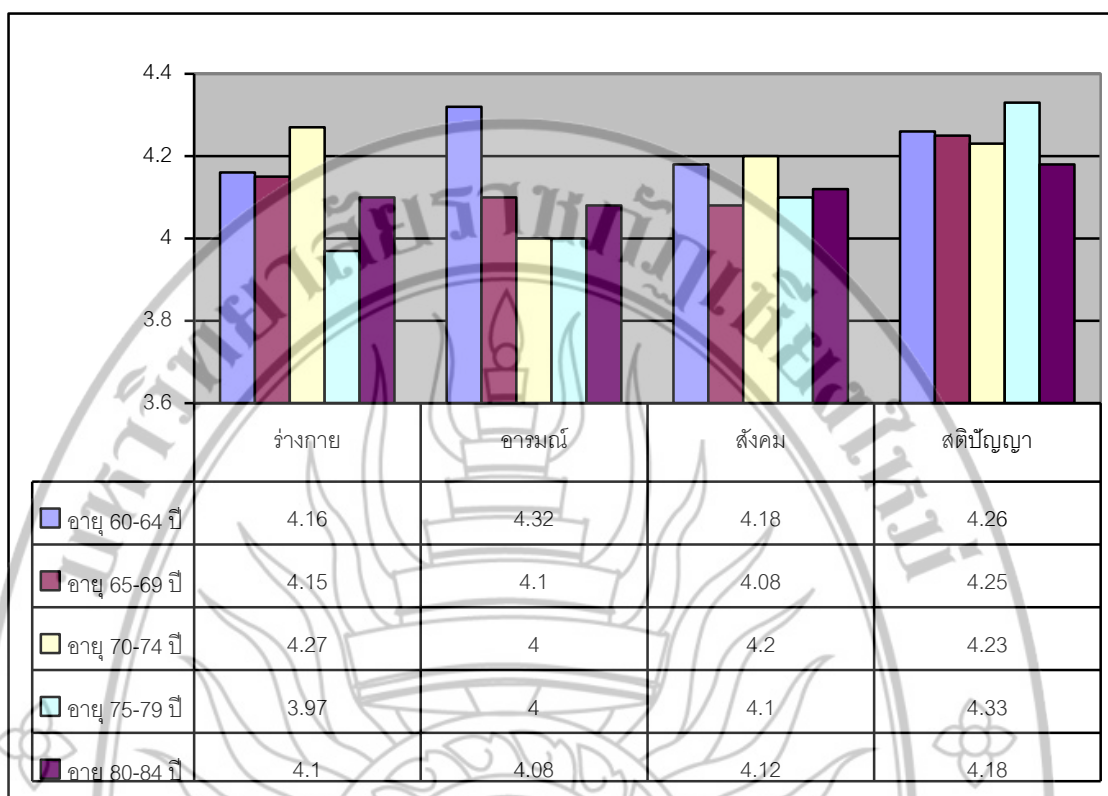
แผนภาพที่ 17 พบว่า ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.25, SD=0.14$) รองลงมาคือด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.13, SD=0.19$) และด้านสังคม ($\bar{x}=4.13, SD=0.13$) ส่วนด้านอารมณ์มีน้อยที่สุด ($\bar{x}=4.12, SD=0.30$)

แผนภาพที่ 18 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามเพศ



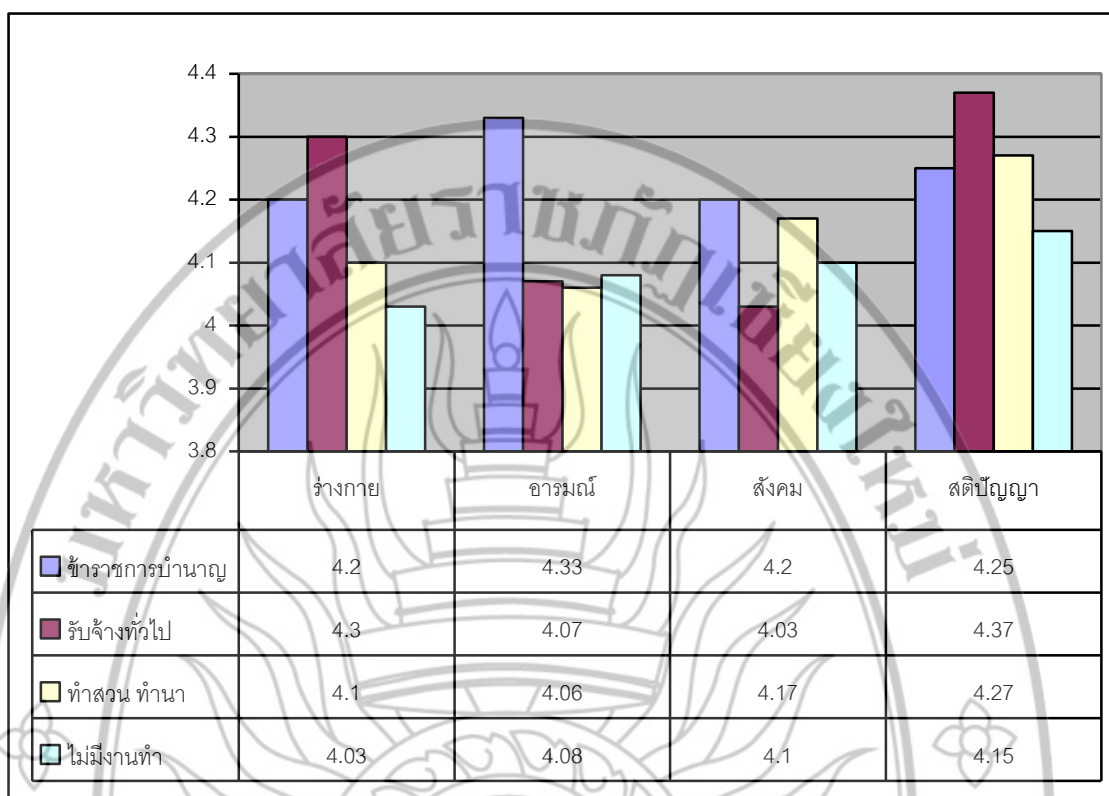
แผนภาพที่ 18 พบว่า ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ เรียงตามลำดับจากมากไปหาน้อย คือ เพศชายมีมากที่สุด คือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.28, SD=0.12$) รองลงมาคือด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.17, SD=0.19$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=4.09, SD=0.38$) และเพศหญิง มีมากที่สุด คือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.22, SD=0.16$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.18, SD=0.14$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=4.15, SD=0.24$)

แผนภาพที่ 19 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอายุ



แผนภาพที่ 19 พบว่า ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ อายุ 60-64 ปี ด้านอารมณ์มีมากที่สุด ($\bar{x}=4.32, SD=0.24$) รองลงมาคือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.25, SD=0.13$) และ ด้านสังคม ($\bar{x}=4.18, SD=0.16$) อายุ 65-69 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.25, SD=0.13$) รองลงมาคือด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.15, SD=0.29$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=4.23, SD=0.15$) อายุ 70-74 ปี ด้านร่างกายมีมากที่สุด ($\bar{x}=4.27, SD=0.12$) รองลงมาคือสติปัญญา ($\bar{x}=4.23, SD=0.15$) และด้านสังคม ($\bar{x}=4.20, SD=0.20$) อายุ 75-79 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.33, SD=0.21$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.10, SD=0.10$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=4.00, SD=0.35$) และอายุ 80-84 ปี ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.18, SD=0.16$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.12, SD=0.13$) และด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.10, SD=0.19$)

แผนภาพที่ 20 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกตามอาชีพ



แผนภาพที่ 20 พบว่า ผลการติดตามและประเมินคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห่ย์ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ข้าราชการบำนาญ ด้านอารมณ์มีมากที่สุด ($\bar{x}=4.33, SD=0.28$) รองลงมาคือด้านสติปัญญา ($\bar{x}=4.25, SD=0.13$) และด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.20, SD=0.12$) ด้านสังคม ($\bar{x}=4.20, SD=0.18$) อาชีพรับจ้างทั่วไป ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.37, SD=0.15$) รองลงมาคือด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.30, SD=0.17$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=4.07, SD=0.25$) อาชีพทำสวน ทำนา ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.27, SD=0.11$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.17, SD=0.16$) และด้านร่างกาย ($\bar{x}=4.10, SD=0.23$) ผู้สูงอายุที่ไม่มีงานทำ ด้านสติปัญญามีมากที่สุด ($\bar{x}=4.15, SD=0.15$) รองลงมาคือด้านสังคม ($\bar{x}=4.10, SD=0.09$) และด้านอารมณ์ ($\bar{x}=4.08, SD=0.23$)

บทสรุปผลจากการแสดงความคิดเห็นแบบเป็นกลุ่มของผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตในชุมชนบ้านร้องเม็ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

1. บทบาทการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิต
 - 1.1 การพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันระหว่างผู้สูงอายุด้วยกันและระหว่างผู้สูงอายุกับนักศึกษาที่มีส่วนร่วมในกิจกรรม
 - 1.2 การทำกิจกรรมร่วมกันแบบเป็นกลุ่ม มีผู้นำและผู้ตาม การมีส่วนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

- 1.3 การเป็นผู้ให้ความรู้แก่นักศึกษาและตอบข้อซักถามเกี่ยวกับภูมิปัญญาท้องถิ่น
- 1.4 การฝึกปฏิบัติจากการนำกิจกรรมของนักศึกษา เช่น วิธีการออกกำลังกาย การฝึกการผ่อนคลาย กลายกล้ามเนื้อ การตัดแต่ง การสวนมนต์ การให้สีลให้พร อาหารเพื่อสุขภาพ และการใช้โทรศัพท์มือถือ
- 1.5 การสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม
2. ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม
 - 2.1 ความรู้ ทักษะจากการปฏิบัติการเข้าร่วมกิจกรรมและการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน
 - 2.2 ความสุข ความสนุกสนาน เพลิดเพลิน จากการนำกิจกรรมของนักศึกษาและอาจารย์
 - 2.3 สุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง รู้สึกละอองคลายกล้ามเนื้อ
 - 2.4 การมีสติ รอบคอบ สุขุม มีความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี
 - 2.5 การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน ความรัก ความสามัคคี ความอบอุ่นระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน
 - 2.6 เครือข่ายผู้สูงอายุที่เข้มแข็ง มีสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น
 - 2.7 การมีรายได้เสริมจากการเข้าร่วมกิจกรรมและการนำไปใช้ในการพัฒนาอาชีพ
3. องค์ความรู้หรือข้อค้นพบที่ได้จากการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
 - 3.1 การอยู่อย่างมีคุณค่าโดยการสร้างคุณประโยชน์ให้สังคม
 - 3.2 การอยู่อย่างมีความสุขด้วยสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง
 - 3.3 การมีสติ รอบคอบ รอบรู้อยู่ตลอดเวลาทำให้ชีวิตมีคุณค่า
 - 3.4 การประพฤติปฏิบัติในสิ่งที่ดีงามเหมาะสมทำให้เกิดศรัทธาบารมี
 - 3.5 ความพยายาม ขยัน ประหยัด อดทน ไม่ท้อถอย ทำให้ชีวิตประสบผลสำเร็จ
 - 3.6 การยอมรับด้วยการฟังอย่างตั้งใจ และแสดงความชื่นชม เป็นมารยาททางสังคม
 - 3.7 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันทำให้ค้นพบองค์ความรู้ใหม่ๆ ได้ตลอดเวลา
4. ข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุต่อกิจกรรมการบูรณาการเรียนการสอนและการบริการวิชาการสู่ชุมชน
 - 4.1 ควรมีกิจกรรมให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมพัฒนาสังคมชุมชนไปพร้อมกับการจัดการเรียนการสอน เพื่อเพิ่มทักษะชีวิตที่ดีงามแก่คนรุ่นหลัง และช่วยพัฒนาบุคลิกภาพการปรับตัวอย่างเหมาะสม
 - 4.2 ควรมีกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมช่วยสืบต่อดองค์ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้คนรุ่นหลังได้นำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตและสังคมชุมชนต่อไปเป็นระยะอย่างต่อเนื่อง
 - 4.3 ควรมีหน่วยงานเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมชุมชนอย่างต่อเนื่อง ช่วยสร้างความมั่นคงเสริมรายได้ ทำให้คุณภาพชีวิตของประชาชนดีขึ้น

บทสรุปผลจากการระดมความคิดเห็นแบบเป็นกลุ่มสำหรับนักศึกษาที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในชุมชนบ้านร่องเม้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

1. บทบาทการมีส่วนร่วมของนักศึกษาในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
 - 1.1 การสืบค้นหาข้อมูลความรู้ที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
 - 1.2 ประมวลผลข้อมูลจากผลการศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ
 - 1.3 การพัฒนากิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ

- 1.4 การทดลองใช้กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
- 1.5 การเป็นผู้นำกิจกรรม หรือผู้ดำเนินกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
- 1.6 การสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ
- 1.7 การรายงานสรุปผลการมีส่วนร่วมกับผู้สูงอายุ
2. ประสบการณ์หรือข้อค้นพบที่ได้จากการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ
 - 2.1 การถ่ายทอดประสบการณ์ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นจากผู้สูงอายุสู่คนรุ่นลูกหลาน
 - 2.2 การจัดกิจกรรมที่ช่วยให้ผู้สูงอายุได้รับประสบการณ์ความรู้จากคนรุ่นลูกหลาน
 - 2.3 การแสดงออกของผู้สูงอายุที่บ่งบอกถึงการต้อนรับที่อบอุ่นกับคนรุ่นลูกหลาน
 - 2.4 ความมุ่งมั่นตั้งใจของผู้สูงอายุในการทำกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตร่วมกับคนรุ่นลูกหลาน
 - 2.5 ความสนุกสนานเป็นกันเองระหว่างผู้สูงอายุกับคนรุ่นลูกหลาน
 - 2.6 ผู้สูงอายุช่วยอธิบายความหมายของคำหรือเรื่องราวที่เข้าใจยากให้คนรุ่นลูกหลานฟัง
 - 2.7 การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันระหว่างประสบการณ์หรือข้อมูลจากผู้สูงอายุกับคนรุ่นลูกหลาน
 - 2.8 ความสุขกับการทำกิจกรรมร่วมกัน ที่เกิดจากการให้ความช่วยเหลือกัน เข้าใจกันเห็นอกเห็นใจกัน แบ่งปันกัน ให้อภัยกัน การยอมรับ เพราะคนเรามีความแตกต่างกัน บางคนทำได้ดี บางคนทำไม่ค่อยได้ การให้กำลังใจกัน ยอมรับในความแตกต่างระหว่างบุคคลทำให้ทุกคนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข
 - 2.9 ความต้องการของผู้สูงอายุส่วนใหญ่คือ การยอมรับ การมีเพื่อน มิตรภาพที่ดีจากคนรุ่นลูกหลาน ผ่อนคลาย เบิกบานแจ่มใส ได้ออกกำลังกาย มีสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง มีความรู้ที่สามารถสร้างคุณประโยชน์ให้กับสังคม การทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชน ศาสนา
3. คุณประโยชน์จากกิจกรรมการมีส่วนร่วมที่นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
 - 3.1 ความรู้และประสบการณ์จากพืชผักสมุนไพรพื้นบ้าน การทำตุ่ง สามารถนำไปใช้ในชีวิตวันได้ หรือสร้างเป็นรายได้ เพื่อจำหน่าย เป็นอาชีพให้กับครอบครัว
 - 3.2 ความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันทางวัฒนธรรมความเป็นอยู่ ภาษาที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่น บทสวดมนต์ในรูปแบบที่แตกต่างกัน ความเชื่อ ขนบธรรมเนียมประเพณี และพิธีกรรมทางศาสนาที่แตกต่างกัน
 - 3.3 ความรู้และประสบการณ์จากการที่ได้ปฏิบัติจริงในเรื่องของการออกกำลังกายด้วยการฟ้อนเจิง การยืนเดินและนั่งอย่างถูกวิธี การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ การทำอาหารเพื่อสุขภาพ ผักปลอดสารพิษ การทำตุ่ง การให้ศีลให้พร บทสวดมนต์ไหว้พระ การทำสมาธิ
 - 3.4 การพัฒนาบุคลิกภาพ พัฒนาตนเองในเรื่องของการกล้าแสดงออก มนุษย์สัมพันธ์ ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ การตรงต่อเวลา กิริยามารยาทในการแสดงออกทางสังคม การติดต่อสื่อสาร การเลือกใช้ภาษาที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ
 - 3.5 ทักษะการเรียนรู้ ได้แก่ การเป็นผู้นำ ผู้ตาม การวางแผนการทำงานร่วมกัน การจัดทำแผนการดำเนินกิจกรรม การทำงานเป็นทีม การคิดและแก้ไขปัญหา ทักษะการเป็นวิทยากร การสัมภาษณ์ การจดบันทึกข้อมูล การประมวลผลข้อมูล การเขียนรายงานสรุปผลการดำเนินกิจกรรม

3.6 แร้งบันดาลใจที่จะทำประโยชน์เพื่อชุมชน สังคม การช่วยเหลือบุคคลที่ต้องการความช่วยเหลือ เช่น ผู้สูงอายุ ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ รวมทั้งบุคคลที่มีปัญหาเกิดขึ้นในชีวิตและต้องการการให้คำปรึกษา

3.7 ความภาคภูมิใจที่ได้ทำความดีให้กับสังคม ความสุขที่เกิดจากรอยยิ้มของผู้สูงอายุ ความสนุกสนานเพลิดเพลินในกิจกรรมการมีส่วนร่วมกับผู้สูงอายุ เข้าใจในตัวผู้สูงอายุมากขึ้น

4. ข้อเสนอแนะจากนักศึกษาต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

4.1 การดูแลระยะยาวต่อผู้สูงอายุกลุ่มพึ่งพิง

4.2 การสร้างงานอาชีพและรายได้ รวมทั้งกิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุ

4.3 การปรับสภาพแวดล้อมให้เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ

4.4 การเตรียมความพร้อมผู้ช่วยผู้สูงอายุ

4.5 การจัดบรรยากาศให้เกิดความสนุกสนาน ไม่เครียด

4.6 การถ่ายทอดทางวัฒนธรรมให้กับคนรุ่นหลัง

4.7 การจัดแบ่งเวลาในการใช้ชีวิตประจำวันให้เหมาะสม

4.8 การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันในกลุ่มครอบครัว

4.9 การให้การยอมรับนับถือ ความรัก ความอบอุ่น การดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุ

4.10 การดูแลโภชนาการอาหารอย่างเหมาะสมกับผู้สูงอายุ

4.11 จัดกิจกรรมนันทนาการในชุมชนร่วมกันโดยมีสมาชิกที่หลากหลายวัย

4.12 จัดตั้งชมรมผู้สูงอายุ

4.13 จัดหาสถานที่ที่ใช้เป็นแหล่งเรียนรู้และการออกกำลังกายร่วมกันในชุมชน

5. ข้อเสนอแนะของนักศึกษาต่อกิจกรรมการบูรณาการเรียนการสอนและการบริการวิชาการสู่ชุมชน

5.1 จัดกิจกรรมบูรณาการเรียนการสอนให้นักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในชุมชน

5.2 จัดสิ่งสนับสนุนเพื่อบูรณาการเรียนการสอนกับการบริการวิชาการสู่ชุมชนอย่างเพียงพอ

5.3 จัดช่วงเวลาของการเรียนเพื่อให้นักศึกษามีโอกาสได้ปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับคนในชุมชน

5.4 จัดกิจกรรมแบบเป็นกลุ่มเพื่อให้นักศึกษาได้คิดวางแผนการทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพในการทำงานที่ดี

5.5 จัดกิจกรรมเพื่อการบำเพ็ญประโยชน์หรืออาสาพัฒนาชนบทเพื่อปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม

5.6 จัดกิจกรรมเชิงอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ศิลปวัฒนธรรมและขนบธรรมเนียมประเพณี

5.7 จัดกิจกรรมเพื่อการออกกำลังกายเสริมสร้างสุขภาพที่ดี

5.8 จัดกิจกรรมให้นักศึกษาได้มีการคิดออกแบบกิจกรรมและได้มีการปฏิบัติจริงให้เกิดการคิดและแก้ปัญหา คิดสร้างสรรค์ จากประสบการณ์ตรง

5.9 จัดกิจกรรมให้มีความหลากหลาย เช่น การเข้าค่าย การฝึกอบรม การจัดนิทรรศการ การจัดกิจกรรมพัฒนาท้องถิ่น กิจกรรมนันทนาการ จัดอาสา การจัดทำทัศนศึกษา การสอนหนังสือเด็ก กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน เป็นกิจกรรมที่เสริมความรู้และทักษะชีวิต

ตอนที่ 5 การเสนอข้อมูลองค์ความรู้

การวิจัยเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ องค์ความรู้ที่ได้รับสามารถสรุปได้ ดังนี้

1. ปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุ ได้แก่ การเป็นผู้มีสุขภาพดี อารมณ์ดี มีความรู้ สามารถทำคุณประโยชน์ให้สังคม ศาสนา และปรับตัวในสังคมอย่างมีความสุข ใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
2. การจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นบรรยากาศการเรียนรู้ที่ช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่ม มีความเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี รู้จักวิธีการถ่ายทอดองค์ความรู้ สร้างศรัทธา แรงจูงใจ ความรัก และความสามัคคีระหว่างผู้สูงอายุและคนรุ่นลูกหลาน
3. คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา มีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันอย่างแยกไม่ได้ เพราะเป็นเหตุปัจจัยที่ส่งผลถึงกันและกัน การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจึงควรพิจารณาไปพร้อมกันทุกด้าน
4. สุขภาพร่างกายของผู้สูงอายุ มักเสื่อมถอยลงตามกาลเวลา การบำรุงรักษาให้คงสภาพการใช้งานสืบต่อไปได้อย่างยาวนานเท่าที่จะทำได้ด้วยการดูแลหลักโภชนาการอาหาร และการออกกำลังกายอย่างเหมาะสมเป็นประจำทุกวัน
5. จิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุ มักเกิดจากความเหงา การถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง หรือการไม่ได้รับการยอมรับทางสังคม ครอบครัว กิจกรรมทางสังคมและศาสนาจึงเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจของผู้สูงอายุ เช่น การสวดมนต์ไหว้พระ ฟังเทศน์ นั่งสมาธิ รวมทั้งการช่วยเหลืองานทางสังคมตามวัฒนธรรมและประเพณี จึงเป็นสิ่งที่ผู้สูงอายุให้ความสำคัญอย่างยิ่ง
6. สังคมการปรับตัวของผู้สูงอายุ เป็นการรวมตัวกันของกลุ่มคนทั้งวัยเดียวกันและต่างวัยกัน การยอมรับและช่วยเหลือกัน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ผู้สูงอายุก็จะให้ความสำคัญกับการถ่ายทอดความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่คนรุ่นลูกหลานเพื่อการอนุรักษ์สืบต่อไป
7. สติปัญญาความสามารถของผู้สูงอายุ แต่ละคนมีแตกต่างกันไปตามความถนัดและความสนใจงานบางอย่างเป็นพิเศษที่บ้าน หัตถกรรมหรืองานฝีมือที่ใช้ความเพียรพยายาม การสานต่อภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการอนุรักษ์สู่คนรุ่นลูกหลานต้องใช้ตามโอกาสอันสมควรในสังคมและวัฒนธรรมอันดีงาม
8. การวิจัยแบบมีส่วนร่วมระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่กับชุมชนท้องถิ่น เป็นการนำเอาองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาท้องถิ่น มาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษา นักศึกษามีแหล่งเรียนรู้ที่เป็นต้นแบบ ได้มีโอกาสฝึกปฏิบัติในระหว่างเรียนรู้โดยมีอาจารย์เป็นผู้คอยดูแลให้ความรู้อย่างใกล้ชิด เกิดประโยชน์ต่อท้องถิ่น และเกิดคุณภาพทางวิชาการ และการจัดการศึกษาโดยรวม

องค์ความรู้ที่ได้รับทั้งหมด เป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุในชุมชนบ้านร้องเม็ง ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ และอาจารย์ผู้สอน รวมทั้งนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ที่มีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง อารมณ์เบิกบาน มีความรู้และปรับตัวในสังคมได้อย่างมีความสุข ผู้วิจัยและนักศึกษาได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาท้องถิ่นและได้เรียนรู้ถึงกระบวนการทำวิจัยแบบมีส่วนร่วม ทำให้งาน

วิชาการมีความก้าวหน้า มีข้อค้นพบใหม่ที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมทางด้านวิชาการเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุสืบต่อไป

