

## แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

กรณีศึกษา ชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี

ด้วยแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ชื่อนักศึกษา นางสาวพรพิชชา อุ่นใจ

สาขาวิชา แขนงวิชาการจัดการพัฒนาสังคม สังกัด คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ โทรศัพท์ ๐๘๕-๖๖๓-๐๑๙๔

e-mail : [S58123424040@SSRU.AC.TH](mailto:S58123424040@SSRU.AC.TH)

### บทคัดย่อ

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ สมาชิกที่มีอายุ ๖๐ปีขึ้นไป ในชุมชน จำนวน ๔๐๐ คน การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลแบบปฐมภูมิ (Primary Data) ได้แก่ ๑)การทำแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของสมาชิกในชุมชน ๒)การทำแบบสอบถามเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ได้สรุปผลแบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง ผลวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี มีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยมีสมาชิกรายด้านที่มาปฏิบัติมากที่สุด คือด้านร่างกาย ( $\bar{X} = ๔.๑๕$ ) การมีสุขภาพร่างกายที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้ ด้านความมั่นคง ( $\bar{X} = ๔.๐๖$ ) การมีสุขภาพ การเงิน และครอบครัวที่ดี ด้านจิตใจ ( $\bar{X} = ๓.๘๔$ ) การได้รับความรักการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว ด้านสภาพแวดล้อม ( $\bar{X} = ๓.๘๒$ ) การมีสภาพแวดล้อมภายในชุมชนที่น่าอยู่มีความปลอดภัย ด้านความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ( $\bar{X} = ๓.๕๔$ ) ผู้สูงอายุในชุมชนมีความรู้เข้าใจ และสามารถนำมาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองได้ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ( $\bar{X} = ๓.๔๒$ ) การมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันทั้งกับสมาชิกในครอบครัวและในสมาชิกในชุมชน และด้านเศรษฐกิจ ( $\bar{X} = ๓.๑๘$ ) การได้รับสวัสดิการจากภาครัฐและสวัสดิการจากชุมชนอย่างเพียงพอต่อการดำเนินชีวิต เพื่อคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนของผู้สูงอายุในชุมชนพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี

คำสำคัญ : เศรษฐกิจพอเพียง,คุณภาพชีวิต,ผู้สูงอายุ

**Guidelines to Improve the Quality of Life seniors.**  
**Case Study : Pruksa 3 Community Bang Bua Thong District,**  
**Nonthaburi Province with the concept of the Philosophy of**  
**Sufficiency Economy.**

**Pornpicha Aunjai**

The Social Development Management Branch of the Development of Social Sciences

The Faculty of Humanities and Social Sciences in Suan Sunandha Rajabhat University

**Abstract**

The objective of this study was to investigate the guidelines to improve the quality of life of elderly based on the philosophy of sufficiency economy under the case study of Pruksa 3 Community in Bang Bua Thong District, Nonthaburi Province. The sample of this study was 400 members aged 60 years and above. This study was a quantitative research. Primary data were collected. The instruments used for data collection were 1. The questionnaire on personal factors, and 2. The questionnaire on guidelines to improve the quality of life of elderly based on the philosophy of sufficiency economy. The results were then interpreted. The results indicated that elderly people in Pruksa 3 Community in Bang Bua Thong District, Nonthaburi Province had good quality of life. An aspect with the highest level of practice was body(4.15); elderly had good health and self-reliance. In terms of security(4.06), elderly had good and financial health, family. In terms of psychology(3.84), elderly received love and care from the family. In terms of environment (3.82), local environment in the community is safe and lively. In terms of basic knowledge of philosophy of sufficiency economy (3.54) , elderly had knowledge and understanding and ability to apply the guidelines to improve the quality of life. In terms of social relationship(3.42), there were good relationships with family members and community members. In terms of economy(3.18), elderly received adequate public welfare and community welfare to sustainably enhance the quality of life in Pruksa 3 Community, Bang Bua Thong District, Nonthaburi Province.

**Keywords:** Sufficiency economy, Quality of life, Elderly.

## บทนำ

สังคมในปัจจุบันนี้ประสบปัญหาสาเหตุหลักในการดำเนินชีวิตและเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้คนในสังคมไทยตกอยู่ในภาวะเดือดร้อน ทั้งในด้านปัญหาสังคมและปัญหาด้านเศรษฐกิจ เนื่องจากสังคมไทยให้ความสำคัญกับระบบเศรษฐกิจและความเป็นอยู่ของตนเอง จนทำให้ทุกคนสามารถทำได้ทุกวิถีทางเพื่อให้ตนเองอยู่รอดหรือสละบางสิ่งเพื่อให้ได้บางอย่างที่ต้องการ ขอเพียงให้ตนเองได้รับผลประโยชน์สูงสุดโดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของบุคคลอื่นในสังคม จึงเกิดการแข่งขันกันมากขึ้นหลายรูปแบบ ซึ่งเป็นปัญหาที่เกิดจากเศรษฐกิจและการดำเนินชีวิต จนส่งผลให้เกิดปัญหาทางสังคม รวมถึงปัญหาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ที่ในปัจจุบันนี้สังคมไทยมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว และประเทศไทยกำลังจะเป็นประเทศที่ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ การที่จำนวนของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเช่นนี้ ย่อมก่อให้เกิดปัญหาและผลกระทบต่อตัวผู้สูงอายุ ทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านความมั่นคง และด้านสวัสดิการแก่ผู้สูงอายุจากรัฐส่งเสริมและสนับสนุนผู้สูงอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ไปที่มีสัญชาติไทยให้ได้รับการดูแลในด้านการแพทย์และสาธารณสุข การศึกษา ข้อมูลข่าวสาร การประกอบ อาชีพ การพัฒนาตนเอง การศึกษา การอำนวยความสะดวก ความปลอดภัย การช่วยเหลือ การยกเว้น การลดหย่อนภาษี ค่าธรรมเนียม และอื่นๆ นอกจากนี้ยังพบว่าการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและความมั่นคงของผู้สูงอายุ เป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งในครอบครัวและสังคม โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงในครอบครัว จะพบว่าผู้สูงอายุจะลดบทบาทลง จากการเป็นหัวหน้าครอบครัวกลับเป็นผู้ที่ต้องได้รับการดูแล และบางคนอาจจะไม่ได้รับการดูแลจากครอบครัว และการลดบทบาทจากการทำงานประจำ จึงมีผลให้คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุลดลงบางครอบครัวมีการดูแลผู้สูงอายุโดยใช้เทคโนโลยีการสื่อสารสารสนเทศ ผ่านโทรศัพท์มือถือ เครื่องคอมพิวเตอร์ เพื่อให้ทันโลก เข้าสังคม และใกล้ชิดผู้สูงอายุมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตามเทคโนโลยีเหล่านี้แม้จะทำให้การสื่อสารใกล้ชิดและสะดวกมากขึ้น แต่ต้องขึ้นอยู่กับปัจจัยในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ คือการเห็นคุณค่าในตัวเอง การได้เป็นที่รักของลูกหลาน การได้รับความกตัญญู และการได้รับการดูแลเอาใจใส่ ผู้สูงอายุควบคู่กันไปกับการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ เป็นผู้สูงอายุยุคใหม่ที่มีความรอบรู้และพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ศิริวรรณ อรุณทิพย์ไพฑูรย์ ,สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ ๒๕๕๘)

จากสภาพปัญหาข้างต้นที่กล่าวมา สามารถนำแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ รัชกาลที่๙ เข้ามาปรับใช้และเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทยได้อย่างยั่งยืน โดยมีคุณลักษณะสำคัญประกอบด้วย ความพอประมาณ ความมีเหตุผล และการมีภูมิคุ้มกัน ภายใต้เงื่อนไขสำคัญคือ เงื่อนไขความรู้และเงื่อนไขคุณธรรม ซึ่งเป็นปัจจัยหลักของความพอเพียง การยึดหลักความพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อ รู้จักใช้ รู้จักพอ มีการอยู่ร่วมกันอย่าง

เอื้อเพื่อเพื่อแผ่ซึ่งกันและกันในสังคม สัมผัสสามัคคี ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ร่วมพัฒนาชุมชนให้มีความเจริญรุ่งเรือง และระดับประเทศให้ยั่งยืน เป้าหมายของเศรษฐกิจพอเพียง คือ การพัฒนาที่สมดุลและยั่งยืน สามารถรับการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายในและสามารถดำเนินชีวิตอยู่ได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม ดำเนินชีวิตอย่างสมดุล มั่นคง และมีความยั่งยืนในระยะยาว ต่อการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยต่างๆ ทำให้คุณภาพชีวิตมีการพัฒนาอย่างมั่นคง

ดังนั้นผู้วิจัยได้ตระหนักถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ จึงสนใจที่ศึกษาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้วยแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของชุมชนพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี เพื่อศึกษาพฤติกรรมการณ์ดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ว่ามีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนี้อย่างไร และมีพฤติกรรมการณ์ดำเนินชีวิตตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอยู่ในระดับใด อีกทั้งมีการมีความคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการนำแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ให้อยู่ภายใต้แนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

๒. เพื่อศึกษาแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

### เนื้อเรื่อง/บททวนวรรณกรรม

#### ความหมายและความสำคัญ

แนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง หมายถึง หลักปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่๙ ทรงดำริแนวทางการดำเนินชีวิตให้แก่ปวงชนชาวไทยมาเป็นระยะเวลานาน ในช่วงตั้งแต่ก่อนการเกิดวิกฤตเศรษฐกิจ เพื่อมุ่งให้พสกนิกรได้ดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างยั่งยืน มั่นคง และปลอดภัย ภายใต้ความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นตามกระแสโลกาภิวัตน์

ให้ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน ความเพียร มีสติ ปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุลและพร้อมต่อการรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและกว้างขวาง ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอกได้เป็นอย่างดี

ผู้สูงอายุ หมายถึง ประชากรทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป

ผู้สูงอายุ มักมองว่าตนเองด้อยค่า ต้องพึ่งพาผู้อื่น และร่างกายก็เสื่อมโทรม ไม่สามารถทำอะไรได้ดี แต่แท้จริงแล้ว ผู้สูงอายุ เป็นผู้ที่มีคุณค่าต่อสังคมเป็นอย่างมาก เป็นแหล่งความรู้ความชำนาญ และเป็นผู้สร้างไว้ซึ่งประเพณี วัฒนธรรม อีกทั้งยังเป็นสายใยสำคัญของครอบครัวอีกด้วย

คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาพความเป็นอยู่ในทางที่ดีทั้งในแง่ของส่วนบุคคล ครอบครัว และชุมชน (บดี ชนะมัน ๒๕๓๐:๘๒๑)

การดำรงชีวิตได้ในระดับที่เหมาะสม ให้สามารถพึ่งตนเองได้โดยไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน และไม่เบียดเบียนธรรมชาติ อีกทั้งยังควรรักษาวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีของสังคมตลอดจนมีความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึงความปรารถนาในชีวิต

**แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง**

แนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ รัชกาลที่๙



แผนภาพที่ ๑ แสดงองค์ประกอบหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ๓ ห่วง ๒ เงื่อนไข ๔ มิติ ที่มา

:[http://it2.sut.ac.th/bandai60\\_wp02/](http://it2.sut.ac.th/bandai60_wp02/)

เศรษฐกิจพอเพียง ประกอบด้วยคุณลักษณะ ๓ ประการ และเงื่อนไข ๒ ประการ

ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีต่อความจำเป็น และเหมาะสมกับฐานะของตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม รวมทั้งวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น ไม่มากเกินไป ไม่น้อยเกินไป และต้องไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจดำเนินการเรื่องต่าง ๆ อย่างมีเหตุผลตามหลักวิชาการ หลักกฎหมาย หลักศีลธรรมจรรยา และวัฒนธรรมที่ดีงาม โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบรู้และรอบคอบ

ระบบภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับต่อผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม เพื่อให้สามารถปรับตัวและรับมือได้อย่างทันท่วงที

เงื่อนไขสำคัญที่จะทำให้การตัดสินใจ และการกระทำเป็นไป พอเพียง จะต้องอาศัยทั้งคุณธรรมและความรู้ ดังนี้

เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องสร้างเสริมให้เป็นพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ ประกอบด้วย ด้านจิตใจ คือ การตระหนักในคุณธรรม รู้ผิดชอบชั่วดี ซื่อสัตย์สุจริต ใช้สติปัญญาอย่างถูกต้องและเหมาะสมในการดำเนินชีวิต และด้านการกระทำ คือมีความขยันหมั่นเพียร อดทน ไม่วอกแวก ไม่ตระหนี่ รู้จักแบ่งปัน และรับผิดชอบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย การฝึกตนให้มีความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน มีความรอบคอบ และความระมัดระวังที่จะนำความรู้ต่าง ๆ เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผน และในชั้นปฏิบัติ

ด้านเศรษฐกิจ	ลดรายจ่าย / เพิ่มรายได้ / ใช้ชีวิตอย่างพอควร / คิดและวางแผนอย่างรอบคอบ / มีภูมิคุ้มกัน / ไม่เสี่ยงเกินไป / การเฟื่องทางเลือกสำรอง
ด้านสังคม	ช่วยเหลือเกื้อกูล / รู้รักสามัคคี / สร้างความเข้มแข็งให้ครอบครัวและชุมชน
ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม	รู้จักใช้และจัดการอย่างฉลาดและรอบคอบ / เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด / ฟื้นฟูทรัพยากรเพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด
ด้านวัฒนธรรม	รักและเห็นคุณค่าในความเป็นไทย เอกลักษณ์ไทย / เห็นประโยชน์และคุณค่าของภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น / รู้จักแยกแยะและเลือกรับวัฒนธรรมอื่น ๆ

แผนภาพที่ ๒ แสดงองค์ประกอบปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ใน ๔ มิติ ที่มา:กระทรวงมหาดไทย (Department of Lands)

## กรอบแนวคิดในการศึกษา

ตัวแปรต้น (Independent Variables)

ตัวแปรตาม (Dependent Variables)

การดำเนินตามหลักปรัชญาของ

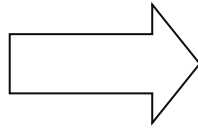
เศรษฐกิจพอเพียง

- ความพอประมาณ
- ความมีเหตุผล
- ภูมิคุ้มกัน
- ความรู้
- คุณธรรม

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของ

ผู้สูงอายุ

- ด้านจิตใจ
- ด้านร่างกาย
- ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม
- ด้านเศรษฐกิจ
- ด้านสภาพแวดล้อม
- ด้านความมั่นคง



คุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ ในชุมชน  
พฤษา3 อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี  
ตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ  
พอเพียง

## วิธีการดำเนินวิจัย

### ประเภทของการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีเก็บข้อมูลแบบปฐมภูมิ (Primary Data) ผู้วิจัยได้ออกไปแจกแบบสอบถาม อธิบาย ชี้แจง และเก็บรวบรวมแบบสอบถามด้วยตัวผู้วิจัยเอง ณ ชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี และแบบทุติยภูมิ (Secondary Data) ข้อมูลที่ได้จากการค้นคว้าศึกษาจากเอกสารต่างๆ ทั้งจากหนังสือ วารสาร วิทยานิพนธ์ และค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต เพื่อใช้ในการรวบรวมข้อมูลประกอบการวิจัย

### แหล่งข้อมูล

ข้อมูลด้านปฐมภูมิ (Primary Data) ถือเป็นข้อมูลหลักในการศึกษาครั้งนี้ โดยการใช้แบบสอบถามรายบุคคล ให้กับสมาชิกในชุมชน โดยประชากรที่ใช้ในศึกษา คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปในชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี จำนวน ๔๐๐ คน

### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ผู้วิจัยได้ใช้การเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามเพื่อเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมจากกลุ่มตัวอย่างโดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับการสร้างแบบสอบถามเป็นรายละเอียดขั้นตอนดังนี้ ๑. ทำการศึกษาค้นคว้าวิธีการสร้างแบบสอบถามจากงานวิจัย เอกสาร และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องต่างๆ ๒. จัดสร้างแบบสอบถามเพื่อสอบถามความเห็นในหัวข้อดังต่อไปนี้ ได้แก่ ๒.๑ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของสมาชิกในชุมชน ๒.๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ประสบความสำเร็จอย่างยิ่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

### องค์ประกอบของแบบสอบถาม

ผู้ทำวิจัยได้ออกแบบสอบถามซึ่งมี ๓ ส่วน พร้อมกับวิธีการตอบคำถามซึ่งมีคำถามที่มีรายละเอียดต่างๆ ได้แก่ ตอนที่๑ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของสมาชิกในชุมชน ได้แก่ เพศ อายุ อาชีพ ระดับการศึกษา ระดับรายได้ ระดับรายจ่าย และระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี เป็นคำถามแบบให้เลือกคำตอบและเป็นคำถามปลายปิด ตอนที่๒ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ตามแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งประกอบไปด้วย คำตอบย่อยที่แบ่งเป็น ๕ ระดับ โดยใช้มาตรวัดประมาณค่า (Rating Scale) และให้คะแนนแต่ละระดับตั้งแต่ค่าคะแนนน้อยที่สุดคือ ๑ ถึงค่าคะแนนมากที่สุด คือ ๕ โดยแบ่งประเภทคำถามในแต่ละด้าน ได้แก่ ๑ ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลัก



ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๒.ด้านจิตใจ ๓.การร่างกาย ๔.ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ๕.ด้านเศรษฐกิจ ๖.ด้านสภาพแวดล้อมและ ๗.ด้านความมั่นคง ตอนที่3 ข้อเสนอแนะ

### วิธีการเก็บข้อมูล

การรวบรวมข้อมูลโดยใช้เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม โดยการทำแบบสอบถามรายบุคคล เฉพาะบุคคลที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๔๐๐ คน

### การวิเคราะห์ข้อมูล

เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามทั้งหมด แล้วนำมาวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยที่วางไว้ โดยเครื่องมือที่ใช้มีการสร้างกรอบแนวคิดในการวิเคราะห์ผลจากทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมา เพื่อมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างประเด็นคำถามสำหรับการทำแบบสอบถาม

### การนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการนำเสนอข้อมูลและผลการวิจัย แบบสำรวจความคิดเห็น

## ผลการวิจัย

### ๑.ปัจจัยส่วนบุคคล

ในการวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๔๐๐ ตัวอย่าง มีผลการศึกษาดังนี้

#### ตารางที่๑.๑ จำนวนและร้อยละของเพศจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
๑. เพศ		
ชาย	๑๑๕	๒๘.๗๕
หญิง	๒๘๕	๗๑.๒๕
รวมผู้ตอบแบบสอบถาม	๔๐๐	๑๐๐

๑.๑.๑ เพศ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน ๒๘๕ คน (ร้อยละ ๗๑.๒๕) และเป็นเพศชาย จำนวน ๑๑๕ ราย (ร้อยละ ๒๘.๗๕) (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๑)

ตารางที่ ๑.๒ จำนวนและร้อยละของอายุจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>๒. อายุ</b>		
๕๑ - ๖๐ ปี	๘๕	๒๑.๒๕
๖๐ ปีขึ้นไป	๓๑๕	๗๘.๗๕
<b>รวมผู้ตอบแบบสอบถาม</b>	<b>๔๐๐</b>	<b>๑๐๐</b>

๑.๑.๒ อายุ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๓๑๕ คน (ร้อยละ ๗๘.๗๕) และอายุ ๕๑ - ๖๐ ปี จำนวน ๘๕ คน (ร้อยละ ๒๑.๒๕) (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๒)

ตารางที่ ๑.๓ จำนวนและร้อยละของระดับการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>๓. ระดับการศึกษา</b>		
ต่ำกว่าประถมศึกษา	๓๖	๙.๐
ประถมศึกษา	๒๐๒	๕๐.๕
มัธยมศึกษาตอนต้น	๖๐	๑๕.๐
มัธยมศึกษาตอนปลายหรือปวช.	๓๐	๗.๕
อนุปริญญาหรือปวส.	๖	๑.๕
ปริญญาตรี	๖๐	๑๕.๐
สูงกว่าปริญญาตรี	๖	๑.๕
<b>รวมผู้ตอบแบบสอบถาม</b>	<b>๔๐๐</b>	<b>๑๐๐</b>

๑.๑.๓ ระดับการศึกษา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษาอยู่ที่ระดับประถมศึกษา จำนวน ๒๐๒ คน (ร้อยละ ๕๐.๕) รองลงมา มีระดับการศึกษาอยู่ที่ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และปริญญาตรี จำนวน ๖๐ คน (ร้อยละ ๑๕.๐) ระดับการศึกษาต่ำกว่าประถมศึกษา จำนวน ๓๖ คน (ร้อยละ ๙.๐) ระดับการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลายหรือปวช. จำนวน ๓๐ คน (ร้อยละ ๗.๕) ระดับการศึกษานุปริญญาหรือปวส. และสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน ๖ คน (ร้อยละ ๑.๕) ตามลำดับ (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๓)

ตารางที่ ๑.๔ จำนวนและร้อยละของอาชีพจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>๔. อาชีพ</b>		
รับข้าราชการ	๑๓	๓.๒๕
พนักงานรัฐวิสาหกิจ	๑๒	๓.๐
รับจ้างทั่วไป	๒๓๐	๕๗.๕
ค้าขาย	๑๔๕	๓๖.๒๕
<b>รวมผู้ตอบแบบสอบถาม</b>	<b>๔๐๐</b>	<b>๑๐๐</b>

๑.๑.๔ อาชีพ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป จำนวน ๒๓๐ คน (ร้อยละ ๕๗.๕) รองลงมาประกอบอาชีพค้าขาย จำนวน ๑๔๕ คน (ร้อยละ ๓๖.๒๕) ประกอบอาชีพรับข้าราชการ จำนวน ๑๓ คน (ร้อยละ ๓.๒๕) และประกอบอาชีพพนักงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน ๑๒ คน (ร้อยละ ๓.๐) ตามลำดับ (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๔)

ตารางที่ ๑.๕ จำนวนและร้อยละของรายได้เฉลี่ยต่อเดือนจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>๕. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน</b>		
ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท	๔๒	๑๐.๕
๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท	๒๖๖	๖๖.๕
๑๐,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท	๗๙	๑๙.๗๕
๒๐,๐๐๑ - ๓๐,๐๐๐ บาท	๑๓	๓.๒๕
<b>รวมผู้ตอบแบบสอบถาม</b>	<b>๔๐๐</b>	<b>๑๐๐</b>

๑.๑.๕ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ ๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๒๖๖ คน (ร้อยละ ๖๖.๕) รองลงมาไม่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ ๑๐,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๗๙ คน (ร้อยละ ๑๙.๗๕) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๔๒ คน (ร้อยละ ๑๐.๕) และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ ๒๐,๐๐๑ - ๓๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๑๓ คน (ร้อยละ ๓.๒๕) ตามลำดับ (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๕)

ตารางที่ ๑.๖ จำนวนและร้อยละของรายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือนจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>๖. รายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือน</b>		
ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท	๙๗	๒๔.๒๕
๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท	๒๖๖	๖๖.๕
๑๐,๐๐๑ - ๒๐,๐๐๐ บาท	๓๗	๙.๒๕
<b>รวมผู้ตอบแบบสอบถาม</b>	<b>๔๐๐</b>	<b>๑๐๐</b>

๑.๑๖ รายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ ๕,๐๐๐ - ๑๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๒๖๖ (ร้อยละ ๖๖.๕) รองลงมารายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ต่ำกว่า ๕,๐๐๐ บาท จำนวน ๙๗ คน (ร้อยละ ๒๔.๒๕) และรายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือนอยู่ที่ ๑๐,๐๐๐ - ๒๐,๐๐๐ จำนวน ๓๗ คน (ร้อยละ ๙.๒๕) ตามลำดับ (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๖)

ตารางที่ ๑.๗ จำนวนและร้อยละของระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชนจากกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
<b>๗. ระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชน</b>		
๑๐ ปี	๙๐	๒๒.๕
๑๓ ปี	๑๒	๓.๐
๑๕ ปี	๑๐๙	๒๗.๒๕
๑๗ ปี	๑๒	๓.๐
๑๙ ปี	๘	๒.๐
๒๐ ปี	๑๒๑	๓๐.๒๕
๒๕ ปี	๓๐	๗.๕
๓๐ ปี	๑๘	๓.๕
<b>รวมผู้ตอบแบบสอบถาม</b>	<b>๔๐๐</b>	<b>๑๐๐</b>

๑.๑๗ ระยะเวลาที่อยู่อาศัย กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในชุมชนเป็นระยะเวลา ๒๐ ปี จำนวน ๑๒๑ คน (ร้อยละ ๓๐.๒๕) รองลงมาอาศัยอยู่ในชุมชนเป็นระยะเวลา ๑๕ ปี จำนวน ๑๐๙ คน (ร้อยละ ๒๗.๒๕) ระยะเวลาที่อยู่อาศัยอยู่ในชุมชน ๑๐ ปี จำนวน ๙๐ คน (ร้อยละ ๒๒.๕) ระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชน ๒๕ ปี จำนวน ๓๐ คน (ร้อยละ ๗.๕) ระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชน ๓๐ ปี จำนวน ๑๘ คน (ร้อยละ ๓.๕) ระยะเวลาที่อยู่อาศัยในชุมชน ๑๓ ปี และ ๑๗ ปี จำนวน ๑๒ คน (ร้อยละ ๓.๐) และระยะเวลาที่อยู่อาศัย ๑๙ ปี จำนวน ๘ คน (ร้อยละ ๒.๐) ตามลำดับ (รายละเอียดดังตารางที่ ๑.๗)

๒. แบบสอบถามเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ของชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ตารางที่๒ รวมประเด็นระดับความพึงพอใจต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ประเด็น	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
รวมด้านความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	๓.๕๔	๐.๘๒	มาก
รวมด้านจิตใจ	๓.๘๔	๐.๔๘	มาก
รวมด้านร่างกาย	๔.๑๕	๐.๖๔	มาก
รวมด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	๓.๔๒	๐.๘๕	มาก
รวมด้านเศรษฐกิจ	๓.๑๘	๐.๖๐	ปานกลาง
รวมด้านความมั่นคง	๔.๐๖	๐.๗๓	มาก
รวมด้านสภาพแวดล้อม	๓.๘๒	๐.๖๓	มาก

จากตารางที่๓ ค่าเฉลี่ยและค่าเฉลี่ยเบี่ยงมาตรฐานของระดับความพึงพอใจเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี โดยในภาพรวมของด้านความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง (มีค่าเฉลี่ย =  $3.54 \pm 0.82$ ) ด้านจิตใจ (มีค่าเฉลี่ย =  $3.84 \pm 0.48$ ) ด้านร่างกาย (มีค่าเฉลี่ย =  $4.15 \pm 0.64$ ) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (มีค่าเฉลี่ย =  $3.42 \pm 0.85$ ) ด้านความมั่นคง (มีค่าเฉลี่ย =  $4.06 \pm 0.73$ ) และด้านสภาพแวดล้อม (มีค่าเฉลี่ย =  $3.82 \pm 0.63$ ) โดยอยู่ในระดับความพึงพอใจมาก และด้านเศรษฐกิจ (มีค่าเฉลี่ย =  $3.18 \pm 0.60$ ) ซึ่งอยู่ในระดับความพึงพอใจปานกลาง (รายละเอียดดังตารางที่๓)

### อภิปรายผล

การอภิปรายผลการวิจัย ผู้วิจัยได้นำเสนอผลตามวัตถุประสงค์ที่ศึกษาแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านพฤษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ด้วยแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยผลของการวิจัยพบว่า แนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ คือ ด้านจิตใจ การได้รับความรัก การดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว ด้านร่างกาย การมีสุขภาพที่ดีสามารถพึ่งพาตนเองได้ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม การมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันทั้งกับสมาชิกในครอบครัวและในสมาชิกในชุมชน ด้านความมั่นคง การมีสุขภาพ การเงิน และครอบครัวที่ดี ด้านสภาพแวดล้อม การมีสภาพแวดล้อมภายในชุมชนที่น่าอยู่ และมีความปลอดภัย และด้านเศรษฐกิจ การได้รับสวัสดิการจากภาครัฐและสวัสดิการจากชุมชนอย่าง

ทั่วถึงและเพียงพอต่อการดำเนินชีวิต โดยผลการศึกษานี้ได้สอดคล้องกับแนวคิดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชฯ รัชกาลที่๙ ซึ่งมีพระราชดำริถึงแนวทางการ ดำรงชีวิต และปฏิบัติตนของประชาชนทุกระดับตั้งแต่ครอบครัว ชุมชน จนถึงระดับรัฐทั้งในการดำรงชีวิต ประจำวัน ให้ดำเนินไปในทางสายกลาง เน้นการพัฒนาพื้นฐานทางด้านจิตใจ ร่างกาย มีหลักในการดำเนินชีวิต มีภูมิคุ้มกันในการดำเนินชีวิตที่ดี ที่สำคัญคือเน้นการพึ่งพาตนเอง และการร่วมมือกันในกลุ่มและสังคมต่อไป ให้ยั่งยืน ให้สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุตามแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และการมีส่วนร่วมของชุมชน (เกษร สำเภาทอง, ศรีเมือง พลังฤทธิ์, ๒๕๕๕) และสอดคล้อง กับการศึกษาของ (สุพร คูหา ๒๕๕๒) ที่กล่าวว่า ควรเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมให้แก่ ผู้สูงอายุ โดยจัดกิจกรรมกลุ่ม ชมรมสำหรับ ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม ซึ่งเมื่อมี กิจกรรมก็จะทำให้ผู้สูงอายุได้เข้ามารวมกลุ่มกัน ดังนั้นการให้มีกิจกรรมทางสังคมและชุมชนอย่างต่อเนื่อง แต่จัดให้ ผู้สูงอายุแต่ละคนปรับเปลี่ยนการเป็นผู้นำ ในกลุ่ม เพื่อเพิ่มความมีคุณค่าในตนเอง และเพื่อให้สอดคล้องกับ (แนวโน้มการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ ชุมชนบ้านจำรุง จังหวัดระยอง, โปรตปราน เพชรสด ,๒๕๕๘) และในการพัฒนา ระบบการดูแลผู้สูงอายุในหลายรูปแบบทั้งในด้านสุขภาพและด้านการจัดสวัสดิการสังคม ตลอดจนการพัฒนา นวัตกรรมในการใช้ชีวิตประจำวันสำหรับผู้สูงอายุเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ

### สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาในครั้งนี้พบว่าประธานชุมชนหมู่บ้านพุกษา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ควรตระหนักถึงการให้ความสนใจ และใส่ใจต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุภายในชุมชน และให้ความช่วยเหลือด้าน ค่าตอบแทนสวัสดิการชุมชนต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ และสามารถนำแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงเข้ามาเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ ผู้สูงอายุให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและยั่งยืน ให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ให้สอดคล้องกับ วิจัยรูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุเตย อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์ (มณีรัตน์ กุลวงษ์ และคณะ, ๒๕๖๐) แต่คุณภาพชีวิตที่ดีนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งเพียงอย่างเดียว ต้องมองทุกอย่างเป็นองค์รวม ทุกด้านล้วนมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน และอาจส่งผลต่อกันได้หากชีวิตในแต่ละด้านไม่เกิดความสมดุล ดังนั้นเราจึงควรเลือกดำเนินชีวิตแบบพอดี พอเพียง ตั้งอยู่บนทางสายกลาง ซึ่งทั้งหมดที่กล่าวมานี้ก็ตรงกับการดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง (ธาราดล รอดแก้ว ออนไลน์, ๒๕๕๕) จากการนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ คือ การพัฒนาที่ สมดุลและยั่งยืนพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในทุกด้านทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม ความรู้และ เทคโนโลยี (กรมส่งเสริมการเกษตร, ๒๕๕๑)

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการศึกษามีดังนี้

๑. ในด้านเศรษฐกิจ ประธานชุมชนควรตระหนักถึงเงินสวัสดิการของชุมชนในการสนับสนุนต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ
๒. ผู้สูงอายุ ในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ควรได้รับการฝึกอบรมด้านการใช้เทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน
๓. ภายในชุมชนควรจัดกิจกรรมเกี่ยวกับความรู้ด้านการนำแนวคิดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมยามว่างของตนเอง

## กิตติกรรมประกาศ

วิจัยและบทความฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ต้องขอขอบพระคุณสมาชิกที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ในชุมชนหมู่บ้านพฤษภา๓ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี จำนวน ๔๐๐ คน ที่กรุณาสละเวลาอันมีค่า สำหรับการเป็นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ และต้องขอขอบพระคุณ อาจารย์ดร.วาสนา สุริย์เดชะกุล ที่ได้ให้คำแนะนำและข้อคิดเห็นต่างๆอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการทำวิจัย อีกทั้งยังช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นระหว่างในการดำเนินงานวิจัย

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณบิดามารดา และครอบครัว ซึ่งเปิดโอกาสให้ได้รับการศึกษา เล่าเรียนตลอดจนคอยช่วยเหลือและให้กำลังใจผู้วิจัยเสมอมา จนสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

## เอกสารอ้างอิง

สายน้ำผึ้ง รัตนงาม (๒๕๔๗, ๖๒ – ๖๗) **ความคิดเห็นในการดำเนินชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง: กรณีศึกษาสมาชิกเสถียรธรรมสถาน**

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (๒๕๔๘, ๙๒ – ๙๘) **ความรู้ความเข้าใจของประชาชนที่มีต่อปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง**

ปลื้มใจ ไพโรจิตร์ (๒๕๕๘, ๑๕๙ – ๑๖๐) **คุณภาพในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดสุราษฎร์ธานี** สืบค้นเมื่อวันที่ ๓๐ ตุลาคม ๒๕๖๑, จาก <file:///C:/Users/USER/Downloads/354-499-1-PB.pdf>

ธาราดล รอดแก้ว (๒๕๕๖) **เศรษฐกิจพอเพียงกับคุณภาพชีวิต** สืบค้นเมื่อวันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๑, จาก

<https://www.gotoknow.org/posts/480356?fbclid=IwAR1rx6tyC6KfmSke3KKvPzUADzgALB5uNdMdUBdxsZGLXNFp7hYGX2cZ7sg>

ศิริวรรณ อรุณทิพย์ไพฑูรย์ (๒๕๕๙) **ข้อเสนอเชิงนโยบายเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย** (25 ก.พ. 57) สืบค้นเมื่อวันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๑, จาก <http://www.dop.go.th/th/know/3/70>

ณัฐจิติกตา เทวาลีศสกุล และคณะ (๒๕๕๙, ๕๓๒ – ๕๓๓) **แนวทางการพัฒนาผู้สูงอายุจากภาวะให้เป็นพลัง** กรณีศึกษาเทศบาลนครรังสิต สืบค้นเมื่อวันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๑, จาก <file:///C:/Users/USER/Downloads/61498-Article%20Text-142737-1-10-20160704.pdf>

มณีรัตน์ กุลวงษ์ และคณะ (๒๕๖๐, ๕ – ๘) **รูปแบบการพึ่งตนเองตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง** ของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลพุดเตย อำเภอวิเชียรบุรี จังหวัดเพชรบูรณ์ สืบค้นเมื่อวันที่ ๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ จาก <https://www.google.com/search?hl=th&authuser=0&ei=M8UIXJrLOon99OOGzJawBg&q>

เกษร ลำภาพทอง, ศรีเมือง พลังฤทธิ์ (๒๕๕๙) **การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามแนวเศรษฐกิจพอเพียง และการมีส่วนร่วมของชุมชนจังหวัดปทุมธานี** สืบค้นเมื่อวันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ จาก <https://www.tci-thaijo.org/index.php/jnat-ned/article/view/64320>

โปรดปราน เพชรสด (๒๕๕๘, ๓) **แนวโน้มการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุ** ชุมชนบ้านจำรุง จังหวัดระยอง สืบค้นเมื่อวันที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ จาก [file:///C:/Users/USER/Downloads/BUS\\_59\\_12.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/BUS_59_12.pdf)