

หนังสือบวนการสร้างเสริมสุขภาพ
ตามกลุ่มประชากร

ตำบลศรีมาม
อำเภอศรีมาม
จังหวัดลำปาง

เมืองเสริม อยู่ดีมีสุข

เสริมเมืองให้งาม เสริมสุขภาพให้แข็งแรง
อดีต ปัจจุบัน และอนาคต ผู้สูงวัยเสริมงาม
การศึกษาขั้นพื้นฐาน
เสริมเกษียณ เสริมอาชีพ
ครูจิตอาสา
เสริมงาม สุขภาพงาม
เสริมเขียน ตามใจผู้อยู่
เสริมพัฒนา เพื่อผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส



หนังสือบวนการสร้างเสริมสุขภาพตามกลุ่มประชากร
ตำบลเสริมงาม อำเภอเสริมงาม จังหวัดลำปาง

ISBN 978-616-393-258-7

บรรณาธิการอำนวยการ ดวงพร เสนุณยพันธ์
วนิชชา นันทบุตร

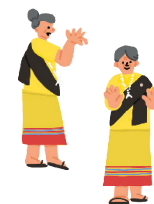
บรรณาธิการ นิสา รัตนดิลาภ ณ ภูเก็ต
ข้อมูล ชัยยา ลาดपालะ
สินติพงษ์ ศิลปสมบูรณ์

จัดทำเนื้อหา หจก. สตูดิโอ ไดอะล็อก
และออกแบบรูปเล่ม www.studiialogue.com

พิมพ์ครั้งที่ 1 พฤศจิกายน 2562
จัดพิมพ์โดย สำนักสนับสนุนสุขภาพชุมชน
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
อาคารเรียนรัฐสุภากวະ เลขที่ 99/8 ซอยงามดูพลี แขวงทุ่งมหาเมฆ
เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120
โทรศัพท์ 0 2343 1500
<http://thaihealthycommunity.org/>
www.facebook.com/thaihealthycommunity

พิมพ์ที่ บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด
45/14 หมู่ 4 ถนนบางกรวย-จตุรนต์ ตำบลบางขุน
อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130
โทรศัพท์ 0 2879 9154

ติดต่อ เทศบาลตำบลเสริมงาม
0 5428 6009



คำนำ

ในปัจจุบันนี้ผลการวิจัยต่างๆ ได้สรุปตรงกันว่า อัตราการเกิดของประชากรทั่วโลกได้ลดต่ำลงอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่ผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้น เช่นเดียวกับสถานการณ์ในประเทศไทยที่ได้ก้าวเข้าสู่สถานการณ์สังคมผู้สูงอายุมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 และหลังจากนั้นเป็นต้นมา ประเทศไทยก็ยังมีอัตราการเพิ่มของประชากรผู้สูงอายุอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง ข้อมูลสถานการณ์ผู้สูงอายุในปี พ.ศ. 2559 ระบุว่า ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จำนวน 10.9 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 16 ของประชากรทั้งหมด โดยคาดการณ์ว่าประเทศไทยจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Complete Aged Society) ในปี พ.ศ. 2564 และจะเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอดในปี พ.ศ. 2574

จำนวนของประชากรสูงวัยย่อมส่งผลกระทบต่อพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมโดยรวมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เพราะการที่ประเทศไทยได้ประเทศหนึ่งมีสัดส่วนผู้สูงอายุที่เพิ่มจำนวนขึ้นอย่างต่อเนื่อง ย่อมหมายถึงประชากรวัยทำงานที่ต้องทำหน้าที่เป็นหัวแรงหลักในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ กำลังกลายเป็นกลุ่มคนที่ต้องพึ่งพาอาศัยการดูแล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านสุขภาพที่ต้องใช้ทรัพยากรทั้งกำลังคนและงบประมาณในการดูแลผู้สูงอายุเป็นจำนวนมาก

ดังนั้น วิธีการรับมือกับปัญหาผู้สูงวัยจึงต้องมุ่งเน้นไปที่ต้นตอของปัญหา นั่นก็คือการดำเนินการสร้างเสริมสุขภาพให้ประชาชนผู้สูงวัยมีศักยภาพในการดำรงชีวิตอยู่แบบพึ่งพาตนเองได้ ลดการพึ่งพาผู้อื่น และที่สำคัญที่สุดนั่นก็คือ การทำให้ผู้สูงวัยทั่วประเทศที่ถือเป็นกำลังสำคัญของสังคม สามารถพัฒนาศักยภาพและเรียนรู้สิ่งต่างๆ เพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพได้

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยสำนักสนับสนุนสุขภาวะชุมชน (สำนัก 3) จึงร่วมมือกับภาคีต่างๆ โดยเฉพาะองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ในเครือข่ายร่วมสร้างชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่ ผลักดันแนวคิดการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ

ด้วยการ ‘เปลี่ยนภาระให้เป็นพลัง’ ตามแนวทางการพัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่น 6 ประการ ได้แก่ 1. การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุและผู้ที่เกี่ยวข้อง 2. การปรับสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ 3. การพัฒนาระบบบริการในการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุ 4. การจัดตั้งกองทุนและจัดให้มีสวัสดิการในการดูแลช่วยเหลือผู้สูงอายุ 5. การพัฒนาระบบข้อมูลและการใช้ข้อมูลเพื่อดูแลผู้สูงอายุ 6. การพัฒนากติกา ระเบียบแนวปฏิบัติเพื่อหนุนเสริมการดำเนินกิจกรรมเสริมความเข้มแข็งชุมชนท้องถิ่น

ทั้งนี้ในการออกแบบและพัฒนาให้ผู้สูงวัยมีคุณภาพชีวิตที่ดีและเอื้อต่อการดำรงชีวิตที่ยืนนาน จึงกำหนดเป็น 10 กลยุทธ์หลัก ‘5 อ. และ 5 ก.’¹ เพื่อดำเนินการอย่างเป็นรูปธรรม

5 อ.

อ.1 อาหาร

การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและคนในชุมชนมีอาหารปลอดภัย

อ.2 อาชีพ

การส่งเสริมให้ผู้สูงวัยมีอาชีพและมีรายได้ที่หล่อเลี้ยงตนเองได้

อ.3 ออกกำลังกาย

การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพอย่างปลอดภัยและเหมาะสมกับวัย

อ.4 ออม

การส่งเสริมให้ผู้สูงวัยมีเงินออมด้วยการสะสมในกองทุนสวัสดิการชุมชน

อ.5 อาสาสร้างเมือง

การส่งเสริมให้ผู้สูงวัยมีส่วนร่วมในการเป็นอาสาปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในชุมชนให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

¹ธนัญญา นันทบุตร และคณะ (2559) แนวทางการส่งเสริมการพัฒนาระบบการดูแลผู้สูงอายุโดยชุมชนท้องถิ่น. กรุงเทพฯ : มาตาการพิมพ์

5 ก.

ก.1 การป้องกันและลดอุบัติเหตุ

การบริการปรับสภาพแวดล้อมภายในบ้านและนอกบ้าน เพื่อให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตได้อย่างสะดวกและปลอดภัย รวมถึงการเฝ้าระวังภาวะฉุกเฉิน

ก.2 การตั้งและพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ

สร้างกลไกในการเสริมสร้างภาวะผู้นำของผู้สูงอายุ ในการดูแลสุขภาพ การส่งเสริมอาชีพ การอนุรักษ์ วัฒนธรรมและสืบทอดภูมิปัญญาชุมชนท้องถิ่น การทำ กิจกรรมสร้างสรรค์ให้กับชุมชน การส่งเสริมการออม การอาสาช่วยเหลือสังคม รวมทั้งการใช้เทคโนโลยีใหม่ๆ ในรูปแบบของสถานศึกษาหรือศูนย์เรียนรู้ตามอัธยาศัย

ก.3 การพัฒนาชมรมผู้สูงอายุ

การส่งเสริมการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในการทำกิจกรรม ต่างๆ ทั้งงานอดิเรก ออกกำลังกาย สร้างอาชีพ หรือการ ช่วยเหลือกันยามเจ็บป่วย

ก.4 การดูแลต่อเนื่อง

การจัดบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุที่ติดบ้าน ติดเตียง รวมถึงจัดหาสวัสดิการเพื่อการดูแลรักษาให้ครอบคลุม ทั้งถึง และต่อเนื่อง

ก.5 การบริการกายอุปกรณ์

การให้บริการอุปกรณ์หรือเครื่องออกกำลังกายต่าง ๆ รวมถึงการฝึกทักษะการใช้กายอุปกรณ์อย่างถูกต้อง เพื่อสุขภาวะทางกายที่แข็งแรงของผู้สูงอายุ

สำนักสนับสนุนสุขภาพระดับชุมชน (สำนัก 3)
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

สารบัญ

| | |
|--------------------------------|----|
| บทที่ 1 | 08 |
| เสริมเมืองให้งาม | |
| เสริมสุขภาพให้แข็งแรง | |
| บทที่ 2 | 18 |
| อดีต ปัจจุบัน และอนาคต | |
| ผู้สูงวัยเสริมงาม | |
| บทที่ 3 | 24 |
| การศึกษาขั้นพื้นฐาน | |
| บทที่ 4 | 46 |
| เสริมเกษียณ เสริมอาชีพ | |
| บทที่ 5 | 72 |
| ครูจิตอาสา | |
| บทที่ 6 | 76 |
| เสริมงาม สุขภาพงาม | |
| บทที่ 7 | 84 |
| เสริมเอียน ตามใจผู้อยู่ | |
| บทที่ 8 | 92 |
| เสริมพัฒนา | |
| เพื่อผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส | |

บทที่ 01

เสริมเมืองให้งาม เสริมสุขภาพให้แข็งแรง

เทศบาลตำบลเสริมงาม อำเภอเสริมงาม จังหวัดลำปาง เป็นหน่วยงานราชการบริหารส่วนท้องถิ่น เดิมเป็นสุขาภิบาลเสริมงาม จัดตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2519 ต่อมาเมื่อมีพระราชบัญญัติเปลี่ยนแปลงฐานะของสุขาภิบาลเป็นเทศบาล พ.ศ. 2542 มีผลทำให้สุขาภิบาลเสริมงามเปลี่ยนแปลงฐานะเป็นเทศบาลตำบลเสริมงาม เมื่อวันที่ 25 พฤษภาคม พ.ศ. 2542 มีพื้นที่ครอบคลุม 3 ตำบล 2 หมู่บ้าน คือ ตำบลทุ่งงาม หมู่ที่ 2 บ้านนาบอน, หมู่ที่ 4 บ้านมั่ว, หมู่ที่ 6 บ้านดอนแก้ว, หมู่ที่ 8 บ้านดอนงาม, หมู่ที่ 11 บ้านทุ่งงามพัฒนา ตำบลเสริมกลาง หมู่ที่ 5 บ้านศรีลังกา, หมู่ที่ 6 บ้านฮ่องฮี, หมู่ที่ 7 บ้านนาเอียง, หมู่ที่ 8 บ้านทุ่งต่ำ, หมู่ที่ 9 บ้านสบเสริม, ตำบลเสริมซ้าย หมู่ที่ 7 บ้านน้ำเหลว, หมู่ที่ 3 บ้านทุ่งงาม เป็นชุมชนกึ่งชนบทกึ่งเมือง มีวิถีชีวิตเรียบง่ายหลายปีที่ผ่านมาาระบบสังคมของตำบลทุ่งงาม ตำบลเสริมกลาง ตำบลเสริมซ้าย เริ่มจะเป็นสังคมเดี่ยวน่าชื่น การปฏิสัมพันธ์แบบดั้งเดิมเมื่อครั้งสมัยปู่ย่าตายายลดน้อยลง และพบว่าผู้สูงอายุมักถูกทอดทิ้งให้เป็นผู้เลี้ยงหลานอยู่ในชุมชน เนื่องจากบุตรหลานไปทำงานที่ต่างจังหวัดและต่างประเทศ โดยมีแนวโน้มที่จะเพิ่มจำนวนสูงขึ้นเรื่อยๆ เป็นจุดเริ่มต้นของปัญหาที่คาดไม่ถึงที่กำลังเข้ามาเยือนเสริมงามอย่างรวดเร็ว



เทศบาลตำบลเสริมงาม ศูนย์กลางการขับเคลื่อนงานด้านต่าง ๆ

เมืองเปลี่ยน โรคเกิด

จากการรวบรวมข้อมูลสภาวะสุขภาพในพื้นที่เทศบาลตำบลเสริมงาม ในช่วงที่ผ่านมาพบว่า ปัญหาสุขภาพส่วนใหญ่ล้วนมีสาเหตุจากพฤติกรรม และวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป การสัมผัสปัจจัยเสี่ยงจากพฤติกรรม การดำเนินชีวิตส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพ การเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรัง ซึ่งมีอัตราที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ข้อมูลในปี พ.ศ. 2561 พบว่ามี อัตราผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวาน คิดเป็นอัตราป่วย 12,953.13 และ 5,233.04 ต่อแสนประชากรตามลำดับ

ปัญหาสุขภาพที่เชื่อมโยงกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างด้าน ประชากรพบว่า ประชากรในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสริมงามมีสัดส่วน ของผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นในปี พ.ศ. 2561 คิดเป็นร้อยละ 26.10 ของ ประชากรทั้งหมดซึ่งกระทบต่อการจัดบริการที่สอดคล้องกับสภาพปัญหา สุขภาพของผู้สูงอายุที่ต้องการการดูแลที่ครอบคลุมในทุกมิติ

นอกจากนี้ปัญหาสุขภาพในพื้นที่ยังเกี่ยวข้องกับปัจจัยที่หลากหลาย ทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม เศรษฐกิจ และวิถีชีวิตความเป็นอยู่ ของประชาชน การดำเนินชีวิตท่ามกลางสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง ได้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้คนในชุมชนต้องปรับตัวอย่างมาก

“

**ประชากรในเขตพื้นที่เทศบาลตำบลเสริมงาม
มีสัดส่วนของผู้สูงอายุ
เพิ่มมากขึ้นในปี พ.ศ. 2561
คิดเป็นร้อยละ 26.10**

”

เสริมเมืองให้งาม

จากความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ชุมชนจึงได้ร่วมกันจัดตั้งการดำเนินงาน ภายใต้ยุทธศาสตร์ ‘เสริมเมือง ให้งาม’ ด้วยการผลักดันให้เกิดมาตรการ การเสริมสร้าง เสริมสุข เสริมจิตอาสา ที่มุ่งเป้าหมายให้ชาวอำเภอ เสริมงามมีคุณภาพชีวิตที่แข็งแรง โดยคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิต อำเภอเสริมงาม (พชอ.) ได้กำหนดประเด็นการขับเคลื่อนให้มีการขับเคลื่อน ในชุมชนออกเป็น 5 ระดับ คือ ระดับครอบครัว ระดับหมู่บ้าน ระดับตำบล ระดับอนุกรรมการอำเภอ และระดับอำเภอ โดยให้มีการทำงานที่ประสาน กันทุกภาคส่วน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ระดับครอบครัว (Family Health System) มีแกนนำสุขภาพประจำ ครอบครัว (หมอประจำบ้าน) เป็นผู้ขับเคลื่อนสุขภาพ ประเมินความเสี่ยง ของคนในครอบครัว โดยมี อสม. คณะกรรมการพัฒนาระบบสุขภาพระดับ หมู่บ้าน และหมออนามัยครอบครัวร่วมดูแลให้คำปรึกษา

ระดับหมู่บ้าน (Village Health System) มีคณะกรรมการพัฒนาระบบ สุขภาพระดับหมู่บ้าน โดยมีผู้ใหญ่บ้านเป็นประธาน คณะกรรมการ ประกอบด้วยภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วน มีประธาน อสม. เป็นเลขานุการ และหมออนามัยครอบครัว เป็นที่ปรึกษา ทำหน้าที่ขับเคลื่อนสุขภาพ ประเมิน ความเสี่ยงของคนในหมู่บ้านร่วมกับ อสม. และหมออนามัยครอบครัว จัดทำโครงการเพื่อพัฒนาระบบสุขภาพในหมู่บ้าน โดยขอรับงบประมาณ สนับสนุนจากกองทุนสุขภาพตำบล หรือระดมทุนในชุมชน

ระดับตำบล (Tambon Health System) มีคณะกรรมการกองทุนสุขภาพ ตำบล มีนายก อบท. เป็นประธาน มีสาธารณสุขตำบลเป็นเลขา และมี คณะกรรมการทุกภาคส่วนเป็นกรรมการ ทำหน้าที่เป็นผู้ขับเคลื่อนสุขภาพ ประเมินความเสี่ยงของคนในตำบลร่วมกับ อสม. และเครือข่ายระดับ

ตำบล จัดทำโครงการเพื่อพัฒนาระบบสุขภาพในตำบล โดยขอรับงบประมาณจากกองทุนสุขภาพตำบล หรือระดมทุนในชุมชน

ระดับอำเภอ (District Health System) มีคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตระดับอำเภอ (21 คน) มีนายอำเภอเป็นประธาน ผู้อำนวยการโรงพยาบาล และปลัดอาวุโส เป็นรองประธาน โดยมีสาธารณสุขอำเภอ เป็นเลขา และคณะกรรมการประกอบด้วยทุกภาคส่วนทำหน้าที่ขับเคลื่อนสุขภาพ โดยนำประเด็นจากกรอบแนวคิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตอำเภอเสริมงามเป็นกรอบแนวทางในการขับเคลื่อน โดยได้แต่งตั้งคณะอนุกรรมการ พชอ. มาขับเคลื่อน โดยมีเป้าหมายให้คนเสริมงามมีคุณภาพชีวิตที่ดี

เสริมเมืองให้งาม เสริมสุขภาพให้แข็งแรง

ยุทธศาสตร์การเสริมเมืองให้งามของชาวเสริมงามนั้น มีเป้าหมายสูงสุดในการทำให้ประชาชนชาวเสริมงามมีสุขภาพที่แข็งแรง ดังนั้นจึงมีการกำหนดประเด็นการขับเคลื่อนการทำงานหลักออกเป็นหลายประเด็นอย่างครอบคลุม ประกอบด้วย

ประเด็นหลัก

- ประเด็นลดโรค เรื่องชุมชนลดโรคเบาหวาน/ความดันโลหิตสูง
- ประเด็นครอบครัวอบอุ่น/ชุมชนเข้มแข็ง เรื่องการดูแลผู้สูงอายุแบบองค์รวม

ประเด็นรอง

- ประเด็นลดโรค เรื่องลดโรคไข้เลือดออก
- ประเด็นครอบครัวอบอุ่น/ชุมชนเข้มแข็ง เรื่องงดเหล้าในงานศพ พัฒนาการเด็ก แก้ไขปัญหายาเสพติด อุบัติเหตุจราจร

- ประเด็นสิ่งแวดล้อมดี เรื่องความสะอาดของชุมชน/บ้านเรือน ชยะ โพน
- ประเด็นเศรษฐกิจพอเพียง เรื่องส่งเสริมอาชีพ

ที่ผ่านมาผลการดำเนินงานทั้งประเด็นหลักและประเด็นรอง เป็นไปด้วยความเอาใจใส่เอาใจใส่ เอาใจใส่ และได้รับความร่วมมือและการตอบสนองจากชาวเสริมงามทุกภาคส่วนเป็นอย่างดี เช่น การรณรงค์ให้มีการลดของขาว 3 อย่าง คือ ข้าว/แป้ง น้ำตาล และเกลือในครัวเรือน ส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายสร้างสุขภาพ โดยกำหนดให้ทุกหมู่บ้านออกกำลังกายร่วมกันในทุกวันพุธ มีการจัดกิจกรรมงานเดินวิ่งเพื่อการกุศล Soem Ngam Walk & Run 2019 เป็นต้น

“

**ยุทธศาสตร์การเสริมเมืองให้งาม
ของชาวเสริมงามนั้น มีเป้าหมายสูงสุด
ในการทำให้ประชาชนชาวเสริมงามมีสุขภาพที่แข็งแรง**

”



ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิต ที่ตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ

เสริมงานร่วมใจ

ชาวเสริมงามมีมาตรการการดำเนินงานที่เข้มแข็งเป็นอย่างมาก ผ่านการทำงานแบบบูรณาการทุกภาคส่วนในพื้นที่และนอกพื้นที่ ด้วยการมีส่วนร่วมในการร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมสร้าง ตามวิถีคนเมืองเสริม ที่เรียกกันว่า 'เป็งป่าอ้ายแบบปี่แบบน้อง' (พี่งพ้ออ้ายแบบพี่แบบน้อง) โดยมีเทศบาลตำบลเสริมงามเป็นศูนย์กลางในการประสานงานขับเคลื่อนการทำงาน ผ่านการทำงานตำบลสุขภาวะ สู่การเป็นศูนย์การเรียนรู้การจัดการสุขภาพผู้สูงอายุ ที่ดำเนินการใน 6 ประเด็น คือ วิชาการ สวัสดิการ อาชีพ สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรมประเพณี และเครือข่าย มีการจัดตั้งองค์กรหลักในการรับผิดชอบ คือ

ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม

มีหน้าที่ในการรับผิดชอบงานการจัดการคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

ศูนย์บริการคนพิการเทศบาลตำบลเสริมงาม

มีหน้าที่ในการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนพิการและด้วยโอกาส

ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลตำบลเสริมงาม

มีหน้าที่สนับสนุนและพัฒนาเด็กและเยาวชนในพื้นที่

ด้วยเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนทุกกลุ่มในชุมชน ทำให้เกิดการสร้างเครือข่ายองค์กรภาคเอกชนและประชาสังคมที่ทำงานในการสนับสนุนการทำงานขององค์กรหลักที่มีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรงประสานงานกับหน่วยงานภาครัฐในพื้นที่และนอกพื้นที่ ด้วยอำเภอเสริมงามเป็นชุมชนที่มีต้นทุนทางสังคมเป็นทุนกลุ่ม ทุนบุคคล ที่ร่วมดำเนินการขับเคลื่อนนโยบายไปพร้อมกัน อาทิเช่น อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน, ชมรมผู้สูงอายุอำเภอเสริมงามและตำบลทุ่งงาม, ชมรมแสงตะวัน/ศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนเทศบาลตำบลเสริมงาม, โรงพยาบาลเสริมงามและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านนาเอี้ยง, สำนักงานปลัดเทศบาลตำบลเสริมงาม, ศูนย์บริการคนพิการเทศบาลตำบลเสริมงาม จึงทำให้งานการพัฒนาคุณภาพชีวิตชาวบ้านในอำเภอเสริมงามดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

เมืองเสริมอยู่ดีมีสุข

ด้วยการร่วมมือกันทำงานอย่างเต็มที่ในทุกภาคส่วน ทำให้เกิดความสำเร็จที่เป็นรูปธรรมขึ้นเป็นจำนวนมากในพื้นที่เทศบาลตำบลเสริมงาม ดังต่อไปนี้

- ต้นแบบบ้าน 50 หลัง 50 แบบใน 12 หมู่บ้าน และแหล่งเรียนรู้ของ 3 หมู่บ้าน คือ บ้านดอนงาม บ้านนาบอน และบ้านสบเสริม
- หลักสูตรในการเรียนรู้ ‘ชุมชนสร้างบ้านท้องถิ่นสร้างเมือง’ จำนวน 3, 6 และ 12 ชั่วโมงของการเรียนรู้การปรับสภาพบ้านโดยชุมชนและท้องถิ่น (พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำปาง)
- สื่อการเรียนรู้ ในเรื่องทีม, กระบวนการ, วิถีคนเมืองเสริม, เสริมเขียนชุมชนสร้างบ้าน ท้องถิ่นสร้างเมือง (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุ, ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส., พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำปาง)
- เครื่องมือในการปรับสภาพบ้าน ‘7 ขั้นตอนในการปรับสภาพบ้านสำหรับคนพิการและผู้สูงอายุโดยชุมชนและท้องถิ่น’ (ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส., พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดลำปาง) และเครื่องมือ ICF การปรับสภาพบ้าน เพื่อประเมินสมรรถนะของกลุ่มเป้าหมาย (มหาวิทยาลัยมหาสารคาม)
- วิทยากรกระบวนการและวิทยากรแหล่งเรียนรู้ของการปรับสภาพบ้านโดยชุมชนและท้องถิ่น (มูลนิธิสื่อชาวบ้านมะขามป้อม)

- ศูนย์การซ่อมบำรุงและผลิตนวัตกรรม ‘เสริมพัฒนา’ ผลิตนวัตกรรมอุปกรณ์ช่วยเหลือผู้สูงอายุและคนพิการ
- ฐานข้อมูลผู้สูงอายุตำบลทุ่งงามและตำบลเสริมกลาง เพื่อใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุใน 2 ตำบล 3 องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น
- TCNAP, RECAP และ ICF เสริมงาม แบบการสำรวจเพื่อจำแนกการทำงานสุขภาพและความพิการของผู้สูงอายุเพื่อประเมินสมรรถนะใน 3 ด้านคือ ด้านสุขภาพ ด้านสวัสดิการ และด้านสิ่งแวดล้อม
- รูปแบบการทำงานที่มีผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (Stakeholder) และหน่วยงานภาครัฐ ท้องถิ่น เอกชน ภาคประชาชน (Public Private Partnership) ร่วมกันทำงาน (Local Cooperation) บูรณาการงานเงินและบุคคล (Area-based Budgeting) เพื่อจัดบริการสาธารณะให้กับผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตประจำวันให้มีสุขภาพ ใจ และสังคมที่ดีในระดับบุคคล (Self-care) ครอบครัว (In-home) และชุมชน (Community Care Facility)
- ทั้งหมดนี้คือการดำเนินงานตามแนวคิด ‘วิถีคนเมืองเสริม เป็งป่าอาศัยแบบปีแบบน้อง’ เพื่อการเตรียมพื้นที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุและยกระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุของตำบลทุ่งงามและตำบลเสริมกลางอย่างครอบคลุม ทั้งถึง เฝ้าเทียม และยั่งยืน

บทที่ 02

อดีต ปัจจุบัน และอนาคต ผู้สูงวัยเสริมงาม

ในปี พ.ศ. 2562 เทศบาลตำบลเสริมงามมีประชากรทั้งหมด 8,544 คน เป็นผู้สูงอายุ 1,919 คน นับเป็น 22.46% คาดกันว่าในอีก 5 ปีข้างหน้า อัตราของผู้สูงอายุในพื้นที่จะเพิ่มขึ้นเป็น 35% และในอีก 10 ปีข้างหน้า คือในปี พ.ศ. 2572 เทศบาลตำบลเสริมงามคาดว่าจะมีอัตราผู้สูงอายุ 40% นั่นหมายถึง หากมีคนเดินมา 10 คนจะเป็นผู้สูงอายุถึง 4 คน

นายชัยยา ลาดपालะ นายกเทศมนตรีตำบลเสริมงาม ผู้มีหน้าที่โดยตรงในการขับเคลื่อนชุมชนให้ไปสู่การมีสุขภาวะที่ดี ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญในการขับเคลื่อนงานผู้สูงอายุ จึงเป็นผู้นักที่เข้ามาเร่งถึงภาพรวมในการทำงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ในฐานะที่ได้ริเริ่มโครงการเกี่ยวกับผู้สูงอายุในพื้นที่หลายต่อหลายโครงการ รวมถึงได้วางแผนการดำเนินงานต่อไปในอนาคต



ชัยยา ลาดपालะ

นายกเทศมนตรีตำบลเสริมงาม

การพัฒนางานผู้สูงอายุในพื้นที่ของเทศบาลตำบลเสริมงาม เริ่มมาตั้งแต่เมื่อไร และมีพัฒนาการมาอย่างไร

เราเริ่มการทำงานเรื่องผู้สูงอายุมาหลายปีแล้วครับ แต่ก่อนหน้านี้อาจจะยังไม่เป็นรูปธรรมมากนัก เนื่องจากที่ผ่านมาเราไม่สามารถรวบรวมผู้สูงอายุได้มากเท่าที่ควร แต่ระหว่างนั้นเราได้ลงมือพัฒนาระบบ มีการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุ เราพบว่าต่อไปในอนาคต อัตราการเพิ่มของผู้สูงอายุจะเพิ่มจาก 26% ขยับขึ้นไปทุกปีเป็น 27% 28% 29% 30% และอัตราการเพิ่มของผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นมาก น่าจะเป็นภาระของสังคม เพราะผู้สูงอายุบางท่านมีความเครียด ผู้สูงอายุบางท่านไม่มีแหล่งพึ่งพิง ผู้สูงอายุบางท่านมีภาวะติดบ้าน บางท่านติดเตียง ถ้าเราไม่ดำเนินงาน

การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุก็จะกลายเป็นปัญหาใหญ่ เราจึงต้องแก้ปัญหาด้วยการเอาผู้สูงอายุออกมาสู่สังคม ให้เขาออกนอกบ้าน มาพบปะแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ทำให้เขามีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น เราจึงเริ่มก่อตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุหรือว่าศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิต และส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุขึ้นมา

อันที่จริงก่อนหน้านี้ เรามีการตั้งชมรมผู้สูงอายุอยู่แล้วนะครับ แต่ว่าไม่ได้มีการขับเคลื่อนเท่าที่ควร ส่วนหนึ่งเป็นเพราะไม่มีงบประมาณเพียงพอ อีกส่วนหนึ่งคือผู้ที่เข้ามาทำหน้าที่ประธานชมรมฯ ไม่มีเวลาในการทำงานมากพอ ในตอนหลังเราจึงสร้างระบบขึ้นมาใหม่ว่าการที่ใครจะเข้ามาทำหน้าที่เป็นผู้นำของผู้สูงอายุ ขอให้ท่านมีความสมัครใจ ขอให้ท่านมีเวลา มีจิตอาสาที่จะสามารถนำพาชมรมฯ เดินไปข้างหน้าได้ จะต้องไม่มีการบงคับหรือขอร้องให้เข้ามาเหมือนเมื่อก่อน

ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นสร้างความแตกต่างจากการดำเนินการก่อนหน้านี้อย่างไร

เมื่อเราตั้งศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ (ศพอส.) ขึ้นมา ต่อมาเราจึงตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ เรามีโปรแกรมว่าเดือนหนึ่งเราจัดให้ผู้สูงอายุมาที่โรงเรียนเดือนละ 2 ครั้ง คือพุธกลางเดือนครั้งหนึ่งกับวันพุธปลายเดือนอีกครั้งหนึ่ง เรามีการจัดทำปฏิทินว่ากิจกรรมในวันเปิดเรียนช่วงกลางเดือนคือการมาร่วมกันแสดงศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้านที่กำลังจะสูญหายไป เช่น การชอ ส่วนวันเรียนในช่วงสิ้นเดือนจะเป็นกิจกรรมที่เราชวนผู้สูงอายุมาสร้างอาชีพ เช่น เรียนรู้เรื่องการจักสานใช้เศษวัสดุต่าง ๆ มาประยุกต์ให้เกิดประโยชน์

เมื่อผู้สูงอายุมีฝีมือแล้ว เราก็ช่วยหาตลาด เช่น กลุ่มผู้สูงอายุที่ทำไม้กวาดทางมะพร้าว เราก็ประสานให้ส่วนราชการต่าง ๆ มาซื้อผลิตภัณฑ์ไม้กวาดที่ผู้สูงอายุของเราได้ร่วมกันทำ เพื่อที่จะนำรายได้ส่วนหนึ่งมาเป็นเงินออมไว้ใช้จ่ายในยามที่เจ็บป่วยหรือเป็นเงินทุนสำรอง

การปรับสภาพบ้านให้กับผู้สูงอายุก็เป็นสิ่งที่เราให้ความสำคัญ

ในลำดับต้น ๆ เพราะที่ผ่านมาผู้สูงอายุมักเกิดอุบัติเหตุในการใช้ชีวิตประจำวันอย่างสม่ำเสมอ เช่น ลื่นหกล้มในห้องน้ำหรือล้มระหว่างทำกิจกรรมต่าง ๆ ภายในบ้าน เมื่อเกิดอุบัติเหตุขึ้นแล้วก็ค่อนข้างจะหายกลับมาเป็นปกติยาก เราจึงต้องป้องกันไม่ให้ผู้สูงอายุเกิดอุบัติเหตุ เราคิดว่าการปรับสภาพบ้านเป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยลดอุบัติเหตุให้กับผู้สูงอายุ และช่วยให้ผู้สูงอายุได้ใช้ชีวิตอย่างสะดวกสบาย ไม่เป็นภาระของลูกหลาน เรามีตัวอย่างผู้สูงอายุที่เกิดอุบัติเหตุแล้วต้องอยู่ในภาวะติดเตียง แล้วก็เป็นภาระของลูกหลานที่จะต้องคอยดูแลตลอดทั้งวัน ไม่ได้ไปทำงาน ไม่ได้ไปหาเงิน เมื่อผู้สูงอายุคิดว่าตัวเองเป็นภาระของลูกหลานบางคนก็มีความคิดที่จะฆ่าตัวตาย คิดในแง่ลบ โครงการปรับสภาพบ้านของเราได้ดำเนินการไปแล้วทั้งหมดประมาณ 50 กว่าหลัง โดยเป้าหมายของเราคือ 120 หลังภายในปี พ.ศ. 2563

สิ่งที่ตามมาคือ ศูนย์ซ่อมบำรุงกายอุปกรณ์ มีอุปกรณ์ให้ผู้สูงอายุ ยืมไปใช้งานได้ตลอด ที่สำคัญเรามีศูนย์ซ่อมกายอุปกรณ์ของเราเองด้วย เราชวนคนพิการที่มีฝีมือทางช่างมาเป็นช่างประจำศูนย์เพื่อให้เขามีรายได้



ศูนย์ซ่อมกายอุปกรณ์ที่ช่วยอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตให้ผู้สูงอายุในพื้นที่ได้อย่างมาก

อีกโครงการที่สำคัญคือศูนย์พัฒนาครอบครัว เพราะหลังจากที่เรา มีศูนย์การเรียนรู้ผู้สูงอายุ มีศูนย์ซ่อมบำรุงกายอุปกรณ์ ที่ช่วยพัฒนา คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้มีความสุขขึ้นแล้วก็ตาม แต่เมื่อผู้สูงอายุ กลับไปในชุมชน เขาก็กลับบ้านไปเจอสิ่งแวดล้อมเดิม ๆ เราจึงทำศูนย์ พัฒนาครอบครัวขึ้นมา ศูนย์พัฒนาครอบครัวจะชวนเด็กวัยรุ่นกับผู้สูงอายุ มาทำงานด้วยกัน ให้เขามาเปิดใจกันว่า ทำไมผู้สูงอายุไม่เข้าใจเด็ก ทำไม เด็กไม่เข้าใจผู้สูงอายุ ทำไมเด็กถึงซื่อเร็ว ทำไมผู้สูงอายุต้องพูดต้องบ่น เราขยับให้เขามารวมกันตรงนี้ เพราะเรามองว่าเราจะจัดให้เขาพร้อมแค่ โครงสร้างไม่ได้ เราต้องปรับที่จิตใจด้วย สร้างความเข้าใจกันในระดับ ครอบครัว

ปัจจัยใดที่สร้างความแตกต่างให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในชุมชน เป็นจำนวนมากจากช่วงที่ผ่านมา

เราชวนกันลงพื้นที่ไปหาข้อมูล ไปพบปะพูดคุยกับผู้สูงอายุ ไปให้ข้อมูล กับเขาว่าเราจะทำโรงเรียนผู้สูงอายุนะ ท่านมีความคิดเห็นอย่างไร เขาก็ บอกว่าทำเลย ๆ แม้สนับสนุน พ่อสนับสนุน เพราะฉะนั้นเราไปชวนท่าน ถึงที่บ้าน ชวนและให้ข้อมูลต่าง ๆ ทั้งตำบล เราไปพบปะพูดคุยเวลา มี การออกหน่วย เวลาที่มีการประชุมต่าง ๆ เราก็จะสอดแทรกเรื่องของผู้สูง อายุที่เราจะดำเนินการ สอดแทรกบ่อย ๆ ทุกครั้งที่เราไป การสอดแทรก ให้ข้อมูลบ่อย ๆ นี้ทำให้เกิดความกระตือรือร้นของผู้สูงอายุ เขาเกิดความ รู้สึกว่าอยากมาร่วมกันสร้างบ้านของเขาให้ไปสู่เป้าหมายที่เขาได้มีส่วน กำหนดไว้ เรากระตุ้นให้เขาคิดเต็มที่แล้วก็ดำเนินการเต็มที่

นอกจากนี้เรายังได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานราชการทุกแห่ง ในอำเภอเสริมงาม เช่น กศน. ที่มาช่วยส่งเสริมอาชีพ หรือพัฒนาชุมชน ที่มาคอยให้คำแนะนำและคอยช่วยเหลือในกิจกรรมทุกเรื่องที่เราประสาน งานไป รวมถึงกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ได้เข้ามา สนับสนุนในเรื่องของงบประมาณ และการอบรมให้ความรู้เรื่องการ จัด กระบวนการ เมื่อเรามีกระบวนการที่ดีแล้วเราก็นำกระบวนการที่ สสส.

เป็นฝ่ายสนับสนุนมาทดลองทำที่โรงเรียนผู้สูงอายุของเราเพื่อพัฒนา ให้ดียิ่งขึ้น แม้ว่าบางอย่างอาจจะไม่ตรงตามบริบทของภูมิภาคนาของเรา แต่เราก็สามารถปรับข้อมูลวิชาการที่ สสส. ให้มานี้ นำไปสู่กระบวนการ ให้เป็นผลสัมฤทธิ์ได้ครับ

นาย ก ข และทีมงานมองอนาคตของผู้สูงอายุในพื้นที่เสริมงาม และวางแผนอย่างไรต่อไป

ผมมองถึงคนที่กำลังจะย่างเข้าสู่ผู้สูงอายุในรุ่นต่อไป ในการทำงาน ที่ผ่านมาในช่วงแรก ๆ เราได้มองเห็นปัญหา เราได้มองเห็นจุดอ่อน เราจึง เน้นในเรื่องของการส่งเสริมอาชีพและการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ต่อไป เรายังมองไปถึงเรื่องความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ เราต้องการจะพัฒนา คุณภาพผู้สูงอายุให้อยู่อย่างยั่งยืน ทั้งเรื่องการเงิน การอยู่ การทำงาน อะไรที่ยังไม่ดีก็จะรณรงค์ให้ท่านเบา ๆ ลง อาหารการกินจากที่ท่านเคยกิน ข้าวเหนียว ท่านอาจจะเปลี่ยนมากินข้าวเจ้าเพื่อสุขภาพที่ดี ชวนให้ท่าน กินผักผลไม้ที่ปลูกเอง นำหลักสูตร 5 อ. 5 ก. มาปรับใช้ให้มากขึ้น นี่คือ สิ่งที่เราจะทำต่อไปในอนาคต



เราจึงเน้นในเรื่องของการส่งเสริมอาชีพ และการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ต่อไปเรายังมองไปถึงเรื่องความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ เราต้องการจะพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุให้อยู่อย่างยั่งยืน ทั้งเรื่องการเงิน การอยู่ การทำงาน



บทที่ 03

การศึกษาขั้นพื้นฐาน

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม เปิดทำการเรียนการสอน เดือนละ 2 ครั้ง คือในวันพุธที่สองของเดือน และอีกครั้งในวันพุธที่สี่ของเดือน โรงเรียนจะเปิดตั้งแต่เช้าให้นักเรียนผู้สูงอายุจากทั่วทั้งพื้นที่ มาทำกิจกรรมร่วมกัน และแยกย้ายกันกลับบ้านในช่วงเย็น

สิ่งที่สำคัญคือ โรงเรียนแห่งนี้เมื่อเรียนจบวันหนึ่งแล้ว คุณครู และนักเรียนจะมาตกลงกันว่าบทเรียนครั้งต่อไปควรเป็นเรื่องอะไร เพื่อทำการวางแผนการเรียนการสอนร่วมกัน ทั้งนี้ก็เพื่อให้คุณครูผู้จัดการเรียนการสอนสามารถไปเตรียมบทเรียนและอุปกรณ์การเรียนการสอนได้ ขณะเดียวกันก็ทำให้นักเรียนผู้สูงอายุได้เรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจที่สุด อันจะทำให้มีความสุข นำกลับไปใช้ประโยชน์พัฒนาศักยภาพได้อย่างแท้จริง



นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมอย่างตั้งใจ

เช็กชื่อนักเรียน

พื้นที่เขตเทศบาลตำบลเสริมงามมีผู้สูงอายุ 1,919 คน จากการตรวจสอบอย่างละเอียดโดยทีมงานเทศบาลพบว่า ในจำนวนนี้มีประมาณ 400 คน เท่านั้นที่พร้อมจะออกมาร่วมกิจกรรม “เราไม่สามารถวิ่งเข้าไปหาคนจำนวน 1,919 คนได้ เราจึงมองว่าถ้าอย่างนั้นเราจะมุ่งไปที่ 400 คน พัฒนา 400 คนนี้ให้เก่ง แล้วเอา 400 คนนี้กลับไปช่วยอีก 1,000 กว่าคนที่อยู่ในบ้าน” นายชัยยา ลาตปาละ นายกเทศมนตรีตำบลเสริมงาม ให้ความเห็น

ในช่วงเริ่มต้นโรงเรียนผู้สูงอายุจึงพยายามชักชวนผู้สูงอายุในพื้นที่ให้มาร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนผู้สูงอายุให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ผ่านการขับเคลื่อนของกลุ่มผู้นำชุมชนที่ได้รับการแต่งตั้งให้เป็นคณะกรรมการโรงเรียน จำนวน 20 คน

“ผู้นำชุมชนเหล่านี้เขาก็จะไปชักชวน ไปเคาะประตูบ้าน เชิญชวน คุณลุงคุณป้าให้มาเป็นนักเรียนครับ” นายสันติพงษ์ ศิลปสมบูรณ์ หรือที่ชาวบ้านเรียกกันว่า หมอตุ้ย หัวหน้าฝ่ายบริการงานสาธารณสุขเทศบาลตำบลเสริมงาม ทีมงานคนสำคัญกล่าว

จากการชักชวนในชุมชนทำให้ตอนนี้มีนักเรียนหมื่นเวียนเข้ามา ร่วมเป็นนักเรียนที่โรงเรียนผู้สูงอายुरาว 60 คน รวมคณะกรรมการโรงเรียนอีก 20 คนที่เป็นทั้งครูในบางวิชาและเป็นนักเรียนไปด้วยในคนเดียวกัน จึงทำให้โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงามมีสมาชิกอยู่ราว 80 คน

“ผู้สูงอายุบางคนพอมาเรียนแล้วเขาชอบ เขาก็จะกลับไปชวนเพื่อนที่บ้านมาเพิ่ม บางคนพาเพื่อนใหม่มาครั้งละ 5-10 คน” หัวหน้าฝ่ายบริการงานสาธารณสุขบอก



สันติพงษ์ ศิลปสมบูรณ์

อายุ 49 ปี

ผู้ประสานงานโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม
หัวหน้าฝ่ายบริการงานสาธารณสุข



กิจกรรมฟ้อนรำ เป็นหนึ่งมรดกทางวัฒนธรรมที่ตั้งใจถ่ายทอดให้คนรุ่นต่อไป

หลักสูตรพื้นถิ่น

“โรงเรียนของเราตั้งเงื่อนไขแรกๆ ว่า เราจะไม่ใช่ชุดนักเรียน และเราไม่เน้นวิชาการครับ” หมอตุ้ยกล่าวถึงแนวคิดในการทำงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ

“เพราะสำหรับผู้สูงอายุแล้ว เราใส่วิชาการมากเกินไปไม่ได้ สิ่งที่เราให้ความสำคัญมากคือการใส่วัฒนธรรมเข้าไปในหลักสูตรให้มากที่สุด เพราะผู้สูงอายุเขามีความเชื่อ มีวัฒนธรรม เป็นหลักในการดำเนินชีวิต เราจึงใช้ศิลปวัฒนธรรมเป็นตัวนำ สันทนการเป็นตัวรอง สุดท้ายวิชาการจะเกิดขึ้นเอง”

ดังนั้นสิ่งที่เกิดขึ้นตามมาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม จึงเป็นการนำศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่นมาสอดแทรกอยู่ในหลักสูตร

“การพัฒนาอาชีพให้กับผู้สูงอายุเราก็ดึงมาจากศิลปวัฒนธรรม เช่น การฟ้อน เพราะว่าวัฒนธรรมมีมูลค่าสูงมากในตัวเอง เรานำเอาเรื่องราวในวัฒนธรรมของเรามาเป็นจุดขายเพื่อพัฒนาเป็นอาชีพให้กับผู้สูงอายุ ดังนั้น ผลิตภัณฑ์ทั้งหมดก็จะมีเฉพาะพื้นที่ของเราเป็นจุดเด่นของเรา เรามีความคิดว่าผู้สูงอายุของเราต้องรู้ภาษาถิ่นนาในระดับเขียนชื่อตนเองได้เพื่อรักษาขนบธรรมเนียมของเราเอาไว้ หรือการเล่นเครื่องดนตรีพื้นเมือง ต่อไปเราจะต้องแกะออกมาเป็นโน้ตเพื่อใช้เป็นหลักสูตรเอาไว้สอนรุ่นต่อรุ่น ของพวกนี้ถ้าเราไม่สืบสานมันจะหายไป แต่สิ่งที่เราทำได้คือการถอดออกมาเป็นภูมิปัญญาแล้วนำมาถ่ายทอดให้กับคนรุ่นต่อไป” นายกเทศมนตรีกล่าว

สันถนาการนำหน้า วิชาการตามหลัง

ในทุกครั้งที่มิมีโรงเรียน นักเรียนผู้สูงอายุจะมาร่วมกิจกรรมกันตั้งแต่เช้า แต่แต่ละสัปดาห์จะมีการกำหนดการเรียนการสอนเอาไว้ล่วงหน้าแล้วว่า สัปดาห์นี้จะเรียนในหัวข้ออะไรตามข้อตกลงระหว่างครูและนักเรียนในสัปดาห์ที่ผ่านมา

โดยในรายวิชาที่นำมาสอนไม่เป็นการเรียนการสอนทางด้านวิชาการ เช่น วิชาคณิตศาสตร์ วิชาภาษาอังกฤษ เป็นต้น แต่จะเน้นการนำเอาศิลปวัฒนธรรมพื้นถิ่นเป็นตัวตั้ง เช่น วิชาทำดอกไม้จันทน์ วิชาพ็อนรำ เป็นต้น “การเรียนรู้การทำดอกไม้จันทน์เป็นเรื่องการใช้ฝีมือในงานประดิษฐ์ เป็นสันถนาการที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของชาวบ้าน” หมอตุ้ยกล่าวถึงแนวคิดในการวางบทเรียนให้กลุ่มผู้สูงอายุ

แม้ว่าในจุดเริ่มต้นการทำดอกไม้ประดิษฐ์จะเป็นวิชาที่สันถนาการให้กับผู้สูงอายุ แต่ทีมงานได้วางกระบวนการเอาไว้แล้วว่า เมื่อผู้สูงอายุได้ฝึกหัดทำจนเกิดความเชี่ยวชาญ พวกเขาจะสามารถนำไปพัฒนาเป็นอาชีพเสริมได้ด้วยตนเอง

“เมื่อคุณทำแล้วมีความสุข คุณอยากเรียนต่อใหม่ คุณอยากมีวุฒิใหม่ ถ้าคุณอยากมีวุฒิ เราประสานกับ กศน. ให้ เขาก็มาช่วยสนับสนุน ผู้สูงอายุที่สนใจก็ไปสมัครเรียนกับเขาได้ แต่ถ้าคุณไม่ได้สนใจถึงขั้นนั้นก็มาเรียนเพื่อความสนุกสนาน เป็นความรู้ติดตัวเอาไว้ หรืออย่างการสานไม้ไผ่ที่ชาวบ้านจะเอาไปปักไว้ที่นาเพื่อไล่ภูติผี เป็นความเชื่อของเขา เราก็นำมาสอนให้เขาทำ เขาก็จะได้เรียนรู้วิธีการสานไม้ไผ่ จนเมื่อเขามีทักษะเพียงพอโดยที่ไม่รู้ตัวแล้ว เราก็ให้ครูมาสอนเขาสานชะลอมสานตะกร้าต่อไปได้” นายสันติพงษ์ ผู้ประสานงานโรงเรียนผู้สูงอายุ อธิบายเพิ่มเติมถึงแนวคิดการจัดการเรียนการสอน

โรงเรียนที่เป็นมากกว่าสถานที่

“เราใช้วัฒนธรรมในการเริ่มต้น สุดท้ายวิชาการมันจะเกิดเอง สาธิตก็จะตามมา” นายชัยยา ลาดपालะ นายกเทศมนตรีตำบลเสริมงามกล่าว นอกจากนั้นแล้ว โรงเรียนผู้สูงอายุยังเป็นสถานที่พบปะของกลุ่มผู้สูงอายุในชุมชน เพราะนอกจากการเรียนในกลุ่มอาชีพต่างๆ แล้ว ในช่วงพัก ผู้สูงอายุก็จะรับประทานอาหารกลางวันร่วมกัน มีการพูดคุยสร้างความสนิทสนมใกล้ชิดซึ่งกันและกัน ทำให้ผู้สูงอายุไม่เหงา ณะเดียวกันหลังจากรับประทานอาหาร ครูและทีมงานจากเทศบาลตำบลเสริมงาม จะชักชวนผู้สูงอายุให้ทำกิจกรรมสันถนาการเพื่อสร้างความสนุกสนาน

เราจึงสามารถกล่าวได้ว่า โรงเรียนผู้สูงอายุแห่งเทศบาลตำบลเสริมงาม ไม่ได้เป็นเพียงแค่สถานที่ แต่ยังหมายถึงผู้คนและกิจกรรมที่มุ่งหมายให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นทุกครั้งที่มา



การรับประทานอาหารร่วมกันเป็นการกระชับความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุในชุมชนที่ดีที่สุด



เรือศักดิ์ คัมภีร์พิทักษ์

อายุ 72 ปี

ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ

ตอบแทนแผ่นดิน

หลังจากเกษียณอายุราชการมาจากตำแหน่งรองผู้อำนวยการโรงเรียนเสริมงามวิทยาคมเมื่อราว 12 ปีที่แล้ว อาจารย์เรือศักดิ์ คัมภีร์พิทักษ์ ยังคงทำงานเพื่อสังคมในชุมชนอยู่อย่างต่อเนื่อง บทบาทที่สำคัญหลังวัยเกษียณอย่างหนึ่งคือการได้รับเลือกให้เป็นผู้บริหารโรงเรียนผู้สูงอายุในวัย 72 ปี ตำแหน่งที่ทำให้เขาได้ใช้ประสบการณ์ในการทำงานเพื่อบ้านเกิดอีกวาระหนึ่ง

อาจารย์อยู่ที่นี้มาแล้วกี่ปี

ผมเป็นคนที่นี่ครับ ผมบรรจุเป็นครูเมื่อปี พ.ศ. 2511 รับราชการมา 41-42 ปี อยู่ที่นี้ 35 ปี ไปอยู่ต่างอำเภอมา 7 ปี

หลังจากเกษียณอายุมาแล้ว อาจารย์ทำอะไรบ้าง

ทำหลายอย่างครับ เป็นกรรมการสถานศึกษา กรรมการพัฒนาเทศบาล เป็นสมาชิกสภาเทศบาล ไม่ได้หยุด ยิ่งทำเยอะกว่าตอนรับราชการอีก

ทำไมอาจารย์จึงยังทำงานต่อไป

ในใจผมก็คือต้องการตอบแทนแผ่นดิน ตอบแทนถิ่นเกิดครับ

งานเหล่านี้เรียกว่าเป็นการทำงานจิตอาสาได้ไหม

ก็คงใช่ครับ ตอนแรกเราก็ทำแค่อย่างสองอย่าง พอเขาเห็นเราทำงาน เขาคงคิดว่าเราคงจะมีใจ เขาก็ไปหาไปชวนมาทำงานอีก

ในช่วงนั้นโรงเรียนผู้สูงอายุก่อตั้งขึ้นหรือยัง

ยังไม่มีครับ แต่ในแต่ละหมู่บ้านมีชมรมผู้สูงอายุประจำตำบล

กิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุสมัยนั้นมีอะไรบ้าง

มีการฝึกอาชีพ ทำไม้กวาด เลี้ยงไก่ มีกิจกรรมออกกำลังกาย ผมก็เข้าร่วมกิจกรรมกับเขาอยู่ ต่อมาทางเทศบาลมีการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ จึงเชิญผมมาเป็นกรรมการโรงเรียน เมื่อมีการเลือกผู้อำนวยการโรงเรียน เขาก็เสนอให้ผมเป็นผู้อำนวยการ

ในฐานะผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ อาจารย์มองเห็นความสำคัญหรือศักยภาพของโรงเรียนผู้สูงอายุว่าจะมีส่วนช่วยพัฒนาผู้สูงอายุในพื้นที่ได้อย่างไรบ้าง

ผมคิดว่าสามารถช่วยทั้งในด้านสุขภาพ ทั้งด้านพัฒนาชีวิต พัฒนาอาชีพ เราทำในเขตเทศบาล 12 หมู่บ้าน และบางครั้งเรายังขยายงานออกไปนอกเขตด้วย กระจายไปทั่วทั้งอำเภอ นอกจากนั้นแล้ว ผมคิดว่าโรงเรียนผู้สูงอายุยังสามารถมีบทบาทในการอนุรักษ์จารีตประเพณีและศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่นด้วย รวมถึงด้านการดูแลสุขภาพ เราก็เชิญหมอมาให้ความรู้บ่อย

ในเรื่องสุขภาพ ผู้สูงอายุได้รับความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างไรบ้าง

ผมเห็นว่าเขาสนใจกันดีเวลาหมอบรรยาย หลายคนเอาความรู้กลับไปใช้ อย่างการออกกำลังกาย ผมก็ออกกำลังกายทุกวันช่วงเช้าและเย็น โดยการเดินไปกลับเป็นระยะทาง 7 กิโลเมตรทุกวัน ก็จะได้เจอกับสมาชิกโรงเรียนของเราที่มาเดินออกกำลังกายเหมือนกัน แสดงว่าเขาเชื่อหมอบอก ผมคิดว่าน่าจะได้ผล อย่างเมื่อสัปดาห์ก่อน หมอเขามาพูดเรื่องโรคเบาหวาน ผมก็เห็นว่าเขาพูดคุยกันว่าจะเลิกกินหวาน เลิกกินมัน น่าจะเริ่มฉุกคิดได้

ที่ผ่านมาอาจารย์และกรรมการโรงเรียนมีการปรับหลักสูตรอย่างไรบ้าง

ช่วงเวลาหลังเลิกเรียนทุกสัปดาห์ เมื่อสมาชิกกลับแล้ว พวกกรรมการทั้งหลายก็จะนั่งคุยกันเพื่อประเมินผลการดำเนินการในวันนั้น ๆ สอบถามกันแบบง่าย ๆ ว่าพอใจอะไร ไม่พอใจอะไร อะไรมากไป อะไรที่น้อยไป บางครั้งสมาชิกก็จะสะท้อนความต้องการของเขา เช่น อยากให้สัปดาห์ต่อไปมีการออกกำลังกายเพิ่ม โดยสรุปแล้วผมคิดว่า การดำเนินงานที่ผ่านมาประสบความสำเร็จน่าพอใจเหมือนกัน แต่ยังไม่ดีที่สุดครับ

อาจารย์คิดว่าโรงเรียนผู้สูงอายุควรพัฒนาอะไรเพิ่มขึ้น

เรื่องเกี่ยวกับจารีตประเพณี ที่ผ่านมาสมาชิกให้ความสนใจมาก ก็คงจะเพิ่มตรงนั้นเข้าไปอีก รวมถึงสมาชิกที่มาโรงเรียน มันยังพัฒนาไปได้มากกว่านี้ขึ้นเยอะ ในอนาคตเรามีโครงการที่จะเคลื่อนออกไปต่างตำบล เพื่อไปทำกิจกรรมจุดประกายให้แต่ละเทศบาลมีกลุ่มของเขาเพิ่มขึ้น และกลุ่มเราถ้ามีวิทยากร เราก็ดึงไปกระจายความรู้ในพื้นที่ หรือถ้าเราไปเห็นว่าเขามีอะไรที่ดี ๆ เราก็ดึงมาใช้ที่นี่ได้



เมื่อผู้สูงอายุได้รับการถ่ายทอดความรู้เรื่องสุขภาพ จึงตระหนักในการดูแลสุขภาพด้วยการออกกำลังกายมากขึ้น



พิน บุญยืน

อายุ 68 ปี

ประธานชมรมผู้สูงอายุ

ประธานกลุ่มจักสาน

ก่อสร้างสร้างเสริมงาม

คุณพิน บุญยืน อายุ 68 ปี มีตำแหน่งเป็นประธานชมรมผู้สูงอายุ อำเภอเสริมงามคนปัจจุบัน แต่ก่อนที่จะมารับหน้าที่นี้ เธอเคยเป็นรองประธานชมรมฯ มาถึง 8 ปี ทำหน้าที่ปลัดคนและคอยประสานงานให้ผู้นำชุมชนมาประชุมเพื่อพัฒนางานผู้สูงอายุร่วมกัน จากวันที่มีคนมาร่วมประชุมไม่กี่คนจนถึงวันที่มีโรงเรียนผู้สูงอายุเป็นรูปธรรม นี่คือการหนึ่งในผลงานที่สำคัญของประธานชมรมผู้สูงอายุท่านนี้โดยไม่ต้องสงสัย

คุณป้าเป็นคนเสริมงามโดยกำเนิดเลยหรือไม่

แม่เป็นคนตำบลเสริมชัยค่ะ แต่งงานแล้วก็มาอยู่ที่นี้เมื่ออายุ 18 ปี ตอนนี้ 68 ปี ก็อยู่มา 50 ปีแล้ว เมื่อก่อนแม่เป็นแม่ค้าขายผลไม้ มีความรู้แค่ ป.4 ต่อมาก็ได้มาเข้าชมรมผู้สูงอายุฯ เป็นรองประธานชมรมฯ

หน้าที่ของรองประธานชมรมผู้สูงอายุที่คุณป้าเข้ามาทำตั้งแต่เมื่อ 8 ปีที่แล้วคืออะไรบ้าง

แม่อีกคอยประสานให้ชมรมผู้สูงอายุแต่ละตำบลมาประชุมร่วมกันค่ะ

ในยุคนั้นเข้ามาประชุมกันเรื่องอะไรบ้าง

ประชุมเรื่องการดูแลสุขภาพ เชิญหมอมารักษาความรู้กับผู้สูงอายุ ดูแลตัวเองยังไงเพื่อไม่ให้ทานยาเยอะ เพราะบางคนเขาเป็นเบาหวาน ทุกวันนี้พอมารับรองประธานชมรมฯ แม่อีกยังทำหน้าที่คอยประสานให้นักเรียนมาโรงเรียน คอยประสานกับประธานชมรมของแต่ละตำบลว่าวันนี้ให้ใส่ชุดอะไรมาเรียน วันนี้ให้ห่อข้าวมาด้วยเนื้อ วันนี้ไม่ต้องห่อข้าวมาเนื้อ

ตั้งแต่มีโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงามเป็นต้นมา คุณป้ามีบทบาทอย่างไรบ้าง

แม่อีกเป็นประธานกลุ่มจักสานผู้สูงอายุของบ้านดอนแก้ว ที่บ้านดอนแก้วมีกลุ่มจักสานไม้กวาดดอกหญ้าและไม้กวาดทางมะพร้าว แม่วรรวมกลุ่มทำแล้วส่งให้ทางเทศบาล โรงพยาบาลอำเภอ โรงเรียนเสริมงามวิทยาคม เขาสั่งครั้งละเป็นร้อย ๆ อัน ทีมงานของแม่อีกจักสานกันอยู่ที่บ้าน เป็นการส่งเสริมอาชีพให้คนเฒ่าคนแก่ที่มาไม่ได้ แต่เขายังมีฝีมือทำงานได้แม่อีกให้เขาไปทำที่บ้าน เราคิดราคาให้เขาเป็นด้าม ด้ามละ 10 กว่าบาท

เวลามาที่โรงเรียน แม่เป็นวิทยากรเอง เพราะแม่ทำเป็นหมดเลย ถ้าสัปดาห์นี้เราสอนทำไม้กวาด อีกสองสัปดาห์ก็มาจัดดอกไม้กัน เวลาว่างงานแถวบ้าน งานศพ งานแต่ง ทำบายศรี เขาก็ทำได้ แล้วทอมสองนี้ จะเน้นการทำสะตวง แม่อีกจะเป็นวิทยากรสอนเอง สะตวงคือเครื่องทำพิธีของชาวเหนือ ใช้ในพิธีบูชาสิ่งที่เขาเคารพนับถือ เช่น ในพิธีส่งเคราะห์เรียกขวัญ ถอนบ้านถอนเมือง เมืองเหนือเราเวลาจะปลูกบ้านจะต้องถอนก่อน มีสะตวงก่อน ทุกบ้านเขาจะทำอย่างนี้เพื่อเป็นสิริมงคล แล้วก็ทำพิธีสืบชะตา

คุณป้ามีความรู้สึกอย่างไรกับบทบาทของตนเองทุกวันนี้และที่ผ่านมา
สิ่งที่แม่ทุ่มเทมาทั้งหมดก็เพราะแม่ชอบ แม่เป็นจิตอาสาโดยกำเนิด
แม่ทำเพราะรักงานช่วยเหลือ เวลาไปประชุมแม่ก็ไม่เคยคิดค่าน้ำมันรถ
หรือเบกบอะไรเลย เพราะแม่อยากถนอมเงินไว้ใช้อย่างอื่น รักษาไว้ให้
ชาวบ้าน แม่มีความสุขค่ะ เพราะใจเรารัก ช่วยเหลือกัน อยากให้เสริมงาม
ทำชื่อเสียงให้อำเภอรเรา

“

**แม่เป็นจิตอาสาโดยกำเนิด
แม่ทำเพราะรักงานช่วยเหลือ
อยากให้เสริมงามทำชื่อเสียงให้อำเภอรเรา**

”



อ้อมทิพย์ ทำจันทร์

อายุ 62 ปี

คณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุ

หลักสูตรสฤกษณน

คุณอ้อมทิพย์ ทำจันทร์ อายุ 62 ปี เป็นคุณครูวัยเกษียณ หลังจากใช้เวลา
ในการทำงานเป็นครูสอนเด็ก ๆ มาทั้งชีวิต เวล่านี้เธอจึงหันมาใช้เวลา
ว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการเข้าร่วมเป็นนักเรียนผู้สูงอายุและร่วมเป็น
คณะกรรมการโรงเรียน ใช้ประสบการณ์การทำงานมาร่วมวางแผนหลักสูตร
และจัดการเรียนการสอนให้กับเพื่อน ๆ พี่ ๆ ลุงป้าหน้าอาโนโรงเรียน
ผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม

คุณป้ามีบทบาทอย่างไรในโรงเรียนผู้สูงอายุ

เป็นนักเรียนและคณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุค่ะ

ทำไมถึงเข้ามาร่วมกิจกรรมกับโรงเรียนผู้สูงอายุ

ก่อนหน้านั้นเราเป็นผู้บริหารโรงเรียนค่ะ พอเกษียณ ทางคณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุที่เขามีก่อนอยู่ก่อนแล้ว เขาก็เชิญเรามาเป็นคณะกรรมการร่วม เมื่อมาร่วมก็ได้มาพูดคุยกัน ได้ไปดูงานด้วยกัน และมาเริ่มทำกิจกรรมกัน

ในฐานะคณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุ คุณสังเกตเห็นด้านใด

ป้าช่วยดูแลด้านวิชาการ ส่วนด้านการจัดกิจกรรมก็ช่วยกัน แต่รับผิดชอบด้านวิชาการเป็นหลัก

ในส่วนของงานวิชาการ คุณป้ามีส่วนในการกำหนดหลักสูตรการเรียนการสอนอย่างไร มีความตั้งใจให้เพื่อนผู้สูงอายุมีความรู้ด้านใดบ้าง

อันดับแรกเราก็มีการคุยกันในคณะกรรมการก่อนว่าผู้สูงอายุต้องการอะไร เราสอบถามความต้องการกันก่อน และสภาพแวดล้อมในโรงเรียนของเราควรจะเป็นยังไง แล้วทางคณะกรรมการพร้อมที่จะหาวิทยากรตามความต้องการของนักเรียนใหม่ จากนั้นเราก็ไปคุยกับหลายๆ ฝ่ายในชุมชนเพื่อขอความร่วมมือ เช่น ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ เราก็ไปประสานกับทางโรงพยาบาลเสริมงามให้หมอเข้ามาช่วย ทางด้านการฝึกอาชีพก็ไปประสานกับ กศน. บางที กศน. ก็มีโครงการของเขาอยู่แล้ว มีวัสดุอุปกรณ์พร้อมอยู่แล้ว เขาก็ให้การสนับสนุนมา เพราะบางทีโครงการของเราที่มั่งบประมาณไม่พอ แต่คณะกรรมการเราคุยกันแล้วว่าในการดำเนินกิจกรรมของโรงเรียน เราจะไม่ใช่เงินเป็นตัวตั้ง ค่าวัสดุทางวิทยากรก็ให้การสนับสนุน หรือไม่ว่านักเรียนก็เอามาร่วมกันเองบ้าง จะเห็นได้ว่าเราไม่ได้เอาเงินเป็นตัวตั้งเลย ที่เรากันมาจนถึงวันนี้ได้เพราะคณะกรรมการคุยกันตั้งแต่แรกแล้วว่า ถ้าเราจะทำโดยใช้เงิน

เป็นตัวตั้ง มันคงจบไปนานแล้ว คงทำมาถึงจุดนี้ไม่ได้

ในด้านหลักสูตร อันดับแรกเราคุยกันว่าควรจะทำเรื่องที่ตั้งใจดู ความสนใจของเขา ก่อน ไม่ต้องเครียด ไม่เน้นวิชาการอะไรมากมาย ขอให้เขาสนุกสนาน เพราะฉะนั้นต้องดึงศักยภาพหรือความสามารถของแต่ละหมู่บ้านมาใช้ เรากำหนดขั้นต้นว่าช่วงแรกแต่ละหมู่บ้านต้องมีนักเรียนมาหมู่บ้านละ 5 คน โรงเรียนก็จะมีนักเรียนประมาณ 60 คน ตกลงกันว่าแต่ละหมู่บ้านจะเอาวัฒนธรรม ประเพณี และความสามารถที่แต่ละหมู่บ้านมีมาเผยแพร่ให้ทำร่วมกัน

ยกตัวอย่างทุนหรือความสามารถที่เป็นจุดเด่นที่น่าสนใจของแต่ละหมู่บ้านคืออะไรบ้าง

ยกตัวอย่างเช่น บ้านหนองฮีจะมีความสามารถเรื่องการชอ บ้านนาบอนมีความสามารถด้านการจ้อย ซึ่งทั้งชอและจ้อยเป็นการร้องบทกลอนภาษาถิ่นเป็นเรื่องราวที่น่าสนใจ แต่ละคนร้องจำทำเพลงกันเก่ง เราจึงเปิดโอกาสให้เขาแสดงความสามารถของตัวเอง ให้มีการนันทนาการร่วมสนุกสนานกันได้เต็มที่ พอช่วงบ่ายเราก็มีการประกวดร้องเพลง แต่ละบ้านก็จะส่งตัวแทนมาประกวดกัน

เขาก็ชอบใจกัน สนุกสนานกันมาก เพราะจุดประสงค์เราไม่หวังอะไรมากมาย ขอให้ผู้สูงอายุมีความสุข กลับไปบ้านแล้วลูกหลานไม่เดือดร้อน ไม่บ่น อยู่บ้านไม่เหงา ไม่เป็นภาระของลูกหลาน มาพบเพื่อนฝูงมาทำอะไรที่สนุกสนาน ส่วนการฝึกวิชาชีพก็ไม่เครียดมาก ไม่ได้หวังว่าทุกคนจะต้องทำได้ทำเป็น เพราะถ้าเขาชอบเขาก็จะตั้งใจทำเองไปเรื่อยๆ จนบางที่เราจะให้พักกินข้าว เขาก็ไม่ยอมพัก ถึงจะไม่คล่อง เพราะว่าด้วยอายุมาก แต่เขามีความพยายาม แต่ในทีมก็พยายามเอานันทนาการมาคั่นเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้เขาสนุกสนาน อย่างแสดงทำทางประกอบเพลง เขาชอบกันมาก เป็นการยึดเส้นยึดสาย

คิดว่าโรงเรียนผู้สูงอายุควรปรับปรุงอะไรเพิ่มเติมอีก

มีค่ะ ต้องปรับอีกเยอะ แต่ถามว่าเป็นไปตามเป้าหมายที่เราต้องการไหม ต้องบอกว่าเกินคาด เพราะเราไม่คิดว่าผู้เรียนจะสนใจมากกันเยอะ มากันเต็มห้อง ถ้าบางวันมากันครบจริงๆ ห้องที่เราจัดไว้จะรองรับไม่ได้ ทำกิจกรรมได้ไม่สะดวกเท่าไร สถานที่มันแคบไป จะออกมาเดินมารำอะไรกันมากมายก็ไม่ได้ (หัวเราะ) สรุปว่าเกินคาดค่ะ เราไม่ได้หวังว่าเขาจะมาได้เยอะขนาดนี้ บางทีอยู่ในช่วงทำนาก็ไม่คิดว่าเขาจะมากัน แต่เขาก็มากันเต็ม

คิดว่าได้รับประโยชน์จากการมีโรงเรียนผู้สูงอายุอย่างไรบ้าง

ได้ประโยชน์ค่ะ โดยเฉพาะด้านจิตใจ มีความสุขที่ได้ช่วยเหลือ ได้ใช้ความรู้ความสามารถที่เรา มีอยู่ ถึงจะเกษียณแล้วแต่เราช่วยอะไรได้เราก็กช่วย เราทำให้งานที่เขา มีอยู่แล้วและเราได้มีโอกาสเข้ามา ร่วมสามารถทำให้ทั้งทีมประสบความสำเร็จตามที่ตั้งเป้าไว้ มีความสุขที่เราได้ให้

เราไม่ได้หวังอะไรเลย เพราะทุกคนมาตรงนี้ไม่ได้อะไรเลย ได้ความสุขทางใจ เราคิดเสมอว่าเราทำโดยจิตอาสา ว่าเราก็มา ถ้าเราไม่ว่างจริงๆ เราก็บอกว่าเรามาไม่ได้ เพราะว่าแต่ละคนมีความรู้ความสามารถกันทั้งหมด ขาดเราคนหนึ่งก็ไม่มีอะไร ขาดเขาบ้างก็ไม่มีอะไร ว่างก็มาช่วยกัน

“

**เราคุยกันว่าควรจะทำเรื่องที่ตั้งใจดูความสนใจของเขาก่อน
ไม่ต้องเครียด ไม่เน้นวิชาการอะไรมากมาย
ขอให้เขาสนุกสนาน เพราะฉะนั้นต้องดึงศักยภาพ
หรือความสามารถของแต่ละหมู่บ้านมาใช้**

”



คุณอ้อมทิพย์ ทำจันทร์ ใช้เวลาหลังเกษียณอายุมาร่วมทำงานเป็นคณะกรรมการที่โรงเรียนผู้สูงอายุ



รอยยิ้มและความสุขที่เกิดขึ้นจากการมาโรงเรียนผู้สูงอายุ

บทที่ 04

เสริมเกษีณ เสริมอาชีพ

หนึ่งในแนวคิดการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม คือ การใช้แนวคิดเรื่องการ ‘เสริมเกษีณ’ คือการดำเนินกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในเทศบาลเสริมงามให้ดีขึ้นทั้งหมด ซึ่งดำเนินการผ่านหลากหลายกิจกรรมในพื้นที่ ซึ่งรวมถึงกิจกรรมการฝึกอาชีพในโรงเรียนผู้สูงอายุด้วย

สร้างอาชีพจากวัฒนธรรม

พื้นที่อำเภอเสริมงามอุดมไปด้วยขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรมเฉพาะตัวที่สืบทอดกันมาตั้งแต่โบราณ ดังนั้น เมื่อทีมงานเทศบาลตำบลเสริมงามมีความตั้งใจที่จะจัดกิจกรรมส่งเสริมอาชีพให้กับนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุจึงมีแนวความคิดที่จะนำศิลปวัฒนธรรมมาเป็นตัวตั้งในการขับเคลื่อนกิจกรรม

“ในเรื่องของการฝึกอาชีพ เราก็จะพัฒนาขึ้นมาจากศิลปวัฒนธรรมของบ้านเราครับ” นายสันติพงษ์ ศิลปสมบูรณ์ หัวหน้าฝ่ายบริการงานสาธารณสุข เทศบาลตำบลเสริมงามกล่าว

“เช่น การทำบายศรี เรื่องของพิธีการสืบชะตา กล่าวได้ว่าเราใช้วัฒนธรรมของเรามาเป็นจุดเริ่มต้นในการส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุทั้งหมด เพราะว่าวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญมากในตัวของเราครับ”

นายสันติพงษ์ หรือ หมอตุ้ย กล่าวเพิ่มเติมว่า การใช้ศิลปวัฒนธรรมมาเป็นจุดเด่นในการส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ จะทำให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ไม่ซ้ำกับผลิตภัณฑ์จากพื้นที่อื่น ๆ

“ถ้าเราทำสำเร็จ เราก็จะไม่เหมือนใคร อย่างงานจักสาน ทุกที่ก็ทำงานจักสานเหมือนกัน แต่เรามีเรื่องราวในงานจักสาน เป็นเรื่องราวที่มาจากประเพณีของเรา” นายสันติพงษ์ ศิลปสมบูรณ์ ผู้ประสานงานโรงเรียนผู้สูงอายุกล่าว

ครูท้องถิ่น ภูมิปัญญาท้องถิ่น

เมื่อสิ่งที่เรียนเป็นการสืบสานภูมิปัญญาดั้งเดิมของท้องถิ่น ดังนั้น ครูที่มาร่วมเป็นจิตอาสาในโรงเรียนผู้สูงอายุส่วนหนึ่งจึงเป็นผู้นำท้องถิ่นที่มีความรู้ความชำนาญในวัฒนธรรมประเพณีเป็นอย่างดี

“ครูที่เรานำมาสอนก็จะเป็นพ่อหนานที่ชาวบ้านยกย่อง เราคิดว่าต้องเอาความรู้ที่คนเหล่านี้มีอยู่มาสืบทอด ซึ่งเราหวังว่าต่อไปอย่างน้อย

ผู้สูงอายุในโรงเรียนจะต้องพอรู้ภาษาถิ่นของเรา ต้องเขียนชื่อตัวเองเป็นภาษาถิ่นได้ หรือในส่วนของการเล่นดนตรีพื้นบ้าน พวกนี้เขาเล่นกันมาโดยไม่มีโน้ต แต่เรากำลังจะแกะออกมาเป็นโน้ต เป็นหลักสูตรเพื่อเอาไว้สอนรุ่นต่อรุ่น หรือการทำบายศรี การทำพิธีสืบชะตา ของพวกนี้กำลังจะหายไป สิ่งที่เราจะทำคือการถอดวัฒนธรรมออกมาเป็นภูมิปัญญา แล้วเราก็เอามาถ่ายทอด”

“

เราใช้วัฒนธรรมของเรามาเป็นจุดเริ่มต้นในการส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุทั้งหมด เพราะว่าวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่มีมูลค่าสูงมากในตัวของมันเอง

”



อารีย์ ณ นคร

อายุ 55 ปี

วิทยาการวิชานาฝีมือ

ครูชำนาญการพิเศษ

ส่งเสริมการศึกษาตามอัธยาศัย

อีกหน่วยงานหนึ่งที่มีส่วนสำคัญในการดำเนินกิจกรรมการฝึกอาชีพให้กับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงามก็คือสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย (กศน.) อำเภอเสริมงาม ที่ทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาและผู้ช่วยในการดำเนินกิจกรรมการส่งเสริมอาชีพให้กับผู้สูงอายุ

“นโยบายของเราในการจัดการศึกษาให้กับผู้สูงอายุที่มาเรียนในโรงเรียนผู้สูงอายุก็คือ การสอบถามความต้องการของผู้สูงอายุว่าผู้สูงอายุต้องการด้านไหน เราก็จะเสริมด้านนั้นให้เขา หลักสูตรของเราก็จะกว้าง ๆ และยืดหยุ่น เน้นความต้องการของกลุ่มเป้าหมายเป็นหลัก”
คุณอารีย์ ณ นคร ครูชำนาญการพิเศษ กศน.อำเภอเสริมงามกล่าวถึงแนวทางการทำงานจัดการเรียนการสอนส่งเสริมอาชีพกล่าว

คุณอารีย์ยกตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจนก็คือ กลุ่มนักเรียนผู้สูงอายุ เสนอความเห็นว่ายากเรียนพับใบเตย จึงจัดการเรียนการพับใบเตยให้ แต่ขณะเดียวกันก็ประยุกต์ให้เข้ากับวัฒนธรรมและวิถีชีวิตของผู้สูงอายุ ลงไปด้วย

“เขาเสนอมาว่ายากได้เกี่ยวกับใบเตย เราก็มาสอนเขาในเรื่องของการทำใบเตย แต่แทนที่จะเป็นการพับใบเตยเฉยๆ เราก็สอนการทำ ซอใบเตยบูชาพระ หรือบางวันก็ประยุกต์ให้พับใบเตยเป็นเข็มกลัด พับใบเตยให้เป็นดอกกุหลาบกลัดหน้าอก สามารถเอาไปทำเป็นอาชีพได้ หรือว่าเอาไปใช้ในชีวิตประจำวันก็ได้”

คุณอารีย์กล่าวว่า เธอรับหน้าที่ฝึกอาชีพเหล่านี้ให้กับนักเรียน ผู้สูงอายุด้วยตัวเองมาตั้งแต่เริ่มเปิดโรงเรียนเป็นต้นมา สิ่งที่ได้พบ ในทุกสัปดาห์ที่มีการเปิดการเรียนการสอนก็คือ ความกระตือรือร้นของผู้สูงอายุทุกคนในการมีส่วนร่วมกับการเรียน

“ทุกคนเขาสนุกกับการเรียน อยากมีส่วนร่วม เขาอยากจะทำประยุกต์ อยากเห็นอะไรที่มันแปลกใหม่ วัสดุที่ใช้ในการเรียนแต่ละสัปดาห์ ใครมี วัสดุอะไรก็นำมาทำเอง บางคนมีมะกรูด มีใบเตยก็เอามาแบ่งปันคนที่ ไม่มี” ครู กศน. เสริมงามเล่าบรรยากาศในห้องเรียน



ตัวอย่างงานฝีมือที่ กศน. เข้ามาส่งเสริม ซึ่งเกิดจากความต้องการในหมู่ผู้สูงอายุ

▶ ปาจรพ์ยสินเป็นทุน

นอกจากการเรียนพับใบเตย โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงาม ยังจัดให้มีการสอนเรื่องการประดิษฐ์เศษวัสดุ เช่น ใช้เศษผ้าเหลือใช้ มาทำเป็นที่รองครก ที่รองเชียง ที่รองเครื่องใช้ต่างๆ

“การประดิษฐ์ส่วนใหญ่สามารถทำได้ทั้งผู้ชายและผู้หญิง อย่งงานใบเตยบางท่านเป็นผู้ชายก็มาทำ แต่ผู้สูงอายุผู้ชายบางท่าน อาจไม่ถนัด เขาก็ไม่ทำ เราเลยมีกิจกรรมจักสานสำหรับผู้ชายเอาไว้ด้วย อีกอันหนึ่งที่เขาทำกันก็คือ เหยี่ยวโปรยทาน แต่ผู้ชายจะบ่นหน่อยว่ายาก อันนี้เป็นกิจกรรมที่เสริมขึ้นมา” คุณอารีย์อธิบายถึงวิชาอื่นๆ เพิ่มเติม

ประโยชน์จากการเรียนการสอนการฝึกอาชีพต่างๆ เหล่านี้ มีประโยชน์โดยตรงคือการทำให้ผู้สูงอายุมารวมกลุ่มทำกิจกรรมร่วมกัน ก่อให้เกิดความสมัครสมานสามัคคี เกิดกิจกรรมที่ทำให้ไม่เหงา ไม่มีอาการซึมเศร้า แต่ประโยชน์ที่เกิดขึ้นทางอ้อมก็คือ เป็นการสร้างรายได้ให้กับผู้สูงอายุด้วย

“อย่างเช่นที่เขามาทำที่รองครก รองเชียง เขาเอาไปขายกันแล้ว นะคะ เมื่อก่อนแม่เขามากระซิบว่า แม่เอาไปขายได้ทุนคืนแล้ว เห็นเขาว่านะ” คุณอารีย์ให้ข้อมูลภายในอย่างอารมณ์ดี และบอกว่าแต่ส่วนใหญ่เป็นการ ทำกิจกรรมแก้เหงา ยังไม่เน้นการทำเพื่อจำหน่ายมากนัก

“ตอนนี้ก็เป็นลักษณะว่าทำของใครของมัน ขายของใครของมัน อยู่ค่ะ” คุณอารีย์กล่าวเสริม แต่ในอนาคตทางเทศบาลตำบลเสริมงาม หรือภาคีอื่นๆ ในพื้นที่อำเภอเสริมงาม อาจมีแนวความคิดในการนำ ผลิตภัณฑ์จากฝีมือของผู้สูงอายุไปส่งเสริมอย่างเป็นทางการจะลักษณะ เพื่อสร้างรายได้ที่ยั่งยืนให้กับกลุ่มผู้สูงอายุในอนาคต

แนวทางสู่อาคต

แม้ว่าโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงามเพิ่งจะดำเนินการมาได้ไม่นาน แต่การดำเนินการที่ผ่านมาก็มีทิศทางที่ดี เมื่อมีการประชาสัมพันธ์เพื่อรับสมัครนักเรียนผู้สูงอายุในรุ่นต่อไป ก็ปรากฏว่าได้รับการตอบรับจากผู้สูงอายุในพื้นที่เป็นอย่างดี โดยคุณอารีย์บอกว่า ในอนาคตการดำเนินงานก็ยังคงยึดแนวทางตอบสนองความต้องการของผู้เรียนต่อไป

“อันดับแรกเราต้องถามความต้องการของเขา ก่อนว่าเขาต้องการอะไร แล้วเราก็จะสรรหาวิทยากร ถ้ามีวิทยากรอยู่แล้ว เราก็ดึงมาได้เลย ถ้าไม่มีก็ไปสรรหา แต่ส่วนใหญ่จะไม่ยากค่ะ เพราะเรามีภูมิปัญญาอยู่เยอะในชุมชน”

นอกจากนี้คุณอารีย์ ในฐานะ กศน.อำเภอเสริมงาม ยังบอกว่าที่ผ่านมามีได้ไปเข้าร่วมอบรมที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุมาหลายโครงการ ทำให้มีความรู้ใหม่ๆ รวมถึงเทคนิคในการดำเนินกิจกรรมเพื่อเสริมศักยภาพให้กับผู้สูงอายุอีกหลายรูปแบบ นั่นหมายความว่า ผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงามยังคงรอการเสริมศักยภาพเพื่อรอวันเปล่งประกายได้อีกมากในอนาคต

“

**ถ้าเรามีวิทยากรอยู่แล้ว เราก็ดึงมาได้เลย
ถ้าไม่มีก็ไปสรรหา แต่ส่วนใหญ่จะไม่ยากค่ะ
เพราะเรามีภูมิปัญญาอยู่เยอะในชุมชน**

”

กลุ่มชอพื้นเมือง



สุ อินว

อายุ 70 ปี

นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ

กลุ่มชอพื้นเมือง ตำบลหนองซอ (ธอม)



เมือง เมือง

อายุ 76 ปี

นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ

กลุ่มชอพื้นเมือง ตำบลหนองซอ (ธอม)

จุดเด่นของชอพื้นเมืองคืออย่างไร ใช้เครื่องดนตรีทั้งหมดกี่ชิ้น

ป้าสุช : มีเครื่องดนตรีประมาณ 4 ชิ้นค่ะ สะล้อ ซอ ซึง และปี่คะ

แล้วก็มึนร่องไซโหม

ลุงเมือง : นักร้องเขาเรียกว่าช่างชอครับ

มีช่างชอกี่คน

ป้าสุช : สองคนจ๊ะ ชายคนหญิงคน

ลุงเมือง : แต่ถ้าเป็นคนละใหญ่ ๆ ก็มีหลายคน บางวงเป็นสิบคน ถ้าไปงานใหญ่ก็ไปหลายคู่

คณะขอพื้นเมืองของคุณลุงคุณป้าชื่อคณะว่าอะไร

ป้าสุข : ชื่อคณะซอสีทวนค่ะ

คณะนี้ก่อตั้งมานานหรือยัง

ลุงเมือง : ประมาณ 40-50 ปีแล้วครับ รับงานวัดงานวา งานขึ้นบ้านใหม่ แล้วแต่เขาจะหาไป งานประเพณี งานฉลองกุฏิพระ ฉลองพระวิหาร

ป้าสุข : งานทำบุญวัด งานประเพณี งานบวช แท่นาค งานของเทศบาล ประเพณีสงกรานต์ ปีใหม่ มาซอรดน้ำดำหัวคนเฒ่า

บทพูดบทร้องส่วนใหญ่ของคณะขอพื้นเมืองมีเนื้อหาว่าอย่างไร

ป้าสุข : มีหลายทำนองค่ะ บางครั้งก็ประวัติของเจ้าภาพ ถ้างานขึ้นบ้านใหม่ เราก็จะขอว่าสร้างบ้านใหม่เดือนอะไร เสียเงินเท่าไร

ลุงเมือง : อวยพรด้วยครับ ขอพรด้วย ขอโทษด้วย

ป้าสุข : บางงานก็เป็นบทสอน บทเกี่ยวสาว มีการตอบโต้กัน

คุณลุงคุณป้ามาเป็นนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุได้อย่างไร

ป้าสุข : นายกฯ ท่านเชิญมา

เมื่อมาเป็นนักเรียนแล้วจึงมีโอกาสมาขอให้เพื่อน ๆ ฟังกันด้วย ส่วนใหญ่ที่โรงเรียนมีการชอวันละกี่รอบอย่างไร

ป้าสุข : แล้วแต่ว่าเพื่อน ๆ เขาจะให้เล่นยังไงเลยจะ

ลุงเมือง : มันยังงี้ก็ได้ ซอ นะ ไม่มีจบ ไม่มีหมดเลย

ส่วนใหญ่แล้วบทขอที่โรงเรียนจะพูดเรื่องอะไร

ลุงเมือง : ร้องเรื่องคนเฒ่า เรื่องผู้สูงอายุครับ

เพื่อน ๆ ชอบไหมเวลาที่มาร้องเรื่องผู้สูงอายุ

ป้าสุข : ชอบค่ะ เขียร์กัน แม่มมาชอวันแรกเขาเอาเงินมาให้กันทุกคน ยื่นให้เป็นสินน้ำใจ แต่แม่ไม่เอา คนเฒ่าไม่ค่อยมีเงิน ซอเฉย ๆ ก็ได้

ไม่ต้องเอาสตางค์กัน มาสนุกสนานกัน

ลุงเมือง : กลุ่มเดียวกันไม่เอาเงินกันหรอก

คุณลุงกับคุณป้ามาเป็นนักเรียนที่นี่ตั้งแต่ที่เขาเปิดเลยหรือเปล่า

ลุงเมือง : ตั้งแต่ที่เขาเปิดเลยครับ

ทำไมถึงมาร่วมกับโรงเรียน

ป้าสุข : เพราะว่าจิตใจมันอยากมา สนุกดี ไม่เครียด

ทุกครั้งที่มา คุณป้าชอบทำกิจกรรมอะไร

ป้าสุข : พับดอกไม้ ทำผ้าเช็ดเท้า ทำหลายอย่างที่เขาสอนค่ะ

คุณลุงชอบทำกิจกรรมอะไร

ลุงเมือง : มาจักสาน สานชะลอม ตะกร้าครับ

มาเรียนแล้วได้กลับไปทำที่บ้านไหม

ป้าสุข : เอากลับไปทำที่บ้านจะ บางครั้งก็เอาไปขายที่ตลาดได้ ผ้าเช็ดเท้า ก็เอาไปขายผืนละ 30 บาท

งานจักสานคุณลุงได้ทำขายไหม

ลุงเมือง : ลุงยังไม่ได้ทำขาย ทำเล่น ๆ เพลิน ๆ อยู่บ้าน

ได้ความรู้เรื่องอื่น ๆ อีกไหม

ป้าสุข : ได้จะ มาที่นี่ได้ออกกำลังกาย จีบเข้า จีบไหล่ จีบหัว ตบมือ เขามาหัดให้เรา อยู่บ้านก็ได้อะไรสักอย่าง ได้แต่เลี้ยงลูกเลี้ยงหลาน



คณะซอสีทวน ดนตรีพื้นบ้านที่สุใจทั้งคนเล่นและคนฟัง

กลุ่มทอผ้า



จันทร์คริม พงษ์ประเสริฐ

อายุ 72 ปี

นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ
สมาชิกกลุ่มทอผ้า

ก่อนหน้านี้คุณป้ามีส่วนเกี่ยวข้องกับกิจกรรมของเทศบาลตำบลเสริมงามอย่างไรบ้าง

ประมาณปี พ.ศ. 2560 สามีของป้าชื่อนายเนตร ป่วยเป็นโรคกระดูกทับเส้นประสาท ตอนแรกแกยังไปไหนมาไหนได้อยู่ ตอนหลังพอแก่ลี้มก็ไปไหนไม่ได้ เป็นผู้สูงอายุติดเตียง เทศบาลก็เข้ามาช่วยปรับสภาพบ้าน มี อสม. มาช่วยดูแล พาออกกำลังกายด้วย พอแกไม่ไหว แม่ก็พาแกไปโรงพยาบาล หมอมาเจาะว่าแกเป็นมะเร็งด้วย แกตายเมื่อเดือนเมษายนที่ผ่านมานี้ ตอนอายุ 73 ปี

ตอนที่ทางเทศบาลเข้าไปปรับสภาพบ้านได้มีการปรับในส่วนไหนบ้าง ห้างน้ำแล้วก็รวบับันได้ค่ะ

ไปร่วมกิจกรรมอะไรบ้างที่โรงเรียนผู้สูงอายุ

ไปร่วมหลายอย่างเลยค่ะ เราก็เอาผ้าของเราไปขายด้วยเวลาที่มีคนมา
ดูงาน

ได้เอาความรู้เรื่องการทอผ้าไปสอนเพื่อนนักเรียนผู้สูงอายุที่โรงเรียน ด้วยไหม

ยังไม่ได้สอนค่ะ เพราะเอาไปลำบาก อุปกรณ์มันใหญ่ แต่ทางเทศบาล
เขาก็เอานักเรียนมาเรียนกันที่นี้บ้าง

จุดเด่นของการทอผ้าของเสริมงามคืออะไร

เราอนุรักษ์จากพ่อแม่มา เป็นการทอผ้าฝ้าย จุดเด่นคือลายที่เป็นแบบ
เฉพาะตัวของบ้านเรา ทุกวันนี้กลุ่มทอผ้าเราก็มักมีกันอยู่ 3 คน ยังพอทำไหว
แต่ตาก็เริ่มจะไม่ดีแล้วค่ะ

คุณป้าไปเป็นนักเรียนที่โรงเรียนผู้สูงอายุด้วย มีความสุขไหม

มีจะ แต่บางวันก็ไม่ได้ไป มีคนสั่งผ้าต้องทำให้เขา วันไหนที่ได้ไปก็ได้เจอ
เพื่อนฝูง ได้พูดคุยกัน กินข้าว กินน้ำด้วยกัน

ทุกวันนี้อุปกรณ์ที่เทศบาลเขาไปปรับบ้านให้ยังอยู่ไหม คุณป้าได้ใช้ ประโยชน์บ้างไหม

ยังอยู่ค่ะ ป้าก็ได้ใช้จับเดินเลาะไปเวลาเข้าห้องน้ำ



ป้าจันทร์คริมกับผลิตภัณฑ์ผ้าฝ้ายซึ่งเป็นรายได้หลักในการเลี้ยงชีพ

กลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ



อ้าย อินทาสวน

อายุ 75 ปี

นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ

สมาชิกกลุ่มปลูกผักปลอดสารพิษ

คุณลุงอยู่บ้านกับใคร

อยู่กับป้าสองคนครับ

คุณลุงอยู่บ้านทำอะไรบ้าง

ทำสวนทำอะไรกินไป นาก็ทำครับ

ในสวนที่บ้านปลูกอะไรบ้าง

ก็มีผักกาด มะเขือ พริก เอาไว้กินเอง ขายบ้าง เอาไปแจกบ้าง

ทำไมถึงสนใจมาเป็นนักเรียนที่โรงเรียนผู้สูงอายุ

นายกฯ เขาไปประกาศแถวบ้านว่าใครอยากจะไปเป็นนักเรียนบ้าง ผมก็เลยมา

มาแล้วสนุกไหม ได้ความรู้เรื่องอะไรบ้าง

ได้ความรู้เรื่องการจักสาน ออกกำลังกายครับ

การที่ปลูกผักกินเองมีประโยชน์ต่อตัวคุณลุงและครอบครัวอย่างไรบ้าง

สบายใจครับ เพราะปลอดสารพิษ ที่โรงเรียนหมอบอกเขาก็มีหนังสือสอนเรื่องการกินอยู่เรื่อย ๆ ว่าให้กินผักปลูกเอง ไม่ให้กินหวานกินเค็ม

คุณลุงทำตามที่หมอบอกไหม

ทำครับ พวกผงดุรุษหมอบอกไม่ควรกิน ผมก็ไม่กิน แต่น้ำอัดลมผมก็ยังกินอยู่บ้าง แต่ก็ลดลงไปแล้ว

การที่คุณลุงปลูกผักกินเอง และใส่ใจการกินอาหารที่มีประโยชน์

ตามที่หมอบอก เวลาที่หมอมามาตรวจสุขภาพ หมอบอกว่าสุขภาพคุณลุงเป็นอย่างไร

ไม่มีโรคอะไรเลย

ในแต่ละวันคุณลุงออกกำลังกายอะไรบ้าง

เดินแกว่งแขนครับ ตอนเช้าวันละประมาณ 30 นาที แต่ถ้าวันไหนมีภาระก็ไม่ได้เดิน

กลุ่มออกกำลังกาย



อ.ต.เจริญ มีทอง

อายุ 70 ปี

ประธานชมรมผู้สูงอายุบ้านทุ่งงาม

สมาชิกกลุ่มออกกำลังกาย

ทำไมคุณลุงถึงเข้ามาร่วมกับโรงเรียนผู้สูงอายุ

ผมเป็นประธานชมรมผู้สูงอายุตำบลทุ่งงามครับ จึงได้พาผู้สูงอายุของตำบลมาร่วมกับโรงเรียนผู้สูงอายุเขาด้วย

ในฐานะประธานชมรมผู้สูงอายุของตำบล คุณลุงจัดให้มีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุอย่างไรบ้าง

หลายอย่างครับ อย่างที่บ้านดอนแก้วเขาก็มีกลุ่มจักสานไม้กวาด ที่บ้านสะแลมีการทำดอกไม้และสานตะกร้าด้วย บางครั้งผมก็ไปร่วมกิจกรรมกับเขาบ้าง แต่มาที่โรงเรียน เขาไม่ได้เอาไม้กวาดมาสอน มีแต่การสานตะกร้า

คุณลุงมีส่วนร่วมในการสอนกิจกรรมไหนบ้าง

มารวมตัวกันแบบนี้ ผมก็ว่าดีนะครับ มีความสามัคคีในตำบลหรือว่าอำเภอดีมาก เพราะเขามาร่วมกันทุกบ้าน เมื่อก่อนนี้ที่โรงเรียนยังไม่เปิด ผมก็สอนออกกำลังกายอยู่ที่ลานอเนกประสงค์บ้านทุ่งงามพัฒนา หมู่ 11

คุณลุงนำชาวบ้านออกกำลังกายช่วงเวลาไหนบ้าง

ตอนเย็นครับ สัปดาห์ละสองวัน วันจันทร์กับวันพุธ

แต่ละวันมีคนมาร่วมกี่คน

ประมาณ 20 กว่าคนครับ ทั้งผู้หญิงผู้ชาย

คุณลุงเน้นการออกกำลังกายท่าไหนบ้าง

หลายท่าครับ ผสมผสานกันไป ยืดเหยียดด้วย อย่างละ 10 ครั้ง 10 ยก เริ่ม 5 โมงไปเสร็จเกือบทุ่ม เพราะพอออกกำลังกายแล้วเขาก็เปิดเพลงรำวงกันสัก 5-6 เพลง ผู้สูงอายุเขาก็ไปรำกันด้วย

รวมกลุ่มออกกำลังกายตอนเย็นมาก็ปีแล้ว

หลายปีแล้วครับ แต่ช่วงนี้เขาทำนาก็เลยไม่ค่อยมีคน แต่ว่าถ้าไม่ทำนาก็คนเยอะ

โดยส่วนตัวคุณลุงคิดว่าการออกกำลังกายเป็นประจำทำให้ดีอย่างไร
อย่างผมเคยปวดแขนปวดขา รู้สึกมันจะดีขึ้นนะถ้าเราออกกำลังกาย

คุณลุงมีโรคประจำตัวไหม

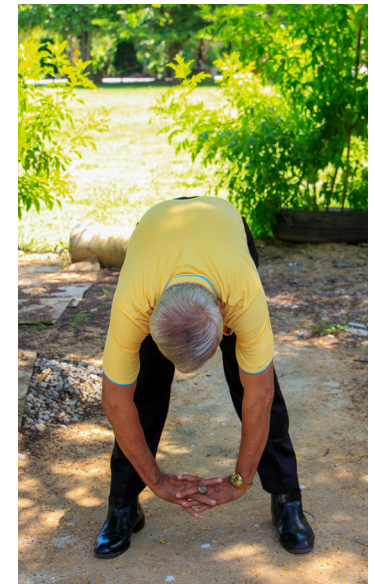
ผมเป็นความดันอย่างเดี๋ยวนะครับ แต่ถ้าออกกำลังกายเป็นประจำ มันก็ไม่มีอาการอะไรครับ

สำหรับเพื่อน ๆ ที่มาออกกำลังกายด้วยกัน มีความเปลี่ยนแปลงไป
ในทางที่ดีขึ้นหรือไม่

สุขภาพเขาดีขึ้นกันหลายคนครับ บางคนที่เคยหัวเข่าไม่ดี เขาก็สามารถ
ยืนกระต่ายขาเดียวได้ ในหนังสือเขาบอกว่าการยืนกระต่ายขาเดียวได้
ถึง 3 นาที มันเกี่ยวกับสมอง ทำให้สมองดี เส้นเลือดไม่ตีบตันในสมอง

คุณลุงเรียนท่าทางการออกกำลังกายมาจากที่ไหน

เยอะครับ ทั้งของตำรวจ ทั้งของหมอ เพราะหมอบอกจากโรงพยาบาล
เสริมงาม เขาก็มาสอนที่นี้บ่อย ผมก็ได้เอาไปสอนที่บ้านต่อ



ด.ต.เจริญ มีของ สาธิตท่าทางการออกกำลังกายที่ทำเป็นประจำ และนำไปสอนผู้สูงอายุท่านอื่น

กลุ่มบายศรี



ละเอียด กิพย์กุลานต์

อายุ 66 ปี

นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ

คณะกรรมการและวิทยากรโรงเรียนผู้สูงอายุ

คุณป้ามีส่วนร่วมกับโรงเรียนผู้สูงอายุอย่างไรบ้าง

นอกจากเป็นคณะกรรมการโรงเรียนร่วมกันให้ความรู้แก่นักเรียน เป็นวิทยากรช่วยการสอน และก็เป็นนักเรียนเองด้วยค่ะ

คุณป้าเน้นการสอนวิชาอะไร

ส่วนมากป้าจะเน้นเรื่องวัฒนธรรมในชุมชน อย่างเช่นการสอนบายศรี ในชุมชนของเราเวลามีกิจกรรมต่าง ๆ อย่างการแต่งงานหรือว่ามีงานศพ เขาจะทำขันสืล คือใช้ใบตองทำเหมือนกับบายศรีเป็นลูกเล็กๆ ใช้สำหรับ ถวายพระ แล้วก็มีการจัดดอกไม้ด้วย ดอกไม้ส่วนมากเราก็จะใช้วัสดุ ในชุมชน เช่น ดอกกรักหรือดอกไม้ในหมู่บ้านที่เรามีอยู่ เราก็เอามาใช้ใน

การตกแต่ง เมื่อชาวบ้านมีความรู้สามารถที่จะนำความรู้เหล่านี้ไปใช้ใน ชุมชนได้ เขาก็ไม่ต้องไปจ้างให้ใครทำ

ทำไมโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเสริมงามจึงใช้วัฒนธรรม ประเพณีเป็นแกนหลักในการสอนผู้สูงอายุ

ในชุมชนของเรานั้นเรื่องของวัฒนธรรมประเพณียังมีความเข้มแข็งอยู่ค่ะ จุดประสงค์ของเราก็คืออยากให้เอาความรู้เหล่านี้ไปใช้ในชุมชน เขาจะได้ ช่วยกัน มีปฏิสัมพันธ์กัน มีความสามัคคีกัน คนละไม้คนละมือ ช่วยกัน คนละนิดคนละหน่อย

ทำไมคุณป้าจึงต้องการถ่ายทอดความรู้นี้ให้กับคนในชุมชน

เราก็อายุมากแล้วอยากจะถ่ายทอดความรู้นี้ให้ชุมชนค่ะ เวลาได้เห็นว่า เราสอนไปแล้วเขาสามารถทำได้และเอาไปใช้ในชุมชนได้ ก็คิดว่าเราก็สามารถถ่ายทอดความรู้นี้ให้เขาได้ เป็นความภูมิใจของเราเอง

นอกจากเป็นคนสอนแล้ว คุณป้ายังได้เรียนจากคนอื่นด้วย ชอบวิชา ไตมากที่สุด

ส่วนมากจะเป็นการจัดดอกไม้ ออกกำลังกายก็ชอบค่ะ เพราะมีประโยชน์ ต่อร่างกายเรา ป้าเป็นภูมิแพ้ ในหมู่บ้านทุกวันนี้เขาเดินแอโรบิกกัน ตอนเย็น เราก็ไปร่วมออกกำลังกายกับเขา เราได้มีความสุขทางใจ เพลิดเพลิน ได้ออกกำลังกายลดไขมันของเราด้วย สุขภาพดี ไม่ต้อง ทานยาโรควิถีภูมิแพ้แล้ว

ถ้าจบปีนี้แล้ว คุณป้ายังจะมาโรงเรียนอีกไหม

มาค่ะ ป้าบอกตัวเองว่าเราต้องเข้มแข็งนะ เพราะอยากมาอีก มาที่นี้ สนุกดี เราได้หัวเราะ (ยิ้ม)

กลุ่มนันทนาการ



อ่อนศรี คัมภีร์พิทักษ์

อายุ 72 ปี

นักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุ

วิทยาการวิชานันทนาการ

คุณป้าทำงานอะไรมาก่อน

เป็นครูค่ะ

สอนวิชาอะไร

สอนทุกวิชาเลยค่ะ สอนชั้นประถมศึกษา

หลังจากเกษียณแล้วคุณป้าเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ในชุมชนอย่างไรบ้าง

เขาจัดงานอะไรก็ไปค่ะ ทั้งลูกเสือชาวบ้าน ทั้งกาชาด

ทำไมคุณป้าจึงเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนมาอย่างต่อเนื่อง

สนุกค่ะ อย่างการมาโรงเรียนผู้สูงอายุก็เพราะว่าเราได้ช่วยเหลือคนแก่หลายอย่าง ทั้งด้านสุขภาพ ด้านความรู้ความสามารถค่ะ

คุณป้ามีบทบาทหน้าที่อย่างไรในชมรมผู้สูงอายุ

รับหน้าที่ดูแลเรื่องนันทนาการค่ะ

กิจกรรมนันทนาการที่คุณป้านำมาจัดให้กับเพื่อน ๆ มีอะไรบ้าง

สอนเป็นเพลงค่ะ โดยให้เพื่อน ๆ ทำท่าทางประกอบเพลงนิด ๆ หน่อย ๆ แค่นี้ก็ถือเป็นการออกกำลังกายของผู้สูงอายุแล้วค่ะ ผู้สูงอายุเราจะไปออกกำลังกายมาก ๆ ไม่ได้หรอกค่ะ ทำท่าทางประกอบเพลงแบบนี้เพื่อน ๆ ชอบมาก ๆ ค่ะ บอกเอาอีก ๆ

คุณป้ามีวิธีการเตรียมตัวในกิจกรรมนี้ได้อย่างไรบ้าง

เตรียมตัวด้วยการเอาประสบการณ์จากการไปอบรมลูกเสือชาวบ้านและการเป็นครูมาใช้ค่ะ เพราะการสอนเด็กก็คล้าย ๆ กับสอนผู้ใหญ่ นั่นแหละ

เพลงที่คุณป้ายามาใช้กับนักเรียนผู้สูงอายุมีลักษณะอย่างไร

เป็นเพลงง่าย ๆ กระตุ้นความจำ เช่น ถ้ำร้อง ก.ไก่ ให้เอามือไว้ที่แก้ม ถ้ำร้อง ป.ปลา ให้เอานิ้วชี้ที่ปาก ต.เต่า ให้ชี้ที่ตา จ.จาน ชี้ที่จมูก ให้เขาร้องและทำตาม สิ่งเหล่านี้เป็นทั้งความสนุกสนาน การฝึกความจำ และเป็นท่าทางการออกกำลังกายไปด้วย

กิจกรรมเหล่านี้สร้างความเปลี่ยนแปลงให้กับเพื่อนนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุในทางที่ดีขึ้นอย่างไรบ้าง

เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นค่ะ ทำให้เขามีความกล้ามากขึ้น เวลาร้องเพลงเขาก็จะออกมาแย่งกันร้อง เมื่อก่อนจะไม่ค่อยมีคนกล้าออกมาทำกิจกรรมกันเท่าไร คนที่ร้องก็ร้องไป คนที่ไม่ร้องก็จะออกมารำร่าสนุกสนานกันไป แก้ปัญหาผู้สูงอายุมีอาการซึมเศร้าได้เยอะเลย

ผู้สูงอายุมักมีการนำปัญหาส่วนตัวมาปรึกษาซึ่งกันและกันบ้างหรือไม่ มีค่ะ บางคนมาบอกว่าลูกไปทำงานต่างจังหวัดทิ้งเขาอยู่บ้าน เขาก็เหงา การที่เขาได้มาโรงเรียนก็ดี ทำให้ชีวิตเขามีความสุขขึ้น ทำให้เขาได้เพลิดเพลิน มีอะไรก็เอามาแบ่งปันกันกิน

คุณป้ายาเองรู้สึกอย่างไรในการมาร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนผู้สูงอายุ ป้ายาเป็นทั้งนักเรียนด้วย เป็นคณะกรรมการด้วย ก็มีความสุขมากค่ะ อยากมาโรงเรียนทุกสัปดาห์เลย ยิ่งถ้าเพิ่มวันก็ยิ่งดีค่ะ (หัวเราะ)

“

**คนที่ร้องก็ร้องไป คนที่ไม่ร้องก็จะออกมารำ
สนุกสนานกันไป แก้ปัญหาผู้สูงอายุ
มีอาการซึมเศร้าได้เยอะเลย**

”



การฟ้อนรำเป็นกิจกรรมนันทนาการที่ผู้สูงอายุสนใจเป็นอย่างยิ่ง

บทที่ 05

ครูจิตอาสา

อาจารย์ศรี โป่งแก้ว อายุ 69 ปี เป็นอดีตข้าราชการครู หลังจากหมดภาระหน้าที่การงานในโรงเรียนแล้ว อาจารย์ศรีก็ได้ละทิ้งความเป็นครู แต่ยังคงดำรงตนเป็นจิตอาสาด้วยการเปิดบ้านสอนพิเศษให้กับนักเรียนที่เป็นลูกหลานในชุมชนโดยไม่คิดค่าตอบแทน อาจารย์ศรีบอกว่า ความเป็นข้าราชการอาจหมดไป แต่ความเป็นครูในใจของเขาไม่มีวันหมดลง



ศรี โป่งแก้ว อายุ 69 ปี

กรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุ
ครูจิตอาสา

หลังจากเป็นครูที่โรงเรียนเสริมงามวิทยาคมมากกว่า 30 ปี เมื่อต้องเกษียณอายุราชการและเข้าสู่วัยผู้สูงอายุเต็มตัว อาจารย์ศรี โป่งแก้ว ก็ไม่ต้องเดินทางไปสอนหนังสือที่โรงเรียนเหมือนที่เคยทำตลอดมาเป็นระยะเวลาหลายสิบปี แต่นั่นไม่ได้หมายความว่า เขาจะเลิกทำงาน เพราะเขาได้รับการทาบทามให้เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชนแทบจะในทันที

“มาร่วมหลายงานเลยครับ เทศบาลเขาขอให้มาเป็นกรรมการที่ปรึกษา กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ ผมก็มาตลอด จากนั้นพอเขามีโรงเรียนผู้สูงอายุ เราก็มาเป็นกรรมการโรงเรียนนี้ด้วย” อาจารย์ศรีกล่าวถึงการเข้าร่วมกิจกรรมของเทศบาลตำบลเสริมงาม

ในฐานะกรรมการโรงเรียน อาจารย์ศรีเล็งเห็นว่าโรงเรียนผู้สูงอายุจะสามารถสร้างความเปลี่ยนแปลงให้กับบรรดาผู้สูงอายุในชุมชนได้อย่างมาก

“ผมคิดว่าเขาจะมีความสุขที่ได้มาพูดคุย ได้มาอยู่ร่วมกัน เวลาไปไหนกันก็จะได้ไม่เหงา เราเริ่มจากกลุ่มเล็ก ๆ มาก่อน พอชาวบ้านเขาได้เห็นเราเฮลโอสระพาไปด้วยกัน กินด้วยกัน เขาจะได้เห็นว่ามีความสุขดี เขาจะได้ชวนกันมาเยอะ ๆ มารวมกลุ่มกัน ผู้สูงอายุจะได้ไม่เหงา” อาจารย์บอก

นอกจากการได้มาร่วมกันทำกิจกรรมที่โรงเรียนแล้ว เขายังเห็นว่าในอนาคต โรงเรียนผู้สูงอายุควรจะเคลื่อนที่ออกไปตามหมู่บ้านต่าง ๆ เพื่อเข้าถึงกลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่สามารถเดินทางมาร่วมกิจกรรมได้

“ผมคิดว่าการทำอย่างนี้เราจะได้ชวนชาวบ้านเข้ามาช่วยกลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มผู้สูงอายุจะได้มาร่วมงานกัน มาพบปะสังสรรค์กันมากขึ้น ใครมีอะไรก็มาปรึกษากัน ช่วยเหลือกัน เพราะบางอย่างผมไม่รู้ แต่เขารู้ คนอื่นรู้ ก็จะได้มาพูดคุยกัน อันนั้นควรทำอย่างนั้น อันนี้ควรทำอย่างนี้ มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันว่าเราควรจะทำแบบไหน”

นอกจากบทบาทในการมาร่วมกิจกรรมและแสดงความคิดเห็นถึงการดำเนินการในโรงเรียนผู้สูงอายุแล้ว อาจารย์ศรี โป่งแก้ว ยังถือเป็นบุคคลด้านจิตอาสาที่สำคัญที่สุดคนหนึ่งของเทศบาลตำบลเสริมงาม เพราะท่านได้ทุ่มเททั้งเวลาและสถานที่ด้วยการเปิดบ้านสอนพิเศษวิชาเคมีให้กับนักเรียนรุ่นหลานที่อยากได้ความรู้เพิ่มเติมนอกเวลาเรียน โดยไม่คิดค่าตอบแทน

“ผมเป็นครูวิชาเคมีครับ เด็กชั้น ม.ปลาย ที่อยากให้ผมสอนก็จะมาหาที่บ้าน ผมก็สอนให้เขา” อาจารย์จิตอาสากล่าว “ผมทำแบบนี้มาตั้งแต่ก่อนที่จะเกษียณแล้วครับ ทุกวันนี้ก็ยังทำแบบนี้อยู่”

คนในชุมชนเล่าว่า โดยปกติแล้วในชุมชนก็จะมีครูที่รับสอนพิเศษเป็นอาชีพเสริม โดยเก็บค่าเรียนชั่วโมงละ 50-100 บาท แต่อาจารย์ศรี กลับสอนโดยไม่คิดเงิน ที่ยิ่งไปกว่านั้นก็คือยังเปิดบ้าน เปิดไฟ หุงข้าว ทำกับข้าวเลี้ยงเด็กนักเรียนที่พากันมาเรียนพิเศษอีกต่างหาก

“ผมพยายามช่วยเด็กครับ อยากให้โอกาสพวกเขา” อาจารย์ศรี บอกถึงความตั้งใจ

“ถ้าเด็กมีโอกาสประสบความสำเร็จ เราก็ภูมิใจว่าสามารถช่วยเด็กในเสริมงามของเราให้มีความเจริญก้าวหน้า สามารถที่จะเรียนต่อ มีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตได้มากขึ้น เราก็ภูมิใจอย่างมาก” การสอนพิเศษวิชาเคมีที่บ้านอาจารย์ศรีเป็นเรื่องที่รับรู้กันทั่วไปในหมู่เด็กนักเรียน เพราะฉะนั้นบางวันหลังเลิกเรียนตอนเย็นก็จะมีเด็กแว่วเวียนมาเรียนพิเศษที่บ้าน หรือบางคนก็จะมาในวันหยุดเสาร์อาทิตย์ ทำให้บ้านของอาจารย์ศรีไม่เคยเงียบเหงา

“ไม่จำเป็นต้องนัดหรอกครับ” อาจารย์หัวเราะ “แล้วแต่เขาเลย เด็กพร้อมที่จะเรียนเมื่อไรก็ตาม เราพร้อมที่จะให้ ผมไม่จำกัดเวลามากคนเดียวก็นอน ก็คนผมก็นอน เพราะเด็กเขาตั้งใจมาแล้ว”

อาจารย์วัย 69 ปี เล่าว่า มีเด็กหลายคนที่เคยมาเป็นลูกศิษย์ที่บ้านแล้วสามารถออกไปประสบความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียน บางคนไปเรียนปริญญาเอกที่ต่างประเทศเลยทีเดียว

“ภูมิใจครับ เด็กพวกนี้ถ้ากลับมา เขาก็มาเที่ยวหา” ครูจิตอาสา กล่าวด้วยความภาคภูมิใจ

“

**กลุ่มผู้สูงอายุจะได้มาร่วมงานกัน
มาพบปะสังสรรค์กันมากขึ้น
ใครมีอะไรก็มาปรึกษากัน ช่วยเหลือกัน
เพราะบางอย่างผมไม่รู้ แต่เขารู้ คนอื่นรู้
ก็จะได้มาพูดคุยกัน**

”

บทที่ 06

เสริมงาม สุขภาพงาม

จากสถิติที่ผ่านมา มีตัวเลขที่บอกว่าสถานการณ์สุขภาพของผู้สูงอายุในอำเภอเสริมงามอยู่ในภาวะที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง เพราะมีสถิติการฆ่าตัวตายสูงเป็นลำดับต้น ๆ ของจังหวัดลำปาง โดยส่วนใหญ่เป็นการฆ่าตัวตายในกลุ่มผู้สูงอายุและผู้ป่วยโรคเรื้อรัง ทีมงานเทศบาลตำบลเสริมงามและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงเล็งเห็นความสำคัญและหยิบยกประเด็นนี้มาแก้ปัญหาอย่างเร่งด่วน

เทศบาลตำบลเสริมงามได้ยกระดับคุณภาพชีวิตและการมีส่วนร่วมของการทำงานในพื้นที่ ร่วมกับมูลนิธิพิทักษ์ดวงตาลำปาง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพกลุ่มชมรมแสงตะวัน กลุ่มเฟลีนพาดิ กลุ่มมะขามป้อม โรงพยาบาลเสริมงาม ชมรมคนพิการตำบลทุ่งงาม สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเสริมงาม รวมตัวกันนำ ICF ซึ่งเป็นระบบการประเมินที่สามารถเทียบเคียงได้กับ TCNAP และ RECAP มาใช้ประเมินคนพิการจำนวน 115 ราย ในพื้นที่เขตเทศบาลตำบลเสริมงาม จากผลการดำเนินงานการใช้ ICF พบว่าคนพิการมากกว่าร้อยละ 70 เป็นผู้สูงอายุ

ทีมงานเมืองเสริมจึงมีแนวคิดนำ ICF มาพัฒนาเป็น ‘ICF เสริมงาม’ เพื่อวินิจฉัยและตรวจประเมินในกลุ่มผู้สูงอายุ โดยตกลงทำบันทึกข้อตกลงในการทำงานเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ 2 ตำบล หน่วยงานที่เข้าร่วมประกอบด้วย เทศบาลตำบลเสริมงาม, เทศบาลตำบลทุ่งงาม, องค์การบริหารส่วนตำบลเสริมกลาง, โรงพยาบาลเสริมงาม และสำนักงานสาธารณสุขอำเภอเสริมงาม ร่วมมือกันวินิจฉัยและตรวจประเมินในกลุ่มผู้สูงอายุ

‘ICF เสริมงาม’ เป็นการนำ ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health) มาพัฒนาเป็นแบบสำรวจในการจัดเก็บข้อมูลผู้สูงอายุใน จำนวน 3,243 คนใน 2 ตำบลคือ ตำบลทุ่งงาม อำเภอเสริมงาม และตำบลเสริมกลาง อำเภอเสริมงาม

การวิเคราะห์ข้อมูลนำแบบ ICF เสริมงาม บันทึกโดยโปรแกรม Data Entry ICF ประมวลผลข้อมูล ICF จากโปรแกรม Data Entry ICF เพื่อการดูแลผู้สูงอายุและคนพิการระยะยาว ออกมาเป็นข้อมูล 3 ชุด คือ ชุดสุขภาพ ชุดสวัสดิการ และชุดสิ่งแวดล้อมและการทำกิจกรรม จากนั้นจึงคืนข้อมูลจากการสำรวจด้วย ICF เสริมงาม ให้กับผู้นำชุมชนทุกหมู่บ้านในอำเภอเสริมงามในเวทีประชุมกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และประสานความร่วมมือให้ที่ว่าการอำเภอเสริมงามนำโดยนายอำเภอและหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้ร่วมมือกันในการขับเคลื่อน

นโยบายอำเภอสุขภาวะ ในรูปแบบคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิต
อำเภอสริมงาม (พชอ.เสริมงาม)

ICF เสริมงาม ทำให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย และหน่วยงานภาครัฐ
ท้องถิ่น เอกชน ภาคประชาชน ร่วมกันทำงานเพื่อจัดบริการสาธารณะ
ให้กับผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตประจำวันให้มีสุขภาพ ใจ และสังคม
ที่ดีตามแนวคิด “วิถีคนเมืองเสริม เป็งป่าอาศัยแบบปืแบบน้อง” เป็นการ
เตรียมพื้นที่เข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ และยกระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิต
ของผู้สูงอายุของตำบลทุ่งงามและตำบลเสริมกลางอย่างครอบคลุม
ทั่วถึง เท่าเทียม และยั่งยืน ผ่านระบบบริการดูแลระยะยาวด้าน
สาธารณสุข (Long Term Care) การให้จัดให้มีการเยี่ยมกายอุปกรณ์
การปรับปรุงสภาพแวดล้อม เป็นต้น



จิน กิตติ

อายุ 86 ปี

ผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิง

คุณยายจิน กิตติ และคุณตาทองคำ กิตติ เป็นสองสามีภรรยา ทั้งคู่เป็น
ผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยในบ้านเกือบตามลำพังตลอดเวลา เพราะแม้ว่าจะมี
ลูกสาวอาศัยอยู่ในบ้านด้วย แต่ในตอนกลางวันก็ต้องออกไปทำงาน
นอกบ้าน จะกลับมาอีกครั้งก็ในตอนค่ำ

ทุกวันลูกสาวของคุณตาและคุณยายจะทำกับข้าวไว้ให้และดูแล
การขับถ่าย ผลิตเปลี่ยนเสื้อผ้าให้กับผู้สูงอายุทั้งสองก่อนจะออกไป
ทำงาน เจ้าหน้าที่แคร์ กิฟเวอร์ ที่รับหน้าที่ดูแลคุณตาและคุณยายเล่าว่า
คุณยายเป็นผู้สูงอายุที่มีอาการหลงลืม และหลายปีที่ผ่านมาคุณยาย
ประสบอุบัติเหตุหกล้มทำให้เดินไม่ได้ แต่ยังสามารถนั่งและไถตัวเอง
ไปไหนมาไหนในบ้านได้บ้าง ทุกวันหลังจากลูกสาวออกไปทำงาน คุณยาย
จะพยายามพาตัวเองมานั่งที่ประตูหน้าบ้านทุกวัน และทำกิจกรรมเล็ก ๆ
น้อย ๆ ที่ยังพอทำได้ เช่น การร้อยลูกปัด

ส่วนคุณตาท้องคำตอกอยู่ในสภาพผู้สูงอายุติดเตียงโดยสมบูรณ์แบบไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้เลย ทั้งวันคุณตาจะนอนอยู่บนที่นอนถ่ายปัสสาวะอุจจาระข้างๆ ที่นอน เจ้าหน้าที่แคร์ กิฟเวอร์จึงต้องเข้ามาดูแลคุณตาและคุณยายเป็นประจำ ทุกครั้งที่เข้ามาก็จะต้องดูแลทั้งการตรวจวัดความดัน ตรวจเบาหวาน รวมถึงดูแลความสะอาดร่างกายและทำความสะอาดบ้านในกรณีที่คุณตาขับถ่ายไม่เป็นที่เป็นทาง ส่วนคุณยายสามารถเข้าห้องน้ำเองได้ เพราะทางเทศบาลฯ ได้จัดงบประมาณมาใช้ปรับสภาพห้องน้ำให้คุณยายใช้ได้สะดวกขึ้น



เจ้าหน้าที่แคร์ กิฟเวอร์ดูแลความสะอาดและการขับถ่ายให้คุณตาท้องคำ กิตติ เป็นประจำ



นอกจากเจ้าหน้าที่แคร์ กิฟเวอร์จะเข้ามาตรวจวัดร่างกายโดยทั่วไปแล้ว ยังมาช่วยดูแลความสะอาดร่างกายและบ้านด้วย



จันต๊ีบ คำปน

อายุ 68 ปี

ผู้สูงอายุภาวะพึ่งพิง

คุณต๋ัย คำปน อายุ 42 ปี ลูกชายและผู้ดูแลคุณลุงจันต๊ีบเล่าว่า คุณลุงป่วยเป็นโรคเส้นเลือดในสมองแตกมาได้ราว 18 ปีแล้ว ทำให้เป็นผู้ป่วยติดเตียงไม่สามารถดูแลตนเองได้ คนในบ้านจึงต้องรับหน้าที่สลับกันดูแลมาโดยตลอด คุณต๋ัยบอกว่าวิธีการดูแลคุณลุงก็คือทุกเช้าเมื่อคุณลุงตื่นนอนจะช่วยล้างหน้าแปรงฟัน กินข้าว เวลาว่าง ๆ ก็บีบนิ้วให้บ้าง และเช็ดตัวในตอนเย็น

ก่อนหน้านี้คุณลุงต้องเดินทางไปพบแพทย์ แต่ในช่วงหลังทางครอบครัวไม่สะดวกในการพาคุณลุงเดินทางไปหาหมอ อสม. จึงเข้ามาช่วยเหลือโดยการเข้ามาตรวจและไปรายงานหมอ หมอจึงจัดยามาให้นอกจาก อสม. ที่เข้ามาดูแลคุณลุงแล้ว ยังมีเจ้าหน้าที่แคร์ ก็ฟเวอร์ที่จะเข้ามาดูแลอาการเดือนละ 2 ครั้ง โดยแต่ละครั้งจะเข้ามาตรวจวัดความดัน รวมถึงเข้ามาพูดคุยให้กำลังใจ

คุณต๋ัยบอกว่า ก่อนหน้านี้สภาพความเป็นอยู่ค่อนข้างไม่สะดวกเพราะคุณลุงจะต้องนอนในห้องนอน ซึ่งไกลจากห้องน้ำ ต่อมาเทศบาลได้เข้ามาช่วยปรับปรุงสภาพบ้าน โดยการต่อห้องนอนใหม่และทำห้องน้ำไว้ในบริเวณเดียวกัน ทำให้ไม่ต้องย้ายคุณลุงไปมา ทำให้ครอบครัวสามารถดูแลคุณลุงจนดีได้สะดวกขึ้นมาก



สภาพบ้านของคุณลุงจันต๊ีบหลังได้รับการปรับปรุงสภาพให้มีความสะดวกในการดำเนินชีวิตมากขึ้น

บทที่ 07

เสริมเฮียน ตามใจผู้อยู่

การปรับปรุงบ้านให้กับผู้สูงอายุและผู้พิการเป็นมาตรการหลักในการดำเนินงานพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยเทศบาลตำบลเสริมงาม ด้วยเล็งเห็นว่า หากผู้สูงอายุมีความเป็นอยู่ในบ้านที่ดีและมีความปลอดภัยก็จะสามารถลดอัตราการเกิดอุบัติเหตุที่จะทำให้เกิดอาการบาดเจ็บทั้งในระยะสั้น และความเจ็บป่วยต่อเนื่องในระยะยาว ซึ่งจะมีผลต่อการตกเป็นภาระการดูแลของบุคคลอื่นโดยไม่จำเป็น

แนวคิด ‘เสริมเฮียน’ ของเทศบาลตำบลเสริมงาม หมายถึงการปรับปรุงสภาพบ้านสำหรับคนพิการและผู้สูงอายุโดยชุมชนและท้องถิ่นเข้ามามีส่วนร่วม โดยเทศบาลตำบลเสริมงามเป็นศูนย์กลางในการประสานงานหน่วยงานภาครัฐ เอกชน ภาคประชาสังคมทั้งในและนอกพื้นที่ในการดำเนินการ โดยมีความมุ่งหวังในการลดอุบัติเหตุ ความเครียดในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาในเรื่องบ้านที่อยู่อาศัย

ข้อมูลการปรับปรุงสภาพบ้านที่ได้มาจากการคณะอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ผู้ใหญ่บ้าน กำนัน และภาคประชาชนที่คัดกรองจากทั้งหมด 2,897 หลัง เป็นผู้สูงอายุ จำนวน 2,267 คน (ผู้สูงอายุติดบ้าน จำนวน 1,578 คน) และคนพิการอีก 508 คน รวม 2,775 คน ได้บ้านที่ต้องทำการปรับปรุงทั้งหมดจำนวน 112 หลัง เพื่อลดอุบัติเหตุในกลุ่มผู้สูงอายุและคนพิการ

โดยการดำเนินการปรับปรุงสภาพมุ่งปรับพื้นที่และสิ่งแวดล้อม ในจุดที่เกิดอุบัติเหตุบ่อยที่สุดในบ้านที่อยู่อาศัย คือ ห้องน้ำ ห้องนอน จุดที่ใช้งานประจำในชีวิตประจำวันของบ้านและนอกบ้าน เพื่อป้องกันการลื่นล้ม ที่ส่งผลต่อการเจ็บป่วยและความพิการที่รุนแรงขึ้น พร้อมทั้งลดความเครียดสะสมของคนพิการและผู้สูงอายุ กับผู้ดูแลและครอบครัวที่เป็นสาเหตุปัญหาที่ทำให้เกิดการตัดสินใจในการฆ่าตัวตาย

การปรับพื้นที่ให้เอื้อต่อการใช้ชีวิตประจำวันของคนพิการและผู้สูงอายุให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้มากขึ้น ทำให้ผู้ดูแลและครอบครัวมีเวลาเพิ่มมากขึ้น สามารถไปทำงานและดูแลตัวเองเพิ่มรายได้ และลดความเครียดจากภาระในการดูแลคนพิการ/ผู้สูงอายุ

คุณต่ายอดและคุณยายช่อนอาศัยอยู่ในบ้านด้วยกันสองคน ก่อนหน้านี้เจ้าหน้าที่ อสม. รายงานไปยังเทศบาลฯ ว่า คุณตาและคุณยายใช้ห้องน้ำไม่ค่อยสะดวกนัก เนื่องจากเป็นห้องน้ำไม้นอกตัวบ้าน มีสภาพค่อนข้างทรุดโทรม และตัวห้องน้ำยกสูงจากพื้น ทำให้ผู้สูงอายุก้าวขึ้นลำบาก เทศบาลฯ จึงทำการจัดงบประมาณมาทำการปรับปรุงสภาพเป็นงบประมาณจำนวน 20,000 บาท เป็นค่าวัสดุก่อสร้าง และขอแรงช่างในชุมชนมาช่วยกันก่อสร้าง โดยได้ทำการเปลี่ยนสุขภัณฑ์จากนั่งยองเป็นชักโครกให้ผู้สูงอายุนั่งได้สะดวกขึ้น ต่อไฟฟ้าและติดไฟส่องสว่างทำบันได ติดราวจับ ต่อหลังคา

“เราไม่จำเป็นต้องไปสร้างใหม่ครับ เราแค่ปรับปรุงของเดิมให้เขาได้ใช้ อย่างประตูตามหลักเราต้องเปลี่ยนเป็นบานสไลด์ แต่คุณยายบอกว่าแกไขยาก เพราะแกไม่ถนัดดึงให้มันเลื่อน เราจึงเปลี่ยนเป็นบานผลัก แต่ปรับให้ผลักออกมาข้างนอก เพราะถ้าเกิดอุบัติเหตุเราพึ่งประตูเข้าไปมันจะกระแทกกับคนที่เป็นลมข้างใน” นายสันติพงษ์ ศิลปสมบุญรณ์ หัวหน้าฝ่ายบริการงานสาธารณสุข เทศบาลตำบลเสริมงามให้ข้อมูล



การปรับห้องน้ำให้มีบันได ราวจับ และชักโครก ทำให้คุณตากับคุณยายสะดวกมากขึ้น



การปรับชั้นบันไดให้เตี้ยลงและมีหลายระดับมากขึ้น และการติดราวจับในห้องน้ำช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุกับผู้สูงอายุได้มาก



เช็น ทาทะวงค์
อายุ 79 ปี

ผู้สูงอายุที่ได้รับการปรับสภาพบ้าน

ก่อนหน้านี้ห้องน้ำของคุณตาเช็น ทาทะวงค์ อยู่นอกตัวบ้าน โดยทางเดินจากบ้านไปห้องน้ำมีสภาพค่อนข้างลาดชัน หลายครั้งที่ตาเช็นลื่นหกล้มระหว่างเดินไปห้องน้ำ ต่อมาเมื่อทางครอบครัวต่อห้องให้คุณตาลงมาอาศัยอยู่ที่ชั้นล่างของตัวบ้าน เทศบาลฯ จึงใช้โอกาสนี้ในการดำเนินการปรับปรุงสภาพบ้านให้กับคุณตาเช็นด้วยการต่อห้องน้ำใหม่เอาไว้ในบริเวณเดียวกับห้องนอนใหม่ของคุณตา

ห้องน้ำใหม่ของคุณตาเช็น ทาทะวงค์ มีทั้งส่วนที่เป็นที่อาบน้ำและชักโครกให้คุณตาใช้งานได้อย่างสะดวก นอกจากนี้เทศบาลฯ ยังได้ติดตั้งประตูปานเลื่อน ซึ่งความกว้างของประตูเมื่อเลื่อนออกสุดคือ 1 เมตร สำหรับให้ครอบครัวสามารถเข็นรถเข็นพาคุณตาเข้าห้องน้ำได้ในอนาคต

“เมื่อก่อนต้องออกไปเข้าข้างนอก ไม่สะดวกหรอก มันไปยาก เขาก็เลยมาทำตรงนี้ให้ สะดวก ไม่ต้องเดินไกล” คุณตาเช็นบอกความรู้สึกที่มีต่อห้องน้ำใหม่



ภาพบน: ห้องน้ำก่อนปรับปรุง
ภาพล่าง: สภาพห้องน้ำที่ปรับปรุงให้ใช้งานได้สะดวกกว่าเดิม



คุณดวงจันทร์ ยะเป็ียง เป็นผู้พิการที่มีร่างกายเล็กผิวดกปกติ จึงต้องใช้รถเข็นสำหรับเด็กในการเคลื่อนย้าย

ดวงจันทร์ ยะเป็ียง

อายุ 55 ปี

ผู้สูงอายุในระยะภาวะพึ่งพิง

คุณป้าดวงจันทร์ ยะเป็ียง เป็นผู้พิการ เป็นโรคโปลิโอมาตั้งแต่เด็ก ๆ ทำให้เดินไม่ได้ ทุกวันนี้ป้าดวงจันทร์อาศัยอยู่กับคุณยายหล้า ยะเป็ียง มารดาวัย 76 ปี โดยยายหล้าเป็นผู้ดูแลป้าดวงจันทร์ ทั้งอุ้มลงบันได ไปเข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว ซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เป็นอย่างยิ่ง เทศบาลฯ เห็นความจำเป็นในการปรับปรุงคุณภาพชีวิต จึงเข้ามาดำเนินการปรับสภาพบ้านด้วยการทำห้องน้ำให้ใหม่บนชั้นสอง ของบ้าน ใกล้กับห้องนอน ทำให้ใช้งานได้สะดวก

ห้องน้ำห้องนี้มีลักษณะพิเศษตรงตามลักษณะการใช้งาน ของคุณดวงจันทร์และยายหล้าตรงที่มีการวางตำแหน่งส้วมให้ต่ำกว่า ปกติ เพื่อให้คุณดวงจันทร์ใช้งานได้สะดวก คุณยายเล่าว่า บางครั้งถ้า คุณดวงจันทร์รู้สึกร้อนก็จะพยายามกลิ้งเข้าไปนอนในห้องน้ำด้วยตัวเอง

“ตอนแรกเราคิดว่าจะให้ยายลงไปข้างล่าง แต่มันก็ลำบาก จึงใช้วิธียกแบบนี้ เราเลือกใช้โครงเหล็กและใช้ผนังเบาเพื่อช่วยลด น้ำหนัก ดัดแปลงไปตามสภาพของแต่ละคนและงบประมาณครับ” นายสันติพงษ์ ศิลปสมบุญ หัวหน้าฝ่ายบริการงานสาธารณสุข เทศบาล ตำบลเสริมงามกล่าวถึงวิธีการทำงาน



ตำแหน่งของส้วมต่ำกว่าปกติให้เหมาะกับการใช้งาน

บทที่ 08

เสริมพัฒนา เพื่อผู้สูงอายุและผู้ด้อยโอกาส

ศูนย์ซ่อมบำรุงและพัฒนานวัตกรรม เป็นจุดให้บริการประชาชนในการซ่อมบำรุงในกรณีที่ต้องการ และการผลิตเครื่องมืออุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการใช้ชีวิตประจำวันให้กับประชาชนที่ต้องการ พร้อมทั้งเป็นศูนย์กลางในการระดมรวบรวมอุปกรณ์ในการให้บริการยืมในกรณีที่ไม่สามารถหาได้ให้กับกลุ่มของคนพิการ ผู้สูงอายุ ผู้ด้อยโอกาส

เสริมพัฒนา คือแนวคิดในการทำงานเพื่อสร้างความร่วมมือและพัฒนาสิ่งอำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุและคนพิการในพื้นที่ในรูปแบบของศูนย์ซ่อมบำรุงกายอุปกรณ์และพัฒนานวัตกรรมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุและคนพิการ โดยมีศูนย์บริการคนพิการเทศบาลตำบลเสริมงามเป็นผู้ประสานงาน มีเป้าหมายคือการจัดระบบการบริการการซ่อมบำรุงและผลิตกลุ่มกายอุปกรณ์ เช่น ไม้เท้า รถเข็นวีลแชร์ อุปกรณ์เครื่องใช้ในบ้าน เช่น เตียง แก้วอี้ พร้อมเป็นหน่วยงานประเมินและให้บริการช่วยเหลือในการปรับสภาพบ้านให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ คนพิการ และด้อยโอกาส เพื่อเพิ่มศักยภาพเพิ่มสมรรถนะในการดูแลตนเองให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ คนพิการและด้อยโอกาส และลดภาระให้กับผู้ดูแลผู้สูงอายุและผู้ดูแลคนพิการ

รูปแบบการทำงานแบบเครือข่ายสหพัฒนาจะมีทีมงานจากทุกภาคส่วนในพื้นที่และนอกพื้นที่เขตเทศบาลตำบลเสริมงามที่ประกอบด้วย ภาครัฐ เอกชน ภาคประชาสังคมและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น โรงพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล สาธารณสุขอำเภอ กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน อสม. ในการลงพื้นที่ในแบบทีมสหวิชาชีพ ร่วมคิดร่วมทำ ร่วมพัฒนา บูรณาการมีส่วนร่วมในการพัฒนานวัตกรรม ติดตามตรวจสอบ และปรับปรุงเครื่องมืออุปกรณ์เพื่อพัฒนาเป็นนวัตกรรมที่สามารถใช้งานได้จริง



จรวด เก๋อนแก้ว

อายุ 36 ปี

ผู้พิการทำหน้าที่เป็นผู้พัฒนากายอุปกรณ์และซ่อมบำรุง

ก่อนหน้าที่จะมาประจำศูนย์นี้คุณทำงานอะไรมาก่อน

ผมเป็นเด็กวัดครับ อยู่วัด เรียนจบชั้น ม.3

ทำไมจึงมีความรู้เรื่องการประดิษฐ์กายอุปกรณ์เหล่านี้

เมื่อก่อนตอนผมยังไม่พิการ ช่วงอายุประมาณ 15 ปี ผมไปเรียนที่ศูนย์สตรีฯ เรียนเกี่ยวกับช่างยนต์ อิเล็กทรอนิกส์ ต่อมาผมเกิดอุบัติเหตุทางรถ ทำให้แขนพิการ ผมก็เลยมาอยู่วัด เป็นเด็กวัดมาตลอด

ทำไมถึงมาประจำที่นี่ได้

หมอต้อยเป็นคนดึงเข้ามาครับ พอมาอยู่ที่นี่ บางครั้งเราไปลงพื้นที่บ้านคนพิการ บ้านผู้สูงอายุ เราไปเห็นเขา ก็คิดว่าเราจะทำอุปกรณ์มาให้เขาใช้ได้ บางครั้งก็มีความคิดจากหมอต้อยด้วยว่าน่าจะทำแบบนั้นแบบนี้ เราก็มาลองคิดดู คิดแล้วก็ทำ ทำผิดทำถูก ทำไปเรื่อยๆ ครับ

อุปกรณ์ชิ้นไหนที่คุณคิดว่ามีความซับซ้อนที่สุด ยากที่สุดเท่าที่เคยทำมา

ซับซ้อนที่สุดก็คือตัวใหม่ ยังไม่ได้ทดสอบลองใช้ เป็นอุปกรณ์เคลื่อนย้าย ผู้สูงอายุติดเตียง ผมทำอยู่ประมาณหนึ่งสัปดาห์ ผมเคยเห็นจากที่เขาทำขายครับ จึงเอามาดัดแปลงใส่แม่แรงยกขึ้นลงได้

คุณรู้สึกอย่างไรบ้างที่ได้ทำประโยชน์ให้กับกลุ่มผู้สูงอายุและคนพิการในบ้านเกิด

ดีใจที่เราได้สร้างประโยชน์ให้กับผู้พิการและผู้สูงอายุ และอีกอย่างหนึ่งเราก็ได้มีเงินด้วย มีเงินเก็บ นำไปซื้ออุปกรณ์ เช่น ตู้เชื่อมไว้รับทำงาน จ๊อบเสิร์ฟ-อาทิത്യ

คุณอยากทำอุปกรณ์อะไรอีก

ผมพยายามหาสิ่งประดิษฐ์แปลกๆ ลองเอามาทำดูว่าจะลองทำรถที่ใส่เครื่องมอเตอร์ไซค์ เป็นรถสี่ล้อ แต่ยังไม่มียังงบประมาณ สำหรับให้คนพิการเหมือนผมขับไปกลับจากบ้านมาทำงาน



กายอุปกรณ์ที่ได้รับการซ่อมแซมและพัฒนาขึ้น ภายในศูนย์ซ่อมบำรุงฯ ช่วยประหยัดงบประมาณให้กับผู้สูงอายุได้มาก



เรามุ่งสร้างนวัตกรรม ชุมชนท้องถิ่น
ให้สามารถใช้ทุนและศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่
และสร้างสรรค์ด้วยการจัดการข้อมูลชุมชนในหลากหลายด้าน
ซึ่งถือเป็น ‘แก่น’ และ ‘กลไก’ สำคัญ
ในการเอาพื้นที่เป็นฐานในการพัฒนา
อันเป็นหนทางเดียวที่จะสามารถพัฒนาชุมชนท้องถิ่น
ได้อย่างยั่งยืนและมีประสิทธิภาพ
ภายใต้อัตลักษณ์และตัวตนของชุมชน



ดวงพร เสงบุญพันธ์



ศักยภาพของชุมชน เป็นความพร้อมและความสามารถ
ในการเรียนรู้และจัดการกับความหลากหลาย
ของสถานการณ์ชีวิตของประชาชนได้อย่างเป็นรูปธรรม
ด้วยกระบวนการพัฒนางานหรือกิจกรรม
การจัดการกับปัญหา ตลอดจนการยกระดับคุณภาพชีวิต
อันเป็นผลกระทบบจากโครงสร้างทางกายภาพ
สังคม เศรษฐกิจ สภาวะแวดล้อม สุขภาพ
และการเมืองการปกครอง



วนิษา นันทบุตร