

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง สภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัยแบบแฟลตเคหะชุมชนดินแดง 1 และ 2 กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาค้นคว้าจนเสร็จเรียบร้อยแล้ว โดยสรุปเนื้อหา และผลการวิจัยที่ได้ทำการศึกษา ดังต่อไปนี้

แฟลตเคหะชุมชนดินแดง 1 และ 2 เป็นแฟลตที่รัฐสร้างสำหรับผู้มีรายได้น้อยในโครงการพัฒนาพื้นที่และฟื้นฟูเมืองชุมชนดินแดง โดยมีนโยบายให้ผู้อยู่อาศัยเดิมซึ่งส่วนหนึ่งเป็นผู้สูงอายุ มีสิทธิในการย้ายเข้าไปอยู่ในโครงการ เนื่องจากผู้สูงอายุเป็นผู้อยู่อาศัยที่มีสภาพทางเศรษฐกิจ สังคมและสุขภาพต่างจากคนในวัยอื่น และที่อยู่อาศัยมีความจำเป็นต่อผู้สูงอายุมากขึ้นตามวัยที่สูงขึ้น ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุเพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาที่อยู่อาศัยในโครงการฯ ที่จะเกิดขึ้นให้สอดคล้องกับนโยบายด้านที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุที่ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมที่สะดวกและปลอดภัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัยแบบแฟลตเคหะชุมชนดินแดง 1 และ 2 โดยศึกษากิจกรรม การใช้พื้นที่ สภาพที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน ปัญหาการอยู่อาศัย และความคิดเห็นทั่วไปต่อสภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

กลุ่มประชากรในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในโครงการเคหะชุมชนดินแดง 1 และ 2 เฉพาะในอาคารแฟลต แบบ 1-64 และแฟลต แบบ ช1-ช11 จำนวน 712 คน โดยศึกษา ผู้สูงอายุ 1 คน ต่อหนึ่งครัวเรือน การศึกษาค้นคว้านี้ ได้รับความอนุเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของ ประชากรจากสถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามแบบอัตราส่วน (Proportionate Sampling Size) ประชากร 100-1,000 หน่วย ใช้กลุ่มตัวอย่าง 10-15% ผู้วิจัยใช้ขนาดกลุ่มตัวอย่างไม่น้อยกว่า 15% ดังนั้น ประชากร จำนวน 712 หน่วย ใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 107 ตัวอย่าง เนื่องจาก การศึกษาค้นคว้านี้เป็นการศึกษาสภาพของที่อยู่อาศัยซึ่งสัมพันธ์กับกิจกรรมและการใช้พื้นที่ของกลุ่ม ตัวอย่าง ในขอบเขตพื้นที่ 3 ระดับ คือ ในบริเวณชุมชน ในพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร และใน ห้องพักอาศัย ดังนั้นเพื่อให้มีการกระจายของกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่ทั้ง 3 ระดับ จึงใช้การสุ่มตัวอย่าง แบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยสุ่มตัวอย่างโดย แบ่งพื้นที่ออกเป็น เคหะชุมชน ดินแดง 1 และ 2 แบ่งอาคารเป็น 2 แบบ คือ แฟลตแบบ 1-64 และ แฟลตแบบ ช1-ช11 สุ่มเลือก

อาคารให้กระจายตามพื้นที่ชุมชน และสัมพันธ์อย่างแบบไม่เจาะจงห้องพักอาศัยที่มีสมาชิกเป็น ผู้สูงอายุจากอาคารที่เลือกไว้

เพื่อให้ได้ผลการศึกษาดำเนินการวัตถุประสงค์ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการและเครื่องมือในการ รวบรวมข้อมูล 3 ประเภท ได้แก่

1. การศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ทราบข้อเท็จจริงเกี่ยวกับผู้สูงอายุ กิจกรรมและการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ ตลอดจนสภาพทางกายภาพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
2. การสำรวจสภาพของ ชุมชน อาคาร และห้องที่อยู่อาศัย โดยการสังเกต ถ่ายภาพ และจดบันทึก เพื่อให้ทราบสภาพปัจจุบันและสภาพปัญหา
3. การสัมภาษณ์ผู้สูงอายุโดยใช้เครื่องมือ คือ แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง ซึ่งสร้าง จากข้อมูลเบื้องต้นที่ได้จากการสำรวจพื้นที่ สัมภาษณ์ผู้สูงอายุในชุมชน และจากการศึกษาทฤษฎี ที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ทราบสภาพการอยู่อาศัย และสภาพปัญหาในส่วนที่ไม่สามารถสังเกตเห็นได้ รวมทั้งความคิดเห็นทั่วไปของผู้สูงอายุที่มีต่อที่อยู่อาศัยของตน

นำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์แจกแจงความถี่ร้อยละ และพิจารณาความสัมพันธ์โดยใช้ หลักการทางทฤษฎีและการวิจัยที่เกี่ยวข้องมาช่วยในการวิเคราะห์ ผลการศึกษาสามารถสรุปได้ ดังนี้

สภาพทั่วไปของชุมชน ที่อยู่อาศัย และผู้สูงอายุ

1. สภาพทั่วไปของชุมชน

จากการศึกษาจากข้อมูลทางเอกสารและการสำรวจพื้นที่ พบว่า พื้นที่เคหะชุมชน ชุมชนดินแดง 1 และ 2 ในส่วนที่ทำการศึกษ แบ่งการบริหารออกเป็น 2 ส่วน คือ เคหะชุมชนดินแดง 1 ประกอบด้วย แฟลตแบบ 1-64 จำนวน 32 อาคาร มีหน่วยพักอาศัย จำนวน 1,984 หน่วย และเคหะชุมชนดินแดง 2 ประกอบด้วย แฟลต แบบ 1-64 จำนวน 32 อาคาร และแฟลตแบบ ช1-ช 11 อาคาร มีหน่วยพักอาศัย จำนวน 4,458 หน่วย รวมหน่วยพักอาศัยทั้งสิ้น 6,442 หน่วย

พื้นที่ส่วนกลางของชุมชนที่กลุ่มตัวอย่างเข้าไปใช้สอย ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ พื้นที่ ด้านข้างหรือระหว่างอาคาร ตลาดภายในพื้นที่ชุมชน และสนามกีฬาเวสน์ สนามกีฬาไทย-ญี่ปุ่น

2. สภาพทั่วไปของที่อยู่อาศัย

จากการศึกษาจากข้อมูลทางเอกสารและการสำรวจพื้นที่ พบว่า มีอาคารแฟลต 2 แบบ คือ

แฟลตแบบ 1-64 มีจำนวน 64 อาคาร เป็นอาคาร ค.ส.ล. 5 ชั้น ได้ถุนโถง ทางเดิน หน้าห้องพักอาศัยเป็นแบบ Single Loaded Corridor มีบันได 2 จุด หัว-ท้ายอาคาร ห้องพักอาศัย เป็นแบบ Studio Type ประกอบด้วย ส่วนนอกเนกประสงค์ คริว ห้องน้ำ ระเบียง และปล่องทิ้งขยะ

ด้านหลังห้อง แต่ละหน่วยมีพื้นที่ 40.25 ตารางเมตร อาคารมี 3 ขนาด จำแนกตามจำนวนหน่วยพักอาศัย คือ ขนาด 80 หน่วย ขนาด 56 หน่วย และ ขนาด 48 หน่วย

แฟลตแบบ ช1-ช11 มีจำนวน 11 อาคาร เป็นอาคาร ค.ส.ล. 5 ชั้น ได้ดูแล มีคอร์ทยากกลาง ทางเดินหน้าห้องพักอาศัยเป็นแบบ Single Loaded Corridor มีบันได 2 จุด หัว-ท้ายอาคาร มีปล่องทิ้งขยะรวมของแต่ละชั้นบริเวณโถงหน้าบันได ห้องพักอาศัยเป็นแบบ Studio Type ประกอบด้วย ส่วนนอกประสงค์ คริว ห้องน้ำ ระเบียง แต่ละหน่วยมีพื้นที่ 36.05 ตารางเมตร อาคารมี 4 ขนาด จำแนกตามจำนวนหน่วยพักอาศัย คือ ขนาด 226 หน่วย ขนาด 224 หน่วย ขนาด 198 หน่วย และ ขนาด 180 หน่วย

3. สภาพทั่วไปด้านสังคม เศรษฐกิจ รูปแบบการอยู่อาศัย และความต้องการในโครงการฟื้นฟูเมืองของผู้สูงอายุ

3.1 สภาพทั่วไปด้านสังคม เศรษฐกิจ และสุขภาพ

จากการศึกษา พบว่า มีกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชาย และเพศหญิง ในสัดส่วนที่ใกล้เคียงกัน คือ เพศหญิง ร้อยละ 51.4 และเพศชาย ร้อยละ 48.6 ด้านกลุ่มอายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 62.7 เป็นผู้สูงอายุกลุ่มอายุน้อย (60-69 ปี) รองลงมาเป็นผู้สูงอายุกลุ่มอายุปานกลาง (70-79 ปี) ร้อยละ 30.0 และเป็นผู้สูงอายุกลุ่มอายุมาก (80 ปี ขึ้นไป) ร้อยละ 7.1 ด้านสถานภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 60.0 มีสถานภาพสมรสและยังอาศัยอยู่กับคู่สมรส มีกลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสแต่เป็นม่าย หย่า หรือแยกกันอยู่ ร้อยละ 38.6 และ กลุ่มตัวอย่างที่เป็นโสด ร้อยละ 1.4 ด้านการมีบุตร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 91.4) มีบุตร และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีบุตร ร้อยละ 8.6

ด้านการประกอบอาชีพ พบว่า 3 ใน 4 ของกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 75.7) ไม่ได้ประกอบอาชีพ และกลุ่มตัวอย่างที่ยังประกอบอาชีพ ร้อยละ 24.3 ด้านที่มาของรายได้ พบว่า กว่า 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 68.6) มีรายได้หลักจากลูกหลานหรือญาติให้ มีรายได้หลักจากการประกอบอาชีพ ร้อยละ 18.6 และมีรายได้หลักจากบำนาญ ร้อยละ 12.9 ด้านค่าใช้จ่าย กลุ่มตัวอย่างทุกคน (ร้อยละ 100.0) มีค่าใช้จ่ายด้านอาหารและค่าใช้จ่ายทั่วไป และประมาณครึ่งหนึ่งของกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ 51.4) มีรายจ่ายด้านค่าเช่าและค่าสาธารณูปโภค กลุ่มตัวอย่างส่วนน้อย (ร้อยละ 7.1) มีค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพ ทั้งนี้ เนื่องจากผู้สูงอายุมีบัตรประกันสุขภาพ การจ่ายค่าเช่าและค่าสาธารณูปโภค พบว่า กว่าครึ่ง (ร้อยละ 58.6) บุตรหลานหรือญาติเป็นผู้จ่ายให้ (ในจำนวนนี้กลุ่มตัวอย่างที่ช่วยจ่ายค่าเช่าและค่าสาธารณูปโภคด้วย ร้อยละ 17.0)

ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างกว่า 2 ใน 3 (ร้อยละ 67.1) มีโรคประจำตัว โดยในกลุ่มนี้มีกลุ่มตัวอย่างที่ต้องใช้เครื่องมือช่วยการเคลื่อนไหว ร้อยละ 14.9 หรือคิดเป็น ร้อยละ 10.0 ของ

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด โรคที่พบในผู้สูงอายุ ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคปวดตามข้อ เป็นต้น

3.2 รูปแบบการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

ด้านจำนวนสมาชิกในครัวเรือน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 60.0 เป็นสมาชิกของครัวเรือนขนาดเล็ก (2-4 คน) เป็นสมาชิกของครัวเรือนขนาดใหญ่ ร้อยละ 35.9 และกลุ่มตัวอย่างที่อยู่คนเดียว ร้อยละ 1.4 ด้านรูปแบบการอยู่อาศัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่กับคู่สมรส บุตรหลานหรือญาติ ร้อยละ 44.3 กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่กับบุตรหลานหรือญาติ ร้อยละ 32.9 กลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่กับคู่สมรสเท่านั้น ร้อยละ 15.7 และอยู่คนเดียว ร้อยละ 2.9

ด้านลักษณะการเช่า พบว่า ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 80.0 เป็นผู้เช่าโดยตรงจากการเคหะฯ และเป็นการเช่าช่วงหรือเช่าต่อจากผู้เช่าคนอื่นและจ่ายค่าเช่ากับการเคหะฯ ร้อยละ 20.0 และพบว่า กลุ่มตัวอย่างกว่า 2 ใน 3 (ร้อยละ 79.5) มีระยะเวลาการอยู่อาศัยในแฟลต ตั้งแต่ 20-39 ปี

ด้านการอยู่บ้านช่วงเวลากลางวัน (8.00-15.30) ซึ่งเป็นเวลาที่บุตรหลานออกไปทำงานหรือไปโรงเรียน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 71.4 อยู่บ้านคนเดียวหรืออยู่บ้านตามลำพังกับคู่สมรส และอยู่บ้านกับสมาชิกคนอื่น ๆ ในครอบครัว (3 คน ขึ้นไป) ร้อยละ 28.6 ส่วนในวันหยุด พบว่า ส่วนใหญ่สมาชิกครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างจะอยู่บ้าน รูปแบบการอยู่บ้านมีผลต่อกิจกรรมและการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ เช่น การรับประทานอาหาร

การพึ่งพาเพื่อนบ้าน พบว่า บางครั้งกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 31.4 มีการพึ่งพาเพื่อนบ้านในกิจกรรมต่างๆ อย่างน้อย 1 อย่าง เช่น การฝากซื้ออาหาร พาไปหาหมอ ฝากดูแลบ้าน ฝากจ่ายค่าเช่า เป็นต้น

3.3 ความต้องการในโครงการฟื้นฟูเมืองฯ

จากการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างกว่า 1 ใน 4 (ร้อยละ 28.6) ต้องการย้ายเข้าไปอยู่ในโครงการฟื้นฟูเมืองฯ โดยมีรูปแบบการอยู่อาศัยแบบเดิม เกือบ 1 ใน 3 ไม่ต้องการย้ายเข้าไปอยู่ในโครงการฯ และจะย้ายไปอยู่ที่อื่น โดยมีรูปแบบการอยู่อาศัยที่เปลี่ยนไป เช่น ผู้สูงอายุกลุ่มนี้บางส่วนจะย้ายไปอยู่กับญาติที่ต่างจังหวัด (ไม่ได้อยู่กับครอบครัวเดิม) หรือย้ายไปอยู่กับบุตร และ กลุ่มตัวอย่างกว่า 1 ใน 3 ที่รายงานว่า ไม่แน่ใจขึ้นอยู่กับครอบครัว ไม่อยากย้ายไปอยู่ที่อื่นและไม่อยากให้มีโครงการ เพราะโครงการที่เกิดขึ้นจะทำให้ค่าใช้จ่ายของครอบครัวเพิ่มขึ้น ในขณะที่อาคารยังมีสภาพดี และไม่ควรรสร้างใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อมรา พงศาพิชญ์, 2545) ที่ว่ากลุ่มที่มีท่าทีไม่ให้การสนับสนุนโครงการฯ ส่วนหนึ่งเป็นกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยมานาน ลักษณะโครงการที่เกิดขึ้นมีลักษณะบ้านทอนความมั่นคงด้านที่อยู่อาศัยและส่งผลกระทบต่อรายจ่ายด้านที่อยู่อาศัย

สภาพการอยู่อาศัย

1. สภาพกิจกรรมและการใช้พื้นที่ของผู้สูงอายุ

1.1 กิจกรรมของผู้สูงอายุ

จากการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุมีกิจกรรม แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1.1.1 กิจกรรมขั้นพื้นฐานของชีวิต ได้แก่ การรับประทานอาหาร การนอน และการขับถ่าย กิจกรรมทั้งหมดใช้พื้นที่ภายในห้องพักอาศัย

1.1.2 กิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว โดยผู้สูงอายุ 1 ตัวอย่าง อาจะมีกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัวได้มากกว่า 1 อย่าง (เฉพาะภายในชุมชน) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 84.3) ช่วยเหลือครอบครัวโดยการไปซื้อกับข้าวหรือของ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 64.3) ช่วยเหลือครอบครัวทำงานบ้าน กลุ่มตัวอย่างช่วยดูแลหลาน และทำงานหารายได้ภายในชุมชนในสัดส่วนที่เท่ากัน คือ ร้อยละ 11.4 (ดูตารางที่ 5.2)

1.1.3 กิจกรรมพักผ่อนและใช้เวลาว่าง โดยผู้สูงอายุ 1 ตัวอย่าง มีกิจกรรมพักผ่อนและใช้เวลาว่างได้มากกว่า 1 อย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมด (ร้อยละ 94.3) ใช้เวลาว่างในการดูโทรทัศน์ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 87.1) ใช้เวลาว่างพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 81.4) ใช้เวลาว่างนั่งพักผ่อนหลังเมื่อว่างจากการทำกิจกรรมอื่นๆแล้ว กลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่ง (ร้อยละ 57.1) มีกิจกรรมนอนกลางวัน กลุ่มตัวอย่างกว่า 1 ใน 3 (ร้อยละ 37) ใช้เวลาว่างในช่วงเช้าในการออกกำลังกาย กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 30.0 ใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ กลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 17.1 ใช้เวลาว่างบางส่วนในการทำงานอดิเรก และกลุ่มตัวอย่าง ร้อยละ 11.4 ใช้เวลาว่างในการฟังเพลงหรือวิทยุ (ดูตารางที่ 5.2)

1.2 สภาพกิจกรรมและการใช้พื้นที่

จากการศึกษา พบว่า พื้นที่ที่กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุใช้สำหรับกิจกรรมเรียงลำดับความสำคัญของพื้นที่ที่มีการใช้สอยจากมากไปหาน้อย คือ

1.2.1 พื้นที่ภายในห้องพักอาศัย ใช้สำหรับกิจกรรมขั้นพื้นฐานของชีวิต ได้แก่ การรับประทานอาหาร การนอน และการขับถ่าย ใช้สำหรับกิจกรรมการทำงาน ได้แก่ การทำงานบ้าน การดูแลหลาน และการทำงานหารายได้ ใช้สำหรับกิจกรรมการพักผ่อนใช้เวลาว่าง ได้แก่ การดูโทรทัศน์ การนอนกลางวัน การอ่านหนังสือ การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การนั่งพักผ่อน และการทำงานอดิเรก (ดูตารางที่ 5.13)

1.2.2 พื้นที่โถงทางเดินหน้าห้องพักอาศัย ใช้สำหรับกิจกรรมการพักผ่อนใช้เวลาว่าง ได้แก่ การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การทำงานอดิเรก การนั่งพักผ่อน การนอนกลางวัน และการทำงาน (ดูตารางที่ 5.13)

1.2.3 พื้นที่ด้านข้างหรือระหว่างอาคาร ใช้สำหรับกิจกรรมการพักผ่อนใช้เวลาว่าง ได้แก่ การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การนั่งพักผ่อน และการทำงานอดิเรก กิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว ได้แก่ การซื้ออาหารหรือของใช้ และการทำงานหารายได้ (ดูตารางที่ 5.13)

1.2.4 พื้นที่ตลาด ใช้สำหรับกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว ได้แก่ การซื้ออาหารหรือของใช้ และการทำงานหารายได้ (ดูตารางที่ 5.13)

1.2.5 พื้นที่ใต้ถุนอาคาร ใช้สำหรับกิจกรรมพักผ่อนใช้เวลาว่าง ได้แก่ การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การนั่งพักผ่อน ใช้สำหรับกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว ได้แก่ การซื้ออาหารหรือของใช้ (ดูตารางที่ 5.13)

1.2.6 พื้นที่สนามกีฬาไทย-ญี่ปุ่น และสนามกีฬาเวสน์ ใช้สำหรับกิจกรรมพักผ่อนใช้เวลาว่าง ได้แก่ การออกกำลังกาย การนั่งพักผ่อน และการพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน (ดูตารางที่ 5.13)

2. สภาพการใช้สอยพื้นที่

2.1 สภาพการใช้สอยพื้นที่ในพื้นที่ส่วนกลางของชุมชน

2.1.1 พื้นที่ด้านข้างหรือระหว่างอาคาร เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญเป็นอันดับที่ 3 รองจากโถงทางเดิน ผู้สูงอายุใช้สำหรับกิจกรรมการพักผ่อนใช้เวลาว่าง และกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว สภาพการใช้สอยพื้นที่ ประกอบด้วย ม้านั่งหินอ่อนหรือม้านั่งที่คนในชุมชนช่วยกันทำขึ้น ลานกีฬาหรือลานกิจกรรม สนามเด็กเล่น ศาลพระภูมิหรือซุ้มพระพุทธรูป ร้านขายอาหาร และร้านขายของชำ (ดูรายละเอียดในบทที่ 4 สภาพทั่วไปของพื้นที่ชุมชน)

สภาพปัญหาในการใช้สอยพื้นที่ ได้แก่ พื้นที่พักผ่อนไม่เพียงพอเนื่องจากมีการใช้พื้นที่สำหรับเก็บของและจอดรถ มีสภาพสกปรกและไม่เป็นระเบียบเนื่องจากการตั้งร้านค้าขายและเก็บอุปกรณ์สำหรับประกอบอาชีพของสมาชิก สภาพพื้นที่ขรุขระอาจทำให้เกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ สุนัขและแมวจรจัดที่อาจทำร้ายผู้สูงอายุหรือทำให้เกิดอุบัติเหตุ

2.1.2 ตลาด สภาพการใช้สอยพื้นที่ เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อกิจกรรมของผู้สูงอายุ เป็นอันดับที่ 4 รองจากพื้นที่ด้านข้างหรือระหว่างอาคาร ผู้สูงอายุใช้สำหรับกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว

สภาพปัญหาในการใช้สอยพื้นที่ ได้แก่ มีสภาพไม่เป็นระเบียบ สกปรก กลิ่นเหม็น และเสียงดังรบกวนผู้อยู่อาศัยบนอาคารแฝดที่อยู่ใกล้ตลาด

2.2 สภาพการใช้สอยในพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร

2.2.1 ใต้ถุนอาคาร สภาพการใช้สอยพื้นที่ เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อกิจกรรมของผู้สูงอายุ เป็นอันดับที่ 5 ใช้สำหรับกิจกรรมการพักผ่อนใช้เวลาว่าง และกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว ในพื้นที่ประกอบด้วย ม้านั่งพักผ่อน ร้านขายอาหาร สัมภาระต่างๆ เพราะ

สมาชิกแพลตฟอร์มที่เป็นที่เก็บของ และอาคารบางหลังก็เป็นสำนักงานหรือสถานเลี้ยงเด็กกำพร้าก่อนเรียน (ดูรายละเอียดในบทที่ 4 สภาพทั่วไปของพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร)

สภาพปัญหาในการใช้สอยพื้นที่ มีสภาพความไม่เป็นระเบียบ เนื่องจาก การเก็บสิ่งของสัมภาระ โดยเฉพาะใต้ถุนอาคารแพลตฟอร์ม แบบ ข1-ข11 ซึ่งมีพื้นที่ใต้ถุนอาคารน้อย เมื่อเทียบกับจำนวนห้องพักอาศัยในอาคาร

2.2.2 โถงทางเดิน สภาพการใช้สอยพื้นที่ เป็นพื้นที่ที่มีความสำคัญต่อกิจกรรมของผู้สูงอายุ เป็นอันดับที่ 2 ใช้สำหรับกิจกรรมพักผ่อนใช้เวลาว่าง และกิจกรรมการทำงาน ในพื้นที่ประกอบด้วย ม้านั่งยาวที่ประกอบขึ้นเอง โซฟาหรือเก้าอี้เก้า โต๊ะ ตู้เก็บของ และสัมภาระต่างๆ

สภาพปัญหาในการใช้สอยพื้นที่ ได้แก่ ความกว้างของโถงทางเดินลดลง เพราะบางห้องนำม้านั่งหรือสัมภาระมาวาง รวบรวมเรียงทับกันไป สำหรับแพลตฟอร์ม แบบ ข1-ข11 ระเบียบแคบเกินไป ไม่มีช่องเปิดของราวระเบียงสำหรับผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมดูแลต้นไม้บริเวณโถงทางเดินหน้าห้อง โดยต้องปีนออกไปดูแล ซึ่งอาจทำให้เกิดการพลัดตกได้ สำหรับแพลตฟอร์ม ข1-ข11 มีการวางกระถางต้นไม้บนราวระเบียง อาจทำให้เกิดอันตรายต่อคนทั่วไปจากกระถางที่ตกลงไปเบื้องล่าง

2.2.3 บันได สภาพการใช้สอยพื้นที่ เป็นที่ทราบกันดีว่าเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ สภาพการใช้สอยพื้นที่ พบว่า กลุ่มตัวอย่างสามารถขึ้น-ลง บันไดด้วยตัวเองได้ ร้อยละ 91.4 และขึ้น-ลงบันไดด้วยตัวเองไม่ได้ ร้อยละ 8.6 (ดูตารางที่ 5.14)

ความถี่ในการใช้บันได พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุที่สามารถขึ้น-ลง บันไดได้ด้วยตนเอง มีความถี่ในการขึ้น-ลง บันได วันละ 1-2 ครั้ง ร้อยละ 50.0 วันละ 3-4 ครั้ง ร้อยละ 15.7 วันละมากกว่า 4 ครั้ง ร้อยละ 11.4 สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง ร้อยละ 8.6 และสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง ร้อยละ 5.7 (ดูตารางที่ 5.15)

สภาพปัญหาในการใช้สอยพื้นที่ พบว่า มีผู้สูงอายุประสบปัญหาในการขึ้น-ลงบันได คือ ไม่สามารถขึ้น-ลงได้ด้วยตนเอง และขึ้น-ลงได้แต่ปวดเมื่อยหรือเหนื่อย ร้อยละ 47.1 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด โดยกลุ่มตัวอย่างที่ประสบปัญหาการขึ้น-ลง บันได มีสภาพปัญหาขึ้น-ลงบันไดได้แต่ปวดเมื่อยหรือเหนื่อย ร้อยละ 81.8 และขึ้น-ลงบันไดด้วยตนเองไม่ได้ ร้อยละ 18.2 (ดูตารางที่ 5.16)

การขึ้น-ลงบันไดของผู้สูงอายุทั้งที่มีปัญหา และไม่มีปัญหาในการขึ้น-ลง บันได สัมพันธ์กับกิจกรรมของผู้สูงอายุในพื้นที่ใต้ถุนอาคารหรือชุมชนมากกว่าชั้นที่อยู่หรือกลุ่มอายุ เพราะมีผู้สูงอายุที่ขึ้น-ลง บันไดอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง ร้อยละ 77.1 เพื่อทำกิจกรรมภายใน

พื้นที่ชุมชน ในจำนวนนี้เป็นผู้สูงอายุที่ประสบปัญหาด้านการขึ้น-ลงบันได ร้อยละ 50.0 (ดูตารางที่ 5.15)

สภาพปัญหาเกี่ยวกับส่วนประกอบของบันได พบว่า แพลตทั้งสองแบบมีราวบันไดด้านเดียว ซึ่งเป็นปัญหาต่อผู้สูงอายุที่ต้องใช้ราวบันไดเพื่อพยุงตัวทั้งตอนขึ้นและลงบันได และความกว้างของขั้นบันได (25 เซนติเมตร) ไม่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพราะจากการศึกษาของนวนน้อย บุญวงศ์ และนันท์ เนียมทรัพย์ (2542) เกี่ยวกับการออกแบบภายในอาคารสำหรับคนพิการ (ผู้สูงอายุที่มีความบกพร่องด้านการเคลื่อนไหวจัดได้ว่าเป็นผู้พิการเช่นกัน) ว่าขนาดความกว้างของขั้นบันไดที่เหมาะสมคือ 27 เซนติเมตร

2.3 สภาพการใช้สอยพื้นที่ในห้องพักอยู่อาศัย

จากการศึกษากิจกรรมและการใช้พื้นที่ของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ผู้สูงอายุใช้พื้นที่ภายในห้องพักอาศัยเพื่อกิจกรรมขั้นพื้นฐานของชีวิต ได้แก่ การรับประทานอาหาร การนอน และการขับถ่าย เพื่อกิจกรรมการทำงานช่วยเหลือครอบครัว ได้แก่ การทำงานบ้าน การดูแลหลาน และการทำงาน เพื่อกิจกรรมการพักผ่อนและใช้เวลาว่าง ได้แก่ การดูโทรทัศน์ การนอนกลางวัน การอ่านหนังสือ การพูดคุยกับเพื่อนบ้าน การนั่งพักผ่อน และการทำงานอดิเรก

การสรุปสภาพการใช้สอยในห้องพักอยู่อาศัย ผู้วิจัยได้แบ่งสภาพการใช้สอยภายในห้องพักอยู่อาศัยตามสภาพของกิจกรรม และตัวอย่างสภาพการใช้สอยพื้นที่ภายในห้องของผู้สูงอายุ ดังนี้

กิจกรรมการพักผ่อนและใช้เวลาว่าง

กิจกรรมการนอน

กิจกรรมการรับประทานอาหาร

กิจกรรมการขับถ่ายและทำความสะอาดร่างกาย

กิจกรรมการทำงานบ้าน

ประเด็นที่จะทำการวิเคราะห์มี 4 ประเด็น คือ ตำแหน่งของกิจกรรม ลักษณะการจัดพื้นที่ เครื่องเรือนและอุปกรณ์ และสภาพปัญหาของกิจกรรม

2.3.1 กิจกรรมการพักผ่อนและใช้เวลาว่าง

ตำแหน่งของกิจกรรม กิจกรรมพักผ่อนและใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 97.1)เกิดขึ้นในตำแหน่ง 1.1 บริเวณส่วนหน้าของห้อง ติดกับโถงทางเดิน

เครื่องเรือนหลัก คือ โซฟาหรือม้านั่งพักผ่อน ตู้โชว์ และโทรทัศน์

ลักษณะการจัดพื้นที่ มีลักษณะการจัดที่เด่นชัดอยู่ 2 แบบ คือ แบบมีเครื่องเรือนประเภทโซฟาหรือม้านั่งพักผ่อน และแบบไม่มีโซฟาหรือม้านั่งพักผ่อน การจัดทั้งสองแบบ มีการจัดแบบกันพื้นที่จากส่วนนอน และการจัดแบบไม่กันพื้นที่จากส่วนนอน

สภาพปัญหาการใช้สอยพื้นที่ คือ แบบของหน้าต่างและระยะการติดตั้งไม่เหมาะสม ลักษณะทางเข้าหลักไม่เหมาะสม แสงสว่างไม่เพียงพอ ปัญหาการระบายอากาศและทางสัญจรไม่เพียงพอ

จากการศึกษาการใช้สอยพื้นที่ สภาพที่เหมาะสมของที่อยู่อาศัยสำหรับกิจกรรมนี้ คือ ควรอยู่ติดกับโถงทางเดิน มีทางเข้าเปิดสู่โถงทางเดิน มีหน้าต่างที่มีลักษณะโปร่งมองเห็นกิจกรรมภายนอกห้องและติดตั้งในระยะที่ผู้สูงอายุนั่งแล้วสามารถมองเห็นภายนอก ประตูควรเป็นแบบมีช่องแสง ได้รับแสงสว่างเพียงพอโดยเฉพาะเวลากลางวันควรได้รับแสงจากธรรมชาติ มีการระบายอากาศที่ดี และมีความกว้างของห้องที่เหมาะสมเพราะมีผลต่อการเคลื่อนไหวของผู้สูงอายุ (ดูรายละเอียดในข้อเสนอนี้)

2.3.2 กิจกรรมการนอน

ตำแหน่งการนอน กลุ่มตัวอย่างนอนในตำแหน่ง 1.3 ร้อยละ 48.6 นอนในตำแหน่ง 1.1 ร้อยละ 45.7 และนอนในตำแหน่ง 2.1 และ 2.2 ร้อยละ 45.7 ใน 2 ส่วนของกลุ่มตัวอย่าง คือ ร้อยละ 51.4 นอนคนเดียว และนอนร่วมกับสมาชิกครอบครัว ร้อยละ 48.6

เครื่องเรือน พบว่า 1 ใน 2 คือ ร้อยละ 51.4 ของกลุ่มตัวอย่าง นอนเตียงนอนบนฟูกแบบพับเก็บ ร้อยละ 42.9 และนอนบนฟูกแบบปูถาวรร้อยละ 5.7 ผู้สูงอายุที่อายุมาก ผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหวส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 83.3 ของผู้สูงอายุกลุ่มนี้ จะได้นอนบนเตียง และส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 66.6 จะได้นอนในพื้นที่ที่เป็นสัดส่วน คือ ตำแหน่ง 1.3

ลักษณะการจัดพื้นที่ มีลักษณะการจัดพื้นที่เด่นชัดอยู่ 3 แบบ โดยยึดตามเครื่องเรือนหลักคือเตียงนอน ที่นอน หรือฟูก คือ แบบที่ 1 การนอนบนฟูกแบบพับเก็บ ส่วนใหญ่ อยู่ในตำแหน่ง 1.1 แบบที่ 2 การนอนบนฟูกแบบปูถาวร ซึ่งมีทั้งในพื้นที่ 1.1 1.3 และบนชั้นลอยที่ต่อเติมขึ้น แบบที่ 3 การนอนบนเตียง ส่วนใหญ่อยู่ในตำแหน่ง 1.3 สภาพการนอนทั้งสามแบบมีการกั้นส่วนพื้นที่นอนจากพื้นที่พักผ่อนโดยใช้โต๊ะ ตู้ ตู้เสื้อผ้า ตู้โชว์ หรือกั้นเป็นผนังแบบถาวร ร้อยละ 87.1 และไม่มีการกั้นพื้นที่ ร้อยละ 12.9 นอกจากใช้พื้นที่สำหรับกิจกรรมนอนแล้ว ผู้สูงอายุ ร้อยละ 10.0 (ดูตารางที่ 5.17) ยังใช้พื้นที่สำหรับกิจกรรมนอน ในตำแหน่ง 1.3 สำหรับกิจกรรมพักผ่อน โดยการดูโทรทัศน์หรือฟังเพลงด้วย

สภาพปัญหาการใช้สอยพื้นที่ คือ พื้นที่สัญจรไม่เพียงพอ เครื่องเรือน (เตียง) ไม่เหมาะสม ขาดความเป็นส่วนตัว ปัญหาการระบายอากาศ และแสงสว่างไม่เพียงพอ

จากการศึกษาการใช้สอยพื้นที่ สภาพที่เหมาะสมของที่อยู่อาศัยสำหรับกิจกรรมนอน คือ ควรอยู่ในบริเวณที่เป็นสัดส่วนเพื่อที่ผู้สูงอายุจะได้มีความเป็นส่วนตัว มีตู้เสื้อผ้าหรือตู้เก็บของเพื่อแต่งตัวและ เก็บของใช้ส่วนตัว เครื่องเรือนสำหรับการนอนควรเป็นเตียงเดี่ยวขนาด 0.90X2.00 เมตร มีความสูงที่เหมาะสม ฟูกที่นอนไม่ควรหนานุ่มหรือแข็งจนเกินไป มีระยะ

การสัญจรข้างเตียงที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุที่ใช้เครื่องมือช่วยเหลืออื่นใด มีการระบายอากาศที่ดี และมีแสงสว่างที่พอเพียง (ดูรายละเอียดในข้อเสนอนี้)

สำหรับผู้สูงอายุที่อายุมาก ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยทางการเคลื่อนไหวที่อยู่ตามลำพัง (อยู่คนเดียว สองคนสามีภรรยา อยู่กับผู้ดูแล) ไม่ควรกันส่วนนอน เพื่อให้สามารถมองเห็นจากคนภายนอกหรือผู้ดูแล และเพื่อสร้างสิ่งรบกวนสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องอยู่บนเตียงเป็นส่วนใหญ่ ตำแหน่งของการนอนอาจเป็นพื้นที่เดียวกับพื้นที่พักผ่อน พบปะพูดคุยกับเพื่อน ดูโทรทัศน์ หรือทำกิจกรรมยามว่างอื่นๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความประสงค์ของผู้สูงอายุ

2.3.3 กิจกรรมการรับประทานอาหาร

ตำแหน่งการรับประทานอาหาร พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีรับประทานอาหารในพื้นที่หลายตำแหน่ง ขึ้นอยู่กับจำนวนสมาชิก และโอกาส โดยส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 64.3 รับประทานอาหารในตำแหน่ง 1.1 ซึ่งเป็นบริเวณเดียวกับกิจกรรมพักผ่อนและนอน รับประทานอาหารในตำแหน่ง 2.2 และ 2.2 ร้อยละ 44.3 รับประทานอาหารในตำแหน่ง 4 (ระเบียงหลัง) ร้อยละ 10.0 และ รับประทานอาหารในตำแหน่ง 1.2 ร้อยละ 7.1

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 71.4 ที่อยู่บ้านตามลำพังช่วงเวลากลางวันในวันธรรมดา ชอบรับประทานอาหารในตำแหน่ง 1.2 2.1 2.2 และ 4 เพราะอยู่ใกล้กับครัว ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Sandra C. Howell (1987) ที่ว่า การรับประทานอาหารบางมื้อของผู้สูงอายุอาจจะเป็นแบบง่ายๆ รับประทานอาหารคนเดียวหรือสองคน ผู้สูงอายุต้องการให้พื้นที่รับประทานอาหารเป็นส่วนหนึ่งของครัว และจากการศึกษา ของ M.I.T. (1974) ซึ่งอ้างถึงใน Sandra C. Howell (1987) พบว่า 2 ใน 3 ของผู้สูงอายุรับประทานอาหารภายในครัว มีเพียงส่วนน้อยที่ไม่รับประทานอาหารในครัวโดยให้เหตุผลว่ามีเตียงไป ร้อนเกินไป และไม่มีวิว

ด้านเครื่องเรือนหลักของกิจกรรม ได้แก่ โต๊ะรับประทานอาหาร โดยห้องพักของกลุ่มตัวอย่างที่มีเครื่องประเภทนี้ ร้อยละ 47.3 ในจำนวนนี้ ส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 97.0 เป็นโต๊ะอาหารที่มีเก้าอี้รับประทานอาหารไม่เกิน 2 ตัว

ด้านการจัดพื้นที่ พบว่า มีรูปแบบการจัดอยู่ 2 แบบ คือ การรับประทานอาหารกับพื้นไม่มีเครื่องเรือนประเภทโต๊ะรับประทานอาหาร และการนั่งรับประทานอาหารมีโต๊ะรับประทานอาหาร

สภาพปัญหาการใช้สอยพื้นที่ พบว่า ผู้สูงอายุไม่สะดวกที่ในการเตรียมอาหารจากบริเวณที่ปรุงอาหารซึ่งอยู่ด้านหลังของห้องมารับประทานอาหารในพื้นที่เอนกประสงค์ (ส่วนหน้าของห้องพัก) การรับประทานอาหารกับพื้นไม่เหมาะสมกับผู้สูงอายุที่มีปัญหาข้อเสื่อม หรือผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหว แสงสว่างไม่เพียงพอ และขาดทัศนียภาพ

จากการศึกษาสภาพการใช้สอยพื้นที่ สภาพที่เหมาะสมสำหรับกิจกรรมรับประทานอาหารคือ ควรอยู่ในบริเวณเดียวกันกับห้องครัวหรือจัดให้อยู่ใกล้กับห้องครัว เครื่องเรือนที่เหมาะสม คือ โต๊ะรับประทานอาหารที่มีเก้าอี้ อย่างน้อย 2 ตัว มีทางสัญจรข้างโต๊ะรับประทานอาหารอย่างพอเพียง ได้รับแสงสว่างพอเพียง โดยเฉพาะแสงจากธรรมชาติ มีการระบายอากาศที่ดี และสามารถมองเห็นทัศนียภาพภายนอกได้

2.3.4 กิจกรรมการขับถ่ายและทำความสะอาดร่างกาย

ด้านตำแหน่งของกิจกรรม ภายในห้องพักอาศัยของกลุ่มตัวอย่างมีห้องน้ำเพียง 1 ห้อง โดยแบ่งส่วนใช้สอยสำหรับกิจกรรมอาบน้ำ และกิจกรรมการขับถ่าย นอกจากนี้ พบว่า ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างใช้ห้องน้ำสำหรับการซักผ้า ร้อยละ 31.4

ด้านเครื่องเรือนและอุปกรณ์ พบว่า ชนิดของส้วม กว่าครึ่ง คือ ร้อยละ 57.1 เป็นส้วมแบบนั่งราบ และ ร้อยละ 42.9 เป็นส้วมแบบนั่งยอง ส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 97.1 มีการกักอริสเพื่อรองน้ำ ถังน้ำพลาสติก หรือโถ่ง ประมาณ 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างคือ ร้อยละ 62.9 มีถังน้ำเล็กสำหรับส้วมแบบราดน้ำ ห้องน้ำของกลุ่มตัวอย่างมีเครื่องทำน้ำอุ่น ร้อยละ 41.1 เก้าอี้นั่งอาบน้ำและราวจับกันลื่น มีเฉพาะในห้องของกลุ่มตัวอย่างที่มีปัญหาการเคลื่อนไหวเท่านั้น

ด้านสภาพการจัด พบว่า การอุปกรณ์ประเภทกักอริสเพื่อรองน้ำ ถังน้ำพลาสติก หรือโถ่งทำให้พื้นที่สัญจรในห้องน้ำลดลง

สภาพปัญหาการใช้สอยพื้นที่ พบว่า มีสภาพปัญหาขนาดพื้นที่ใช้สอยไม่เพียงพอ ชนิดของส้วมไม่เหมาะสม ตำแหน่งของก๊อกน้ำไม่เพียงพอ ตำแหน่งการติดตั้ง ชนิดของก๊อกน้ำ และระยะเวลาการติดตั้งไม่เหมาะสม ห้องน้ำลื่น ไม่ได้เตรียมการติดตั้งอุปกรณ์ช่วยการเคลื่อนไหว และสภาพของอุปกรณ์ช่วยการเคลื่อนไหวไม่เหมาะสม ประตูห้องน้ำแคบและการเปิดไม่เหมาะสม และแสงสว่างไม่เพียงพอ

จากการศึกษาการใช้สอยพื้นที่ สภาพที่เหมาะสมสำหรับกิจกรรม คือ ห้องน้ำ-ส้วมของผู้สูงอายุควรมีขนาดพื้นที่ใช้สอยที่เหมาะสมโดยคำนึงถึงการเคลื่อนไหว ความปลอดภัยของผู้สูงอายุและสภาพการใช้สอยที่อาจจะเกิดขึ้นในที่อยู่อาศัยแห่งใหม่ เช่น การมีถังเก็บน้ำอาบ การซักผ้าในห้องน้ำ และมีอุปกรณ์และการติดตั้งที่เหมาะสม เช่น ส้วมแบบนั่งราบ ก๊อกน้ำแบบก้านโยก ราวจับกันลื่น และที่นั่งอาบน้ำ เป็นต้น (ดูรายละเอียดในข้อเสนอนេះ)

2.3.5 กิจกรรมการทำงานบ้าน

ด้านตำแหน่งของกิจกรรมการทำงานบ้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด มีกิจกรรมการทำงานบ้านในตำแหน่ง 2.1 และ 2.2 โดยกิจกรรมการประกอบอาหารซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของงานบ้านนั้น กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ คือร้อยละ 98.6 ใช้พื้นที่ใน ตำแหน่ง 4 (ระเบียบด้านหลัง) การ

ซักล้าง (ซักผ้า) ส่วนใหญ่ คือ ร้อยละ 68.6 อยู่ในตำแหน่ง 4 และ เกือบ 1 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่าง คือ ร้อยละ 31.4 ซักผ้าในห้องน้ำ

เครื่องเรือนและอุปกรณ์ ที่ต้องพิจารณาเป็นหลัก ได้แก่ ตู้เย็น เครื่องซักผ้า เต้าแก๊ส อ่างล้างจาน เพราะเครื่องเรือนเหล่านี้ ต้องการระบบสนับสนุนและสภาพพื้นที่ที่เหมาะสม

สภาพการจัด เครื่องเรือนและอุปกรณ์ต่างๆ จะตั้งอยู่ตามแนวผนัง และตั้งอยู่ใกล้กับระบบสนับสนุนที่เหมาะสมสำหรับอุปกรณ์นั้นๆ

สภาพปัญหาในการสอยพื้นที่ ได้แก่ พื้นที่ใช้สอยไม่เพียงพอ การสัญจรไม่สะดวกโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหว แสงสว่างไม่เพียงพอ ปัญหาการระบายอากาศ ชนิดของอุปกรณ์ และการติดตั้งไม่เหมาะสม

สภาพที่เหมาะสมสำหรับกิจกรรมการทำงานบ้านควรมี พื้นที่ในการทำงานที่เหมาะสม มีขนาดทางสัญจรที่กว้างเพียงพอสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาการเคลื่อนไหว ได้รับแสงสว่างที่พอเหมาะโดยเฉพาะแสงจากธรรมชาติ มีการระบายอากาศที่ดี นอกจากนี้ อุปกรณ์ต่างๆ เช่น เครื่องซักผ้า ต้องการพื้นที่ที่อยู่ใกล้ระบบสนับสนุนคือ ระบบน้ำ ไฟฟ้า ระบบระบายน้ำทิ้ง และสัมพันธ์กับตำแหน่งของห้องน้ำ

3. การเกิดอุบัติเหตุของผู้สูงอายุ

3.1 อุบัติเหตุในห้องพักอาศัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เคยประสบอุบัติเหตุในห้องที่อยู่อาศัย ร้อยละ 5.7 (กลุ่ม 3 ตัวอย่าง ตกเก้าอี้ 1 ตัวอย่าง) โดย 3 ใน 4 กลุ่มเนื่องจากมีภาวะเจ็บป่วยที่มีผลต่อการเคลื่อนไหว

3.2 อุบัติเหตุในพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร พบว่า ไม่มีผู้สูงอายุเคยประสบอุบัติเหตุในพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร จ

3.3 อุบัติเหตุในพื้นที่ชุมชน จากการศึกษา พบว่า มีกลุ่มตัวอย่างเคยประสบอุบัติเหตุหรือได้รับอันตรายในพื้นที่ชุมชน ร้อยละ 5.7 สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุเนื่องมาจากสภาพของพื้นที่ เช่น สะดุดที่ระบายน้ำ และเหยียบลัดนิ้ว เช่น สุนัขหรือแมวแล้วตกใจหกล้ม หรือถูกสุนัขกัด (ดูตารางที่ 5.28)

ความคิดเห็นทั่วไปเกี่ยวกับสภาพที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุ

1. ความคิดเห็นต่อลักษณะทางเข้าห้อง พบว่า กลุ่มตัวอย่างกว่าครึ่ง (ร้อยละ 57.1) เห็นว่าลักษณะของทางเข้าห้องเหมาะสมแล้ว โดยให้เหตุผลว่า มีลักษณะเป็นสัดส่วนดี ไม่กีดขวางทางสัญจร และสามารถวางรองเท้าหน้าห้องได้ กลุ่มตัวอย่างที่เห็นว่าลักษณะของทางเข้าห้องควรปรับปรุง ร้อยละ 15.7 โดยให้เหตุผลว่า ทำให้เสียพื้นที่ใช้สอยภายในห้อง ทำให้จัดห้องลำบาก และการใช้โถงหน้าห้องร่วมกันอาจทำให้เกิดการทะเลาะวิวาทเรื่องอาณาเขต

ระหว่างเพื่อนบ้านที่มีห้องติดกัน และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีความเห็นเกี่ยวกับลักษณะของทางเข้าห้อง ร้อยละ 27.1 โดยให้เหตุผลว่า อยู่มานานแล้วจนเกิดความเคยชินเลยไม่รู้สึกละไร (ตารางที่ 5.29)

2. ความคิดเห็นต่อขนาดของโถงทางเดินหน้าห้อง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 87.1) เห็นว่าขนาดของโถงทางเดินเหมาะสมแล้ว โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างจากแฟลตกลุ่ม 1-64 จำนวน 50 ตัวอย่าง และเห็นว่าขนาดของโถงทางเดินควรปรับปรุง ร้อยละ 12.9 ในส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่มีกิจกรรมดูแลต้นไม้บริเวณโถงทางเดินเสนอให้โถงทางเดินสามารถวางกระถางต้นไม้และให้สามารถเข้าไปดูแลต้นไม้ได้สะดวกขึ้น (ดูตารางที่ 5.30)

3. ความคิดเห็นต่อลักษณะของราวระเบียง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ (ร้อยละ 74.3) เห็นว่าลักษณะของราวระเบียงเหมาะสมแล้ว โดยให้เหตุผลว่า สามารถกันแดด กันฝนสาด และป้องกันเด็กเล็กๆ ปีนได้ กลุ่มตัวอย่างที่เห็นว่าลักษณะของราวระเบียงควรปรับปรุง ร้อยละ 21.4 โดยให้เหตุผลว่า มีลักษณะที่บิดงอไปมาไม่ผ่าน เวลานั่งเล่นแล้วไม่สามารถมองเห็นกิจกรรมภายนอก ซึ่งกลุ่มที่เห็นว่าควรปรับปรุงนี้ เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้พื้นที่โถงทางเดินเพื่อประกอบกิจกรรมยามว่าง เช่น นั่งพักผ่อน พบปะพูดคุย อ่านหนังสือ และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีความเห็นเกี่ยวกับลักษณะราวระเบียง ร้อยละ 4.3 โดยให้เหตุผลว่า อยู่มานานแล้วจนเกิดความเคยชินเลยไม่รู้สึกละไรและไม่ได้ใช้พื้นที่โถงทางเดินเพื่อกิจกรรมอื่นนอกจากการสัญจร (ดูตารางที่ 5.31)

4. ความคิดเห็นต่อขนาดของบันไดและลักษณะของราวบันได พบว่า กลุ่มตัวอย่างเกือบทั้งหมด (ร้อยละ 94.3) เห็นว่าขนาดของบันไดและลักษณะของราวบันไดเหมาะสมแล้ว เห็นว่าควรปรับปรุงราวจับที่เป็นเหล็กเพราะเกิดสนิม ร้อยละ 1.4 และไม่เห็นด้วย ร้อยละ 4.3 โดยให้เหตุผลว่าชั้นลงบันไดไม่ได้จึงไม่เห็น (ดูตารางที่ 5.32)

5. ความคิดเห็นต่อพื้นที่ภายในชุมชน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เห็นว่าลักษณะของพื้นที่ภายในชุมชนเหมาะสมแล้ว ร้อยละ 47.1 โดยให้เหตุผลว่า สะดวกสบายดี ใกล้เคียงตลาด ใกล้สนามกีฬา มีสนามเด็กเล่นให้เด็กๆ และมีม้านั่งให้นั่งพักผ่อน กลุ่มตัวอย่างที่เห็นว่าลักษณะของพื้นที่ภายในชุมชนควรปรับปรุง ร้อยละ 18.6 โดยให้เหตุผลว่า มีพื้นที่สวนหรือพื้นที่สีเขียวน้อยเกินไป ตลาดที่อยู่ภายในชุมชนไม่เป็นระเบียบ สกปรก เสียงดังรบกวน มีสุนัขและแมวจรจัดซึ่งบางครั้งกัดผู้สูงอายุ และเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุ เช่น เหยียบสุนัขหรือแมวทำให้ผู้สูงอายุตกใจและหกล้ม และกลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีความเห็นเกี่ยวกับลักษณะพื้นที่ภายในชุมชน ร้อยละ 34.3 โดยให้เหตุผลว่า อยู่มานานแล้วจนเกิดความเคยชินเลยไม่รู้สึกละไร และมีการปรับปรุงไปมากแล้วจนไม่มีที่จะให้ปรับปรุงอีก (ดูตารางที่ 5.33)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะด้านการใช้สอยพื้นที่

จากการวิเคราะห์จากผลการศึกษา สภาพปัญหาในการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุ และศึกษาทฤษฎีและงานศึกษาที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยขอเสนอแนวทางการพัฒนาที่อยู่อาศัยแบบแฟลตสำหรับผู้สูงอายุและครัวเรือน ในพื้นที่ 3 ระดับ ดังนี้

1.1 ข้อเสนอแนะสำหรับพื้นที่ในชุมชน และสนามกีฬา

1.1.1 พื้นที่ด้านข้างหรือระหว่างอาคาร มีความสำคัญต่อกิจกรรมของผู้สูงอายุ โดยใช้พื้นที่สำหรับกิจกรรมพูดคุยกับเพื่อนบ้าน กิจกรรมนั่งพักผ่อน รับประทานอาหารหรือของใช้ และทำงานอดิเรก ดังนั้นจึงต้องให้ความสำคัญกับพื้นที่โดยในผังบริเวณควรประกอบด้วย สวนพักผ่อน ที่ตั้งของสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น ศาลพระภูมิ พระพุทธรูป สนามเด็กเล่น ม้านั่ง (ทั้งแบบวางเป็นกลุ่มและวางเดี่ยว) มีร้านอาหารและร้านขายของชำให้บริการ

1.1.2 ตลาดและร้านค้า ควรอยู่ในระยะที่สามารถเดินถึง (โดยพิจารณาจากสภาพเดิม) สภาพของพื้นที่และทางสัญจรที่ไปสู่ตลาดควรส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้โดยสะดวกและไม่ทำให้เกิดอันตรายจากการเกิดอุบัติเหตุ

1.1.3 สนามกีฬา โดยควรอยู่ในระยะที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงได้สะดวกโดยการเดิน โดยระยะห่างที่แนะนำ คือ ใช้เวลาเดินไม่เกิน 15 นาที

1.2 ข้อเสนอแนะสำหรับรูปแบบอาคารและพื้นที่ส่วนกลางของอาคาร

1.2.1 รูปแบบอาคาร

1.2.1.1 ผังของอาคารที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีลักษณะทางเดินแบบ Single Loaded Corridor (แบบเดิม) ควรมีพื้นที่ใต้ถุนอาคาร แต่ควรจัดการใช้สอยให้เป็นระเบียบ

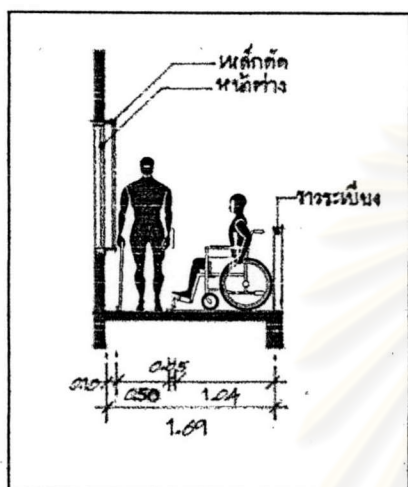
1.2.1.1 ชั้นที่อยู่อาศัย นอกจากปัญหาการขึ้น-ลงบันไดแล้ว ไม่ปรากฏว่าผู้สูงอายุมีปัญหาเกี่ยวกับชั้นที่อยู่ แต่สำหรับผู้สูงอายุที่มีกิจกรรมการนั่งพักผ่อน ที่ต้องการมองดูกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชุมชนแล้ว ชั้นที่อยู่ควรอยู่สูงไม่เกินสภาพปัจจุบัน คือ 5 ชั้น ทั้งนี้การเลือกชั้นที่อยู่ก็ควรขึ้นอยู่กับความประสงค์ของผู้สูงอายุด้วย

1.2.2 พื้นที่ส่วนกลางของอาคาร

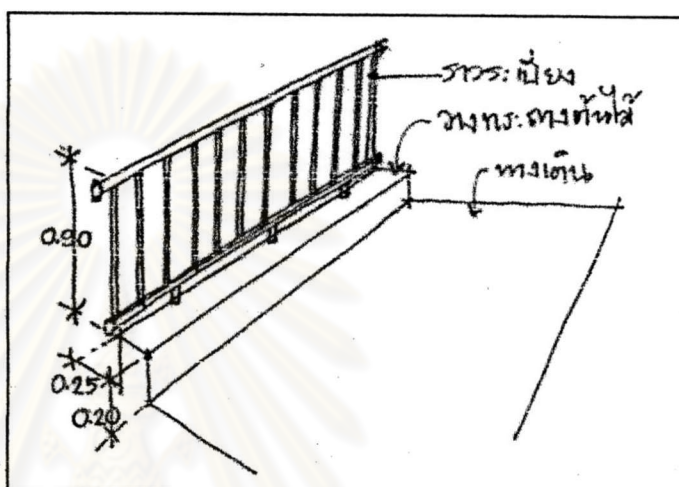
1.2.2.1 ใต้ถุนอาคาร เนื่องจาก มีความจำเป็นต่อสมาชิกแฟลตในการเก็บอุปกรณ์ประกอบอาชีพ ดังนั้น อาคารควรมีใต้ถุนโล่ง แต่หากเป็นอาคารที่สร้างสำหรับผู้สูงแล้ว ใต้ถุนอาคารควรมีพื้นที่สำหรับบริการต่างๆ เช่น ร้านขายของชำ ร้านอาหาร โดยจัดให้เป็นระเบียบ เพราะผู้สูงส่วนใหญ่ไม่ชอบออกไปไกลจากที่อยู่อาศัยของตนหรือชุมชน

1.2.2.2 โถงทางเดิน ควรเป็นแบบ Single Loaded Corridor ควรมี

ลักษณะตรงเป็นแนวเดียวกัน เพราะผู้สูงอายุที่มีรถเข็นหรือใช้เครื่องมือช่วยจะได้ใช้ออกกำลังกายได้ด้วย มีความกว้างอย่างน้อย 1.62 เมตร (ดูรูปที่ 6.1) โดยใช้ขนาดของผู้สูงอายุที่นั่งพักผ่อนบนเก้าอี้ล้อเลื่อน และมีที่ว่างสำหรับการสัญจรของคนปกติ 1 คน และราวระเบียงสูงอย่างน้อย 0.90 เมตร ควรมึลักษณะโปร่งแต่สามารถป้องกันเด็กเล็กๆ ปีนได้ (ดูรูปที่ 6.2) เพื่อส่งเสริมกิจกรรมการพักผ่อนของผู้สูงอายุ มีระบบระบายน้ำที่ดีสำหรับระบายน้ำฝน และเพื่อผู้สูงอายุที่ทำงานอดิเรกดูแลต้นไม้บริเวณโถงทางเดินหน้าห้อง



รูปที่ 6.1 แสดงขนาดของโถงทางเดิน

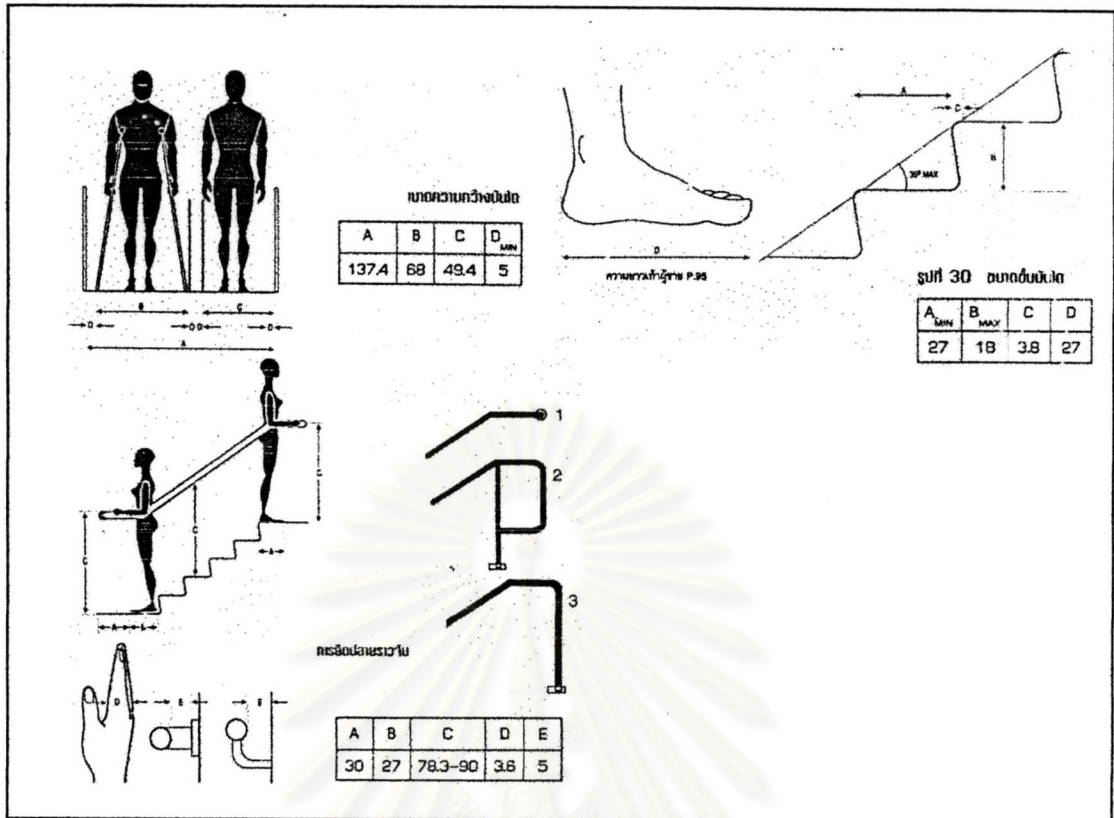


ที่มา: Howell C. Sandra, 1987 : 197

รูปที่ 6.2 แสดงตัวอย่างลักษณะของราวระเบียง

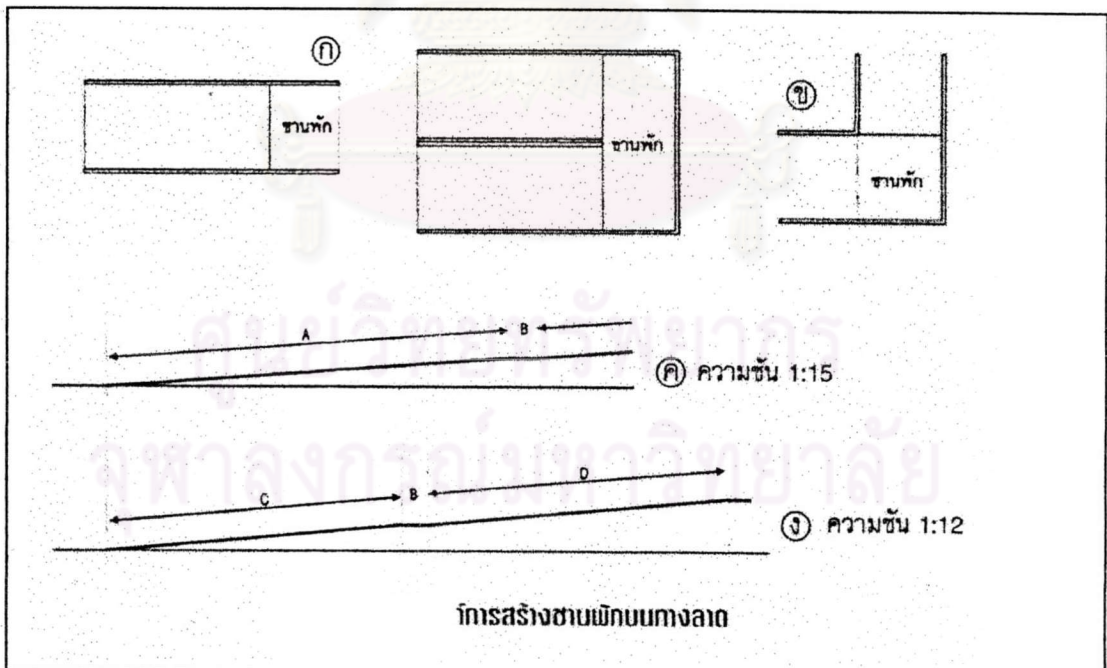
1.2.2.3 บันได ควรเป็นบันไดแบบมีชานพัก กว้างไม่ต่ำกว่า 127.4 เซนติเมตร เพื่อให้ผู้สูงอายุที่ใช้ไม้ค้ำรักแร้และคนปกติ 1 คนเดินผ่านได้ และมีลูกตั้งสูงไม่เกิน 15.63 (ระยะที่ผู้สูงอายุใช้อยู่ในปัจจุบัน) ลูกนอนกว้างไม่น้อยกว่า 27 เซนติเมตร มีราวบันไดทั้ง 2 ข้าง ของบันไดเพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถพยุงตัว ขึ้น-ลง บันไดสะดวก สูงประมาณ 78.3-90 เซนติเมตร และมีลักษณะราวจับบันไดที่เหมาะสม (ดูรูปที่ 6.3)

1.2.2.4 ทางลาด อาคารควรมีทางลาด โดยมีสัดส่วนความลาดที่เหมาะสม (ดูรูปที่ 6.4) เพื่อให้ผู้สูงอายุเลือกใช้ในกรณีไม่ต้องการใช้บันได และผู้สูงอายุอาจใช้ทางลาดในการออกกำลังกายโดยการเดิน ขึ้นลงได้ด้วย



ที่มา : นवलน้อย บุญวงศ์ และนันท์นิ เนียมทรัพย์, 2542 : 44

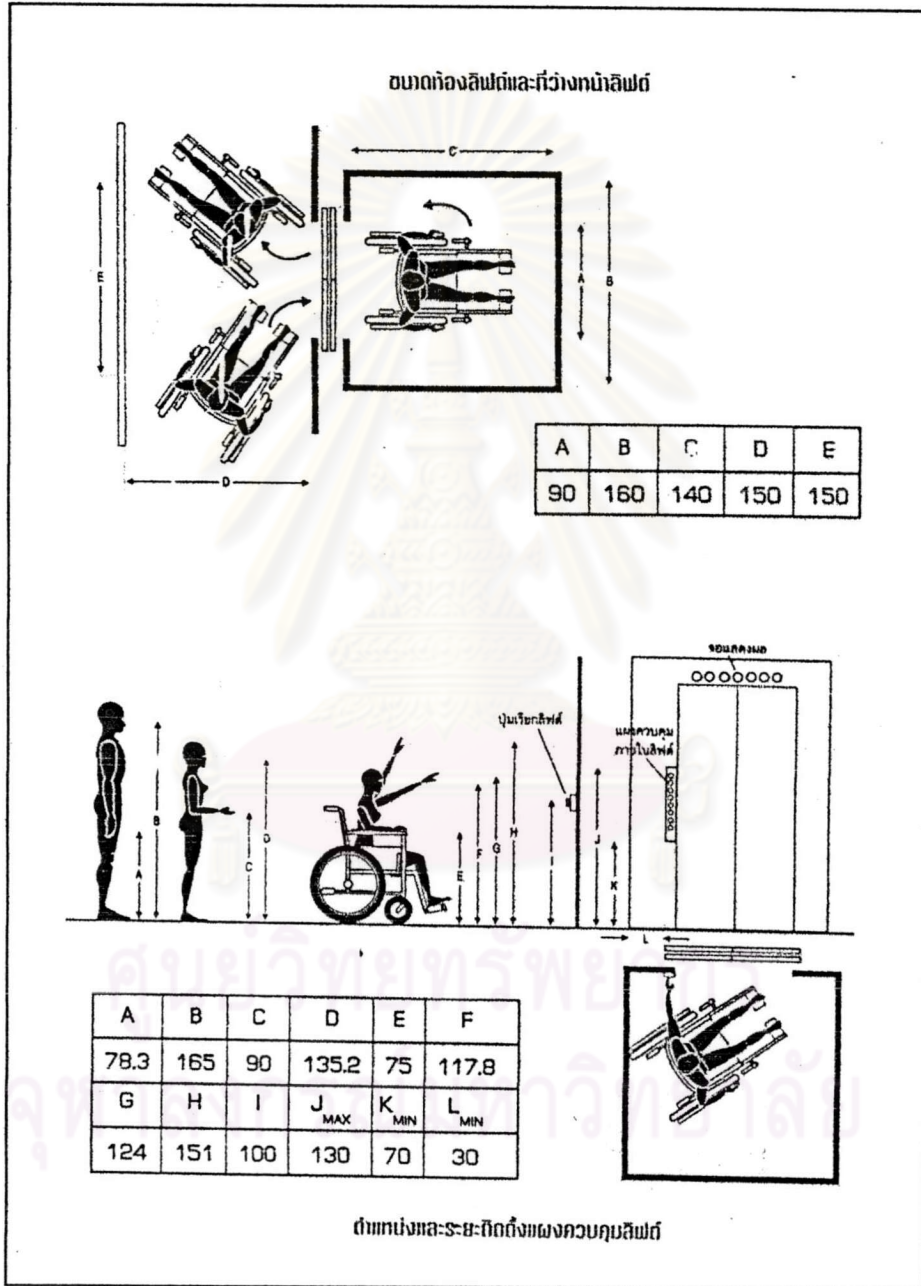
รูปที่ 6.3 แสดงขนาดและระยะการติดตั้งราวบันได



ที่มา : นवलน้อย บุญวงศ์ และนันท์นิ เนียมทรัพย์, 2542 : 44

รูปที่ 6.4 แสดงเกณฑ์การสร้างชานพักบนทางลาด

1.2.2.5 ลิฟต์ อาคารที่มีผู้สูงอายุอยู่อาศัยควรมีลิฟต์ โดยขนาดของลิฟต์และระยะเวลาติดตั้งของอุปกรณ์ลิฟต์ควรคำนึงถึงสภาพการใช้สอยของผู้สูงอายุที่นั่งบนเก้าอี้เข็น (ดูรูปที่ 6.5) นอกจากนี้ควรมีบริการการปิด-เปิดลิฟต์ให้แก่ผู้สูงอายุ เพราะผู้สูงอายุที่อายุมากหรือผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านการเคลื่อนไหว เคลื่อนไหวได้เร็วกว่าผู้สูงอายุที่อายุน้อยและคนกลุ่มอายุอื่นอาจทำให้เข้า-ออกลิฟต์ไม่สะดวก



รูปที่ 6.5 แสดงขนาดของลิฟต์และระยะเวลาติดตั้งอุปกรณ์ของลิฟต์

1.3 ข้อเสนอแนะสำหรับพื้นที่ภายในห้องพักอาศัย

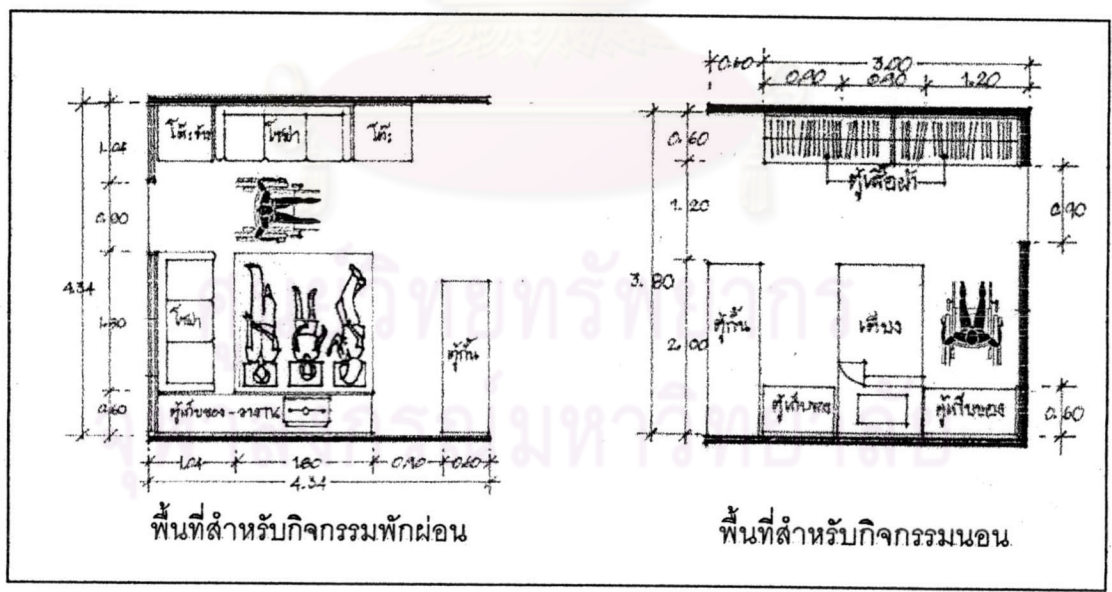
1.3.1 ลักษณะและส่วนประกอบของห้องพักอาศัย

ในการศึกษาคั้งนี้ ผู้วิจัยจะเสนอแนวทางการพัฒนาเฉพาะห้องพักอาศัยแบบ Studio Type เท่านั้น เนื่องจากเป็นการศึกษาสภาพการอยู่อาศัยในห้องพักแบบ Studio Type ซึ่งผลการศึกษาอาจจะไม่สามารถนำไปใช้กับห้องพักอาศัยแบบอื่น

ห้องพักแบบ Studio Type ที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ ควรมีพื้นที่ใช้สอยดังนี้ พื้นที่เนกประสงค์ซึ่งครัวเรือนและผู้สูงอายุสามารถจัดส่วนใช้สอยตามเหมาะสม พื้นที่ทำงานบ้านที่สามารถตั้งโต๊ะรับประทานอาหารพร้อมเก้าอี้ได้ประมาณ 2 ตัว ห้องน้ำ 1 ห้อง และระเบียงด้านหลัง (ดูรูปที่ 6.9) โดยพื้นที่ทำงานบ้าน ห้องน้ำ และระเบียงด้านหลังควรอยู่ส่วนหลังของห้องเนื่องจากมีความสัมพันธ์กันของกิจกรรมและการใช้พื้นที่

1.3.2 สัดส่วนและขนาดของห้องพักอาศัย

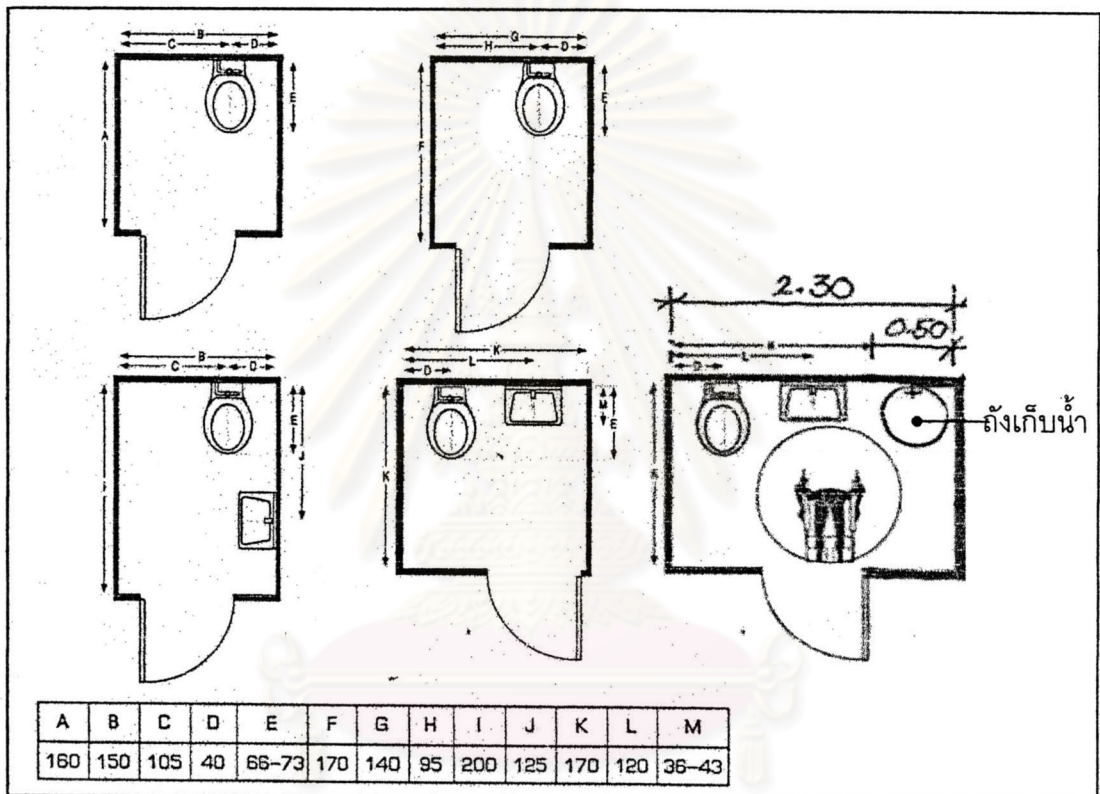
สัดส่วนของความกว้าง และความยาวของห้องของผู้สูงอายุและสมาชิกในครัวเรือนขึ้นอยู่กับพื้นที่ที่ใช้สำหรับกิจกรรมพักผ่อนและใช้เวลาว่างและกิจกรรมนอน (ดูรูปที่ 6.6) สำหรับสมาชิกในครัวเรือนขนาดเล็ก (2-4 คน) ซึ่งเป็นครัวเรือนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 60.0) ของกลุ่มตัวอย่าง พื้นที่ส่วนเนกประสงค์ควรมีขนาด ไม่ต่ำกว่า 4.34x6.34 เมตร ห้องน้ำ ขนาด 1.70x2.30 เมตร ส่วนทำงานบ้าน ขนาด 2.30x2.64 เมตร และระเบียงด้านหลัง ขนาด 1.80x4.34 เมตร (ดูรูปที่ 6.9)



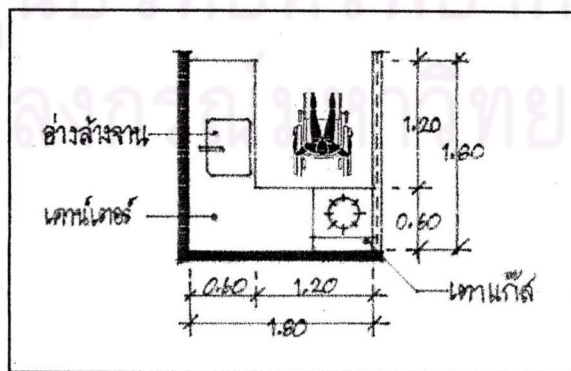
ที่มา : จากการวิเคราะห์การใช้สอยพื้นที่ประกอบกับงานศึกษาของ นวลน้อย บุญวงศ์ และนันทินี เนียมทรัพย์ (2542)

รูปที่ 6.6 แสดงขนาดพื้นที่สำหรับกิจกรรมนอนและพักผ่อน

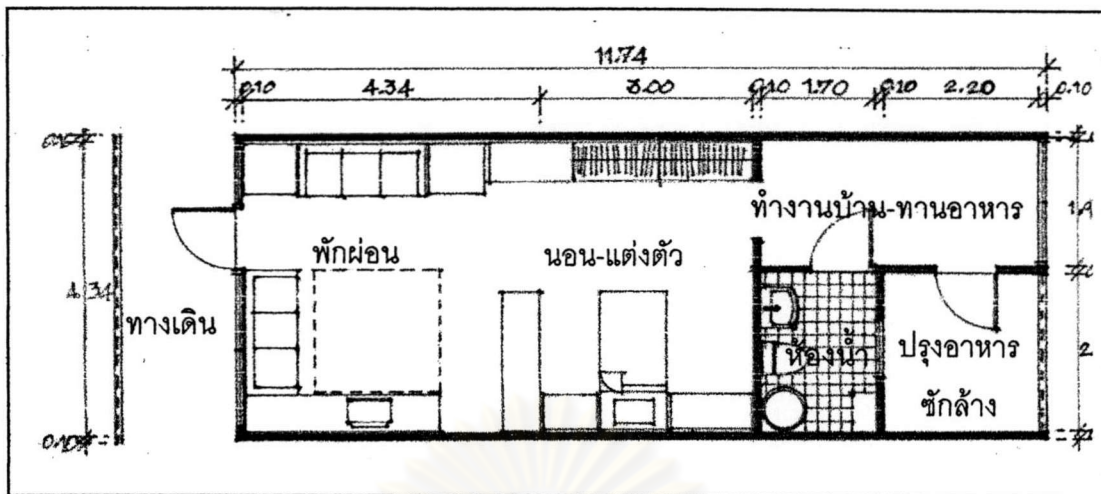
ห้องน้ำ ขนาดห้องน้ำที่เหมาะสม จากการศึกษาของนวนน้อย บุญวงศ์ และนันท์ นิยมทรัพย์ (2542) กรณีที่มีอ่างล้างหน้าคือ 1.70x1.70 แต่จากการศึกษา พบว่า ห้องพักอาศัยเกือบทั้งหมด (ร้อยละ 97.1) มีถังเก็บน้ำ โอง หรือการกักอริฐเพื่อรองน้ำสำหรับอาบน้ำ ซึ่งมีแนวโน้มว่าในที่อยู่แห่งใหม่จะมีสภาพการใช้สอยเช่นเดียวกัน ดังนั้น จึงเสนอให้ขนาดของห้องน้ำต้องคิดพื้นที่สำหรับถังเก็บน้ำอาบด้วย โดยขนาดห้องน้ำที่เหมาะสม คือ 1.70x2.30 เมตร (ดูรูปที่ 6.7) ห้องน้ำควรมีอุปกรณ์ที่เหมาะสม และกำหนดระยะการติดตั้งอุปกรณ์และระบบสนับสนุนต่างๆ ให้เหมาะสม เพื่อกำหนดขนาดทางสัญจรและการใช้สอยพื้นที่



รูปที่ 6.7 แสดงขนาดพื้นที่ห้องน้ำและการจัดอุปกรณ์ในพื้นที่



รูปที่ 6.8 แสดงขนาดพื้นที่ระเบียงด้านหลังและการจัดเครื่องเรือน



ที่มา : จากการวิเคราะห์การใช้สอยพื้นที่ประกอบกับงานศึกษาของ นवलน้อย บุญวงศ์ และนันท์ นิยมทรัพย์ (2542)

รูปที่ 6.9 แสดงขนาดห้องพักอาศัยสำหรับครัวเรือนของผู้สูงอายุที่มีสมาชิก 2-4 คน

1.3.4 ตำแหน่งของประตูและทางสัญจร

1.3.4.1 ประตู ทุกจุดควรกว้าง 0.90 เมตร ประตูด้านหน้าควรเปิดออกสู่โถงทางเดิน ประตูห้องน้ำควรเปิดออกจากภายใน เพื่อความสะดวกในการใช้พื้นที่ ประตูที่เปิดสู่ระเบียงหลังควรเปิดออก (ดูรูปที่ 6.9) ตำแหน่งการเปิดของประตูด้านหน้าห้องควรห่างจากแนวผนังไม่น้อยกว่า 1.01 เมตร เพื่อการจัดเครื่องเรือนประเภทโซฟาหรือม้านั่ง (เพราะผู้สูงอายุมีกิจกรรมนั่งพักผ่อนและมองออกไปนอกห้องบริเวณนี้) ส่วนประตูในตำแหน่งอื่นๆ ควรเปิดห่างจากแนวผนัง อย่างน้อย 0.60 เมตร เพื่อป้องกันการจัดเครื่องเรือนกีดขวางประตูซึ่งทำให้ขนาดทางสัญจรลดลง (ดูรูปที่ 6.6)

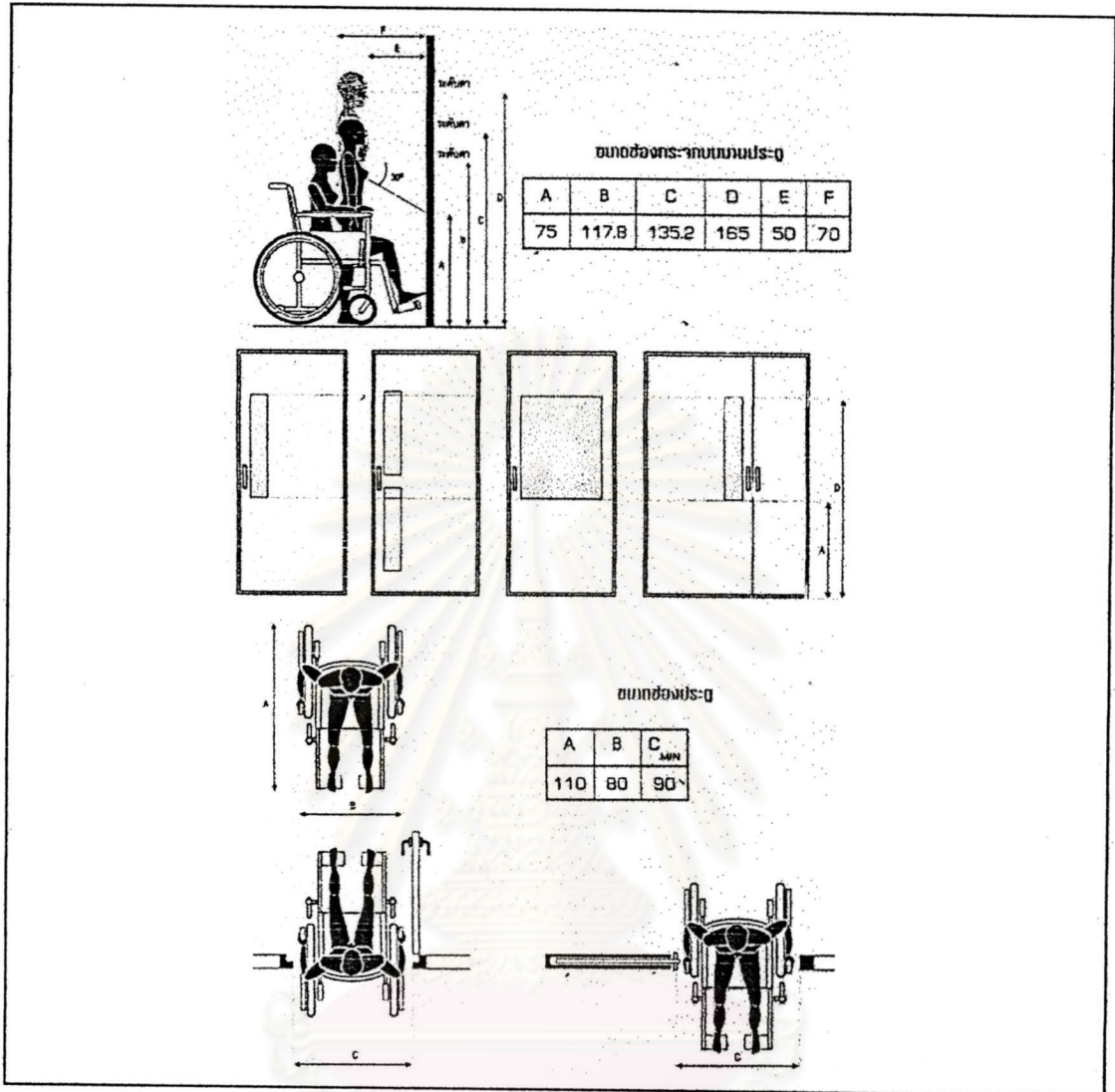
1.3.4.2 ทางสัญจร ทางสัญจรทุกจุดควรกว้างไม่ต่ำกว่า 0.90 เมตร เพื่อให้ผู้สูงอายุที่ใช้เครื่องช่วยเคลื่อนไหวนอนได้อย่างสะดวก โดยเฉพาะพื้นที่บริเวณข้างเตียง อย่างน้อย 1 ด้าน ควรมีทางสัญจรไม่ต่ำกว่า 1.20 เมตร (ดูรูปที่ 6.6)

1.3.5 หน้าต่างและช่องเปิด

1.3.5.1 พื้นที่ส่วนหน้าของห้องที่ติดกับโถงทางเดิน ควรเพิ่มมุมมองจากภายในห้องให้กว้างขึ้นโดยการออกแบบช่องเปิดในตำแหน่งที่ต่อเนื่องกับประตู ดังนั้น หน้าต่างควรเป็นชนิดที่มีช่องแสง (กระจก) ขอบล่างของหน้าต่างมีระยะการติดตั้งสูงจากพื้นไม่เกิน 0.75 เมตร (ดูรูปที่ 6.11) และประตูด้านหน้าห้องควรจะเป็นแบบมีช่องแสง (ดูรูปที่ 6.10 และ 6.11) เพื่อให้ผู้สูงอายุที่นั่งพักผ่อนภายในห้องได้มองเห็นกิจกรรมภายนอก นอกจากนี้ บริเวณครัวหรือบริเวณที่รับประทานอาหารของผู้สูงอายุควรมีช่องเปิดหรือหน้าต่างที่เปิดให้มองเห็นทัศนียภาพภายนอกได้

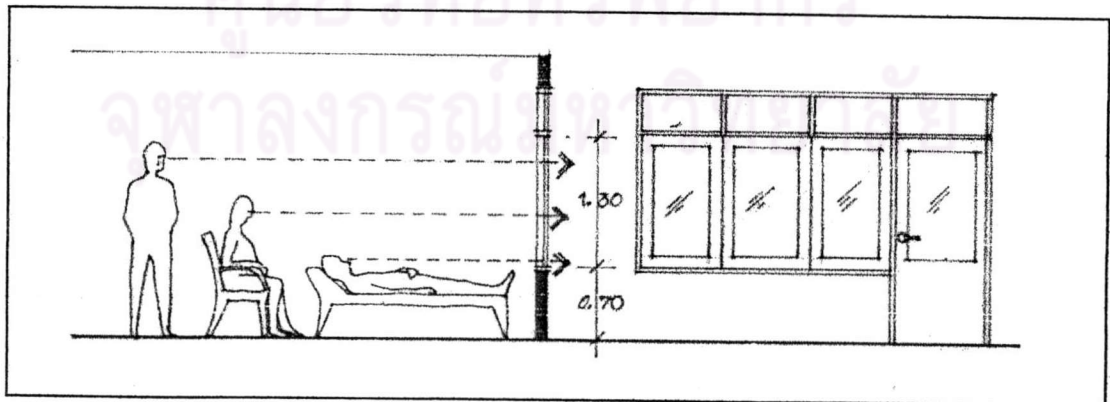
1.3.5.2 และควรออกแบบให้ช่องเปิดหรือหน้าต่างให้สามารถระบาย

อากาศได้ดี เช่น การมีบานเกล็ดเหนือตำแหน่งของหน้าต่าง



ที่มา : นवलน้อย บุญวงศ์ และนันทนี เนียมทรัพย์, 2542

รูปที่ 6.10 แสดงขนาดประตูและลักษณะของประตู



ที่มา : Sandra C. Howell, 1987

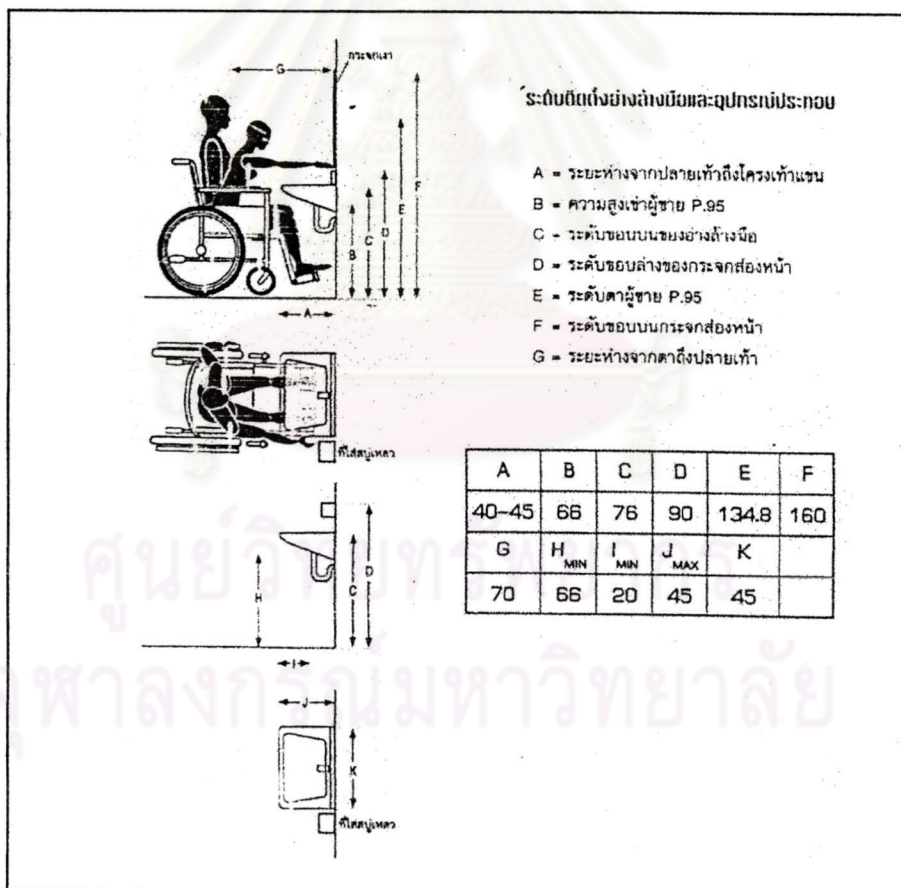
รูปที่ 6.11 แสดงระยะการติดตั้งและลักษณะของช่องเปิด

1.3.6 อุปกรณ์และการติดตั้ง การติดตั้งอุปกรณ์และระบบสนับสนุนต่างๆ
ได้แก่

1.3.6.1 ระบบไฟฟ้า ระยะการติดตั้งของสวิตช์ ปลั๊ก ควรอยู่ในระยะที่
ผู้สูงอายุสามารถเอื้อมมือเปิดได้ และสวิตช์ควรมีขนาดใหญ่เป็นพิเศษ

1.3.6.2 ระบบประปา ระยะการติดตั้งของก๊อกน้ำควรอยู่ในระยะที่
ผู้สูงอายุสามารถเอื้อมถึงและไม่ต้องก้มตัวเพราะผู้สูงอายุมีปัญหาเกี่ยวกับกระดูกและข้อ (ดูรูปที่
6.12) วาล์วสำหรับปิดเปิดควรเป็นแบบก้านโยก และตำแหน่งของการติดตั้งไม่กีดขวางทางสัญจร
ของพื้นที่

1.3.6.3 อุปกรณ์สำหรับห้องน้ำ ส้วมควรเป็นแบบนั่งราบ ในห้องที่มี
ผู้สูงอายุควรติดตั้งราวจับกันหกล้ม ที่นั่งอาบน้ำ และในพื้นี่อาบน้ำซึ่งครัวเรือนส่วนใหญ่ (ร้อยละ
97.1) จะมีถังเก็บน้ำสำหรับอาบซึ่งมักจะตั้งในตำแหน่งที่มีก๊อกน้ำ ดังนั้น ต้องพิจารณาตำแหน่ง
การติดตั้งด้วยเพราะมีผลต่อการทางสัญจรของผู้สูงอายุ

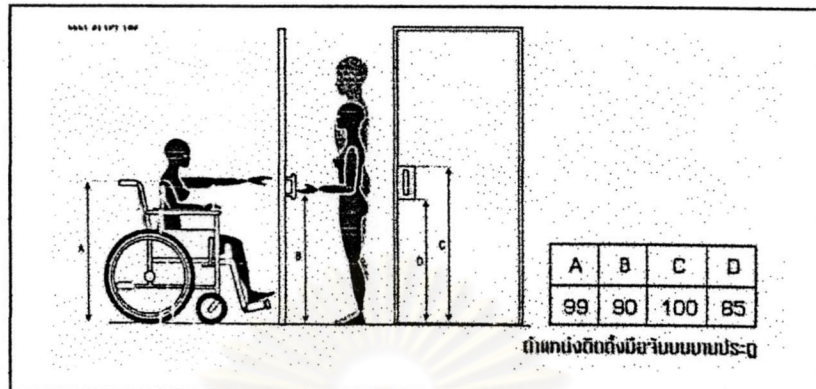


ที่มา : นवलน้อย บุญวงศ์ และนันทนี เนียมทรัพย์, 2542

รูปที่ 6.12 แสดงระยะการติดตั้งอุปกรณ์ในห้องน้ำ

1.3.6.4 อุปกรณ์ปิด-เปิดของประตูหน้าต่างและช่องเปิด ควรเป็นแบบ

ก้านโยกหรือบานเลื่อนและมีระยะการติดตั้งที่เหมาะสม (ดูรูปที่ 6.13) ประตูหน้าต่างควรทำจากวัสดุที่เบาเพื่อผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านข้อเสื่อมหรืออวัยวะสามารถเปิดได้สะดวก



ที่มา : นवलน้อย บุญวงศ์ และนันท์ นิยมทรัพย์ (2542)

รูปที่ 6.13 แสดงระยะการติดตั้งอุปกรณ์ประตู

1.3.7 ข้อเสนอทั่วไปเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม

1.3.7.1 แสงสว่าง

กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุไม่ชอบเปิดไฟฟ้าในตอนกลางวัน ดังนั้นควรหาวิธีการออกแบบให้ห้องพักอาศัยได้รับแสงธรรมชาติในเวลากลางวัน และแสงสว่างนั้นไม่ควรสว่างจนเกินไป

ติดไฟระหว่างทางไปห้องน้ำให้สว่างพอ และมีสวิตช์ไฟอยู่ใกล้กับเตียงนอน หรือประตู เพราะผู้สูงอายุบางคนมีโรคที่ทำให้ปัสสาวะบ่อย เช่น โรคเบาหวาน

1.3.7.2 การระบายอากาศ

ผู้สูงอายุร้อนง่ายเนื่องจากต่อมเหงื่อทำงานได้น้อยลง ดังนั้นจึงควรออกแบบสภาพแวดล้อมให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก ผู้สูงอายุชอบนั่งพักผ่อนตามลำพังในห้องพัก ถ้าสามารถออกแบบให้มีลมอ่อนๆ พัดผ่านตัวผู้สูงอายุได้ผู้สูงอายุจะชอบมาก ผู้สูงอายุมีปฏิกิริยาที่ไวมากต่อความเย็น โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อายุมาก ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ดังนั้น ในห้องที่ปรับอากาศควรสอบถามความรู้สึกหรือสังเกตปฏิกิริยาของผู้สูงอายุต่อสภาพห้องที่ปรับอากาศ

1.3.7.3 พื้นที่ต่างระดับ ที่อยู่อาศัยไม่ควรมีพื้นที่ต่างระดับ แต่หากจำเป็นต้องมีพื้นที่ควรต่างสีกันเพื่อให้ผู้สูงอายุสังเกตเห็นได้ง่าย

1.3.7.4 วัสดุ

พื้นห้องควรเป็นวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย ไม่ลื่น ควรเป็นคนละ

สีกับผนัง และพื้นไม่ควรเป็นพรมเพราะทำให้ผู้สูงอายุที่ใช้เครื่องช่วยเคลื่อนไหวก่อนเคลื่อนไหวก่อนไม่สะดวก พรมผืนเล็กๆก็ทำให้ผู้สูงอายุลื่นหกล้มได้เช่นกัน

1.3.7.5 สี

โทนสีของห้อง ผ้าม่าน ควรเป็นสีที่สดใสเพื่อกระตุ้นการมองเห็น และแสดงความแตกต่างของสิ่งแวดล้อม

โทนสีของพื้นที่ต่างระดับกัน ควรแยกสีพื้นที่ต่างระดับกันและ เป็นสีที่ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นได้

1.3.7.6 ระบบเตือนอัคคีภัย และระบบดับเพลิง

เนื่องจากผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ยังคงมีกิจกรรมปรุงอาหารหรือเตรียมอาหาร ในขณะที่ความสามารถในการมองเห็น การได้กลิ่น การได้ยินของผู้สูงอายุบางคนลดลงและ บางส่วนหลงลืม ซึ่งอาจทำให้เกิดเพลิงไหม้ ดังนั้น ในที่อยู่อาศัยแห่งใหม่ควรมีระบบดับเพลิงแบบตรวจจับควัน ซึ่งอาจจะติดตั้งเฉพาะในห้องครัว และมีระบบเตือนอัคคีภัยทั้งแบบเสียงและแบบสว่างวาบ เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้ตัวเมื่อมีเพลิงไหม้

2. ข้อเสนอแนะทางการช่วยเหลือของภาครัฐ

จากสภาพทางเศรษฐกิจของผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่ไม่มีรายได้ ที่ยังต้องพึ่งพาครอบครัวด้านรายได้ และจากการที่พบว่า ยังมีการเตรียมการสภาพที่อยู่อาศัยเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุน้อย โดยจะมีการเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงที่อยู่อาศัยเมื่อผู้สูงอายุมีปัญหาแล้วเท่านั้น ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเสนอให้รัฐช่วยเหลือผู้สูงอายุกลุ่มนี้โดยการอุดหนุน หรือสนับสนุนการเตรียมการด้านที่อยู่อาศัยเพื่อผู้สูงอายุ เริ่มต้นในโครงการที่จะเกิดขึ้น โดยการสำรวจและติดตั้งอุปกรณ์ที่เหมาะสมภายในห้องที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุโดยเฉพาะในห้องน้ำ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยที่ส่งเสริมสุขภาพเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยยืดระยะเวลาการพึ่งพาออกไป และช่วยให้ผู้สูงอายุอยู่ร่วมกับคนวัยอื่นในชุมชนได้อย่างสะดวกและปลอดภัย

หากพิจารณาด้านทำเลที่ตั้งแล้ว ที่อยู่อาศัยแบบแฟลตในเคหะชุมชนดินแดง 1 และ 2 เป็นที่อยู่อาศัยที่น่าอยู่สำหรับผู้สูงอายุ เพราะเป็นชุมชนที่มีความสะดวกในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นการคมนาคม สถานบริการทางสุขภาพ ตลาด และสนามกีฬา ในด้านกิจกรรมผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีโอกาสที่จะพบปะพูดคุยกับคนในวัยเดียวกันหรือคนต่างวัย ทำให้ไม่รู้สึกเหงาหรือว่าเหว่เมื่อต้องอยู่ตามลำพังในตอนกลางวัน ถึงแม้ว่าสภาพของที่อยู่อาศัยปัจจุบันบางส่วนไม่ได้ส่งเสริมกิจกรรมของผู้สูงอายุเนื่องจากวัตถุประสงค์การออกแบบในตอนแรกไม่ได้คำนึงถึงมากนัก แต่ในการสร้างที่อยู่ใหม่มีแนวทางในการพัฒนาให้เหมาะสมได้ ดังนั้น รัฐโดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านที่อยู่อาศัยน่าจะมีการศึกษาความเป็นไปได้ในการพัฒนาที่อยู่อาศัยแบบแฟลตสำหรับผู้สูงอายุ โดยตั้งรวมอยู่กับแฟลตของกลุ่มอายุอื่นๆ หรือให้อยู่ร่วมกับกลุ่มอายุอื่นๆ ทั้งในเคหะชุมชนดินแดง

1 และ 2 และในชุมชนในเขตเมืองอื่นๆ เพื่อความสะดวกในด้านการให้บริการแก่ผู้สูงอายุ สมาชิกของชุมชนมีโอกาสใกล้ชิดกับผู้สูงอายุมากขึ้น นอกจากนี้ยังสะดวกในการเข้ามาเยี่ยมเยียนของบุตรหลานหรือญาติอีกด้วย

3. ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

การศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาสภาพการอยู่อาศัยในปัจจุบันของผู้สูงอายุในที่อยู่อาศัยแบบแฟลตของผู้สูงอายุที่รายได้ต่ำ ซึ่งเป็นเพียงที่อยู่อาศัยแบบเดียว ผู้สูงอายุกลุ่มเดียว โดยยังขาดการศึกษาสภาพการอยู่อาศัยในที่อยู่อาศัยในรูปแบบอื่น ที่น่าจะมีผลต่อสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุเช่นเดียวกัน เช่น ที่อยู่อาศัยแบบทาวน์เฮาส์ บ้านเดี่ยว บ้านเดี่ยวใต้ถุนสูง หรือการศึกษาสภาพการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุในอาคารประเภทแฟลตหรืออาคารชุด แต่เป็นกลุ่มอายุที่มีรายได้สูง เหล่านี้ น่าจะเป็นแนวทางในการพัฒนาด้านสภาพที่อยู่อาศัยแต่ละแบบให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุได้



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย