



โครงการวิจัย เรื่อง
ตำบลต้นแบบการพัฒนากิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ
อย่างมีความสุข
ตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอลอง จังหวัดแพร่

โดย

ณัฐกฤษณ์ ธรรมกวินวงศ์
ฉัตรสุดา มาทา
สนิท เสนากุล
ณัฐกฤตา ปัญญาณะ

ภายใต้

โครงการวิจัยวิจัยและพัฒนานวัตกรรมและการจัดการตนเองของชุมชนท้องถิ่นน่าอยู่

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

สนับสนุนทุนวิจัยโดย สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส)

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ.....	1
	ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย.....	1
	วัตถุประสงค์การวิจัย.....	4
	ขอบเขตของการวิจัย.....	4
	นิยามศัพท์.....	5
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	5
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
	แนวคิดผู้สูงอายุ	7
	แนวคิดนันทนาการ.....	8
	แนวคิดความสุข	10
	แนวคิดการมีส่วนร่วม.....	12
	แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2545-2564).....	18
	ข้อมูลทั่วไป และสถานะสุขภาพตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่	21
	งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	26
	กรอบแนวคิดการวิจัย.....	34
3	วิธีดำเนินการวิจัย.....	35
	รูปแบบการวิจัย.....	35
	วิจัยเชิงปริมาณ.....	35
	วิจัยเชิงคุณภาพ.....	36
	การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	36
	การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	37
	การวิเคราะห์ข้อมูล.....	38

สารบัญ(ต่อ)

บทที่		หน้า
4	ผลการวิจัย.....	40
	ส่วนที่ 1 สรุปประเด็นสำคัญกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ อย่างมีความสุขที่เกี่ยวข้องกับประเพณีและวัฒนธรรมท้องถิ่นของตำบลบ่อ เหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่.....	41
	ส่วนที่ 2 การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุ อย่างมีความสุข.....	44
	ส่วนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล การมีส่วนร่วมในการพัฒนาโปรแกรม กิจกรรมนันทนาการ และความสุขของผู้สูงอายุหลังการทดลองโปรแกรม กิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ.....	50
	ส่วนที่ 4 สรุปผลการโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพ ผู้สูงอายุ อย่างมีความสุขตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่.....	58
5	บทสรุปและอภิปรายผล.....	74
	สรุปผลการวิจัย.....	74
	อภิปรายผลการวิจัย.....	76
	ข้อเสนอแนะ.....	81
	บรรณานุกรม.....	83
	ภาคผนวก.....	88

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	สรุปปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพของผู้สูงอายุ ความต้องการในด้านกิจกรรมนันทนาการ ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่.....	43
2	(ร่าง)โปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ อย่างมีความสุขของผู้ ตำบลบ่อเหล็กทอง อำเภอคลอง จังหวัดแพร่.....	50
3	แสดงจำนวน ร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของผู้สูงอายุ ตำบลบ่อเหล็กทอง.....	51
4	แสดงระดับความคิดเห็น ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของการมีส่วนร่วมของ ผู้สูงอายุตำบลบ่อเหล็กทอง หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการฯ.....	53
5	แสดงระดับความคิดเห็น ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความสุขของผู้สูงอายุ ตำบลบ่อเหล็กทอง	56
6	ผลการเปรียบเทียบเปรียบเทียบ ความสุขของผู้สูงอายุตำบลบ่อเหล็กทองก่อนและ หลังการเข้าร่วมทดลองโปรแกรมนันทนาการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม.....	58
7	การประเมินประสิทธิภาพและสะท้อนความคิดเห็นต่อกิจกรรมนันทนาการหัตถกรรม	59
8	การประเมินประสิทธิภาพและสะท้อนความคิดเห็นต่อกิจกรรมฟ้อนประยุกต์ 9 ช่อง	60
9	การประเมินประสิทธิภาพและสะท้อนความคิดเห็นต่อกิจกรรมนันทนาการดนตรี และเพลงพื้นบ้าน.....	61
10	การประเมินประสิทธิภาพและสะท้อนความคิดเห็นต่อกิจกรรมนันทนาการเล่าขาน วัฒนธรรม.....	62

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	แสดงอาณาเขตสภาพพื้นที่ตำบลบ่อเหล็กทอง อ.ลอง จ.แพร่.....	20
2	แสดงทำร้าสาวงามของตำบลบ่อเหล็กทองประยุกต์กับตาราง 9 ช่อง.....	67
3	แสดงทำร้ายกเข้าของตำบลบ่อเหล็กทองประยุกต์กับตาราง 9 ช่อง.....	68
4	แสดงทำร้าสะบัดมือของตำบลบ่อเหล็กทองประยุกต์กับตาราง 9 ช่อง.....	69
5	แสดงทำร้าคู่มบิดของตำบลบ่อเหล็กทองประยุกต์กับตาราง 9 ช่อง.....	70
6	แสดงทำร้าแก้งั้ตะวันของตำบลบ่อเหล็กทองประยุกต์กับตาราง 9 ช่อง.....	71