

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การดำเนินโครงการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมแบบมีส่วนร่วมเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลเกาะคา จังหวัดลำปาง” โดยมีวัตถุประสงค์ในการวิจัยคือ เพื่อพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมต่อการเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง และเพื่อประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลของหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมอันนำไปสู่การเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และการประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลของหลักสูตรผ่านกิจกรรมและการวิเคราะห์ข้อมูลต่างๆ ทั้งนี้ในส่วนนี้จะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

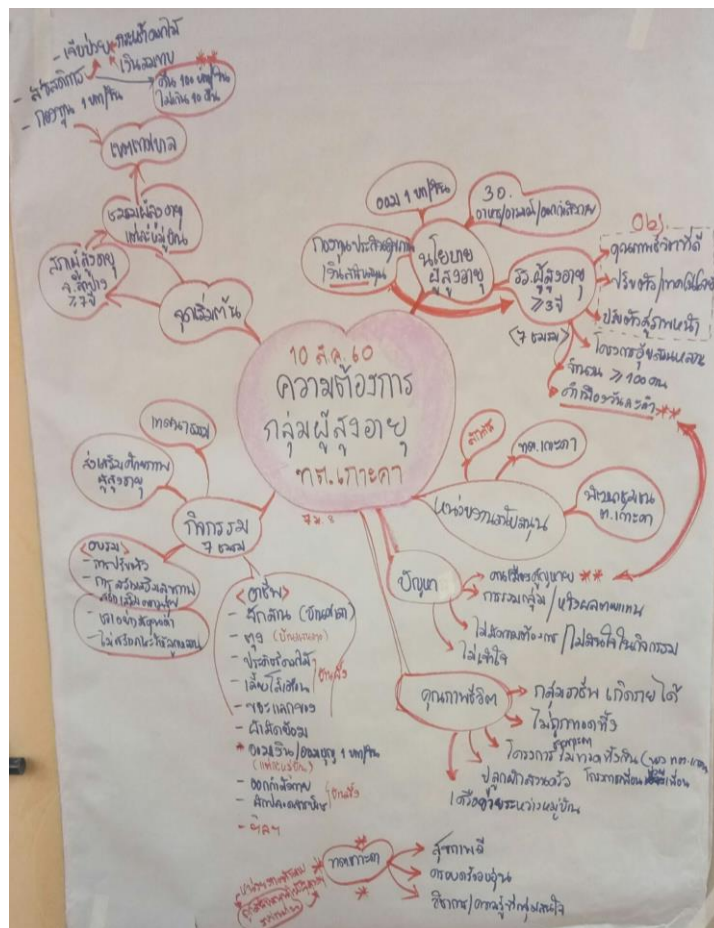
#### **การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมต่อการเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง**

การจัดเวทีประชุมเสวนากลุ่มย่อยการนำเสนอความต้องการในการจัดทำหลักสูตรและแนวทางการดำเนินการจัดทำหลักสูตร

การประชุมเสวนากลุ่มย่อยเพื่อวิเคราะห์ความต้องการในการจัดทำหลักสูตรการฝึกอบรมผู้วิจัยพร้อมกับทีมนักวิจัยได้ดำเนินการจัดกิจกรรมโดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้สูงอายุในพื้นที่ได้นำเสนอประสบการณ์และการฝึกอบรม รวมทั้งการนำเสนอความต้องการในการจัดทำหลักสูตรเพื่อจัดฝึกอบรม และสามารถนำไปขยายผลจากการฝึกอบรมได้ในอนาคต ทั้งนี้การประชุมเสวนามีหน่วยงานในพื้นที่และผู้เข้าร่วมจากตัวแทนผู้สูงอายุ ประกอบด้วย คุณภาณุกุล ฉัตรแก้ว หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชน และคุณจารุวรรณ ไชยกันทะ นักวิชาการสาธารณสุข คุณเฉลิมเขตร์ ไชยกา ประธานโรงเรียนผู้สูงอายุ รวมทั้งสมาชิกผู้สูงอายุซึ่งร่วมกิจกรรมกับโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา จำนวน 10 คน ร่วมวิเคราะห์ปัญหาของผู้สูงอายุในโรงเรียนเพื่อหาประเด็นปัญหาในการขับเคลื่อนและให้เกิดการพัฒนานวัตกรรมจัดการตนเองของชุมชนท้องถิ่น ดังภาพที่ 3 และ ภาพที่ 4



ภาพที่ 3 การเสวนากลุ่มย่อยครั้งที่ 1 ถอดประเด็นปัญหาผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา



ภาพที่ 4 แผนภาพการถอดองค์ความรู้

จากภาพที่ 4 แสดงให้เห็นถึงข้อสรุปที่ได้จากเวทีเสวนาการวิเคราะห์ความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา จ.ลำปาง โดยมีการนำเสนอในเวทีซึ่งสามารถพิจารณาได้ 4 ประเด็นคือ จุดเริ่มต้นของกิจกรรมผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคาเกิดจากการขับเคลื่อนและการผลักดันในการดำเนินงานของสภาผู้สูงอายุจังหวัดลำปางซึ่งดำเนินการในการผลักดันการรวมกลุ่ม

และกิจกรรมของผู้สูงอายุในพื้นที่มากกว่า 7 ปี จนเกิดการรวมกลุ่มและพัฒนากิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุ รวมทั้งการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในแต่ละชุมชน หมู่บ้านเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งในหมู่บ้าน และระหว่างหมู่บ้าน จนเกิดการผลักดันการดำเนินกิจกรรมให้เป็นรูปธรรมในระดับตำบล ซึ่งทำให้เกิดการพัฒนากิจกรรมของผู้สูงอายุในระดับตำบล อาทิ กิจกรรมกองทุนออมวันละบาท กิจกรรมการจัดสวัสดิการสำหรับสมาชิกผู้สูงอายุ กิจกรรมการอบรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้ที่กำลังจะเข้าวัยผู้สูงอายุ เป็นต้น ทั้งนี้ภายหลังการดำเนินกิจกรรมและเกิดการรวมตัวกันอย่างต่อเนื่องจึงเกิดการสนับสนุนของเทศบาลตำบลเกาะคา องค์กรหน่วยงานภาครัฐและเอกชนในพื้นที่จนเป็นโรงเรียนผู้สูงอายุเพื่อเป็นหน่วยในการขับเคลื่อนการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ การสร้างโอกาสในการพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันของผู้สูงอายุภายในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา

ประเด็นหน่วยงานสนับสนุน เนื่องจากการดำเนินกิจกรรมของผู้สูงอายุเป็นการดำเนินกิจกรรมในลักษณะอาสาเข้าร่วมกิจกรรมไม่มีการบังคับผู้สูงอายุในพื้นที่ให้เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ดังนั้นการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคาจึงมีทั้งในระดับหมู่บ้านซึ่งเป็นชมรมผู้สูงอายุของแต่ละหมู่บ้าน และในระดับตำบลคือการจัดตั้งเป็นโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา ซึ่งที่ผ่านมาจนถึงปัจจุบันมีหน่วยงานที่ให้การส่งเสริม สนับสนุนกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ อาทิ งบประมาณในการดำเนินกิจกรรมคือเทศบาลตำบลเกาะคา ซึ่งได้จัดสถานที่ในการทำกิจกรรมต่างๆ การเข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งการกำหนดแผนในการดำเนินงานแต่ละปีในประเด็นผู้สูงอายุ พัฒนาชุมชนอำเภอเกาะคา และตำบลเกาะคา ที่ให้การสนับสนุนและส่งเสริมการทำกิจกรรมทั้งในส่วนของ การจัดอบรมเพื่อพัฒนาอาชีพ ทักษะ ความสามารถที่ผู้สูงอายุจะสามารถนำไปขยายผลและต่อยอดในแต่ละครัวเรือน โรงพยาบาลเกาะคาและเครือข่ายโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพในพื้นที่ ซึ่งให้การสนับสนุนและส่งเสริมในส่วนของกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพและการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ

ประเด็นนโยบายผู้สูงอายุทั้งในระดับท้องถิ่น จังหวัดและประเทศ จากการจัดเวทีเสวนามีการสะท้อนข้อมูลประเด็นของนโยบายผู้สูงอายุและการขับเคลื่อนกิจกรรมต่างๆ ของผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา พบว่า นโยบายของท้องถิ่นมีการดำเนินการที่ให้การส่งเสริมและสนับสนุนผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่องทั้งในด้านของการส่งเสริมสุขภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งนโยบาย 3 อ. ประกอบด้วย “อาหาร” ซึ่งหน่วยงานในระดับท้องถิ่นได้จัดกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ที่ใช้ให้ผู้สูงอายุเห็นถึงความสำคัญและมีแนวทางปฏิบัติสำหรับการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายเพื่อส่งเสริมสุขภาพของตัวผู้สูงอายุเอง “อารมณ์” คือ การจัดกิจกรรมในลักษณะของการเตรียมความพร้อมของผู้ที่จะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุเพื่อให้เกิดการปรับตัวของผู้สูงอายุ รวมทั้งการจัดกิจกรรมที่ช่วยทำให้ผู้สูงอายุไม่เกิดความรู้สึกเหงา หรือไม่มีคุณค่าในสังคม โดยกิจกรรมต่างๆ มักได้รับความสนใจจากผู้สูงอายุ เช่น กิจกรรมที่จัดในหลักสูตรของโรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นต้น รวมทั้งกิจกรรมการให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสดูแลซึ่งกันและกันผ่านการจัดสวัสดิการสำหรับสมาชิก ในการดูแลเพื่อนสมาชิกที่ป่วยหรือเสียชีวิตเพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกในการเห็นคุณค่าของตัวเอง และ “ออกกำลังกาย” เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสในการออกกำลังกายในลักษณะต่างๆ ทั้งการออกกำลังกายโดยตรงในระหว่างร่วมกิจกรรม การออกกำลังกายจากการออกไปทำกิจกรรมต่างๆ นอกพื้นที่ หรือแม้กระทั่ง

การออกกำลังกายผ่านกิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการต่างๆ ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสในการดูแลสุขภาพของตนเอง

ประเด็นกิจกรรมที่ดำเนินการ คือการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ภายใต้การดำเนินงานของโรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งมีกิจกรรมในรูปแบบต่างๆ ประกอบด้วย การเทศนาธรรมที่ให้พระอาจารย์มาเทศนาธรรมให้แก่สมาชิก กิจกรรมการส่งเสริมศักยภาพผู้สูงอายุ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการดูแลสุขภาพร่างกายตนเอง กิจกรรมการอบรมและให้ความรู้ เช่น การปรับตัว การชราอย่างมีคุณภาพ และการดำรงชีวิตที่ไม่เป็นภาระต่อลูกหลาน เป็นต้น และกิจกรรมทางด้านอาชีพ ซึ่งโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลเกาะคา ได้มีการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาอาชีพที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุในหลากหลายอาชีพ เช่น การจักสาน การทำตุ๊ก การประดิษฐ์ดอกไม้ การเลี้ยงไส้เดือน การทำขยะแลกของ ผ้ามัดย้อม การปลูกผักปลอดสารพิษ เป็นต้น

นอกจากทั้ง 4 ประเด็นที่มีการนำเสนอและเสวนาผ่านเวทีแล้ว ยังมีประเด็นเพิ่มเติมคือ ปัญหาในการดำเนินงานและคุณภาพชีวิตที่จะเกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมและโครงการ โดยปัญหาที่มักพบจากการดำเนินงานที่ผ่านมาพบว่ามีปัญหาไม่เข้าใจในความต้องการร่วมกันของผู้สูงอายุ ซึ่งอาจขึ้นอยู่กับบริบทของแต่ละบุคคล การไม่สนใจในการร่วมกิจกรรมในบางครั้ง ซึ่งอาจเกิดจากภาระที่มีกับกิจกรรมที่จัดไม่สัมพันธ์กัน ส่วนคุณภาพชีวิตที่จะได้รับหากมีการดำเนินกิจกรรมภายใต้โครงการวิจัย คือเมื่อเกิดหลักสูตรควรเป็นหลักสูตรที่สามารถสร้างรายได้ สร้างอาชีพที่สามารถพัฒนาและต่อยอดได้จริง มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง จึงจะเกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตใน 2 ด้านคือด้านร่างกาย ที่ผู้สูงอายุได้เกิดการออกกำลังกายได้ออกกำลังกายไปในตัว รวมทั้งการได้รับค่าตอบแทนหรือรายได้เสริมจากการสร้างงานสร้างอาชีพที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาหลักสูตรการอบรมครั้งนี้

นอกจากนี้จากการสัมภาษณ์ตัวแทนของผู้สูงอายุพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุดีขึ้นเนื่องจากกิจกรรมที่เทศบาลตำบลเกาะคาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้เข้ามาให้ความรู้ที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้สูงอายุไม่ว่าจะเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดการสร้างรายได้เสริม โครงการไม่ทอดทิ้งกันที่ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกไม่ถูกทอดทิ้งจากสังคม กิจกรรมการให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุเกี่ยวกับการปลูกผักสวนครัว และการสร้างเครือข่ายระหว่างหมู่บ้านเพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างหมู่บ้าน แต่ละกิจกรรมที่เทศบาลตำบลเกาะคาได้จัดเตรียมมาให้แก่ผู้สูงอายุในโรงเรียน ทำให้โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา มีความเข้มแข็ง และมีหลายหน่วยงานเข้ามาศึกษาดูงานอย่างต่อเนื่อง สำหรับประเด็นปัญหาของผู้สูงอายุในโรงเรียนเทศบาลตำบลเกาะคา พบว่า ผู้สูงอายุยังมีความต้องการสืบสานคำพื้นเมืองหรือคำพื้นบ้าน เพื่อให้ลูกหลานได้เรียนรู้และเข้าใจ สามารถสื่อสารเป็นภาษาพื้นเมืองได้ ซึ่งตอนนี้การสื่อสารด้วยคำพื้นเมืองเริ่มจะสูญหาย เพราะใช้การสื่อสารด้วยภาษากลางเป็นส่วนใหญ่ในการสื่อสาร สำหรับการรวมกลุ่มผู้สูงอายุยังมุ่งเน้นเรื่องผลประโยชน์ส่วนตนที่จะได้รับการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดรายได้เป็นส่วนใหญ่จึงขาดการรวมกลุ่มที่ดีเพื่อสร้างความสามัคคีและมองผลประโยชน์ส่วนรวมเป็นหลัก

ทั้งนี้จากการวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการข้างต้น คณะผู้วิจัยสามารถสรุปออกมาเป็นแนวทางเพื่อไปสู่การพัฒนาเป็นหลักสูตรที่ให้ผู้สูงอายุมีความรู้และสามารถสร้างรายได้จากสิ่งที่มีอยู่ภายในพื้นที่ชุมชนของตนเอง และสามารถเป็นการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีตามวัตถุประสงค์ของการ

จัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา และการจะได้มาซึ่งหลักสูตรสำหรับการอบรมเพื่อให้ผู้สูงอายุได้นำมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนรู้ภายในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา คณะผู้วิจัยได้จัดการประชุมเสวนากลุ่มย่อยเพื่อเน้นย้ำความต้องการของผู้สูงอายุ

การวิเคราะห์ความต้องการเพื่อพัฒนาเป็นหลักสูตรการอบรม

ภายหลังการดำเนินการจัดเวทีเสวนาและการสัมภาษณ์แนวทางการพัฒนาหลักสูตรอบรมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุนั้นผู้วิจัยได้ดำเนินการในการวิเคราะห์แนวทางในการพัฒนาหลักสูตรอบรมเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคาโดยอ้างอิงข้อมูลและความต้องการในการอบรมจากเวทีเสวนาวิเคราะห์ความต้องการเป็นหลัก โดยการดำเนินการวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาหลักสูตรอบรมนั้น จะเห็นได้ว่า ผู้สูงอายุมีความสนใจในการเรียนรู้ทางอาชีพเพื่อนำไปต่อยอด เช่น การถักกระเป่า การสอนทำอาหาร การทำบายศรี เป็นต้น อีกทั้งในการเรียนรู้ทางอาชีพแต่ละครั้งจะมีวิทยากรสับเปลี่ยนมาให้ความรู้อย่างต่อเนื่อง แต่สิ่งที่ได้รับการถ่ายทอดในแต่ละครั้งเป็นเพียงแค่การเรียนรู้จากที่ได้รับการสอนเท่านั้น แต่ยังไม่เกิดการต่อยอด ซึ่งจากการนำเสนอและข้อสรุปจากเวทีวิเคราะห์ความต้องการจนนำไปสู่การย้ายข้อมูลการพัฒนาหลักสูตรอบรมเพื่อส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลเกาะคานั้นจึงสามารถนำเสนอแนวทางและการตอบสนองความต้องการในการพัฒนาหลักสูตรดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 2 นำเสนอแนวทางการพัฒนาหลักสูตรเพื่อการอบรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา

การดำเนินกิจกรรม	ผลของการตอบสนองความต้องการ	แนวทางการขยายผล
การอบรมทางด้านสุขภาพ (การดูแลร่างกาย การรับประทานอาหาร การดำเนินชีวิตประจำวัน การดูแลและรักษาโรค)	-ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการรับรู้การดูแลสุขภาพร่างกาย -ทำให้มีแนวทางในการรักษาโรคภัยไข้เจ็บ -สามารถช่วยเหลือตัวเองได้บ้างโดยไม่ต้องลำบากลูกหลานในบางเรื่อง	-มีหน่วยงานทางด้านสาธารณสุขเข้ามาทำกิจกรรมในทุกๆเดือนร่วมกับโรงเรียนผู้สูงอายุ -มีเจ้าหน้าที่ระดับท้องถิ่น (อสม.) ดูแลติดตามอย่างใกล้ชิด
การอบรมทางด้านสุขภาพจิตและอารมณ์	-ผู้สูงวัยที่กำลังจะเข้าสู่กลุ่มผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปี) เกิดการปรับตัว -ผู้สูงอายุมีโอกาสได้เรียนรู้การจัดการทางอารมณ์ของตนเอง -ทำให้ผู้สูงอายุได้เกิดการเรียนรู้ทางด้านอารมณ์เพื่อนำไปปรับตัวและปรับใช้	-การพัฒนาหลักสูตรที่ทำให้บุตร หลานมีส่วนร่วมกับผู้สูงอายุ -การพัฒนาหลักสูตรอบรมสำหรับลูกหลานเพื่อดูแลสุขภาพทางด้านอารมณ์ผู้สูงอายุ
การอบรมทางด้านการพัฒนาอาชีพ	-เคยผ่านการอบรมทางด้านการพัฒนาอาชีพมาแล้ว อาทิ เช่น	-วิเคราะห์ศักยภาพทางทรัพยากรในชุมชน

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

การดำเนินกิจกรรม	ผลของการตอบสนองความต้องการ	แนวทางการขยายผล
การอบรมทางด้านการพัฒนาอาชีพ	(1) การจักสาน (บ้านศาลา) (2) การทำตุ้ง (บ้านแสนตอ) (3) ประดิษฐ์ดอกไม้ (บ้านผึ่ง) (4) เลี้ยงไส้เดือน (บ้านผึ่ง) (5) ขยะแลกของ (6) ผ้ามัดย้อม (7) ผักปลอดสารพิษ เป็นต้น - การอบรมบางอาชีพไม่สามารถนำไปต่อยอดเพื่อสร้างอาชีพได้จริงเนื่องจากวัตถุดิบในท้องถิ่นไม่มี ต้นทุนสูง - มีปัญหาทางด้านการจัดการทางการตลาด เนื่องจากการอบรมบางครั้งไม่ได้มีการวิเคราะห์ตลาดหรือความต้องการของผู้บริโภคก่อนดังนั้นจึงไม่สามารถดำเนินการต่อไปได้	- ดำเนินการจัดทำหลักสูตรภายใต้ทรัพยากรที่มีในชุมชน ขอบเขตความสามารถของผู้สูงอายุ และศักยภาพทางด้านการตลาดผลิตภัณฑ์ที่เกิดจากหลักสูตรการอบรม

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นถึงกิจกรรมและผลที่เกิดขึ้นของกิจกรรมต่างๆ ของโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา รวมทั้งแนวทางในการขยายผลกิจกรรมต่างๆ ซึ่งเป็นข้อสรุปจากการดำเนินกิจกรรมเวทีเสวนาการย้ายข้อมูลและแนวทางการพัฒนาหลักสูตรการอบรมเพื่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลเกาะคา ดังนั้นจึงนำไปสู่การวิเคราะห์ปัญหาสำคัญของการเรียนรู้ของผู้สูงอายุในด้านอาชีพ ดังภาพที่ 5 ต่อไปนี้





ภาพที่ 5 การจัดประชุมเสวนากลุ่มย่อยเพื่อย้ำข้อมูลและวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาหลักสูตรอบรม

จากผลการวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาหลักสูตรอบรมเพื่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ซึ่งมีการระดมความต้องการจากตัวแทนของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา ผู้แทนเทศบาลตำบลเกาะคา ผู้แทนหน่วยงานซึ่งดูแลทางด้านสุขภาพของผู้สูงอายุ อาทิ พยาบาลวิชาชีพจากโรงพยาบาลเกาะคา โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล รวมทั้งภาคีเครือข่ายต่างๆ อันนำไปสู่ข้อสรุปและแนวทางการพัฒนาหลักสูตรการอบรมสำหรับผู้สูงอายุตามความต้องการของผู้สูงอายุคือการจัดทำ

หลักสูตรการสอนทำอาชีพเสริมซึ่งเกิดประโยชน์ต่อกลุ่มผู้สูงอายุทั้งในด้านของสุขภาพและเศรษฐกิจ รวมทั้งการเสนอแนะจากผู้สูงอายุถึงความต้องการในการอบรมพัฒนาอาชีพที่ต้องการ โดยทั้งผู้สูงอายุ ผู้นำชุมชน และภาคีเครือข่ายมีแนวคิดของการนำสมุนไพรในชุมชนเกาะคานามาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์ที่สามารถสร้างมูลค่าเพิ่มและเอกลักษณ์เฉพาะของพื้นที่ในอนาคต รวมทั้งโอกาสในการนำไปสู่การสร้างผลิตภัณฑ์จำหน่ายในนามของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา ดังนั้นจึงมีการดำเนินการในการพัฒนาและจัดทำหลักสูตรผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพขึ้นโดยมีองค์ประกอบในการพัฒนาและจัดทำหลักสูตรดังตารางที่ 2 ต่อไปนี้

**ตารางที่ 3** ปัจจัยเอื้อและปัจจัยหนุนเสริมในการจัดทำหลักสูตรอบรมการผลิตผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพ

ปัจจัยเอื้อจากภายใน (โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลเกาะคา)	ปัจจัยหนุนเสริมจากภายนอก (อปท./สถาบันการศึกษา/หน่วยงานต่างๆ)
<ul style="list-style-type: none"> <li>- ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่ยังสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้เป็นปกติ</li> <li>- การทำกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ</li> <li>- การบริหารจัดการของโรงเรียนผู้สูงอายุมีระบบที่ชัดเจน</li> <li>- จำนวนสมาชิกมีจำนวนมากและมีแนวโน้มที่จะเข้าร่วมกิจกรรมในอนาคตเพิ่มมากขึ้น</li> <li>- สมาชิกของโรงเรียนผู้สูงอายุกระจายอยู่ทั่วทุกพื้นที่ของเทศบาลตำบลเกาะคา</li> <li>- สมาชิกบางคนมีประสบการณ์ทางด้านสมุนไพร</li> <li>- สมาชิกส่วนใหญ่มีวิถีชีวิตซึ่งปลูกในบริเวณบ้านหรือที่ดินของตนเอง เช่น ไพร ขมิ้น ตะไคร้หอม เป็นต้น</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หน่วยงานในท้องถิ่นยินดีสนับสนุนเป็นสินค้าหรือผลิตภัณฑ์เพื่อเป็นของที่ระลึกของหน่วยงาน</li> <li>- มีตลาดร้านค้าภาครัฐที่สามารถนำผลิตภัณฑ์ไปจำหน่ายได้</li> <li>- การใช้โอกาสของงานเทศกาล งานประจำปีหรืองานเฉพาะกิจ(งานศพ งานบวช งานขึ้นบ้านใหม่ งานแต่งงาน) ใช้เป็นของที่ระลึก</li> <li>- มีสถาบันการศึกษาทั้งในพื้นที่และใกล้เคียง (วิทยาลัยการอาชีพเกาะคา อาชีวศึกษาลำปาง มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง) ซึ่งสามารถถ่ายทอดองค์ความรู้ได้</li> </ul>

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นถึงปัจจัยเอื้อซึ่งเกิดจากปัจจัยภายในของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา ซึ่งทำให้เกิดจุดแข็งในการดำเนินการเพื่อการต่อยอดหรือขยายผลการอบรมหลักสูตรที่ถูกพัฒนาขึ้น โดยปัจจัยเอื้อที่สำคัญคือทรัพยากรหรือวัตถุดิบในพื้นที่ รวมทั้งศักยภาพในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ กล่าวคือ ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมต่างๆ ได้เป็นปกติ ดังนั้นผลิตภัณฑ์ที่ดำเนินการผลิตออกมาภายใต้หลักสูตรที่จัดทำขึ้นนั้นผู้สูงอายุสามารถทำได้ทั้งที่โรงเรียนผู้สูงอายุและที่บ้านของตนเองเพื่อนำไปสู่การสร้างผลิตภัณฑ์เพื่อการจำหน่ายทั้งในนามของโรงเรียนผู้สูงอายุหรือส่วนตัวเพื่อใช้เองหรือจำหน่าย ส่วนปัจจัยหนุนเสริมคือปัจจัยที่เป็นโอกาสในการต่อยอดเชิงพาณิชย์ของผลิตภัณฑ์ที่ได้รับการอบรมขึ้นตามหลักสูตร โดยปัจจัยหนุนเสริมที่สำคัญคือภาคการตลาด ซึ่งผลิตภัณฑ์สมุนไพรเป็นผลิตภัณฑ์ที่สามารถขยายตลาดในหลากหลายทาง ทั้งเป็น



ผลิตภัณฑ์ของที่ระลึกจากชุมชนในสถานที่ท่องเที่ยวสำคัญในพื้นที่อาทิ อนุสาวรีย์สมเด็จพระนเรศวรมหาราช วัดพระธาตุลำปางหลวง เป็นต้น รวมทั้งการเป็นผลิตภัณฑ์สำหรับของที่ระลึกในงานเฉพาะกิจต่างๆ ซึ่งหากใช้เครือข่ายบุคลากรและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการส่งเสริมทางการตลาดจะสามารถต่อยอดและขยายผลเชิงพาณิชย์ได้

ทั้งนี้จากการวิเคราะห์ปัจจัยเอื้อและปัจจัยหนุนเสริมเพื่อนำไปสู่การพัฒนาหลักสูตรอบรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา จึงนำไปสู่การจัดทำหลักสูตร การผลิตผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ โดยมีอาจารย์กนกกร อินต๊ะรัตน์ ครูประจำแผนกวิชาคหกรรม อาชีวศึกษา จ.ลำปาง เป็นผู้จัดทำร่างและร่วมพัฒนาหลักสูตรการอบรมผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ โดยมีการจัดทำหลักสูตรการอบรม 2 หลักสูตรคือ (1) การทำพิมเสนน้ำ และ (2) การทำน้ำมันนวดไหล

หลักสูตรการอบรมผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

#### 1. หลักสูตรการทำพิมเสนน้ำ

รายละเอียดการอบรม

วัตถุดิบ/วัสดุ/อุปกรณ์

- |           |         |              |
|-----------|---------|--------------|
| 1. พิมเสน | 50 กรัม | (7 ซ้อนโต๊ะ) |
|-----------|---------|--------------|

รายละเอียดทั่วไป พิมเสน ชื่อวิทยาศาสตร์ Borneol camphor (พิมเสนธรรมชาติ หรือพิมเสนแท้), Borneolum Syntheticum (Borneol) (พิมเสนสังเคราะห์หรือพิมเสนเทียม) โดยทั่วไปแล้วพิมเสนแบ่งออกเป็น 2 ชนิด คือ พิมเสนที่ได้จากธรรมชาติและพิมเสนสังเคราะห์ ซึ่งพิมเสนทั้งสองชนิดจะมีการระเหยและติดไฟได้ง่าย สามารถละลายได้ในแอลกอฮอล์ ปีโตรเลียมอีเทอร์ และคลอโรฟอร์ม แต่จะไม่ละลายหรือละลายได้ยากในน้ำ และมีจุดหลอมตัวของทางเคมีวิทยาอยู่ที่ 205-209 องศาเซลเซียส พิมเสนจะมีกลิ่นหอมเย็น รสหอม ฉุน เย็นปากคอ

สรรพคุณของพิมเสน มีรสเผ็ดขม มีกลิ่นหอม เป็นยาเย็น ออกฤทธิ์ต่อหัวใจและปอด เป็นยาบำรุงหัวใจ ช่วยดับพิษร้อนในร่างกาย ทะลวงทวารทั้งเจ็ด ช่วยกระตุ้นสมอง กระตุ้นการหายใจ แก้ลมวิงเวียนหน้ามืด หัวใจอ่อน ทำให้ชุ่มชื้น ใช้เป็นยาระงับความกระวนกระวาย ทำให้หึ่งวังซิม ตำรายาแก้ไอ แก้หลอดลมอักเสบ ให้ใช้พิมเสน 2 กรัมและขี้ผึ้ง 3 กรัมนำมาทำเป็นยาหม่อง ใช้ทาบริเวณลำคอและจมูกจะช่วยบรรเทาอาการดังกล่าวได้ ช่วยแก้ปากเปื่อย ปากเป็นแผล เหงือกบวม หูดอักเสบ ใช้เป็นยาขับเหงื่อ ขับเสมหะ แก้ต่อมทอนซิลอักเสบ ช่วยขับลมทำให้เรอ ช่วยขับผายลม แก้อาการจุกเสียดแน่นท้อง แก้ปวดท้อง ช่วยรักษาแผลกามโรค ใช้รักษาบาดแผลสด แผลเนื้อร้าย ใช้เป็นยาฆ่าเชื้อโรคผิวหนังต่างๆ การกลั่นใบและยอดอ่อนของหนาดด้วยไอน้ำจะได้พิมเสนตกผลึกออกมา นำมาทำเป็นยากินแก้อาการท้องร่วง ปวดท้อง ใช้ขับลม หรือใช้ภายนอกเป็นผงใส่บาดแผล แก้แผลอักเสบ ฟกช้ำ และกลากเกลื้อน ใช้แก้ผดผื่นคัน ให้ใช้พิมเสนและเมนทอลอย่างละ 3 กรัม ผงลิ้นจี่ 30 กรัม นำมารวมกันบดเป็นผงใช้ทาแก้ผดผื่นคัน ใช้เป็นยาแก้ปวดบวม แก้อักเสบ พิมเสนใช้เป็นส่วนผสมในตำรับยาหอมต่าง ๆ เช่น ยาหอมนวโกฐ ยาหอมเทพจิตร ซึ่งเป็นตำรับยาที่มีสรรพคุณโดยรวมคือแก้ลมวิงเวียน หน้ามืดตาลาย (สุปรียา ยินยงสวัสดิ์, 2561)

แหล่งที่จัดหา การซื้อพืชมเสนาสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายสินค้าประเภทสมุนไพร หรือผู้ค้าส่งทั่วไป โดยมีการแบ่งจำหน่ายเป็นขีดๆ ละประมาณ 150-200 บาท ขึ้นอยู่กับปริมาณ การสั่งซื้อ

## 2. เมนทอล 100 กรัม (5 ซ่อนโต๊ะ)

รายละเอียดทั่วไป เมนทอล หรืออีกชื่อหนึ่งว่า การบูรเปปเปอร์มินต์ เป็น สารประกอบอินทรีย์ลักษณะเป็นผลึกสีขาว มีกลิ่นแรง หอมเย็น เมื่อสูดดมจะให้ครามรู้สึกเย็นซ่า บริเวณเยื่อเมือกของจมูกและลำคอ กลิ่นและรสคล้ายกลิ่น และรสของพีชเปปเปอร์มินต์ สเปียร์มินต์ และพีชอื่น ๆ ในสกุลเมนทา พีชสกุลนี้มีชื่อสามัญเรียกกันว่ามินต์ เท่าที่พบมีมากกว่า 25 ชนิด สาระหนักจัดอยู่ในสกุลนี้ พีชในสกุลนี้สร้างน้ำมันหอมระเหยขึ้นได้โดยวิธีการชีวเคมีอันสลับซับซ้อน น้ำมันหอมระเหยที่พีชสกุลนี้สร้างขึ้นมานั้นเรียกกันว่า น้ำมันมินต์ ซึ่งประกอบด้วยสารต่าง ๆ มากมายประมาณ 40 ชนิด แต่องค์ประกอบส่วนใหญ่คือ เมนทอล

เมนทอลหรือเกล็ดสาระแน มีลักษณะเป็นผลึกสีขาว มีกลิ่นหอมเย็น มีอยู่ในน้ำมัน หอมระเหยที่ได้จากใบมินต์ หรือที่เรียกว่าใบสาระแนฝรั่ง มีประโยชน์ในการขับลม มักใช้แต่งกลิ่น และรสชาติ เช่น ยาเคลือบกระเพาะอาหาร มีฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่อย่างอ่อน ๆ ลดการบวมของหลอดเลือดที่จมูก และลดอาการปวด สารนี้เมื่อสัมผัสกับผิวหนังทำให้รู้สึกเย็น แต่ในความเข้มข้นสูงและใช้ ติดต่อกัน สารนี้อาจทำให้เกิดอาการระคายเคืองบริเวณทางเดินหายใจ เมื่อสูดดม และอาจทำให้เกิด ปอดอักเสบ

สรรพคุณ สรรพคุณทางเภสัชวิทยาของเมนทอล

1.เมนทอลมีประโยชน์ในการขับลม มักใช้แต่งกลิ่นและรสชาติ เช่น ยาเคลือบกระเพาะ อาหาร

2.มีฤทธิ์เป็นยาชาเฉพาะที่อย่างอ่อนๆ ลดการบวมของหลอดเลือดที่จมูก และลดอาการ ปวด

สารเมนทอลนี้เมื่อสัมผัสกับผิวหนังทำให้รู้สึกเย็น แต่ในความเข้มข้นสูงและใช้ติดต่อกัน โดย การสูดดมสารนี้ อาจทำให้เกิดอาการระคายเคืองบริเวณทางเดินหายใจ และอาจทำให้เกิดปอดอักเสบ

3.รสเมนทอล จะทำให้เกิดความรู้สึกเย็น ซ่า สดชื่น ตื่นตัว มีประโยชน์ในขณะที่เป็นลมวิง เวียน หรือคัดจมูก

4.เมนทอล ยังเป็นสารมีผลต่อระบบประสาท จึงอาจทำให้เกิดการเสพติดได้

แหล่งที่จัดหา การซื้อเมนทอลสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายสินค้าประเภทสมุนไพร หรือผู้ค้าส่งทั่วไป โดยมีการแบ่งจำหน่ายเป็นกิโลกรัมๆ ละประมาณ 1,700 บาท

## 3. การบูร 100 กรัม (5 ซ่อนโต๊ะ)

รายละเอียดทั่วไป การบูร ชื่อสามัญ Camphor, Gum camphor, Formosan camphor, Laurel camphor การบูร ชื่อวิทยาศาสตร์ Cinnamomum camphora (L.) J.Presl (ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ Camphora officinarum Nees, Laurus camphora L. จัดอยู่ในวงศ์อบเชย (LAURACEAE) โดยมีลักษณะต้นการบูร เป็นพรรณไม้พื้นเมืองของประเทศจีน ญี่ปุ่น และไต้หวัน มี เขตการกระจายพันธุ์ในแถบเมดิเตอร์เรเนียน อินโดนีเซีย อินเดีย อียิปต์ แอฟริกาใต้ จาไมกา บราซิล

สหรัฐอเมริกา และประเทศไทย โดยจัดเป็นไม้ยืนต้นขนาดใหญ่ ลักษณะเป็นทรงพุ่มกว้างและทึบ มีความสูงของต้นได้ถึง 30 เมตร ลำต้นมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางถึง 1.5 เมตร เปลือกต้นเป็นสีน้ำตาล ผิวหยาบ ส่วนเปลือกกิ่งเป็นสีเขียวหรือเป็นสีน้ำตาลอ่อน ลำต้นและกิ่งเรียบไม่มีขน ส่วนเนื้อไม้เป็นสีน้ำตาลปนแดง เมื่อนำมากลั่นแล้วจะได้ “การบูร” ทุกส่วนมีกลิ่นหอม โดยเฉพาะที่ส่วนของรากและโคนต้น ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการเพาะเมล็ด และวิธีการปักชำ ทั้งนี้การบูร คือผลึกที่แทรกอยู่ในเนื้อไม้ของต้นการบูร ที่มีอยู่ทั่วไปทั้งต้น โดยมักจะอยู่ตามรอยแตกของเนื้อไม้ และมีมากที่สุดในแก่นของราก รongลงมาคือส่วนแก่นของต้น ซึ่งส่วนที่อยู่ใกล้กับโคนต้นจะมีการบูรมากกว่าส่วนที่อยู่เหนือขึ้นมา ส่วนในใบและยอดอ่อนมีการบูรอยู่น้อย โดยในใบอ่อนจะมีน้อยกว่าใบแก่ ซึ่งผงการบูรนั้นจะมีลักษณะเป็นเกล็ดกลม ๆ ขนาดเล็ก เป็นสีขาวและแห้ง อาจจับกันเป็นก้อนร่วน ๆ และแตกง่าย เมื่อทิ้งไว้ในอากาศจะระเหิดไปหมด โดยจะมีรสปร่าเมา

สรรพคุณของการบูร ช่วยบำรุงธาตุในร่างกาย (การบูร, เนื้อไม้) ช่วยแก้ธาตุพิการ (การบูร) ช่วยคุมธาตุ (เมล็ดใน, เปลือกต้น) การบูรมีสรรพคุณเป็นยาบำรุงหัวใจและเป็นยากระตุ้นหัวใจ (การบูร) ใช้เป็นยาระงับประสาท (การบูร) ช่วยแก้เลือดลม (การบูร) รากและกิ่งเป็นยาช่วยทำให้เลือดลมไหลเวียนดี (รากและกิ่ง) ช่วยแก้โรคตา (การบูร) ช่วยแก้อาการปวดฟัน (การบูร) ช่วยในการขับเหงื่อ (การบูร, เนื้อไม้) ช่วยแก้ไข้หวัด (การบูร) ช่วยแก้อาการไอ (การบูร) ช่วยขับเสมหะ ทำลายเสมหะ (การบูร, เนื้อไม้) ช่วยขับความชื้นในร่างกาย (การบูร)[7], ช่วยขับลมชื้น (รากและกิ่ง) ช่วยขับผายลม แก้อาการจุกแน่นเพื่อ เมื่อนำเกล็ดการบูรมารับประทานเพียงเล็กน้อย จะช่วยขับลมได้ แต่หากใช้ในปริมาณมากเกินไปจะทำให้เกิดอาการคลื่นไส้ อาเจียน (การบูร, เนื้อไม้) เมล็ดมีสรรพคุณแก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ (เมล็ด) ส่วนรากและกิ่งมีสรรพคุณแก้อาการท้องอืด ท้องเฟ้อ ลมชื้น จุกเสียดแน่นหน้าอก (รากและกิ่ง) ช่วยแก้กระเพาะหรือลำไส้อักเสบ (เมล็ด) ช่วยแก้อาการปวดท้อง ท้องร่วง (การบูร, เนื้อไม้) แก้วปวดท้อง ปวดกระเพาะ (การบูร) แก้วอาการปวดท้อง (รากและกิ่ง) ส่วนเมล็ดในมีรสฝาด เป็นยาแก้บิด ปวดเบ่ง ท้องร่วง (เมล็ดใน) เมล็ดใช้เป็นยาแก้อาการปวดท้องน้อย (เมล็ด) ช่วยแก้อาการท้องเสีย อันเนื่องมาจากกระเพาะหรือลำไส้เย็นชื้น (การบูร) ช่วยแก้พิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย (การบูร) การบูรใช้เป็นทาถอนปวดแก้อาการปวด แก้วเคล็ดขัดยอก เคล็ดบวม ข้อเท้าแพลง ข้อบวมเป็นพิษ แก้วอาการปวดตามข้อ แก้วปวดเส้นประสาท ปวดขัดตามเส้นประสาท (การบูร) รากและกิ่งช่วยแก้อาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ปวดเมื่อยตามข้อมือและเท้า แก้วเคล็ดขัดยอก (รากและกิ่ง) (เพ็ญญา ทรัพย์เจริญ, นิจศิริ เรื่องรังษี, กัญจนนา ติวีเศษ, 2545)

แหล่งที่จัดหา การซื้อการบูรผงสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายสินค้าประเภทสมุนไพร หรือผู้ค้าส่งทั่วไป โดยมีการแบ่งจำหน่ายเป็นกิโลกรัมๆ ละประมาณ 800-1,000 บาท ขึ้นอยู่กับปริมาณการสั่งซื้อ

#### 4. เปปเปอร์มินท์ (หรือยูคาลิปตัส) 20 ซีซี

รายละเอียดทั่วไป ยูคาลิปตัส ชื่อสามัญ Eucalyptus สมุนไพรยูคาลิปตัส มีชื่อท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า โกรฐจุฬารศ น้ำมันเขียว มั่นเขียว ยูคาลิป (ไทย), อันเยียะ หนานอัน (จีนกลาง) ลักษณะของยูคาลิปตัส ต้นยูคาลิปตัส จัดเป็นไม้ยืนต้น ลำต้นตั้งตรง มีความสูงได้ประมาณ 10-25 เมตร เรือนยอดเป็นพุ่มหนาที่ค่อนข้างกลม แตกกิ่งก้านมาก เปลือกต้นบางเรียบเป็นมันและลอก

ออกง่าย เปลือกต้นเป็นสีน้ำตาลอ่อนปนขาว หรือมีสีเทาสลับสีขาวและสีน้ำตาลแดงเป็นบางแห่ง เปลือกนอกจะแตกกร่อนเป็นแผ่น ๆ และหลุดออกจากผิวของลำต้น เมื่อแห้งจะลอกได้ง่าย กิ่งก้านเล็ก เป็นเหลี่ยม มีจุดตากลม

สรรพคุณและการใช้งาน วิธีใช้น้ำมันยูคาลิปตัส สามารถนำมาใช้ผสมกับน้ำมันพื้นฐาน น้ำมันนวด และน้ำมันหอมระเหยต่าง ๆ ได้เกือบทุกชนิด เช่น น้ำมันมะกอก น้ำมันเมล็ดมะรุม น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ น้ำมันองุ่น น้ำมันโจโจ้บา น้ำมันสวีทอัลมอนต์หรือน้ำมันพีชอื่นที่เป็น Cosmetic grade เป็นต้น (อัตราส่วนการใช้น้ำมันยูคาลิปตัส หากนำมาใช้กับผิวหนังไม่ควรใช้เกิน 1% ส่วนผิวกายไม่ควรใช้เกิน 3%) หรือใช้หยดลงในอ่างอาบน้ำอุ่นเพื่อช่วยลดอาการหวัด แก้แพ้ อากาศ ไซนัส ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดข้อและเมื่อยล้า ใช้ผสมในครีมหรือโลชั่นนำมาใช้ทาเพื่อลดอาการแสบของกล้ามเนื้อและช่วยทำให้แผลหายเร็วขึ้น และใช้ใส่ในโคมไฟอโรมาบูหงา หรือผ้าเช็ดหน้า เพื่อไอระเหยจะช่วยลดอาการจามจากการแพ้อากาศหรือเป็นหวัดได้ดี และช่วยทำให้หายใจได้โล่งขึ้น ทำให้เกิดสมาธิที่ดีขึ้น และช่วยขับไล่แมลง เป็นต้น

แหล่งที่จัดหา การซื้อน้ำมันยูคาลิปตัสสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายสินค้าประเภทสมุนไพรหรือผู้ค้าส่งทั่วไป โดยมีการแบ่งจำหน่ายเป็นขวดโดยบรรจุเป็นมิลลิลิตร ซึ่งสามารถเลือกซื้อได้ตามปริมาณที่ต้องการใช้ โดยราคาอ้างอิงจากบริษัทวิทยาศาสตร์ จำกัด แบ่งจำหน่าย 3 ขนาดคือ 15 ml ราคา 40 บาท, 30 ml ราคา 55 บาท และ 450 ml ราคา 870 บาท (วิทยาศาสตร์, 2561)

#### 5. น้ำมันระกำ 50 กรัม (9 ซ่อนโตะ)

รายละเอียดทั่วไป น้ำมันระกำคืออะไร น้ำมันระกำ เมทิลซาลิไซเลต (Methyl salicylate หรือ Wintergreen oil หรือ Oil of wintergreen) เป็นสารอินทรีย์ในธรรมชาติพบได้จากพืชหลายชนิดโดยเฉพาะพืชในกลุ่มวินเทอร์กรีน (Wintergreen) รวมถึงพืชอีกหลายชนิดที่ผลิตเมทิลซาลิไซเลต ในปริมาณเล็กน้อย เช่น สปีชีส์ส่วนใหญ่ของวงศ์ Pyrolaceae โดยเฉพาะในสกุล Pyrola บางสปีชีส์ของสกุล Gaultheria ในวงศ์ Ericaceae บางสปีชีส์ของสกุล Betula ในวงศ์ Betulaceae โดยเฉพาะในสกุลย่อย Betulenta แต่ในปัจจุบันนักวิทยาศาสตร์ สามารถสังเคราะห์สารเมทิลซาลิไซเลตแบบที่พบในน้ำมันระกำได้เช่นกัน และถูกนำมาใช้ในอุตสาหกรรมผลิตน้ำหอม อาหาร เครื่องดื่ม และยาในบ้านเรา น้ำมันระกำมักถูกนำมาเป็นส่วนผสมของ ครีม ขี้ผึ้ง น้ำมันทาถูนวด สำหรับลดอาการปวดของกล้ามเนื้อและปวดข้อ ซึ่งสารเมทิลซาลิไซเลตในน้ำมันระกำมักใช้ได้ผลดีกับอาการปวดชนิดเฉียบพลันไม่รุนแรง แต่อาการปวดชนิดเรื้อรังจะเห็นผลน้อย

สรรพคุณและประโยชน์ ประโยชน์และสรรพคุณน้ำมันระกำ ประโยชน์และสรรพคุณของน้ำมันระกำ (Methyl Salicylate) คือใช้เป็นยาระงับปวดชนิดใช้เฉพาะที่สำหรับบรรเทาอาการปวดต่าง ๆ ที่ไม่รุนแรง เช่น ปวดข้อ ปวดกล้ามเนื้อจากภาวะตึงหรือเคล็ด ข้อต่ออักเสบ ข้ำหรือปวดหลัง เป็นต้น โดยยานี้จะช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกเย็นบริเวณผิวหนังในตอนแรก จากนั้นจะค่อย ๆ อุ่นขึ้น ซึ่งช่วยเบี่ยงเบนความสนใจจากการรู้สึกถึงอาการปวด นอกจากนี้ ยังอาจใช้รักษาโรคอื่น ๆ ตามดุลยพินิจของแพทย์ด้วย น้ำมันระกำมีกลไกการออกฤทธิ์ โดยตัวยาคจะกระตุ้นปลายประสาทที่รับความรู้สึกถึงความร้อน - อบอุ่น ทำให้ร่างกายเกิดการตอบสนองถึงการบรรเทาอาการปวดลดลง จึงทำให้รู้สึกถึงฤทธิ์การรักษาตามสรรพคุณในการศึกษาฤทธิ์ทางเภสัชยังพบอีกว่าน้ำมันระกำสามารถ

แก้ไข ต่อต้านการปวดบวมและอักเสบ แอสมมีฤทธิ์เป็นยาซาแบบอ่อนๆ และมี pH เป็นกรด ค่อนข้างแรง และมีโมเลกุลแบบ BHA ด้วย มีฤทธิ์เป็นยาปฏิชีวนะแบบอ่อนๆ ทำให้ทำลายแบคทีเรียที่ผิวหนังได้ มักใช้ในอุตสาหกรรมผลิตยา แอสไพริน ซาลิไซเลต และยาฆ่าเชื้อ นอกจากนี้ยังใช้เมทิลซาลิไซเลต ในอุตสาหกรรมอื่นๆอีกเช่น เป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์ต่างๆ เช่น ยาสีฟัน แป้งฝุ่น ยาหม่อง อุตสาหกรรมย้อมสี น้ำหอม เป็นต้น

แหล่งที่จัดหา การซื้อน้ำมันระกำสามารถหาซื้อได้ตามร้านขายสินค้าประเภทสมุนไพรหรือผู้ค้าส่งทั่วไป โดยมีการแบ่งจำหน่ายเป็นขวดโดยบรรจุเป็นมิลลิลิตรไปจนถึงขนาด 1 ลิตร หรือ 5 ลิตร ซึ่งราคาโดยประมาณ 60 ml ราคา 35-40 บาท ขนาด 100 ml ราคา 60-70 บาท ส่วนขนาด 1 ลิตร ราคาประมาณ 220-250 บาทขึ้นอยู่กับปริมาณการสั่งซื้อ

#### กระบวนการและวิธีทำ

ขั้นตอนที่ 1 นำพิมเสน เมนทอล การบูร และเปปเปอร์มินท์ (หรือยูคาลิปตัส) ซึ่งตรงตามขนาดที่กำหนดและนำไปใส่รวมกันในขวดปากแคบ

ขั้นตอนที่ 2 เขย่าขวดจนสารต่างๆ ละลายเข้ากัน

ขั้นตอนที่ 3 บรรจุใส่ขวด ผลิตภัณฑ์ตามที่ต้องการ/เหมาะสม

ทั้งนี้ปริมาณที่กำหนดสามารถบรรจุขวดลูกกลิ้งขนาด 5-8 CC ได้ 10-15 ขวด

#### การดำเนินการอบรมหลักสูตรการทำพิมเสนน้ำ

ภายหลังจากการดำเนินการจัดทำหลักสูตรการผลิตผลิตภัณฑ์พิมเสนน้ำสำหรับผู้สูงอายุแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดการอบรมให้แก่ผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา โดยจัดขึ้นภายใต้หลักสูตรและกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุในวันที่ 20 มีนาคม 2561 ณ ห้องประชุมใหญ่เทศบาลตำบลเกาะคา ตั้งแต่เวลา 08.00-16.00 น. ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

โดยกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา มีกิจกรรมการเรียนทุกวันพุธของแต่ละสัปดาห์ เริ่มกิจกรรมตั้งแต่ 08.00 – 12.00 น. มีกิจกรรมพื้นฐานที่ต้องทำร่วมกัน แบ่งเป็นเวลา 09.00 น. จะเป็นกิจกรรมเคารพธงชาติหน้าเสาธง และสวดมนต์ และตั้งแต่เวลา 10.00 – 12.00 น. เป็นกิจกรรมของทางเทศบาลตำบลเกาะคาได้ประสานงานกับวิทยากรมาให้ความรู้ในเรื่องต่างๆ โดยให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้อย่างครบถ้วนตามวัตถุประสงค์ของโรงเรียน และตั้งแต่ 12.00 น. จะเป็นการร่วมรับประทานอาหารพร้อมกัน หรือผู้สูงอายุบางท่านห่อกับข้าวมาทานพร้อมกัน และสิ่งที่เป็นเอกลักษณ์ของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา คือ (1) “ปะกัันวันละบาท” ก่อนเข้าชั้นเรียนผู้สูงอายุทุกท่านจะนำเงินมาออมครั้งละ 1 บาท ตามกิจกรรมออมเงินวันละบาท และ (2) “ขยะออมบุญ” การนำขวดเปล่ามาออมเพื่อแลกเป็นเงินเก็บของแต่ละท่าน ถือว่าเป็นกิจกรรมที่ประสบความสำเร็จจากการสร้างความมีวินัยให้กับผู้สูงอายุเป็นอย่างดี ทั้งสองกิจกรรมผู้สูงอายุแต่ละท่านจะมีสมุดจดบันทึกประจำตัว และอีกหนึ่งกิจกรรมที่สร้างรายได้ให้กับผู้สูงอายุในวันพุธที่มีกิจกรรมการเรียนการสอน คือ การจำหน่ายสินค้าในครัวเรือนของผู้สูงอายุ หรือของใช้ เช่น เสื้อผ้า กางเกง มาขายทำให้เกิดการสร้างรายได้ขึ้นทั้งหมดที่กล่าวมาเป็นกิจกรรมพื้นฐานที่โรงเรียนผู้สูงอายุได้จัดกิจกรรมมาตลอด



ภาพที่ 6 จุดลงทะเบียน และกิจกรรมออมเงินวันละบาท



ภาพที่ 7 จุดลงทะเบียน “ขยะออมบุญ”



ภาพที่ 8 จุดจำหน่ายสินค้าในครัวเรือนของผู้สูงอายุ





ภาพที่ 9 กิจกรรมเคารพธงชาติ



ภาพที่ 10 กิจกรรมสวดมนต์

ในวันที่ 20 มีนาคม 2561 อาจารย์ ดร.อัจฉรา เมฆสุวรรณ หัวหน้าโครงการวิจัย และอาจารย์ ขจรศักดิ์ วงศ์วิราช ได้ประสานงานกับ คุณภาณุกุล ฉัตรแก้ว หัวหน้าฝ่ายพัฒนาชุมชน ในการขอความร่วมมือ ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมทำกิจกรรม แบ่งออกเป็น 2 ช่วง ได้แก่ (1) เวลา 09.00-10.00 น. หลังจากทำกิจกรรม ตามปกติเสร็จเรียบร้อย คณะผู้วิจัยได้ประสานงานกับโรงพยาบาลเกาะคามาให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ และการห่างไกลจากยาสูบ โดยได้รับเกียรติจาก ดร.บุญชนิด วิงวอน พยาบาลวิชาชีพ มาให้ความรู้แก่ ผู้สูงอายุในครั้งนี้ และ (2) เวลา 10.00 น. – 16.00 น. เป็นกิจกรรมการเรียนรู้การทำ (1) การทำ พิมเสนน้ำ และ (2) การทำน้ำมันนวดไพล โดยได้รับเกียรติจากอาจารย์กนกกร อินต๊ะรัตน์ ครูประจำ แผนกวิชาคหกรรมมาให้ความรู้ (ดังภาพที่ 11)





ภาพที่ 11 การฟังบรรยายความรู้เกี่ยวกับสุขภาพและการห่างไกลจากยาชุด จาก ดร.บุญชนิด วิงวอน





ภาพที่ 12 กิจกรรมการอบรมการผลิตพืมน้ำ

ทั้งนี้กิจกรรมการทำพืมน้ำและการทำน้ำมันนวดไพล ได้จัดแบ่งกลุ่ม 10 กลุ่มๆ ละ 12-15 คน โดยมีนักศึกษาปริญญาตรี สาขาวิชาการจัดการ เป็นผู้ช่วยประจำกลุ่มให้กับผู้สูงอายุ ซึ่งมี

อาจารย์กนกกร อินตะรัตน์ ครูประจำแผนกวิชาคหกรรม อาชีวศึกษา จ.ลำปาง เป็นวิทยากรอบรมเชิงปฏิบัติการให้แก่สมาชิกผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา

### 1. หลักสูตรการทำน้ำมันไพล

รายละเอียดการอบรม

วัตถุประสงค์/วัตถุประสงค์

การผลิตน้ำมันไพลซึ่งมีอุปกรณ์และวัตถุดิบหลักที่ไม่แตกต่างจากการนำพืชมาน้ำเท่าใดนัก จัดว่าเป็ยหลักสูตรต่อเนื่องขยายผลผลิตจากเพิ่มโดยอ้างอิงวัตถุดิบที่มีอยู่แต่เพิ่มวัตถุดิบหลักเข้าไปเพียง 1 ชนิดคือ ไพล ทั้งนี้มีรายละเอียดของวัตถุดิบหลักดังนี้

ไพล หรือ ว่านไพล ชื่อสามัญ Phlai, Cassumunar ginger, Bengal root ชื่อวิทยาศาสตร์ *Zingiber montanum* (J.Koenig) Link ex A.Dietr. (ชื่อพ้องวิทยาศาสตร์ *Zingiber cassumunar* Roxb., *Zingiber purpureum* Roscoe) จัดอยู่ในวงศ์ขิง (ZINGIBERACEAE) ลักษณะของไพล

ต้นไพล ลักษณะไพลเป็นไม้ล้มลุกมีความสูงประมาณ 0.7-1.5 เมตร มีเหง้าอยู่ใต้ดิน เปลือกมีสีน้ำตาลแกมเหลือง เนื้อด้านในมีสีเหลืองถึงสีเหลืองแกมเขียว แทงหน่อหรือลำต้นเทียมขึ้นเป็นกอ โดยจะประกอบไปด้วยกาบหรือโคนใบหุ้มซ้อนกันอยู่ เหง้าไพลสดฉ่ำน้ำ รสฝาด เยียด ร้อนซ่า มีกลิ่นเฉพาะ ส่วนเหง้าไพลแก่สดและแห้งจะมีรสเผ็ดเล็กน้อย ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการใช้เมล็ด แ่ง หรือเหง้า แต่โดยทั่วไปแล้วจะใช้ส่วนของเหง้าเป็นท่อนพันธุ์ในการเพาะปลูก พรรณไม้ชนิดนี้มีถิ่นกำเนิดอยู่ในเอเชียแถบประเทศอินเดีย อินโดนีเซีย มาเลเซีย และไทย ปลูกกันมากในจังหวัดกาญจนบุรี สุพรรณบุรี ปราจีนบุรี และสระแก้ว

ใบไพล ลักษณะของใบเป็นรูปขอบขนานแกมรูปหอก ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับ กว้างประมาณ 3.5-5.5 เซนติเมตรและยาวประมาณ 18-35 เซนติเมตร ส่วนดอกไพล ออกดอกเป็นช่อแทงจากเหง้าใต้ดิน กลีบดอกมีสีนวล มีใบประดับสีม่วง ผลไพล ลักษณะของผลเป็นผลแห้งรูปกลม

สรรพคุณและประโยชน์ในการนำมาใช้ สรรพคุณของไพล ว่านไพลดอกไพล สรรพคุณช่วยขับโลหิตและกระจายเลือดเสีย กระจายเลือดที่เป็นลิ่มเป็นก้อน (ดอก) ช่วยแก้ธาตุพิการ (ต้นไพล) สรรพคุณสมุนไพรรไพล ใบช่วยแก้ไข้ (ใบ) ช่วยแก้อาเจียน อากการอาเจียนเป็นโลหิต (หัวไพล) ช่วยแก้ อากการปวดฟัน (หัวไพล) ไพลกับสรรพคุณทางยา เหง้าช่วยขับโลหิต (เหง้า) ช่วยแก้เลือดกำเดาไหล ออกทางจมูก (ราก) ช่วยรักษาโรคที่บังเกิดแต่โลหิตออกทางปากและจมูก (เหง้า) ช่วยแก้ อากการท้องผูก (เหง้า) ช่วยสมานแผลในลำไส้ แก้ลำไส้อักเสบ (เหง้า) ช่วยแก้ อากการระพิกการ (ต้นไพล) ช่วยขับระดู ประจำเดือนของสตรี ขับเลือดร้ายทั้งหลาย และแก้มุตกิตระดูขาว (หัวไพล, เหง้า) ช่วยทำให้ ประจำเดือนมาเป็นปกติ (เหง้า) ช่วยรักษาอาการเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำบวม ข้อเท้าแพลง ด้วยการใช้น้ำมันไพลนำมาผนแล้วทาบริเวณที่มีอาการฟกช้ำบวมหรือเคล็ดขัดยอก / หรือจะใช้เหง้าสด 1 แ่ง นำมาผนเป็นชิ้นบาง ๆ แล้วต้มรวมกับสมุนไพรรชนิดอื่น ๆ เนื่องจากไพลจะมีน้ำมันหอมระเหย (เหง้าสด) ช่วยแก้ อากการเคล็ดขัดยอก ฟกช้ำบวม ข้อเท้าแพลง ด้วยการใช้น้ำมัน 1 เหง้า ช่วยลดอาการอักเสบ แก้ปวด บวม เส้นตึง เมื่อยขบ (เหง้า) ช่วยแก้เมื่อย แก้ อากการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ปวดตามร่างกาย (ใบ)

ข้อควรระวัง ข้อควรระวัง การรับประทานในขนาดสูงหรือการใช้ติดต่อกันเป็นระยะเวลานานอาจทำให้เกิดพิษต่อตับได้ และยังไม่มีความปลอดภัยที่จะนำมาใช้เป็นยารักษาโรคหืด และไม่ควรนำมารับประทานแบบเดี่ยว ๆ ติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน นอกจากจะมีการขจัดสารที่พิษต่อตับออกไปเสียก่อนการใช้ครีมโพลีฟอสเฟตห้ามใช้ทาบริเวณขอบตา เนื้อเยื่ออ่อน และบริเวณผิวหนังที่มีบาดแผลหรือมีแผลเปิดไม่แนะนำให้ใช้สมุนไพรชนิดนี้กับสตรีมีครรภ์ หรืออยู่ระหว่างการให้นมบุตร และเด็กเล็ก

กระบวนการในการผลิตน้ำมันโพลี

ส่วนผสมประกอบด้วย

1. น้ำมันระกำ	10 ซีซี	
2. โพลี	100 กรัม	(18 ช้อนโต๊ะ)
3. พิมเสน	20 กรัม	(4 ช้อนโต๊ะ)
4. เมนทอล	20 กรัม	(3 ช้อนโต๊ะ)
5. การบูร	20 กรัม	(4 ช้อนโต๊ะ)

กระบวนการและวิธีทำ

ขั้นตอนที่ 1 การเตรียมน้ำมันโพลี โดยหั่นโพลีเป็นชิ้น นำไปทอดในน้ำมันปาล์ม ด้วยไฟอ่อนๆ ประมาณ 3-4 ชั่วโมง จนโพลีเป็นสีน้ำตาลเข้มและกรอบ หลังจากนั้นก่อนจะยกลงจากเตา ใส่ดอกกานพลูลงไปควักซีกครู่พอหอม หลังจากนั้นนำน้ำมันโพลีที่ได้จากการทอดในน้ำมันปาล์มและการพลุกรองผ่านผ้าขาวบางโดยจะได้น้ำมันโพลีสีเหลืองสำหรับนำไปเป็นวัตถุดิบหลัก

ขั้นตอนที่ 2 นำส่วนผสมพิมเสน เมนทอล การบูร และ เปปเปอร์มินท์ (หรือยูคาลิปตัส) และน้ำมันโพลีซึ่งซั่ง ตามปริมาตรที่กำหนดใส่รวมกันในขวดปากแคบ

ขั้นตอนที่ 3 เขย่าขวดจนละลายสารประกอบและส่วนผสมต่างๆ เข้ากัน

ขั้นตอนที่ 4 เมื่อเห็นว่าส่วนผสมต่างๆ เข้ากันแล้วจึงสามารถนำน้ำมันโพลีบรรจุใส่ขวดตาม

ต้องการ

ทั้งนี้ปริมาณดังกล่าวสามารถบรรจุขวดลูกกลิ้งขนาด 5-8 CC ได้ 10-15 ขวด

ทั้งนี้จากการจัดทำหลักสูตรต่อเนื่องการอบรมผลิตผลิตภัณฑ์สมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุในหลักสูตรที่ 2 คือผลิตภัณฑ์น้ำมันโพลี ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดอบรมต่อเนื่องในวันเดียวกับการอบรมผลิตภัณฑ์พิมเสนน้ำ ซึ่งได้มีการเตรียมวัตถุดิบหลักมาก่อนคือ น้ำมันโพลี ดังภาพต่อไปนี้





ภาพที่ 13 การสาธิตขั้นตอนการเตรียมไพล



ภาพที่ 14 การเตรียมไพลสำหรับทำน้ำมันจากไพล



ทั้งนี้ในการดำเนินการอบรมเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยได้กำหนดให้การอบรมในแต่ละหลักสูตร ดำเนินกิจกรรมไปที่ละหลักสูตร ซึ่งภายหลังเสร็จสิ้นการอบรมหลักสูตรผลิตพืมน้ำมันแล้ว จึงตามด้วยการผลิตน้ำมันพลัดงภาพต่อไปนี้



ภาพที่ 15 กิจกรรมการทำน้ำมันพืดงภาพ





ภาพที่ 16 ผลิตภัณฑ์พิมเส่น้ำและน้ำมันไพล จากการอบรมหลักสูตรผลิตภัณฑ์สมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุ และภาพถ่ายหมู่สมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการอบรม



## ประสิทธิภาพและประสิทธิผลของหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเทศบาลตำบลเกาะคา อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง

การดำเนินการในการประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลของหลักสูตรการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา นั้นผู้วิจัยได้ดำเนินการประเมินประสิทธิผลของหลักสูตรโดยใช้การสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการอบรม โดยกำหนดประเด็นในการสัมภาษณ์คือ ประโยชน์และแนวทางในการนำองค์ความรู้ไปขยายผลหรือต่อยอดในอนาคต ซึ่งจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรมโดยสุ่มสัมภาษณ์ตามกลุ่มที่แบ่งฝึกปฏิบัติ โดยผลการสัมภาษณ์พบว่าผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรมในหลักสูตรทั้ง 2 หลักสูตรแสดงความคิดเห็นและสามารถนำเสนอผลการรวบรวมข้อมูลใน 2 ประเด็นคือ ความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมและหลักสูตร และการนำองค์ความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ประเด็นที่ 1 ความพึงพอใจที่มีต่อกิจกรรมและหลักสูตร จากการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ และการสะท้อนความคิดเห็นของผู้สูงอายุซึ่งเข้ารับการอบรมในลักษณะการนำเสนอความคิดเห็นเป็นของแต่ละคนในกลุ่มที่มีการแบ่งเพื่อฝึกปฏิบัติ ผู้สูงอายุทุกกลุ่มในจำนวน 12 กลุ่มต่างให้ความเห็นเป็นไปในทิศทางเดียวกันคือ หลักสูตรมีระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติที่เหมาะสมคือใช้เวลาประมาณ 1.30-2 ชั่วโมงต่อหลักสูตร วิทยากรผู้ผ่านทอดความรู้มีความเข้าใจและสามารถอธิบายได้อย่างชัดเจน มีเทคนิคในการจูงใจเพื่อให้ผู้สูงอายুর่วมกิจกรรมกันทุกคน การแบ่งกลุ่มโดยมีจำนวนสมาชิกกลุ่ม 8-10 คนมีความเหมาะสมเนื่องจากทุกคนสามารถฝึกปฏิบัติและและได้มีโอกาสพบปะแลกเปลี่ยนความรู้ร่วมกันทั้งระหว่างและหลังกิจกรรม ซึ่งดีกว่าการนั่งอบรมแบบห้องเรียน (class room) เอกสารประกอบในการอบรมเข้าใจง่าย ชัดเจน รวมทั้งการนำเสนอข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ก่อนเริ่มดำเนินการของวิทยากร ทำให้เห็นประโยชน์ในความตั้งใจฝึกอบรมเพื่อนำความรู้ที่ได้ไปใช้ได้จริง

นอกจากนี้ จากกิจกรรมการอบรมทั้ง 2 หลักสูตรซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพรสำหรับผู้สูงอายุนั้น จากการพูดคุยและนำเสนอข้อมูลของผู้สูงอายุ พบว่า การใช้ชื่อหลักสูตรมีความเหมาะสมเนื่องจากชัดเจนทั้งผลิตภัณฑ์ เป้าหมาย และกลุ่มเป้าหมาย กล่าวคือ ผลิตภัณฑ์สมุนไพร คือการนำวัตถุดิบหลักจากในชุมชน และวัตถุดิบอื่นๆ ที่สามารถหาซื้อได้ในร้านค้า ตลาดภายในชุมชนมาผลิตส่วนผู้สูงอายุ หมายถึง เป้าหมายของผู้ผลิต คือ เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้ในทุกๆ กระบวนการ โดยสามารถนำไปทำต่อที่บ้าน หรือทดลองทำที่บ้านได้เลย รวมทั้งเป้าหมายของผู้ใช้ซึ่งอาจหมายถึงผู้สูงอายุ เนื่องจากผลิตภัณฑ์ที่ผลิตทั้งพืชมะนาวและน้ำมันไพล เป็นผลิตภัณฑ์ที่ผู้สูงอายุชื่นชอบทั้งสรรพคุณและการพกพาที่สะดวก

ประเด็นที่ 2 การนำองค์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ จากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุซึ่งเข้ารับการอบรมในหลักสูตรทั้ง 2 หลักสูตรถึงการนำองค์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ พบว่า การอบรมทั้ง 2 หลักสูตรนั้นเป็นการอบรมซึ่งสามารถใช้ทรัพยากรหรือวัตถุดิบที่หาได้ง่ายทั้งในชุมชน และร้านค้าทั่วไป รวมทั้งวิธีการและวัตถุดิบไม่มีความยุ่งยากและแตกต่างกัน รวมทั้งระยะเวลาในการทำไม่นานมาก ผู้สูงอายุสามารถทำเองได้ในทุกขั้นตอนกระบวนการ ประกอบกับการที่เป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพรที่สามารถทำแล้วใช้เองหรือแจกกุหลาบให้เป็นที่ระลึก ของฝากแก่ญาติในช่วงเทศกาลต่างๆ หรือผลิตเพื่อร่วมทำบุญในโอกาสต่างๆ ดังนั้นการนำองค์ความรู้ไปใช้ต่อสามารถนำไปใช้ได้ทั้งที่เป็นเชิงสังคม คือ

สามารถนำกลับไปทำเองเพื่อแจกจ่ายให้กับญาติ ร่วมงานบุญ หรือนำไปใช้เองซึ่งเกิดผลทั้งในเชิงสุขภาพคือได้ออกกำลังกายไปในตัว และมีผลิตภัณฑ์สมุนไพรไว้ใช้เอง และผลเชิงสุขภาพจิตใจ คือ ได้ใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ ไม่รู้สึกเหงาหากมีกิจกรรมที่สามารถทำได้ง่ายและไม่ยุ่งยาก นอกจากนี้ยังสามารถนำไปใช้ในการขยายผลเชิงพาณิชย์คือการผลิตเป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพรจำหน่ายในนามโรงเรียนผู้สูงอายุ ซึ่งหากมีการพัฒนาและตราสินค้าของโรงเรียนผู้สูงอายุก็สามารถนำเสนอขายเป็นสินค้า ของฝาก ของที่ระลึกแก่หน่วยงานราชการ ท้องถิ่นและนักท่องเที่ยวได้ หรือแม้กระทั่งการนำไปผลิตและจำหน่ายเองที่ชุมชน หมู่บ้าน หรือรับผลิตตามคำสั่งซื้อของงานหรือกิจกรรมเฉพาะกิจต่างๆ เช่น งานศพ งานบวช งานแต่งงาน เป็นต้น

ดังนั้นประสิทธิผลที่เกิดขึ้นกับการอบรมภายใต้หลักสูตรดังกล่าวจึงเกิดผลกับผู้เข้ารับการอบรมซึ่งเป็นผู้สูงอายุของโรงเรียนผู้สูงอายุในพื้นที่เทศบาลตำบลเกาะคา