

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและวิเคราะห์พฤติกรรมผู้สูงอายุ และเพื่อเสนอรูปแบบการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในองค์การบริหารส่วนตำบลร่องเคาะ อ.วังเหนือ จ.ลำปาง โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้แบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือในการวิจัย และใช้เทคนิคการประชุมกลุ่ม และการเสวนาในการรวบรวมข้อมูล โดยรวบรวมข้อมูลจากตัวอย่างจากผู้สูงอายุซึ่งเป็นสมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุ องค์การบริหารส่วนตำบลร่องเคาะ อ.วังเหนือ จ.ลำปาง และใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหาในการนำเสนอผลการวิจัย โดยผลการศึกษา พบว่า การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุเป็นพันธกิจหนึ่งขององค์การบริหารส่วนตำบลโดยใช้กลไกของโรงเรียนผู้สูงอายุในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งได้สอดแทรกหลักสูตรอบรมสร้างความรู้เพื่อการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุ กิจกรรมเพื่อการออกกำลังกายที่เหมาะสมตามศักยภาพของผู้สูงอายุ และหลักสูตรอบรมเพื่อผลิตสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ชุมชนจากทรัพยากรในพื้นที่ นอกจากนี้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุซึ่งเป็นสมาชิกโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลร่องเคาะ อ.วังเหนือ จ.ลำปาง ที่สามารถดำเนินการเพิ่มเติมได้คือการสร้างการเรียนรู้การประดิษฐ์อุปกรณ์เพื่อการออกกำลังกายซึ่งสามารถนำวัสดุเหลือใช้ อุปกรณ์ที่หาได้ในบ้านมาประดิษฐ์เป็นอุปกรณ์เพื่อการออกกำลังกาย รวมทั้งนำไปจำหน่ายเป็นผลิตภัณฑ์ของโรงเรียนผู้สูงอายุ และนำเงินที่ได้จากการจำหน่ายมาเป็นเงินสำหรับจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ และนำไปทำบุญในรูปแบบต่างๆ ซึ่งสร้างความสุขทางจิตใจให้แก่ผู้สูงอายุภายในโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลร่องเคาะ อ.วังเหนือ จ.ลำปาง

คำสำคัญ : ส่งเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ, กิจกรรม

Abstract

This research had the objectives to study and analyze the elderly behaviors and to present a participatory forms in health promotion for the elderly in RSAO, Wang nua district, Lampang province by applying the qualitative research method and using a In-dept INterview as the research tool with group meetings and discussions in data collection from a sample of the elderly who were the members of the schools for the elderly RSAO, Wang nua district, Lampang province and using content analysis for descriptive research result. The research findings revealed that health promotion was one of the missions of the municipality using the mechanic of schools for the elderly in promoting health for the elderly which had inserted training curriculums to create knowledge to care for their own health of the elderly, suitable exercise activities according to their potentials and training curriculums for producing merchandise or community products from local resources. Moreover in the health promotion for the elderly for members of the schools for the elderly in Rongkhoh sub-district, Wang nua district, Lampang province that could do more was to create learning to invent exercising equipment that could use leftover materials and equipment that could be found at home to make exercising equipment including sales as products of the schools for the elderly and used the money from the sales to conduct other activities for the schools for the elderly and make merit in various forms which created mental happiness for the elderly in Rongkhoh schools for the elderly, Wang nua district, Lampang province.

Keywords : Health promotion, The Elderly, Activities