



URU-J.ISD 290977

ปีที่ 16 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2569 | Volume 16, Issue 1, January - June 2026

การพัฒนาขีดความสามารถกลุ่มวัยทำงาน เพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย ของเทศบาลตำบลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ CAPACITY DEVELOPMENT OF WORKING-AGE POPULATION TO PREPARE FOR AGEING SOCIETY IN THUNG YANG SUBDISTRICT MUNICIPALITY, LAPLAE DISTRICT, UTTARADIT PROVINCE



ศรันย์ ปองนิมิตรพร^{1*}, ยุพิน เตื่อนศรี², ชมภู๋ บุญไทย¹, นพาด เลือดนักรบ¹,
ดวงดาว เทพทองคำ¹ และพิสุทธ์ ศรีจันทร์³

Sarun Pornnimitporn^{1*}, Yuphin Thuansri², Chompoo Boonthai¹, Napadon Leaudnakrob¹,
Duangdao thepthonkam¹ and Pisut Srichan³

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

²คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

³คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์

¹Faculty of Nursing, Uttaradit Rajabhat University

²Faculty of Humanities and Social Sciences, Uttaradit Rajabhat University

³Faculty of Education, Uttaradit Rajabhat University

*Corresponding email: sarun@uru.ac.th

วันที่รับ: 17 ธันวาคม 2568, วันที่แก้ไข: 10 กุมภาพันธ์ 2569, วันที่ตอบรับ: 19 กุมภาพันธ์ 2569



การพัฒนาขีดความสามารถกลุ่มวัยทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย
ของเทศบาลตำบลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

CAPACITY DEVELOPMENT OF WORKING-AGE POPULATION TO PREPARE
FOR AGEING SOCIETY IN THUNG YANG SUBDISTRICT MUNICIPALITY,
LAPLAE DISTRICT, UTTARADIT PROVINCE

ศรันย์ ปองนิมิตรพร^{1*}, ยุพิน เกื่อนศรี², ชมภู บุญไทย¹, นภดล เลือดนักรบ¹,
ดวงดาว เทพทองคำ¹ และพิสุทธิ ศรีจันทร์³

Sarun Pornnimitporn^{1*}, Yuphin Thuansri², Chompoo Boonthai¹, Napadon Leaudhakrob¹,
Duangdao thepthonkam¹ and Pisut Srichan³

¹คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์

²คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์

³คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์

¹Faculty of Nursing, Uttaradit Rajabhat University

²Faculty of Humanities and Social Sciences, Uttaradit Rajabhat University

³Faculty of Education, Uttaradit Rajabhat University

*Corresponding email: sarun@uru.ac.th

วันที่รับ: 17 ธันวาคม 2568, วันที่แก้ไข: 10 กุมภาพันธ์ 2569, วันที่ตอบรับ: 19 กุมภาพันธ์ 2569

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาระดับและลักษณะความต้องการการพัฒนาขีดความสามารถของ
กลุ่มวัยทำงาน ศึกษากระบวนการเพิ่มขีดความสามารถและสร้างรูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถของ
กลุ่มวัยทำงาน และสังเคราะห์กลไกการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเพื่อพัฒนาอย่างยั่งยืน
เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน 3 ระยะ ประชากร คือ กลุ่มวัยทำงานอายุ 35-59 ปี จำนวน 377 คน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ
ได้แก่ ผู้บริหารเทศบาล แกนนำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เจ้าหน้าที่สาธารณสุข พระสงฆ์
และตัวแทนภาคการเงิน จำนวน 30 คน และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่
แบบสอบถาม และการสนทนากลุ่ม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
การทดสอบค่าที และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า ระดับความต้องการในการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานโดยรวมอยู่ใน
ระดับปานกลาง โดยด้านความรู้ด้านสุขภาพมีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาคือด้านความรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล



และโดยด้านการเงินมีค่าเฉลี่ย ผลการทดลองใช้รูปแบบพบว่าคะแนนความรอบรู้ด้านการเงินและด้านเทคโนโลยีดิจิทัลหลังการอบรมสูงกว่าก่อนการอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 และมีความพึงพอใจในระดับสูง ส่วนกลไกการเพิ่มขีดความสามารถขับเคลื่อนที่ยั่งยืนต้องอาศัยความร่วมมือของเครือข่ายภาคีในพื้นที่ ในการเตรียมความพร้อมผู้สังคมสูงวัยเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและยั่งยืนในระดับชุมชน

คำสำคัญ: การพัฒนาขีดความสามารถ, ประชากรวัยทำงาน, สังคมผู้สูงอายุ

Abstract

This three-phase mixed-methods research aimed to examine the level and characteristics of capacity development needs among the working-age population, explore the process of capacity enhancement and develop a capacity-building model, and synthesize mechanisms for sustainable capacity development. The population comprised 377 working-age individuals aged 35–59 years. The key informants consisted of 30 municipal administrators, community leaders, village health volunteers, public health officers, Buddhist monks, and financial sector representatives, as well as 30 stakeholders. The research instruments were a questionnaire and a focus group discussion. The statistical methods used for data analysis included percentage, mean, standard deviation, paired t-test, and content analysis.

The findings revealed that the overall level of capacity development needs among the working-age population was moderate. Health literacy demonstrated the highest mean score, followed by digital literacy, and financial literacy. The implementation results showed that post-intervention scores in financial literacy and digital literacy were significantly higher than pre-intervention scores ($p < .01$), and participants reported a high level of satisfaction. Sustainable capacity-building mechanisms require collaboration among local stakeholder networks to ensure continuous and sustainable community-level preparation for an ageing society.

Keywords: capacity development, working-age population, ageing society



บทนำ

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์อย่างรวดเร็ว โดยมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปกว่า 12.9 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด และคาดว่าจะเข้าสู่สังคมสูงวัยระดับสุดยอด ภายในปี พ.ศ. 2578 (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2567) การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรนี้ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจ สังคม และสาธารณสุข โดยเฉพาะภาระการพึ่งพิงของผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นต่อประชากรวัยทำงาน ดังนั้นการเตรียมความพร้อมของประชากรวัยทำงานเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพจึงเป็นประเด็นสำคัญของการพัฒนาที่ยั่งยืน ของประเทศ การเปลี่ยนแปลงเชิงดังกล่าวส่งผลให้บทบาทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีความสำคัญมากยิ่งขึ้น เนื่องจากเป็นหน่วยงานที่อยู่ใกล้ชิดและมีศักยภาพในการจัดการเชิงพื้นที่ การเตรียมความพร้อมกลุ่มวัยทำงานใน ระดับท้องถิ่นจึงเป็นกลไกสำคัญในการลดภาระการพึ่งพิงในอนาคต เสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน และ สนับสนุนการพัฒนาที่ยั่งยืนในบริบทพื้นที่อย่างเป็นรูปธรรม

การเสริมสร้างศักยภาพให้กลุ่มวัยทำงานมีความรอบรู้ด้านสุขภาพ การเงิน และดิจิทัล เป็นแนวทางสำคัญ ในการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 ที่มุ่งพัฒนาคนไทยให้มีคุณธรรม มีทักษะการเรียนรู้ และมีสุขภาวะที่ดี (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการ เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2565) รวมถึงแผนปฏิบัติการด้านผู้สูงอายุ ระยะที่ 3 ที่ให้ความสำคัญกับการเตรียม ความพร้อมของประชากรก่อนวัยสูงอายุอย่างรอบด้าน ข้อมูลการสำรวจระดับประเทศพบว่า ประชากรอายุ 30-59 ปี เพียงร้อยละ 31.2 เท่านั้นที่มีความรู้เพียงพอในการเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและ พัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2564) สอดคล้องกับการศึกษาหลายพื้นที่ในประเทศไทยที่ชี้ว่า กลุ่มวัยทำงานส่วนใหญ่ยังขาด การวางแผนด้านสุขภาพ การเงิน และจิตสังคมเพื่อวัยเกษียณ (งามจิต พระเนตร, 2565; พิเศษลลณ์ ชำรงค์วรกุล, 2565; กริช เกียรติญาณ และธনীสา โรจนตระกูล, 2564) โดยมีปัจจัยทำนายที่สำคัญได้แก่ การรับรู้ข่าวสาร ทักษะคิด และการสนับสนุนทางสังคม (เพ็ญศรี กองสัมฤทธิ์, วริยา บุญทอง, และเสาวลักษณ์ ท่วมเจริญ, 2564)

ความรู้ทั้งสามด้านมีความสัมพันธ์โดยตรงต่อคุณภาพชีวิตในวัยสูงอายุ ความรอบรู้ด้านสุขภาพช่วยให้ บุคคลดูแลตนเองและป้องกันโรคเรื้อรังได้อย่างมีประสิทธิภาพ (เอื้อจิต สุขพูล และคณะ, 2563) ความรอบรู้ ทางการเงินช่วยให้สามารถบริหารจัดการรายได้และการออมเพื่อวัยเกษียณได้อย่างเหมาะสม (Lusardi & Mitchell, 2014; OECD, 2020) ส่วนความรู้ด้านดิจิทัลช่วยเพิ่มศักยภาพในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร การสื่อสาร และการดำรงชีวิตในสังคมดิจิทัล (สุรเดช จงวรรณศิริ, 2564; พนม คลีณา, 2564) จังหวัดอุดรดิตต์ เป็นหนึ่งในพื้นที่ที่สะท้อนภาพดังกล่าวอย่างชัดเจน โดยมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 26.93 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งบ่งชี้ถึงแนวโน้มการเพิ่มขึ้นของอัตราการพึ่งพิงและภาระด้านสุขภาพในอนาคตอันใกล้ (กระทรวงสาธารณสุข, 2565) เทศบาลตำบลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล มีสัดส่วนผู้สูงอายุสูงถึงร้อยละ 33.86 ของ ประชากรทั้งหมด สะท้อนลักษณะชุมชนที่กำลังก้าวเข้าสู่สังคมสูงวัยขั้นสมบูรณ์เร็วกว่าหลายพื้นที่



การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวก่อให้เกิดความท้าทายเชิงโครงสร้างต่อระบบสุขภาพ ระบบเศรษฐกิจชุมชน และศักยภาพในการพึ่งพาตนเองของประชากรในระยะยาว โดยเฉพาะในบริบทขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นซึ่งมีบทบาทสำคัญในการจัดบริการและการเตรียมความพร้อมเชิงระบบ (เทศบาลตำบลทุ่งยั้ง, 2566) จากการศึกษาภาคสนามในพื้นที่สะท้อนประเด็นสำคัญว่า กลุ่มประชากรวัยทำงาน ยังมีข้อจำกัดด้านความรู้ทางสุขภาพ ความรอบรู้ทางการเงิน และความรอบรู้ด้านดิจิทัล อันอาจส่งผลกระทบต่อความสามารถในการดูแลตนเอง การวางแผนชีวิต และการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพ ประเด็นดังกล่าวชี้ให้เห็นถึงช่องว่างเชิงระบบในการพัฒนาศักยภาพประชากรวัยทำงานในระดับชุมชน ซึ่งยังขาดรูปแบบหรือแนวทางการดำเนินงานที่สอดคล้องกับบริบทพื้นที่อย่างเป็นรูปธรรม

ชี้ให้เห็นว่างานวิจัยส่วนใหญ่มุ่งวัดระดับความรู้หรือพฤติกรรมเฉพาะด้าน เช่น สุขภาพหรือการเงิน โดยยังขาดการพัฒนาารูปแบบ หรือกลไกการเสริมสร้างศักยภาพที่เชื่อมโยงหลายมิติร่วมกันในบริบทชุมชน อีกทั้งยังไม่มีงานวิจัยที่ศึกษาร่วมกับภาคีเครือข่ายชุมชนอย่างมีส่วนร่วมเพื่อสร้างความยั่งยืนในระดับชุมชน ซึ่งเป็นช่องว่างทางวิชาการและแนวปฏิบัติที่ควรได้รับการศึกษาเพิ่มเติม ดังนั้น การเพิ่มขีดความสามารถกลุ่มวัยทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัย เทศบาลตำบลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ จึงมุ่งพัฒนาและประเมินรูปแบบการเสริมสร้างศักยภาพของกลุ่มวัยทำงานในบริบทชุมชน โดยบูรณาการความรู้ทั้งสามด้านเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอย่างยั่งยืนต่อไป

การทบทวนวรรณกรรม

การเพิ่มขีดความสามารถของประชากรวัยทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัยเป็นประเด็นที่ได้รับการกล่าวถึงอย่างกว้างขวาง โดยผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าความสามารถของวัยทำงานในด้านความรู้สุขภาพ ความรอบรู้ทางการเงิน และความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งเป็นปัจจัยที่ส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพชีวิตในระยะยาวและการลดภาระพึ่งพิงในสังคมสูงวัย

แนวคิดความรู้ด้านสุขภาพ

ความรู้ด้านสุขภาพช่วยให้บุคคลสามารถเข้าถึง เข้าใจ ประเมิน และใช้ข้อมูลด้านสุขภาพได้อย่างถูกต้อง ส่งผลให้ตัดสินใจดูแลสุขภาพตนเองได้เหมาะสม องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2025) ให้นิยามความรู้ด้านสุขภาพว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการเข้าถึง ทำความเข้าใจ และใช้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องเพื่อส่งเสริมสุขภาพของตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้บุคคลสามารถตัดสินใจบนพื้นฐานข้อมูลที่ถูกต้องและเหมาะสม ความรู้ด้านสุขภาพยังเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง การจัดการสุขภาพ และการรักษาพฤติกรรมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง (Nutbeam, 2018) งานวิจัยของเอ็อิจิต สุขพูล และคณะ (2563) พบว่าโปรแกรมการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของวัยทำงานได้จริง โดยเฉพาะด้านการป้องกันโรค การรับรู้ความเสี่ยง และการดูแลตนเอง ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าความ



รอบรู้ด้านสุขภาพ ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการมีข้อมูลเท่านั้น แต่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ การวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลงข้อมูลเป็นพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม อย่างไรก็ตาม จากการทบทวนวรรณกรรมยังพบข้อจำกัดสำคัญของโปรแกรมด้านสุขภาพ ที่ยังขาดการเชื่อมโยงกับสุขภาพการเงินและทักษะดิจิทัล ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์กัน

แนวคิดความรู้ทางการเงิน

ความรู้ทางการเงินส่งผลให้บุคคลมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการวางแผน ใช้จ่าย ออม และบริหารจัดการเงินอย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางการเงิน ลดความเสี่ยงจากหนี้สิน และเพิ่มคุณภาพชีวิตในระยะยาว โดยความรู้ทางการเงินของประชากรวัยทำงานเป็นตัวชี้วัดสำคัญของศักยภาพในการจัดการ รายได้ การออม การลงทุน และการวางแผนเกษียณ ซึ่งล้วนสะท้อนความมั่นคงของชีวิตในระยะยาว (OECD, 2020) ผลการศึกษาของ Boonsiritomachai & Sud-On (2021) พบว่าวัยทำงานจำนวนมากยังมีระดับความรู้ทางการเงินในระดับต่ำถึงปานกลาง โดยเฉพาะด้านการจัดการหนี้สิน การวางแผนการออม และความเข้าใจเกี่ยวกับเงินออมเพื่อวัยเกษียณ ซึ่งสอดคล้องกับบริบทในพื้นที่ทุ่งยัง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ ที่พบว่าความต้องการสูงสุดของวัยทำงานคือ ทักษะด้านการวางแผนการเงินและการจัดการหนี้ แม้จะมีพัฒนาการทางนโยบายด้านการส่งเสริมวินัยทางการเงิน แต่ยังคงขาดการบูรณาการร่วมกับสุขภาพและทักษะดิจิทัล ทำให้ประชากรวัยทำงานไม่สามารถนำความรู้ไปใช้ได้ในชีวิตจริง

แนวคิดความรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล

ความรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัลช่วยให้บุคคลสามารถใช้เทคโนโลยีดิจิทัลได้อย่างปลอดภัย และเกิดประโยชน์สูงสุดในการเข้าถึงข้อมูล การสื่อสาร การทำงาน และการดำรงชีวิตในสังคมดิจิทัล ช่วยลดความเหลื่อมล้ำและเพิ่มโอกาสในการพัฒนาคุณภาพชีวิต วัยทำงานไทยจำนวนมากยังมีความสามารถด้านดิจิทัลในระดับต่ำ แม้ว่าชีวิตประจำวันจำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีในการค้นหาข้อมูล การทำงาน การสื่อสาร การทำธุรกรรมทางการเงิน และการเข้าถึงบริการสุขภาพออนไลน์ ผลการศึกษาของ Jaegyeong & Sunghee (2022) พบว่าความรู้ด้านดิจิทัลมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความสามารถในการเข้าถึงข้อมูลสุขภาพออนไลน์ และพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของวัยทำงาน อย่างไรก็ตาม งานวิจัยด้านทักษะดิจิทัลส่วนใหญ่มุ่งเน้นเฉพาะทักษะการใช้งานเครื่องมือ แต่ยังไม่เพียงพอในส่วนของความรู้เท่าทันข้อมูลและความปลอดภัยออนไลน์ ซึ่งมีความสำคัญต่อประชากรวัยทำงานในยุคปัจจุบัน

แนวคิดการพัฒนาขีดความสามารถ

แนวคิดการพัฒนาขีดความสามารถ เป็นแนวคิดที่มุ่งเสริมสร้างความรู้ ทักษะ และความเชื่อมั่นให้บุคคลหรือชุมชนสามารถตัดสินใจ ควบคุม และจัดการชีวิตหรือปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม โดยเน้นการมีส่วนร่วม การตระหนักรู้ในศักยภาพของตนเอง และการพึ่งพาตนเองอย่างยั่งยืน โดยแนวคิดขีดความสามารถ เป็น



ความสามารถในการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายด้านที่ไม่จำกัดเฉพาะความฉลาดเชิงสติปัญญาเท่านั้น แต่รวมถึงแรงจูงใจ คุณลักษณะส่วนบุคคล ความรู้ และทักษะที่จำเป็น การพัฒนาความพร้อมของวัยทำงานควรพิจารณาแบบบูรณาการระหว่างทักษะสุขภาพ การเงิน และดิจิทัล ขณะเดียวกัน McLeroy et al., (2016) ที่เสนอกรอบแนวคิดนิเวศวิทยา อธิบายว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลจะเกิดขึ้นอย่างยั่งยืนก็ต่อเมื่อระบบสนับสนุนของครอบครัว ชุมชน และโครงสร้างสังคมทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นจึงมีความจำเป็นในการพัฒนารูปแบบการเพิ่มขีดความสามารถแบบบูรณาการ ที่ประกอบด้วยทักษะด้านสุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยี ซึ่งมีความสำคัญต่อประชากรวัยทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับและลักษณะความต้องการการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์
2. เพื่อศึกษากระบวนการเพิ่มขีดความสามารถและสร้างรูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงาน เขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์
3. เพื่อสังเคราะห์กลไกการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตที่เกี่ยวกับเนื้อหาที่ศึกษา

งานวิจัยนี้มีแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับสังคมผู้สูงอายุ แนวคิดความรู้ด้านสุขภาพ แนวคิดความรู้ทางการเงิน แนวคิดความรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล และแนวคิดขีดความสามารถ และกรอบแนวคิดเชิงระบบสำหรับการพัฒนาวัยทำงาน

ขอบเขตที่เกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มวัยทำงานอายุ 35-59 ปี จำนวน 327 คน เพื่อศึกษาความต้องการเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงาน
2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 30 คน ได้แก่ ผู้บริหารเทศบาล แกนนำชุมชน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข พระสงฆ์ และตัวแทนภาคการเงิน
3. กลุ่มวัยทำงานอายุ 35-59 ปี จำนวน 50 คนซึ่งได้รับการคัดเลือกแบบเจาะจงจากประชาชนวัยทำงานในพื้นที่ศึกษา โดยไม่ซ้ำกับกลุ่มตัวอย่างในข้อ 1 เพื่อใช้เป็น กลุ่มทดลองในการนำรูปแบบการเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยไปใช้และประเมินผลเบื้องต้น



4. กลุ่มผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจำนวน 30 คน ประกอบด้วยผู้แทนภาคส่วนในชุมชน ใช้การคัดเลือกแบบเจาะจง
ขอบเขตที่เกี่ยวกับเวลา

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการระหว่างเดือนตุลาคม 2567 ถึง กันยายน 2568

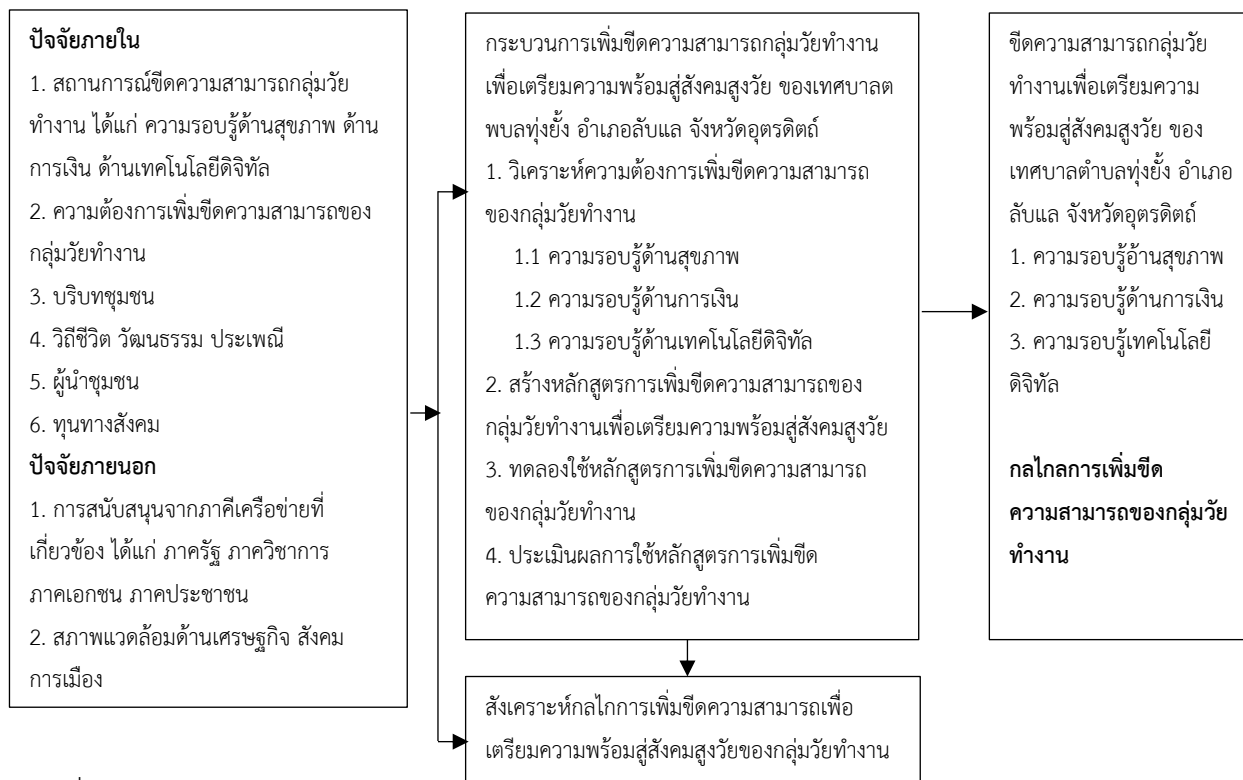
ขอบเขตที่เกี่ยวกับวิธีการรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) เพื่อสำรวจสำรวจความต้องการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงาน พัฒนาและทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงาน การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อทดลองใช้หลักสูตร และการวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อสังเคราะห์กลไกและแนวทางการขับเคลื่อนการพัฒนาของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

ขอบเขตที่เกี่ยวกับตัวแปรที่ต้องศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาความต้องการเพิ่มขีดความสามารถ กระบวนการและรูปแบบการเพิ่มขีดความสามารถโดยใช้ชุมชนเป็นฐาน ในการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงาน เขตเทศบาลตำบลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) แบ่งเป็น 3 ระยะคือ
ระยะที่ 1 ศึกษาระดับและลักษณะความต้องการการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่
สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิตถ์

กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified Sampling) ตามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความรอบรู้ได้แก่ เพศ กลุ่มอายุ อาชีพ จากนั้นคำนวณสัดส่วนของประชากรในแต่ละชั้น แล้วจึงทำการ สุ่มแบบง่ายแต่ละชั้น เพื่อคัดเลือกผู้เข้าร่วมให้ครบจำนวนตามสัดส่วนที่กำหนด คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างตามตารางของ Krejcie และ Morgan (1970) ได้ขนาดตัวอย่างจำนวน 327 คน ใช้แบบสอบถามความต้องการเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงาน ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาที่เกี่ยวข้อง ดัชนีชี้วัดความสอดคล้องของเนื้อหา ได้ค่า 0.80 จากนั้นนำเครื่องมือไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มเป้าหมาย หาค่าความเชื่อมั่นด้วย Cronbach's alpha coefficient ได้ 0.80 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ระยะที่ 2 การพัฒนาและทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาล
ทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิตถ์

การพัฒนาและทดลองใช้รูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานประกอบด้วย 2 ชั้น ได้แก่
ชั้นที่ 1. การพัฒนาและยกย่องรูปแบบ ใช้วิธีการสนทนากลุ่ม กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 30 คน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากผู้ที่มีบทบาทเกี่ยวข้องกับการพัฒนาชุมชน ส่วนกลุ่มวัยทำงานที่เข้าร่วมทดลองใช้รูปแบบคัดเลือกจากผู้สมัครใจที่มีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมครบถ้วนตลอดกระบวนการ เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสนทนากลุ่มกึ่งโครงสร้างที่พัฒนาจากผลการวิเคราะห์ในระยะที่ 1 ชั้นที่
2. การทดลองใช้หลักสูตรเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการรวม 2 วัน กับกลุ่มวัยทำงานอายุ 35-59 ปี ที่สมัครใจเข้าร่วมและมีคุณสมบัติตรงตามเกณฑ์ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ครบถ้วนตลอดกระบวนการ และไม่ซ้ำกับกลุ่มตัวอย่างระยะที่ 1 จำนวน 50 คน วัดผลโดยใช้แบบสอบถามวัดความรู้และทักษะก่อน-หลังอบรม (Pre-Post-test) และแบบประเมินความพึงพอใจต่อหลักสูตร วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา และ paired t-test

ระยะที่ 3 สังเคราะห์กลไกการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิตถ์

การสังเคราะห์กลไกและแนวทางการขับเคลื่อนการพัฒนากลุ่มวัยทำงานอย่างยั่งยืน จากกลุ่มผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง จำนวน 30 คน ประกอบด้วยผู้แทนจากหลายภาคส่วนในชุมชน โดยใช้การคัดเลือกแบบเจาะจง



เครื่องมือที่ใช้เป็นแนวคำถามกึ่งโครงสร้างสำหรับเวทีสนทนากลุ่ม เพื่อระดมความคิดเห็นต่อการสร้างและขับเคลื่อนกลไกชุมชนในการพัฒนาศักยภาพกลุ่มวัยทำงาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ร่วมกับการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลด้วย ด้วยวิธีสามเส้าโดยการเปรียบเทียบข้อมูล การยืนยันกับผู้ให้ข้อมูล

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ผู้วิจัยได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์ จังหวัดอุดรดิตถ์ เอกสารรับรอง COA No. 029/2025

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งการนำเสนอตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ระดับและลักษณะความต้องการการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิตถ์

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 327 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 54.4) มีอายุ อยู่ใน ช่วง 41-50 ปี (ร้อยละ 44.3) กลุ่มตัวอย่างเคยได้รับข้อมูลด้านด้านสุขภาพร้อยละ 100 ไม่เคยได้รับข้อมูลด้าน ความรอบรู้ทางการเงิน (ร้อยละ 89.3) และไม่เคยได้รับข้อมูลความรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล (ร้อยละ 73.7) กลุ่ม ตัวอย่างมีความต้องการเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยในด้านความรู้ด้านสุขภาพ ($\bar{X} = 2.10$, SD = 0.32) ด้านการเงิน ($\bar{X} = 2.06$, SD = 0.36) และด้านเทคโนโลยีดิจิทัล ($\bar{X} = 2.09$, SD = 0.46) อยู่ในระดับปานกลาง

ส่วนที่ 2 กระบวนการเพิ่มขีดความสามารถและรูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงาน เขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิตถ์

ผลการสนทนากลุ่มพบว่า การพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยควรดำเนินการภายใต้รูปแบบการพัฒนาเชิงบูรณาการ ที่เชื่อมโยงองค์ความรู้ ทักษะ และประสบการณ์จริงให้ สอดคล้องกับบริบทชุมชนซึ่งสามารถจำแนกรายละเอียดการดำเนินการตามองค์ประกอบหลัก 3 ด้าน ดังนี้

1. ความรอบรู้ด้านสุขภาพ การดำเนินงานด้านสุขภาพมุ่งเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพผ่านกิจกรรม การเรียนรู้ที่ผสมผสานการบรรยายเชิงวิชาการกับการฝึกปฏิบัติจริง โดยมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับ โรคเรื้อรังที่พบบ่อยในชุมชน แนวทางการป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง และการดูแลสุขภาพตนเองอย่างเหมาะสม กิจกรรมสำคัญประกอบด้วย การบรรยายโดยแพทย์และผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ การสาธิตและฝึกทักษะ เช่น การวัดความดันโลหิต การแปลผลตรวจสุขภาพจากผลเลือด การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านสุขภาพของ ผู้เข้าร่วม รวมถึงการใช้สื่อดิจิทัลประกอบการเรียนรู้ เช่น คลิปวิดีโอและสื่ออินโฟกราฟิก เพื่อช่วยให้ผู้เข้าร่วม เข้าใจเนื้อหาได้ง่ายขึ้น และเสริมด้วยการจัดกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และกิจกรรมกลุ่มย่อย เพื่อกระตุ้นการมีส่วนร่วม



และสร้างแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ กิจกรรมดังกล่าวช่วยให้ผู้เข้าร่วมสามารถเชื่อมโยงความรู้ทางวิชาการกับการปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้อย่างเป็นรูปธรรม

2. ความรอบรู้ด้านการเงิน การเพิ่มขีดความสามารถความรอบรู้ด้านการเงินดำเนินการผ่านการจัดการเรียนรู้เชิงปฏิบัติการที่เน้นการฝึกทักษะการบริหารจัดการทางการเงินของกลุ่มวัยทำงาน โดยมุ่งเน้นประเด็นการเตรียมความพร้อมด้านการเงินก่อนเกษียณ การวางแผนรายรับและรายจ่าย การออมเงิน การลงทุนอย่างปลอดภัย และการจัดการภาระหนี้สิน กิจกรรมประกอบด้วยการบรรยายเชิงวิชาการโดยนักวิชาการและผู้เชี่ยวชาญด้านการเงินจากสถาบันการศึกษาและหน่วยงานการเงินในพื้นที่ โดยกระบวนการเรียนรู้เปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้ฝึกปฏิบัติจริง เช่น การทำบัญชีครัวเรือน การทดลองคำนวณรายรับและรายจ่าย การวางแผนการเงินส่วนบุคคล รวมถึงการแลกเปลี่ยนปัญหาและประสบการณ์ด้านหนี้สินในกลุ่มย่อย นอกจากนี้ ยังมีการใช้สื่อดิจิทัลและตัวอย่างสถานการณ์จำลองเพื่อช่วยให้ผู้เข้าร่วมเข้าใจการตัดสินใจทางการเงินอย่างรอบคอบ และสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในบริบทครอบครัวได้

3. ความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล การเสริมสร้างความรอบรู้ด้านการใช้เทคโนโลยีอย่างปลอดภัยและเหมาะสมกับบริบทชีวิตประจำวันของกลุ่มวัยทำงาน โดยใช้การอบรมเชิงปฏิบัติการที่เน้นการลงมือทำจริง เช่น การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อสืบค้นข้อมูล การประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลออนไลน์ การตั้งค่าความปลอดภัยของโทรศัพท์มือถือ และการใช้แอปพลิเคชันการสื่อสาร เช่น ไลน์ และเฟซบุ๊ก กิจกรรมสำคัญประกอบด้วยการบรรยายและการสาธิตโดยผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยีและเจ้าหน้าที่ด้านความปลอดภัยทางไซเบอร์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเรียนรู้จากปัญหาจริง รวมถึงการเปิดพื้นที่ให้ผู้เข้าร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้เทคโนโลยีในชีวิตประจำวัน กระบวนการเรียนรู้ดังกล่าวช่วยเพิ่มความมั่นใจในการใช้เทคโนโลยี ลดความเสี่ยงจากภัยออนไลน์ และส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีเพื่อการสื่อสารและการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ

ส่วนที่ 3 ผลการทดลองใช้หลักสูตรเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงาน เขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุดรดิตถ์

การทดลองใช้หลักสูตรเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของประชากรวัยทำงานจำนวน 50 คน นำรูปแบบที่พัฒนาขึ้นจากผลการวิจัยในส่วนที่ 2 มาออกแบบและพัฒนาเป็นหลักสูตรเชิงปฏิบัติการเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย โดยมุ่งส่งเสริมความรอบรู้ด้านความรู้ด้านสุขภาพ ความรอบรู้ทางการเงิน และความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล ดำเนินการใช้ระยะเวลา 2 วัน ระดับความพึงพอใจต่อหลักสูตรการเพิ่มขีดความสามารถโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.33$, $SD = 0.61$) นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างสะท้อนว่าหลักสูตรซึ่งพัฒนาขึ้นตามรูปแบบการเพิ่มขีดความสามารถมีความเหมาะสมต่อบริบทของกลุ่มวัยทำงานและสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาศักยภาพเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยได้



คะแนนเฉลี่ยความรอบรู้ทางการเงินและความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัลหลังการอบรมสูงกว่าก่อนการอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนด้านความรอบรู้ด้านสุขภาพไม่พบความแตกต่าง รายละเอียดแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรอบรู้ก่อนและหลังอบรม

(n = 50)

| ด้านความรอบรู้ | ระยะเวลา | ค่าเฉลี่ย | ส่วนเบี่ยงเบน | t-test | p-value |
|--------------------------------|----------|---------------------|-----------------|--------|---------|
| | | (mean) \bar{x} | มาตรฐาน (SD) | | |
| ความรอบรู้ด้านสุขภาพ | ก่อน | 72.32 | 10.09 | 1.95 | .057 |
| | หลัง | 75.70 | 7.24 | | |
| ความรอบรู้ด้านการเงิน | ก่อน | 33.52 | 6.12 | 7.47 | .000** |
| | หลัง | 42.84 | 5.43 | | |
| ความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล | ก่อน | 33.14 | 7.07 | 7.36 | .000** |
| | หลัง | 41.94 | 5.44 | | |

ส่วนที่ 4 การสังเคราะห์กลไกการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

การสังเคราะห์กลไกการพัฒนาขีดความสามารถของประชากรวัยทำงานจำนวน 30 คนผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้ผลการสังเคราะห์ มีดังนี้

1. ปัจจัยหลัก ประกอบด้วย 5 ปัจจัย ได้แก่ 1. ปัจจัยด้านบุคลากร ซึ่งเป็นบุคลากรผู้เชี่ยวชาญ เช่น บุคลากรด้านสุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งมีบทบาทในการให้ความรู้ให้คำปรึกษา และทำหน้าที่เป็น พี่เลี้ยงเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้และการพัฒนาศักยภาพของประชากรวัยทำงานอย่างต่อเนื่อง 2. ปัจจัยด้านวัสดุอุปกรณ์และสื่อการเรียนรู้ ซึ่งครอบคลุมอุปกรณ์ด้านสุขภาพ สื่อดิจิทัล อินโฟกราฟิก เครื่องมือออนไลน์ และแหล่งเรียนรู้ภายในชุมชน ซึ่งช่วยสนับสนุนการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง และเอื้อต่อการเข้าถึงข้อมูลที่เหมาะสมกับบริบทของประชากรวัยทำงาน 3. ปัจจัยด้านงบประมาณสนับสนุน ที่ได้รับการสนับสนุนจากเทศบาลหน่วยงานภาครัฐ รวมถึงภาคเอกชน เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมสามารถดำเนินไปได้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน 4. ปัจจัยด้านสถานที่และพื้นที่การเรียนรู้ ได้แก่ ศูนย์ชุมชน โรงเรียน วัด โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล และลานสุขภาพในชุมชน ซึ่งเป็นพื้นที่ที่เอื้อต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์



ระหว่างผู้เข้าร่วม และ 5. ปัจจัยด้านเครือข่ายภาคีความร่วมมือ ประกอบด้วย องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยบริการสุขภาพ สถานศึกษา วัด ภาคเอกชน และครอบครัวในชุมชน ซึ่งทำหน้าที่สนับสนุน ประสานงาน และร่วมขับเคลื่อนกิจกรรมการพัฒนาศักยภาพของกลุ่มวัยทำงานในระดับชุมชน

2. กระบวนการขับเคลื่อน ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ 1. การสร้างความตระหนักรู้ โดยดำเนินการผ่านการประชาสัมพันธ์ การให้ข้อมูล และกิจกรรมรณรงค์ เพื่อส่งเสริมให้กลุ่มวัยทำงานตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย และเห็นคุณค่าของการพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างรอบด้าน 2. การเรียนรู้และการเสริมพลัง โดยใช้กระบวนการอบรมเชิงปฏิบัติการ การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม และการโค้ชซึ่งรายบุคคล เพื่อเสริมสร้างความรู้ ทักษะ และความมั่นใจในการนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน และ 3. การสนับสนุนและความยั่งยืน ประกอบด้วย การติดตามผลการดำเนินงาน การจัดกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง และการสร้างแรงจูงใจผ่านเครือข่ายภาคีในชุมชน เพื่อส่งเสริมให้การพัฒนาศักยภาพของกลุ่มวัยทำงานเกิดความต่อเนื่องในระยะยาว

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยนี้สะท้อนให้เห็นถึง ความต้องการเพิ่มขีดความสามารถเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของกลุ่มวัยทำงานในเขตเทศบาลตำบลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ ดังนี้

มิติความรอบรู้ด้านสุขภาพ พบว่ากลุ่มวัยทำงานมากกว่ากึ่งหนึ่งมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม แม้จะตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ แต่ยังขาดแรงจูงใจและทักษะในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมอย่างเป็นรูปธรรม ผลการทดลองใช้รูปแบบพบว่าคะแนนความรอบรู้ด้านสุขภาพก่อนและหลังการอบรมไม่แตกต่างกัน แต่พบว่าข้อมูลเชิงคุณภาพสะท้อนว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดการโรคเรื้อรัง การออกกำลังกาย และการดูแลสุขภาพจิตเพิ่มขึ้น ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพจำเป็นต้องอาศัยระยะเวลาและการสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับแนวคิดของ Nutbeam (2018) ที่ระบุว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ก็ต่อเมื่อบุคคลมีทั้งความรู้ ทักษะ และแรงจูงใจควบคู่กัน

มิติความรอบรู้ทางการเงิน ประชากรวัยทำงานส่วนใหญ่ยังไม่เคยได้รับการพัฒนาความรู้และทักษะด้านการเงินอย่างเป็นระบบ แม้จะมีความรู้พื้นฐาน แต่ยังขาดทักษะการวางแผนการเงินระยะยาวและการเตรียมความพร้อมสำหรับวัยเกษียณ ผลการทดลองใช้รูปแบบพบว่าคะแนนความรอบรู้ทางการเงินหลังการอบรมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) สะท้อนถึงประสิทธิผลของกิจกรรมการเรียนรู้เชิงปฏิบัติการ เช่น การทำบัญชีครัวเรือน การวางแผนรายรับรายจ่าย และการจัดการหนี้สิน ซึ่งสอดคล้องกับงานศึกษาของ Boonsiritomachai and Sud-On (2021) และรายงานของ OECD (2020) ที่ชี้ว่าการพัฒนาทักษะทางการเงินเชิงปฏิบัติสามารถลดความเสี่ยงทางเศรษฐกิจของประชากรวัยทำงานในระยะยาวได้



มิติความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัล แม้ว่ากลุ่มวัยทำงานจะสามารถเข้าถึงอุปกรณ์ดิจิทัลได้เกือบทั้งหมด แต่การใช้งานส่วนใหญ่ยังจำกัดอยู่ที่การสื่อสารและความบันเทิง มากกว่าการใช้เพื่อการเรียนรู้และพัฒนาศักยภาพตนเอง ผลการทดลองใช้รูปแบบพบว่าคะแนนความรอบรู้ด้านเทคโนโลยีดิจิทัลหลังการอบรมเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) โดยเฉพาะทักษะการสืบค้นข้อมูล การใช้สื่อออนไลน์ และการประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูล ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Scheerder et al., (2019) และรายงานของสำนักงานพัฒนารัฐบาลดิจิทัล องค์การมหาชน (2564) ที่ระบุว่า การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการสามารถลดช่องว่างด้านทักษะดิจิทัลของประชากรวัยกลางคนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

รูปแบบการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานที่พัฒนาขึ้นใช้ชุมชนเป็นฐานและการบูรณาการองค์ความรู้จากสาขาวิชาชีพด้านสุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยีดิจิทัล ซึ่งสอดคล้องกับกรอบแนวคิด Capacity Building Framework ของ Laverack and Keshavarz (2021) ที่เน้นการเสริมพลังและการใช้ทรัพยากรของชุมชนอย่างมีส่วนร่วม เพื่อสนับสนุนการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอย่างยั่งยืน กลไกการเพิ่มขีดความสามารถพบว่าประกอบด้วยองค์ประกอบหลัก 5 ประการ ได้แก่ บุคลากรผู้เชี่ยวชาญสาขาวิชาชีพ วัสดุอุปกรณ์และสื่อการเรียนรู้ งบประมาณสนับสนุน สถานที่เรียนรู้ในชุมชน และเครือข่ายภาคีความร่วมมือ ซึ่งสะท้อนแนวคิด Social Ecological Model (McLeroy et al., 2016) ที่มองว่าการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต้องอาศัยการสนับสนุนหลายระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน ไปจนถึงระดับนโยบาย ที่เน้นการบูรณาการความร่วมมือของทุกภาคส่วนเพื่อพัฒนาศักยภาพมนุษย์ในทุกช่วงวัย ซึ่งผลการวิจัยยืนยันว่า การพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยจำเป็นต้องดำเนินการอย่างบูรณาการในทั้งสามมิติ ได้แก่ สุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยีดิจิทัล โดยอาศัยรูปแบบการพัฒนาที่ใช้ชุมชนเป็นฐานและการสนับสนุนจากเครือข่ายภาคีในพื้นที่ ซึ่งมีศักยภาพในการนำไปประยุกต์ใช้เป็นต้นแบบการพัฒนาศักยภาพของประชากรวัยทำงานในพื้นที่อื่น เพื่อเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยอย่างมีคุณภาพและยั่งยืนตลอดไป

องค์ความรู้จากการวิจัยสู่การพัฒนา

องค์ความรู้จากการวิจัยคือกลไกการพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานเขตเทศบาลทุ่งยั้ง อำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ เป็นระบบการพัฒนาเชิงบูรณาการที่เชื่อมโยง ปัจจัยนำเข้า กระบวนการ ผลผลิต และผลลัพธ์ โดยมีเทศบาลเป็นศูนย์กลางของการบริหารจัดการเชิงพื้นที่ โดยปัจจัยสนับสนุน ได้รับการสนับสนุนจากบุคลากรผู้เชี่ยวชาญ สื่อ อุปกรณ์ งบประมาณ และเครือข่ายภาคีความร่วมมือ กระบวนการขับเคลื่อนอาศัยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม สร้างแรงจูงใจ และติดตามผลต่อเนื่อง เพื่อให้กลุ่มวัยทำงานเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความรู้ ทักษะ และทัศนคติ และในด้านผลผลิต หลักสูตรและกิจกรรมการเรียนรู้ที่ครอบคลุม 3 ด้านหลัก ได้แก่ สุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยีดิจิทัล รวมทั้งการเกิดชมรมเรียนรู้ในชุมชน ซึ่งส่งผลให้เกิดผลลัพธ์ คือกลุ่มวัยทำงานมีความรอบรู้และทักษะที่เพียงพอ สามารถบริหารจัดการชีวิต เศรษฐกิจ และสุขภาพของตนเองได้ พร้อม



เข้าสู่วัยสูงอายุอย่างมีคุณภาพ กลไกนี้สะท้อนให้เห็นถึง ความสัมพันธ์แบบเกื้อหนุนกันของทุกภาคส่วน และเป็นต้นแบบของการขับเคลื่อนงานพัฒนาศักยภาพประชากรวัยทำงานระดับชุมชนที่สามารถนำไปปรับใช้ในพื้นที่อื่นได้

ข้อเสนอแนะ

1. องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นควรบรรจุ การพัฒนาขีดความสามารถของกลุ่มวัยทำงานด้านสุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยีดิจิทัล ไว้ในแผนพัฒนาท้องถิ่นระยะยาว และจัดสรรงบประมาณสนับสนุนกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างระบบสนับสนุนที่ยั่งยืนและลดความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงโอกาสการเรียนรู้
2. หน่วยงานด้านสาธารณสุขและการศึกษา ควรพัฒนาหลักสูตรการเรียนรู้แบบบูรณาการที่เน้นการมีส่วนร่วมของชุมชน และจัดให้มีการติดตามผลการนำความรู้ไปใช้จริงในชีวิตประจำวัน
3. ภาคีเครือข่ายชุมชนและองค์กรเอกชน ควรมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่อเนื่อง เพื่อสร้างแรงจูงใจให้วัยทำงานปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเชิงบวก ทั้งในมิติสุขภาพ การเงิน และเทคโนโลยี

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาวิจัยเชิงเปรียบเทียบในพื้นที่ที่มีบริบททางสังคมและเศรษฐกิจแตกต่างกันเพื่อประเมินความเหมาะสมและการประยุกต์ใช้รูปแบบในบริบทที่หลากหลาย
2. ดำเนินการศึกษาติดตามผลระยะยาว เพื่อประเมินความยั่งยืนของผลลัพธ์ที่เกิดจากการใช้รูปแบบ โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงระดับความรู้ พฤติกรรมสุขภาพ และการวางแผนทางการเงินหลังเกษียณ
3. ควรศึกษาปัจจัยเชิงโครงสร้างของกลไกการขับเคลื่อนในระดับพื้นที่ เช่น บทบาทผู้นำท้องถิ่นและทุนทางสังคม ที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จและความยั่งยืนของรูปแบบ

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (ววน.) มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรดิตถ์ ที่ให้การสนับสนุนงบประมาณดำเนินโครงการวิจัยนี้

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2567). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2566*. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2565). *รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุของประเทศไทย พ.ศ. 2565*. กองยุทธศาสตร์และแผนงาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.
- กรีซ เกียรติญาณ และธনীสา โรจนตระกูล. (2564). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการออมของประชากรวัยทำงาน. *วารสารวิจัยสังคมศาสตร์*, 14(2), 89–108.



- งามจิต พระเนตร. (2565). การวางแผนชีวิตและการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัยของประชากรวัยทำงาน. *วารสารพัฒนาสังคม*, 24(1), 13–30.
- เทศบาลตำบลทุ่งยั้ง. (2566). *รายงานสถิติประชากรและโครงสร้างประชากรเทศบาลตำบลทุ่งยั้ง ประจำปีงบประมาณ 2566*. เทศบาล.
- พนม คล้ายยา. (2564). *การรู้เท่าทันสื่อและดิจิทัล: การพัฒนาศักยภาพพลเมืองในสังคมดิจิทัล*. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิสสลัณณ์ ชำรงค์วรกุล. (2565). ความรอบรู้ทางการเงินกับการเตรียมความพร้อมก่อนวัยเกษียณ. *วารสารการเงิน การธนาคาร และการลงทุน*, 10(1), 67–85.
- เพ็ญศรี กองสัมฤทธิ์, วรียา บุญทอง และเสาวลักษณ์ ท่วมเจริญ. (2564). การรับรู้ข่าวสารและการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อการเตรียมความพร้อมสู่สังคมสูงวัย. *วารสารพัฒนาวิทยาและสังคมผู้สูงอายุ*, 9(1), 1–18.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2564). *รายงานการเตรียมความพร้อมของประชากรวัยทำงานสู่สังคมสูงวัย*. มูลนิธิ.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2565). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 13 (พ.ศ. 2566–2570)*. สำนักงาน.
https://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2565/E/258/T_0001.PDF
- สำนักงานพัฒนารัฐบาลดิจิทัล (องค์การมหาชน). (2564). *รายงานดัชนีการพัฒนารัฐบาลดิจิทัลของประเทศไทย 2564*. สำนักงาน.
- สุรเดช จอจวรรณศิริ. (2564). *ความรอบรู้ด้านดิจิทัล: แนวคิด ทักษะ และการประยุกต์ใช้ในสังคมดิจิทัล*. สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เอื้อจิต สุขพูล, ชลดา กิ่งมาลา, ภาวิณี แพงสุข, ธวัชชัย ยืนยาว และวัชรวิรงค์ หวังมัน. (2563). ผลของโปรแกรมการพัฒนาความรอบรู้ด้านสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพสำหรับประชาชนกลุ่มวัยทำงาน. *วารสารวิชาการสาธารณสุข*, 29(3), 419–429.
- Boonsiritomachai, W., & Sud-On, P. (2021). Financial literacy and retirement planning of Thai working-age population. *Journal of Asian Finance, Economics and Business*, 8(3), 421–430.
- Jaeyeong, L., & Sunghee, H. T. (2022). Factors associated with eHealth literacy focusing on digital literacy components: A cross-sectional study of middle-aged adults in South Korea. *Digital Health*, 2022(8). <https://doi.org/10.1177/20552076221102765>
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610.
- Laverack, G., & Keshavarz, N. (2021). *Community empowerment: A guide for practitioners*. Routledge.



- Lusardi, A., & Mitchell, O. S. (2014). The economic importance of financial literacy: Theory and evidence. *Journal of Economic Literature*, 52(1), 5–44. <https://doi.org/10.1257/jel.52.1.5>
- McLeroy, K. R., Bibeau, D., Steckler, A., & Glanz, K. (2016). An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*, 15(4), 351–377.
- Nutbeam, D. (2018). Health literacy as a public health goal. *Health Promotion International*, 33(1), 1–10.
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2020). *OECD/INFE 2020 international survey of adult financial literacy*. OECD.
- Scheerder, A., van Deursen, A., & van Dijk, J. (2019). Determinants of internet skills and uses among adults. *Information, Communication & Society*, 22(10), 1–17.
- World Health Organization. (2025, December 22). *Health literacy*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/health-literac>