

แนวทางการพัฒนาพื้นที่สาธารณะสีเขียวรองรับสังคมสูงวัย กรณีศึกษา เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร

Guidelines for the development of green public spaces to

Case study: Bang Phlat District, Bangkok

นาย จิรภัทร วิทยาสมบูรณ์

Jirapat Wittayasomboon

415 หมู่ 3 ตำบลพะวง อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา 90100

415 Village No. 3, Phawong Subdistrict, Mueang District, Songkhla Province 90100

บทคัดย่อ (ABSTRACT)

การศึกษาวินิจฉัยค้นคว้าอิสระฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงองค์ประกอบทางกายภาพที่จะเป็นการส่งเสริมการเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชนภายในเมือง และเสนอแนะพื้นที่ที่มีศักยภาพในการพัฒนาเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวที่มีประสิทธิภาพสูงสุดในการรองรับสังคมสูงวัย โดยกระบวนการในการศึกษาในครั้งนี้เริ่มจากการศึกษาและทบทวนทฤษฎี วรรณกรรม งานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับพื้นที่สาธารณะสีเขียวและสังคมสูงวัย เพื่อสร้างเครื่องมือในการประเมินองค์ประกอบทางกายภาพที่ส่งเสริมการเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชนภายในเมือง ซึ่งจากการทบทวนทฤษฎี วรรณกรรมนั้นจึงได้ปัจจัยในการประเมินทั้งหมด 4 ปัจจัย ได้แก่ การเข้าถึงและความเชื่อมโยง ความหลากหลายของการใช้ประโยชน์อาคาร ความปลอดภัย และความเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยก็ได้ลงพื้นที่สำรวจ เก็บแบบสัมภาษณ์ของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อใช้ประกอบในการวิเคราะห์องค์ประกอบของพื้นที่ศึกษา

คำสำคัญ : พื้นที่สาธารณะสีเขียว , สังคมผู้สูงอายุ , องค์ประกอบทางกายภาพ

This independent research study aims to study the physical components that will promote the development of green public spaces at the community level in the city and to suggest areas with the potential to be developed as green public spaces with the highest efficiency to support the aging society. The process of this study began with the study and review of theories, literature, and related research on green public spaces and the aging society to create a tool for evaluating the physical components that promote the development of green public spaces at the community level in the city. From the review of theories and literature, four factors were evaluated: accessibility and connectivity, diversity of building utilization, safety, and friendliness to the elderly. The researcher also conducted field surveys and interviews with the sample group to be used in analyzing the components of the study area.

Keywords : Green Public Space, Aging Society, Physical Components

บทนำ (Introduction)

1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันประเทศไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยโดยสมบูรณ์ โดยในปี พ.ศ. 2567 ประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปในประเทศไทยจะคิดเป็นส่วนเป็นร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ นั่นหมายถึงประชากร 1 ใน 5 คือผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลก (WHO) และสหประชาชาติกำหนดสังคมที่มีผู้สูงอายุมากกว่าร้อยละ 20 ขึ้นไปถือเป็น “สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์” ผลการเข้าสู่สังคมสูงวัยของประเทศไทยมาจากการเปลี่ยนผ่านทางประชากรทั้งอัตราการเกิด หรือภาวะเจริญพันธุ์ลดลง ภาวะการเสียชีวิตในกลุ่มเด็กและวัยแรงงานลดลงอันสืบเนื่องมาจากการพัฒนาในระบบสาธารณสุขไปรษณีย์พื้นฐาน โภชนาการ การศึกษา เศรษฐกิจและความก้าวหน้าทางการแพทย์ ทำให้ประชากรมีอายุขัยเฉลี่ยมากขึ้น ซึ่งการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุนั้น มีความจำเป็นและความสำคัญอย่างยิ่ง โดยอนันต์ อนันตกุล (2560) ได้ทำการศึกษาการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุได้กล่าวไว้ว่า การรับมือกับสังคมสูงวัย อย่างเต็มรูปแบบของประเทศไทยในอนาคตอันใกล้ (Complete Aged Society) เป็นประเด็นที่ทำนายที่ทุก ภาคส่วนของสังคมจะต้องให้ความสำคัญ และร่วมมือกันขับเคลื่อนไปพร้อม ๆ กันทั้งในระดับนโยบาย และระดับปฏิบัติการ รวมไปถึงการเตรียมความพร้อมในระดับบุคคล และการเตรียมความพร้อมเชิงระบบเพื่อรองรับสังคมสูงวัย เป็นการมองในด้านของเชิงนโยบายของการบริหาร (องค์การอนามัยโลก WHO), 2564)

ซึ่งในปัจจุบันกรุงเทพมหานคร กำลังประสบปัญหาในเรื่องของการขาดแคลนพื้นที่สาธารณะสีเขียวอย่างมาก โดยมีสัดส่วนพื้นที่สาธารณะสีเขียวอยู่ที่ 7.49 ตร.ม/คน ซึ่งต่ำกว่าเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลกกำหนด ซึ่งมีสัดส่วนอยู่ที่ 9 ตร.ม/คน โดยในปัจจุบันกรุงเทพมหานครก็ได้มีการสร้างมาตรการรองรับปัญหานี้คือ นโยบายสวน 15 นาที แต่ก็ได้แก้ปัญหาที่ครอบคลุมถึงกลุ่มผู้สูงอายุที่กำลังเป็นสถานการณ์ทางสังคมในปัจจุบัน พื้นที่สาธารณะสีเขียวมีผลกับคุณภาพชีวิตของคนในเมืองและผู้สูงอายุอย่างมาก โดย อรณา จันทศิริ (2565) ได้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า พื้นที่สาธารณะสีเขียวมีประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีของคนในชุมชนเมือง ซึ่งพื้นที่สาธารณะสีเขียวเป็นส่วนสำคัญที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพแก่คนในเมือง ลดความเสี่ยงของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง ส่งเสริมสุขภาพจิตของประชากรเมือง การได้อยู่ใกล้ชิดมากขึ้นกับธรรมชาติช่วยให้ออกกำลังกายได้มากขึ้น เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน เพิ่มความมั่นใจ ระบบภูมิคุ้มกันดีขึ้น การได้ออกกำลังกายช่วงเช้าทำให้ได้รับแสงแดดที่มีผลต่อการสร้างวิตามินดี ช่วยให้กระดูกแข็งแรง สร้างภูมิคุ้มกันต่อโรคหอบหืด การมีกิจกรรมทางกายและลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง เพิ่มโอกาสในการเดินและออกกำลังกาย ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญของการลดความเสี่ยงจากการเสียชีวิตและเจ็บป่วยก่อนวัย

โดยการศึกษาครั้งนี้จะเป็นการเสนอแนะการนำ พื้นที่ว่างของเมือง เช่น พื้นที่ว่างของหน่วยงานราชการ พื้นที่ว่างใต้สะพาน พื้นที่ว่างใต้ทางยกระดับ มาพัฒนาเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวให้กับเมือง พื้นที่สาธารณะสีเขียว จะต้องมีความยั่งยืนและตอบสนองการใช้งานของทุกคน ซึ่งจะเป็นปัจจัยที่จะเพิ่มคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับคนในเมือง โดยสุเมธ องกิตติกุล (2562) ได้ศึกษาเรื่องพัฒนาเมืองรับสังคมสูงวัย ต้องมีพื้นที่สาธารณะรองรับ และได้กล่าวไว้ว่าสำหรับการพัฒนาชุมชนในเมือง สิ่งสำคัญคือการที่จัดให้พื้นที่สาธารณะที่เหมาะสม และ นิรมล กุลศรีสมบัติ (2562) ได้กล่าวไว้อีกว่า การออกแบบ

เพื่อคนเมืองที่สำคัญ ไม่ใช่การออกแบบเพื่อผู้สูงอายุเพียงอย่างเดียว แต่เพื่อให้คนที่ยังไม่ได้เตรียมตัวและใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ

จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานของพื้นที่เขตบางพลัด กรุงเทพมหานคร แสดงให้เห็นถึงสัดส่วนของผู้สูงอายุต่อประชากรโดยรวมซึ่งสูงกว่าค่าเฉลี่ยของกรุงเทพมหานคร โดยมีอัตราส่วนอยู่ที่ร้อยละ 28.980 ซึ่งอยู่ในระดับ “สังคมสูงอายุระดับสุดยอด” อีกทั้งมีสัดส่วนของพื้นที่สาธารณะสีเขียวที่ต่ำกว่าเกณฑ์ที่องค์การอนามัยโลก (WHO) กำหนด โดยมีอัตราส่วนอยู่ที่ 0.5 ตารางเมตรต่อคน ซึ่งการวางแผนในการบริหารจัดการรองรับกับสถานการณ์ในปัจจุบันเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตคนในเมือง และจะพัฒนาเป็นพื้นที่ทางสังคมที่จะสร้างสุขภาวะที่ดีให้กับชุมชน ซึ่งสุขภาวะที่ดีนั้นจะเป็นโครงสร้างทางสังคมที่สำคัญที่จะส่งเสริม ด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพจิต และการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีของชุมชน โดยการศึกษาครั้งนี้จะเป็นการเสนอแนะการนำ พื้นที่ว่างของเมือง เช่น พื้นที่ว่างของหน่วยงานราชการ พื้นที่ว่างใต้สะพาน พื้นที่ว่างใต้ทางยกระดับ มาพัฒนาเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวให้กับเมือง ซึ่งจะต้องมีความยั่งยืนและตอบสนองการใช้งานกับชุมชนอย่างแท้จริง จึงจะต้องมีกระบวนการในการวิเคราะห์องค์ประกอบต่างๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งพื้นที่สาธารณะสีเขียวที่มีศักยภาพสูงสุดกับชุมชนเมือง และรวมไปถึงการศึกษาองค์ประกอบด้านกายภาพของพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชนที่เหมาะสมกับสังคมผู้วัย

1.2 วัตถุประสงค์ (Objective)

1.2.1 เพื่อเสนอแนะพื้นที่ที่มีศักยภาพสูงสุดในการพัฒนาพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชน

1.2.2 เพื่อศึกษาองค์ประกอบด้านกายภาพของพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชนที่เหมาะสมกับสังคมผู้สูงอายุ

2. อุปกรณ์และวิธีการ (Materials and Method)

การศึกษาข้อมูลเบื้องต้นโดยการทบทวนทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ แนวคิดเมืองยั่งยืน , แนวคิดองค์ประกอบของเมืองเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ , แนวคิดเกี่ยวกับโครงสร้างพื้นที่สีเขียว , และวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับ สังคมผู้วัย โดยสมบูรณ์ Complete Aged Society เพื่อนำมากำหนดกรอบ แนวความคิดที่ใช้ในการวิจัย กำหนดคำถามงานวิจัย กำหนดเกณฑ์ที่ใช้ในการพิจารณาพื้นที่ และวิเคราะห์โครงข่ายพื้นที่สีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

2.1 การลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูล

2.1.1 การเก็บรวบรวมข้อมูลในเชิงปริมาณ (Qualitative Research) วิเคราะห์ความหนาแน่นของประชากร โดยการรวบรวมข้อมูลจากสำนักงานสถิติ และการสำรวจเก็บข้อมูลปฐมภูมิเชิงสังคม ในการหาความสัมพันธ์ของประชากรต่อพื้นที่สีเขียวปัจจุบัน เพื่อพิจารณาคัดเลือกพื้นที่ศึกษา

2.2.2 การสำรวจพื้นที่ (Survey) ลงพื้นที่สำรวจพื้นที่สีเขียวของเมือง และสำรวจพื้นที่โอกาส เพื่อวิเคราะห์ศักยภาพในการพัฒนาให้เป็นพื้นที่สีเขียวสาธารณะ

2.2.3 การสังเกตการณ์ (Observation) ลงพื้นที่เก็บข้อมูลพฤติกรรมการเดินทางไปยังพื้นที่โอกาส การทำกิจกรรม และข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มผู้ใช้งานทั้งในเรื่องของช่วงวัย เพศ โดยการสังเกตการณ์และจดบันทึกสัมภาษณ์ถึงโครงสร้าง

2.2 เครื่องมือในการวิจัย

โครงข่ายพื้นที่สีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับ ผู้สูงอายุ		เครื่องมือในการวิจัย			แหล่งข้อมูล
		การเก็บรวบรวมข้อมูล ในเชิงปริมาณ	การสำรวจพื้นที่	การสังเกตการณ์	
1. การเข้าถึงและการเชื่อมโยง	- มีเส้นทางเชื่อมโยงกับชุมชน		x		แผนที่ , ลงพื้นที่ภาคสนาม
	- เข้าถึงสะดวก		x	x	แผนที่ , ลงพื้นที่ภาคสนาม
2. ความหลากหลาย	- ความหลากหลายของตำแหน่งที่ตั้ง สถานที่สำคัญของชุมชน	x	x		แผนที่ , ลงพื้นที่ภาคสนาม
	- ความหลากหลายของกลุ่มสังคม		x		แผนที่ , ลงพื้นที่ภาคสนาม
3. ความปลอดภัย	- มีการใช้งานพื้นที่ตลอดทั้งวัน		x	x	ลงพื้นที่ภาคสนาม
	- มีสายตาสอดส่อง		x	x	ลงพื้นที่ภาคสนาม
4. เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ	- กิจกรรมด้านกายภาพที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ		x	x	ลงพื้นที่ภาคสนาม
	- กิจกรรมด้านสังคมและเศรษฐกิจ		x	x	ลงพื้นที่ภาคสนาม

2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลจากปัจจัยที่กำหนดไว้ในการศึกษาพื้นที่สาธารณะสีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุจากการวิเคราะห์ข้อมูลทั้ง 4 ด้าน ด้วยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการลงสำรวจพื้นที่เก็บข้อมูลภาคสนาม โดยการสังเกตการณ์และการวิเคราะห์ข้อมูลจากภาพถ่ายดาวเทียม Google Earth Pro และ Google Map เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ละเอียดมากยิ่งขึ้น

2.3.1 การสำรวจพื้นที่เก็บข้อมูลภาคสนาม และการวิเคราะห์ข้อมูลจากภาพถ่ายดาวเทียม เพื่อการวิเคราะห์พื้นที่ว่างของเมือง ที่มีศักยภาพในการนำมาเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

3. วิธีการประเมินปัจจัยในการพิจารณาพื้นที่สาธารณะสีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

3.1 เกณฑ์การประเมินและตัวชี้วัด

สร้างเกณฑ์การประเมินจากการทบทวนทฤษฎี วรรณกรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จึงได้ทำการกำหนดค่าระดับคะแนน และตัวชี้วัด เงื่อนไขต่างๆ ในแต่ละปัจจัยที่ใช้ประกอบในการพิจารณาโดยมีรายละเอียดดังนี้

1.) การเข้าถึงและการเชื่อมโยง

การเข้าถึงและการเชื่อมโยง	ระดับค่าคะแนน (rating)		ตัวชี้วัด / เงื่อนไข	หมายเหตุ
1.1 การเข้าถึงที่สะดวก	5	มาก	เข้าถึงได้ภายในระยะ 400 เมตร	การเดินทางของผู้สูงอายุควรมีระยะที่สั้นๆ ไม่ควรเกิน 10 – 15 นาที ซึ่งระยะทาง 800 เมตรจะใช้เวลา 15 นาทีโดยประมาณ อ้างอิงจากบทความของ พญ. ทิปาภา ชูติกาญจน์โกศล www.samitivejhospitals.com
	3	ปานกลาง	เข้าถึงได้ภายในระยะ 800 เมตร	
	1	น้อย	เข้าถึงได้ในระยะที่มากกว่า 800 เมตร	
1.2 ส่งเสริมการเดินทางเท้า	5	มาก	มีทางเท้าที่ต่อเนื่องและเชื่อมโยงกับชุมชน	ทางเท้าที่เป็นมิตรกับคนเดิน ต้องมีขนาดทางเดินที่เหมาะสม มีคุณภาพของพื้นผิว และการเชื่อมต่อที่ปลอดภัยกับชุมชน อ้างอิงจาก https://urbancreature.co/city-walking
	3	ปานกลาง	มีทางเท้าในบางช่วง	
	1	น้อย	ไม่มีทางเท้าหรือทางเท้าไม่สามารถใช้งานได้	

2.) ความหลากหลาย

ความหลากหลาย	ระดับค่าคะแนน (rating)		ตัวชี้วัด / เงื่อนไข	หมายเหตุ
2.1 ความหลากหลายของการใช้ประโยชน์อาคาร	5	มาก	มีการผสมผสานการใช้อาคารสูง 6 ประเภท	Mixed Use คือ การใช้พื้นที่ซึ่งแตกต่างกันมากกว่าสองอย่างขึ้นไป ณ พื้นที่หนึ่งๆ ตอบรับกิจกรรมที่หลากหลายของมนุษย์ ตอบรับความต้องการของกลุ่มสังคมอันแตกต่าง และตอบรับความหมายของเมืองที่เป็นพหุลักษณะ อ้างอิงจาก https://sangsehanat-s.medium.com การใช้ประโยชน์อาคาร 6 ประเภท ได้แก่ 1. ที่อยู่อาศัย 2. พาณิชยกรรม
	3	ปานกลาง	มีการผสมผสานการใช้ประโยชน์อาคารไม่เกิน 4 ประเภท	
	1	น้อย	มีการผสมผสานการใช้ประโยชน์อาคารไม่เกิน 2 ประเภท	

				<p>3.ที่อยู่อาศัยกิ่งพานิชยกรรม</p> <p>4.สถาบันราชการ</p> <p>5.สถาบันศาสนา</p> <p>6.อื่นๆ เช่น อาคารที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์หรือรกร้างอาคารที่จอดรถ</p> <p>อ้างอิง www.ddproperty.com</p>
2.2 ความหลากหลายของกลุ่มสังคม	5	มาก	มีลักษณะของกลุ่มสังคม 4 ประเภท	<p>ลักษณะที่สำคัญของกลุ่มสังคม</p> <p>1. มีการกระทำระหว่างกันทางสังคมหรือมีความสัมพันธ์ระหว่างกัน (Social interaction) มีการปฏิบัติต่อกัน</p>
	3	ปานกลาง	มีลักษณะของกลุ่มสังคม 2 ประเภท	<p>2. สมาชิกในกลุ่มต่างมีตำแหน่งและบทบาทหน้าที่แตกต่างกันและประสานบทบาทระหว่างกันมีแบบแผนพฤติกรรมตามบรรทัดฐานของกลุ่ม หรือที่เรียกว่า วัฒนธรรมย่อย</p>
	1	น้อย	มีลักษณะของกลุ่มสังคมเพียง 1 ประเภท	<p>3. มีความรู้สึกเป็นสมาชิกร่วมกัน ทำให้มีความผูกพันในฐานะที่เป็นสมาชิกของกลุ่มสังคมเดียวกัน</p> <p>4. มีวัตถุประสงค์ร่วมกันที่สำคัญ คือ เพื่อสนองความต้องการของสมาชิกแต่ละคน และความต้องการของสมาชิกของกลุ่มเป็นส่วนรวม</p> <p>บทความจาก นายธานินทร์ พร้อมสุข</p> <p>อ้างอิง www.thaigoodview.co</p>

3.) ความปลอดภัย

ความปลอดภัย	ระดับค่าคะแนน (rating)		ตัวชี้วัด / เงื่อนไข	หมายเหตุ
3.1 มีการใช้งานพื้นที่ตลอดทั้งวัน	5	มาก	มีคนเดินเท้าหรือการพบเจอผู้คนได้ตลอดทั้งวัน	Jacobs อ้างอิงถึงแนวคิด "eyes on the street" ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นตามท้องถนนในเมือง เพื่อรักษาความเคลื่อนไหวและความปลอดภัยของถนนเอาไว้ เธอแนะนำว่าที่ที่มีผู้คนหนาแน่น ถนนของจะช่วยให้มีความรู้สึกปลอดภัย จากสายตาสอดส่องดูแล (Eyes on streets) ที่มีมากขึ้น จากผู้คนที่มาใช้พื้นที่ในเมืองมากขึ้น และส่งเสริมให้เกิดความเป็น
	3	ปานกลาง	มีคนเดินเท้าหรือการพบเจอผู้คนได้ในเวลากลางวัน หรือกลางคืน อย่างใดอย่างหนึ่ง	
	1	น้อย	มีคนเดินเท้าหรือการพบเจอผู้คนได้ในบางช่วงเวลาของวัน ในระยะสั้นๆ	

3.2 มีสายตา สอดส่อง	5	มาก	มีไฟหรือแสงสว่างส่องถึงตลอด เส้นทางในการเข้าถึง	ชุมชนอันหลากหลาย และกระตุ้นการรับรู้ เมืองที่มีชีวิตชีวา
	3	ปานกลาง	มีไฟหรือแสงสว่างส่องถึงในบาง ช่วงเส้นทางในการเข้าถึง	บทความ The Benefits of “Eyes on the Street”
	1	น้อย	มีไฟหรือแสงสว่างส่องถึงน้อย หรือไม่มีเลยในเส้นทางในการเข้าถึง	อ้างอิงจาก https://medium.com/interviews-and-articles-on-art-public-spaces

4.) เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ

เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ	ระดับค่าคะแนน (rating)		ตัวชี้วัด / เงื่อนไข	หมายเหตุ
4.1 กิจกรรมด้าน กายภาพที่เหมาะสม กับผู้สูงอายุ	5	มาก	มีกิจกรรมด้านกายภาพที่ เหมาะสมกับผู้สูงอายุ 6 ประเภท	รูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับ ผู้สูงอายุ 1. เน้นการมีกิจกรรมทางกายแบบแอโรบิค 2. กิจกรรมทางกายระดับปานกลาง วันละ 30 นาที เช่น เดินเร็ว วิ่ง ปั่นจักรยาน 3. กิจกรรมเสริมสร้างความแข็งแรงของ กล้ามเนื้อมวลกระดูก เช่น ขี่จักรยาน ยางยืด รำมวยจีน ออกกำลังกายภายในน้ำ 4. กิจกรรมพัฒนาความอ่อนตัวและการทรงตัว เช่น ลำไม้พลอง โยคะ ไทเก๊ก 5. การบริหารสมองประสาทสัมผัส ความจำ และอารมณ์ เช่น นั่งสมาธิ เดินจงกรม โยคะ 6. เปลี่ยนอิริยาบถ จากทำนั่งหรือนอนราบ อ้างอิง www.thaihealth.or.th
	3	ปานกลาง	มีกิจกรรมด้านกายภาพที่ เหมาะสมกับผู้สูงอายุ 4 ประเภท	
	1	น้อย	มีกิจกรรมด้านกายภาพที่ เหมาะสมกับผู้สูงอายุ น้อยกว่า 4 ประเภท	
4.2 กิจกรรมด้าน สังคมและเศรษฐกิจ	5	มาก	มีกิจกรรมด้านสังคมและ เศรษฐกิจของชุมชนที่ หลากหลาย	ความต้องการทางสังคมและเศรษฐกิจของ ผู้สูงอายุ โดยทั่วไปผู้สูงอายุยังคงต้องการเป็นที่เคารพ และยกย่องจากคนในครอบครัวและสังคม เหมือนในสมัยที่ยังทำงานอยู่ ต้องการมี บทบาทหรือมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเรื่องใน ครอบครัว ต้องการพึ่งพาช่วยเหลือตนเองให้ มากและพึ่งพาหรือขอความช่วยเหลือคนอื่นให้ น้อยที่สุดโดยไม่ต้องการความสงสารที่แสดง
	3	ปานกลาง	มีกิจกรรมด้านสังคมและ เศรษฐกิจของชุมชนเพียง กิจกรรมเดียว	
	1	น้อย	ไม่มีกิจกรรมด้านสังคมและ เศรษฐกิจของชุมชน	

				ออกแบบตรงๆ เพราะจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณ ตนเองไม่มีคุณค่าที่มีคนอื่นมาแสดงความ เมตตาสงสาร
--	--	--	--	--

3.2 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยในการพิจารณาโครงข่ายพื้นที่สีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ทั้ง 4 ปัจจัยได้แก่ การเข้าถึงและการเชื่อมโยง , ความหลากหลาย , ความปลอดภัย , เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ จากนั้นทำการวิเคราะห์และประมวลผล ตามเกณฑ์กำหนดค่าคะแนนที่ได้กำหนดไว้ โดยพิจารณาโครงข่ายพื้นที่สีเขียวในเมืองที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อค้นหาองค์ประกอบด้านกายภาพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อนำไปพัฒนาการพื้นที่สาธารณะสีเขียวที่เหมาะสมกับสังคมสูงวัยต่อไป

4. บทสรุป (Conclusion)

4.1 องค์ประกอบที่ส่งผลกับการเป็นพื้นที่สีเขียวสาธารณะระดับชุมชนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

ปัจจัยที่ส่งผลกับการเป็นพื้นที่สีเขียวสาธารณะระดับชุมชนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ประกอบด้วยองค์ประกอบทั้งหมด 4 ปัจจัยได้แก่ การเข้าถึงและการเชื่อมโยง ความหลากหลายการใช้ประโยชน์อาคาร ความปลอดภัย และความเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นองค์ประกอบทางกายภาพที่ส่งผลกับการเป็นพื้นที่สีเขียวสาธารณะระดับชุมชนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ

4.1.1 การเข้าถึงและการเชื่อมโยง พื้นที่ว่างของช่องที่อยู่ภายในชุมชนนั้นจะส่งเสริมการเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวของเมืองในการรองรับสังคมผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสมจะต้องมีการเข้าถึงที่สูง เชื่อมโยงกับชุมชนที่หลากหลาย การเข้าถึงที่หลากหลาย มีการเชื่อมโยงระหว่างทางเท้ากับตำแหน่งของพื้นที่ว่าง และมีคุณภาพของทางเท้าที่ดีทั้งเรื่องของขนาด คุณภาพพื้นผิว ร่มเงา และการอำนวยความสะดวกอื่นๆ เช่น ทางลาดในบริเวณทางเชื่อมทางแยก โดยหากจะมีการพัฒนาในเรื่องของการเข้าถึงและการเชื่อมโยง จะต้องมีการศึกษาถึงการสัญจรของชุมชน เส้นทางที่คนในชุมชนเลือกเดินมีความเชื่อมโยงอย่างไรกับตำแหน่งพื้นที่ว่าง หรือตำแหน่งของพื้นที่ที่ต้องการสร้างพื้นที่สาธารณะ

4.1.2 ความหลากหลายการใช้ประโยชน์อาคาร พื้นที่ว่างของช่องที่อยู่ภายในชุมชนนั้นจะส่งเสริมการเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวของเมืองในการรองรับสังคมผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสมจะต้องมีความหลากหลายการใช้ประโยชน์อาคารสูง เนื่องจากจะส่งผลโดยตรงกับกิจกรรมของชุมชน และช่วงเวลาการใช้งานของชุมชน ยิ่งชุมชนที่มีกิจกรรมหรือความเคลื่อนไหวตลอดเวลา ทั้งจากร้านค้า กิจการบันเทิง แหล่งงาน แหล่งที่อยู่อาศัย และอื่นๆ จะส่งผลให้ชุมชนมีความสดชื่น คึกคักอยู่ตลอดเวลา อีกทั้งกิจกรรมเหล่านี้ก็จะเพิ่มกลุ่มสังคมที่หลากหลาย กิจกรรมที่หลากหลายตามไปด้วย

4.1.3 ความปลอดภัย พื้นที่ว่างของช่องที่อยู่ภายในชุมชนนั้นจะส่งเสริมการเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวของเมืองในการรองรับสังคมผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสมจะต้องมีความปลอดภัยที่สูง ซึ่งการที่จะมีความรู้สึกปลอดภัยในการใช้พื้นที่อยู่สมำเสมอ นั้น ต้องอาศัยปัจจัยที่หลากหลาย เช่น การสอดส่องของผู้คนในบริเวณพื้นที่ในทุกช่วงเวลา และ

องค์ประกอบด้วยโครงสร้างของเมือง เช่น ไฟฟ้าส่องสว่าง กล้องวงจรปิด โดยปัจจัยเหล่านี้จะส่งผลต่อการใช้งานพื้นที่สูงในช่วงเวลายามวิกาล หรืออับ

4.1.4 ความเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ โดยพื้นที่ว่างของของที่อยู่ภายในชุมชนนั้นจะส่งเสริมการเป็นพื้นที่สาธารณะสีเขียวของเมืองในการรองรับสังคมผู้สูงอายุได้อย่างเหมาะสมนั้นจะต้องมีความเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุที่สูง ซึ่งการที่จะมีความเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุนั้นต้องอาศัยกิจกรรมทางกายภาพที่ก่อให้เกิดสุขภาพที่ดีส่งเสริมสุขภาพของชุมชน เช่น การรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมร่วมกันในการออกกำลังกาย เดิน วิ่ง และกิจกรรมด้านเศรษฐกิจที่จะเป็นการส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้สูงอายุและคนในชุมชน เช่น การค้าขายกิจการเล็กๆน้อยๆ รับประทานอาหารไป ชั้ววินมอดเตอร์ไซด์ เพื่อหารายได้เข้าครอบครัว ตกปลาเพื่อไว้เป็นอาหารภายในครอบครัว

5. ผลและวิจารณ์ (Result and Discussion)

ผู้วิจัยได้ทำการสร้างเครื่องมือการประเมินที่ผู้วิจัยได้กำหนดจากการศึกษาและทบทวนวรรณกรรม ซึ่งค่าคะแนนที่ออกมานั้น จะเป็นการประเมินของพื้นที่ว่างของเมืองและชุมชนโดยรอบในระยะการเดินเท้า 400 เมตรทั้งหมด 4 ปัจจัย ได้แก่ การเข้าถึงและการเชื่อมโยง ความหลากหลาย ความปลอดภัยและ ความเป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ ซึ่งผลของการประเมินจะบ่งบอกถึงศักยภาพของพื้นที่และชุมชนที่มีศักยภาพสูงสุดในการเพิ่มพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชน จากตารางที่ 5 แสดงผลสรุปการวิเคราะห์ศักยภาพของพื้นที่ ซึ่งผลสรุปนั้นชี้ให้เห็นถึงพื้นที่ที่มีศักยภาพสูงสุดในการเพิ่มพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชนนั้นคือ พื้นที่ว่างใต้สะพานพระปิ่นเกล้า รองลงมาเป็นพื้นที่ว่างในวัดภาณุรังษี พื้นที่ว่างใต้ทางยกระดับรถไฟฟ้าบริเวณซอยเจริญสุขนิทวงศ์ 94/1 และพื้นที่ว่างใกล้บ่อสูบน้ำใต้สะพานกรุงธนฯ ซึ่งมีความเหมือนและแตกต่างจากสวน 15 นาทีที่เป็นนโยบายและอยู่ในการดูแลของกรุงเทพมหานคร ส่วนที่เหมือนคือการได้นำเอาพื้นที่ว่างภายในเมืองมาพัฒนาเป็นสวนขนาดเล็ก กระจายทั่วกรุงเทพมหานคร โดยความแตกต่างคือการนำการวิเคราะห์ หรือการวางวิสัยทัศน์ในการใช้งานของพื้นที่ที่แตกต่างกัน โดยในการศึกษาวิจัยครั้งนี้จะมีการทบทวนวรรณกรรม ศึกษาทฤษฎี เพื่อการสร้างเครื่องมือสำหรับการวิเคราะห์พื้นที่ที่มีศักยภาพสูงสุดในการพัฒนาพื้นที่สาธารณะสีเขียวรองรับสังคมสูงวัยระดับชุมชน ซึ่งจากการศึกษาในครั้งนี้ได้มีการกำหนดกลุ่มเป้าหมายสำหรับรองรับสังคมสูงวัย และการกำหนดวัตถุประสงค์เพื่อการเพิ่มพื้นที่สาธารณะสีเขียวระดับชุมชน ซึ่งแตกต่างจากสวน 15 นาที ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อการเพิ่มพื้นที่สีเขียวให้กับเมืองแต่ขาดการครอบคลุมถึงการใช้งาน ซึ่งผู้วิจัยจะเสนอแนะความคิดเห็นถึงการสร้างสวน 15 นาที ไว้ว่าควรจะต้องมีการกระบวนการศึกษาในทุกขั้นตอนของการสร้างสวน 15 นาที โดยแนวคิดในการสร้างสวน 15 นาทีให้เกิดการกระจายตัวในกรุงเทพมหานครนั้นเป็นแนวคิดที่ดี แต่ควรจะต้องมีการศึกษาลักษณะการตั้งถิ่นฐานของชุมชน กิจกรรมภายในชุมชน พฤติกรรมการเดินทางของคนในชุมชน การเลือกพื้นที่ที่มีศักยภาพ เช่น ความเชื่อมโยงกับชุมชน แสงสว่าง ความปลอดภัย ความเป็นไปได้ในการอุปกรณที่สามารถติดตั้งไว้ในสวน 15 นาที อีกทั้งศึกษาความต้องการรูปแบบของพื้นที่สาธารณะสีเขียวของคนที่อยู่ในชุมชน เพื่อจะเกิดการใช้งานพื้นที่สวน 15 นาที อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดแก่ชุมชนเมือง ซึ่งหากขาดกระบวนการศึกษาเหล่านี้จะมีประโยชน์แค่ด้านทัศนียภาพทางสายตาเพียงเท่านั้น และชุมชนเองก็จะขาดการมีส่วนร่วมในการดูแลรักษาพื้นที่เหล่านั้นในที่สุด

รายการอ้างอิง

อนันต์ อนันตกุล. (2560). *สังคมสูงวัย...ความท้าทาย ประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักธรรมศาสตร์ และ

การเมือง ราชบัณฑิตยสภา.

พนิต ภูจินดา. (ม.ป.ป.). *เมืองที่เอื้ออำนวยต่อการสร้างภาวะแห่งการมีความสุขให้กับประชากรเมือง*.

คณะกรรมการติดตามเสนอแนะและเร่งรัดการปฏิรูปประเทศ และการดำเนินการตามยุทธศาสตร์ชาติ.

(2560). *ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี*. สืบค้น 25 กันยายน 2566. จาก www.senate.go.th/view/181/

องค์การอนามัยโลก WHO (2564). *พื้นที่สีเขียวในเมืองใหญ่*. สืบค้น 24 กันยายน 2566. จาก

<https://becommon.co/culture/green-bangkok/>

กรมสุขภาพจิต. (2563). *ก้าวอย่างของประเทศไทย สู่วัยสูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ*. สืบค้น 25 กันยายน

2566 จาก <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30476>

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). *สาขาประชากรศาสตร์ ประชากร และเคหะ*. สืบค้น 10 กันยายน 2566 จาก

<http://www.nso.go.th/sites/2014/Pages/home.aspx>

สุเมธ องกิตติกุล. (2562). *พัฒนาเมืองรับสังคมสูงวัย ต้องมีพื้นที่สาธารณะรองรับ*. สืบค้น 10 กันยายน 2566

จาก <https://www.thaipost.net/main/detail/38691>

BMA กรุงเทพมหานคร. (2566). *ชุดข้อมูลประชากรและอาคารเขตบางพลัด*. สืบค้น 10 กันยายน 2566 จาก

<https://data.bangkok.go.th/organization/50350000>

มติชนออนไลน์. (2566). *สังคมสูงวัยสมบูรณ์*. สืบค้น 25 กันยายน 2566 จาก

https://www.matichon.co.th/lifestyle/social-women/news_3066756

SDG Move. (2564). *พื้นที่สีเขียวสำหรับผู้สูงอายุ*. สืบค้น 25 กันยายน 2566 จาก

<https://www.sdgmovement.com/2021/07/20/green-spaces-and-health/>

มนัญญา ภูแก้ว. (2546). *พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖*. สืบค้น 25 กันยายน 2566 จาก

www.parliament.go.th/ewtadmin

ปราโมทย์ ปราสาทกุล. (2561). *ภาพรวมและสถานภาพสังคมสูงวัยในประเทศไทย*. สืบค้น 8 กรกฎาคม 2567

จาก https://ipsr.mahidol.ac.th/post_research