



## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

เกษม ต้นติผลาชีวะ, กุลยา ต้นผลาชีวะ. **การรักษาสุขภาพในวัยสูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร : อรุณการพิมพ์, 2529.

กุลยา ต้นผลาชีวะ. **การพยาบาลผู้สูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญกิจ, 2524.

กำจร สุนทรพงษ์ศรี. การ์ตูน. **ครูศิลป์ 3,** 2531 : 143-147.

กลุ่มส่งเสริมมวลชนเพื่อเด็ก. **การ์ตูนเพื่อพัฒนาเด็ก.** คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523.

ขวัญใจ ต้นติวัฒนเสถียร. **ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกีดสรรกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตามการรายงานของผู้สูงอายุในชนบทภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.** ปรินญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

คณะกรรมการการศึกษาวิจัยและวางแผนระยะยาวเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ในคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ. **แผนระยะยาวผู้สูงอายุแห่งชาติ พ.ศ. 2525-2544.** กรุงเทพฯ : สหกรณ์กลาโหม จำกัด, 2526.

คณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 พ.ศ. 2535-2539.** กรุงเทพฯ : ยูไนเต็ดโปรดักชั่น, 2535.

คณะทำงานคาดประมาณประชากร. **การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย 2523-2558.** กรุงเทพฯ : กองพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2529.

จงดี บุญประเสริฐ. **การศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านพุทธิพิสัยจากการเรียนด้วยหนังสือการ์ตูนที่แทรกคำถามระหว่างเนื้อหากับการเรียนด้วยหนังสือการ์ตูนที่มีคำถามท้ายเนื้อหา.** ปรินญาบัณฑิตศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2532.

จินตนา รอดคำพา. **การดูแลสุขภาพตัวเองของผู้สูงอายุในประเทศไทย.** วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

- เจียรศรี วิวิธสิริ. **การศึกษาผู้ใหญ่และการศึกษานอกโรงเรียน : เทคโนโลยีทางการศึกษา.** กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาการศึกษาผู้ใหญ่ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2530.
- ไชยยศ เรื่องสุวรรณ. **เทคโนโลยีทางการศึกษา : หลักการและแนวปฏิบัติ.** กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- ดวงดี ลาสุขะ. **ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบคัดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
- ทองใบ หงษ์เวียงจันทร์. **เตรียมตัวเตรียมใจก่อนถึงวัยเกษียณอายุ.** พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2532.
- นวลอนงค์ บุญฤทธิ์พงศ์. **ผลของการให้คำแนะนำร่วมกับการใช้หนังสือการ์ตูนเรื่อง การเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา ต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาของมารดาวัยรุ่นที่คลอดบุตรคนแรก.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530.
- นารีรัตน์ จิตรมนตรี. **ผลของการใช้สไลด์แม่แบบ เกมและการเสริมแรงทางบวก ต่อความภาคภูมิใจในตนเองและความเข้มแข็งของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา บ้านบางแค.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- นิตา ชูโต. **คนชราไทย.** กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- บริบูรณ์ พรพิบูลย์. **โลกยามชราและแนวการเตรียมตัวเพื่อเป็นสุข.** กรุงเทพมหานคร : เรือนแก้ว, 2535.
- บรรลุ ศิริพานิช และคณะ. **พฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุไทยที่ยินยาวและแข็งแรง.** รายงานการวิจัย, กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2531.
- ประคอง วรรณสูตร. **สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล, 2525.
- ประยูร จรรยาวงษ์. **ภาพการ์ตูน.** เอกสารบรรยายและอภิปรายเกี่ยวกับศิลปะสมัยปัจจุบัน, กรมศิลปากร, 2513.

- ประสงค์ สุรสิทธิ์. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการเรียนรู้ด้านความเข้าใจของนักเรียนจากการอ่านหนังสือบทเรียนที่มีตัวอักษรประกอบด้วยภาพการ์ตูนและบทเรียนภาษาอังกฤษที่ผูกเรื่องเป็นการ์ตูนเรื่อง ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในปี 2516. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ภาควิชาเทคโนโลยีทางการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2515.
- ประสพ รัตนากร. สุขภาพจิตผู้สูงอายุ : การส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ. กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข, 2526.
- ประเสริฐ มาศสุปรีดี. การศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โดยใช้การสอนด้วยหนังสือการ์ตูนกับการสอนตามปกติ. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, 2522.
- \_\_\_\_\_. ขรัวอินโข่ง การ์ตูนนิสต์คนแรก? มติชน (6 มกราคม 2524) : 11.
- ผจงพร สุภาวิดา. ผลของการสื่ออารมณ์ขันต่อระดับความเครียดในผู้ป่วยบาดเจ็บกระดูกขาและได้รับการดองกระดูก. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534.
- ผดุง พรหมมูล. การ์ตูนกับการเรียนการสอน. ทรูปริทัศน์ 9, 10 ( สิงหาคม 2527) : 64-71.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เจริญผล, 2531.
- พັນ สุขเจริญ. การ์ตูน : สื่อการสอนอย่างสำคัญ. วารสารวิทยบริการ 4, 1 (กันยายน 2525) : 32-39.
- พิระสิทธิ์ คำนวนศิลป์ และคณะ. ความทันสมัย ภาพยนตร์เกี่ยวกับตนเอง และปัญหาบางประการของคนชรา. กรุงเทพฯ : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2523.
- มันกะ ฐรกิจการ์ตูนญี่ปุ่น ภาพลักษณ์ใหม่ของการสื่อสาร. กรุงเทพธุรกิจสุดสัปดาห์ 3, 550 (7-13 ตุลาคม 2532) : 40-41.
- มาณิษา พิศาลบุตร. การสื่อความหมายในนิคยสารการ์ตูนชายหัวเราะฉบับกระเป๋. วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาการประชาสัมพันธ์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.

- ยุณี พงศ์จตุรวิทย์. **ผลการสอนสุขภาพอนามัยโดยใช้หนังสือการ์ตูนประกอบต่อความรู้ เจตคติ และการปฏิบัติเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพของเด็กวัยเรียนที่ป่วย ด้วยโรคเรื้อรัง.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาการบริหารการ พยาบาล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- ลลิตา ชูวนากร. **การวิเคราะห์เนื้อหาหนังสือการ์ตูนสำหรับวัยรุ่นที่แปลมาจากภาษา ญี่ปุ่น.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาวิจัยการศึกษา จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, 2533.
- วินัย ศิริ. **โลกการ์ตูนก่อนมีประจักษ์ 'จรรยา'.** ถนนหนังสือ 3, 10 (เมษายน 2529) : 20-45.
- วิมล ชาญชนบท. **รูปแบบการจัดโครงการศึกษานอกโรงเรียนสำหรับผู้สูงอายุ ในชนบทจังหวัดขอนแก่น.** วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ภาควิชาการ ศึกษาผู้ใหญ่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534.
- ศุภวัลย์ พลายน้อย และ เนาวรัตน์ พลายน้อย. **รายงานการวิจัยเรื่องผลกระทบของการพัฒนาที่มี ต่อปัญหาและความต้องการของประชากรสูงอายุ.** วารสารประชากรศึกษา 10, 2 (ธันวาคม 2527) : 17-30.
- สนิท แคร่กระโทก. **การประเมินคุณค่าหนังสือการ์ตูนญี่ปุ่นสำหรับวัยรุ่นที่แปลเป็น ไทย.** วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต ภาควิชาบรรณารักษศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533.
- สังเขต นาคไพจิตร. **การ์ตูน.** มหาสารคาม : ปรดีการพิมพ์, 2530.
- สุขุมาลัย โทมัส. **การศึกษาเพื่อการวิเคราะห์เนื้อหาเอกสารสิ่งพิมพ์ทางวิชาการ เกี่ยวกับผู้สูงอายุในประเทศไทย.** วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชา สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- สุพัตรา สุภาพ. **สังคมและวัฒนธรรมไทย.** พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนา พานิช, 2528.
- สุภาพ วาดเขียน. **เครื่องมือวิจัยทางสังคมศาสตร์.** พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช, 2525.
- สุมิตรา ทรงศักดิ์. **การ์ตูนกับเด็กปัญญาอ่อน.** วารสารครุศาสตร์ 15, 3 (มกราคม-มีนาคม 2530) : 81-86.
- สุรกุล เจนอบรม. **วิทยาการผู้สูงอายุ.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.



สุรางรัตน์ ฌ พัทลุง. **การศึกษาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ในการเรียนวิชาสุขศึกษาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 โดยการสอนด้วยหนังสือการ์ตูนกับการสอนแบบเดิม.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.

สุวภา แก้วสุข. การ์ตูนไทยกับลายเส้นอารมณ์ดี. **สารคดี** 6, 66 (สิงหาคม 2533) : 69-90.

เสาวนีย์ กานต์เดชารักษ์. **ความต้องการทางด้านสุขภาพอนามัยของผู้สูงอายุ.**

วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาพยาบาลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

เหยี่ยว มรกต. สายตาดวงที่สาม. **มิตรครู** 29, 1 (มกราคม 2530) : 39-41.

อรุณศิริ คงธรรม. **ปฏิสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการเสนอเนื้อหาในหนังสือการ์ตูนกับระดับความสามารถด้านความเข้าใจในการอ่านที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนด้านพุทธิพิสัยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาโสตทัศนศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

อุทัย วรสุวรรณรักษ์. **โลกการ์ตูน : การอ่านที่น่าติดตาม.** **จันทร์เกษม** 192 (กันยายน-ตุลาคม 2521) : 24-31.

### ภาษาอังกฤษ

Atchley, Robert. C. **The Sociology of Retirement, Massachusetts.** Schenkman Publishing Company Inc, 1976.

Beerbohm, S.W. **Cartoon : The World Book Encyclopedia.** n.p.,1969.

✓Bermann, Ernest, Koester, Jolene and Bennett, Janet. Political cartoons and Salient Rhetorical Fantasies : An Empirical Analysis of the '76 Presidential Campaign. **Communication Monographs** Vol.45 No.4 (November 1978) : 317-321.

✓Boggart, Leo. Comic Strips and Their Adult Reader. **Mass Culture : The Popular Arts in America.** pp.189-198. New York : The Free Press, 1964.

Kinder, J.S. **Audio-Visual material and techniques.** 2nd ed. New York : American Book Company, 1959.

- Maslow, A.H. **Motivation and Personality.** New York : Harper & Row, 1970.
- Pender, Nola J. **Health Promotion in Nursing Practice.** Norwalk, Connecticut : Appleton-Century-Croft, 1982.
- Williamson, Z. and Danaher, K. **Self-care in Health.** London : Croom Helm, 1978.
- Wittich, W.A., and Schuller, C.F. **Audio-Visual materials : their nature and use.** 2nd ed. New York : Harper & Brother, 1957.

**ภาคผนวก**

## ภาคผนวก ก

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

- |   |  |
|---|--|
| 1. รองศาสตราจารย์ สมเชาว์ แเมตรประเสริฐ | อาจารย์ประจำภาควิชาโสตทัศนศึกษา<br>คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย      |
| 2. อาจารย์สมชาติ มาพันธ์ศรี             | อาจารย์ประจำภาควิชาทัศนศิลป์<br>คณะศิลปกรรมศาสตร์<br>จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 3. คุณณรงค์ ประกาศะโบล                  | หัวหน้ากองบรรณาธิการ<br>หนังสือชัยพฤกษ์การ์ตูน<br>สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช  |
| 4. คุณโรมรัช รัชเวทย์                   | นักเขียนการ์ตูนประจำกองบรรณาธิการ<br>นิตยสารรักลูก                         |

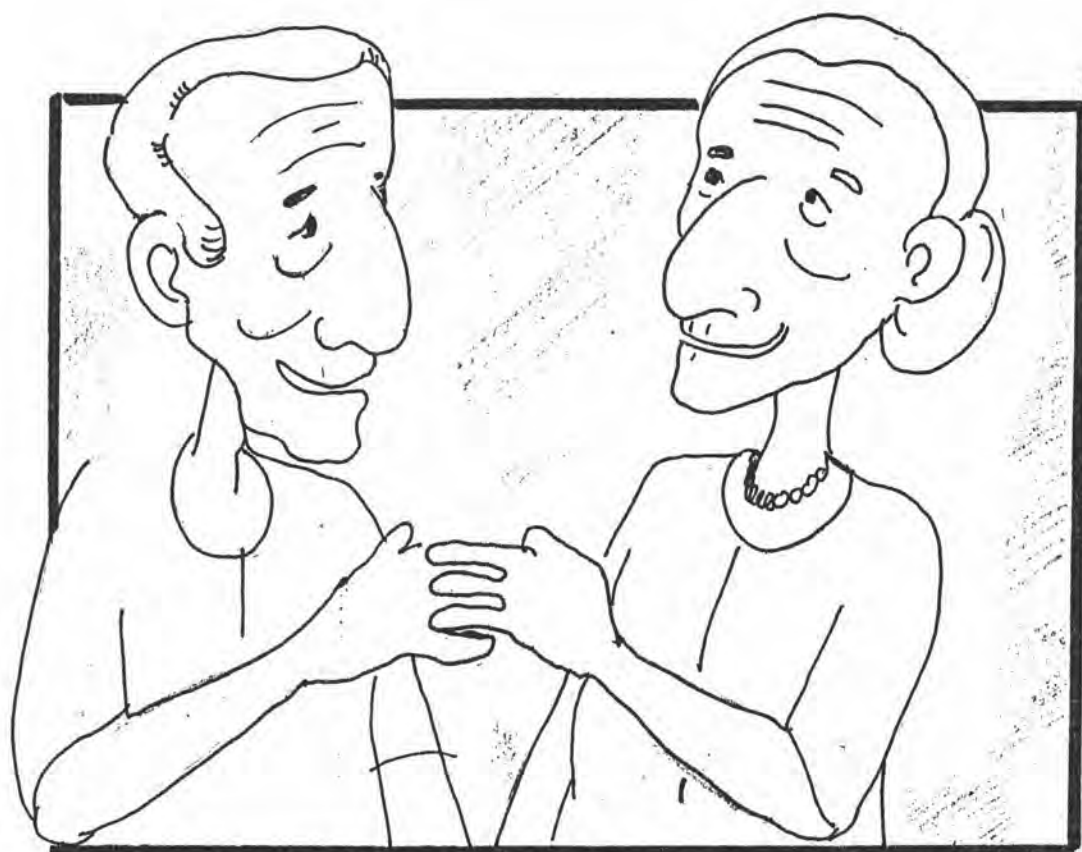


**ภาคผนวก ข****เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

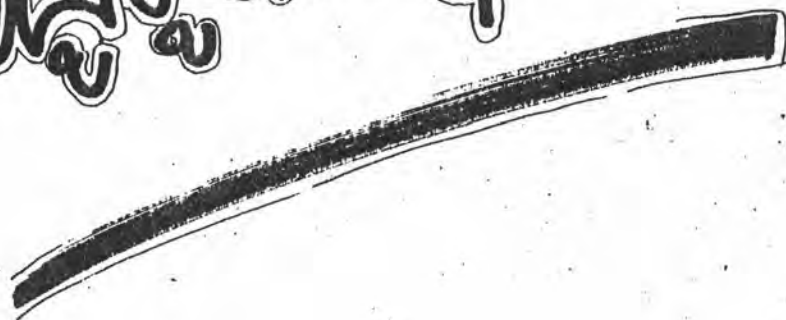
การดูแลรักษา

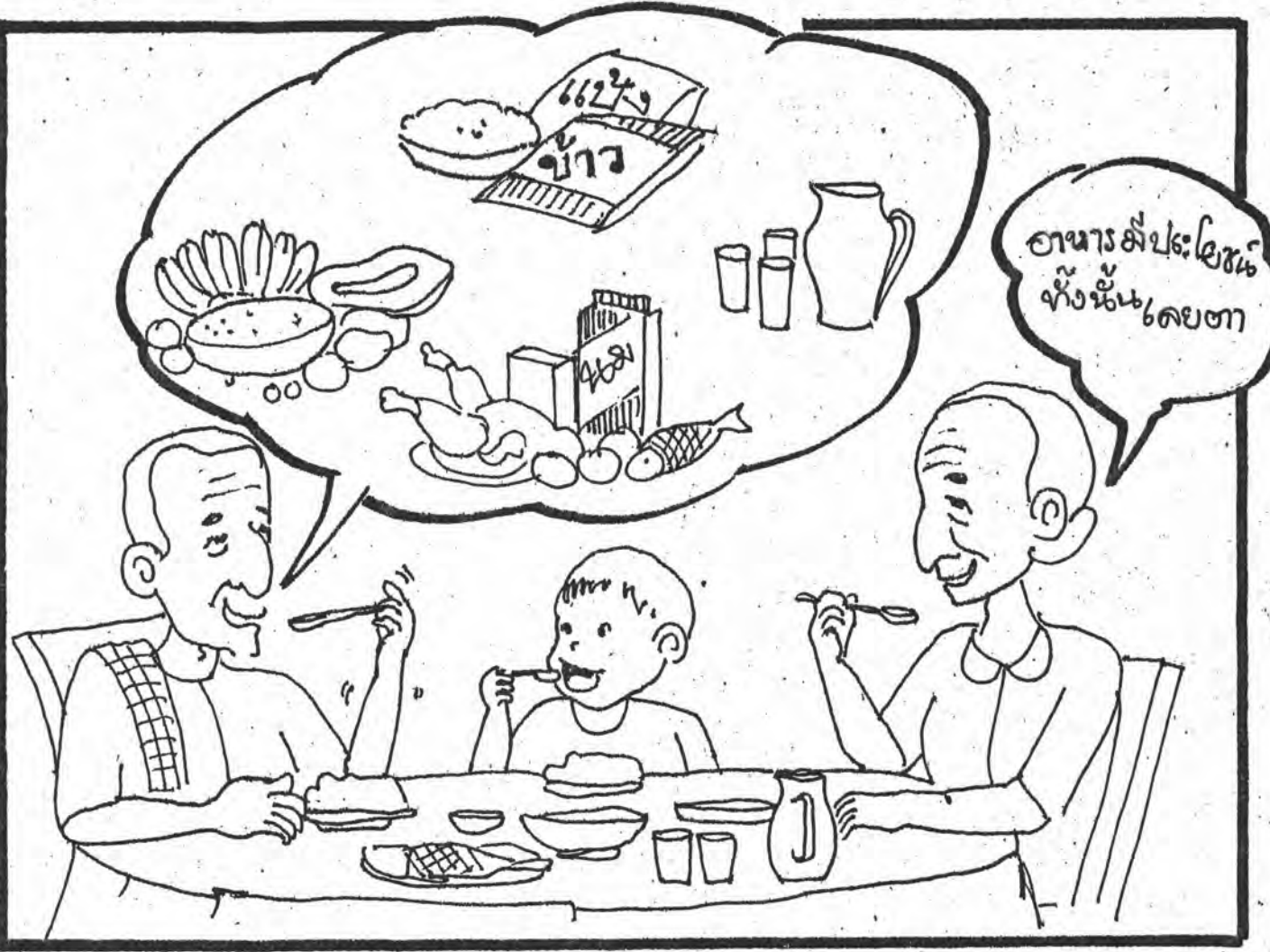
สุขภาพด้วยยาสมุนไพร

ชนิดพิเศษอายุ



สถานการณ์และการรับประทาน  
ของคั้งชูงคัก





รับประทานอาหารที่ง่าย

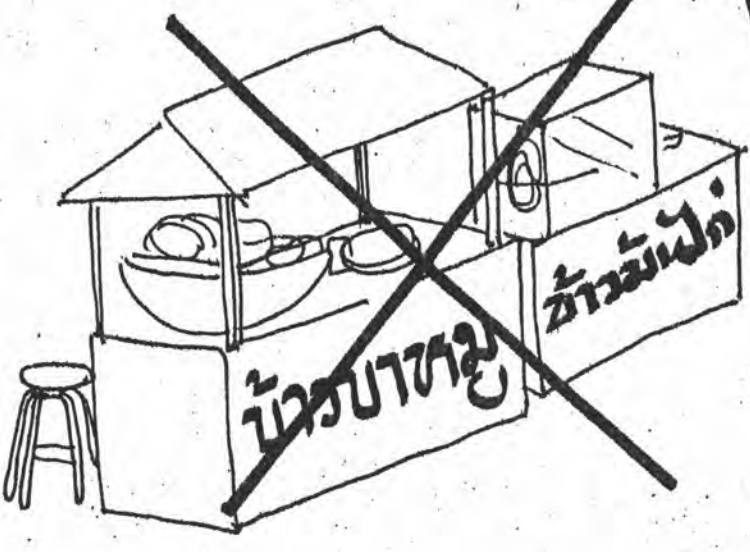


ไม่ว่าจะรับประทานอาหารที่มี รสจัด, เช่น เผ็ดจัด, เปรี้ยวจัด, เค็มจัด หรือหวานจัด

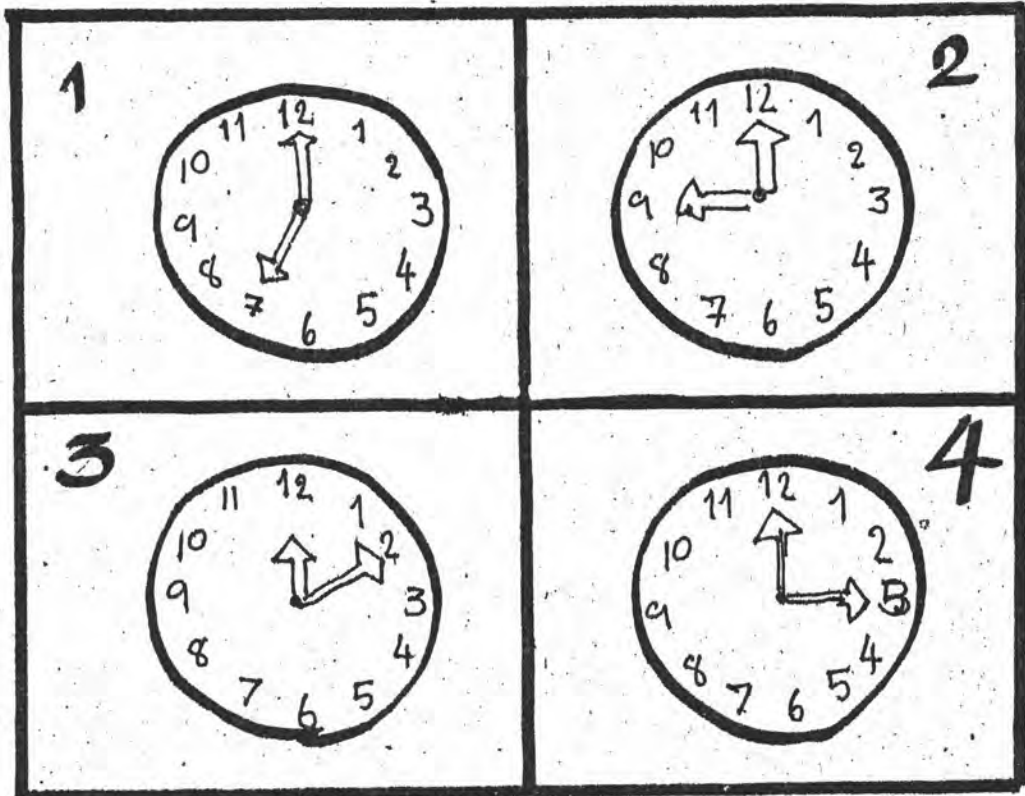
อ้อ! สิ่งร้ายเพราะ  
รสจัด อร่อยจริง  
แต่ไม่ดี



หากกินทั้งนั้น แต่เพื่อสุขภาพ  
ไม่กินดีกว่า



ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารครั้งละน้อย แต่บ่อยขึ้น



กินบ่อยๆ  
จะได้แข็งแรง

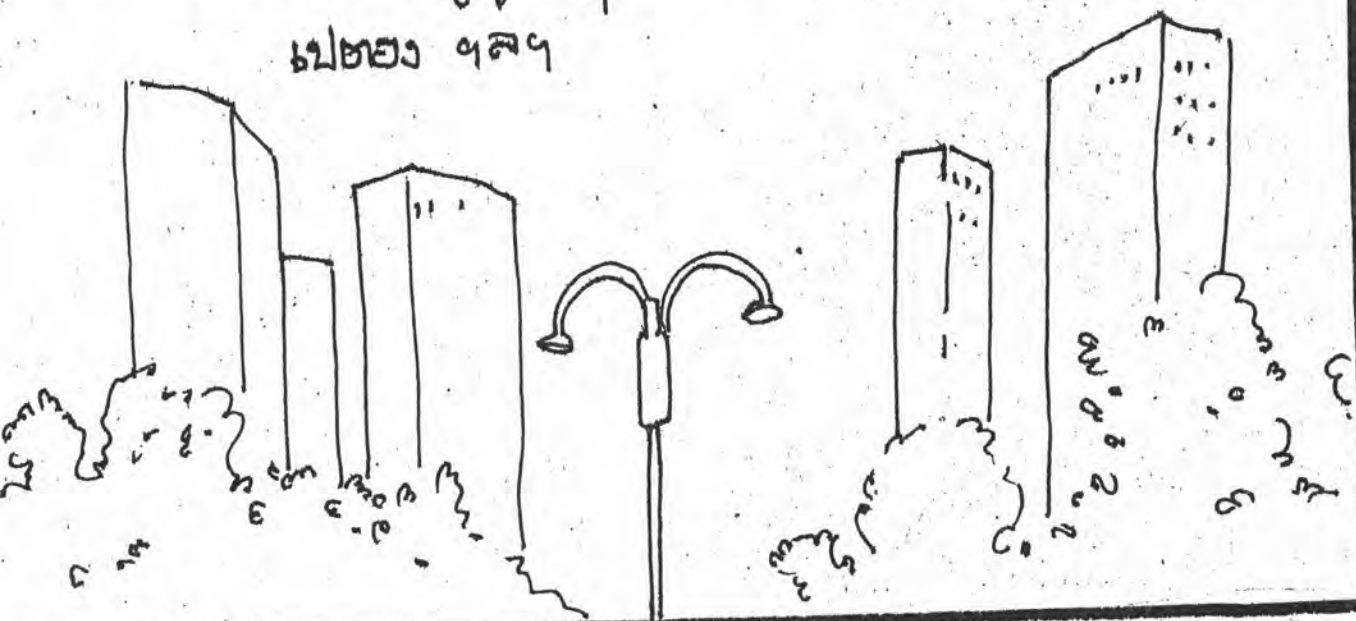


ประมาณ วันละ 4-5 มื้อต่อวัน

วิเศษ ๘๘๘  
การออกกำลังกาย  
ของคู่รักอายุ  
๖๖

---

กีฬาที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ ได้แก่ ว่ายน้ำ, วิ่งเหยาะๆ, รำมวยจีน  
ประเภท ๑๗๑





# หลักในการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ

ออกกำลังกายช้าๆ



ไม่ใช้แรงมากหรือหนักเกินไป



หยุดพักเมื่อรู้สึกเหนื่อย

พักก่อน



ออกกำลังกายครั้งละ 15-60 นาที



อย่าดื่มน้ำเกินอาหาร  
อาบน้ำทันทีหลังออกกำลังกาย



ต้องออกกำลังกายทุกวัน



ขอทำสิ่งกายทุกวัน  
รู้สึกดีขึ้น กระปรี้-  
กระเปร่า ดี

ใจรู้สึกร่างกาย  
แข็งแรงไม่เป็น  
โรตง่าย



ประโยชน์ของการออกกำลังกาย

หือ! เผลอยิ่ง  
ช่วยให้อายุยืนยาว  
ด้วยอีกนละ

จะลูก, นัง, ซัดัน  
ก็สุขภาพดี ไม่ค่อย  
ปรตบ่อ เหมื่อน  
แต่ก่อน

หือ! เผลอยิ่ง  
ทำให้สุขภาพแข็งแรง  
ขึ้นด้วยนละ



ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์โดยการ

วาดรูป



ทำอาหาร

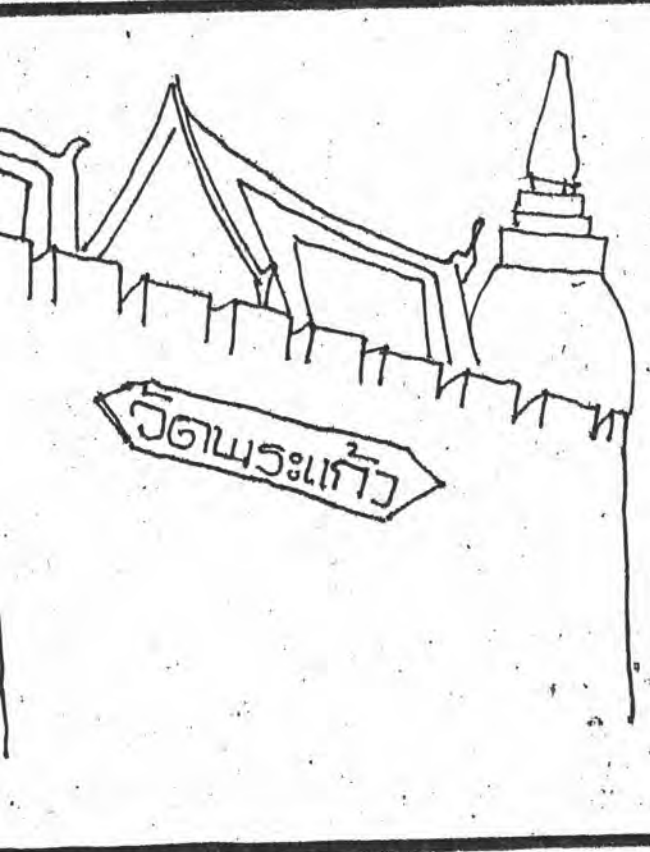
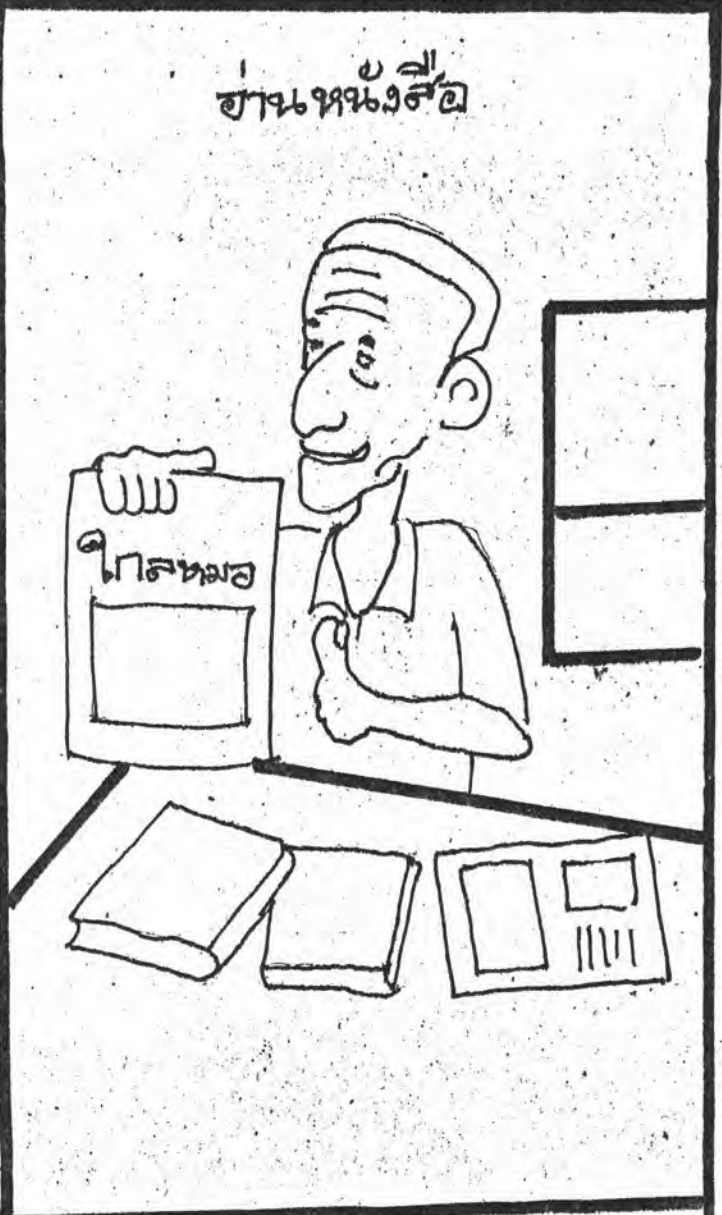


ทำสวนปลูกต้นไม้



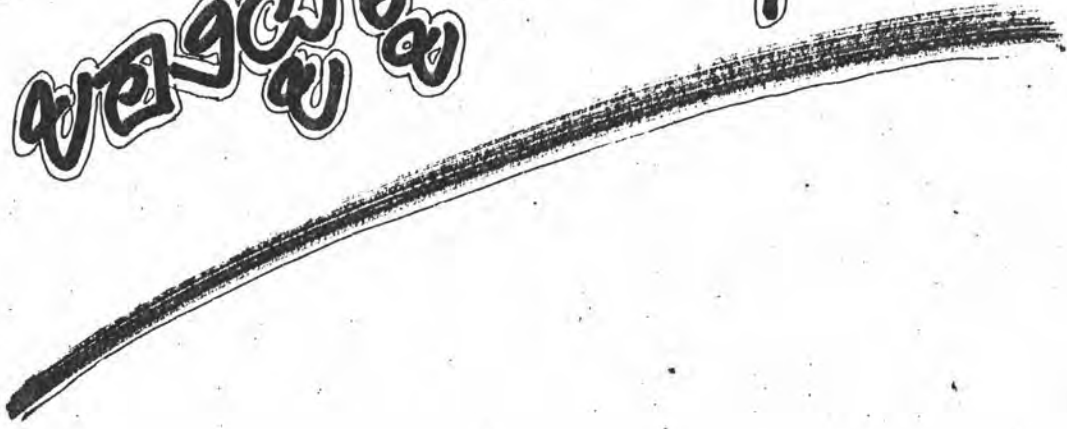
เย็บผ้า



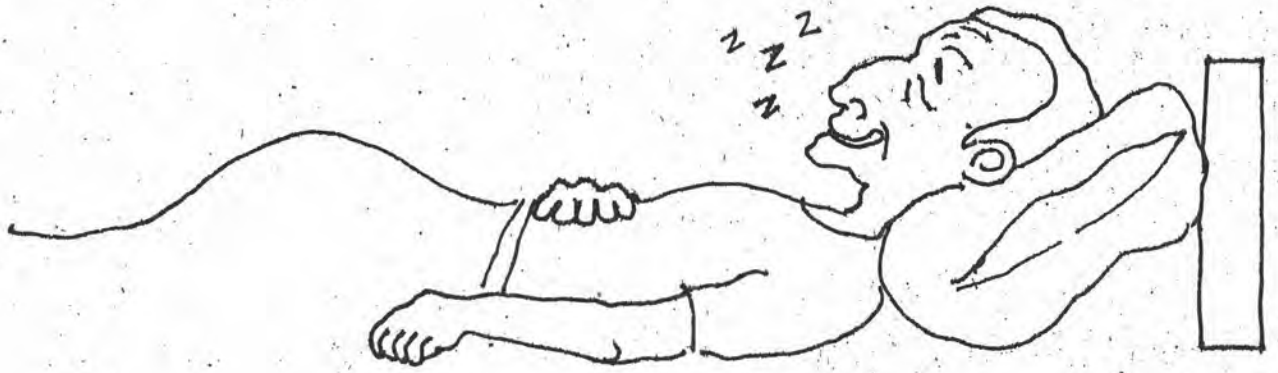


ମାତୃଭାଷା

ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପଢ଼ାଉ



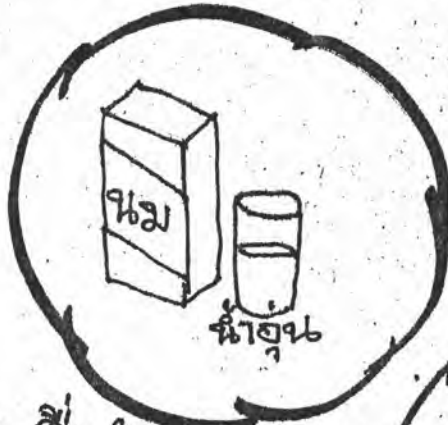
ผู้สูงอายุควรนอนหลับพักผ่อนประมาณ 6-7 ชั่วโมงในตอน  
กลางวัน และควรเข้านอนหลับในตอนกลางคืน



นอนหลับ  
กลางวันบ้าง  
นะคะ



เมื่อหอบหืดกลับมารักษาปฏิบัติ ดังนี้



ดื่มน้ำอุ่นหรือยา



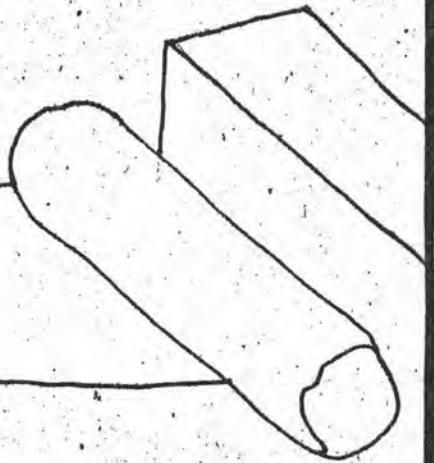
นั่งสมาธิ



อาบน้ำอุ่นก่อนเข้านอน



หอบหืดกำเริบขึ้นที่หน้าอก



# เมื่อเวลาผ่านไป อย่า! ปฏิบัติดังนี้

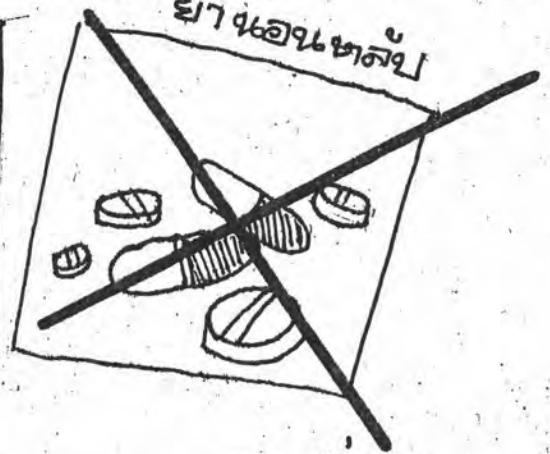
อย่าสูบบุหรี่, กาแฟ



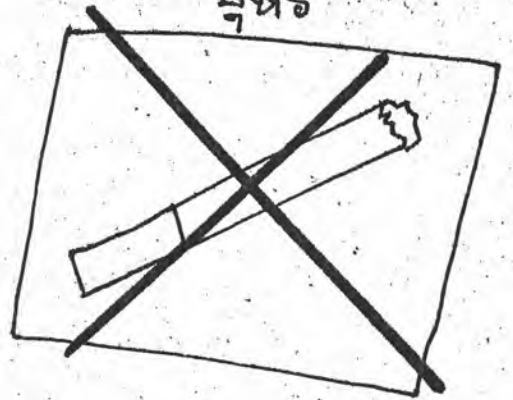
แอลกอฮอล์, เบียร์



ยาแก้ปวด, ยาสามัญ



บุหรี่



อย่าสูบบุหรี่  
ของพวกนี้  
อย่ากินยาแก้ปวด





កាតព្វកិច្ច  
សម្រាប់សិស្ស



เลข ๗

ไม่ตีขมู้อย่างกิน  
เลย ก็ขมูก  
งอไม่ แล่น้ำ  
แปลว่ามาก ๆ จะ  
ถ่ายง่าย

เป็นขออะไร  
ไปล่ะ

ทำงูกไม่รู้อยู่  
จะทำยังไงดี  
สงสัยดีของ  
ผู้เข้ามาถ่าย  
มากิน๖๐๕๖๖๖๖



การทำความสะอาด  
ร่างกาย



อาบน้ำ วันละ 1 ครั้ง



สระผม สัปดาห์ละ 1-2 ครั้ง



แปรงฟัน หรือ บ้วนปาก ทุกครั้งหลังรับประทานอาหาร, เช้า และ ก่อนนอน



ทำไมต้องอาบน้ำ วันละครั้งเท่านั้น



อ้าว! ก็แก่แล้วผิว ซบแห้งแข็ง ถ้าอาบน้ำ มากยิ่งแห้งใหญ่เลย



นั่น นะสิ! หลังอาบน้ำ



แปรงวันละ 2 ครั้ง ตอนเช้าและก่อนนอน

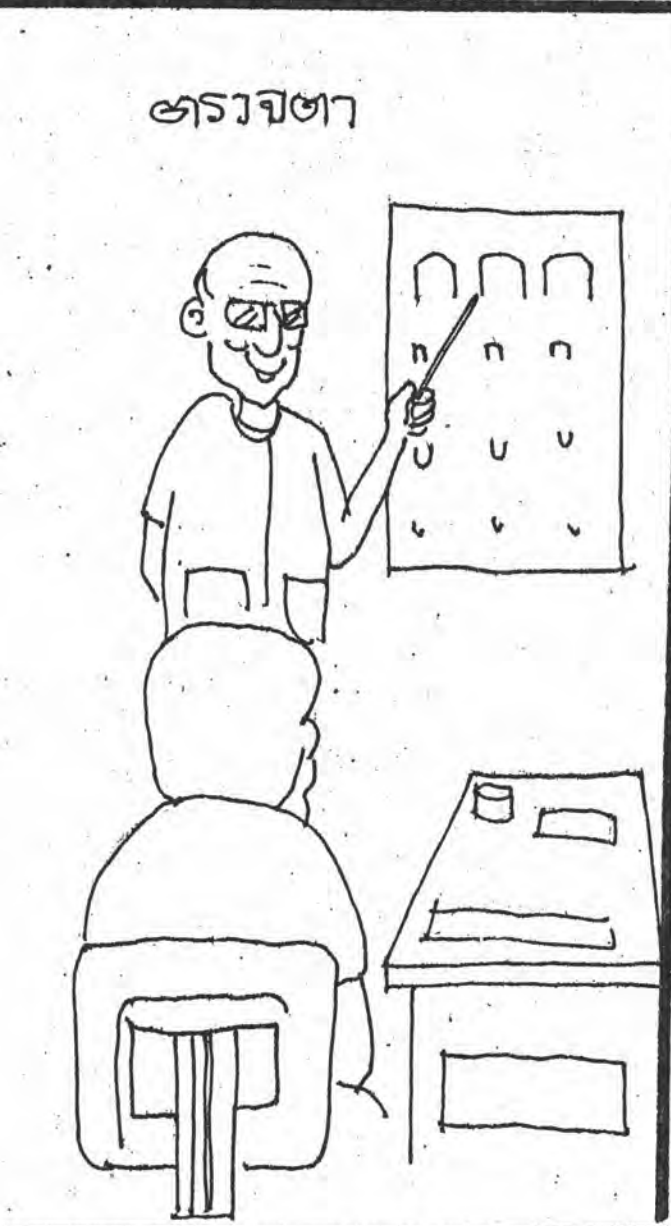
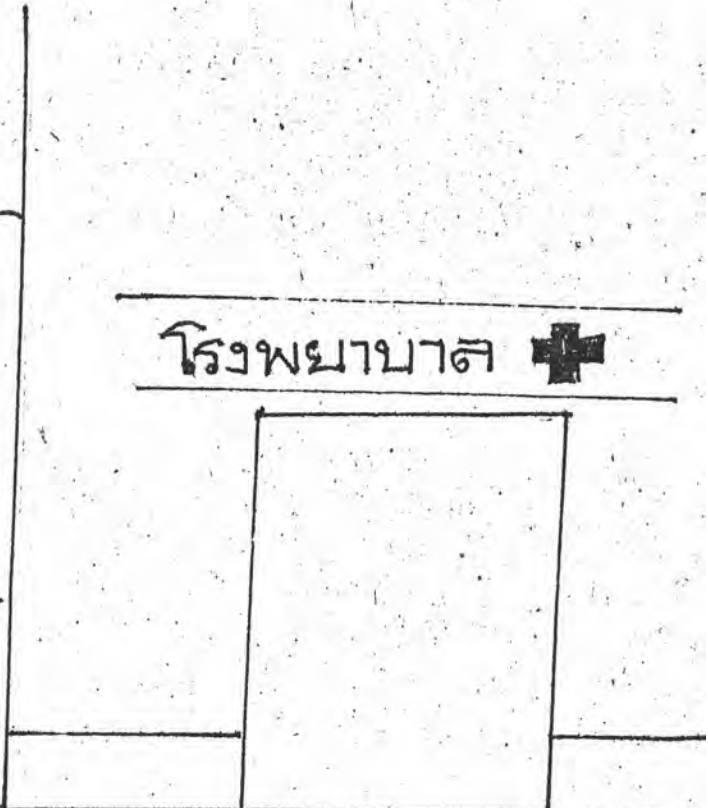
อาทิตย์นึงก็แค่ 1-2 ครั้ง ก็พอแล้ววันละ 2 ครั้ง แปรงทุกวันนะ



การศึกษาระดับอุดมศึกษา  
ประเทศไทย



ตรวจสุขภาพร่างกาย ปีละ 1 ครั้ง และ เมื่อเกิดอาการผิดปกติ



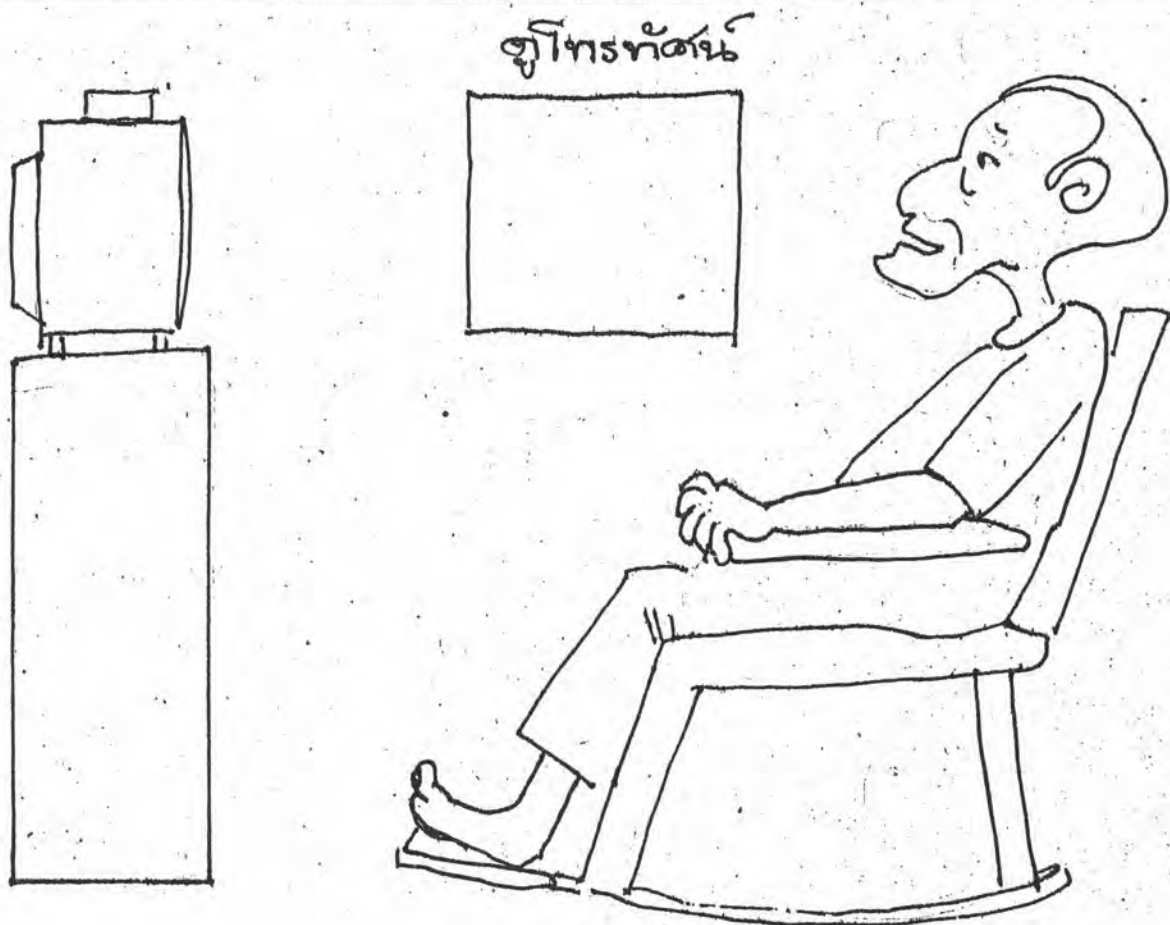


การศึกษาค้นคว้า  
และการพิมพ์  
๒๕๖๕

---



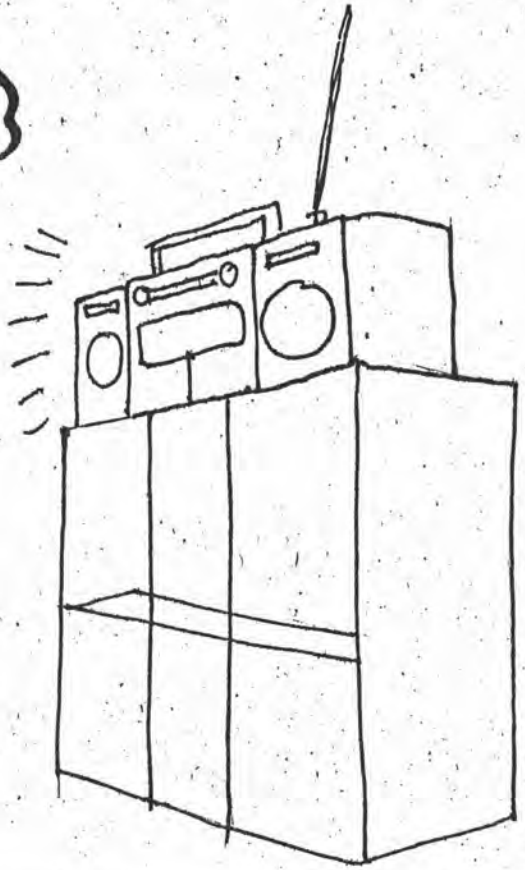
ศึกษานานจนรู้ด้านสุขภาพเพิ่มเติม โดยทศ





ฟังวิทยุ

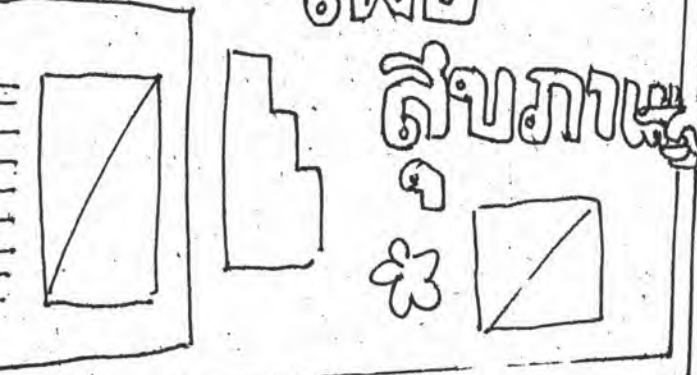
ฟังวิทยุ  
ขณะทำงาน



ฟังการบรรยาย, อ่านประกาศ, ไปรษณีย์, จินตกรรม

เดิน เพื่อ

สุขภาพ



ขอฆ่าสันใจ  
มีประโยชน์  
อันยิ่งใหญ่

พูดคุย กับเพื่อนบ้าน และครอบครัว



ปรึกษาแพทย์ , พยาบาล หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข



การวิจัยเชิงคุณภาพ  
และเครื่องมือที่ดี

---

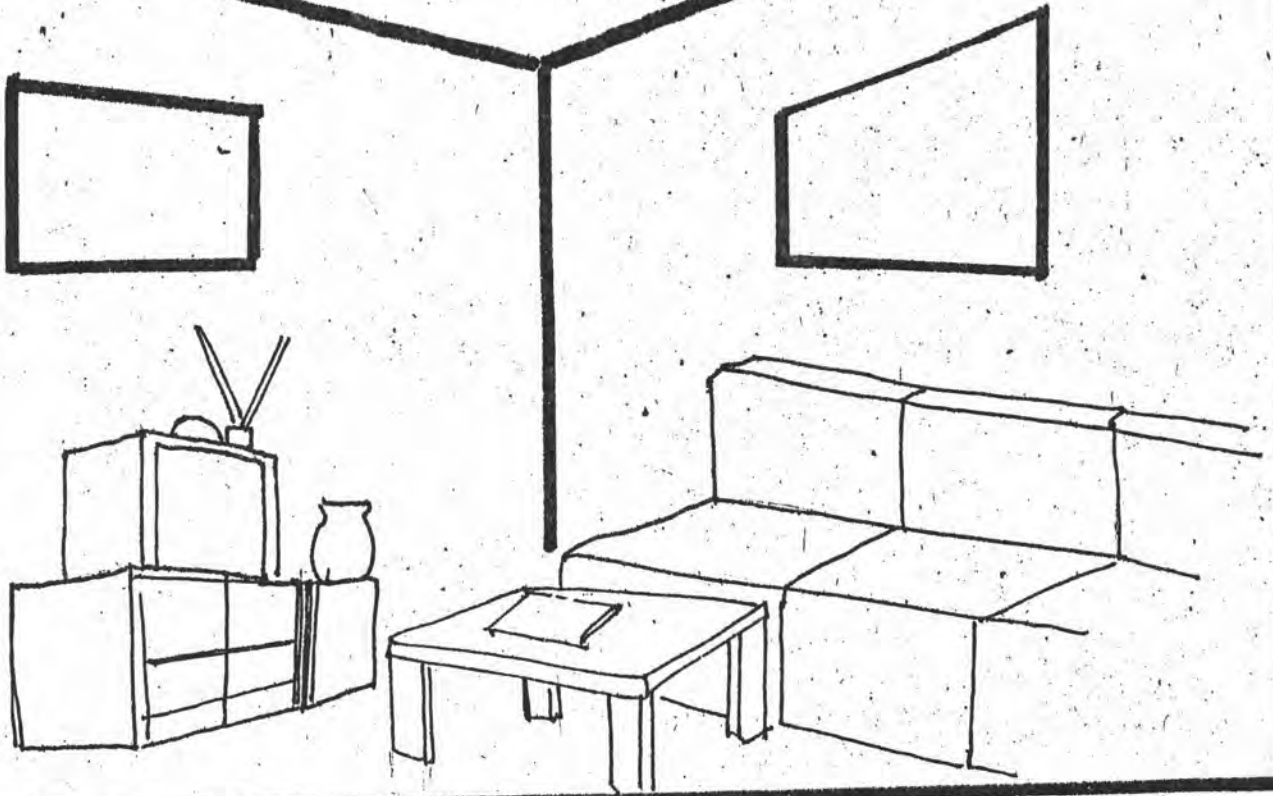
ทำความสะอาด บ้านให้สะอาด



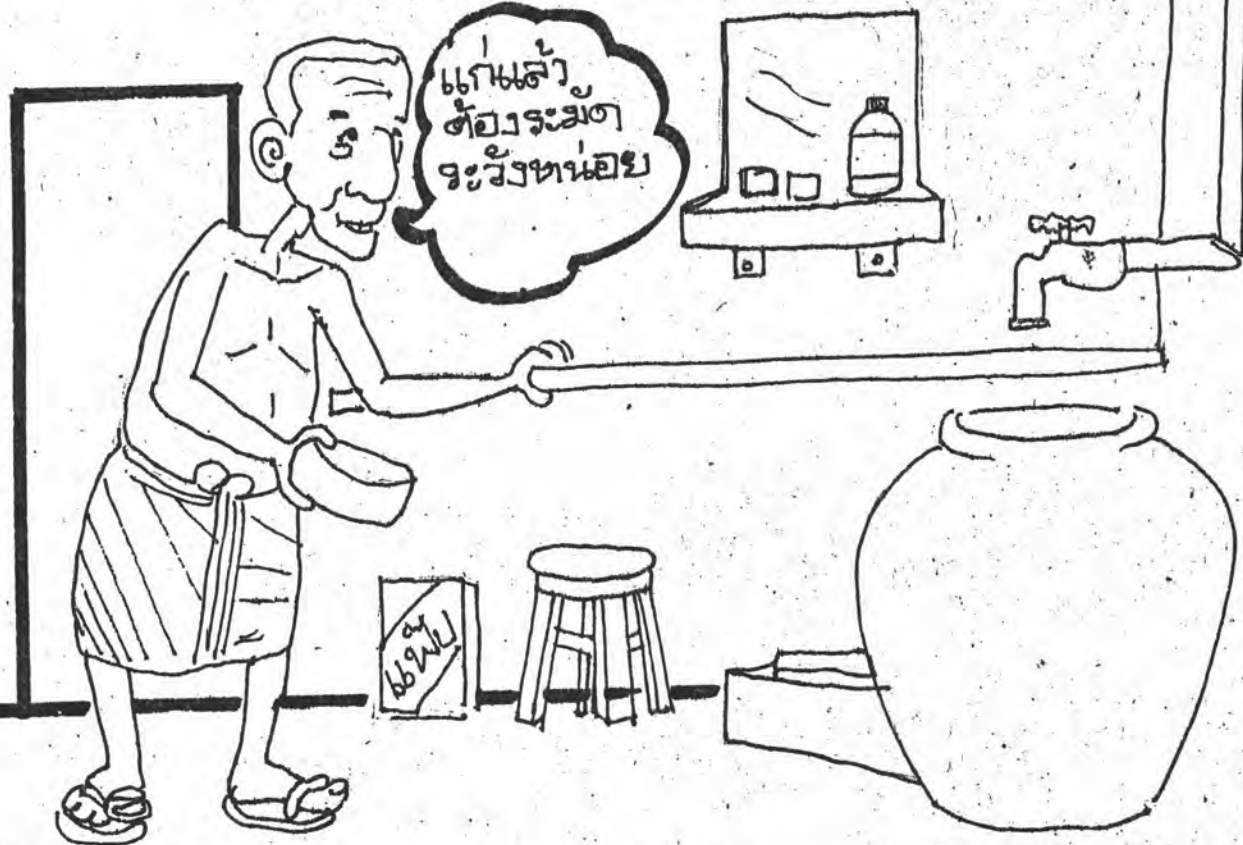
บ้านควรเก็บของไม่มั่งคั่งดังรูปกวาง



ชุดเก็บอุปกรณ์ต่างๆ ให้เป็นระเบียบ



ภายในห้องน้ำส้วมมีราวยึดเกาะ , เก้าอี้



ต้องนอนยาวอยู่ต่างบ้านต่างเมืองสักพักหนึ่ง



ห้องนี้

ต้องห้ามนอนอยู่ในบ้านนี้



# การวิเคราะห์ เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ





บอกอาการ และการแพทย์ให้หมอลดทราบ







หมอย้ายมา ควรปฏิบัติดังนี้

ทำตาม  
หมอสั่ง  
นะครับ



เขียนผลแลกยา บอก  
เวลา และจำนวน  
ที่กินติดไว้  
ให้ชัดเจน



ทำขี้เหล็กจากรังผึ้งจากภูเขาแล้ว

กาชอิม!

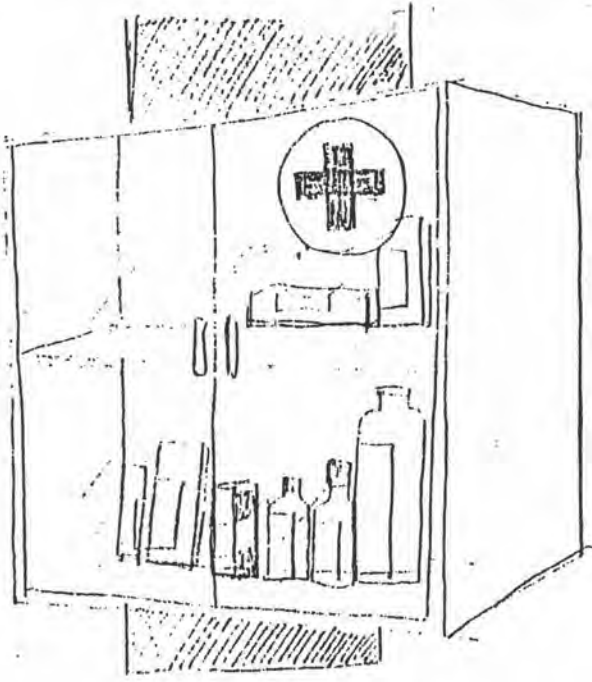


กินยาให้หมดตามขนาดสั่ง

ไม่มีอะไร  
จะหมดตาชั่ง



เก็บยาไว้ในตู้



แยกยาชนิดและยี่ห้อ



การเก็บยา ควรปฏิบัติ ดังนี้

อย่าเก็บยาไว้ในที่ร้อน





อย่าเก็บยาเกิน 1 ปี แล้วเอามัน



**แบบสอบถามสำหรับการวิจัย****เรื่อง****การศึกษาผลของการให้ความรู้  
เรื่องการดูแลรักษาสุขภาพด้วยตนเองแก่ผู้สูงอายุ  
โดยใช้การ์ตูน**

**คำชี้แจง** 1. แบบสอบถามชุดนี้ แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของผู้สูงอายุ  
จำนวน 8 ข้อ

ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางความรู้ของผู้สูงอายุ  
จำนวน 25 ข้อ

2. โปรดอ่านคำชี้แจงก่อนตอบแบบสอบถามแต่ละตอน และตอบคำถามให้ครบทุกข้อ  
ตามความเป็นจริง

3. แบบสอบถามนี้ มีทั้งหมด 6 หน้า

**ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ**

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน ( ) หน้าข้อความหรือเติมข้อความลงในช่องว่าตามความเป็นจริง

1. เพศ

( ) 1. ชาย

( ) 2. หญิง

2. อายุ

( ) 1. 60 - 65 ปี

( ) 2. 66 - 70 ปี

3. ระดับการศึกษา

( ) 1. ประถมศึกษา

( ) 2. มัธยมศึกษา

( ) 3. อุดมศึกษา

4. สถานภาพทางการสมรส

( ) 1. คู่

( ) 2. หม้าย

( ) 3. โสด

( ) 4. หย่า

( ) 5. แยกกันอยู่

5. สภาพความเป็นอยู่

( ) 1. อยู่คนเดียว

( ) 2. อยู่กับคู่สมรส

( ) 3. อยู่กับบุตร หลาน

( ) 4. อยู่กับคู่สมรส บุตร หลาน

( ) 5. อยู่กับญาติ หรือคนรู้จัก

( ) 6. อยู่กับลูกจ้าง

( ) 7. อื่นๆ ระบุ .....



## 6. อาชีพครั้งสุดท้าย

- ( ) 1. รับราชการ
- ( ) 2. รัฐวิสาหกิจ
- ( ) 3. เกษตรกร
- ( ) 4. รับจ้าง
- ( ) 5. ค้าขาย
- ( ) 6. งานบ้าน
- ( ) 7. อื่นๆ ระบุ .....

## 7. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

- ( ) 1. 500 - 1,000 บาท
- ( ) 2. 1,001 - 2,000 บาท
- ( ) 3. 2,001 - 3,000 บาท
- ( ) 4. 3,001 - 4,000 บาท
- ( ) 5. 4,001 - 5,000 บาท
- ( ) 6. มากกว่า 5,000 บาท ขึ้นไป

## 8. ศาสนาที่นับถือ

- ( ) 1. พุทธ
- ( ) 2. คริสต์
- ( ) 3. อิสลาม
- ( ) 4. อื่นๆ ระบุ .....



ส่วนที่ 2 แบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางความรู้ของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน ( ) ที่ท่านเห็นว่าถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

1. อาหารของผู้สูงอายุควรสับหรือคั้นให้เปื่อย เพื่อให้เคี้ยวและย่อยง่ายขึ้น  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
2. ผู้สูงอายุควรกินอาหารให้อิ่มที่สุดในแต่ละมื้อ เพราะจะทำให้ไม่หิวง่าย  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
3. การปรุงอาหารของผู้สูงอายุควรขึ้นอยู่กับความชอบของแต่ละคน อาจมีรสเค็มจัด หวานจัดเปรี้ยวจัด หรือเผ็ดจัดก็ได้  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
5. ผู้สูงอายุควรใช้เวลาในการออกกำลังกายแต่ละครั้งประมาณ 15-80 นาที  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
6. ถ้ายังไม่เหนื่อยหรือเหนื่อยไม่มาก ก็ควรออกกำลังกายต่อไปเรื่อยๆ จนกว่าจะเหนื่อยมากๆ แล้วค่อยพัก  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
7. การออกกำลังกายช่วยลดการเกิดโรคต่างๆ ได้  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
8. ปกติแล้วผู้สูงอายุควรนอนหลับพักผ่อนวันละประมาณ 6-7 ชั่วโมง และงีบหลับในตอนกลางวันบ้าง  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่
9. ผู้สูงอายุมักเป็นโรคนอนไม่หลับหรือหลับยากในตอนกลางคืน จึงควรกินยานอนหลับ เพื่อช่วยให้  
นอนหลับง่ายขึ้น  
( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่

10. การบดเคี้ยวก่อนกินที่เหมาะสม เช่น ทานอ่อนหงาย จะช่วยให้บดเคี้ยวได้ดี  
 ใช่  ไม่ใช่
11. ท้องผูกเป็นปัญหาสำคัญของผู้สูงอายุ จึงควรกินชาดำหรือไข่ขาวเหนียวทุกครั้งที่ท้องผูก  
 ใช่  ไม่ใช่
12. การดื่มน้ำมากๆ และกินอาหารที่มีกาก เช่น ผักและผลไม้ จะช่วยให้ขับถ่ายง่ายขึ้น  
 ใช่  ไม่ใช่
13. ควรแปรงฟันหรือบ้วนปาก และทำความสะอาดที่เปลอนมาล้างกินอาหาร ตอนเช้าและก่อนนอน  
 ใช่  ไม่ใช่
14. ผู้สูงอายุควรไปพบหมอเมื่อรู้สึกไม่สบายหรือปวดเมื่อยตามร่างกายเท่านั้น  
 ใช่  ไม่ใช่
15. ผู้สูงอายุควรไปตรวจสุขภาพร่างกายเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง  
 ใช่  ไม่ใช่
16. ถ้าต้องการความรู้เกี่ยวกับสุขภาพต้องไปพบหมอหรือพยาบาลเท่านั้น  
 ใช่  ไม่ใช่
17. การพูดคุยกับเพื่อนบ้านและคนในครอบครัวก็สามารถได้รับความรู้เรื่องสุขภาพได้บ้าง  
 ใช่  ไม่ใช่
18. การอยู่ในที่ที่เงียบสงบ จะทำให้ผู้สูงอายุเมื่อและเหงา ดังนั้น ผู้สูงอายุควรอยู่ในที่ที่มีเสียงดัง  
 มากๆ จะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกสนุกสนานและคลายเหงาได้บ้าง  
 ใช่  ไม่ใช่

19. ห้องนอนและห้องน้ำของผู้สูงอายุควรอยู่ชั้นล่าง และมีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก เช่น มีเก้าอี้และราวสำหรับยึดเกาะ เป็นต้น  
 ใช่  ไม่ใช่
20. เวลาไม่สบายผู้สูงอายุควรไปหาหมอหลายๆ คน เพื่อจะได้รู้ว่าเป็นโรคอะไร  
 ใช่  ไม่ใช่
21. เวลาไม่สบายเล็กน้อย ควรปรึกษาเพื่อนๆ และขอยาจากเพื่อนที่มีอาการคล้ายกันมาทดลองกินเองก่อน  
 ใช่  ไม่ใช่
22. ควรทำเครื่องหมายไว้ทุกครั้งที่ยาเสร็จแล้ว  
 ใช่  ไม่ใช่
23. เมื่ออาการเจ็บป่วยดีขึ้นแล้ว ก็เลิกกินยาได้ ไม่ต้องกินให้หมดตามที่หมอให้มา  
 ใช่  ไม่ใช่
24. ผู้สูงอายุควรปรึกษาหมอก่อนซื้อยามากินเอง และไม่ควรถือยามากินเองเกิน 1 สัปดาห์  
 ใช่  ไม่ใช่
25. การเก็บยานั้น ควรเก็บไว้ในตู้ยา แยกชนิดของยา เช่น ยาเม็ด ยาน้ำ และเขียนฉลากติดไว้ให้ชัดเจน  
 ใช่  ไม่ใช่
-

**แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการ์ตูน**  
**เรื่อง**  
**การดูแลรักษาสุขภาพด้วยตนเองของผู้สูงอายุ**

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างท้ายข้อความที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ตัวอย่าง

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
1. อ่านการ์ตูนดีกว่าอ่านหนังสือทั่วไป	/		

จากตัวอย่างข้างบนนี้แสดงว่า ผู้สูงอายุเห็นด้วยอย่างยิ่งว่าการอ่านการ์ตูนดีกว่าอ่านหนังสือทั่วไป

เห็นด้วยอย่างยิ่ง	หมายความว่า	ข้อความนั้น ตรงกับความคิดและความรู้สึกทั้งหมด
เห็นด้วย	หมายความว่า	ข้อความนั้น ตรงกับความคิดและความรู้สึกบ้าง
ไม่เห็นด้วย	หมายความว่า	ข้อความนั้น ไม่ตรงกับความคิดและความรู้สึกเลย

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
---------	-----------------------	----------	-------------

### 1. หัวข้อและเนื้อหา

1.1 เลือกหัวข้อและเนื้อหาได้เหมาะสมและตรงกับความ ต้องการ			
1.2 เนื้อหาและเรื่องราวของการ์ตูนน่าสนใจ ชวนติดตาม			
1.3 เนื้อหาไม่ครอบคลุมและน่าเบื่อหน่าย			

### 2. ภาพการ์ตูน

2.1 ภาพการ์ตูนดูง่าย			
2.2 ขนาดของภาพการ์ตูนเหมาะสม			
2.3 สื่อความหมายให้เข้าใจได้ตรงตามหัวข้อและเนื้อหา			
2.4 การจัดลำดับภาพเป็นขั้นตอนสอดคล้องกับเนื้อหา แต่ละเรื่อง			
2.5 ออกแบบภาพซ้ำกันมากเกินไป			

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย
---------	-----------------------	----------	-------------

### 3. คำพูดและข้อความบรรยาย

3.1 ลักษณะตัวอักษรเหมาะสม			
3.2 ขนาดของตัวอักษรเหมาะสม			
3.3 คำพูดและข้อความบรรยายประกอบเหมาะสม ได้ใจความและสอดคล้องกับเนื้อหา			
3.4 ใช้ภาษายากเกินไป			
3.5 ใช้ประโยคยาวเกินไป			

#### 4. สีฟัน

4.1 สดใส สะอาดตา ชาวติดตาม			
4.2 ใช้สีฟันมากเกินไป ควรเป็นภาพขาวดำ			

#### 5. การจัดรูปเล่ม

5.1 จำนวนหน้าพอดี ไม่มากหรือน้อยเกินไป			
5.2 ขนาดรูปเล่มใหญ่เกินไป ไม่สะดวกในการพกพา หรือนำไปใช้			
5.3 ควรแยกเล่มเป็นเรื่องย่อยๆ			

#### 6. ประโยชน์ที่ได้รับ

6.1 ความรู้และข้อคิด			
6.2 ความสนุกสนานเพลิดเพลิน			
6.3 สร้างแรงจูงใจให้ปฏิบัติตาม			
6.4 สามารถนำไปปรับใช้ได้ในชีวิตประจำวัน			

#### ข้อเสนอแนะ

---



---



---



---



---



---

ขอขอบคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ

## ภาคผนวก ก

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

## 1. ค่าสถิติพื้นฐาน

## 1.1 ค่าร้อยละ (Percentage) ใช้สูตรดังนี้

$$P = \frac{X}{N} \times 100$$

เมื่อ	P	=	ค่าร้อยละ
	X	=	จำนวนผู้ตอบที่ตอบแบบสอบถาม
	N	=	จำนวนผู้ตอบทั้งหมด

## 1.2 ค่ามัชฌิมเลขคณิต หรือค่าเฉลี่ย (Mean) ใช้สูตรดังนี้

$$\bar{X} = \frac{\sum fx}{N}$$

เมื่อ	$\bar{X}$	=	ค่ามัชฌิมเลขคณิต หรือค่าเฉลี่ย
	$\sum fx$	=	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	=	จำนวนผู้ตอบทั้งหมด

### 1.3 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Diviation) ใช้สูตรดังนี้

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum fx^2 - (\sum fx)^2}{N(n-1)}}$$

เมื่อ	S.D.	=	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	$\sum$	=	ผลรวม
	f	=	จำนวนผู้ตอบแต่ละข้อ
	x	=	จำนวนคะแนนที่ได้
	N	=	จำนวนประชากรที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

### 2. สถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบ

ทดสอบความแตกต่างของตัวแปรสองกลุ่มที่มีความสัมพันธ์กัน โดยใช้ค่าที (t-test) ใช้สูตรดังนี้

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{N-1}}}$$

เมื่อ	D	=	ผลต่างของคะแนนในแต่ละคู่
	N	=	จำนวนคู่



### 3. สถิติที่ใช้ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

3.1 หาค่าความเที่ยงของแบบวัดผลสัมฤทธิ์ทางความรู้ โดยใช้สูตรคูเดอร์-ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson) ดังนี้

$$KR-20 : R_{xx} = \frac{n}{n-1} \left[ 1 - \frac{\sum pq}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ	R	=	สัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยง
	n	=	จำนวนข้อสอบในแบบทดสอบ
	p	=	สัดส่วนของคนที่ตอบข้อสอบถูกต้อง ในแต่ละข้อ
	q	=	สัดส่วนของคนที่ตอบข้อสอบแต่ละข้อผิด
	pq	=	ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ (ผลคูณของสัดส่วนของผู้ตอบถูกและตอบผิด)
	$\sum pq$	=	ผลรวมของ pq ของทุกๆข้อ
	$S_x^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนของผู้ถูก ทดสอบทั้งหมด

3.2 หาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามความคิดเห็น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ( $\alpha$  - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ดังนี้

$$= \frac{n}{n-1} \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ	$\alpha$	=	สัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยง
	n	=	จำนวนข้อสอบ
	$S_i^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
	$S_x^2$	=	ความแปรปรวนของคะแนนของ ผู้ถูกทดสอบทั้งหมด

### 3.3 วิเคราะห์ความยากง่าย (Difficulty) และค่าอำนาจจำแนก (Power of Discrimination)

โดยใช้สูตรดังนี้

$$\text{ค่าความยากง่าย } P = \frac{R_u + R_l}{2f}$$

$$\text{ค่าอำนาจจำแนก } D = \frac{R_u - R_l}{f}$$

เมื่อ

$R_u$	=	จำนวนผู้ตอบแต่ละข้อถูกในกลุ่มสูง
$R_l$	=	จำนวนผู้ตอบแต่ละข้อถูกในกลุ่มต่ำ
$f$	=	จำนวนคนในกลุ่มสูงหรือกลุ่มต่ำ

## ภาคผนวก ง

### ศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุคินแดง

กองสวัสดิการสงเคราะห์ กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม

ศูนย์บริการทางสังคมผู้สูงอายุคินแดง จัดดำเนินงานด้านบริการสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป โดยยึดหลักการดำเนินงานตามแผนระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุคือ ต้องการให้ผู้สูงอายุอยู่กับครอบครัวอย่างอบอุ่นได้รับความเคารพนับถือและการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน ในด้านส่วนตัวผู้สูงอายุควรทราบถึงวิธีป้องกันและรักษาสุขภาพอนามัยของตนเอง ได้รับข่าวสาร ข้อมูลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบๆตัวได้แสดงความสามารถของตนตามความถนัด มีบทบาทเป็นที่ปรึกษาและถ่ายทอดประสบการณ์ต่างๆทำให้เกิดความภาคภูมิใจอันเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดกับผู้สูงอายุทั้งร่างกายและจิตใจ ศูนย์ฯเป็นสโมสรของผู้สูงอายุที่สามารถพบปะสังสรรค์กับกลุ่มบุคคลในวัยเดียวกัน ซึ่งมีประสบการณ์ชีวิตต่างกันมาร่วมกิจกรรมเดียวกัน เพื่อช่วยบรรเทาปัญหาทางด้านจิตใจ อารมณ์ อันมีผลต่อร่างกาย

### สถานที่ตั้ง

ถนนมิตรไมตรี ติดโรงเรียนพิบูลประชาสรรค์กับกระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม แขวงคินแดง เขตคินแดง กรุงเทพฯ 10400

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อขยายบริการด้านการสงเคราะห์ผู้สูงอายุของกรมประชาสงเคราะห์ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น และให้ประชากรผู้สูงอายุได้รับการบริการอย่างทั่วถึง
2. เพื่อเป็นศูนย์ให้บริการสวัสดิการผู้สูงอายุ ในด้านต่างๆ เช่น บริการด้านการแพทย์ สุขภาพอนามัย การศึกษา การอาชีพ และการให้คำปรึกษาหารือ

3. เพื่อเป็นศูนย์กลางที่จะรวบรวม และเผยแพร่ข่าวสารและให้ความรู้ต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ เพื่อการเตรียมตัวรับการเปลี่ยนแปลงเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ ด้วยการระดมความร่วมมือจากภาครัฐบาลและเอกชน โดยเฉพาะจากสื่อมวลชนทุกรูปแบบ

4. เพื่อเป็นศูนย์กลางในการจัดกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์กับผู้สูงอายุซึ่งจะเน้นหนักในรูปแบบที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มาแสดงความสามารถในสาขาวิชาการต่างๆต่อสาธารณชน

5. เพื่อเป็นศูนย์กลางประสานงาน ทั้หน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนที่ดำเนินการเกี่ยวกับผู้สูงอายุเพื่อแลกเปลี่ยนข่าวสารข้อมูลที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับผู้สูงอายุ รวมทั้งการกระตุ้นชุมชนเข้าร่วมมือในการ ให้บริการด้านสวัสดิการผู้สูงอายุ

6. เพื่อเป็นศูนย์กลางที่จะให้การสงเคราะห์ผู้สูงอายุในปัญหาเฉพาะหน้า โดยการรับผู้สูงอายุ เข้าพักในบ้านพักฉุกเฉินในกรณีมีปัญหาทางด้านจิตใจ ร่างกาย ที่อยู่อาศัย ขาดผู้อุปการะเลี้ยงดู โดยดำเนินการด้านสังคมสงเคราะห์ และเป็นที่พักสำหรับผู้สูงอายุต่างจังหวัดที่เข้ามาธุระในกรุงเทพฯ

### บริการที่ให้

1. ด้านการแพทย์ แพทย์ให้การตรวจรักษาโรคทั่วไป ทุกวันศุกร์ เวลา 09.00 ถึง 12.00 น.

2. ด้านกายภาพบำบัด แพทย์เฉพาะโรคให้การตรวจรักษาเกี่ยวกับกล้ามเนื้อเอ็นและความเสื่อมของข้อกระดูก เคื่องละ 2 ครั้ง ในวันศุกร์แรกและที่สามของเดือน ตลอดจนการรักษาด้วยเครื่องมือกายภาพบำบัดและพยาบาล ระหว่างวันจันทร์ถึงวันศุกร์ ในเวลาราชการ บริการนวดแผนโบราณ ทุกวันพฤหัสบดี

3. บริการสังคมสงเคราะห์ ให้คำแนะนำปรึกษาและร่วมแก้ไขปัญหาให้แก่ผู้สูงอายุ และครอบครัวที่มีปัญหาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

4. ด้านวิชาการ ให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย จิตใจ ความรู้ทางธรรมะ และการบรรยายพิเศษต่างๆ

5. นันทนาการ มีกิจกรรมส่งเสริมวัฒนธรรมและประเพณีไทย กีฬา และทัศนศึกษา
6. ด้านอาชีวบำบัด ให้บริการสำหรับผู้มีอายุ 50 ปีขึ้นไป เช่น ประดิษฐ์ของใช้จากเศษวัสดุ วิชาถนอมอาหาร ประกอบอาหาร
7. ด้านดนตรี ฝึกสอนดนตรีไทยทุกวันอังคาร พุธ ศุกร์ เวลา 10.00 - 12.00 น.  
ดนตรี ร้องเพลง ทุกวัน เวลาราชการ
8. บริการบ้านพักฉุกเฉิน เป็นที่พักชั่วคราวสำหรับผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านจิตใจกับครอบครัว และเคือรื้อนที่อยู่อาศัย
  - 8.1 ผู้ที่จะเข้าพักในบ้านพักฉุกเฉินต้องเป็นผู้หญิงอายุ 60 ปีขึ้นไป หรือผู้ชายอายุ 65 ปีขึ้นไป ไม่เป็นโรคติดต่อ สามารถช่วยเหลือตนเองได้ในกิจวัตรประจำวัน มีปัญหาความเคือรื้อนตามความเห็นของนักสังคมสงเคราะห์
  - 8.2 ระยะเวลาพัก 7 วัน ตามเหตุผลดังนี้
    - มีที่อยู่ต่างจังหวัด เข้ามาติดต่อธุรกิจ และไม่มีที่พักอาศัยในกรุงเทพฯ ประชาสงเคราะห์จังหวัดเป็นผู้ออกหนังสือนำส่ง
    - ไม่มีผู้ดูแล เนื่องจากบุตรหลานต้องไปทำงานที่อื่น
    - มีปัญหาด้านจิตใจอย่างรุนแรง จำเป็นต้องอยู่ห่างจากครอบครัวระยะหนึ่ง
  - 8.3 ระยะเวลาพัก 15 วัน ตามเหตุผลดังนี้
    - มีความจำเป็นต้องเข้ารับการรักษาจากโรงพยาบาลในกรุงเทพฯ โดยมีหนังสือรับรองของโรงพยาบาล แต่มิใช่โรคติดต่อ

รักษาจากแพทย์

- มีความจำเป็นต้องรับการรักษาทางกายภาพบำบัด โดยมีหนังสือสั่งการ
- ผู้สูงอายุที่พลัดหลง
- ได้รับการรักษาจนหายแล้วจำเป็นต้องออกจากโรงพยาบาล แต่ยังไม่

ญาติมารับ

8.4 ผู้สูงอายุที่ได้รับอนุมัติให้เข้าสถานสงเคราะห์แล้ว แต่ยังไม่สามารถเดินทางไปได้ กรมประชาสงเคราะห์จะจัดให้อยู่จนกว่าจะเดินทางไปได้

8.5 การพักนอกเหนือจากที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ต้องได้รับอนุมัติจากอธิบดีกรมประชาสงเคราะห์

8.6 การสมัครเข้าพักในบ้านพักฉุกเฉิน ผู้มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพฯ ขึ้นใบสมัครที่กองสวัสดิการสงเคราะห์ สำหรับผู้ที่มีภูมิลำเนาในต่างจังหวัดให้ยื่นใบสมัครต่อประชาสงเคราะห์จังหวัดทุกจังหวัด



## ประวัติผู้เขียน

นางสาววรภรณ์ แสงสว่าง เกิดวันที่ 2 พฤษภาคม 2507 ที่จังหวัดนนทบุรี สำเร็จการศึกษาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2529 ปัจจุบันรับราชการในตำแหน่งอาจารย์ 1 ระดับ 4 ช่วยราชการที่สวนหลวง ร.9 กองสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร

