

การใช้ประโยชน์วัสดุเหลือใช้ในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุ

The Utilization of Waste Materials to Promote Well-being of the Elderly

อัยฮานา อีสหะฮา^{1*}, นันทชัย เหล็กเกิดผล², ภาณุพงศ์ หวังเบญญ์หมุด³, ศิตติก ใจดี⁴,

สุริยา ยีห้วงทอง⁵, อมรรัตน์ ยาวสง⁶ และ อัมมารภรณ์ รักษากิจ⁷

Aiyana Lshoh^{1*}, Nantachai Lekkedpoln², Phanuphong Wangbenmood³, Sitdik Jaidee⁴,

Suriya Yeewangkhong⁵, Amolrat Yawsong⁶ and Ammaraporn Raksakit⁷

¹⁻⁷สาขาวิชาการบริหารและพัฒนาชุมชน คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ

(อาจารย์ที่ปรึกษา ผศ.ดร.ศันสนีย์ จันทร์อานุกาพ)

E-mail: 661011410@tsu.ac.th^{1*}

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนานวัตกรรมสังคมในการส่งเสริมสุขภาวะผู้สูงอายุโดยใช้วัสดุเหลือใช้ การดำเนินงานใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม แบ่งขั้นตอนการดำเนินงานเป็น 5 ระยะ ได้แก่ ระยะเตรียมการ ระยะการทำวิจัย ระยะการจัดทำแผน ระยะการนำไปปฏิบัติ ระยะการติดตามและประเมินผล พื้นที่ดำเนินงานคือ ตำบลช้างกลาง อำเภอช้างกลาง จังหวัดนครศรีธรรมราช ระยะเวลาดำเนินงาน 3 เดือน (พฤศจิกายน 2568 – มกราคม 2569) ผลการศึกษาพบว่า ถังสีเหลือใช้ซึ่งหาได้ในท้องถิ่นสามารถนำมาพัฒนาเป็นเครื่องออกกำลังกายสำหรับส่งเสริมสุขภาวะของผู้สูงอายุได้ นักวิจัยใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะนาวหวาน ตำบลช้างกลาง และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จำนวน 5 คน ในการออกแบบนวัตกรรม “เครื่องปั่นสองพลัง” และใช้กระบวนการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุ จำนวน 15 คน ในการทดสอบนวัตกรรม ค่าเฉลี่ยความพึงพอใจของผู้ใช้นวัตกรรมอยู่ในระดับมากที่สุด (ค่าคะแนนเฉลี่ย = 4.73 จากคะแนนเต็ม 5) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านมะนาวหวาน ตำบลช้างกลาง ได้รับรองการนำผลงานไปขยายผลการใช้ประโยชน์เพื่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาวะของผู้สูงอายุในวงกว้าง

คำสำคัญ: วัสดุเหลือใช้ สุขภาวะ ผู้สูงอายุ

Abstract

This research aimed to develop a social innovation based on waste materials to promote the well-being of the elderly. The study employed a participatory action research (PAR) approach, with the research process divided into five phases: preparation, research, planning, implementation, monitoring and evaluation. The study was conducted in Chang Klang Subdistrict, Chang Klang District, Nakhon Si Thammarat Province, over a three-month period from November 2025 to January 2026. The findings revealed that discarded paint containers available in the community could be repurposed into exercise equipment to enhance the well-being of older adults. The study employed a participatory research approach involving five village health

volunteers in the design and development of an innovation known as the 'Dual-Power Pedaler.' In addition, a group of 20 older adults participated in testing the innovation. The results indicated that user satisfaction with the innovation was at the highest level (mean = 4.73 out of 5). Furthermore, Ban Manao Wan Subdistrict Health Promoting Hospital, Chang Klang Subdistrict, formally endorsed the application of this innovation for broader implementation to promote the well-being of older adults.

Keywords: Waste materials, Well-being, Elderly