



วารสาร ราชภัฏพระนครวิชาการ

ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2566

Vol. 2 No. 2 July - December 2023

ISSN : 2821-9767 (Print) ISSN : 2821-9775 (Online)

PNRU
Academic
Journal





วารสารราชภัฏพระนครวิชาการ

PNRU Academic Journal

.....

ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2566

Vol.2 No.2 July - December 2023

ISSN : 2821-9767 (Print)

ISSN : 2821-9775 (Online)

เจ้าของ

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

วัตถุประสงค์ของการจัดพิมพ์วารสาร

วารสารราชภัฏพระนครวิชาการ จัดทำเป็นวารสารราย 6 เดือน (ปีละ 2 ฉบับ) มกราคม - มิถุนายน และ กรกฎาคม - ธันวาคม โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อเผยแพร่บทความวิชาการ บทความบริการวิชาการ บทความสร้างสรรค์หรือนวัตกรรมทางวิชาการ และบทความวิจัย โดยขอบเขตของเนื้อหาจะครอบคลุมด้านมนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และสหวิทยาการ รวมทั้งผลงานวิชาการที่ใช้ความรู้ในพหุสาขาในการวิเคราะห์
2. เพื่อเป็นสื่อกลางแลกเปลี่ยนข่าวสาร สารระสำคัญ ประสบการณ์การวิจัยแก่นักวิจัย นักวิชาการ และบุคคลทั่วไปที่สนใจ

นโยบายการจัดพิมพ์ของวารสาร

1. บทความที่นำเสนอเพื่อขอตีพิมพ์ ต้องเป็นบทความวิชาการ บทความบริการวิชาการ บทความสร้างสรรค์หรือนวัตกรรมทางวิชาการ หรือบทความวิจัย ซึ่งอาจเขียนได้ทั้งภาษาไทยหรือภาษาอังกฤษ
2. บทความที่จะได้รับการตีพิมพ์ต้องเรียนตามรูปแบบของ วารสารราชภัฏพระนครวิชาการ และต้องผ่านกระบวนการพิจารณาก่อนการตีพิมพ์โดยผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาที่เกี่ยวข้องก่อน ทั้งนี้ บทความที่ตีพิมพ์ จะต้องเป็นบทความที่ยังไม่เคยรับการตีพิมพ์เผยแพร่มาก่อนหรืออยู่ระหว่างการพิจารณาจากวารสารอื่น ๆ
3. บทความที่ตีพิมพ์/เผยแพร่ทุกบทความต้องผ่านการพิจารณาเห็นชอบจากผู้ประเมินบทความ (Peer Reviewer) ที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาที่เกี่ยวข้อง ไม่น้อยกว่าสามท่านต่อหนึ่งบทความ ซึ่งทั้งผู้ประเมินบทความและผู้แต่งจะไม่ทราบชื่อซึ่งกันและกัน (Double-blind Peer Review) โดยบทความที่ลงตีพิมพ์ได้นั้นจะต้องผ่านความเห็นชอบจากผู้ประเมินทั้งสามท่านหรือสองในสามท่าน

คณะที่ปรึกษา

ดร.วิวัฒน์ ศัลยกำธร

รองศาสตราจารย์คมเพชร ฉัตรศุภกุล

รองศาสตราจารย์ ดร.เป็รื่อง กิจรัตน์ภร

รองศาสตราจารย์ประกาศิต โสไกร

รองศาสตราจารย์ ดร.อนันตกุล อินทรผดุง

นายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

กรรมการสภามหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและพัฒนา

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

บรรณาธิการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณพร บุญญาสถิตย์

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

กองบรรณาธิการ

ศาสตราจารย์ ดร.บุญทัน ดอกไธสง

ศาสตราจารย์ ดร.โกวิทย์ พวงงาม

รองศาสตราจารย์ ดร.อรพรรณ อนุรักษ์วรกุล

รองศาสตราจารย์ ดร.วรสันต์ บุรณากาญจน์

รองศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญศรี ฉิรินัง

รองศาสตราจารย์ ดร.สำราญ ผลดี

รองศาสตราจารย์ ดร.อนันต์ เพียรวิวัฒนะกุลชัย

รองศาสตราจารย์ ดร.พสนัน นิมิตไชนนนท์

รองศาสตราจารย์ ดร.สุขชาติ เกษมณี

รองศาสตราจารย์ ดร.สุทธินันท์ พรหมสุวรรณ

รองศาสตราจารย์ ดร.สอางศรี พรสุวรรณ

รองศาสตราจารย์ ดร.วณิภา ศิริวรสกุล

รองศาสตราจารย์ ดร.ธนาวุฒิ ขุนทอง

รองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐนันท์ วิริยะวิทย์

รองศาสตราจารย์ ดร.พัชรี กล่อมเมือง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรวิทย์ ประสิทธิ์ผล

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดรุษ ประดิษฐ์ทรง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรวิทย์ กิจเจริญไพบูลย์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นนท์ณิธิ ดุลยทวีสิทธิ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ภูภณัช รัตนชัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ข้าราชการบำนาญ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์

มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช

มหาวิทยาลัยศรีปทุม

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์

ในพระบรมราชูปถัมภ์

มหาวิทยาลัยกรุงเทพ

มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

ข้าราชการบำนาญ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี

ผู้ประสานงานและเผยแพร่

นางเดือนเพ็ญ สุขทอง	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาวมัทนา เกตุโพธิ์ทอง	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาวนวมมล พลบุญ	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาวศุภราพร เกตุกลม	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาวทัศนีย์ ปิ่นทอง	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นายรัชตะ อนวัชกุล	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นายจักรพันธ์ ก้อนมณี	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาวสุปราณี ชมจุมจิ่ง	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาววารภรณ์ แสงสุริศรี	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นายวิวิธ หล่อศรีจันทร์	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
นางสาวธนพร ชนาธิปกรณ	สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

ติดต่อกองบรรณาธิการ

สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

9 ถนนแจ้งวัฒนะ แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร 10220

โทรศัพท์/โทรสาร 0 - 2544 - 8629, 0-2544-8532-34

E-mail: editor_pnrucaca@pnrucaca.ac.th

และ https://so07.tci-thaijo.org/index.php/PNRU_ACA/index

กำหนดออก

2 ฉบับ ต่อปี (มกราคม - มิถุนายน และ กรกฎาคม - ธันวาคม)

การเผยแพร่

ผู้ที่สนใจสามารถค้นหาที่ https://so07.tci-thaijo.org/index.php/PNRU_ACA/issue/archive

พิมพ์ที่

ทจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์

44/132 ถนนกำนันแม้น แขวงบางขุนเทียน เขตจอมทอง กรุงเทพฯ 10150

โทรศัพท์ 0-2802-0377, 0-2802-0379, 08-1566-2540

บทบรรณาธิการ

วารสารราชภัฏพระนครวิชาการ ได้จัดพิมพ์ขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ผลงานวิชาการ ผลงานวิจัย และแลกเปลี่ยนแนวคิด ความรู้ ความก้าวหน้าใหม่ ด้านมนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์ และสหวิทยาการ รวมทั้งผลงานวิชาการที่ใช้ความรู้ในพหุสาขาในการวิเคราะห์ ฉบับนี้เป็นฉบับที่ 2 ปีที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม 2566 มีบทความจำนวน 4 เรื่อง โดยบทความทุกเรื่องได้ผ่านการพิจารณา กลับกรองจากผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องจากหลายสถาบันการศึกษา กองบรรณาธิการ วารสารราชภัฏพระนครวิชาการจึงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า วารสารฉบับนี้จะเป็นพื้นที่ทางวิชาการ ที่ก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้และจุดประกายความคิดแก่นักวิจัย นักวิชาการและผู้อ่านทุกท่าน

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิและทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาคุณภาพและมาตรฐาน ของวารสารฯ ฉบับนี้ และยินดีรับข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงวารสารให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นต่อไป

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณพร บุญญาสถิตย์
บรรณาธิการ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ (Readers)

ประจำวารสารราชภัฏพระนครวิชาการ

oooooooooooooooooooooooooooo

รองศาสตราจารย์ ดร.พรเพ็ญ ไตรพงษ์

รองศาสตราจารย์ ดร.จิรศักดิ์ รอดจันทร์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เปมิกา ขำวีระ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โสภณา จีรวงศ์นุสรณ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พัชรา เดชโฮม

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นนท์นที ดุลยทวีสิทธิ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชรินทร์ สุทธิชัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัยวัฒน์ โยธี

ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวรรณา ยุทธภีรัตน์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์โกญจนาท เจริญสุข

อาจารย์ ดร.สุภาภรณ์ ตันตินันตตระกูล

อาจารย์ ดร.ภัทรา ปิณฑะแพทย์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

มหาวิทยาลัยเกริก

มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์

ในพระบรมราชูปถัมภ์

สารบัญ

หน้า

บทบรรณาธิการ	A
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ (Readers)	B

บทความวิจัย

- THE DEVELOPMENT OF TEACHING MODEL USING PROBLEM-BASED LEARNING WITH COOPERATIVE LEARNING IN A SUBJECT OF DATA STRUCTURES AND ALGORITHMS..... 1
Anantakul Intarapadung
- การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร 10
สุภาพร พิพัฒน์วัฒนากุล และ วณิภา ศิริวรสกุล

บทความวิชาการ

- ความสำคัญของวิตามินดี ภาวะขาดวิตามินดีและการป้องกัน 25
นัตตา เจริญตะวัน
- การขอตั้งผู้จัดการมรดกไม่ยากอย่างที่คิด..... 35
ทศธรรม สุทธิวิรัตน์ และ พัลยมน สิ้นหนัง

ภาคผนวก

- รายละเอียดเตรียมบทความวารสารราชภัฏพระนครวิชาการ..... 53
- ขั้นตอนการพิจารณาบทความวารสารราชภัฏพระนครวิชาการ..... 58
- รูปแบบบทความเพื่อส่งตีพิมพ์ในวารสารราชภัฏพระนครวิชาการ 59
- จริยธรรมในการตีพิมพ์ 65

THE DEVELOPMENT OF TEACHING MODEL USING PROBLEM-BASED LEARNING WITH COOPERATIVE LEARNING IN A SUBJECT OF DATA STRUCTURES AND ALGORITHMS

Anantakul Intarapadung

Bachelor of Science Program, Management of Information Technology, Faculty of Industrial Technology,
Phranakhon Rajabhat University

*E-mail: anantakul@pnru.ac.th

Received: 2023-05-03

Revised: 2023-12-12

Accepted: 2023-12-19

ABSTRACT

The Problem-based Learning (PBL) is a student-centered approach in which students learn about a subject by working in groups to solve open-ended problems themselves under the guidance or coaching of a teacher. Together with the Cooperative Learning (CL), this style of learning approach is a small group learning which aims at working and accomplishing goals together conducted under a common goal structure. It is effective when all group members share the responsibility for problem solving. This research article presents about a teaching model using Problem-based Learning (PBL) with Cooperative Learning (CL) in the subject of Data Structures and Algorithms. Each learning topic in each chapter Includes answering questions at the end of the lesson. The researcher or teacher assigned problems to each group of students using the Problem-based Learning with the advice of the teacher on solving the problem. After that, each group would present an algorithm to solve each problem.

The results of using PBL and CL approaches to the learning of Data Structures and Algorithms showed that in academic year 2/2021, assessment result of students' exercises was equal to 80.58 percent. The result of the achievement test was equal to 81.92 percent. Also, in academic year 2022 (2/2022), the assessment result of students' exercises was equal to 90.18. The result of the achievement test was equal to 92.52

percent, indicating that the scores of academic year 2022 year were higher than those for the academic year 2021. In conclusion, the results from applying the problem-based teaching model together with cooperative learning will enable students to analyze and design algorithms better because they can see the problems that occur together. Participation has resulted in the exchange of methods for analyzing and designing more diverse algorithms and can answer the learning objectives in this course.

Keywords: Problem-Base Learning, Cooperative Learning, Learning Achievement

INTRODUCTION

Bachelor of Science Program, Digital and Information Technology Management is a curriculum revised in 2022 with a total number of credits throughout the curriculum not less than 130 credits which includes: General Education Courses: 30 credits; Specifications/ Concentration Courses: 94 credits; and Elective Courses: 9 credits. Also, for the subject of Data Structures and Algorithms (5652201), the teaching documents were developed to be used in teaching and learning in this subject, and the content and knowledge were collected in accordance with the curriculum structure according to the National Education Act (No. 4) B.E. 2562 (2020) and Undergraduate Program Standard Criteria B.E. 2558 (2015). (Intarapadung, 2022) The teaching documents mentioned above were used in the teaching model using Problem-based Learning and Cooperative Learning with the students of Information Technology Management who studied in the academic year 2/2022.

Concepts and learning theories of Problem-Based Learning (PBL), describe a learning model that allows learners to create their own knowledge by using real-world problems as a learning context for them to develop critical thinking and problem-solving skills. This is the result of a process that requires understanding and problem-solving. The advantages of PBL were included: the learners are able to develop skills for making hypotheses and reasoning, develop self-learning skills, work in groups, and improve communication. In addition, the factors affecting the quality of Problem-based Learning (PBL) depended on these 7 important factors: (1) the importance of the content; (2) the quality of problem-solving problems; (3) the group learning process, which both teachers and learners must understand the dynamics of the group process; (4) roles and skills of the teachers; (5) developing skills of both teachers and students; (6) learning

resources; and (7) management, cooperation, and coordination between departments or faculties appropriately for more effective teaching and learning. (Suwannoi, 2023)

Cooperative Learning (CL) is a teaching approach that uses a collaborative way to solve problems by working in a group or team so that students can practice working together for the common good. There are many ways of learning using the Cooperative Learning (CL), such as report writing, creative activities, or discussions in front of the class. The teachers must decide which cooperative learning method is suitable for the group of students. Most importantly, Cooperative Learning (CL) is successful when all learners in a group are accountable for their responsibilities to achieve their common objectives. Cooperative Learning has four characteristics, including: (1) Interaction within the group for positive collaboration; (2) Group members should not be more than 6 people; (3) Group members should have various abilities to achieve in-group synergies; (4) Group members should have clear responsibilities to focus on fulfilling their duties. When all group members are well accountable, it can make the group more efficient. (Na Nongkhai & Kaewkiriya, 2016)

Objectives

(1) To apply a problem-based teaching model with collaborative learning in the subject: Data Structures and Algorithms. Bachelor of Science Program Information Technology Management major

(2) To study academic achievement in the subject: Data Structures and Algorithms before and after studying.

Literature Review

To create problem-based learning in the Data Structures and Algorithms course in the Bachelor of Science program. Information Technology Management major. The researcher has tried to find knowledge that will be a starting point for teaching and learning by trying to integrate three groups of theories together, as shown in Figure 1.

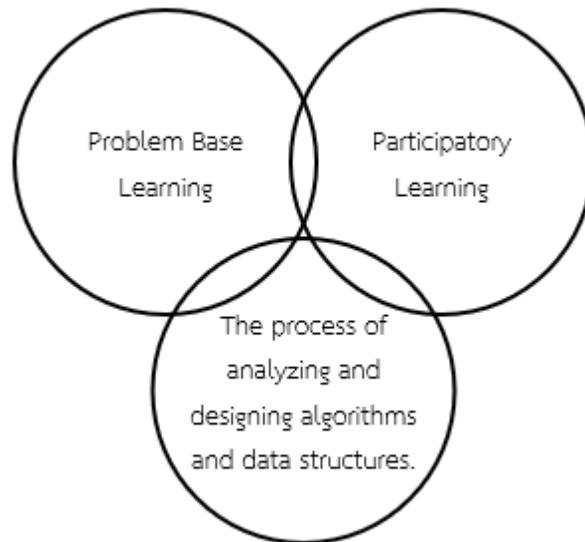


Figure 1. Model for applying problem-based learning to the subject of Data Structures and Algorithms.

Figure 1: Theory of problem-based learning (PBL) and participatory learning (PL), which is a learning management theory that is very different from the learner-centered theory group. It is learning by using problems. It will be characterized as a basic perception of the learner's experience. It emphasizes making learners responsible for their own learning. It is an integration of knowledge domains or cross-disciplinary learning. It is a combination of theory and practice. It focuses on the process of acquiring or increasing knowledge rather than the outcome or output. It is a change in role from instructor to facilitator. It is a change from an assessor (staff assessment) determining the results of learning to a learner evaluating themselves or assessment in the form of self-peer assessment, focusing on building expertise in communication and interpersonal relationships. Assist learners in understanding and acquiring all the knowledge that the curriculum or course structure has specified. (Cheewakriangkrai & Sriaroon, 2016)

Faculty of Industrial Technology Phranakhon Rajabhat University offers the course 5652201 Data Structure and Algorithm (Data Structure and Algorithm) to students studying information technology management and communication technology. The course description is set out as follows: Inductive mathematics reverse programming Algorithm design and analysis of data types Abstract data structures and data types calculation of the time it takes for the algorithm to work. Basic data structure These include lists, stacks,

and queues. Dynamic data structures include linked lists. Vocabulary related for trees, binary trees, binary search trees, AVL trees, sorting, and data searching. The researcher has divided the learning content into 10 chapters, as follows: Chapter 1. Introduction Chapter 2. Algorithm Performance Chapter 3. Arrays Chapter 4. Stack Structure Chapter 5. Queue Structure Chapter 6. Linked List Structures Chapter 7. Tree Structures Chapter 8. Graph Structures Chapter 9. Hash Table Structures Chapter 10. Sorting and Search Algorithms

Methods

This research was experimental research. The data were collected from the students of Information Technology Management, Faculty of Industrial Technology, Phranakhon Rajabhat University, who studied in the 2/2022 academic year. It started with the method of problem setting and dividing the students into 2 groups, with 6 members in each group, with a pre-test and a post-test (One Group Pretest Posttest Design). Then the students would be asked to complete exercises at the end of each lesson in order to find the learning achievements in the teaching model by using Problem-based Learning (PBL) with Cooperative Learning (CL), along with using teaching documents as teaching materials. Also, the statistical results calculated by computer programs were used to compare the learning achievement of students in the 2/2021 academic year. The research process can be summarized as follows:

- 1) Studying the learning theories of Problem-based Learning (PBL) and cooperative learning (CL).

- 2) Designing a conceptual framework for Problem-based Learning with Cooperative Learning, which came out in 2 main steps:

- 2.1) Using the Cooperative Learning method, students were divided into 2 groups of 6 people randomly. Then students studied the algorithms to solve problems, in which the problems were defined in each chapter or content for each week to be used in activities by dividing the responsibilities of each person within the group.

- 2.2) After the task was assigned, the students jointly solved the problems by brainstorming to design an algorithm and write a program to try and solve the problems. The teacher's role was mainly to observe each group of learners working together. If any problem could be solved within the period, each group would be asked to present their own algorithms designed to solve the problem. But if the class was dismissed,

the student would take the problems to work outside the class, which would be both of Cooperative Learning and Problem-based Learning.

3) Before beginning each lesson, the students must take a pre-test. Then, after the end of each lesson, the students were also required to do exercises at the end of the lesson and a post-test.

4) Comparing the learning achievement of the two groups of students (in academic years 2/2021 and 2/2022) to analyze the learning achievement of the subject of Data Structures and Algorithms whether teaching with the combination of Problem-based Learning and Cooperative Learning could lead to better learning efficiency or not.

Summary of the statistical analysis obtained from the comparison of the learning achievement of the 2 groups of students (academic year 2/2021 and 2/2022). The research methodology and stages can be summarized as shown in Figure 2.

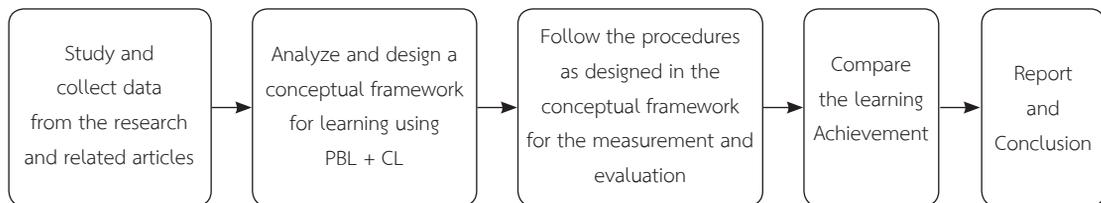


Figure 2 Implementation Stages

From Figure 2, the results of the operation process are summarized: a problem-based teaching model combined with cooperative learning is appropriate for the Data Structures and Algorithms course. and can be used as a model for teaching and learning in other subjects.

Results and Discussions

This research aimed to develop a teaching model using Problem-based Learning and Cooperative Learning in the subject of Data Structures and Algorithms (5652201) Bachelor of Science in Information Technology Management, Faculty of Industrial Technology, Phranakhon Rajabhat University. The research results were as follows:

The Comparison of Student Average Scores between Academic Year 2/2021 and 2/2022, from the comparison between Problem-based Learning and Cooperative

Learning using teaching documents as teaching materials, then gathering the data from the comparison of learning achievements by doing exercises at the end of each lesson and pretests and posttests, the analysis results were shown in tables 1 and 2.

Table 1 Comparison of Learning Achievements of Students in Academic Year 2/2021

Scores	N	Σ^x	\bar{X}	Percent
Scores of Exercises (at the end of each lesson)	12	967	80.58	80.58
Scores of Pretests and Posttests	12	983	81.92	81.92

From Table 1, it showed that in the application of the Problem-Based Learning with Cooperative Learning in the subject of Data Structures and Algorithms (5652201) which was used for the students in the academic year 2/2021, a total of 12 students answered the exercises during the classes correctly which was equal to 80.58 percent. They were also able to take the exam on their learning achievement after studying correctly, which was equal to 81.92 percent.

Table 2 Comparison of Learning Achievement of Students in Academic Year 2/2022

Scores	N	Σ^x	\bar{X}	Percent
Scores of Exercises (at the end of each lesson)	12	997	90.18	90.18
Scores of Pretests and Posttests	12	992	92.52	92.52

From Table 2, it showed that the application of the Problem-based Learning model with Cooperative Learning in the Data Structures and Algorithms course (5652201) which was used for the students in the academic year 2/2022, resulted in a total of 12 students who answered the exercises during the classes correctly, which was equal to 90.18 percent. They were also able to take the exam on their learning achievement after studying correctly, which was equal to 92.52 percent. The scores in the academic year 2/2022 were higher than the scores in the academic year 2/2021.

Suggestions: The students are required to apply the results of their algorithm designs to write programming codes for testing the algorithms in solving problems during the brainstorming and problem-solving process in the Data Structures and Algorithms. Therefore, in order for students to be able to apply algorithms to solve real problems, they should first study basic programming in any high-level computer language before taking this course.

Conclusions

The research results in the Development of Teaching Model using Problem-Based Learning with Cooperative Learning in the subject of Data Structures and Algorithms to compare the students' learning achievements in the subject of Data Structures and Algorithms (5652201), Bachelor of Science in Digital and Information Technology Management, Faculty of Industrial Technology, Phranakhon Rajabhat University, In this study, the researcher studies, analyzes, and synthesizes the course descriptions in order to determine the course objectives. Then the problems were set out in the content of each lesson. The scores of the pre-test and post-test, including the exercises at the end of each lesson, were all compared with the mean scores of each lesson between the two groups of students. It was found that the 12 students in the academic year 2/2021 answered the exercises during the classes correctly, which was equal to 80.58 percent. They were also able to take the exam on their learning achievement after studying correctly, which was equal to 81.92 percent.

It was also found that the 12 students in academic year 2/2022 answered exercises during the classes correctly, which was equal to 90.18 percent. They were also able to take the exam on their learning achievement after studying correctly, which was equal to 92.52 percent. The scores in the academic year 2/2022 were higher than the scores in the academic year 2/2021. Therefore, it can be seen that the results of applying the problem-based teaching model together with cooperative learning will enable students to analyze and design algorithms better because they can see the problems. This, along with participation, has led to an exchange of methods for analyzing and designing more diverse algorithms. and can answer the learning objectives in this course.

Acknowledgement

Thanking the Research Fund of the Institute of Research and Development, Phranakhon Rajabhat University for supporting and providing funding.

REFERENCES

- Intarapadung, A. (2022). Development and efficiency of data structures and algorithms teaching document. **Journal of Education Research and Innovation Phranakhon Rajabhat University**, 2(1), 50-63.
- Cheewakriangkrai, M. & Sriaroon, P. (2016). The Application of Problem-Based Learning for Architectural Design Studio. **Journal of Environmental Design**, 3(1), 45-67
- Na Nongkhai, L. & Kaewkiriya, T. (2016). A Development of the Learning Method of Problem-Based Learning with Cooperative Learning on Cloud Computing by Google Apps. **Romphruek Journal, Kirk University**, 34(3), 11-34.
- Suwannoi, P. (2023). **Problems-based Learning (PBL)**. Retrieved from <https://ph.kku.ac.th/thai/images/file/km/pbl-he-58-1.pdf> [2023, 28 Apr.]

oooooooooooooooooooooooooooo

บทความวิจัย

การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ
ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

MANAGEMENT TO IMPROVE THE QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY
IN THE RUAMJAI PATTANA NUEA COMMUNITY PHAHOLYOTHIN,
ANUSAWARI SUBDISTRICT, BANG KHEN DISTRICT, BANGKOK

สุภาพร พิพัฒน์วัฒนากุล และ วณิฎา ศิริวรสกุล
หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

Supaporn Pipatwattanakun and Wanida Siriworasakul
Master of Public Administration Program Department of Public Administration Faculty of Humanities
and Social Sciences Phranakhon Rajabhat University

*E-mail: su.supuporn86@gmail.com

Received: 2023-10-19

Revised: 2023-12-17

Accepted: 2023-12-27

บทคัดย่อ

การวิจัย เรื่อง การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1. คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 2. การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ 3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูลคือแบบสัมภาษณ์ กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 93 คน เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูลคือแบบสอบถามที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.99 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ด้านคุณภาพชีวิต ประกอบด้วยคุณภาพชีวิตทางกาย ทางใจ ทางสังคม และทางปัญญา (จิตวิญญาณ) ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยการวางแผน การจัดการองค์กร การจัดการบุคลากร การประสานงาน และงบประมาณ ภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ คือ การประสานความร่วมมือกับหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อจัดกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค และฟื้นฟูสมรรถภาพผู้สูงอายุ

คำสำคัญ : การจัดการ, คุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ

ABSTRACT

The research on Management for Life Quality Development of the Elderly in Ruamjai Pattana Nua Community, Anusawari Sub - District, Bangkhen District, Bangkok. The objectives of this research were 1. Quality of life of the elderly 2. Managing the quality of life of the elderly 3. Guidelines for improving the quality of life of the elderly. There were 15 key informants. The instrument used to collect data was an interview form. The sample group consisted of 93 people. The instrument used to collect data was a questionnaire with a confidence value of 0.99. Data analysis used statistics such as frequency, percentage, mean, standard deviation, and Pearson correlation coefficient. The research results found that quality of life of the elderly covering the aspects of physical, mental, social, and spiritual quality was overall at a moderate level. Managing the quality of life of the elderly covering the aspects of planning, organizational and personnel management, coordination, and budget was overall at a moderate level. The management guidelines for life quality development of the elderly in the community should regularly coordinate with the local public health centers to organize trainings for the elderly so that they could take a good care of themselves.

Keywords: Management, The quality of life, The elderly

บทนำ

ทุกประเทศทั่วโลกกำลังเผชิญกับภาวะการเปลี่ยนแปลงผ่านทางประชากรที่สำคัญ อันเป็นผลมาจากความสำเร็จในการดำเนินนโยบายด้านการวางแผนประชากรของหลายประเทศเมื่อ 30 ปีที่ผ่านมา ส่งผลให้อัตราการเจริญพันธุ์ลดลง ประกอบกับความก้าวหน้าของวิทยาการทางการแพทย์ ส่งผลให้มนุษย์มีอายุยืนยาวขึ้น ประชากรสูงอายุทั่วโลกจึงเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อย ๆ ขณะที่จำนวนประชากรในช่วงวัยเด็กมีแนวโน้มที่จะลดลงไปอย่างต่อเนื่อง ด้วยเหตุนี้โครงสร้างของจำนวนประชากรจึงได้มีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของจำนวนประชากรดังกล่าวส่งผลให้หลายประเทศที่ก้าวเข้าสู่ “สังคมวัยผู้สูงอายุ” การเตรียมความพร้อมรับมือกับผลกระทบจากสังคมผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญ แนวโน้มสังคมผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ทั่วโลกนั้น เมื่อมีผู้สูงอายุมากขึ้นย่อมส่งผลทำให้ปัจจัยการผลิตทางด้านแรงงานลดลง การออมลดลง รัฐบาลจำเป็นต้องเพิ่มงบประมาณค่าใช้จ่ายทางด้านสวัสดิการ และการรักษาพยาบาลเพิ่มขึ้นเพื่อดูแลและปฐมพยาบาลผู้สูงอายุมากขึ้น หากไม่มีการเตรียมความพร้อมในการจัดสรรทรัพยากรแรงงานที่จะลดลง จะมีผลกระทบต่อความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจและสังคม ส่งผลต่อรายได้ประชาชาติลดลงได้ ดังนั้นการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ การเตรียมความพร้อมเป็นเรื่องสำคัญ ควรจะร่วมมือกันทั้งภาครัฐและเอกชนในทุกระดับ โดยเฉพาะการกระตุ้นเพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญ

ของการเข้าสู่สังคมวัยผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ เช่น การเตรียมวางแผนการออม การจัดกิจกรรมเผยแพร่ความรู้ทางสุขภาพอนามัย การปรับตัวทางสังคมและจิตใจการออมให้ความรู้เกี่ยวกับการลงทุน การออมเพื่อเตรียมพร้อมเมื่อมีอายุสูงขึ้น เช่นในหลายประเทศได้ขยายอายุผู้เกษียณอายุและเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุมีงานทำในสังคม สำหรับประเทศไทย ปัจจุบันกำลังเปลี่ยนผ่านเป็นสังคมของวัยผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์อย่างแท้จริง เมื่อเทียบกับประเทศอื่น ๆ ในภูมิภาคอาเซียน ประเทศไทยมีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นและประชาชนในวัยทำงานมีแนวโน้มลดลงอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ระดับรายได้ต่อหัวและระดับการศึกษาของไทยยังต่ำกว่าประเทศอื่นที่ได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ ผลจากการเปลี่ยนผ่านสู่สังคมผู้สูงอายุของไทยจึงอาจเกิดขึ้นรวดเร็วและรุนแรงกว่าในหลายประเทศ ทั้งนี้รัฐบาลไทยได้ออกมาตรการรับมือในด้านต่าง ๆ อาทิ การลดภาษีนิติบุคคลให้แก่สถานประกอบการที่จ้างงานผู้สูงอายุ การให้สินเชื่อสำหรับที่อยู่อาศัยแก่ผู้สูงอายุ (Reverse Mortgage) และการให้เบี้ยยังชีพแก่ผู้สูงอายุ เป็นต้น นอกจากนี้ยังได้บรรจุประเด็นความท้าทายของภาวะสังคมผู้สูงอายุของประเทศไทยในยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (2560 - 2579) อย่างไม่รู้ก็ดี มาตรการเหล่านี้อาจยังไม่สามารถตอบโจทย์ของประเทศไทยได้ทั้งหมด

ชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ เป็นชุมชนแออัดตั้งอยู่หลังตลาดยิ่งเจริญ คลองบางบัว และคลองลำผักชี ถึงหลังซอยพหลโยธิน 67 ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร มีผู้สูงอายุจำนวน 93 คน คิดเป็น 9.30 % ของประชากรในชุมชนชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ เป็นชุมชนแออัดทำให้เกิดปัญหาหลายประการที่ส่งผลกระทบต่อผู้คนโดยเฉพาะผู้สูงอายุในชุมชน ซึ่งปัญหาที่ผู้สูงอายุจะต้องพบมีหลายด้าน เช่น ด้านสุขภาพที่เกี่ยวกับความเจ็บป่วยทางร่างกาย ที่พบได้มากคืออาการปวดข้อ และปวดหลังเรื้อรัง ปัญหาด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ส่วนมากผู้สูงอายุจะรู้สึกท้อแท้ และมีความวิตกกังวลกลัวถูกทอดทิ้ง ปัญหาทางด้านสังคมของผู้สูงอายุ เรื่องความนับหน้าถือตาที่ผู้สูงอายุเคยได้รับการยกย่องปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุที่มีสวัสดิการ เช่น บำเหน็จ บำนาญ ประกันสังคม ประกันชีวิต

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร เพื่อทราบถึงคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และมีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

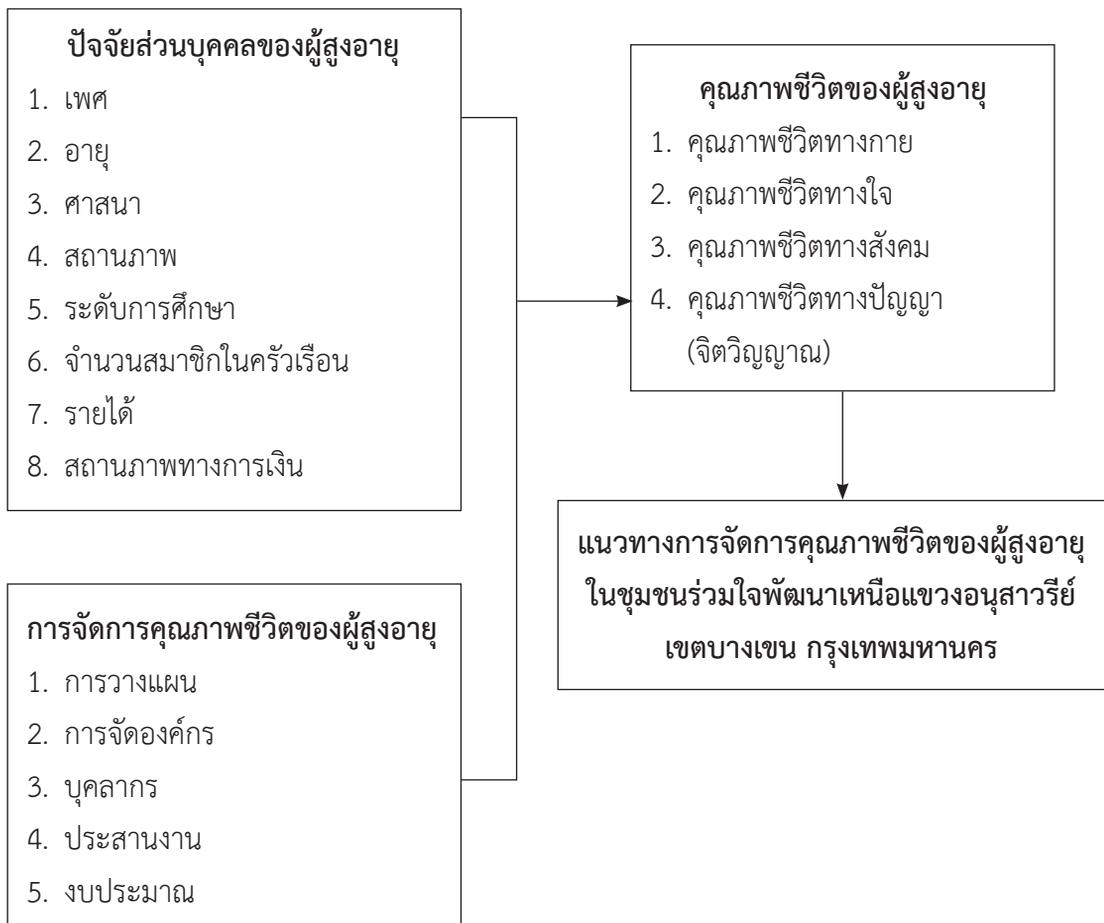
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาแนวทางการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ พหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

สมมติฐาน

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้สูงอายุต่างกันมีความเห็นต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร แตกต่างกันไป
2. การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวความคิดของการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย/ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาเรื่อง การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร เป็นการวิจัยผสมระหว่างเชิงปริมาณกับเชิงคุณภาพผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา การศึกษาเรื่องการจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ พหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร เป็นการทบทวนแนวคิด หลักทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

1.1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้อายุ ประกอบไปด้วย เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพ ระดับการศึกษา จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้ สถานภาพทางการเงิน

1.2 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบไปด้วย คุณภาพชีวิตทางกาย คุณภาพชีวิตทางใจ คุณภาพชีวิตทางสังคม คุณภาพชีวิตทางปัญญา (จิตวิญญาณ)

1.3 การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบไปด้วย ด้านสุขภาพ ด้านจิตใจ ด้านสังคม ด้านเศรษฐกิจ

1.4 แนวทางการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

2. ขอบเขตด้านพื้นที่การวิจัย เลือการศึกษาเฉพาะในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ เป็นชุมชนแออัด หลังตลาดยิ่งเจริญ คลองบางบัว และคลองลำผักชี ถึงหลังซอยพหลโยธิน 67 ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

3. ขอบเขตด้านประชากร คือ ผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือเป็นชุมชนแออัดหลังตลาดยิ่งเจริญ คลองบางบัว และคลองลำผักชี ถึงหลังซอยพหลโยธิน 67 ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ประชากรผู้สูงอายุจำนวน 93 คน ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ 1) ประธานชุมชน 2) เจ้าหน้าที่ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม 3) นักพัฒนาสังคมชำนาญการ 4) เจ้าหน้าที่สาธารณสุข 5) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำชุมชน รวมทั้งหมดจำนวน 15 คน

4. ขอบเขตด้านเวลา

ใช้ระยะเวลาในการศึกษา ระหว่างเดือนมีนาคม 2565 - กันยายน 2566

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัย การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยสรุปตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ผลการวิจัยปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคลของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ

1.1 ด้านเพศของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 70.97 เป็นเพศชายจำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 29.03 ตามลำดับ

1.2 ด้านอายุของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้สูงอายุมียุ่ระหว่าง 60 – 65 ปี จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 29.02 รองลงมาพบว่า มีอายุระหว่าง 66 – 70 ปี จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 27.96 รองลงอันดับสองมาพบว่า มีอายุระหว่าง 71 – 75 ปี จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 27.96 รองลงอันดับสามมาพบว่า มีอายุระหว่าง 76 – 80 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 7.53 และอันดับสุดท้ายพบว่า มีอายุระหว่าง 81 ปีขึ้นไปจำนวน 7 คนคิดเป็นร้อยละ 7.53 ตามลำดับ

1.3 ด้านศาสนาของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้อายุส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 95.70 รองลงคือ ศาสนาคริสต์ จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.23 และน้อยที่สุด คือศาสนาอิสลาม จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 1.07 ตามลำดับ

1.4 ด้านสถานภาพของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้อายุส่วนใหญ่มีสถานภาพหม้าย/ หย่า/ แยกกันอยู่ จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 40.86 รองลงมาพบว่า มีสถานภาพสมรส จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 37.64 และอันดับสุดท้ายพบว่า มีสถานภาพโสด จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 21.50 ตามลำดับ

1.5 ด้านการศึกษาของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้อายุส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 64.52 รองลงมาพบว่า มีการศึกษาต่ำกว่าระดับประถมศึกษา จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 21.51 รองลงมาอันดับสองพบว่า มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 10.75 และอันดับสุดท้ายพบว่า มีการศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช./ ปวส.) จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 3.22

1.6 ด้านจำนวนสมาชิกในครัวเรือนของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้อายุส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 1 – 3 คน มีจำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 48.39 รองลงมาพบว่า มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 4 - 6 คน มีจำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 34.41 รองอันดับสองพบว่า มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 7 - 9 คน มีจำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 12.90 และลำดับสุดท้ายน้อยที่สุด คือมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 10 คนขึ้นไป มีจำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 4.30

1.7 ด้านรายได้ของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนไม่เกิน 2,000 บาท มีจำนวน 68 คนคิดเป็นร้อยละ 73.12 รองลงมาพบว่า มีรายได้ต่อเดือนไม่เกิน 2,001 – 5,000 บาท มีจำนวน 20 คนคิดเป็นร้อยละ 21.50 และสุดท้ายพบว่า ผู้มีรายได้ 10,001 – 15,000 บาทมีจำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 5.38

1.8 ด้านสถานภาพทางการเงินของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ จำนวน 93 คน พบว่า ผู้อายุส่วนใหญ่มีสถานภาพทางการเงินจากการทำงานเองจำนวน 42 คนคิดเป็นร้อยละ 45.16 รองลงมาพบว่า มีสถานภาพทางการเงินจากบุตร/ญาติพี่น้องให้ จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 24.73 มีสถานภาพทางการเงินจากเงินสวัสดิการจากรัฐบาล/เอกชน จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 23.66 มีสถานภาพทางการเงินจากคู่สมรส จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 4.30 มีสถานภาพทางการเงินจากบำเหน็จบำนาญ 2 คน คิดเป็นร้อยละ 2.15

2. การวิเคราะห์ข้อมูลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้

2.1 ด้านคุณภาพชีวิตทางกาย พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.97$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจากมากไปหาน้อย ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุสามารถเดินด้วยตัวเองได้ดี อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = .09$) รองลงมาสามารถดูแลสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.04$) ผู้สูงอายุสามารถนอนหลับได้ดีอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.95$) ผู้สูงอายุดูแลสุขภาพโดยรวมของผู้สูงอายุแข็งแรง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.92$) ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้อย่างที่เคยทำมาก่อน ระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.87$) ตามลำดับ

2.2 ด้านคุณภาพชีวิตทางใจ พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.20$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจากมากไปหาน้อย ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุมีความสุข มีจิตใจเข้มแข็งใช้ชีวิตด้วยความสุจริตระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.35$) รองลงมาพบว่า ผู้สูงอายุมีความเอื้ออาทรและเห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้งอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.24$) รองลงมาอันดับสองพบว่า ผู้สูงอายุมีความพอใจกับสิ่งที่มีและไม่โลภอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.19$) รองลงมาอันดับสามพบว่า ผู้สูงอายุสามารถพึ่งพาตนเองได้มีความพอดีและพอประมาณ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.12$) และอันดับสุดท้ายพบว่า ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.11$)

2.3 ด้านคุณภาพชีวิตทางสังคม พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.03$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจากมากไปหาน้อย ผู้สูงอายุให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคม พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.19$) รองลงมา ผู้สูงอายุสามารถไปมาหาสู่พูดคุยและได้รับการยอมรับจากเพื่อนบ้าน พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.12$) รองลงมาอันดับสอง ผู้สูงอายุมีความรู้สึกที่ชีวิตมีความมั่นคงและปลอดภัยดีของผู้สูงอายุ พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.04$) และอันดับสุดท้าย ผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกันในสังคมของผู้สูงอายุ พบว่าอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 2.77$)

2.4 ด้านคุณภาพชีวิตทางปัญญา (จิตวิญญาณ) ผู้สูงอายุพบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.07$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจากมากไปหาน้อย ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุศึกษาหาความรู้เพิ่มในด้านการส่งเสริมและพัฒนาเพื่อดูแลสุขภาพอยู่เสมอ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.28$) รองลงมา ผู้สูงอายุมีวิธีสร้างกิจกรรมป้องกันและลด/ ความเครียด ความเหนื่อยล้าทางใจทุกวัน เช่น อ่านหนังสือ ทำบุญ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.13$) รองลงมาอันดับสอง ผู้สูงอายุใช้หลักธรรมคำสอนศาสนาในการดำเนินชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.05$) รองลงมาอันดับสาม ผู้สูงอายุแสวงหาแนวทางในการดำเนินชีวิตและการปรับตัวให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.97$) และอันดับสุดท้าย พบว่าผู้สูงอายุสามารถให้คำแนะนำและให้คำปรึกษาเรื่องของการดูแลสุขภาพที่ดีต่อผู้อื่น อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.94$)

3. การวิเคราะห์ข้อมูล การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 5 ด้าน ดังนี้

3.1 ด้านการวางแผน พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.64$) เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อจากมากไปหาน้อยพบว่า ส่วนใหญ่ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีการสำรวจและนำข้อมูลมาใช้ในการวางแผนด้านการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.74$) รองลงมาพบว่าชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ติดตามผลการดำเนินงานตามแผน และหาแนวทางแก้ไขเพื่อดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอยู่ในชุมชนอย่างสม่ำเสมอ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.67$) รองอันดับสองพบว่า ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีการวางแผนด้านการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้สอดคล้องกับความต้องการของชุมชน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.63$) รองอันดับสามพบว่าชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีการจัดสรรงบประมาณตามแผนการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.59$) และอันดับสุดท้ายพบว่า ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีการวางแผนด้านการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.57$)

3.2 ด้านการจัดองค์กร พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.73$) เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อจากมากไปหาน้อยพบว่า ชุมชนของผู้สูงอายุ มีผู้รับผิดชอบที่สามารถปฏิบัติงานในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้อย่างต่อเนื่อง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.78$) รองลงมาพบว่า ในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือมีหัวหน้ารับผิดชอบในการดูแล และส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.76$) รองลงมาอันดับสอง ชุมชนมีระเบียบหรือแนวทางในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.73$) ชุมชนมีคณะทำงานที่ดูแลรับผิดชอบในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพผู้สูงอายุในชุมชนที่ชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.70$) และอันดับสุดท้ายพบว่า ชุมชนมีการแต่งตั้งคณะกรรมการหรือกลุ่มชมรมในการดูแลและส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนอย่างเหมาะสมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.68$) ตามลำดับ

3.3 ด้านการจัดบุคลากร พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.68$) เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อจากมากไปหาน้อยพบว่า ชุมชนมีบุคลากรที่มีความกระตือรือร้นเอาใจใส่ในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.78$) รองลงมาพบว่า ชุมชนมีการกำหนดบุคลากรด้านการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไว้อย่างชัดเจน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.72$) รองลงมาพบว่า ชุมชนมีการแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไว้อย่างชัดเจนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.67$) รองลงมาพบว่า ชุมชนมีบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุได้อย่างมีประสิทธิภาพ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.63$) และอันดับสุดท้ายพบว่าชุมชนได้รับการแนะนำในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุจากบุคลากรของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเช่นหน่วยงานของรัฐ อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.60$)

3.4 ด้านการประสานงาน พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.68$) เมื่อพิจารณาเป็นรายชื่อจากมากไปหาน้อยพบว่า ชุมชนได้ประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการขอความร่วมมือเพื่อนำมาใช้ในกิจกรรมดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.75$) รองลงมาพบว่าชุมชนได้มีการประสานงานร่วมกับกลุ่มหรือชุมชนอื่นเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพ

ชีวิตผู้สูงอายุ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.72$) รองอันดับสองพบว่า ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้มีการประสานความร่วมมือให้ผู้สูงอายุในชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.68$) รองอันดับสามพบว่า ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้มีการประสานกับหน่วยงานอื่น ในการเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นขณะดำเนินกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในชุมชน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.66$) และอันดับสุดท้ายพบว่า ชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้มีการสื่อสารข้อมูลข่าวสารความรู้ในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.61$)

3.5 ด้านงบประมาณ พบว่าอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.52$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อจากมากไปหาน้อยพบว่า ชุมชนได้รับการจัดสรรงบประมาณในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเพียงพอ พบว่าอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.59$) รองลงมาพบว่า ชุมชนได้รับการจัดกิจกรรมตามแผนการใช้งบประมาณ เพื่อดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.57$) รองอันดับสองพบว่า ชุมชนได้รับการฝึกอบรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและส่งเสริมคุณภาพชีวิตอย่างต่อเนื่อง อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.52$) รองอันดับสามพบว่า ชุมชนได้รับการสนับสนุนงบประมาณและอุปกรณ์จากหน่วยงานภาครัฐ ในการจัดกิจกรรมดูแลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.51$) และอันดับสุดท้ายพบว่า ชุมชนจัดให้มีการอบรมเพื่อฝึกอาชีพสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน อยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.42$)

ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 เพศของผู้สูงอายุต่างกัน มีความเห็นต่อการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชน ร่วมใจพัฒนาเหนือโดยรวมต่างกัน ค่าสถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน การทดสอบค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่มีความเป็นอิสระต่อกัน (Independent Sample T-test)

ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาและรายได้ต่างกันมีความเห็นต่อการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือโดยรวมไม่แตกต่างกัน ที่นัยสำคัญทางสถิติ 0.05

สมมติฐานที่ 2 การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ มีความสัมพันธ์กับการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือกับการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือโดยรวมและรายด้าน ดังนี้

ด้านคุณภาพชีวิตทางกาย มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .300

ด้านการจัดการองค์กร มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .238

ด้านการจัดการบุคลากรมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .283

ด้านการประสานงาน มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .209

ด้านงบประมาณ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือในระดับต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ .322

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลของการวิจัยในครั้งนี้เป็นการนำผลการวิจัยที่ค้นพบข้อเท็จจริงแล้วนำมาอภิปรายผลที่สนับสนุนด้วยแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. **คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ** ประกอบด้วย 4 ด้าน ดังนี้ 1) คุณภาพชีวิตทางกาย 2) คุณภาพชีวิตทางใจ 3) คุณภาพชีวิตทางสังคม 4) คุณภาพชีวิตทางปัญญา (จิตวิญญาณ) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.1 ด้านคุณภาพชีวิตทางกาย จากผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือมีปัญหาสุขภาพด้านสายตา ปวดเมื่อยตามร่างกาย มีโรคประจำตัว เช่น ความดัน เบาหวาน แต่สามารถเดินและกิจกรรมได้ด้วยตนเอง นอนหลับได้ไม่ค่อยดี และดูแลสุขภาพร่างกายสม่ำเสมอ สามารถดำเนินชีวิตได้ปานกลางอย่างปกติสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ Sawangdee (2009) กล่าวว่าผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตแต่ละวันอย่างมีความสุข มีอิสระที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพตามที่ตนต้องการ ถึงแม้สภาพร่างกายจะเสื่อมถอยไป และมีโรคเรื้อรังต่าง ๆ อยู่ก็ตาม ดังนั้นจะต้องปรับการดูแลให้เหมาะสมโดยหลักสำคัญคือ ต้องให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นสามารถดำเนินชีวิตได้ด้วยตนเอง พึ่งพาผู้อื่นน้อยที่สุด และมีความสุขกายสบายใจในบั้นปลายของชีวิต

1.2 ด้านคุณภาพชีวิตทางใจ จากผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือในด้านคุณภาพจิตใจ ส่วนมากมีความกังวลเครียด และโดดเดี่ยวเวลาที่ต้องอยู่อย่างลำพัง บางรายไม่มีบุตรหลานคอยดูแล มีอารมณ์แปรปรวน เปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่รวดเร็ว บางรายมีอาการหงุดหงิด โหมโง่งาย เอาแต่ใจตนเอง น้อยใจง่าย ทะเลาะกับลูกหลานบ่อยครั้ง บางครอบครัวซึ่งเป็นส่วนน้อยมีความสุขเมื่อสมาชิกในครอบครัวอยู่ร่วมกัน มีความพอดีพอประมาณ พอใจในสิ่งที่มี ไมโลภ มีจิตใจเข้มแข็ง สู้ชีวิตด้วยความสุจริต เข้าร่วมกิจกรรมสำคัญทางศาสนา มีความเอื้ออาทรเห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง ทำให้ชีวิตและครอบครัวร่มเย็นเป็นสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ Sueluam, Wiripiromkul, Suthisukon and Meekanon (2011) ได้กล่าวไว้ว่า ผู้สูงอายุสามารถดำเนินดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขและมีความปลอดภัยในสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ดี มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง มีบรรยากาศ

ที่ดี มีความมั่นคงในชีวิตและครอบครัว มีครอบครัวที่ดีที่มีความอบอุ่น สามารถอยู่ร่วมกันได้ด้วยความร่มเย็นเป็นสุข ซึ่งส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีความมั่นคง

1.3 ด้านคุณภาพชีวิตทางสังคม จากผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทำกิจกรรมร่วมกันการถ่ายทอด การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และเผยแพร่ความรู้ซึ่งกันและกัน การประพุดิตนไม่แก่งแย่งแข่งขันกัน อยู่ร่วมกันอย่างมีคุณธรรม การให้และการแบ่งปันกัน ผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงและปลอดภัยดี สามารถไปมาหาสู่พูดคุยและได้รับการยอมรับจากเพื่อนบ้าน ทำให้ผู้สูงอายุมีความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า สอดคล้องกับแนวคิดของ Phakdeesamai & Panichachiwakul (2011) ได้กล่าวว่า การจัดกลุ่มที่เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น การรวมกลุ่มออกกำลังกาย การทำกลุ่มอาชีพ หรือการทำชมรมผู้สูงอายุ กิจกรรมพบปะทางสังคมและตามวัฒนธรรมประเพณีจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้พบปะกับคนวัยเดียวกันได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือทำกิจกรรมร่วมกัน ทำให้คลายเหงาและรู้สึกว่าคุณค่ามีประโยชน์ต่อสังคมและครอบครัวมากขึ้น

1.4 ด้านคุณภาพชีวิตทางปัญญา (จิตวิญญาณ) ระดับปัจจัยปานกลางผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ มีการส่งเสริมและพัฒนาเพื่อดูแลสุขภาพอยู่เสมอมีโอกาสในการเรียนรู้และทำกิจกรรมใหม่ ๆ การปรับตัวให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ปฏิบัติกิจกรรมที่ทำให้จิตใจสงบ เช่น สวดมนต์ ทำสมาธิ หลักธรรมคำสอนทางศาสนาในการดำเนินชีวิต ลดความเครียด ความเหนื่อยล้าทางใจทุกวัน เช่น อ่านหนังสือ ทำบุญ ช่วยเหลือเพื่อนในวัยเดียวกัน ยอมรับกับปัญหาชีวิตที่เกิดขึ้นกับตัวเอง ในวัยชรา เพื่อให้การดำเนินชีวิตเกิดความสงบสุข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Kesapichayawattana, Sangthianchai, Angsurot and Dayton (2000) กล่าวว่า ความผาสุกทางใจเป็นความรู้สึกตามการรับรู้ของบุคคล ขึ้นอยู่กับสภาพสังคม วัฒนธรรม ถ้าหากผู้สูงอายุ ที่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ออกไปนอกบ้านเกิดความเครียดจึงจัดการความเครียดโดยใช้วิธีการทำใจปฏิบัติ ตามหลักคำสอนทางศาสนา

2. การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ประกอบด้วย 5 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านการวางแผน 2) ด้านการจัดการองค์กร 3) ด้านการจัดบุคลากร 4) ด้านการประสานงาน 5) ด้านงบประมาณ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

2.1 ด้านการวางแผน จากผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุในชุมชนที่มีระดับคุณภาพชีวิตไม่ดี และควรได้รับการดูแลและพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยสำนักงานเขตบางเขนได้มีการเตรียมการผู้สูงอายุ โดยมีแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทุกด้าน เพื่อให้พร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีการวางแผนการจัดกิจกรรมด้านการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน ซึ่งการดำเนินกิจกรรมได้ เป็นไปตามแผนที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ด้วยบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถเพื่อให้ผู้สูงอายุมิ สุขภาพร่างกายแข็งแรง สามารถดำเนินชีวิตอยู่อย่างปกติสุข สอดคล้องกับแนวคิดของ Atthamana (2007) กล่าวว่า ในการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพจะต้องมีการวางแผนและดำเนินงานตามลำดับขั้นตอนของแผน และยังทำให้ประชาชนเกิดความมั่นใจในการทำงานให้มี

ประสิทธิผล สามารถจัดลำดับความสำคัญของงานที่ได้ได้ตามสถานการณ์ และสามารถปรับปรุง แก้ไขหรือปรับเปลี่ยนลำดับขั้นตอนการทำงานได้ตลอดเวลา ซึ่งจะส่งผลให้การปฏิบัติงานเกิดประสิทธิผลมากขึ้น

2.2 ด้านการจัดการองค์การ ระดับปัจจัยปานกลาง จากผลการศึกษาพบว่าชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ มีคณะทำงานที่รับผิดชอบในการดูแลและส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในชุมชน มีการแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานด้านการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในชุมชนอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับ แนวคิดของ Fayol (1949) ได้กล่าวว่า การจัดการองค์การเป็นหน้าที่ทางการบริหารที่สืบเนื่องจากการวางแผน เมื่อองค์การจัดทำเป้าหมายวัตถุประสงค์ขององค์การและแผนกลยุทธ์แล้ว ผู้บริหารต้องออกแบบโครงสร้างองค์การเพื่อให้การบริหารบรรลุเป้าหมาย

2.3 ด้านการจัดบุคลากร จากผลการศึกษาพบว่าชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือมีการแบ่งหน้าที่รับผิดชอบในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ มีบุคลากรที่มีความสามารถและกระตือรือร้นเอาใจใส่ในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุอย่างเต็มที่ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความเป็นอยู่ที่เป็นปกติสุข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Robbins & DeCenzo (2005) กล่าวว่า ขบวนการที่ทำให้งานกิจกรรมต่าง ๆ สำเร็จลงได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีประสิทธิผลด้วยคนและทรัพยากรขององค์การ

2.4 ด้านการประสานงาน จากผลการศึกษาพบว่า ชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้มีการสื่อสารข้อมูลข่าวสาร ความรู้ในการดูแลและส่งเสริมการจัดกิจกรรมเพื่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Gulick & Urwick (1973) กล่าวว่า การประสานงานระหว่างหน่วยงานหรือตำแหน่งที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งการติดต่อสื่อสารภายในองค์การ เพื่อให้การดำเนินงานขององค์การหรือหน่วยงานเป็นไปด้วยความ เรียบร้อย และบรรลุวัตถุประสงค์

2.5 ด้านงบประมาณ จากผลการศึกษาพบว่า ชุมชนร่วมใจ พัฒนาเหนือได้รับการจัดสรรงบประมาณในการจัดกิจกรรมดูแล ส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน จะได้รับงบประมาณเพียงเดือนละ 7,500 บาท และเมื่อมีการจัดกิจกรรมมักจะมีปัญหางบประมาณไม่เพียงพอ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Chantarasorn (2008) กล่าวว่า นโยบายสาธารณะสุขเป็นนโยบายหนึ่งแห่งรัฐ ด้านกิจกรรมการสงเคราะห์ เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุซึ่งช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีมาตรฐาน ได้รับการตอบสนองปัจจัยสี่เป็นการกระจายรายได้ เป็นการปลุกจิตสำนึกไม่ให้ทอดทิ้งผู้สูงอายุในชุมชน และทำให้ผู้สูงอายุเกิดความมั่นคงทางจิตใจ

3. แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ

3.1 คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ 4 ด้าน ได้แก่ 1) คุณภาพชีวิตทางกายชุมชนจะต้องส่งเสริมกลุ่มผู้สูงอายุให้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรงด้วยการจัดกิจกรรมต่าง ๆ 2) คุณภาพชีวิตทางใจ ให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมการพบปะสังสรรค์พูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์ที่ดีต่อกัน 3) คุณภาพชีวิตทางสังคม จัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้พบปะเพื่อนสูงอายุ มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และเข้าร่วมกิจกรรมสร้างอาชีพเพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้ และ 4) คุณภาพชีวิตทางปัญญา (จิตวิญญาณ)

จัดให้มีการรวมตัวกันทำกิจกรรมด้านศาสนา ทำจิตใจให้สงบ เป็นสมาธิ นำหลักคำสอนทางศาสนามาใช้ในการดำเนินชีวิต

3.2 การจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการวางแผน จัดทำแผนมีการกำหนดเป้าหมาย วัตถุประสงค์การดำเนินงานการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไว้อย่างชัดเจน 2) ด้านการจัดองค์การ มีการกำหนดโครงสร้างการดำเนินงาน นโยบาย เป้าหมายและวัตถุประสงค์ และหน้าที่ผู้รับผิดชอบ 3) ด้านการบุคลากร จัดบุคลากรที่มีความรู้ความสามารถ กำหนดบทบาทหน้าที่ที่ได้รับการฝึกทักษะและอบรมหลักสูตรการดูแลผู้สูงอายุอย่างมีประสิทธิภาพ 4) ด้านการประสานงาน ให้มีการประสานความร่วมมือกับหน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริม สนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ เครื่องมือ ยารักษาโรคขั้นพื้นฐานในการดูแลผู้สูงอายุ 5) ด้านงบประมาณ จัดสรรงบประมาณจากภาครัฐให้พอต่อการดูแลและจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตชีวิตของผู้สูงอายุ

ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยเรื่อง การจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการปฏิบัติงาน การดูแลคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ให้มีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปใช้ประโยชน์

1.1 ด้านคุณภาพชีวิตทางกาย โดยภาพรวมข้อที่ได้คะแนนน้อยที่สุด คือ ผู้สูงอายุสามารถทำกิจกรรมได้อย่างที่เคยทำมาก่อน ดังนั้นควรมีการจัดตั้งชมรมออกกำลังกายเพื่อเป็นศูนย์กลางออกกำลังกายของผู้สูงอายุเป็นการส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ในยามจำเป็น

1.2 ด้านคุณภาพชีวิตทางใจ โดยภาพรวมข้อที่ได้คะแนนน้อยที่สุด คือ ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมวันสำคัญทางศาสนา ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตทางใจที่ดีมีจิตใจที่เข้มแข็ง สุขีชีวิตด้วยความสุจริต ควบคุมอารมณ์ได้เมื่อมีเหตุการณ์คับขัน ดังนั้นการที่บุตรหลานได้ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ ให้ความใกล้ชิดสนิทสนม พาไปร่วมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา กิจกรรมการพบปะพูดคุยกับเพื่อน ๆ ในวัยเดียวกันการสร้างสัมพันธ์ที่ดี ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ามีคุณค่าในชีวิตทำให้มีจิตใจที่ดี

1.3 ด้านคุณภาพชีวิตทางสังคม โดยภาพรวมข้อที่ได้คะแนนน้อยที่สุด คือผู้สูงอายุทำกิจกรรมร่วมกันในสังคมของผู้สูงอายุ ดังนั้นผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องควรจัดโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ และโครงการฝึกอาชีพสำหรับผู้สูงอายุในชุมชน ให้เหมาะสมกับกลุ่มผู้สูงอายุแต่ละช่วงวัย คือกลุ่มติดสังคม และกลุ่มติดบ้าน เพื่อให้การมีส่วนร่วมใน โครงการเป็นไปอย่างต่อเนื่อง และติดตามประเมินผลเปรียบเทียบกับคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและหลังเข้าร่วมกิจกรรมในโครงการ และนำผลการประเมินไปพัฒนาการจัดการคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุต่อไป

1.4 ด้านคุณภาพชีวิตทางปัญญา (จิตวิญญาณ) โดยภาพรวมข้อที่ได้คะแนนน้อยที่สุดคือผู้สูงอายุสามารถให้คำแนะนำและให้คำปรึกษา เรื่องของการดูแลสุขภาพที่ดีต่อผู้อื่นได้ ดังนั้น ควรมีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เกี่ยวกับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นการเสริมสร้างสายสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุด้วยกัน เมื่อมีโอกาสก็มีการช่วยเหลือเกื้อกูลต่อกัน ชักชวนกันเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ กิจกรรมทางศาสนา ตามความเหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

2.2 ศึกษาพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุที่มีภาวะเจ็บป่วยและติดเตียง ของชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

2.3 ศึกษาแนวทางการประชาสัมพันธ์และสร้างความร่วมมือด้านการประสานงาน หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการดูแลและส่งเสริมคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ พหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

2.4 การจัดสรรงบประมาณหรือการระดมทุนให้พอเพียงต่อการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุในชุมชนร่วมใจพัฒนาเหนือ ถนนพหลโยธิน แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร

REFERENCES

- Atthamana, S. (2007). **Organizational behavior : Theory & applications** (4th ed.). Bangkok: Thammasat University Press. (In Thai)
- Chantarasorn, W. (2008). **Theory of public policy implementation**. Bangkok: Sweet Chili. (In Thai)
- Fayol, H. (1949). **General & Industrial Management**. London: Sir Isaac Pitman & Sons.
- Gulick, L. & Urwick, L. (1973). **The Science of Administration**. New York: Columbia University.
- Kesapichayawattana, J., Sangthianchai, C., Angsurot, Y. & Dayton, B.I. (2000). Mental well-being of Thai elderly: a qualitative study. **Journal of the Phytological Society and Geriatrics**, 1(3), 21-28. (In Thai)
- Phakdeesamai, R. & Panitchivakul, P. (2011). Development of care for the elderly with knee joint pain problems at Ban Bak Subdistrict Health Promoting Hospital, Changan District, Roi Et Province. **Journal of Nursing and Health**, 34(4), 46-55. (In Thai)
- Robbins, S. & DeCenzo, D. (2005). **Fundamentals of Management: Essential Concepts & Applications**. 8th Edition. Pearson College Div.

- Sawangdee, Y. (2009). **Household groups and the elderly care system studied in Kanchanaburi Province in Thailand can be changed through consideration and investigation.** Institute of Research and Society. Nakhon Pathom: Mahidol University. (In Thai)
- Sueluam, K., Wiripiromkul, S., Suthisukon, P. & Meekanon, C. (2011). Article revitalizing the topic of good quality of life for Thai elderly. **Disease Control Journal Ministry of Public Health**, 37(3), 222 - 228. (In Thai)

oooooooooooooooooooooooooooo

ความสำคัญของวิตามินดี ภาวะขาดวิตามินดีและการป้องกัน

THE IMPORTANCE OF VITAMIN D, VITAMIN D DEFICIENCY AND THE PREVENTION

นัตตา เจริญตระวัน*

โรงเรียนเสรินสาธิตพัฒนา

Nadda Riantawan*

Learn Satit Pattana School

*E-mail: nadda.ria@stps.ac.th

Received: 2023-09-07

Revised: 2023-10-27

Accepted: 2023-11-10

บทคัดย่อ

การดำเนินชีวิตของคนไทยที่เปลี่ยนแปลง รวมถึงค่านิยมด้านความสวยงามของผิวหนังทำให้ผู้คนหลีกเลี่ยงการใช้ชีวิตกลางแจ้ง และได้รับแสงแดดน้อยลงไปมากเมื่อเทียบกับในอดีตแม้ประเทศไทยจะมีแสงแดดที่เพียงพอตลอดปี ภาวะการเกิดโรคระบาดโควิด 19 มาตรการทำงานที่บ้านและการใช้ชีวิตในบ้านเป็นส่วนใหญ่ ล้วนเป็นปัจจัยที่ทำให้คนไทยได้รับแสงแดดไม่เพียงพอ ปัจจุบันครึ่งหนึ่งของคนไทยอยู่ในภาวะขาดวิตามินดีซึ่งนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพในหลายรูปแบบ ความสำคัญของวิตามินดีต่อการรักษาสมดุลของแคลเซียมในเลือด เพิ่มความแข็งแรงของกระดูกและข้อ สัมพันธ์กับกลไกการเกิด โรคมุมแพ ไรโรคระบบภูมิคุ้มกันต่ำ และโรคหัวใจ วิตามินดีถูกสังเคราะห์ที่ผิวหนังเป็นหลักจากการรับแสงแดด ดังนั้นผู้ที่เสี่ยงต่อการขาดวิตามินดีคือ ผู้ที่ขาดโอกาสได้รับแสงแดด เช่น ผู้ป่วยติดเตียง ผู้ใช้ชีวิตในอาคาร และผู้มีพฤติกรรมเลี่ยงแสงแดด การป้องกันทำได้โดยการรับแสงแดดอย่างน้อยครึ่งชั่วโมง สัปดาห์ละ 3 วัน เป็นอย่างน้อย การบริโภคอาหารที่อุดมด้วยวิตามินดีมีส่วนสำคัญในการช่วยลดปัญหาดังกล่าว ความตระหนักถึงการขาดวิตามินดี และการปฏิบัติตนที่เหมาะสมจะช่วยป้องกันการขาดวิตามินดี ทั้งนี้สามารถลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และลดงบประมาณสาธารณสุขของชาติ

คำสำคัญ: วิตามินดี ภาวะขาดวิตามินดี ปริมาณความต้องการวิตามินดี การป้องกันภาวะขาดวิตามินดี

ABSTRACT

The change in lifestyles and aesthetic value among present-day Thai people renders avoidance of outdoor activities, resulting in much less sunlight exposure although Thailand has the benefit of adequate sunlight all year round. Moreover, the recent COVID 19 epidemics, together with the lock-down measures, and the current trend in working from home, collectively result in sunlight deprivation. Approximately half of the Thai population are vitamin D deficient, leading to various health issues. Vitamin D is essential in calcium homeostasis, strengthening bones and joints. Furthermore, vitamin D plays a key role in the pathophysiology of allergic and immunologic disorders, and cardiovascular diseases. Vitamin D is synthesized in the skin via sunlight exposure. Therefore, people at risk of vitamin D deficiency are those who lack sunlight exposure, for example bed-ridden patients and those who always stay indoor owing to lifestyles and avoidance of sunlight. Preventive measure entails sunlight exposure for half and hour, three times a week. Consumption of foods rich in vitamin D also helps minimize the problem. Awareness of vitamin D deficiency and modification in these correct lifestyles prevent vitamin D deficiency, reduce risks of many diseases, improves quality of life, furthermore, help reduce the national budget in health care cost substantially.

Keywords: Vitamin D, Vitamin D deficiency, Vitamin D intake, Vitamin D deficiency prevention

บทนำ

ประเทศไทยมีภูมิศาสตร์ตั้งอยู่เหนือเส้นศูนย์สูตร ระหว่างเส้นละติจูดที่ 5 - 20 องศาเหนือ แม้จะมีฤดูฝนเป็นบางช่วงในแต่ละปี แต่โดยรวมได้รับแสงแดดตลอดทั้งปีโดยเฉพาะฤดูร้อน ด้วยเหตุที่ร่างกายสร้างวิตามินดีได้ในชั้นใต้ผิวหนังโดยมีแสงแดดเป็นตัวทำปฏิกิริยา จึงเป็นที่เข้าใจโดยทั่วไปว่าคนไทยไม่ควรเกิดภาวะขาดวิตามินดี ซึ่งต่างจากคนในประเทศเขตหนาวที่ได้รับแสงแดดน้อยกว่า หรือไม่ได้รับแสงแดดตลอดทั้งปี อย่างไรก็ตามโดยเหตุที่พฤติกรรมการอยู่อาศัยของผู้คนเปลี่ยนไป เช่น อยู่ตามคอนโดมิเนียม หรืออาคารสูงซึ่งอาคารสูงจะมีที่ตั่งอยู่ติดกันซึ่งจะทำให้ไม่ได้รับแสงแดด หรืออาจได้รับแสงแดดน้อย วิถีชีวิตและสภาพแวดล้อมการทำงานที่เปลี่ยนไป เช่น การทำงานตลอดทั้งวันในห้องทำงาน หรือในอาคารสูง การออกกำลังกายกลางแจ้งน้อยลง การหลีกเลี่ยงแสงแดดและการทาครีมกันแดด ด้วยเหตุผลเพื่อความสวยงามของผิวหนัง รวมทั้งสภาวะดินฟ้าอากาศที่เปลี่ยนแปลงไป เหตุเหล่านี้จึงทำให้ผู้คนมีโอกาสดังกล่าวได้รับแสงแดดน้อยลงไปมากเมื่อเทียบกับสมัยก่อนและ จากการสำรวจสุขภาพประชากรไทยโดยมหาวิทยาลัยมหิดล พบว่าประชากรไทยในเขตเมืองขาดวิตามินดีมากกว่าประชากรนอกเมือง

และประชาชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือขาดวิตามินดีน้อยกว่าภาคกลาง มาจากรูปแบบการใช้ชีวิต และอาชีพของผู้คน (Aongpipatanakul B., 2020)

ในระยะ 3 - 4 ปีที่ผ่านมา (2019-2022) การระบาดของโรคโควิด 19 (COVID 19) ทำให้เกิดมาตรการที่ห้ามไม่ให้บุคคลในพื้นที่เดินทางออกนอกพื้นที่และห้ามไม่ให้บุคคลนอกพื้นที่เดินทางเข้ามาในพื้นที่ (Lock down) และผู้คนต้องใช้ชีวิตอยู่ในบ้าน ประกอบกับแนวโน้มของสังคมที่การทำงานของผู้นถูกปรับเปลี่ยนเริ่มหันมาใช้ระบบการทำงานที่บ้าน (Work from home) เพิ่มมากขึ้น รวมทั้งโรงเรียนและสถานศึกษาต่าง ๆ ก็ปรับรูปแบบมาใช้ในการเรียนรู้โดยการเรียนการสอนออนไลน์ (Online Learning) เพิ่มขึ้น ปัจจัยทั้งหมดนี้ย่อมทำให้ประชาชนทุกเพศและวัยมีโอกาสได้รับแสงแดดน้อยลง จากปัจจัยด้านสังคมที่เพิ่มความระมัดระวังในการอยู่ร่วมกันที่มนุษย์สร้างขึ้นและได้รับการยอมรับนี้ เป็นตัวกำหนดควบคุมพฤติกรรมของผู้คนในสังคม (Aungchosak K., 2020)

ความชุกของภาวะขาดวิตามินดีพบได้ในระดับสูงกว่าที่ผู้คนคาดคิด การศึกษาเกี่ยวกับระดับวิตามินดีในเลือดพบว่า ร้อยละ 42.5 ของคนไทยโดยรวมขาดวิตามินดี นอกจากนี้พบว่าภาวะขาดวิตามินดีเกิดขึ้นสูงมากในประชากรหญิงสูงอายุ ซึ่งหนึ่งในสามพบภาวะขาดวิตามินดี และสองในสามพบภาวะพร่องวิตามินดี (Siwamogsatham O, Ongphiphadhanakul B & Tangpricha V., 2014) จึงกล่าวได้ว่าภาวะขาดวิตามินดีสามารถนำไปสู่ปัญหาทางสุขภาพและคุณภาพชีวิตหลายด้านทั้งในระยะสั้น และระยะยาว ความรู้ความเข้าใจเรื่องวิตามินดี และการดูแลปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงภาวะขาดวิตามินดีจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในยุคปัจจุบันดังนี้ พฤติกรรมการหลีกเลี่ยงแสงแดดโดยตรง การทาครีมกันแดดป้องกันรังสีอัลตราไวโอเล็ต บี (UV-B) 100% การอยู่อาศัยภายในอาคารเป็นหลักตลอดวัน อายุที่เพิ่มมากขึ้น และความสามารถในการสร้างวิตามินดีที่ผิวหนังลดลง และการมีสีผิวเข้มของคนไทยมีแนวโน้มในการสร้างวิตามินดีได้น้อยกว่าคนผิวขาว (Saah S., 2018)

ความสำคัญและหน้าที่ของวิตามินดี

วิตามินดีเป็นหนึ่งในวิตามินที่สำคัญต่อร่างกาย ช่วยดูดซึมแร่ธาตุแคลเซียมและฟอสฟอรัสจากอาหาร โดยดูดซึมที่ลำไส้เล็กเป็นหลักและส่งต่อเข้าสู่กระแสเลือด มีหน้าที่หลักคือ ช่วยรักษาสมดุลแคลเซียมในเลือด และช่วยดึงแคลเซียมเข้ากระดูก เพิ่มความแข็งแรงของกระดูกและฟัน มีการศึกษาเกี่ยวกับการขาดวิตามินดีจึงทำให้เกิดภาวะกระดูกบาง หรือที่เรียกว่ากระดูกอ่อนหรือกระดูกนุ่ม (Osteomalacia) พบในเด็กเกิดการขาโก่ง กระดูกบิดเบี้ยว หักง่าย กระดูกสันหลังโค้งงอ (Rickets) ฟันขึ้นช้า ฟันผุง่าย ในผู้สูงอายุเกิดโรคกระดูกพรุน (Osteoporosis) โดยมีอาการปวดกระดูก กระดูกหักง่าย และหลังโก่ง (De Martinis M, et al. 2021)

นอกจากนี้ มีงานวิจัยมากมายที่แสดงถึงความสัมพันธ์ของการขาดวิตามินดี กับกลไกการเกิดโรคต่าง ๆ หลายชนิด เช่น โรคภูมิแพ้ โรคแพ้ภูมิตัวเอง (Autoimmune diseases) โรคลำไส้แปรปรวน โรคเบาหวาน โรคอ้วนในเด็ก โรคความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจตีบ โรคสมาธิสั้น โรคซึมเศร้า

ข้อมูลการวิจัยต่าง ๆ ยังพบความสัมพันธ์ของภาวะขาดวิตามินดีกับโรคเมรังต่าง ๆ ด้วย เช่น เมรังเต้านม เมรังต่อมลูกหมาก เมรังลำไส้ และเมรังอื่น ๆ อีกหลายชนิด

ด้านเมรังศึกษา มีการศึกษาในห้องปฏิบัติการสัตว์ทดลองและการศึกษาทางคลินิกชี้ให้เห็นถึงผลของวิตามินดีในการต้านเมรังโดยออกฤทธิ์ 4 กลไกหลักคือ ควบคุมการเพิ่มจำนวนเซลล์ กระตุ้นกระบวนการตายของเซลล์ ยับยั้งการแพร่กระจายของเซลล์ และขัดขวางการสร้างเส้นเลือดใหม่ในเซลล์ (Janeklang and Wongkham, 2010)

ด้านภูมิคุ้มกันของร่างกาย มีผลการวิจัยพบว่าวิตามินดี เป็นองค์ประกอบสำคัญในระบบภูมิคุ้มกันโรค งานวิจัยทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ได้ค้นพบ Vitamin D receptor ที่ผิวเซลล์ในร่างกายหลายระบบ โดยเฉพาะเซลล์ที่มีหน้าที่เป็นส่วนหนึ่งของระบบภูมิคุ้มกัน เช่น เซลล์เม็ดเลือดขาวชนิดต่าง ๆ และยังพบ Vitamin D receptor ที่เยื่อบุทางเดินหายใจ ภาวะขาดวิตามินดีจึงส่งผลให้ร่างกายติดเชื้อง่ายขึ้น

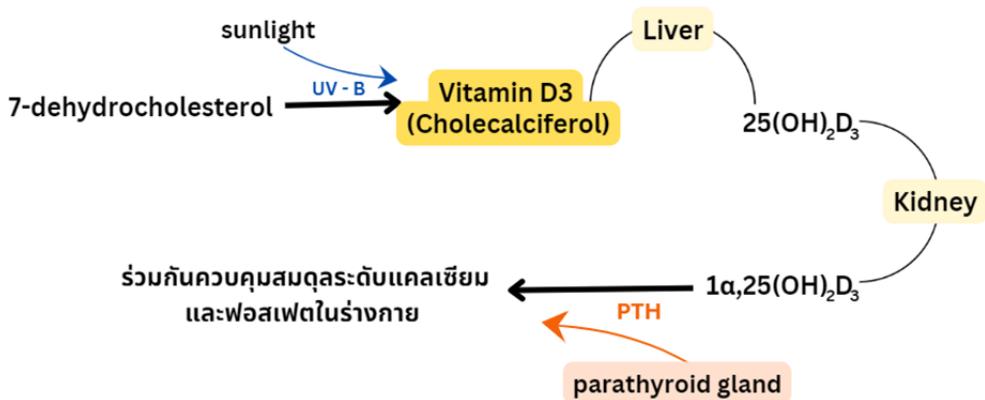
งานวิจัยในช่วงที่มีการระบาดของโรคโควิด 19 (COVID 19) พบว่าผู้ป่วยโรคโควิด 19 ที่ขาดวิตามินดีร่วมด้วยมีความเสี่ยงสูงที่โรคจะมีความรุนแรงและวิกฤติกว่าผู้ป่วยโรคเดียวกันแต่ไม่ได้ขาดวิตามินดี 3 และผลการวิจัยยังยืนยันผลของวิตามินดีต่อการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันด้วย (Grant W B, Lahore H, et al. 2020) เนื่องจากวิตามินดีมีความสำคัญมากต่อร่างกาย ปัจจุบันจึงถือว่า วิตามินดีไม่ใช่เป็นเพียงวิตามินในความหมายเดิม ๆ อีกต่อไป แต่ถือเป็นฮอร์โมน (Hormone) ประเภทหนึ่ง (ฮอร์โมนคือสารเคมีประเภทโปรตีน และสเต็มยรอยด์ที่ผลิตจากต่อมไร้ท่อ (Endocrine gland) ซึ่งร่างกายจะลำเลียงสารเคมีเหล่านี้ไปตามกระแสเลือดไปสู่อวัยวะเป้าหมายต่าง ๆ เพื่อทำหน้าที่ที่ควบคุมการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย นอกจากนี้วิตามินดีมีความสัมพันธ์กับโรคทางจิต

ด้านโรคซึมเศร้า วิตามินดีมีส่วนในการกระตุ้นการสังเคราะห์สารสื่อประสาท (Neurotransmitter) ซึ่งสารเหล่านี้ช่วยลดความเครียดและลดภาวะซึมเศร้า (Milaneschi Y, Hoogendijk W, et al. 2014) จึงกล่าวได้ว่าวิตามินดีทำหน้าที่ทั้งทางตรงและทางอ้อมกับระบบการทำงานของร่างกายและยังช่วยให้เซลล์ต่าง ๆ ในร่างกายสื่อสารกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

แหล่งที่มาของวิตามินดี

วิตามินดีมี 2 รูปแบบที่สำคัญคือแบบที่ 1 วิตามินดี 2 หรือ เออร์โกแคลซิเฟอรอล (ergocalciferol) หรือ แคลซิเฟอรอล (Calciferol) ได้มาจากโปรวิตามินเออร์โกแคลซิเฟอรอลที่สัมผัสกับแสงอัลตราไวโอเล็ต (UV) ช่วงความถี่ 230 นาโนเมตร (nm) ซึ่งมักพบในพืชและธัญพืชและแบบที่ 2 วิตามินดี 3 ซึ่งเกิดจาก 7- ดีไฮโดรโคเลสเตอรอล (7-dehydrocholesterol) ในผิวหนังหลังสัมผัสแสงอัลตราไวโอเล็ต (UV) ช่วงความถี่ 275 – 300 นาโนเมตร (nm) พบมากในเซลล์ผิวหนังของสัตว์และมนุษย์ (Hardy RW., 1998: 175 - 197) ทำปฏิกิริยากับ UV-B ในแสงแดด เกิดเป็นโคเลแคลซิเฟอรอล (Cholecalciferol) หรือ วิตามินดี 3 (D3) จากนั้นสารโคเลแคลซิเฟอรอล หรือ วิตามินดีดังกล่าวถูกสะสมที่ตับ แล้วถูกเปลี่ยนเป็น

25 - ไดไฮดรอกซีโคเลคาลซิเฟอรอล (25-dihydroxycholecalciferol or $25(\text{OH})_2\text{D}_3$) สารนี้จะถูกเปลี่ยนที่ไตเป็น 1,25 ไดไฮดรอกซีโคเลคาลซิเฟอรอล (1,25 dihydroxycholecalciferol : $1,25(\text{OH})_2\text{D}_3$) ซึ่งมีผลทางสรีรวิทยาโดยเป็นสารที่ร่วมกับพาราไทรอยด์ฮอร์โมน ควบคุมสมดุลของระดับแคลเซียมและฟอสเฟตในร่างกาย



ภาพที่ 1 กระบวนการเปลี่ยนแปลงรูปของวิตามินดีหรือแคลซิเฟอรอล (Calciferol)
ที่มา Wedad and Hegazy, 2015

การสังเคราะห์โคเลคาลซิเฟอรอล (Cholecalciferol) หรือ วิตามินดี3 (D3) ที่ขึ้นได้ผิวหนังโดย UV-B ในแสงแดดดังกล่าว เป็นแหล่งที่สำคัญที่สุดของการสังเคราะห์วิตามินดีในร่างกายถึงมากกว่าร้อยละ 90 นอกจากนี้ร่างกายยังได้รับวิตามินดีจากอาหาร และโดยเหตุผลที่วิตามินดีถูกสังเคราะห์ที่ผิวหนังโดยที่แสงแดดเป็นตัวเริ่มต้นที่สำคัญ วิตามินดีจึงถูกเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า วิตามินแสงแดด (Sunshine vitamin)

อาหารที่อุดมด้วยวิตามินดี

แบ่งตามประเภทอาหาร ได้แก่

- 1) ประเภทปลา เช่น ปลาแซลมอน ปลาซาร์ดีน ปลาทูน่า ปลาค็อด ปลาแมกเคอเรล ปลานิล ปลาทับทิม ปลาตะเพียน เป็นต้น
- 2) ประเภทนม และผลิตภัณฑ์จากนม เนย
- 3) ประเภทอื่น ๆ เช่น ไข่แดง เห็ด สาหร่าย ตับ น้ำมันตับปลา เมล็ดธัญพืช เป็นต้น

แม้วิตามินดีที่ได้จากอาหารจะถือเป็นส่วนน้อย เมื่อเทียบกับวิตามินดีที่ได้จากการสังเคราะห์ที่ผิวหนังจากแสงแดด แต่ก็ถือได้ว่ามีความสำคัญอย่างยิ่งโดยเฉพาะในประเทศที่ได้รับแสงแดดน้อยหรือได้รับแสงแดดไม่ตลอดทั้งปี เช่น แถบประเทศเขตหนาว หรือแถบขั้วโลกเหนือ หรือแถบขั้วโลกใต้ และผู้ที่ใช้ชีวิตอยู่ในอาคารตลอดเวลา ดังนั้นการรับประทานอาหารที่มีวิตามินดีสูงจึงเป็นสิ่งจำเป็น

ปริมาณความต้องการวิตามินดี

ปริมาณวิตามินดีที่ร่างกายต้องการได้รับในแต่ละวันนั้น ขึ้นอยู่กับอายุของแต่ละบุคคล ดังนี้

อายุ	ปริมาณวิตามินดีที่ควรได้รับต่อวัน
น้อยกว่า 1 ปี	400 IU (10 ไมโครกรัม)
1 – 70 ปี	600 IU (15 ไมโครกรัม)
สตรีตั้งครรภ์หรือสตรีที่วางแผนจะมีครรภ์	600 IU (15 ไมโครกรัม)
70 ปีขึ้นไป	800 IU (20 ไมโครกรัม)

ภาพที่ 2 ตารางความสัมพันธ์ระหว่างช่วงอายุ ช่วงวัย และปริมาณวิตามินดีที่ควรได้รับต่อวัน
ที่มา (Udomsinprasert W., 2017.)

จากตารางพบว่าผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่ต้องการวิตามินดีสูงกว่าช่วงกลุ่มวัยอื่น เนื่องจากผู้สูงอายุประสิทธิภาพของผิวหนังในผู้สูงอายุสังเคราะห์วิตามินดีจากแสงแดดได้ลดลง และหากสตรีตั้งครรภ์หรือสตรีที่วางแผนจะมีครรภ์ตรวจระดับเลือดพบภาวะขาดวิตามินดี จำเป็นต้องรับประทานวิตามินดีเสริมวันละ 1,000 IU เพื่อหลีกเลี่ยงภาวะขาดวิตามินดีทั้งในมารดาและทารกในครรภ์ด้วย

ภาวะขาดวิตามินดี

แบ่งภาวะวิตามินดีต่ำ โดยตรวจวัดระดับ 25(OH) vitamin D โดยใช้เกณฑ์การประเมินระดับวิตามินดีในเลือด(Faculty of Medica Technology, 2019.) คือ

ภาวะวิตามินดีปกติ (Vitamin D sufficiency) ระดับ 25(OH) vitamin D \geq 30 ng/mL

ภาวะพร่องวิตามินดี (Vitamin D insufficiency) ระดับ 25(OH) vitamin D 21 – 29 ng/mL

ภาวะขาดวิตามินดี (Vitamin D deficiency) ระดับ 25(OH) vitamin D $<$ 20 ng/mL

งานวิจัยตรวจวัดระดับวิตามินดีในเลือดของคนไทย ในปี พ.ศ. 2551 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคนไทยอยู่ที่ 31.8 ± 8.5 (SD) ng/ml โดยผู้ที่อาศัยเขตนอกเมืองมีค่าเฉลี่ยระดับวิตามินดีในเลือดสูงกว่าในเขตเมือง

ประชากรกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะขาดวิตามินดี

ประชากรกลุ่มเสี่ยงต่อการขาดวิตามินดี คือ กลุ่มที่เกิดจากความเสี่ยงที่เกิดจากวิถีชีวิต และเกิด จากภาวะร่างกายที่มีความเสี่ยง คือ

1. กลุ่มเสี่ยงต่อการขาดวิตามินดีที่เกิดจากวิถีชีวิต ได้แก่

1.1 ผู้ที่ใช้ชีวิตอยู่ในอาคารตลอดเวลา

1.2 ผู้ที่ขาดการออกกำลังกายในที่แจ้ง

1.3 ผู้คนในวัยเกษียณที่มักใช้ชีวิตหลังเกษียณอยู่แต่ภายในบ้าน

1.4 ผู้เจ็บป่วยโรคเรื้อรังหรือผู้พิการที่ต้องอยู่ในโรงพยาบาลหรือสถานพักฟื้นเป็นเวลานาน ผู้ป่วยติดเตียงที่ขาดโอกาสได้รับแสงแดด รวมทั้งผู้สูงวัยที่อยู่ในศูนย์ดูแลคนชราและรวมถึงสตรีตั้งครรภ์ด้วย (เอกสารหน่วยงานบริการชุมชน มหาวิทยาลัยมหิดล)

2. กลุ่มเสี่ยงต่อการขาดวิตามินดีที่เกิดจากภาวะร่างกายมีความเสี่ยง

2.1 ผู้มีน้ำหนักเกินหรือผู้มีดัชนีมวลกาย (Body mass index > 25 kg/m²) เนื่องจากวิตามินดีมักจับเข้ากับเซลล์ไขมัน จึงทำให้วิตามินดีอยู่ในกระแสเลือดน้อย

2.2 กลุ่มที่มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย คือ ผู้สูงวัยที่มีความเสี่ยงต่อการขาดวิตามินดี เกิดขึ้นเนื่องจากสาร 7-ดีไฮโดรโคเลสเตอรอล (7-dehydrocholesterol) ที่อยู่ในชั้นใต้ผิวหนังผู้สูงวัย มีน้อยลง จึงสามารถสร้างวิตามินดีได้น้อยลง

การปฏิบัติตนเพื่อหลีกเลี่ยงภาวะขาดวิตามินดี

1. การได้รับแสงแดดเหมาะสม

เนื่องจากร่างกายสร้างวิตามินดีโดยแสงแดดทำปฏิกิริยาที่ผิวหนัง การป้องกันภาวะขาดวิตามินดี ที่มีประสิทธิภาพที่สุดคือการได้รับแสงแดด (เช่น สวนสาธารณะ ที่โล่ง หรือกลางแจ้ง) อย่างน้อยครึ่งชั่วโมง สัปดาห์ละ 3 วันเป็นอย่างน้อย จะทำให้ได้รับวิตามินดีเพียงพอ สถานพยาบาลหรือสถานพักฟื้น ผู้ป่วยโรคเรื้อรังและศูนย์ดูแลผู้สูงวัยจำเป็นต้องจัดเวลาและสถานที่ให้ผู้ป่วยหรือผู้สูงวัยได้รับแสงแดด อย่างถูกต้องและเหมาะสม

การออกมารับแสงแดดที่เหมาะสม

เนื่องด้วยการได้รับแสงแดดเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการสร้างวิตามินดีในร่างกาย ลักษณะการออกมารับแดดที่เหมาะสมต่อการสร้างวิตามินดีจึงเป็นประเด็นสำคัญต่อการดูแลสุขภาพเป็นอย่างดี โดยแสงแดดที่เหมาะสมที่สุดคือแสงแดดช่วงเวลา 9 -11 นาฬิกา และช่วงเวลา 14-16 นาฬิกา เนื่องจากแสงแดดในยามเช้าก่อน 9 นาฬิกา และยามเย็นหลัง 17 นาฬิกา เป็นแสงแดดที่ทำมุมเฉียดต่อร่างกาย มี UV-B น้อย จึงไม่มีประสิทธิภาพในการสังเคราะห์วิตามินดี

ในขณะเดียวกัน แสงแดดยามเที่ยง หรือช่วงใกล้เที่ยงมี UV-B มาก แต่ก็มี UV-A และ UV-C มาก ตามไปด้วย โดย UV-A และ UV-C ทำให้เกิดฝ้า รอยเหี่ยวย่น และเพิ่มความเสี่ยงต่อโรคมะเร็ง จึงควร

โรคแทรกซ้อน การปฏิบัติตนเหล่านี้ล้วนเป็นการเพิ่มและส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี อีกทั้งเป็นการลดงบประมาณทางสาธารณสุขที่ต้องใช้ในการรักษาโรคต่างๆที่เกี่ยวข้อง

REFERENCES

- Aongpipatanakul, B. (2020). Vitamin D and Dietary Reference Intake for Thais. *Dietary Reference Intake For Thais 2020*, 142–154.
- Aungchosak, K., & Chunsuthiwat, S. (2020). Covid-19 crisis in Thailand : From the measure of Lock Down to Social stability. *Journal of Health Science*, 29(2).
- De Martinis, M., Allegra, A., Sirufo, M. M., Tonacci, A., Pioggia, G., Raggiunti, M., . . . Gangemi, S. (n.d.). Vitamin D Deficiency, Osteoporosis and Effect on Autoimmune Diseases and Hematopoiesis: A Review. *International Journal of Molecular Sciences*, 22(16), 8855. <https://doi.org/10.3390/ijms22168855>
- Grant, W. B., Lahore, H., McDonnell, S. L., Baggerly, C. A., French, C., Aliano, J. L., & Bhattoa, H. P. (2020). Evidence that Vitamin D Supplementation Could Reduce Risk of Influenza and COVID-19 Infections and Deaths. *Nutrients*, 12(4), 988. <https://doi.org/10.3390/nu12040988>
- Janeklang, S. (2010). Inhibitory effects of vitamin D in cancers. Retrieved from <https://li01.tci-thaijo.org/index.php/SRIMEDJ/article/view/12967>
- Milaneschi, Y., Hoogendijk, W. J., Lips, P., Heijboer, A. C., Schoevers, R. A., Van Hemert, A. M., . . . Penninx, B. W. J. H. (2013). The association between low vitamin D and depressive disorders. *Molecular Psychiatry*, 19(4), 444–451. <https://doi.org/10.1038/mp.2013.36>
- Mostafa, W. M., & Hegazy, R. A. (2015). Vitamin D and the skin: Focus on a complex relationship: A review. *J Adv Res*. <https://doi.org/10.1016/j.jare.2014.01.011>.
- Nutrition and feeding of fish. (n.d.). Retrieved from https://books.google.fr/books?id=2nYaKaddKfkC&printsec=frontcover&hl=th&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Saah, S. (2018). The importance of Vitamin D on health. *Journal of Food Research and Product Development*, 48(1), 15–22. Retrieved from https://kukr.lib.ku.ac.th/kukr_es/kukr/search_detail/result/20014277

- Siwamogsatham, O., Ongphiphadhanakul, B., & Tangpricha, V. (2014). Vitamin D Deficiency in Thailand. *J Clin Transl Endocrinol*, 2(1). <https://doi.org/10.1016/j.jcte.2014.10.004>
- Udomsinprasert, W. (2017, September 10). Vitamin D. . .more beneficial than you think. Retrieved October 23, 2023, from <https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/knowledge/article/406/%E0%B8%A7%E0%B8%B4%E0%B8%95%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%B5%E0%B8%99%E0%B8%94%E0%B8%B5-VitaminD/>
- Faculty of Medical Technology, Mahidol University. (2019). Factors involved the decline of Vitamin D. Author.

oooooooooooooooooooooooooooo

การขอตั้งผู้จัดการมรดกไม่ยากอย่างที่คิด

APPLYING FOR THE APPOINTMENT OF AN ESTATE MANAGER IS NOT AS DIFFICULT AS YOU THINK

ทศธรรม สุทธิวิรัตน์^{1*} และ พัลยมน สิ้นหน่ง²

¹สำนักงานพระธรรมนูญทหารอากาศ กองทัพอากาศ

²สาขาวิชารัฐศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

Tossatum Suttiwit^{1*} and Panlayamon Sinnang²

¹Air Force Constitution Office, Royal Thai Air Force

²Department of Political Science, Faculty of Humanities and Social Sciences, Phranakhon Rajabhat university

*E-mail: nadda.ria@stps.ac.th

Received: 2023-12-12

Revised: 2023-12-27

Accepted: 2023-12-27

บทคัดย่อ

ผู้จัดการมรดก ถือเป็นบุคคลสำคัญที่ช่วยดำเนินการเกี่ยวกับมรดกต่าง ๆ ให้ถูกจัดสรรอย่างลงตัว ทั้งทรัพย์สินที่ต้องส่งต่อแก่ทายาท หรือการจัดการเรื่องหนี้สินของผู้ตาย โดยหากผู้ตายได้ทำพินัยกรรมไว้ ก็สามารถจัดการต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น แต่หากไม่ได้ทำพินัยกรรมไว้ ต้องดำเนินการต่าง ๆ ตามขั้นตอน เรื่องการตั้งผู้จัดการมรดก เป็นขั้นตอนทางปฏิบัติที่ข้าราชการ ประชาชน คิดว่ามีการดำเนินการที่ยุ่งยาก จึงมีความสนใจที่จะแนะนำให้คนทั่วไปได้ทราบถึงขั้นตอนและรายละเอียดการตั้งผู้จัดการมรดก และเพื่อให้ การร้องขอการตั้งผู้จัดการมรดกในทรัพย์สินของผู้ตายเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและถูกต้อง ทั้งยังทำให้เกิดความรวดเร็ว ควรจะต้องเตรียมเอกสาร และหลักฐานประกอบ รวมทั้งแบบฟอร์มศาลที่ถูกต้อง

คำสำคัญ: มรดก ผู้จัดการมรดก

ABSTRACT

The estate manager considered an important person who helps carry out various inheritance matters. There is allocated perfectly both assets that must be passed on to heirs or managing the debts of the deceased If the deceased made a will. It can be easier to manage things, but if a will has not been made must proceed according to steps.

Regarding the appointment of an inheritance manager It is a practical step that government officials and citizens think is difficult to carry out. Therefore, we are interested in introducing the general public to the steps and details of appointing an estate administrator and to ensure that the request for appointment of an estate administrator for the deceased's assets is completed and correct. It also causes speed. You should prepare documents and supporting evidence Including the correct court forms.

Keywords: Inheritance Estate manager

บทนำ

ครอบครัว ถือเป็นสถาบันทางสังคมหน่วยที่เล็กที่สุด แต่มีความสัมพันธ์ และปัญหาที่สลับซับซ้อนเป็นอย่างมาก ทั้งนี้เพื่อให้สถาบันครอบครัว มีความแข็งแรงและอยู่กันอย่างมีความสุข จึงต้องมีการจัดระเบียบทางสังคมของสถาบันนี้โดยใช้กฎหมาย เช่นเรื่อง การหมั้น การสมรส การหย่า การรับรองบุตร บุตรบุญธรรม รวมทั้งเรื่อง มรดก

คำว่า “มรดก” ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546: 457) ให้ความหมายว่า ทรัพย์สินของผู้ตายที่ตกทอดแก่ทายาทตามกฎหมาย ประกอบกับใน ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ (จิตติ ติงศภัทย์, 2526: 21) ให้ รวมถึงสิทธิ และหน้าที่ รวมทั้งความรับผิดชอบต่าง ๆ ของผู้ตาย ซึ่งในส่วนของความรับผิดชอบนี้ อาจเกิดจากหนี้ที่มีอยู่ของผู้ตาย เป็นต้น แต่ทั้งนี้ตามกฎหมายกล่าวว่า ทายาทผู้ได้รับมรดก ไม่ต้องรับผิดชอบเกินกว่าจำนวนทรัพย์สินมรดกที่ตกทอดแก่ตน ซึ่งทายาทในขั้นนี้ มีสองประเภทคือ ๑. ทายาทโดยพินัยกรรม และ ๒. ทายาทโดยธรรม อนึ่งการที่จะได้รับมรดกของทายาทโดยธรรมนั้นเป็นไปโดยอัตโนมัติก็ตาม แต่ในทรัพย์สินบางประเภทของผู้ตาย เช่น อสังหาริมทรัพย์ หรือสังหาริมทรัพย์ชนิดพิเศษ หรือสังหาริมทรัพย์ประเภทที่ต้องมีทะเบียนในการควบคุม นั้น แม้จะตกทอดแก่ทายาทก็ตาม การจัดการทรัพย์สินเหล่านี้บางกรณี เช่น การโอนมาเป็นของทายาท การขายต่อเจ้าพนักงานที่เกี่ยวข้องทางทะเบียนจะยังไม่สามารถจัดการให้ได้ทันที จะทำได้ต่อเมื่อมีคำสั่งศาล แต่งตั้งผู้จัดการมรดกก่อน

คนส่วนใหญ่สร้างสินทรัพย์ความมั่งคั่งและมั่นคง ไม่ได้เพื่อตัวเองเท่านั้น แต่ก็เพื่อคนข้างหลังอีกด้วย บางคนสร้างเนื้อสร้างตัวจากเสื่อผืนหมอนใบ ด้วยความยากลำบาก อุตสาหะ พุ่เมเทแรงกายแรงใจ ทั้งชีวิต ชีวิตนี้ของเราไม่ได้สุขสบาย หวังว่าจะทำให้คนที่เรารัก ผู้อยู่ข้างหลัง ลูกหลาน ญาติพี่น้อง อยู่สุขสบาย มั่นคง แต่หลายครั้ง และหลายครอบครัว ที่เหตุการณ์ไม่เป็นอย่างที่ เจ้ามรดก คุณปู่ คุณย่า คุณตา คุณยาย คุณพ่อ คุณแม่ คาดหวังตามเจตนารมณ์ หลากหลายปัญหาที่เกิดจาก “ทรัพย์” หลังจากที่ได้เจ้ามรดกได้จากโลกนี้ไป ทายาทไม่ทราบว่าจะดำเนินการอย่างไร? การจัดการทรัพย์สินมีความยืดเยื้อหลายปี มีกระทั่งถูกเบียดบัง ฉ้อโกงด้วยความไม่รู้ พี่น้องทะเลาะกัน จนถึงขั้นฆ่ากันตายก็มี บางสถานการณ์ บางกรณี ถ้าไม่มีพินัยกรรม จะไม่ทราบว่า ทรัพย์สินมรดก และเงินของคุณ ตกที่ใคร ขึ้นตอนต่าง ๆ เป็นอย่างไร

เนื่องจากเป็นขั้นตอนทางปฏิบัติที่ข้าราชการ ประชาชน คิดว่ามีการดำเนินการที่ยุ่งยาก จึงมีความสนใจที่จะแนะนำให้คนทั่วไปได้ทราบถึงขั้นตอนและรายละเอียดการตั้งผู้จัดการมรดก (นายบ้านและคอนโด, 2563: ออนไลน์)

เนื้อหา

ผู้จัดการมรดก ถือเป็นบุคคลสำคัญที่ช่วยดำเนินการเกี่ยวกับมรดกต่าง ๆ ให้ถูกจัดสรรอย่างลงตัว ทั้งทรัพย์สินที่ต้องส่งต่อแก่ทายาท หรือการจัดการเรื่องหนี้สินของผู้ตาย โดยหากผู้ตายได้ทำพินัยกรรมไว้ก็สามารถจัดการต่าง ๆ ได้ง่ายขึ้น แต่หากไม่ได้ทำพินัยกรรมไว้ ต้องดำเนินการต่าง ๆ ตามขั้นตอน ผู้จัดการมรดก มีหน้าที่รวบรวม ทำบัญชี และแบ่งปันทรัพย์สินซึ่งเป็นมรดกของผู้ตายให้ทายาทผู้มีสิทธิรับมรดกของผู้ตาย และที่สำคัญ ผู้จัดการมรดก ต้องเป็นบุคคลซึ่งศาลมีคำสั่งตั้งให้เป็นผู้จัดการมรดก นอกจากนี้ผู้จัดการมรดกมีสิทธิและหน้าที่ที่จะทำการอันจำเป็นเพื่อจัดการมรดกโดยทั่วไปและมีหน้าที่รวบรวมทรัพย์สินมรดกเพื่อแบ่งให้ทายาทโดยธรรมหรือผู้รับพินัยกรรม ตลอดจนชำระหนี้สินของเจ้ามรดกแก่เจ้าหนี้ ทำบัญชีทรัพย์สินมรดก และทำรายการแสดงบัญชีการจัดการและแบ่งมรดก โดยต้องจัดการไปในทางที่เป็นประโยชน์ แก่มรดก จะทำนิติกรรมใด ๆ ที่เป็นอุปสรรคต่อมรดกไม่ได้ หากผู้จัดการมรดกละเลยไม่ทำตามหน้าที่ เช่น ปิดบังมรดกต่อทายาท หรือเบียดบังเป็นของตน หรือเพิกเฉยไม่แบ่งมรดกให้แก่ทายาท ทายาทผู้มีสิทธิรับมรดกหรือผู้มีส่วนได้เสียจะร้องขอให้ศาลมีคำสั่งถอนผู้จัดการมรดก เพราะเหตุผู้จัดการมรดกละเลยไม่ทำตามหน้าที่หรือเพราะเหตุอย่างอื่นที่สมควรก็ได้ และอาจมีความผิดอาญามีโทษจำคุกได้ เพื่อให้การดำเนินการจัดตั้งผู้จัดการมรดก เป็นไปด้วยความเข้าใจ สามารถดำเนินการเองได้ ลดค่าใช้จ่าย ถ้าไม่มีพินัยกรรม ทรัพย์สินมรดก และเงินของคุณ จะตกไปอยู่ที่ใคร

ลำดับชั้นตามกฎหมาย

ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ ได้แบ่งลำดับชั้นของทายาทโดยธรรม ที่สามารถรับมรดกออกเป็น 6 ลำดับ ตามมาตรา 1629 แต่มรดกทั้งหมดนั้น ก็ได้จะตกไปอยู่ที่ 6 อันดับ เท่า ๆ หรือทั่วถึงกัน ในมาตรา 1630 ได้ระบุไว้ว่า ตราบใดที่ทายาทชั้นใกล้ชิดที่สุดยังมีชีวิตอยู่ หรือไม่ขาดผู้รับมรดกแทนตามลำดับชั้น ทายาทที่อยู่ในอันดับต่อไปไม่มีสิทธิในมรดก ซึ่งลำดับชั้นได้แบ่งออกตามนี้

ผู้สืบสันดาน (บุตรทางสายเลือดหรือบุตรบุญธรรม)

บิดามารดา

พี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน

พี่น้องร่วมบิดาหรือมารดาเดียวกัน

ปู่ ย่า ตา ยาย

ลุง ป้า น้า อา

หลักการแบ่งมรดก

1. หากเป็นสินสมรสต้องแบ่งให้คู่สมรสครึ่งหนึ่งก่อน ส่วนที่เหลือจึงเป็นทรัพย์สินมรดกที่จะนำมาแบ่งให้แก่ทายาท

2. ทายาทลำดับชั้นก่อน ตัดทายาทลำดับชั้นหลัง โดย ลำดับชั้นที่ 1 และ 2 ไม่ตัดกัน

3. หากไม่มีทายาทชั้นที่ 6 ทรัพย์สินให้ตกเป็นของแผ่นดิน

4. ทายาทที่มีลำดับชั้นเดียวกันมีสิทธิรับมรดกคนละเท่า ๆ กัน

5. ถ้าทายาทลำดับชั้นที่ 1 3 4 หรือ 6 ตายก่อนเจ้ามรดก ทายาทผู้ตายมีสิทธิรับมรดกแทนที่ สำหรับคู่สมรสที่ยังมีชีวิตอยู่ ก็นับเป็นทายาทโดยธรรม ภายใต้บังคับของบทบัญญัติพิเศษ แห่งมาตรา 1635 คู่สมรสตามกฎหมายสามารถรับมรดกได้ แต่สัดส่วนมรดกที่จะได้รับนั้นต้องพิจารณาว่า ผู้รับมรดกมีลำดับชั้นไหนบ้าง

หากผู้ตายขณะนั้นมีผู้สืบสันดาน คู่สมรสก็จะได้รับมรดกเทียบเท่าชั้นบุตร และหากบิดามารดาของผู้ตายนั้น ยังมีชีวิตอยู่ด้วย บิดามารดาก็มีสิทธิในมรดกเทียบเท่าชั้นบุตรอีกด้วย

พินัยกรรม คือ อะไร? ทำไม เราควรต้องทำพินัยกรรม?

พินัยกรรม คือ การแสดงเจตนากำหนดการเผื่อตายในเรื่องทรัพย์สิน หรือในการต่าง ๆ อันจะให้เกิดเป็นผลบังคับได้ตามกฎหมายเมื่อเราตายแล้ว การทำพินัยกรรมเป็นเรื่องที่เจ้ามรดกประสงค์จะยกทรัพย์สินของตนให้แก่ใครก็ได้

หลายคนได้ยินเรื่องพินัยกรรมแต่ไม่แน่ใจว่าควรทำไหม บางคนคิดว่าไม่น่าจะเกี่ยวกับเราเพราะสมาชิกครอบครัวเรารักกันดี มีจำนวนคนน้อย หรือว่าไม่น่าจะต้องยุ่งยากไปทำพินัยกรรม บางคนก็คิดว่ามันมีแต่อยู่ในละคร หรือผู้ใหญ่บางคนคิดว่าเป็นการ “แข่ง” ให้อายุสั้น

การคิดถึงเรื่องการ “ยก” หรือ “ส่งมอบ” ทรัพย์สิน โดยการทำพินัยกรรม ไม่ใช่การ “แข่ง” หรือ “วางไม่ตี” หรือ “ยังไม่ถึงเวลาที่ควรทำ” เพราะ “ความแน่นอน คือ ความไม่แน่นอน” ความตายเข้าใกล้เราเข้ามาทุกวัน ความตายอาจมาแบบปัจจุบันทันด่วนไม่มีเวลาสั่งเสีย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงโรคระบาดโควิด เห็นกันอยู่ไม่ถึงอาทิตย์ กลับขึ้นเมรุเผาในวันเดียว ไร้พิธี ไร้ญาติพี่น้อง ไร้คนส่ง ในบางกรณี ที่ทรมานไปกว่านั้น ต้องนอนติดเตียง ต่อท่อช่วยหายใจ มีสติแต่ไร้ความสามารถ พูดไม่ได้ สั่งเสียอะไรไม่ได้ ดังนั้น การวางแผนมรดก ทำพินัยกรรม จึงไม่มีคำว่า “เร็วเกินไป”

หลายครอบครัว พี่น้องทะเลาะกัน บางกรณีถึงขั้นฆ่ากันตาย หรือหลายกรณี ทำให้ทรัพย์สินตกไปอยู่กับคนที่ไม่เหมาะสม เจ้ามรดกไม่อยากให้ ลูกโกงหน้าด่าน ๆ พระเครื่องของสะสมทั้งชีวิต ถูกเลหลังขายแบบไม่รู้คุณค่า ลูกรัก หลานรัก ไม่ได้รับมรดก อยู่อย่างลำบากขั้นแค้น น้องหมา น้องแมว ถูกตัดหางปล่อยวัด ลูกที่ไม่ได้ความเอาสมบัตินไปผลาญกับการพนัน ยาเสพติด ทำให้ครอบครัว ตระกูลตกต่ำ การทำพินัยกรรมในกรณีเกิดเหตุไม่คาดคิดจึงมีความจำเป็น ผู้จากไปจะได้จากไปอย่างสงบ

หลักเกณฑ์ และข้อกำหนดตามกฎหมาย ในการทำพินัยกรรม

1. ทำด้วยตนเอง และต้องมีอายุครบ 15 ปีบริบูรณ์ เรื่องนี้น่าสนใจ เพราะอายุ 15 ปี ก็ยังไม่บรรลุนิติภาวะ ยังอาจเป็นเด็กอยู่ในมุมมองผู้ใหญ่ แต่กฎหมายกลับให้ทำพินัยกรรมได้
2. ไม่เป็นคนไร้ความสามารถ หรือบุคคลวิกลจริต โดยคำสั่งศาลแล้ว แต่กรณีเป็นบุคคลที่ถูกศาลสั่งให้เป็นผู้เสมือนไร้ความสามารถ ทำพินัยกรรมได้ โดยไม่ต้องได้รับความยินยอมจากผู้พิทักษ์
3. ผู้ทำพินัยกรรม ไม่ได้ถูกข่มขู่ สำคัญผิด หรือถูกหลอกโดยกลฉ้อฉล
4. ผู้เขียน ผู้พิมพ์ พยานในพินัยกรรม จะเป็นผู้รับทรัพย์ตามพินัยกรรมไม่ได้ (รวมทั้งคู่สมรสตามกฎหมายของทั้งคนเขียน คนพิมพ์ และพยาน)
5. พินัยกรรมแบบพิมพ์ จะลงลายมือชื่อหรือพิมพ์นิ้วมือก็ได้ แต่จะใช้ตราประทับหรือลงแกลงไม่ได้
6. ต้องเป็นทำหนังสือ ลงวัน / เดือน / ปี ในขณะที่ทำพินัยกรรม หากไม่ลงเป็นโมฆะ
7. ผู้ทำพินัยกรรมต้องลงลายมือชื่อไว้ต่อหน้าพยานอย่างน้อย 2 คน “พร้อมกัน” และพยาน 2 คนต้องลงลายมือชื่อรับรองลายมือชื่อของผู้ทำพินัยกรรมไว้ขณะนั้น
8. การชู้ด ลบ ตก เต็ม หรือแก้ไขเปลี่ยนแปลงอย่างอื่นซึ่งพินัยกรรม นั้นย่อมไม่สมบูรณ์
9. ผู้ทำพินัยกรรมสามารถ ระบุทรัพย์สินที่ต้องการส่งต่อให้ทายาทได้ทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็อสังหาริมทรัพย์ เช่น บ้าน, คอนโดมิเนียม, ที่ดิน หรือสังหาริมทรัพย์ เช่น เงินฝากในธนาคาร, ทองคำ, กองทุนประเภทต่าง ๆ, เครื่องประดับ เพชรพลอย รวมถึงหุ้นในและนอกตลาดหลักทรัพย์
10. พินัยกรรมควรแต่งตั้งผู้จัดการมรดกโดยสามารถระบุผู้ทำหน้าที่ผู้จัดการมรดกที่เจ้ามรดกไว้ใจลงในพินัยกรรมไปได้เลย
11. ทายาทตามพินัยกรรมอาจเป็นบุคคล หรือไม่ ก็ได้ และไม่จำเป็นต้องเป็นสมาชิกในครอบครัว เช่น ถ้าจะยกทรัพย์สินให้กับวัดหรือมูลนิธิ ก็สามารถทำได้
12. ผู้ทำพินัยกรรมจะยกทรัพย์สินให้ได้เฉพาะทรัพย์สินของตนเองแท้ ๆ เท่านั้น เช่น เรื่องของทรัพย์สินระหว่างสามีภรรยาที่เป็นสินสมรส ถือเป็นกรรมสิทธิ์ของสามีและภรรยาในสัดส่วนเท่า ๆ กัน ทำให้สามีหรือภรรยาจะยกทรัพย์สินที่เป็นสินสมรสในส่วนที่ไม่ใช่ของตนแท้ ๆ ให้บุคคลอื่นไม่ได้ ดังนั้น ก่อนสามีหรือภรรยาจะยกทรัพย์สินให้บุคคลใด ต้องทราบด้วยว่าทรัพย์สินที่จะยกให้ นั้นเป็นทรัพย์สินในส่วนของใคร
13. เงินประกันชีวิต เงินบำเหน็จตกทอด เงินมีบ้านอายุตกทอด เงินฌาปนกิจสงเคราะห์ตกทอด ไม่อาจเป็นมรดกที่ระบุลงในพินัยกรรมได้ เพราะไม่ใช่ทรัพย์สินที่เจ้ามรดกมีอยู่ก่อนตาย

คนรับมรดก ที่เป็น บุพการีและผู้สืบสันดาน จะต้องเสียภาษีอัตรา 5% ของส่วนที่เกิน 100 ล้านบาท นอกนั้นจะเสียในอัตรา 10% ของส่วนที่เกิน 100 ล้านบาท (พระราชบัญญัติภาษีมรดก พ.ศ. 2558: 1 -11)

ผู้จัดการมรดก คือ ใคร? บทบาท หน้าที่ และความรับผิดชอบ

ผู้จัดการมรดก คือ บุคคลซึ่งศาลมีคำสั่งตั้ง ตามคำร้องขอของทายาทโดยธรรมที่มีสิทธิรับมรดก หรือผู้มีส่วนได้เสีย หรือตามพินัยกรรม โดยผู้จัดการมรดกไม่จำเป็นต้องเป็นทายาท หรือผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย กับกองมรดก ผู้จัดการมรดกมีสิทธิและหน้าที่ที่จะทำการอันจำเป็น เพื่อจัดการมรดกโดยทั่วไป และมีหน้าที่ รวบรวมมรดก เพื่อแบ่งให้ทายาทโดยธรรมหรือผู้รับพินัยกรรม ตลอดจนชำระหนี้สินของเจ้ามรดกแก่เจ้าหนี้ ติดตามหนี้สินที่เจ้ามรดกเป็นเจ้าหนี้ ทำบัญชีมรดกและรายการแสดงบัญชีการจัดการ โดยต้องจัดการไป ในทางที่เป็นประโยชน์แก่มรดก จะทำนิติกรรมใด ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อกองมรดกไม่ได้

หากผู้จัดการมรดกละเลยไม่ทำการตามหน้าที่ เช่น ปิดบังมรดกต่อทายาท หรือเพิกเฉยไม่แบ่ง มรดก ทายาทผู้มีสิทธิรับมรดกหรือผู้มีส่วนได้เสียจะร้องขอให้ศาลมีคำสั่งถอนผู้จัดการมรดกก็ได้

หน้าที่ผู้จัดการมรดก ให้เริ่มนับตั้งแต่วันที่ได้ฟังหรือถือว่าได้ฟังคำสั่งศาลแล้ว (ประมวลกฎหมาย แพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1716) ดังนี้

1. จัดทำบัญชีทรัพย์สินมรดก ภายใน 15 วัน นับแต่วันที่เริ่มหน้าที่ผู้จัดการมรดก (วันฟังคำสั่งศาล หรือถือว่าได้ฟังคำสั่งศาลแล้ว) และต้องจัดทำให้เสร็จภายใน 1 เดือน หากไม่เสร็จก็สามารถขออนุญาต ต่อศาลขยายระยะเวลาอีกได้ (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1728 และมาตรา 1729)

2. ถ้ามิได้จัดทำให้เสร็จภายในกำหนดเวลา และตามแบบที่กำหนดหรือบัญชีไม่เป็นที่พอใจ แก่ศาล เพราะความประมาทเลินเล่ออย่างร้ายแรงหรือการทุจริต หรือความสามารถอันเห็นประจักษ์ ของผู้จัดการมรดก ศาลจะถอนผู้จัดการมรดกเสียก็ได้ (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1731)

3. บัญชีทรัพย์สินมรดกต้องมีพยาน ๒ คน และต้องเป็นทายาทที่มีส่วนได้เสียในกองมรดก (ประมวล กฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1729 วรรค 2) บัญชีทรัพย์สินมรดกต้องมีรายการแสดงว่าเป็นทรัพย์สิน, สิทธิเรียกร้องอะไรบ้างเงินมูลค่าเท่าใดและแจ้งจำนวนเจ้าหนี้ว่ามีใครบ้าง เป็นเงินรวมเท่าใด

4. ผู้จัดการมรดกต้องจัดการตามหน้าที่ และทำรายงานแสดงบัญชีการจัดการและแบ่งปันมรดก ให้เสร็จภายใน ๑ ปี นับแต่วันฟังคำสั่งศาล หรือถือว่าได้ฟังคำสั่งศาลแล้วเว้นแต่ทายาทโดยจำนวนข้างมาก หรือศาลจะกำหนดไว้เป็นอย่างอื่น (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1732)

5. ผู้จัดการมรดกไม่มีสิทธิที่จะได้รับบำเหน็จจากกองมรดกเว้นแต่พินัยกรรมหรือทายาทจำนวน ข้างมากจะได้กำหนดไว้ (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1721)

6. ผู้จัดการมรดกจะทำพินัยกรรมใด ๆ ซึ่งตนมีส่วนได้เสียเป็นปฏิปักษ์ต่อกองมรดกไม่ได้ เว้นแต่ พินัยกรรมจะได้อนุญาตไว้หรือได้รับอนุญาตจากศาล (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1722)

7. ผู้จัดการมรดกต้องจัดการมรดกด้วยตนเอง (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1723)

8. ถ้าผู้จัดการมรดกเข้าทำนิติกรรมกับบุคคลภายนอก โดยเห็นแก่ทรัพย์สินอย่างไร ๆ หรือ ประโยชน์อื่นใด อันบุคคลภายนอกได้ให้ หรือได้ให้คำมั่นว่าให้เป็นลาภส่วนตัวยอมไม่ผูกพันทายาท เว้นแต่ทายาท เว้นแต่ทายาทจะได้ยินยอมด้วย (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1724 วรรค 2)

9. ผู้จัดการมรดกต้องสืบหาโดยสมควรซึ่งตัวผู้มีส่วนได้เสียและแจ้งไปให้ทราบถึงข้อกำหนดพินัยกรรมที่เกี่ยวกับผู้มีส่วนได้เสียนั้นภายในเวลาอันสมควร (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1725)
10. ทายาทจะต้องบอกทรัพย์สินมรดกและหนี้สินของผู้ตายตามที่ตนรู้ทั้งหมดแก่ผู้จัดการมรดก (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1735)
11. ผู้จัดการมรดกต้องจัดแบ่งสินมรดกและมอบโดยเร็วโดยชำระหนี้กองมรดก (ถ้ามี) เสียก่อน (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1744)
12. ผู้จัดการมรดกต้องจัดการตามหน้าที่ และทำรายงานแสดงบัญชีการจัดการและแบ่งปันมรดกให้เสร็จภายใน ๑ ปี นับแต่วันฟังคำสั่งศาล หรือถือว่าได้ฟังคำสั่งศาลแล้วเว้นแต่ทายาทโดยจำนวนข้างมากหรือศาลจะกำหนดไว้เป็นอย่างอื่น (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1732)
13. ถ้าผู้จัดการมรดกมิได้จัดทำบัญชีทรัพย์สินมรดกให้เสร็จภายในกำหนดเวลาและตามแบบที่กำหนดหรือบัญชีไม่เป็นที่พอใจแก่ศาล เพราะความประมาทเลินเล่ออย่างร้ายแรงหรือการทุจริต หรือความไม่สามารถอันเห็นประจักษ์ของผู้จัดการมรดก ศาลจะถอนผู้จัดการมรดกเสียก็ได้ (ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1731)

การแต่งตั้งผู้จัดการมรดก

ผู้มีสิทธิยื่นคำร้อง ต้องยื่นคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดกต่อศาลที่เจ้ามรดกมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตอำนาจศาลในขณะถึงแก่ความตาย แต่หากเจ้ามรดกไม่มีภูมิลำเนาอยู่ในราชอาณาจักร ให้เสนอต่อศาลที่ทรัพย์สินมรดกอยู่ในเขตอำนาจศาล ซึ่งศาลที่มีอำนาจในการออกคำสั่งตั้งผู้จัดการมรดก ต้องเป็นศาลที่มีอำนาจพิจารณาพิพากษาคดีแพ่งและต้องเป็นศาลจังหวัดเท่านั้น กรณีที่ภูมิลำเนาของเจ้ามรดกอยู่ในกรุงเทพมหานคร ผู้ที่จะร้องขอตั้งผู้จัดการมรดก ต้องยื่นคำร้องต่อศาลแพ่ง ศาลแพ่งกรุงเทพใต้ ศาลแพ่งธนบุรี ศาลแพ่งมีนบุรี ศาลแพ่งพระโขนง ศาลแพ่งตลิ่งชัน แล้วแต่เจ้ามรดกมีภูมิลำเนาอยู่ในท้องที่ของศาลใด หากเจ้ามรดกมีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด การยื่นคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดกต้องกระทำต่อศาลจังหวัดในท้องที่ที่เจ้ามรดกมีภูมิลำเนาอยู่ก่อนถึงแก่ความตาย เมื่อยื่นคำร้องต่อศาลแล้ว ศาลจะนัดไต่สวนคำร้องประมาณ 2 เดือน หลังจากไต่สวนคำร้องเสร็จ 1 เดือน ผู้ร้องสามารถขอคัดสำเนาคำสั่งตั้งผู้จัดการมรดก พร้อมหนังสือรับรองคดีถึงที่สุด เพื่อใช้ดำเนินการต่อไป

ปัจจุบัน เนื่องจาก สถานการณ์โควิด ทางศาลได้อนุญาตให้ไต่สวนคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดกทางระบบอิเล็กทรอนิกส์ โดยศาลจะนัดไต่สวนผ่านวิดีโอคอล ท่านสามารถแจ้งความประสงค์ให้ทนายผู้รับผิดชอบ ยื่นคำร้อง ดำเนินการได้

ผู้มีสิทธิยื่นคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดก

ทายาทโดยธรรมที่มีสิทธิได้รับมรดกจริง ๆ หรือผู้รับพินัยกรรม

ผู้มีส่วนได้เสีย เช่น เจ้าของร่วมในทรัพย์สินของเจ้ามรดก หรือสามีภริยาซึ่งไม่ได้จดทะเบียนสมรส และมีทรัพย์สินร่วมกัน เป็นต้น

พนักงานอัยการ

คุณสมบัติผู้จัดการมรดก

บรรลุนิติภาวะ อายุตั้งแต่ 20 ปีบริบูรณ์

ไม่เป็นคนวิกลจริต หรือคนเสมือนไร้ความสามารถ

ไม่เป็นบุคคลล้มละลาย

เอกสารประกอบการยื่นคำร้อง (สำนักงานอัยการคุ้มครองสิทธิและช่วยเหลือทางกฎหมายและการบังคับคดี จังหวัดร้อยเอ็ด, 2560 : ออนไลน์)

เอกสารแสดงความสัมพันธ์ระหว่างผู้ร้องกับเจ้ามรดก เช่น สูติบัตร ทะเบียนสมรส ทะเบียนบ้าน ใบมรณบัตรของเจ้ามรดก

เอกสาร หรือทะเบียนเกี่ยวกับทรัพย์สินมรดก เช่น โฉนดที่ดิน หนังสือรับรองกรรมสิทธิ์ห้องชุด (อช.2) บัญชีธนาคาร ทะเบียนรถยนต์ เป็นต้น

บัญชีเครือญาติของเจ้ามรดก

หนังสือยินยอมให้เป็นผู้จัดการมรดกจากทายาท

พินัยกรรม (หากมี)

หนังสือสำคัญแสดงการเปลี่ยนชื่อ-สกุล (หากมี)

ความสิ้นสุดของการเป็นผู้จัดการมรดก

ตาย หรือเสียชีวิต

ตกเป็นบุคคลผู้มีคุณสมบัติต้องห้าม เช่น บุคคลล้มละลาย บุคคลวิกลจริต หรือเสมือนไร้ความสามารถ

ลาออก ซึ่งต้องยื่นคำร้อง และได้รับอนุญาตจากศาล แต่หากในระหว่างทำหน้าที่ แล้วมีความเสียหายในการจัดการเกิดขึ้น ก็ยังต้องรับผิดชอบ

ศาลมีคำสั่งถอน “ผู้จัดการมรดก” อาจโดยคำร้องของทายาทคนอื่น

การจัดการมรดกสิ้นสุดลง นับตั้งแต่ ผู้จัดการมรดก ได้โอนมรดก “ทั้งหมด” ให้กับทายาทไป โดยเป็นการเริ่มนับอายุความจัดการมรดก 5 ปี

ความหมายของมรดก

มรดก คือ ทรัพย์สินทุกชนิดของผู้ตายที่มีอยู่ก่อนถึงแก่ความตาย รวมทั้งสิทธิหน้าที่และความรับผิดชอบต่าง ๆ เช่น กรรมสิทธิ์ในที่ดิน รถยนต์ หอสมุด สิทธิการเข้าชื่อ ทรัพย์สินต่าง ๆ เงินฝากในธนาคาร เป็นต้น ทายาทที่มีสิทธิรับมรดก

ทายาท มี 2 ประเภท คือ

ผู้รับพินัยกรรม คือ ทายาทที่มีสิทธิรับมรดกตาม que ผู้ตายกำหนดไว้ในพินัยกรรม

ทายาทโดยธรรมคือ ทายาทที่มีสิทธิรับมรดกตามกฎหมาย มี 6 ลำดับ แต่ละลำดับมีสิทธิรับมรดกก่อนหลัง ดังต่อไปนี้

- (1) ผู้สืบสันดาน
- (2) บิดามารดา
- (3) พี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน
- (4) พี่น้องร่วมบิดาหรือมารดาเดียวกัน
- (5) ปู่ ย่า ตา ยาย
- (6) ลุง ป้า น้า อา

คู่สมรสที่ยังมีชีวิตอยู่ ก็เป็นทายาทโดยธรรมของผู้ตายด้วยผู้รับพินัยกรรม

กรณีพระภิกษุสงฆ์

ข้อควรรู้เกี่ยวกับทรัพย์สินของพระภิกษุ

1. ทรัพย์สินที่มีก่อนอุปสมบทจะเป็นทรัพย์สินส่วนตัวของพระภิกษุ ซึ่งหากมรณภาพก็จะตกทอดเป็นมรดกแก่ทายาทต่อไป

2. ทรัพย์สินที่มีหรือได้มาในระหว่างอยู่ในสมณเพศ เช่น มีญาติโยมศรัทธาถวายเงินทองให้ ก็ยังคงเป็นทรัพย์สินส่วนตัวของพระภิกษุอยู่ เพียงแต่หากพระภิกษุมรณภาพให้ตกเป็นสมบัติของวัดที่เป็นภูมิลำเนาของพระภิกษุ (วัดที่จำพรรษา) เว้นแต่พระภิกษุจะได้ทำพินัยกรรมไว้ก่อนมรณภาพยกให้ใคร หรือได้จำหน่ายไปก่อนมรณภาพ ก็จะไม่ตกเป็นของวัด

ข้อควรรู้เกี่ยวกับการรับมรดกของพระภิกษุ

1. พระภิกษุเป็นผู้รับมรดกในฐานะทายาทโดยธรรมได้ เพียงแต่จะต้องสึกออกมาเสียก่อน จากนั้นก็มาเรียกร้องเอาทรัพย์สินมรดกในฐานะทายาทโดยธรรมภายใน 1 ปี นับแต่เมื่อเจ้ามรดกตาย หรือนับแต่เมื่อรู้หรือควรได้รู้ถึงความตาย

2. พระภิกษุเป็นผู้รับมรดกตามพินัยกรรมได้

(ประมวลกฎหมายแพ่งพาณิชย์ มาตรา 1622, 1623, 1624)

ความหมายของผู้จัดการมรดก

ผู้จัดการมรดก คือ บุคคลซึ่งศาลมีคำสั่งตั้งให้เป็นผู้จัดการมรดก เพื่อทำหน้าที่รวบรวม ทำบัญชี และแบ่งปันทรัพย์สินซึ่งเป็นมรดกของผู้ตายให้ทายาทผู้มีสิทธิรับมรดกของผู้ตาย

คุณสมบัติของผู้จัดการมรดก

บรรลุนิติภาวะ (มีอายุ 20 ปีบริบูรณ์)

ไม่เป็นคนวิกลจริต

ไม่เป็นคนไร้ความสามารถหรือคนเสมือนไร้ความสามารถ

ไม่เป็นบุคคลล้มละลาย

ผู้มีสิทธิยื่นคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดก

ทายาท (ทายาทโดยธรรมหรือผู้รับพินัยกรรม)

ผู้มีส่วนได้เสียในทรัพย์มรดก

พนักงานอัยการ

หน้าที่ของผู้จัดการมรดก

ผู้จัดการมรดกมีสิทธิและหน้าที่ที่จะทำการอันจำเป็นเพื่อจัดการมรดกโดยทั่วไปและมีหน้าที่รวบรวมทรัพย์มรดกเพื่อแบ่งให้ทายาทโดยธรรมหรือผู้รับพินัยกรรม ตลอดจนชำระหนี้สินของเจ้ามรดกแก่เจ้าหนี้ ทำบัญชีทรัพย์มรดก และทำรายการแสดงบัญชีการจัดการและแบ่งมรดก โดยต้องจัดการไปในทางที่เป็นประโยชน์แก่มรดก จะทำนิติกรรมใด ๆ ที่เป็นปรปักษ์ต่อกองมรดกไม่ได้

หากผู้จัดการมรดกละเลยไม่ทำการตามหน้าที่ เช่น ปิดบังมรดกต่อทายาท หรือเบียดบังเป็นของตนหรือเพิกเฉยไม่แบ่งมรดกให้แก่ทายาท ทายาทผู้มีสิทธิรับมรดกหรือผู้มีส่วนได้เสียจะร้องขอให้ศาลมีคำสั่งถอนผู้จัดการมรดก เพราะเหตุผู้จัดการมรดกละเลยไม่ทำตามหน้าที่หรือเพราะเหตุอย่างอื่นที่สมควรก็ได้ และอาจมีความผิดอาญาได้โทษจำคุกได้

ศาลที่มีอำนาจพิจารณาคดี

การยื่นคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดก ให้ยื่นต่อศาลที่ผู้ตายมีภูมิลำเนาอยู่ในเขตศาลในขณะถึงแก่ความตาย ได้แก่ ศาลแพ่ง (กทม.), ศาลจังหวัด (ต่างจังหวัด)

หากผู้ตายมีภูมิลำเนาอยู่ในต่างประเทศ ให้ยื่นต่อศาลที่ทรัพย์มรดกนั้นตั้งอยู่ในเขตศาล

เอกสารที่ใช้ยื่นขอเป็นผู้จัดการมรดก

สำเนาใบมรณบัตรหรือหนังสือรับรองการตายของผู้ตายและทายาททุกคนที่เสียชีวิตแล้ว

สำเนาทะเบียนบ้านของผู้ตายที่เจ้าหน้าที่ประทับว่า “ตาย” แล้ว

สำเนาทะเบียนบ้าน และสำเนาบัตรประจำตัวประชาชนของผู้ร้องขอเป็นผู้จัดการมรดกและทายาท
ทุกคนที่มีชีวิตอยู่

ทะเบียนสมรส หรือทะเบียนหย่า ของสามีภรรยาของผู้ตาย

ใบสำคัญการเปลี่ยนชื่อ ชื่อสกุล กรณีเอกสารไม่ตรงกัน

สูติบัตรของบุตรกรณียังไม่บรรลุนิติภาวะ

พินัยกรรมของผู้ตาย (ถ้ามี)

หนังสือให้ความยินยอมของทายาทที่เซ็นยินยอมต่อหน้าเจ้าหน้าที่

บัญชีเครือญาติที่ถูกต้องตามความจริง

เอกสารเกี่ยวกับทรัพย์สินที่ต้องจัดการ เช่น โฉนดที่ดิน, น.ส. 3, สมุดเงินฝาก, ทะเบียนรถ ฯลฯ

การยื่นขอจัดการมรดกออนไลน์ (ศาลแพ่ง, 2564)

ขั้นตอนการยื่นมีดังต่อไปนี้

1. เอกสารที่ต้องเตรียมให้พร้อมในการยื่นคำร้องขอแต่งตั้งผู้จัดการมรดกโดยทำเป็น ไฟล์ PDF ซึ่งขอเขียนอธิบายถึงการเขียนเอกสารในโพสหน้าเพราะกลัวเนื้อหาจะยาวเกิน แต่เราสามารถหาตัวอย่างได้ในอินเทอร์เน็ต เอกสารที่ต้องเตรียมประกอบคำร้อง ได้แก่

1.1 แบบพิมพ์คำร้อง

1.2 แบบเอกสารท้ายคำร้อง เช่นใบมรณะบัตร ทะเบียนบ้านผู้ตาย เอกสารแสดงกรรมสิทธิ์ของผู้ตาย เช่นโฉนด ทะเบียนรถ

1.3 บัญชีพยาน

1.4 บัญชีทรัพย์สิน

1.5 บัญชีเครือญาติ

1.6 หนังสือให้ความยินยอมทายาท

แบบพิมพ์ศาลดาวน์โหลดได้ที่ <https://civil.coj.go.th/th/content/category/detail/id/10/cid/11/iid/162179>

2. เข้าไปที่เว็บไซต์ของสำนักงานศาลยุติธรรม เพื่อเข้าสู่ระบบ e-filing กดไปที่ลงทะเบียน หรือ หากเคยลงทะเบียนไว้แล้วคลิกที่เข้าสู่ระบบ

3. หลังจากสมัครลงทะเบียนเรียบร้อยแล้วคลิกที่เข้าสู่ระบบ โดยระบบจะส่งรหัส OTP ไปยังมือถือที่ได้ลงทะเบียนไว้ สำหรับผู้ที่ลงทะเบียนครั้งแรก จำเป็นที่จะต้องไปยืนยันตนที่ศาลใกล้บ้านท่านเสียก่อน จากนั้นเรากลับมาดำเนินการต่อ โดยการคลิกเลือกไปที่เมนูด้านบนตรงคำว่าโจทก์ แล้วเลือกยื่นคำร้องขอจัดการมรดก

4. จากนั้นจะมีข้อแนะนำและเงื่อนไขในการใช้งานอ่านให้ละเอียดและกดยอมรับเงื่อนไข

5. หน้าต่อไป คือศาล/ประเภทคดี กรอกรายละเอียดต่าง ๆ ให้ครบทุกช่อง ศาลที่มีเขตอำนาจพิจารณาคดีต้องเป็นศาลที่เจ้ามรดกมีภูมิลำเนาอยู่ในขณะถึงแก่ความตาย

6. หลังจากนั้นกรอกรายละเอียดของผู้ร้องซึ่งผู้ร้องที่สามารถยื่นคำร้องขอตั้งผู้จัดการมรดกได้ต้องเป็นทายาทหรือผู้มีส่วนได้เสียเท่านั้น

7. ถัดมากรอกรายละเอียดของผู้ตาย

8. ถัดไปอัปโหลดเอกสารต่าง ๆ ที่เราได้เตรียมไว้ในตอนต้น ตรงคำขอท้ายฟ้อง เขียนว่า ขอศาลได้โปรดทำการไต่สวนและมีคำสั่งแต่งตั้งให้นาย/นางสาว...เป็นผู้จัดการมรดกของนาย...ผู้วายชนม์เพื่อให้มีสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายต่อไปขอศาลได้โปรดอนุญาต ลงท้ายด้วย ควรมีควแล้วแต่จะโปรด

9. จากนั้นลงวันและเวลานัดในการไต่สวน เลือกวันที่เราสะดวกปกติจะห่างจากวันที่ยื่นประมาณ 30 - 45 วัน

10. หลังจากเลือกวันนัดเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็มาตรวจสอบข้อมูลต่าง ๆ ก่อนชำระเงินค่าธรรมเนียม

11. ในหน้าชำระเงินเราสามารถtickขอยกเว้นค่าธรรมเนียมศาลได้อีกด้วย

12. สุดท้ายผลของการยื่นคำขอ โดยเราทำการพิมพ์ใบยืนยันการรับเอกสารและรับเงินเก็บไว้ จากนั้นวันรุ่งขึ้นเราก็กลับมาล๊อคอินอีกครั้งเพื่อดูว่าศาลรับคำร้องของเราหรือไม่หากศาลรับคำร้องเราไว้พิจารณา เราก็เตรียมตัวไปศาลในวันนัดที่เราได้กำหนดไว้ เป็นอันสิ้นสุดขั้นตอน

บทวิเคราะห์

มรดก คือ ทรัพย์สินทุกชิ้นของผู้ตาย รวมตลอดทั้งทรัพย์สินที่เป็นสิทธิ หน้าที่ และความรับผิดชอบของผู้ตาย ซึ่งเรียกรวม ๆ ว่ากองมรดก การจัดการทรัพย์สินมรดกนั้นโดยหลักแล้วทายาททั้งหมดอาจจัดการได้ แต่ในบางกรณีสำหรับทรัพย์สินสำคัญที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นหรือทรัพย์สินที่ต้องจดทะเบียน เช่น เงินฝากในบัญชีธนาคาร ที่ดิน รถยนต์ บุคคลอื่นตลอดจนเจ้าหน้าที่ไม่สามารถใช้ดุลยพินิจในการตัดสินว่าทายาทผู้นั้นมีสิทธิกระทำการใดแทนกองมรดกหรือไม่ จึงจำเป็นต้องให้ศาลตั้งผู้จัดการมรดกเพื่อมีสิทธิ หน้าที่ และความรับผิดชอบในการจัดการมรดกให้เป็นไปตามกฎหมายในการขอศาลตั้งผู้จัดการมรดก จะประกอบด้วยผู้ร้อง และ ผู้ที่จะเป็นผู้จัดการมรดก ซึ่งโดยส่วนใหญ่แล้ว ผู้ร้องมักขอศาลให้ตั้งตนเป็นผู้จัดการมรดกไปเสียทีเดียว

บุคคลที่จะเป็นผู้ร้องขอศาลตั้งผู้จัดการมรดกได้นั้น จะต้องเป็นทายาทผู้มีสิทธิ์รับมรดก ทั้งทายาทโดยธรรมและทายาทโดยพินัยกรรม หรือผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกองมรดก ผู้มีส่วนได้เสียในกองมรดก เช่น เจ้าของรวมในทรัพย์สินมรดก, สามีหรือภริยาที่ไม่ชอบด้วยกฎหมายโดยอยู่กินด้วยกัน มีทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกัน, เจ้าหนี้ของกองมรดก ซึ่งต้องเป็นกรณีที่ไม่สามารถเรียกร้องต่อทายาทของเจ้ามรดกให้ชำระหนี้ได้ จึงจะเป็นผู้มีส่วนได้เสีย หากยังเรียกร้องได้ ไม่ถือเป็นผู้มีส่วนได้เสีย, ผู้จัดการมรดกตามพินัยกรรม และ ผู้แทนโดยชอบธรรมของผู้เยาว์ที่เป็นทายาท บุคคลที่จะเป็นผู้จัดการมรดก ต้องไม่เป็นบุคคลต้องห้ามตามมาตรา 1718 กล่าวคือ ต้องบรรลุนิติภาวะ ไม่เป็นบุคคลวิกลจริต หรือบุคคลซึ่งศาลสั่งให้เป็นผู้เสมือน

ไร้ความสามารถ ไม่เป็นบุคคลล้มละลาย นอกจากคุณสมบัติตามกฎหมายแล้ว ศาลยังพิจารณา (ยกฎีกา 1966/2528) บางกรณีผู้ร้องไม่สะดวกในการจัดการมรดก เช่น ผู้ร้องมีภูมิลำเนาอยู่นอกราชอาณาจักร ไม่สะดวกในการเดินทาง หรือ ผู้ร้องสูงอายุหรือเจ็บป่วย ไม่สะดวกในการทำการ หรือ ต้องการบุคคลอื่นที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการจัดการมรดกมาจัดการให้บรรลូវัตถุประสงค์ของเจ้ามรดกได้ดีกว่า ก็สามารถตั้งบุคคลอื่นเป็นผู้จัดการมรดกได้

การดำเนินการร้องต่อศาลเพื่อขอให้ศาลตั้งผู้จัดการมรดกก็คล้ายกับกรณีทั่วไป มีเพียงการปรับถ้อยคำในหนังสือยินยอมของทายาท ที่ยินยอมให้ผู้ร้องดำเนินการร้องต่อศาลเพื่อให้ระบุให้บุคคลใดเป็นผู้จัดการมรดกและบุคคลนั้นก็ยินยอมที่จะรับทำหน้าที่เป็นผู้จัดการมรดกเช่นกัน การไต่สวนคำร้องนอกจากผู้ร้องเข้าเบิกความแล้ว ผู้รับเป็นผู้จัดการมรดกก็อาจต้องเข้าเบิกความต่อศาลเพื่อรับหน้าที่เช่นกัน เมื่อศาลตั้งบุคคลนั้นเป็นผู้จัดการมรดกแล้วก็มิสิทธิและหน้าที่จัดการมรดกแก่ทายาทเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนดเหมือนเช่นผู้จัดการมรดกทั่วไป

การขอศาลเพื่อให้ศาลมีคำสั่งตั้งผู้จัดการมรดก ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์มาตรา 1713 วรรคแรก ได้วางแนวทางไว้ว่า “ทายาทหรือผู้มีส่วนได้เสียหรือพนักงานอัยการจะร้องต่อศาลขอให้ตั้งผู้จัดการมรดกก็ได้..” ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องกับการร้องขอจัดการมรดกก็ต้องมีผู้ร้อง และ ผู้ที่จะเป็นผู้จัดการมรดก ส่วนใหญ่แล้วผู้ร้องมักขอศาลให้ตั้งตนเป็นผู้จัดการมรดกไปเสียทีเดียว ซึ่งบุคคลที่จะเป็นผู้ร้องขอศาลตั้งผู้จัดการมรดกได้นั้น จะต้องเป็นทายาทผู้มีสิทธิรับมรดก ทั้งทายาทโดยธรรมและทายาทโดยพินัยกรรม หรือผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกองมรดก เช่น เจ้าของรวมในทรัพย์มรดก, สามีหรือภริยาที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย โดยอยู่กินด้วยกัน มีทรัพย์สินที่หามาได้ร่วมกัน, เจ้าหนี้ของกองมรดก ซึ่งต้องเป็นกรณีที่ไม่สามารถเรียกร้องต่อทายาทของเจ้ามรดกให้ชำระหนี้ได้จึงจะเป็นผู้มีส่วนได้เสีย หากยังเรียกร้องได้ไม่ถึงเป็นผู้มีส่วนได้เสีย, ผู้จัดการมรดกตามพินัยกรรม และ ผู้แทนโดยชอบธรรมของผู้เยาว์ที่เป็นทายาท

ส่วนบุคคลที่จะเป็นผู้จัดการมรดก ต้องไม่เป็นบุคคลต้องห้ามตามมาตรา 1718 กล่าวคือ ต้องบรรลุนิติภาวะ ไม่เป็นบุคคลวิกลจริต หรือบุคคลซึ่งศาลสั่งให้เป็นผู้เสมือนไร้ความสามารถ ไม่เป็นบุคคลล้มละลาย นอกจากคุณสมบัติดังกล่าวแล้ว ศาลยังต้องพิจารณาข้อเท็จจริงและใช้ดุลยพินิจ โดยการยึดเอาผลประโยชน์ของกองมรดกและการแบ่งส่วนแก่ทายาทตามกฎหมายเป็นที่ตั้ง เช่น ในคำพิพากษาศาลฎีกาที่ 1966/2528 “การตั้งผู้จัดการมรดกนั้น ศาลย่อมใช้ดุลพินิจถึงความเหมาะสมหรือในพฤติการณ์เพื่อประโยชน์แก่กองมรดกด้วยเมื่อ ข้อเท็จจริงปรากฏว่าผู้ร้อง ซึ่งเป็นทายาทมีความขัดแย้งกับทายาทอื่นอยู่ ถัดตั้งผู้ร้องให้เป็นผู้จัดการมรดกอาจก่อให้เกิดความเสียหายได้ ถึงแม้ผู้ร้อง จะไม่เป็นบุคคลต้องห้ามตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1718 ก็ตามศาลก็ไม่จำเป็นต้องตั้งผู้ร้องตามคำร้องทุกกรณีเสมอไป

บางกรณีที่ผู้ร้องไม่สะดวกในการจัดการมรดก เช่น ผู้ร้องมีภูมิลำเนาอยู่นอกราชอาณาจักร ไม่สะดวกในการเดินทาง หรือ ผู้ร้องสูงอายุหรือเจ็บป่วย ไม่สะดวกในการทำการติดต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับทรัพย์มรดก หรือ ต้องการบุคคลอื่นที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการจัดการมรดกมาจัดการให้บรรลូវ

วัตถุประสงค์ของเจ้ามรดกได้ดีกว่า ก็สามารถตั้งบุคคลอื่นเป็นผู้จัดการมรดกได้ ซึ่งการดำเนินการร้องต่อศาลเพื่อขอให้ศาลตั้งบุคคลอื่นเป็นผู้จัดการมรดกก็คล้ายกับกรณีทั่วไป มีเพียงการปรับถ้อยคำในหนังสือยินยอมของทายาทที่ยินยอมให้ผู้ร้องดำเนินการร้องต่อศาลเพื่อให้ระบุให้บุคคลใดเป็นผู้จัดการมรดกและบุคคลนั้นก็ยินยอมที่จะรับทำหน้าที่เป็นผู้จัดการมรดกเช่นกัน สำหรับการไต่สวนคำร้อง นอกจากผู้ร้องเข้าเบิกความแล้ว ผู้รับเป็นผู้จัดการมรดกก็อาจต้องเข้าเบิกความต่อศาลเพื่อรับหน้าที่เช่นกัน กระบวนการอื่น ๆ เช่นทายาทคนอื่นร้องคัดค้าน หรือร้องถอดถอนผู้จัดการมรดกก็สามารถทำได้เช่นกันดังกรณีปกติ

เมื่อศาลพิจารณาและมีคำสั่งตั้งบุคคลนั้นเป็นผู้จัดการมรดกแล้ว ก็มีสิทธิหน้าที่จัดการมรดกให้แก่ทายาทโดยเท่าเทียมตามกฎหมาย และจัดการดูแลทรัพย์สินมรดกที่ยังไม่ได้ถูกแบ่งออกโดยยึดหลักสุจริตและรักษาผลประโยชน์ของกองมรดกนั้นเป็นที่ตั้ง จนกว่าจะทำการแบ่งทรัพย์สินมรดกทั้งหมดเสร็จสิ้น

สรุป

เรื่องการตั้งผู้จัดการมรดก เป็นขั้นตอนทางปฏิบัติที่ข้าราชการ ประชาชน คิดว่ามีการดำเนินการที่ยุ่งยาก จึงมีความสนใจที่จะแนะนำให้คนทั่วไปได้ทราบถึงขั้นตอนและรายละเอียดการตั้งผู้จัดการมรดก และเพื่อให้การร้องขอการตั้งผู้จัดการมรดกในทรัพย์สินของผู้ตายเป็นไปด้วยความเรียบร้อยและถูกต้อง ทั้งยังทำให้เกิดความรวดเร็ว ควรจะต้องเตรียมเอกสาร และหลักฐานประกอบ รวมทั้งแบบฟอร์มศาลที่ถูกต้องตามที่ได้กล่าวมาแล้ว การตั้งผู้จัดการมรดกจึงไม่ใช่เรื่องยากหรือต้องผ่านผู้มีความรู้ทางกฎหมายรวมทั้งเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมากอีกต่อไป

REFERENCES

- จิตติ ดิงศภัทย์. (2526). คำอธิบายประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ว่าด้วยบุคคล. (พิมพ์ครั้งที่ 5). สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ทนายบ้านและคอนโด. (2563). บริการงานกฎหมายด้าน การจัดการมรดก จัดทำพินัยกรรม แต่งตั้ง/ถอดถอนผู้จัดการมรดก โดยทนายความมืออาชีพ. สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2564. จาก [https://housecondolawyer.com/บริการงานกฎหมายด้าน การจัดการมรดก จัดทำพินัยกรรม แต่งตั้ง/ถอดถอนผู้จัดการมรดก โดยทนายความมืออาชีพ](https://housecondolawyer.com/บริการงานกฎหมายด้าน_การจัดการมรดก_จัดทำพินัยกรรม_แต่งตั้ง/ถอดถอนผู้จัดการมรดก_โดยทนายความมืออาชีพ)
- ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์. (2562). มาตรา 1622, 1623, 1624, 1629, 1630, 1635, 1713, 1718, 1721, 1722, 1723, 1724, 1725, 1728, 1729, 1731, 1732, 1735 และ 1744. สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2566. จาก <https://www.legardy.com/thai-law/civil-commercial>
- พระราชบัญญัติภาษีการรับมรดก พ.ศ. 2558. ราชกิจจานุเบกษา เล่ม 132 ตอนที่ 72 ก (5 สิงหาคม 2558): น. 1 -11.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.

- ศาลแพ่ง. (2564). การยื่นขอจัดการมรดกออนไลน์. สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2566. จาก <https://civil.coj.go.th/th/page/item/index/id/801>
- สำนักงานกฎหมายทนายความกอบเกียรติและเพื่อน. (2562). **ตั้งผู้จัดการมรดก เพื่อจัดการทรัพย์สินผู้ตายต้องทำอะไร โดยละเอียด.** สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2566. จาก <https://www.kobkiat.com/17356745/ตั้งผู้จัดการมรดก-เพื่อจัดการทรัพย์สินผู้ตายต้องทำอะไร-โดยละเอียด>
- สำนักงานอัยการคุ้มครองสิทธิและช่วยเหลือทางกฎหมายและการบังคับคดี จังหวัดร้อยเอ็ด. (2560). **เอกสารประกอบการยื่นคำร้อง.** สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2566. จาก <https://www1.agc.go.th/region4/roiet-lawaid/>

oooooooooooooooooooooooooooo

ภาคผนวก

รายละเอียดการเตรียมบทความเสนอการตีพิมพ์

วารสารราชภัฏพระนครวิชาการ

PNRU Academic Journal

วารสารราชภัฏพระนครวิชาการเป็นวารสารราย 6 เดือน เผยแพร่ปีละ 2 ฉบับ ฉบับที่ 1 มกราคม-มิถุนายน และฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม จัดทำขึ้นเพื่อเผยแพร่ผลงานในลักษณะบทความวิชาการ บทความบริการวิชาการ บทความสร้างสรรค์หรือนวัตกรรมทางวิชาการ และบทความวิจัยแก่นักวิจัย นักวิชาการ และบุคคลทั่วไปที่สนใจ

ขอบเขตของผลงานที่ตีพิมพ์

วารสารราชภัฏพระนครวิชาการตีพิมพ์บทความวิชาการ บทความบริการวิชาการ บทความสร้างสรรค์หรือนวัตกรรมทางวิชาการและบทความวิจัยโดยขอบเขตของเนื้อหาจะครอบคลุมด้านมนุษยศาสตร์สังคมศาสตร์ และสหวิทยาการ รวมทั้งผลงานวิชาการที่ใช้ความรู้ในพหุสาขาในการวิเคราะห์

การพิจารณาบทความ

บทความที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารนี้ จะได้รับการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาที่เกี่ยวข้อง (Peer Review) อย่างน้อย 3 ท่าน โดยผู้แต่งและผู้ทรงคุณวุฒิประเมินบทความจะไม่ทราบชื่อซึ่งกันและกัน (Double-blind Peer Review)

ประเภทของบทความที่รับตีพิมพ์

1. บทความวิชาการ

บทความควรเป็นเรื่องที่น่าสนใจเป็นความรู้ใหม่กล่าวถึงความ เป็นมาของปัญหา วัตถุประสงค์ แนวทางการแก้ไขปัญหา มีการใช้แนวคิดทฤษฎีผลงานวิจัยจากแหล่งข้อมูล เช่น หนังสือวารสารวิชาการ อินเทอร์เน็ตประกอบการวิเคราะห์ วิจัย และเสนอแนวทางแก้ไข

2. บทความบริการวิชาการ

การนำเสนอผลงานบริการวิชาการอย่างเป็นระบบกล่าวถึงความ เป็นมา และความสำคัญ ของปัญหา วัตถุประสงค์การดำเนินงาน ผลของการดำเนินงานโดยอธิบายให้เห็นถึงประโยชน์ที่เกิดจากการบริการวิชาการ

3. บทความสร้างสรรค์หรือนวัตกรรมทางวิชาการ

การนำเสนอผลงานสร้างสรรค์หรือนวัตกรรมทางวิชาการอย่างเป็นระบบ กล่าวถึงความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา วัตถุประสงค์การดำเนินงานสร้างสรรค์ผลงานหรือนวัตกรรมทางวิชาการ และผลการสร้างสรรค์ หรือนวัตกรรมทางวิชาการ

4. บทความวิจัย

การนำเสนอผลงานวิจัยอย่างเป็นระบบ กล่าวถึงความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา วัตถุประสงค์ การดำเนินการวิจัยและผลการวิจัย

หลักเกณฑ์ในการส่งบทความ

1. บทความที่ผู้แต่งส่งมาเพื่อตีพิมพ์จะต้องเป็นบทความที่ยังไม่เคยตีพิมพ์เผยแพร่หรืออยู่ระหว่างการเสนอขอตีพิมพ์จากวารสารอื่น ๆ

2. เนื้อหาในบทความต้องไม่คัดลอก ลอกเลียน หรือไม่ตัดทอนจากบทความอื่นโดยเด็ดขาด (การละเมิดลิขสิทธิ์ถือเป็นการรับผิดชอบต่อผู้แต่งเท่านั้น)

3. ผู้แต่งต้องเขียนบทความตามรูปแบบที่กำหนดไว้ในระเบียบการส่งบทความของวารสารราชภัฏพระนคร

4. การพิจารณาบทความเพื่อตีพิมพ์ในวารสารราชภัฏพระนครวิชาการจะพิจารณาเฉพาะบทความที่ได้รับการประเมินให้ตีพิมพ์เผยแพร่จากผู้ทรงคุณวุฒิเท่านั้น

5. กรณีข้อเสนอแนะจากผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้แต่งต้องปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ และชี้แจงการแก้ไขต้นฉบับดังกล่าว มายังกองบรรณาธิการ

คำแนะนำการเตรียมต้นฉบับ

รับการตีพิมพ์บทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จัดพิมพ์ด้วยโปรแกรม Microsoft Word 2003 ขึ้นไป โดยใช้ตัวหนังสือแบบ TH SarabunPSK ขนาด 16 pt. ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ กำหนดตั้งค่าหน้ากระดาษ บน 1.5 นิ้ว ซ้าย 1.5 นิ้ว ล่าง 1.0 นิ้ว ขวา 1.0 นิ้ว บทความยาวไม่เกิน 15 หน้า ต่อบทความอภิปราย

บทความวิชาการ	บทความบริการวิชาการ	บทความสร้างสรรค์ หรือนวัตกรรม ทางวิชาการ	บทความวิจัย
1. บทนำ	1. บทนำ	1. บทนำ	1. บทนำ
2. กรอบในการวิเคราะห์	2. วัตถุประสงค์	2. วัตถุประสงค์	2. วัตถุประสงค์การวิจัย
3. เนื้อหา	3. แนวคิดของการบริการวิชาการ	3. ทบทวนแนวคิด	3. ทบทวนแนวคิด
4. สรุป	4. วิธีการดำเนินงาน	4. กรอบแนวคิด	4. สมมติฐาน
5. เอกสารอ้างอิง	5. สรุปผลการบริการวิชาการ	5. วิธีการสร้างสรรค์ ผลงาน	5. กรอบแนวคิดของการวิจัย
	6. เอกสารอ้างอิง	6. ผลการสร้างสรรค์ หรือนวัตกรรม	6. ระเบียบวิธีวิจัย
		7. สรุปและอภิปราย	7. ผลการวิจัย
		8. เอกสารอ้างอิง	8. สรุปผลการวิจัย และอภิปราย
			9. เอกสารอ้างอิง

ชื่อเรื่อง	ควรกระชับและชัดเจน ไม่ยาวจนเกินไป บทความภาษาไทยต้องมีชื่อเรื่องทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยใช้ตัวพิมพ์ใหญ่ทั้งหมด
ชื่อผู้เขียน	ผู้เขียนหลักต้องใส่ E-mail address ที่ติดต่อได้และลงเครื่องหมายดอกจันกำกับ
ตำแหน่ง	สำหรับผู้เขียนหลักต้องใส่ E-mail address ที่ติดต่อได้และลงเครื่องหมายดอกจันกำกับ
บทคัดย่อ	ทุกบทความต้องมีบทคัดย่อเป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยควรมีความยาวระหว่าง 200 ถึง 250 คำ
คำสำคัญ	ให้มีคำสำคัญ 3-5 คำ ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ
รูปแบบ	แยกบันทึกเป็นไฟล์ภาพที่มีนามสกุล TIFF, หรือ JPEG ถ้าเป็นภาพถ่ายกรุณาส่งภาพต้นฉบับ เพื่อคุณภาพในการพิมพ์หมายเลขรูปภาพและกราฟ ให้เป็นเลขอารบิก คำบรรยายและรายละเอียดต่าง ๆ อยู่ด้านล่างของรูปภาพ ปรับรูปแบบให้เหมาะสมกับการตีพิมพ์แบบขาว-ดำ หรือ Greyscale
เนื้อหา	ใช้ตัวหนังสือแบบ TH Sarabun ขนาด 16 พอยท์ จัดเนื้อหาตามรูปแบบบทความวิจัย หรือ บทความทางวิชาการ หน่วยที่ใช้ให้เป็นไปตามรูปแบบสากล ศัพท์ภาษาอังกฤษในวงเล็บ ให้ใช้ตัวพิมพ์เล็ก ทั้งหมดยกเว้นชื่อเฉพาะ หากมีสมการให้ใช้ Equation Editor โดยจัดให้อยู่ ในตำแหน่งกลางหน้า กระดาษ และระบุหมายเลขสมการ
ตาราง	หมายเลขตารางให้เป็นเลขอารบิก คำบรรยายและรายละเอียดต่าง ๆ อยู่ด้านบนของตาราง
เอกสารอ้างอิง	เป็นรายชื่อเอกสารที่ใช้อ้างอิงในบทความ โดยให้แปลเป็นภาษาอังกฤษทุกรายการ และจัดรูปแบบ อ้างอิงตามระบบ APA 6 th edition พร้อมวงเล็บ (In Thai) ท้ายรายการ

รูปแบบการอ้างอิง

1. การอ้างอิงในเนื้อหา (In-text citation)

- กรณีอ้างอิงชื่อผู้แต่งก่อนข้อความ ชื่อผู้แต่ง (ปีที่พิมพ์).....
 ตัวอย่าง Kelly (2004) แสดงให้เห็นว่า.....
 Saikaew & Kaewsarn (2009) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ.....
 Lui et al. (2000) พบว่า.....
 Saikaew & Kaewsarn (2009) และ Lui et al. (2000) พบว่า
- กรณีอ้างอิงชื่อผู้แต่งท้ายข้อความ (ชื่อผู้แต่ง, ปีที่พิมพ์)
 ตัวอย่าง (Kelly, 2004)
 (Saikaew & Kaewsarn, 2009)
 (Lui et al., 2000)
 (Saikaew & Kaewsarn, 2009; Lui et al., 2000)

2. การอ้างอิงในส่วนท้ายบทความ (References)

2.1 อ้างอิงจากหนังสือ (Books)

- รูปแบบ ชื่อผู้แต่ง. (ปีที่พิมพ์). **ชื่อหนังสือ**. (ครั้งที่พิมพ์). สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์.
 ตัวอย่าง Crawley, R. B., Dockery, L. M., Branson, T. S., Carmichael, L. E., Carson, J. C., Findlay, A. F., & Smith, D. M. (2015). **Manor houses of the early 1900s**. London, England: Taylor & Francis.

2.2 อ้างอิงจากบทความวารสาร (Journal articles)

- รูปแบบ ชื่อผู้แต่ง. (ปีพิมพ์). ชื่อบทความ. **ชื่อวารสาร**, ปีที่(ฉบับที่), หน้าแรก-หน้าสุดท้าย.
 ตัวอย่าง Yingsanga, P., & Mathurasa, L. (2009). Yellowing development of Chinese Kale (*Brassica oleracea* var. *alboglabra*). **Phranakhon Rajabhat Research Journal: Science and Technology**, 14(1), 76-90. (In Thai)
 Morrissa, G.A., Fosterb, T.J., & Hardinga, S.E. (2000). The effect of the degree of esterification on the hydrodynamic properties of citrus pectin. **Food Hydrocolloids**, 14(3), 227-235.

2.3 อ้างอิงจากวิทยานิพนธ์ (Theses and Dissertations)

- รูปแบบ ชื่อผู้แต่ง. (ปีพิมพ์). **ชื่อวิทยานิพนธ์**. (ระดับวิทยานิพนธ์). มหาวิทยาลัย, เมืองที่ตั้งมหาวิทยาลัย.

ตัวอย่าง Caprette, C.L. (2005). **Conquering the cold shudder: The origin and evolution of snake eyes.** (Doctoral dissertation). Ohio State University, Columbus, OH.

2.4 อ้างอิงจากรายงานการวิจัย/รายงานทางวิชาการ (Technical/Research reports)

รูปแบบ ชื่อผู้แต่ง. (ปีพิมพ์). **ชื่อเรื่อง** (ประเภทของเอกสาร). สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์.

ตัวอย่าง Tayama, T. (2006). **Velocity influence on detection and prediction of changes in color and motion direction** (Report No. 38). Sapporo, Japan: Psychology Department, Hokkaido University.

2.5 บทความ/บทในหนังสือการประชุม (Proceedings of meeting and symposium)

รูปแบบ ชื่อผู้แต่งในบท. (ปีพิมพ์). **ชื่อเรื่อง**. ใน ชื่อบรรณาธิการ, (บรรณาธิการ), ชื่อการประชุม (หน้าแรก-หน้าสุดท้าย). สถานที่พิมพ์: สำนักพิมพ์.

ตัวอย่าง Deci, E.L., & Ryan, R.M. (1991). **A motivational approach to self: Integration in personality.** In R. Dienstbier (Ed.), Nebraska Symposium on motivation: Vol. 38 Perspectives on motivation (237-288). Lincoln, NM: University of Nebraska Press.

2.6 อ้างอิงจากสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ

รูปแบบ ชื่อผู้แต่ง. (ปีพิมพ์). **ชื่อเรื่อง**. Retrieved from <http://.....>[ใส่วันที่สืบค้น].

ตัวอย่าง Centers for Disease Control and Prevention. (2003). **Take charge of your diabetes.** Retrieved from <http://www.cdc.gov/diabetes/pubs/paf/ted.pdf> [2015, 25 Oct.]

2.7 อ้างอิงอื่น ๆ

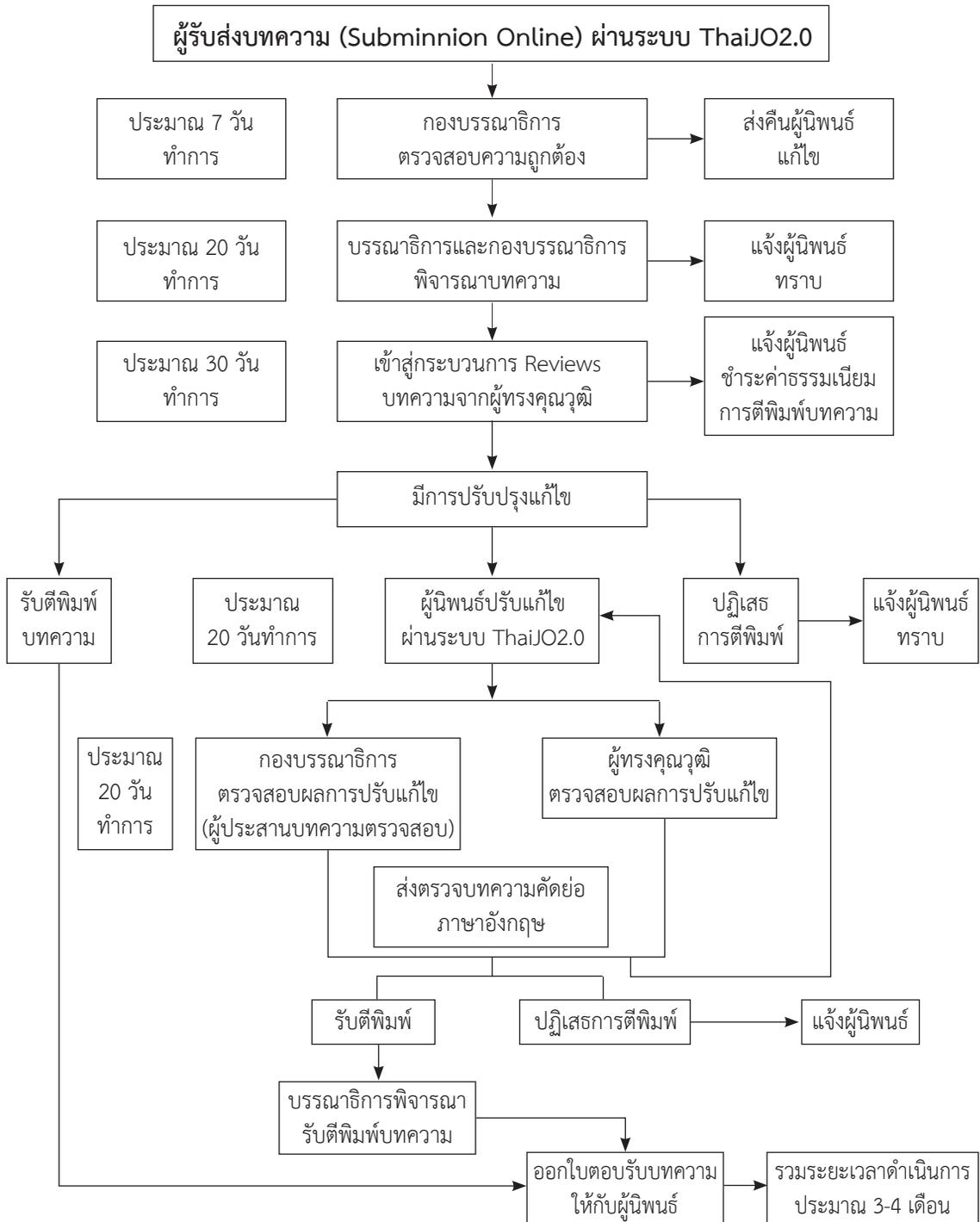
รูปแบบ ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์. (ปีที่ให้สัมภาษณ์, วัน เดือน). **สัมภาษณ์**. ตำแหน่งผู้ให้สัมภาษณ์. หน่วยงาน.

ตัวอย่าง Phae-ngam, W. (2016, 10 Jan.). **How to write a good research article.** Assistant Professor. Faculty of Science and Technology. Phranakhon Rajabhat University.

หมายเหตุ: ทางวารสารขอสงวนสิทธิ์ที่จะเรียบเรียงและอาจปรับปรุงการนำเสนอบทความตามความเหมาะสม

ขั้นตอนการพิจารณาบทความ

วารสารวิชาการราชภัฏพระนคร สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์



หมายเหตุ: ทางวารสารขอสงวนสิทธิ์ที่จะเรียบเรียงและอาจปรับปรุงการนำเสนอบทความตามความเหมาะสม

รูปแบบบทความเพื่อส่งตีพิมพ์ในวารสารราชภัฏพระนครวิชาการ (ภาษาไทย)

ชื่อเรื่องภาษาไทย (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

ENGLISH TITLE (TH SarabunPSK 16pt. bold)

ชื่อ-สกุล ผู้แต่งบทความ^{1*} ชื่อ-สกุล ผู้แต่งบทความ² (TH SarabunPSK ขนาด 14pt. ตัวปกติ)

¹ชื่อหน่วยงานที่สังกัด (TH SarabunPSK ขนาด 12pt. ตัวปกติ)

²ชื่อหน่วยงานที่สังกัด (TH SarabunPSK ขนาด 12pt. ตัวปกติ)

Author^{1*}, Author² (TH SarabunPSK 14pt. normal)

¹Affiliation (TH SarabunPSK 12pt. normal)

² Affiliation (TH SarabunPSK 12pt. normal)

*E-mail: address@mailservice.com (TH SarabunPSK 12pt. normal)

Received: xx-xx-xx

Accepted: xx-xx-xx

Published: xx-xx-xx

บทคัดย่อ (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหาบทคัดย่อในกรณีเป็นบทความภาษาไทยต้องมีบทคัดย่อเป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ยกเว้นบทความหนังสือ บทคัดย่อควรมีย่อหน้าเดียว ไม่ควรเกิน 250 คำ บทคัดย่อควรกล่าวถึงวัตถุประสงค์หลักของบทความ ผลลัพธ์หรือ สรุปผลที่ได้จากการทำวิจัย คำสำคัญที่เป็นภาษาไทยไม่ต้องมีเครื่องหมายจุลภาค (,) ระหว่างคำ

(TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

คำสำคัญ: คำสำคัญ1 คำสำคัญ2 คำสำคัญ3 คำสำคัญ4 คำสำคัญ5 (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ)

ABSTRACT (TH SarabunPSK 16pt. bold)

For a Thai article, an abstract in English must accompany the Thai version. The abstract should contain a single paragraph and its length should not exceed 250 words. It should be prepared in concise statement of objectives and summary of important results.

Keywords: keyword1, keyword2, keyword3, keyword4, keyword5 (TH SarabunPSK 16pt. normal)

บทนำ (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหา (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....

.....

วิธีการ (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหา (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....

.....

ผลการทดลองและวิจารณ์ (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหา (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....

.....



ภาพที่ 1 ชื่อภาพ...(ก)..... (ข)..... (ค)..... (ง).....

ตารางที่ 1 ชื่อตาราง

เวลาที่ใช้ (นาที)	ความดัน (mbar)				ความดันเฉลี่ย (mbar)
	วันที่ 1	วันที่ 2	วันที่ 3	วันที่ 4	
90	0.000061	0.000053	0.000037	0.000048	0.000050
95	0.000055	0.000053	0.000038	0.000044	0.000048
100	0.000055	0.000052	0.000037	0.000048	0.000048

หมายเหตุ : (TH SarabunPSK ขนาด 12pt. ตัวปกติ)

สรุป (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหา (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....

กิตติกรรมประกาศ (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหา (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....

REFERENCES (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวหนา)

เนื้อหา (TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....

รูปแบบบทความเพื่อส่งตีพิมพ์ในวารสารราชภัฏพระนครวิชาการ (ภาษาอังกฤษ)

.....

ENGLISH TITLE (TH SarabunPSK 16pt. bold)

Author^{1*}, Author² (TH SarabunPSK 14pt. normal)

¹Affiliation (TH SarabunPSK 12pt. normal)

² Affiliation (TH SarabunPSK 12pt. normal)

*E-mail: address@mailservice.com (TH SarabunPSK 12pt. normal)

Received: xx-xx-xx

Accepted: xx-xx-xx

Published: xx-xx-xx

ABSTRACT (TH SarabunPSK 16pt. bold)

For a Thai article, an abstract in English must accompany the Thai version. The abstract should contain a single paragraph and its length should not exceed 250 words. It should be prepared in concise statement of objectives and summary of important results.

Keywords: keyword1, keyword2, keyword3, keyword4, keyword5 (TH SarabunPSK 16pt. normal)

Introduction (TH SarabunPSK 16pt. bold)

(TH SarabunPSK 16pt. normal).....

.....

Methods (TH SarabunPSK 16pt. bold)

(TH SarabunPSK 16pt. normal).....

.....

Results and Discussions (TH SarabunPSK 16pt. bold)

(TH SarabunPSK 16pt. normal).....

.....

.....

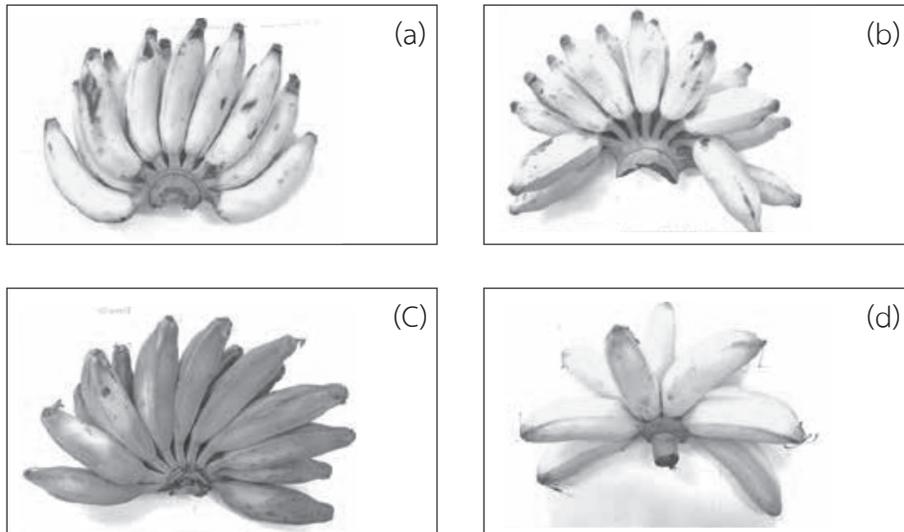


Figure 1(a)..... (b)..... (c)..... (d).....

Table 1

Time (minuts)	Pressure (mbar)				Avg. Pressure (mbar)
	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	
90	0.000061	0.000053	0.000037	0.000048	0.000050
95	0.000055	0.000053	0.000038	0.000044	0.000048
100	0.000055	0.000052	0.000037	0.000048	0.000048

Note: (TH SarabunPSK 12pt. normal)

Conclusions (TH SarabunPSK 16pt. bold)

(TH SarabunPSK 16pt. normal).....

.....
.....

Acknowledgement (TH SarabunPSK 16pt. bold) (optional)

(TH SarabunPSK 16pt. normal).....

.....
.....

References (TH SarabunPSK 16pt. bold)

(TH SarabunPSK ขนาด 16pt. ตัวปกติ).....

.....
.....

จริยธรรมในการตีพิมพ์ Publication Ethics

วารสารราชภัฏพระนครวิชาการมีมาตรฐานทางจริยธรรมในการตีพิมพ์บทความ ดังนี้

➤ จริยธรรมของบรรณาธิการ

1. บรรณาธิการมีหน้าที่ พิจารณาความสอดคล้องของเนื้อหาบทความกับวัตถุประสงค์และขอบเขตของวารสาร
2. บรรณาธิการมีหน้าที่ตรวจสอบคุณภาพและพิจารณาความถูกต้องของบทความร่วมกับกองบรรณาธิการและผู้ทรงคุณวุฒิก่อนการตีพิมพ์
3. บรรณาธิการต้องไม่มีส่วนได้ส่วนเสียกับผู้แต่ง ผู้ประเมินบทความ และบุคคลอื่น ๆ ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง
4. บรรณาธิการต้องปฏิบัติตามกระบวนการและขั้นตอนต่าง ๆ ของวารสารอย่างเคร่งครัด
5. บรรณาธิการต้องรักษาความลับของผู้นิพนธ์
6. บรรณาธิการมีหน้าที่รักษามาตรฐานของวารสาร รวมถึงพัฒนาวารสารให้มีคุณภาพอยู่เสมอ

➤ จริยธรรมของผู้ทรงคุณวุฒิประเมินบทความ

1. ผู้ทรงคุณวุฒิต้องตระหนักถึงความเชี่ยวชาญตามศาสตร์ของตนเองในการรับประเมินบทความ
2. ผู้ทรงคุณวุฒิต้องไม่มีส่วนได้ส่วนเสียกับผู้นิพนธ์
3. ผู้ทรงคุณวุฒิต้องตรวจสอบความซ้ำซ้อนของบทความกับงานตีพิมพ์อื่น ๆ
4. ผู้ทรงคุณวุฒิต้องประเมินและให้ข้อเสนอแนะตามหลักเกณฑ์ทางวิชาการโดยปราศจากอคติ
5. ผู้ทรงคุณวุฒิควรตรงต่อเวลาในการส่งผลการประเมินบทความ
6. ผู้ทรงคุณวุฒิควรรักษาความลับของผู้แต่งบทความ

➤ จริยธรรมของผู้นิพนธ์บทความ

1. บทความที่ส่งจะต้องเป็นบทความที่ไม่เคยมีการตีพิมพ์หรือเผยแพร่ที่ใดมาก่อน และต้องไม่คัดลอกผลงานผู้อื่นโดยขาดการอ้างอิง
2. หากบทความมีการทดลองเกี่ยวกับมนุษย์หรือสัตว์ ผู้แต่งต้องปฏิบัติตามหลักจริยธรรมในการวิจัยและข้อกำหนดที่เกี่ยวข้อง
3. ผู้แต่งควรระบุแหล่งทุนที่สนับสนุนการวิจัย
4. ผู้แต่งควรเคารพความคิดเห็นทางวิชาการของผู้อื่น และแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ
5. ผู้แต่งจะต้องไม่นำส่วนใดส่วนหนึ่งของเนื้อหาในบทความไปตีพิมพ์เผยแพร่ยังแหล่งอื่น ๆ
6. ชื่อผู้แต่งที่ปรากฏในบทความต้องเป็นผู้ที่มีส่วนในผลงานวิชาการนี้จริง

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

เลขที่ 9 ถนนแจ้งวัฒนะ
แขวงอนุสาวรีย์ เขตบางเขน
จังหวัดกรุงเทพมหานคร 10220



02-544-8456