



แนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
Guidelines for Healthy Spaces Developing in areas of
Mueang Suphan-buri District, Suphan-buri Province

โสติพัฒน์ วรรณนุรักษ์

อนุชิตร์ แท้สูงเนิน

ธรรมรัฐ อากาศวิภาต

ศศิพิมพ์มาศ หงษ์สมบัติ

มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตสุพรรณบุรี

Sodtipat Wannanurak

Anuchid Taesoongnorn

Thammarat Akatwiphat

Sasipimmas Hongsonbud

National Sports University, Suphan Buri Campus

Email: sasipimmas@gmail.com

รับบทความ: 6 มิถุนายน 2569; แก้ไขบทความ 11 กรกฎาคม 2569; ตอรับบทความ: 13 กรกฎาคม 2569

Received: June 6, 2026; Revised: July 11, 2026; Accepted: July 31, 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี 2) ศึกษาความต้องการการใช้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี และ 3) ศึกษาแนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ ประชาชนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่จำนวน 395 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ โดยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสูตรของ Taro Yamane เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพเก็บข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 15 คน ประกอบด้วย ผู้นำชุมชน ราษฎรชาวบ้าน และเจ้าหน้าที่องค์การบริหารส่วนตำบล โดยวิเคราะห์เนื้อหาและสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย

ผลการวิจัยเชิง พบว่า 1) พฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านสุขภาพจิตวิญญาณมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ขณะที่ด้านสุขภาพกายมีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด สะท้อนให้เห็นว่าลานกีฬาทำหน้าที่เป็นพื้นที่ทางสังคมและจิตวิญญาณมากกว่าเป็นเพียงพื้นที่ออกกำลังกาย 2) ความต้องการการใช้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยด้านกายภาพมีความต้องการสูงสุด 3) แนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะ ได้แก่ (1) พื้นที่สนามชัย ควรเน้นการปรับปรุงพื้นผิวสนามเพื่อลดหลุมบ่อและเพิ่มอุปกรณ์กีฬาที่หลากหลาย (2) พื้นที่หัตถ์เหล็ก ควรเน้นการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน ระบบแสงสว่างเพื่อความปลอดภัยในเวลากลางคืน และสุขอนามัยของห้องน้ำ และ (3) พื้นที่บึงบ้านโพธิ์ ควรเน้นการจัดสิ่งอำนวยความสะดวก จุดพักผ่อน การใช้พลังงานสะอาด และการขับเคลื่อนด้วยกิจกรรมเชิงรุก

คำสำคัญ: การพัฒนา; พื้นที่สุขภาวะ; จังหวัดสุพรรณบุรี

Abstract

This research aimed to: 1) investigate the utilization behaviors of sports grounds for health promotion among people in Mueang District, Suphan Buri Province; 2) examine the demand for health-promoting space services among the population in the same area; and 3) develop guidelines for developing health-promoting spaces in Mueang District, Suphan Buri Province. The study employed a mixed-methods research design. The quantitative sample consisted of 395 local residents determined by Taro Yamane's formula and selected via stratified random sampling. The research instrument was a questionnaire, and the collected data were analyzed using percentage, mean, and standard deviation. For the qualitative strand, data were collected through semi-structured interviews with 15 key informants, including community leaders, local sages, and subdistrict administrative organization officials. The qualitative data were analyzed using inductive content analysis.

The research findings revealed that: 1) Overall, the behavior regarding the utilization of sports grounds to promote holistic well-being was at a moderate level. Interestingly, spiritual well-being yielded the highest mean score, whereas physical well-being received the lowest, indicating that these sports grounds functioned as social and spiritual hubs rather than merely physical exercise areas. 2) Regarding user needs, the overall demand for well-being space services was at a high level, with the physical dimension ranking the highest. 3) The context-specific development guidelines for each subdistrict were as follows: (1) Sanam Chai focused on prioritizing the resurfacing of uneven sports fields and offering a diverse range of multi-sport equipment; (2) Thap Ti Lek emphasized infrastructure improvement, particularly night-time safety lighting systems and hygienic restrooms; and (3) Bueng Ban Pho highlighted facility organization, rest areas, clean energy integration (solar cells), and proactive event-driven health activities.

Keywords: Development; Healthy Spaces; Suphan Buri Province

บทนำ

รายงานสถิติสุขภาพโลกขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 2024) ชี้ให้เห็นว่าประชากรในกลุ่มประเทศกำลังพัฒนากำลังเผชิญกับความท้าทายซ้ำซ้อน ทั้งจากโรคอุบัติใหม่และโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ที่สัมพันธ์กับปัจจัยแวดล้อมทางกายภาพและพฤติกรรมการดำเนินชีวิต สอดคล้องกับบริบทของประเทศไทยที่เผชิญกับความสูญเสียสุขภาพ (DALYs) จากปัจจัยเสี่ยงด้านพฤติกรรมบริโภค สิ่งแวดล้อม และภาวะเมตาบอลิก เช่น ความดันโลหิตสูงและโรคอ้วน (สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข, 2566) มาตรการเชิงรุกด้านการสร้างเสริม “ชุมชนสุขภาวะ” จากฐานรากผ่านกลยุทธ์แบบบูรณาการ 5 มิติ ได้แก่ การส่งเสริมความเข้มแข็ง การมีส่วนร่วม กระบวนการเรียนรู้ การสร้างเครือข่าย และการสร้างความเป็นเจ้าของร่วมกัน (สมบุญ ธรรมลังกา, 2556) จึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาศักยภาพชุมชนให้สอดคล้องกับบริบท

เฉพาะถิ่น (Laverack, 2006) ภายใต้แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ที่มุ่งกระจายโครงสร้างพื้นฐานทางสุขภาวะและพื้นที่สุขภาวะ ให้ครอบคลุมอย่างเท่าเทียม (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2566)

อย่างไรก็ตาม ในมิติเชิงพื้นที่ของจังหวัดสุพรรณบุรี โดยเฉพาะในเขตพื้นที่ตำบลสนามชัย ตำบลทับตีเหล็ก และตำบลบึงบ้านโพธิ์ ซึ่งมีลักษณะเป็นชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบท (Semi-urban) ที่รองรับการขยายตัวทางเศรษฐกิจจากศูนย์กลางเมือง จากข้อมูลสถานการณ์สุขภาพในระดับปฐมภูมิพบว่า อัตราผู้ป่วยรายใหม่ด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) โดยเฉพาะโรคความดันโลหิตสูงและเบาหวานในทั้ง 3 พื้นที่ มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ประกอบกับข้อจำกัดทางกายภาพที่เด่นชัดในแต่ละพื้นที่ ได้แก่ ตำบลสนามชัย ซึ่งเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงการใช้ประโยชน์ที่ดินสู่พาณิชยกรรมและที่อยู่อาศัยหนาแน่น ส่งผลให้พื้นที่สาธารณะเดิมถูกจำกัดและขาดการปรับปรุงทางกายภาพให้เอื้อต่อการออกกำลังกายอย่างปลอดภัย ขณะเดียวกัน ตำบลทับตีเหล็ก แม้มีพื้นที่ที่ร่มน้ำหรือพื้นที่เปิดโล่ง แต่ยังคงขาดการออกแบบโครงสร้างพื้นฐานและการจัดการสิ่งอำนวยความสะดวกที่รองรับกิจกรรมสุขภาพของกลุ่มประชากรที่หลากหลาย โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่มีสัดส่วนเพิ่มขึ้น และตำบลบึงบ้านโพธิ์ ซึ่งเป็นพื้นที่เกษตรกรรมกึ่งชานเมือง ประชาชนยังขาดการเข้าถึงพื้นที่กิจกรรมทางสังคมและลานกีฬาที่ได้มาตรฐาน โครงสร้างเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงข้อจำกัดด้านการออกแบบและการจัดให้มีพื้นที่สุขภาวะสาธารณะที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและโครงสร้างประชากรในปัจจุบัน

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในอดีต พบว่าการศึกษาส่วนใหญ่มีมุ่งเน้นไปที่บริบทของสังคมเมืองขนาดใหญ่ที่มีงบประมาณพร้อม หรือไม่ก็เป็นการประเมินความพึงพอใจเชิงปริมาณต่อการใช้ประโยชน์ลานกีฬาในภาพรวม แต่ยังคงขาดการบูรณาการข้อมูลเชิงปริมาณร่วมกับข้อมูลเชิงคุณภาพเพื่อวิเคราะห์ “ช่องว่างเชิงพื้นที่” และความต้องการที่แท้จริงของชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบทที่มีพลวัตเฉพาะตัว ส่งผลให้ข้อเสนอแนะที่ผ่านมาไม่สามารถนำไปสู่แนวทางเชิงปฏิบัติการ ที่เหมาะสมกับแต่ละตำบลได้อย่างเป็นรูปธรรม ด้วยเหตุผลและความจำเป็นอย่างยิ่งดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะดำเนินงานวิจัยเรื่อง “แนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี” เพื่อศึกษาสภาพบริบท ความต้องการ และกำหนดแนวทางในการขับเคลื่อนกิจกรรมชุมชนให้ไปถึงชุมชน สุขภาวะ ผลของการวิจัยสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างชุมชนสุขภาวะ และเป็นแนวทางในการพัฒนา สร้างเสริมชุมชน ให้มีความเข้มแข็งต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อศึกษาความต้องการการใช้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี
3. เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

การทบทวนวรรณกรรม

จากการทบทวนวรรณกรรม งานวิจัย เรื่อง แนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถสรุป ได้ดังนี้

1. แนวคิดและวิวัฒนาการเชิงระบบของ “สุขภาวะ” ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมระดับสากลและในประเทศ พบว่านิยามของ “สุขภาวะ” ได้เกิดการย้ายกระบวนทัศน์ จากความหมายดั้งเดิมที่เน้นเพียงมิติด้านการแพทย์และการปรับตัวส่วนบุคคล ไปสู่ “มิติบูรณาการเชิงองค์รวม” โดยสามารถจำแนกมุมมองออกเป็น 2 มิติยั่งยืน ดังนี้

1.1 พลวัตแห่งการปรับตัวส่วนบุคคล โดยสุขภาวะในระยะแรกถูกมองว่าเป็นภาวะความผาสุกของบุคคลในการปรับตัวทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าและคงเสถียรภาพเฉพาะบุคคล (Murray & Zentner, 1993)

1.2 บูรณาการระบบองค์รวมที่ตัดแยกไม่ได้ ซึ่งต่อมากองคัลการอนามัยโลก (WHO, 1998) และนักวิชาการไทย (ประเวศ วะสี, 2543; วิพุธ พูลเจริญ, 2544) ได้ขยายขอบเขตว่า สุขภาวะมิใช่เพียงการปราศจากโรค (non-disease) แต่เป็นระบบความสัมพันธ์ของ 4 มิติหลัก คือ กาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ ที่ยึดโยงส่งผลกระทบซึ่งกันและกันอย่างเป็นระบบ

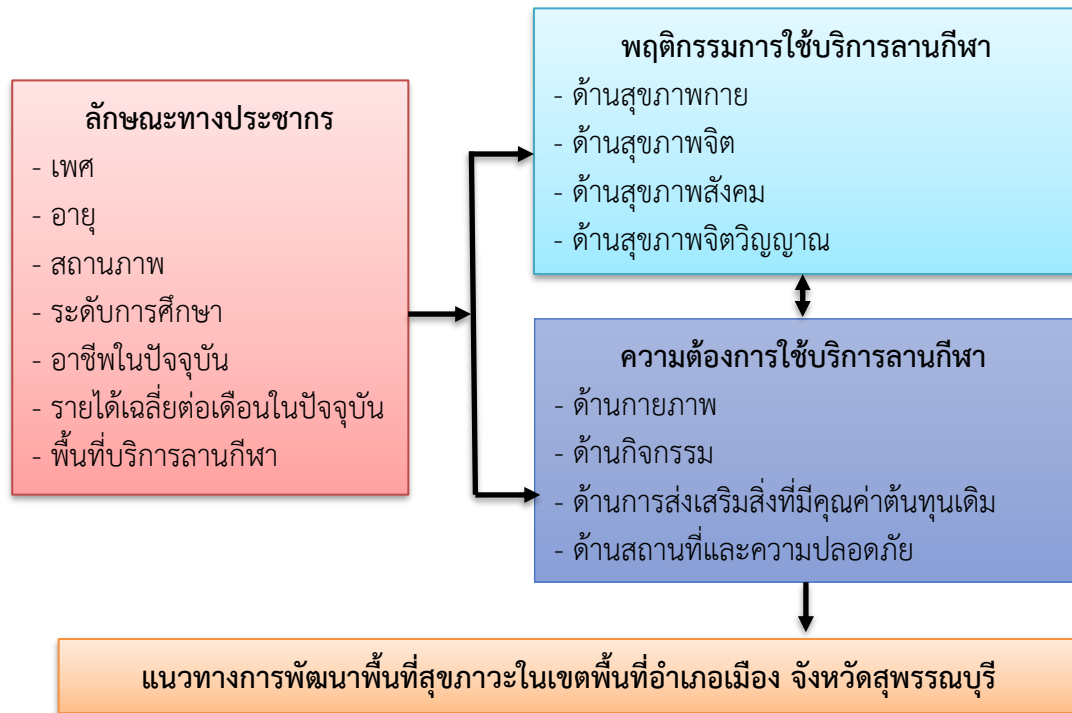
กล่าวโดยสรุป สุขภาวะ คือระบบสุขภาพที่แปรเปลี่ยนทิศทางจากการ “ซ่อมสุขภาพ” เพื่อมุ่งเน้นการรักษาเมื่อป่วยไปสู่การ “สร้างสุขภาพ” โดยเน้นพฤติกรรมเชิงบวกและการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวย เพื่อให้บุคคลบรรลุศักยภาพและมีคุณภาพในการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน

2. แนวคิดลานกีฬาชุมชนสู่การเป็นพื้นที่สุขภาวะสร้างสรรค์ โดยพฤติกรรมสุขภาวะเชิงบวกจะเกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยเชิงสิ่งแวดล้อมและโครงสร้างพื้นฐานเป็นตัวเร่งเร้า (Healthy Spaces and Places, 2014) ลานกีฬาในบริบทนี้จึงมิได้ทำหน้าที่เป็นเพียงพื้นที่ทางกายภาพสำหรับออกกำลังกาย แต่สามารถถูกยกระดับให้เป็น “พื้นที่สุขภาวะสร้างสรรค์” ที่ผสมผสานการเสริมพลังชุมชน ดังนั้นเมื่อโครงสร้างพื้นฐานทางกายภาพเอื้ออำนวยจะทำให้เกิดกระบวนการดึงดูดให้ประชาชนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพโดยสมัครใจ เกิดการรวมกลุ่มทางสังคม และกลายเป็นพื้นที่ส่วนกลางในการขับเคลื่อนวัฒนธรรมและจิตวิญญาณของชุมชนร่วมกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ บุชบา รุ่งเจริญ และคณะ (2558) ที่กล่าวว่า ความพร้อมของสภาพแวดล้อมเป็นสิ่งกำหนดอัตราการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายของคนในชุมชน

ดังนั้น กล่าวโดยสรุปการนำแนวคิดสุขภาวะองค์รวมและพื้นที่สุขภาวะมาสู่การปฏิบัติจริงในพื้นที่ศึกษา งานวิจัยนี้กำหนดให้ความต้องการใช้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชน เป็นตัวแปรเชิงโครงสร้างและสิ่งแวดล้อมที่ส่งผ่านอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้ประโยชน์ โดยทำการจำแนกออกเป็น 4 มิติหลักที่มีปฏิสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ได้แก่ (1) ด้านกายภาพ (2) ด้านกิจกรรม (3) ด้านการส่งเสริมสิ่งที่มีคุณค่าต้นทุนเดิม และ (4) ด้านสถานที่และความปลอดภัย ซึ่งมีมิติความต้องการทั้ง 4 ด้านนี้ ทำหน้าที่เป็นระบบสะท้อนความคาดหวังและเสียงของประชาชนในพื้นที่ศึกษา เมื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะองค์รวม 4 ด้าน (กาย ใจ สังคม จิตวิญญาณ) ของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ทำให้เกิดกระบวนการสังเคราะห์ข้อมูลเชิงบริบทเฉพาะถิ่น นำไปสู่การกำหนดแนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะลานกีฬา ที่มีลักษณะเฉพาะตัวและสอดคล้องกับสภาพปัญหาที่แท้จริงของแต่ละตำบลอย่างเป็นรูปธรรม

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการศึกษาค้นคว้าแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยต่าง ๆ เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี จึงกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการดำเนินงานวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี โดยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ ในรูปของการวิจัยเชิงสำรวจ ด้วยวิธีการเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม และวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยวิธีการเก็บข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึก

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1.1 เชิงปริมาณ

1.1.1 ประชากร ได้แก่ ประชาชนที่มีภูมิลำเนาหรืออาศัยอยู่ในพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งมีประชากรรวมทั้งสิ้น 130,514 คน (สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง, 2567)

1.1.2 กลุ่มตัวอย่าง คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรของทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane, 1973) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 5% ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 394 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1: การสุ่มพื้นที่ระดับตำบล โดยผู้วิจัยทำการเลือกเจาะจงพื้นที่เป้าหมายในระดับตำบลของอำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อขับเคลื่อนพื้นที่สุขภาวะ จำนวน 3 ตำบล ได้แก่ ตำบลสนามชัย ทับตีเหล็ก และบึงบ้านโพธิ์ จังหวัดสุพรรณบุรี โดย 1) ตำบลสนามชัย มีประชากร จำนวน 10,905 คน ตำบลทับตีเหล็ก มีประชากร จำนวน 3,997 คน และตำบลบึงบ้านโพธิ์ มีประชากร จำนวน 8,272 คน รวมประชากรในพื้นที่สุ่มทั้งสิ้น 23,174 คน (สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง, 2567)

ขั้นตอนที่ 2: การจัดสรรกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ นำขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 394 คน มาทำการจัดสรรกระจายกลุ่มตัวอย่างลงไปในพื้นที่ 3 ตำบล ตามสัดส่วนประชากร เพื่อให้ได้ตัวแทนที่สะท้อนประชากรจริงในพื้นที่ โดยพื้นที่ตำบลสนามชัย ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 185 คน ตำบลทับตีเหล็ก ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 68 คน และตำบลบึงบ้านโพธิ์ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 141 คน

นอกจากนี้ เพื่อความสอดคล้องกับมาตรฐานจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้ามาร่วมในการวิจัย และมาตรการคุ้มครองผู้เข้าร่วมวิจัย ดังนี้

1) เกณฑ์อายุ: กำหนดให้ผู้ตอบแบบสอบถามต้องเป็นประชาชนที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ซึ่งเป็นวัยที่สามารถให้การยินยอมด้วยตนเองตามกฎหมาย และมีความเข้าใจพฤติกรรมสุขภาพของตนเองอย่างชัดเจน

2) ข้อจำกัดและการคุ้มครองเพิ่มเติม: สำหรับเด็กหรือเยาวชนที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปีที่เข้ามาใช้บริการลานกีฬา ผู้วิจัย ไม่ได้นำมาเป็นกลุ่มตัวอย่างในเชิงปริมาณ เพื่อหลีกเลี่ยงประเด็นความเปราะบางทางจริยธรรมในการวิจัยในผู้เยาว์ เว้นแต่จะได้รับการยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษรจากผู้ปกครองร่วมด้วย

1.2 เชิงคุณภาพ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ ผู้นำชุมชน ราษฎรชาวบ้าน เจ้าหน้าที่องค์การบริหารส่วนตำบลใน 3 พื้นที่ รวมจำนวน 15 คน (พื้นที่ละ 5 คน) โดยอ้างอิงเกณฑ์การเลือกตามแนวคิดความอึดตัวของข้อมูล (Creswell & Creswell, 2018) และคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักด้วยวิธีเจาะจง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือสำหรับวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ แบบสอบถาม ซึ่งผ่านการตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นรวมทั้งฉบับเท่ากับ 0.97 (Cronbach, 1951) โดยแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม 2) ความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี และ 3) ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการการใช้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

2.2 เครื่องมือสำหรับวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยเป็นแบบสัมภาษณ์ชนิดกึ่งโครงสร้าง เพื่อให้สามารถยืดหยุ่นและเพื่อให้สามารถได้ข้อมูลเชิงลึกถึงประเด็นสำคัญจากผู้ให้ข้อมูลหลักได้

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลโดยดำเนินการในพื้นที่เป้าหมายในช่วงเวลาที่กำหนดไว้

3.1 ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลโดยลงพื้นที่แจกแบบสอบถามไปยังพื้นที่ตำบลสนามชัย ตำบลทับตีเหล็ก และตำบลบึงบ้านโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

3.2 วิเคราะห์ผลจากการเก็บข้อมูลเชิงสำรวจแล้วจึงนำประเด็นหรือข้อคำถามตามสภาพการปฏิบัติงาน มาเป็นประเด็นในการสร้างคำถาม เพื่อหาแนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี โดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญต่อไป

4. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และนำความคิดเห็นที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญมาวิเคราะห์เนื้อหา และสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 395 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 56.70) มีอายุระหว่าง 21 - 30 ปี (ร้อยละ 24.10) มีสถานภาพโสด (ร้อยละ 47.80) สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี (ร้อยละ 40.50) ประกอบธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย (ร้อยละ 27.80) มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่ในช่วง 15,001-20,000 บาท (ร้อยละ 27.30) และส่วนใหญ่เลือกใช้บริการพื้นที่ลานกีฬาสนามชัย (ร้อยละ 41.30)

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการประเมินความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

รายการ	ระดับความคิดเห็น			
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	อันดับ
1. ด้านสุขภาพกาย	3.23	0.55	ปานกลาง	4
2. ด้านสุขภาพจิต	3.27	0.59	ปานกลาง	2
3. ด้านสุขภาพสังคม	3.26	0.57	ปานกลาง	3
4. ด้านสุขภาพจิตวิญญาณ	3.38	0.58	ปานกลาง	1
รวมเฉลี่ย	3.28	0.57	ปานกลาง	

จากตารางที่ 2 ผลการศึกษา พบว่า ความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ในภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับแรก คือ ด้านสุขภาพจิตวิญญาณ ด้านสุขภาพจิต และด้านสุขภาพสังคม ตามลำดับ ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ด้านสุขภาพกาย

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความต้องการการให้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการประเมินความคิดเห็นเกี่ยวกับ ความต้องการการให้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

รายการ	ระดับความคิดเห็น			
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	อันดับ
1. ด้านกายภาพ	4.27	0.70	มาก	1
2. ด้านกิจกรรม	4.06	0.76	มาก	4
3. ด้านการส่งเสริมสิ่งที่มีคุณค่าต้นทุนเดิม	4.19	0.75	มาก	2
4. ด้านสถานที่และความปลอดภัย	4.13	0.86	มาก	3
รวมเฉลี่ย	4.16	0.76	มาก	

จากตารางที่ 3 ผลการศึกษา พบว่า ความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการการให้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ในภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับแรก คือ ด้านกายภาพ ด้านการส่งเสริมสิ่งที่มีคุณค่าต้นทุนเดิม และด้านสถานที่และความปลอดภัย ตามลำดับ ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ ด้านกิจกรรม

4. ผลการศึกษาแนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถสรุปผลได้ดังนี้

4.1 พื้นที่สนามชัย ประชาชนส่วนใหญ่สะท้อนว่า แม้พื้นที่จะมีความร่มรื่นและชุมชนเป็นมิตร แต่จุดที่ต้องพัฒนาเชิงคุณภาพคือการปรับปรุงและซ่อมแซมพื้นผิวสนามหญ้าที่เป็นหลุมเป็นบ่อเพื่อป้องกันการบาดเจ็บของผู้ใช้งาน นอกจากนี้ ควรจัดหาเครื่องออกกำลังกายและอุปกรณ์กีฬาเชิงรุกให้มีจำนวนมากขึ้นและหลากหลาย เพื่อรองรับความต้องการของผู้ใช้บริการทุกเพศทุกวัย (ดังภาพที่ 2)

4.2 พื้นที่ทับตีเหล็ก ประชาชนส่วนใหญ่สะท้อนว่า พื้นที่มีปัญหาเชิงโครงสร้างพื้นฐานค่อนข้างมาก แนวทางการพัฒนาที่จำเป็นคือการติดตั้งและซ่อมแซมระบบไฟฟ้าส่องสว่างเพื่อความปลอดภัยในการใช้งาน เวลากลางคืน การจัดให้มีห้องน้ำที่สะอาดและเพียงพอ ตลอดจนการซ่อมแซมพื้นสนาม ร้วสนาม และเพิ่มจำนวนเครื่องเล่นออกกำลังกายที่ปัจจุบันยังคงมีจำกัด (ดังภาพที่ 3)

4.3 พื้นที่บึงบ้านโพธิ์ แม้พื้นที่จะเด่นเรื่องความสงบร่มรื่น แต่เนื่องจากตั้งอยู่ไกลเมือง ประชาชนส่วนใหญ่สะท้อนว่า แนวทางการพัฒนาเพื่อดึงดูดผู้ใช้งานคือ การจัดระเบียบที่จอดรถและสร้างที่นั่งพักผ่อนหลังคาให้เพียงพอ การติดตั้งไฟฟ้าส่องสว่างโซล่าเซลล์ และการสร้างลานอเนกประสงค์สำหรับต้นแอโรบิค รวมถึงการจัดกิจกรรมนันทนาการเชิงรุก เช่น การจัดวิ่งประจำปี หรือการแข่งขันกีฬา เพื่อกระตุ้นการมีส่วนร่วมของชุมชน (ดังภาพที่ 4)



แผนภาพที่ 2 พื้นที่สนามชัย



แผนภาพที่ 3 พื้นที่ทับตีเหล็ก



แผนภาพที่ 4 พื้นที่บึงบ้านโพธิ์

สรุปและอภิปรายผล

1. ผลการศึกษาพฤติกรรมการใช้ประโยชน์จากพื้นที่ลานกีฬาในการสร้างเสริมสุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสะท้อนมิติเชิงโครงสร้างบริบทและวิถีชีวิตของชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบทที่น่าสนใจ โดยมีประเด็นสำคัญจากการวิจัยรายด้านและบริบทพื้นที่ดังนี้ 1) ด้านสุขภาพจิตวิญญาณมีค่าเฉลี่ยสูงสุด สะท้อนให้เห็นว่าประชาชนสามารถเข้าถึงความสงบสุขภายในและความอึดใจ ผ่านความผูกพันเชื่อมโยงอย่างมีความหมายกับครอบครัวและเพื่อนบ้าน ตลอดจนการทากิจกรรมเชิงวัฒนธรรมและจริยธรรมร่วมกัน เช่น การทำบุญตักบาตร 2) ด้านสุขภาพจิต มีค่าเฉลี่ยรองลงมา ซึ่งบรรยากาศที่เป็นมิตรทางกายภาพของลานกีฬาช่วยลดความตึงเครียด ส่งผลดีเชิงประจักษ์ให้ประชาชนรู้สึกจิตใจแจ่มใสเมื่อเข้าใช้บริการ ลำดับถัดไป 3) ด้านสุขภาพสังคม ประชาชนมีความพึงพอใจสูงสุดต่อบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ โดยระบุว่าพื้นที่ลานกีฬามีความปลอดภัย โปร่ง อากาศถ่ายเทดี ร่มรื่น และสงบเงียบ ซึ่งเอื้อต่อการทำกิจกรรมทางกาย พักผ่อนหย่อนใจ และส่งเสริมระบบทางเดินหายใจ อีกทั้งลานกีฬายังทำหน้าที่เป็นพื้นที่เอนกประสงค์รองรับวิถีวัฒนธรรมชุมชน เช่น งานเลี้ยง สังคมเครือข่าย หรือลานตากข้าว สอดคล้องกับแนวคิดการเสริมสร้างพลังชุมชนของ Laverack (2006) ที่กล่าวว่า พื้นที่สาธารณะที่มีคุณภาพจะช่วยถักทอความสัมพันธ์และแปรเปลี่ยนเป็นทุนทางสังคมที่เข้มแข็ง ในขณะเดียวกัน 4) ด้านสุขภาพกาย มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ซึ่งมีข้อค้นพบและข้อจำกัดทางกายภาพ 3 ประการ คือ (1) วิถีชีวิตดั้งเดิม โดยประชากรส่วนใหญ่ทำอาชีพเกษตรกรรม เช่น ทำนา/ทำสวน ซึ่งมีการใช้แรงงานในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง ทำให้เกิดการรับรู้ว่าตนเองได้ออกกำลังกายผ่านงานประจำแล้ว ความจำเป็นในการเข้าใช้ลานกีฬาจึงลดลง (2) ขาดการขับเคลื่อนเชิงรุก โดยขาดแคลนแกนนำและแรงกระตุ้นเชิงนโยบายในบริบทกึ่งเมืองกึ่งชนบท ซึ่งเป็นการขาดกิจกรรมเป็นรูปธรรม เช่น เต้นแอโรบิก หรือชมรมกีฬา และ (3) ข้อจำกัดด้านต้นทุนสุขภาพซึ่งประชากรวัยกลางคนและผู้สูงอายุในพื้นที่มีภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วน ซึ่งสอดคล้องกับรายงานสถานการณ์ของสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส., 2566) ส่งผลให้เหนื่อยง่ายและเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาสมรรถภาพทางกาย

2. ผลการศึกษาความต้องการการใช้บริการในพื้นที่สุขภาวะของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี พบว่า ความต้องการใช้บริการลานกีฬาในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านกายภาพ เนื่องจากประชาชนมีความตื่นตัวและตระหนักรู้ด้านสุขภาพเพิ่มขึ้น ลานกีฬาจึงถูกคาดหวังให้ทำหน้าที่เป็นปอดของชุมชนเพื่อสร้างความมั่นคงและความปลอดภัยเชิงนิเวศ นอกจากนี้บริบทความเป็นเมืองที่แผ่ขยายในอำเภอเมืองสุพรรณบุรี ส่งผลให้วิถีชีวิตมีความเร่งรีบและเกิดความเครียดสะสม ประชาชนจึงโยกย้ายพื้นที่สีเขียวเพื่อการบำบัดทางอารมณ์ สอดคล้องกับทฤษฎีการฟื้นฟูจิตใจด้วยธรรมชาติ

ขององค์การอนามัยโลก ซึ่งระบุว่า พื้นที่สีเขียวสาธารณะที่มีการจัดภูมิทัศน์อย่างเหมาะสม มีอิทธิพลโดยตรงต่อการลดทอนความเครียด ความเหนื่อยล้าทางสมอง และส่งเสริมกระบวนการฟื้นฟูทางจิตใจอย่างมีนัยสำคัญ (World Health Organization [WHO], 2024) รองลงมาคือ ด้านการส่งเสริมสิ่งที่มีคุณค่าต้นทุนเดิม ซึ่งมุ่งเน้นที่ความสะอาด ความปลอดภัย และความพร้อมใช้งานของสิ่งอำนวยความสะดวก ทว่าเมื่อตัดภาพมาที่บริบทจริงของพื้นที่ตำบลสนามชัย ทับตีเหล็ก และบึงบ้านโพธิ์ กลับพบช่องว่างความคาดหวังที่ชัดเจน อย่างไรก็ตาม แม้ชุมชนจะมีทำเลที่ตั้งและต้นทุนทางธรรมชาติที่ดี แต่โครงสร้างพื้นฐานเดิมของลานกีฬายังขาดการบริหารจัดการเชิงคุณภาพ ตัวลานมีความทรุดโทรม ขาดร่มเงาจากไม้ใหญ่ที่เหมาะสม ระบบไฟส่องสว่างไม่พร้อม และสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐานยังไม่เอื้อต่อการใช้งานของคนทุกกลุ่ม ดังนั้นข้อจำกัดทางกายภาพที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน สวนทางกับความต้องการพื้นที่สันทนาการที่ผ่านการออกแบบเชิงสถาปัตยกรรมสรรค์ที่มีคุณภาพสูง อย่างไรก็ตาม ปรากฏการณ์นี้สะท้อนว่าประชาชนมีความพร้อมและต้องการเห็นการยกระดับเชิงโครงสร้างกายภาพอย่างจริงจัง ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางยุทธศาสตร์ 10 ปี ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ที่มุ่งเน้นการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อกิจกรรมทางกายและการเข้าถึงสันทนาการที่เท่าเทียมของชุมชน (สสส., 2567)

3. ผลการศึกษาแนวทางการพัฒนาพื้นที่สันทนาการของประชาชนในเขตพื้นที่อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพร่วมกับข้อมูลเชิงปริมาณ สามารถกำหนดแนวทางการพัฒนาพื้นที่สันทนาการที่ตอบสนองต่อบริบทเฉพาะ ของแต่ละตำบลได้อย่างชัดเจน ดังนี้

3.1 พื้นที่สนามชัย ภายใต้ภาพสะท้อนเชิงปริมาณที่ประชาชนตระหนักรู้ถึงประโยชน์ของลานกีฬาในขณะเดียวกันสันทนาการทางกายกลับได้คะแนนต่ำที่สุดเนื่องจากสภาพแวดล้อมไม่เอื้ออำนวย แนวทางการพัฒนาตำบลสนามชัยจึงมุ่งไปที่การจัดการความปลอดภัยทางกายภาพและการเพิ่มความหลากหลายของอุปกรณ์กีฬา เพื่อให้ปรากฏการณ์ในพื้นที่ได้รับการแก้ไขอย่างตรงจุดผ่านการลบหลุมบ่อบนพื้นผิวลานกีฬาเพื่อลดความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บในกลุ่มผู้สูงอายุ ควบคู่กับการจัดหาอุปกรณ์กีฬาที่หลากหลายเพื่อดึงดูดใจกลุ่มเด็กและวัยรุ่น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้ถือเป็นการเปลี่ยนผ่านฟังก์ชันของลานกีฬาจากการเป็นเพียงพื้นที่เฝ้าหญ้า สันทนาการจิต ไปสู่พื้นที่สร้างเสริมสุขภาพกายเชิงรุกสอดคล้องกับแนวคิดปัจจัยกำหนดสุขภาพและการเสริมพลังชุมชนของ พินทุสร โพธิ์อุไร และสมศักดิ์ สามัคคีธรรม (2565) ที่กล่าวว่า ความเข้มแข็งของชุมชนขับเคลื่อนผ่านมิติทางสิ่งแวดล้อมและสุขภาพ การยกระดับมาตรฐานโครงสร้างพื้นฐานของลานกีฬาในครั้งนี้ จึงไม่ได้เป็นเพียงการปรับปรุงทางกายภาพ แต่คือปัจจัยกำหนดสุขภาพเชิงโครงสร้างที่เข้าไปกระตุ้นให้เกิดการมีส่วนร่วมและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องของคนในชุมชน

3.2 พื้นที่ทับตีเหล็ก ข้อค้นพบเชิงปริมาณระบุว่าพฤติกรรมการใช้งานในภาพรวมของตำบลทับตีเหล็กที่หยุดนิ่งอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งมีเงื่อนไขด้านเวลาของประชากรส่วนใหญ่ที่ต้องตรากตรำกับงานประจำทั้งภาคเกษตรกรรมและรับจ้าง ยุทธศาสตร์การพัฒนาของพื้นที่นี้จึงมุ่งเน้นการแก้ปัญหาเชิงโครงสร้างพื้นฐานเพื่อขยายขีดจำกัดด้านเวลาโดยเน้นการติดตั้งระบบแสงสว่างเพื่อความปลอดภัยในยามค่ำคืนและการปรับปรุงสุขอนามัยของห้องน้ำ ซึ่งแนวทางดังกล่าวเดินตามทิศทางของ แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2566) ที่มุ่งสร้างความเท่าเทียมในการเข้าถึงสิ่งอำนวยความสะดวกด้านสันทนาการที่ปลอดภัย เนื่องจากระบบสิ่งแวดล้อมสรรค์สร้างที่ได้มาตรฐานและปราศจากจุดอันตราย จะช่วยลดอุปสรรคเชิงพื้นที่ ลดความ

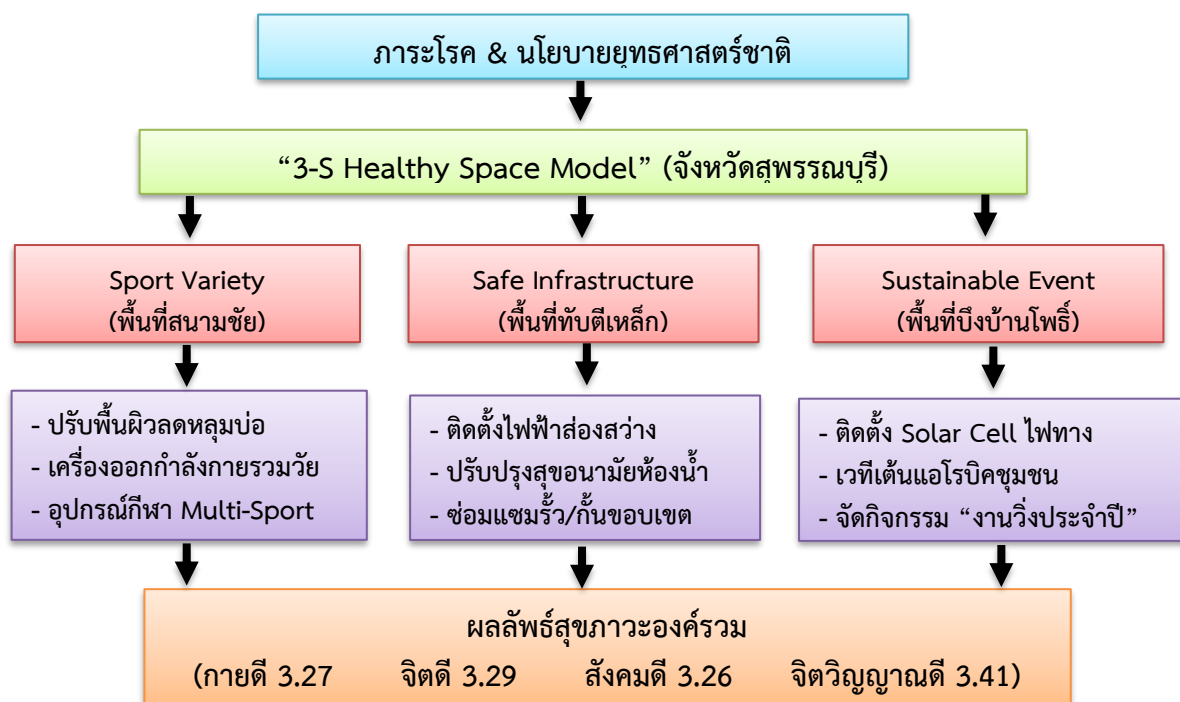
เหลื่อมล้ำ และเปิดโอกาสให้กลุ่มวัยแรงงานสามารถเข้ามาใช้บริการสร้างเสริมสุขภาพในเวลาว่างได้อย่างปลอดภัยตามเป้าหมายการพัฒนาอนุชนอย่างยั่งยืน

3.3 พื้นที่บึงบ้านโพธิ์ จากเสียงสะท้อนเชิงปริมาณที่เด่นชัดว่า ประชาชนตำบลบึงบ้านโพธิ์มีความพึงพอใจและโยกย้ายบรรยากาศธรรมชาติที่ร่มรื่นเพื่อการรับออกซิเจนเต็มปอด ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการฟื้นฟูจิตใจด้วยธรรมชาติ (World Health Organization [WHO], 2024) แนวทางการพัฒนาพื้นที่แห่งนี้จึงมุ่งเน้นการยกระดับสู่พื้นที่สุขภาพะอัจฉริยะและยั่งยืน ผ่านการติดตั้งระบบไฟฟ้าส่องสว่างพลังงานแสงอาทิตย์ ซึ่งการผสมผสานเทคโนโลยีสีเขียวนี้มีความสอดคล้องเชิงนโยบายกับ คู่มือแนวทางการพัฒนาเมืองอัจฉริยะ (สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจดิจิทัล, 2565) ในมิติพลังงานอัจฉริยะและสิ่งแวดล้อมอัจฉริยะ ซึ่งเป็นการนำนวัตกรรมพลังงานสะอาดมาขับเคลื่อนโครงสร้างพื้นฐาน ช่วยให้ชุมชนพึ่งพาตนเองด้านพลังงาน ลดภาระค่าใช้จ่ายด้านสาธารณูปโภคของท้องถิ่นในระยะยาว พร้อมทั้งความปลอดภัยในการใช้งานพื้นที่สาธารณะยามค่ำคืน

กล่าวโดยสรุป แนวทางการพัฒนาพื้นที่สุขภาพะของประชาชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี ที่ได้จากการบูรณาการข้อมูลเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ มีความสอดคล้องเชิงตรรกะและผลเป็นเนื้อเดียวกันอย่างมีนัยสำคัญ ปรากฏการณ์นี้คือ กระบวนการเปลี่ยนผ่าน (Transformation) จากความต้องการและข้อจำกัดเชิงพฤติกรรมในวิถีชีวิตดั้งเดิม ให้กลายมาเป็นมาตรการเชิงโครงสร้างที่จับต้องได้ เพื่อยกระดับสุขภาพองค์รวมของประชาชนในชุมชนกึ่งเมืองกึ่งชนบทแห่งนี้ได้อย่างยั่งยืน

องค์ความรู้ใหม่

จากการบูรณาการผลการวิจัย คณะผู้วิจัยได้พัฒนาโมเดลขับเคลื่อนพื้นที่สุขภาพะขึ้น เรียกว่า “3-S Healthy Space Model” (โมเดลสุขภาพะ 3 พื้นที่จำเพาะ)



แผนภาพที่ 5 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

ที่มา: ผู้วิจัยสังเคราะห์

จากแผนภาพที่ 5 โมเดลสุขภาวะ 3 พื้นที่จำเพาะ ขับเคลื่อนผ่านกระบวนการ “ร่วมคิด ร่วมสร้าง ร่วมเป็นเจ้าของ” ตามแนวคิดของสมบุรณ์ ธรรมลังกา (2556) โดยแบ่งขั้นตอนการปฏิบัติออกเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นตอนที่ 1 การสำรวจและประเมินต้นทุนพื้นฐาน ขั้นตอนที่ 2 การพัฒนาเชิงพื้นที่จำเพาะ และขั้นตอนที่ 3 การขับเคลื่อนกลไกทางสังคมและนันทนาการ ส่งผลให้เกิดผลผลิตต่อบุคคล คือ ประชาชนในตำบลสนามชัย ทับตีเหล็ก และบึงบ้านโพธิ์ มีพื้นที่สุขภาวะที่ปลอดภัยและตอบโจทย์ความต้องการ ช่วยเปลี่ยนพฤติกรรมจาก “นั่ง ๆ นอน ๆ” มาเป็น “การมีกิจกรรมทางกายเชิงรุก” ส่งผลให้สุขภาพกายแข็งแรงขึ้น ควบคู่ไปกับสุขภาพจิตที่ดีจากสิ่งแวดล้อมที่ร่มรื่น ผลผลิตต่อสังคมและชุมชน คือเกิดการรวมกลุ่มและสร้างเครือข่ายทางสังคมผ่านลานกีฬา ลานกิจกรรมอเนกประสงค์กลายเป็นศูนย์รวมใจ ลดช่องว่างระหว่างวัย เมื่อผู้สูงอายุมานั่งพักผ่อน เด็กและเยาวชนมาเล่นกีฬาในพื้นที่เดียวกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1.1 จัดโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพเชิงรุกอย่างต่อเนื่อง เช่น การเต้นแอโรบิกตามจังหวะเพลงพื้นบ้าน หรือเทศกาลเดิน-วิ่งชุมชน เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนหันมาออกกำลังกายเพื่อสร้างสมรรถภาพทางกายที่ถูกต้อง

1.2 สร้างแกนนำผู้นำการออกกำลังกายประจำลานกีฬาตามเวลา เพื่อสร้างแรงจูงใจและให้คำแนะนำในการใช้อุปกรณ์อย่างถูกวิธี ลดความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บในกลุ่มผู้สูงอายุและผู้มีภาวะน้ำหนักเกิน

1.3 สนับสนุนให้ลานกีฬาเป็นพื้นที่จัดกิจกรรมเชิงวัฒนธรรมและประเพณีอย่างเป็นระบบ เช่น ทำบุญตักบาตรวันพระ ตลาดนัดสุขภาพ เพื่อสร้างความสงบสุขภายในและชักจูงสายสัมพันธ์ในชุมชน

1.4 รักษาสภาพแวดล้อมรอบลานกีฬาให้ร่มรื่น สงบ และปราศจากมลพิษ เพื่อคงคุณค่าในมิติจิตวิทยาและการฟื้นฟูจิตใจด้วยธรรมชาติ ช่วยลดความเครียดสะสมจากวิถีชีวิตเมือง

2. ข้อเสนอแนะในภาพรวม

2.1 ด้านกายภาพ ควรมีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติรอบลานกีฬาให้มีความร่มรื่น ปลูกต้นไม้ใหญ่ให้ร่มเงาเพื่อลดความร้อน จัดการพื้นที่ให้มีความโปร่ง อากาศถ่ายเทได้สะดวก และปรับปรุงพื้นผิวลานกีฬาให้เรียบเนียนเสมอกัน เพื่อรองรับการทำกิจกรรมทางกายที่ปลอดภัยสำหรับคนทุกกลุ่มวัย

2.2 ด้านกิจกรรม ควรมีการจัดกิจกรรมนันทนาการและกีฬาที่หลากหลาย ควบคู่กับการจัดตารางเวลาใช้งานร่วมกันของชุมชน และเปิดพื้นที่รองรับกิจกรรมอเนกประสงค์ตามวิถีดั้งเดิม เช่น งานประเพณี การสังสรรค์ของครอบครัว เพื่อแปรเปลี่ยนพื้นที่สาธารณะให้เป็นทุนทางสังคมที่เข้มแข็ง

2.3 ด้านการส่งเสริมสิ่งที่มีคุณค่าต้นทุนเดิม ควรมีการนำนวัตกรรมที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมมาประยุกต์ใช้ เช่น ติดตั้งระบบไฟส่องสว่างโซล่าเซลล์ และจัดทำซุ้มที่นั่งพักผ่อน ม้านั่งมีหลังคากันแดด-ฝน และจุดบริการน้ำดื่มสะอาด โดยไม่ทำลายทัศนียภาพและอัตลักษณ์ดั้งเดิมของท้องถิ่น

2.4 ด้านสถานที่และความปลอดภัย ควรมีการติดตั้งระบบไฟส่องสว่างให้ทั่วถึงเพื่อขจัดจุดอับสายตา ลดความเหลื่อมล้ำ และสร้างความมั่นใจให้กลุ่มวัยแรงงานสามารถเข้าใช้บริการยามค่ำคืนได้อย่างปลอดภัย ปรับปรุงห้องน้ำสาธารณะให้สะอาดพร้อมใช้งานอยู่เสมอ พร้อมตีเส้นแบ่งแยกพื้นที่จอดรถออกจากลานกิจกรรมหลักอย่างชัดเจนเพื่อป้องกันอุบัติเหตุเฉี่ยวชน

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

3.1 ควรขยายขอบเขตการศึกษาพื้นที่สู่ภาวะให้ครอบคลุมทุกอำเภอในจังหวัดสุพรรณบุรี โดยเปรียบเทียบ ระหว่าง “องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่” และ “องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดเล็ก”

3.2 ควรศึกษาการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยให้ประชาชน ผู้นำชุมชน และผู้บริหารท้องถิ่น เข้ามาร่วมในกระบวนการวางแผน ออกแบบ ทดลองปรับปรุงพื้นที่ และร่วมประเมินผล

เอกสารอ้างอิง

- บุษบา รุ่งเจริญ, สุจิตรา สุนทรทรัพย์, และ รุจน์ เลหาภักดี. (2558). *แนวทางการพัฒนาพื้นที่สู่ภาวะในเขตกรุงเทพมหานคร* [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทชั้นปริญญาโท, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย]. Chula Digital Collections. <https://doi.org/10.14457/CU.the.2015.908>.
- ประเวศ วะสี. (2543). *ระบบสุขภาพแห่งชาติ: ยุทธศาสตร์เพื่อปัญญา สันติสุข และความก้าวหน้า*. สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพ.
- พระมหาธวัชพงศ์ สุพรหมปญโญ, พระครูพิลาธธรรมมาร (ณัฐพล ประชุมหะ), สมบูรณ์ ตาสนธิ, และ อำนาจ ขัตติวิชัย. (2567). การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุผ่านการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ของโครงการวัดบันดาลใจ. *วารสารปณิธาน*, 20(1), 40–61.
- พินทุสร โพธิ์อุไร และ สมศักดิ์ สามัคคีธรรม. (2565). การเสริมพลังชุมชนกับการสร้างเสริมสุขภาพ: กรณีศึกษาโครงการชุมชนน่าอยู่ในพื้นที่ภาคเหนือ. *วารสารการสร้างเสริมสุขภาพไทย*, 1(3), 307–317.
- เริงวิชัย นิลโคตร, พงษ์ศิริ มินา, และ อภิสิทธิ์ จันทร์สิงห์. (2564). แนวทางการจัดการพื้นที่สาธารณะเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางกายและนันทนาการอย่างยั่งยืนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น. *วารสารการพัฒนาชุมชนและคุณภาพชีวิต*, 9(3), 412–425.
- วิพุธ พูลเจริญ. (2544). *สุขภาพ: นิยามและการขับเคลื่อนเชิงนโยบาย*. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2566ก). *รายงานสถานการณ์ภาระโรคและปัจจัยเสี่ยงของประชากรไทย พ.ศ. 2565*. ดีไซน์ พลัส.
- สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. (2566ข). *รายงานสถานการณ์ระบบสาธารณสุขไทย พ.ศ. 2566: การเปลี่ยนผ่านสู่ระบบสุขภาพที่ยืดหยุ่นและเท่าเทียม*.
- สมบูรณ์ ธรรมลังกา. (2556). *กลยุทธ์การบริหารจัดการชุมชนสุขภาพอย่างยั่งยืน*. โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). *แผนยุทธศาสตร์ 10 ปี (พ.ศ. 2561–2570) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ*.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2567). *ทิศทางและเป้าหมายเชิงยุทธศาสตร์ 10 ปี (พ.ศ. 2564–2573) ฉบับปรับปรุง 2567*.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2566). *แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ (พ.ศ. 2561–2580) ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม (พ.ศ. 2566–2580)*. สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจดิจิทัล. (2565). *คู่มือแนวทางการพัฒนาเมืองอัจฉริยะ (Smart City handbook)*. กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.



- สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง. (2567). รายงานสถิติจำนวนประชากรและบ้าน จังหวัดสุพรรณบุรี อำเภอเมืองสุพรรณบุรี ณ เดือนธันวาคม พ.ศ. 2567. กระทรวงมหาดไทย.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334. <https://doi.org/10.1007/BF02310555>.
- Global Burden of Disease. (2024). Global burden of a resilient health system: Age-specific mortality and life expectancy trends 1990–2022. *The Lancet*, 403(10438), 1720–1745.
- Healthy Spaces and Places. (2014). *A national guide to designing environments for active living*. Planning Institute Australia.
- Laverack, G. (2006). Evaluating community empowerment in health promotion. *International Journal of Health Promotion and Education*, 44(1), 29–32.
- Murray, R. B., & Zentner, J. P. (1993). *Nursing assessment and health promotion strategies through the life span* (5th ed.). Appleton & Lange.
- World Health Organization. (1998). *The Ottawa Charter for Health Promotion*.
- World Health Organization. (2024). *World health statistics 2024: Monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis* (3rd ed.). Harper and Row.