



สถาบันวิจัยประชากร
และสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

ประชากร และการพัฒนา

เรื่อง
เงินก่อนหนี้ใหม่

หน้า 6-7

POPULATION AND DEVELOPMENT NEWSLETTER ISSN : 0125-5754
Website: www.ipsr.mahidol.ac.th/newsletter/

ประกันสังคม มาตรา 40 : ความมั่นคงยามชราภาพของผู้สูงวัยไทย

กุศล สุนทรธาดา
kusol.soo@mahidol.ac.th

เป็นข่าวฮือฮาทางสื่ออย่างครึกโครม ในช่วงต้นเดือน ธันวาคม 2557 ก่อนที่สำนักงานประกันสังคมจะปิดการรับสมัคร เป็นผู้ประกันตนตามมาตรา 40 โดยเฉพาะในวันสุดท้ายคือวันที่ 8 ธันวาคม 2557 ที่มีผู้สูงวัยแห่กันมาสมัครเป็นผู้ประกันตน ทั้งๆที่มีการเปิดรับสมัครมาแล้วทั้งปี และฮือฮาอีกครั้งในช่วงต้น เดือนมกราคม 2558 ที่ผู้สูงอายุทยอยมาลาออกเพื่อขอรับ เงินคืนพร้อมสิทธิประโยชน์ ที่เขียนบทความนี้ก็เพราะเห็นว่าจะมีการเปิดรับสมัครคนกลุ่มใหม่อีกประมาณเดือนกุมภาพันธ์ 2558 อีก 10 วัน เพื่อให้ผู้สูงวัยได้เข้าใจก่อนตัดสินใจเป็นผู้ประกันตน ตามมาตรา 40 วัตถุประสงค์ของกฎหมายประกัน สังคม มาตรา 40 ก็คือการขยายความคุ้มครองให้แก่ แรงงาน นอกระบบ หรือผู้ประกอบการอาชีพอิสระ (อายุ 15-60 ปี) และผู้สูง วัย อายุ 60 ปีขึ้นไป ได้มีเงินไว้ใช้ในวันปลายของชีวิต หรือมี หลักประกันยามชราภาพ (กรณีสมัครเป็นผู้ประกันตนตามแต่ กรณีย) โดยมีทางเลือกให้ 5 ทางเลือก ได้แก่ **ทางเลือกที่ 1 จ่าย เงินสมทบเดือนละ 100 บาท** โดยผู้ประกันตนจ่าย 70 บาทต่อ เดือน รัฐบาลจ่ายสมทบให้อีก 30 บาทต่อเดือน จะได้รับสิทธิ ประโยชน์ 3 กรณี คือ กรณีเจ็บป่วย ทุพพลภาพ และเสียชีวิต **ทางเลือกที่ 2 จ่ายเงินสมทบเดือนละ 150 บาท** โดย ผู้ประกันตนจ่าย 100 บาทต่อเดือน รัฐบาลจ่ายสมทบอีก 50 บาทต่อเดือน จะได้รับสิทธิประโยชน์ 4 กรณี คือ กรณีเจ็บป่วย ทุพพลภาพ เสียชีวิตและ บำเหน็จชราภาพ (เพิ่มกรณีชราภาพ เมื่อเทียบกับกรณีแรก) ส่วน**ทางเลือกที่ 3 จ่ายเงินสมทบ**

เดือนละ 200 บาท โดยผู้ประกันตนจ่าย 100 บาทต่อเดือน รัฐบาลจ่ายสมทบ 100 บาทต่อเดือน จะ ได้รับสิทธิประโยชน์ 1 กรณี คือ กรณี บำเหน็จชราภาพ **ทางเลือกที่ 4 จ่าย เงินสมทบเดือนละ 300 บาท** โดยผู้ ประกันตนจ่ายเอง 170 บาท รัฐบาลจ่าย

สมทบอีก 130 บาท จะได้รับคือสิทธิประโยชน์ 4 กรณี คือ กรณี ประสบอันตราย หรือเจ็บป่วย ทุพพลภาพ เสียชีวิต และ บำนาญชราภาพ **ทางเลือกที่ 5 จ่ายเงินสมทบเดือนละ 350 บาท** โดยผู้ประกันตนจ่ายเอง 200 บาท รัฐบาลจ่ายสมทบ 150 บาท จะได้รับสิทธิประโยชน์ทุกกรณี คือ กรณี ประสบอันตราย หรือเจ็บป่วย ทุพพลภาพ เสียชีวิต และเงินบำเหน็จหรือบำนาญ ชราภาพ

สำหรับผู้สูงอายุ หรือแรงงานนอกระบบ อายุ 60-65 ปี (อายุไม่เกิน 65 ปี) สมัครได้ทุกทางเลือก ส่วน**ผู้สูงอายุ หรือ แรงงานนอกระบบที่อายุ 65 ปีขึ้นไป สมัครได้เฉพาะทางเลือก ที่ 3 ซึ่งจะได้รับสิทธิประโยชน์ในกรณีเงินบำเหน็จชราภาพ** เพียงอย่างเดียว และสามารถจ่ายเงินย้อนหลังได้ถึง 3,200 บาท (คือย้อนหลังได้ถึง 32 เดือน นับตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2555 แต่จะจ่ายน้อยกว่านี้ก็ได้) โดยรัฐบาลจะจ่ายสมทบให้อีกเท่าตัว ซึ่งทำให้ผู้สูงอายุได้รับสิทธิประโยชน์จากเงินออมมากกว่า ธนาคาร และมีหลักประกันที่มั่นคงขึ้นเมื่อมีความจำเป็นยาม ชราภาพ นับเป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับผู้สูงอายุที่ต้องการ ออมเงินไว้ใช้ในยามที่จำเป็น

ในการสมัครเป็นผู้ประกันตนก็ไม่ได้ยุ่งยากอะไร หลักฐานที่ ใช้ก็คือ บัตรประชาชน และกรอกแบบ “คำขอสมัครเป็น ผู้ประกันตนตามมาตรา 40” ซึ่งให้ระบุตัวตนของผู้สมัครตาม เลขบัตรประจำตัวประชาชน ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้ อาชีพ ปัจจุบัน ประเมินการรายได้ สภาพร่างกาย (ปกติ หรือพิการ) โดยผู้ประกันตนไม่ต้องตรวจสุขภาพ และระบุทางเลือกในการ จ่ายเงินสมทบ (เฉพาะผู้สูงอายุที่อายุ 65 ปีขึ้นไป สมัครได้ เฉพาะทางเลือกที่ 3)

อย่างไรก็ตาม กฎหมายประกันสังคม มาตรา 40 กรณีผู้สูงอายุ ยังมีช่องโหว่ของกฎหมายในหลายประเด็น ได้แก่ 1) การไม่มี หลักเกณฑ์และเงื่อนไขแห่งสิทธิในการรับประโยชน์ทดแทนของ ผู้ประกันตน เช่น ไม่ระบุระยะเวลาในการเป็นผู้ประกันตน เป็นต้น ทำให้มีผู้ประกันตนบางส่วนทยอยลาออก เพื่อขอรับ สิทธิประโยชน์ในส่วนที่ส่งเงินสมทบและส่วนที่รัฐสมทบให้



2) การให้ผู้ที่มีสิทธิประโยชน์ได้รับเงินบำนาญจากกองทุนอื่นๆ สามารถสมัครใช้สิทธิประกันสังคม มาตรา 40 ได้อีก 3) การเปิดให้ผู้ประกันตนสามารถจ่ายเงินสมทบย้อนหลังได้ ทำให้รัฐบาลจะต้องจ่ายเงินสมทบจำนวนมาก ซึ่งจะส่งผลต่องบประมาณภาครัฐ และ 4) หากมีการลาออกเพื่อขอรับเงินสมทบในเวลาอันรวดเร็วถือว่าผิดเจตนารมณ์ของกฎหมายหรือไม่ เพราะอาจมีผู้ใช้ช่องโหว่ของกฎหมายเพื่อบิดเบือนการขอรับเงินสมทบจากรัฐบาล ดังนั้น สำนักงานประกันสังคม กำลังหารือกับสำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา ว่าการลาออกเพื่อขอรับเงินสมทบในเวลาอันรวดเร็วถือว่าผิดเจตนารมณ์ของกฎหมายหรือไม่ และได้ส่งร่างพระราชกฤษฎีกา (พ.ร.ฎ.) กำหนดหลักเกณฑ์และอัตราการจ่ายเงินสมทบ ประเภทของสิทธิประโยชน์ทดแทน รวมทั้งหลักเกณฑ์และเงื่อนไขแห่งสิทธิในการขอรับประโยชน์ทดแทนของผู้ที่สมัครเป็นผู้ประกันตนตามมาตรา 40 ซึ่งจะใช้เวลาประมาณ 2 เดือน จึงจะสามารถขยายระยะเวลาการรับสมัครประกันสังคม ตามมาตรา 40 รอบใหม่ได้ ตามคำเรียกร้องของผู้สูงอายุที่มีความต้องการแต่สมัครไม่ทันวันที่ 8 ธันวาคม 2557 ที่ผ่านมา ซึ่งคาดว่าจะรับสมัครได้ประมาณเดือนกุมภาพันธ์ 2558 นี้



ตอบดี มีรางวัล

คำถาม “ประชากรและการพัฒนา” ปีที่ 35 ฉบับที่ 2

“ผู้ที่ได้รับรางวัลโนเบล สาขาสันติภาพ ประจำปี 2014 ที่อายุน้อยที่สุดคือใคร จากประเทศอะไร”

เฉลย : มาลาลา ยูซาฟไซ (Malala Yousafzai) จากประเทศปากีสถาน

รายชื่อผู้ที่ตอบถูกและจับสลากได้รับรางวัล, กรุงเทพฯ: สุภานันท์ รัตแก้ว นครพนม: โปเรส จตุรพักตร์พิไลฐ น่าน: คณศ อานภาพ นครราชสีมา: อัจฉรา เคียงวิมลรัตน์ ยะลา: ชูลกิพลี ยามู

รายชื่อผู้ที่ได้รับรางวัลพิเศษ, กรุงเทพฯ: ทศนันท์ สิทธิรุ่ง

รายชื่อผู้ที่ตอบถูก, กาญจนบุรี: ลัดดา มาโนช; พรชัย ยิ้มแย้ม ภาพสินธุ์: วลัยพร จันทรมงคล กรุงเทพฯ: ชุศรี รัตแก้ว; ธเนศ กองประเสริฐ; ปรีชา สมอคำ; วรณกันยา คุณากรวิรุฬห์; ประภาพร นันทการรัตน์; วิไล กุศลวิศิษฐ์กุล; รัชดา วุฒิกิจเจริญ; สนั่น รัตแก้ว; ปรีชา มะระยงค์; พงุทธนันต์ ศรีวงศ์เสียง ขอนแก่น: สุรภา นะรินยา นครปฐม: สุวราภรณ์ มณีศรีชา นครราชสีมา: ไพบุลย์ ถิระเรืองรัตน์ ปราจีนบุรี: ทวี เมตตาวิริยะ พะเยา: สุลลัคนา ดงคำ; กิตติพร จันทร์ทนะ พระนครศรีอยุธยา: สายฝน เทียนงาม ศรีสะเกษ: นฤภัค พิษณุชนกร สมุทรสาคร: ปาณิก เสนาฤทธิไกร

ท่านที่ได้รับรางวัล โปรดรอรับของรางวัลจากกองบรรณาธิการ

คำถาม “ประชากรและการพัฒนา” ปีที่ 35 ฉบับที่ 3

“อดีต แปลว่าอะไร และมีก็อย่างอะไรบ้าง”

ส่งคำตอบมายัง “ประชากรและการพัฒนา” ตามที่อยู่หน้า 12 หรืออีเมล jeerawan.hot@mahidol.ac.th ภายใน 15 มีนาคม 2558 (ท่านผู้ตอบคำถามทางอีเมลขอความกรุณาส่งที่อยู่ของท่านมาด้วย เพื่อการจัดส่งของรางวัลในกรณีที่ท่านตอบถูกและจับสลากได้รับรางวัล)

ประกาศรายชื่อผู้ตอบถูก และได้รับรางวัลในฉบับหน้า “ประชากรและการพัฒนา” ปีที่ 35 ฉบับที่ 4 (เมษายน-พฤษภาคม 2558)

ว่าด้วยเรื่องห้องน้ำ (อันขอใช้ห้องน้ำได้ไหม/ห้องน้ำ) ในภาษาอาเซียน

รีนา ต๊ะดี
reena.tad@mahidol.ac.th

ประเทศ	คำเขียนภาษาไทย
ไทย	ฉันขอใช้ห้องน้ำได้ไหม / ห้องน้ำ
กัมพูชา	โซมติวบ็อนตูปตักบานเต / ตับตัก
บรูไน	- / แทนตัส
มาเลเซีย	- / แทนตัส
อินโดนีเซีย	บิสากา ซายา เบอบาโก กามาร เกอจิล / คามาร์ เคจิล
เมียนมาร์	เองตาตัวคว่นพัวป่า / เองตา
ฟิลิปปินส์	- / บันโย
ลาว	- / ส้วม
สิงคโปร์	- / ซ่อ ส้ว
เวียดนาม	โดยซินสูงเหาะสิงเตือกคง / หย่าเหาะซินห์



อยู่อย่าง.....อเมริกันอินเดียนชน

สำมะโนประชากรปี 2553 ระบุว่าชนพื้นเมืองเชื้อสายอินเดียนในสหรัฐอเมริกา มีราว 5 ล้านคน หรือประมาณ ร้อยละ 1.7 ของประชากรทั้งหมด ในจำนวนนี้ ประมาณ 2.9 ล้านคน สืบเชื้อสายตรงจากบรรพบุรุษอินเดียนที่มีถิ่นฐานเดิมในอเมริกาและอลาสกา อีกประมาณครึ่งหนึ่งเป็นประชากรที่มีเชื้อสายจากหลายเชื้อชาติ สืบเนื่องจากในอดีตกว่า 200 ปี ที่ทวีปอเมริกาเป็นดินแดนที่ชาวยุโรปย้ายไปตั้งถิ่นฐานใหม่ จากหลักฐานทางประวัติศาสตร์มีเรื่องราวการสู้รบเพื่อแย่งชิงดินแดน เพื่อปกป้องชาติพันธุ์ และวัฒนธรรมของชนพื้นเมืองเดิมที่ตั้งถิ่นฐานมาก่อนที่คนผิวขาวเข้ายึดครอง ข้อที่ไม่น่าสังเกตคือจำนวนประชากรเชื้อสายอินเดียนดั้งเดิมเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว อัตราการเพิ่มประชากร ประมาณ ร้อยละ 27 ระหว่างปีสำมะโนประชากร 2543-2553 หรือมีประชากรเพิ่มขึ้นราว 1 ล้านคน ซึ่งมากกว่าการเพิ่มของประชากรทั้งประเทศ ที่เพิ่มขึ้นเพียง ร้อยละ 10 ในช่วงเวลาเดียวกัน คาดว่าภายในปี 2593 หรืออีก 40 ปีข้างหน้า ประชากร จะเพิ่มจำนวนถึง 3 ล้านคน

ประชากรเชื้อสายอินเดียน ตั้งรกรากอยู่ใน 15 รัฐ โดยเฉพาะที่รัฐแคลิฟอร์เนียและรัฐอลาสกา เป็นรัฐที่มีประชากรดังกล่าวอาศัยหนาแน่นที่สุด รัฐบาลกลางให้การรับรองสถานภาพและสิทธิทางการเมืองเท่าเทียมกับพลเมืองอเมริกัน ปัจจุบันมีสมาพันธ์รวม 565 แห่ง และมีเขตอนุรักษเชิงวัฒนธรรม รวม 334 แห่ง ในจำนวนกลุ่มชาติพันธุ์ ดังกล่าว มี 8 กลุ่มชาติพันธุ์ที่มีขนาดประชากร ตั้งแต่ 8 หมื่นคน ถึง 1 แสนคน ประชากรเชื้อสายอินเดียนดั้งเดิมสามารถสื่อสารได้อย่างน้อย 2 ภาษา คือ ภาษาประจำเผ่าและภาษาอังกฤษ แม้ว่าการอนุรักษ์ภาษาดั้งเดิมของประชากรเชื้อสายอินเดียนนั้นเข้มข้นมาก แต่กระแสที่ไม่อาจต้านทานนั้นแรงกว่าหลายเท่าตัว เนื่องจากรัฐบาลกลางมีมาตรการโน้มน้าวให้เลิกพูดภาษาดั้งเดิมด้วยการสนับสนุนให้เยาวชนได้รับการศึกษาในโรงเรียนประจำเพื่อให้เกิดการใช้ภาษาอังกฤษเป็นไปอย่างเข้มข้นจนลืมภาษาตนเอง จากการสำรวจ โครงการ National Geography Society's Enduring Voices พบว่าภาษาดั้งเดิมของชนกลุ่มน้อยถูกกลืน 1 ภาษาต่อสัปดาห์ และประมาณการว่า ภายในปี 2643 ภาษาชนกลุ่มน้อยทั่วโลกราว 7,000 ภาษา จะหายไปหรือไม่มีการใช้อีกต่อไป เนื่องจากภาษาเหล่านั้นเป็นภาษาพูดไม่มีภาษาเขียน หรือการจดบันทึกเพื่อการจดจำสำหรับชนรุ่นหลัง

การต่อสู้เพื่อการดำรงอยู่ของชนเผ่าเชื้อสายอินเดียนดั้งเดิมในอดีตตั้งแต่ศตวรรษที่ 18 จนถึง ศตวรรษที่ 19 สร้างความสูญเสียบาดแผลอย่างใหญ่หลวงระหว่างผู้ที่ย้ายเข้ามาตั้งถิ่นฐานใหม่และผู้ที่อยู่มาก่อน จนกระทั่งประธานาธิบดี จอร์จ วอชิงตัน เห็นความสำคัญของนโยบายการอยู่ร่วมกันอย่างสันติ แม้จะต่างวัฒนธรรม ก็เป็นสิ่งจำเป็น และประธานาธิบดีโทมัส เจฟเฟอร์สัน สานต่อเจตนารมณ์ โดยยึดแนวทาง 6 ประการที่ประธานาธิบดี จอร์จ วอชิงตันเริ่มต้นไว้ คือ การดำรงความยุติธรรมด้านกฎหมาย การออกกฎหมายที่เป็นธรรมสำหรับการครอบครองหรือการซื้อขายที่ดินที่เป็นเอกลักษณ์ของชนเผ่าเชื้อสายอินเดียน การสนับสนุนการค้าขาย การสนับสนุนโครงการอนุรักษ์หรือการพัฒนาวัฒนธรรมดั้งเดิม ให้ประธานาธิบดีเป็นผู้มีอำนาจเต็มในการจัดหาสาธารณูปโภค และเป็นผู้ชี้ขาดในกรณีละเมิดสิทธิอันชอบธรรมของชนเผ่าเชื้อสายอินเดียน

มาตรการดังกล่าวนำไปสู่การปฏิบัติจริง เช่น การจัดตั้งกลุ่มอาสาเพื่อถ่ายทอดวิทยาการด้านเกษตรกรรม เช่น การจัดทำโรงสีข้าว การทำฟาร์มเลี้ยงสัตว์ การถ่ายทอดความรู้ด้านธุรกรรมเพื่อการค้าขายระหว่างกัน การอนุรักษ์โบราณสถาน โบราณวัตถุ รวมทั้งการจัดทำกฎหมายการบริหารจัดการส่วนท้องถิ่นสำหรับพลเมืองเชื้อสายอินเดียนดั้งเดิมที่อาศัยอยู่ในรัฐต่างๆ เป็นต้น ปัจจุบันพลเมืองเชื้อสายอินเดียน มีการรวมตัวเพื่อทำธุรกิจ มีบริษัทหรือผู้ประกอบการมากกว่า 45,000 บริษัท กระจ่ายตัวอยู่ในรัฐต่างๆ โดยเฉพาะรัฐแคลิฟอร์เนียเป็นฐานใหญ่ที่สุดของผู้ประกอบการ ตามด้วยรัฐโอคลาโฮมา และรัฐเท็กซัส ธุรกิจส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับการก่อสร้าง การซ่อมแซม ไปจนถึงธุรกิจบริการขนาดเล็ก เช่น การซัก อบ รีด เป็นต้น

ขอเสริมเรื่องราวของชนเผ่าเชื้อสายอินเดียน Muskogee ในรัฐโอคลาโฮมา ที่มีจำนวนประชากรประมาณ 760,000 คน มากเป็นอันดับที่ 4 ของพลเมืองเชื้อสายอินเดียนทั่วประเทศ มีการรวมตัวและกิจกรรมต่างๆ

สร้างฐานที่มั่นคงให้กับชุมชนอย่างยั่งยืน รัฐบาลกลางออกกฎหมายเพื่อการปกครองส่วนท้องถิ่นโดยเฉพาะการครอบครองที่ดิน ก่อนที่จะจัดตั้งรัฐโอคลาโฮมา ในปี 2450 โดยกำหนดให้พลเมืองชนเผ่า Muskogee มีเขตการปกครองแบ่งเป็น 8 เขตการเลือกตั้ง หรือ 11 เขตการปกครองส่วนท้องถิ่น โดยมีผู้บริหารที่เลือกจากชนพื้นเมืองดูแลด้านการบริหารควบคู่กับผู้นำที่แต่งตั้งจากส่วนกลาง ชุมชนมีแผนงานพัฒนาทั้งด้านเศรษฐกิจและการศึกษาจนถึงระดับอุดมศึกษาโดยการร่วมมือกับมหาวิทยาลัยโอคลาโฮมา มีมูลนิธิต่างๆ ช่วยระดมทุนเพื่อการอนุรักษ์วัฒนธรรม กล่าวได้ว่ามีความพร้อมในทุกด้านเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืนสำหรับความเป็นพลเมืองอเมริกันอินเดียน

ชาว Muskogee อนุรักษ์เทศกาลต่างๆ และเปิดการแสดงทั่วประเทศ เช่น การรณรงค์ ที่เรียกว่า Turtle Shell Dance มีทั้งชายและหญิง สังเกตว่านักแสดงมีรูปร่างขนาดจัมโบ้ทั้งนั้น การเต้นและการร้องไม่เร้าใจเหมือนหมอลำบ้านเรา จะเป็นการเต้นแบบร่าเริงทั้งชายและหญิงพร้อมร้องเพลงไปด้วย ท่าเต้นคือการ



เครื่องแต่งกายประจำเผ่า Muskogee

ขยับขาและเท้าเพื่อเขย่ากระบอกที่ทำด้วยโลหะภายในใส่ก้อนกรวดไว้ เมื่อออกแรงกระแทกตามจังหวะจะมีเสียงให้จังหวะเพลง ชูดเต็นรำที่นำเต้นเดินกว่าคือการแสดงที่นักรำรำใส่ถุงตาข่ายที่มีกระดองเต่าเจาะรูภายในมีก้อนกรวดใส่ไว้เพื่อให้เกิดเสียงเวลาเต้นรำ ที่น่าสนใจกว่าทำรำรำคือ กระดองเต่าขนาดเท่าฝ่ามือไม่น้อยกว่า 10 กระดอง ที่เจาะรูใส่ไว้ในถุงตาข่ายผูกรอบขาทั้งสองข้างของผู้เต้นรำนั้นไม่ธรรมดา ทั้งน้ำหนักและที่มาของการได้กระดองเต่า (ในงานมีพิธีกรรมเครื่องแต่งกายต่างๆ ภาพเขียน ขนมหวานขนเคียว รวมทั้งกระบอกโลหะใส่ก้อนกรวด และถุงตาข่ายใส่กระดองเต่า นำประหลาดใจว่ามีผู้ให้ความสนใจจำนวนน้อยสำหรับ ถุงตาข่ายใส่กระดองเต่า ทั้งๆ ที่ดูสวยงามอย่างยิ่งว่าได้มาจากไหนอย่างไร เพราะเต่าอายุยืนมาก หรือว่าเข้าตำรา ฆ่าเต่าเพื่อเอากระดอง)



การแสดงของชนเผ่า Muskogee จากรัฐโอคลาโฮมา

ย้อนกลับมาดูชนเผ่าที่บ้านเราบ้าง ยังมีเรื่องราวที่เราต่างต้องทบทวนว่าจะทำอย่างไรให้ชุมชนเข้มแข็ง ผู้คนอยู่ร่วมกันและใช้ทรัพยากรร่วมกัน โดยปราศจากการแก่งแย่งและอคติต่อกัน เรามีชนเผ่ามราปี ต้องเหลียงปะหล่อง กะเหรี่ยงอุรักลาโว้ย ไทยทรงดำ และอื่นๆ ที่ยังอ่อนแอต่อวัฒนธรรมกระแสหลัก มีผลทำให้การดำรงชีพของชนกลุ่มน้อยเป็นไปได้ยาก บางครั้งสังคมต้องมานั่งตีความว่าการกระทำเช่นไรละเมิดกฎหมายหรือเป็นภัยต่อความมั่นคง เราคงไม่วาดฝันให้ทุกอย่างเกิดขึ้นหรือเปลี่ยนแปลงเพียงชั่วเวลาสั้นๆ อย่าลืมว่าชนพื้นเมืองเชื้อสายอินเดียนในอเมริกาต่อสู้กับความไม่เท่าเทียมมาตลอดเวลามากกว่า 200 ปี แต่สิ่งที่จะทำให้ความเป็น 'พลเมือง' เพื่อความเท่าเทียมกันนั้นเป็นสิ่งที่ควรทบทวน เช่น การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติร่วมกัน ที่ดินทำกิน การอนุรักษ์วัฒนธรรมที่ไม่ถูกนำเสนอ ในเชิงธุรกิจจนละเลยความรู้สึกและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์



ชีวิตที่ดี....

ศาสตราจารย์ ดร.ภัสสร ลิมานนท์ เกษียณอายุจากวิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เขียนเล่าประสบการณ์การใช้ชีวิตหลังเกษียณ มาให้พวกเราได้อ่านกัน

ตอนที่ 1

คำจำกัดความของ “ชีวิตที่ดี” สำหรับแต่ละคน แต่ละวัย ย่อมแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับภูมิหลังและประสบการณ์ชีวิต สำหรับบางคน ความหมายของการมีชีวิตที่ดี คือการมีเงินทองใช้จ่ายคล่องมือ สามารถตอบสนองความต้องการของตัวเองได้เกือบทุกเมื่อ ในขณะที่ชีวิตที่ดีสำหรับอีกคนนั้น เงินทองอาจไม่จำเป็นมากเท่ากับการมีครอบครัวที่อบอุ่น อยู่กันพร้อมหน้าแม่ต้องอดมือกินมือ ชีวิตที่ดีสำหรับคนวัยหนุ่มสาว อาจหมายถึงการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ได้เงินเดือนคุ้มค่าเหนื่อยแม้ไม่ได้พักผ่อนมากมายเท่าที่ควรจะเป็น ส่วนผู้สูงวัยชีวิตแบบไหนก็ไม่ได้เท่ากับการมีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บไข้ได้ป่วยเป็นภาระของครอบครัว

วันหนึ่งเมื่อไม่นานมานี้ ได้ยิน spot จากสถานีโทรทัศน์สาธารณะช่อง PBS ที่หยิบยกคำกล่าวของท่านพุทธทาสภิกขุ (มีคำแปลภาษาอังกฤษให้ด้วย) มาออกอากาศ ท่านว่า “ชีวิตที่ดีคือชีวิตที่สงบเย็น และเป็นประโยชน์ ...Good Life is a Peaceful and Useful Life” ชอบใจมากจนต้องจด (และจำ) ไว้เป็นประเด็นพิจารณาว่า ตัวเรา ซึ่งปัจจุบันอยู่ในวัยที่ได้ผ่านวันเวลาและประสบการณ์ชีวิตมาแล้วไม่น้อย ได้มีชีวิตที่ดี...ที่มีความสงบเย็นมากน้อยเพียงใด และได้ทำตนให้เป็นประโยชน์ (กับคนอื่น ๆ) มากพอแล้วหรือยัง เพื่อว่าจะได้ใช้เวลาที่เหลืออยู่ปรับตัวและปรับใจให้ชีวิตดีขึ้นในบั้นปลาย

สำหรับประเด็น “การทำตนให้เป็นประโยชน์” นั้น คิดว่าตัวเองน่าจะทำได้แล้วอย่างเต็มที่ เพราะตลอดช่วงเวลาที่อยู่ในวัยทำงานตั้งแต่แรกเริ่มจนเกษียณอายุ (และทำงานต่อหลังวันเกษียณอายุอีกพักใหญ่) ได้อุทิศตนเองทำงานที่ต้องรับผิดชอบอย่างเต็มที่กำลังเท่าที่สติปัญญาทำให้ทำได้ และยังได้มีโอกาสช่วยเหลือผู้คนที่ตกทุกข์ได้ยากต้องการความช่วยเหลือมาไม่น้อย แต่หากจะถามว่าในช่วงเวลานั้น ตัวเองได้มี “ความสงบเย็น” มากพอแล้วหรือยัง คำตอบคือ น่าจะยังไม่ได้เต็มร้อยด้วยสาเหตุปัจจัยรอบด้านที่คนวัยทำงานรู้ๆ กันดีอยู่ ครั้นเมื่อเกษียณอายุพ้นจากภาระหน้าที่อันใหญ่หลวงจะเอาตัวเองเข้าวัดปฏิบัติธรรมแสวงหาความสงบแห่งชีวิตเหมือนที่หลายคนทำและประสบความสำเร็จมาแล้ว ก็สุดความสามารถเพราะเป็นคนอยู่นิ่งๆเฉยๆ กับใครเขาไม่เป็น จึงจำเป็นต้องแสวงหาแหล่งที่จะให้ความสงบเย็นในแบบฉบับของตัวเอง

ทางเลือกแบบง่ายๆ ก็คือการไปซื้อห้อง (ในรูปแบบคอนโดมิเนียม) ที่สร้างขึ้นเป็นที่พักสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุเท่านั้น (อายุ 55 ปีขึ้นไป) ดำเนินการโดยองค์กรสาธารณะสำคัญแห่งหนึ่งของประเทศ เพื่อที่ตัวเองจะได้พักอาศัยอย่างเงียบสงบในวันที่สูงวัยกว่านี้ และเพื่อจะได้ไม่รบกวน (หรือเป็นที่รำคาญ) ของลูกหลานมากนัก

ทันทีที่เพื่อนฝูง คนรู้จักทราบข่าว เสียงคัดค้าน ไม่เห็นด้วยก็ดังขึ้นระงม แต่เราก็มีข้อโต้ตอบในใจสำหรับทุกข้อเช่นว่า “ไปอยู่ทำไม บ้านพักคนชรา เดี่ยวเฉาแย่ (ตัวฉันเองก็แก่แล้วเหมือนกัน)” “บ้านตัวเองก็มี ไปซื้ออีกทำไม (น่าจะถามคนที่ไม่มีบ้านทั่วทุกทิศอีก 3-4 หลัง)” “ไปอยู่เสียไกล ใครจะไปเยี่ยมได้ (ตอนฉันอยู่ในเมืองก็ไม่เห็นใครมาเยี่ยม)” หรือ “ไม่เห็นดีเลยไม่เหมาะที่จะไปอยู่ (คนพูดยังไม่เคยเห็นโครงการ วิจารณ์ไปล่วงหน้า)” “จ่ายเงินค่าห้องไป สุดท้ายก็ไม่ได้เป็นของเรา ลงทุนไปทำไม (ก็คิดแล้วว่าจะให้เป็นเงินบริจาคสำหรับองค์กรนี้ ดายไปก็เอาห้องไปด้วยไม่ได้ ยกให้คนอื่นเข้าอยู่ต่อก็น่าจะดี)” และอีกสารพันคำถามที่ตามมาอีกมากมายด้วยความหวังดี (โดยไม่นำประสงค์ร้าย)

เมื่อเข้ามาอยู่บ้าน ‘หลังที่สอง’ แห่งนี้ (แบบไปๆ มาๆ) ได้เกือบครบปี คำถามและความห่วงใยของเพื่อนฝูงที่ตัวเองเคยไขว่ไขว่แอบนำมาคิดกังวลก็ค่อยๆ มีคำตอบให้และสามารถปรับตัวตนให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ได้ไม่ยากนัก เช่น การเดินทางไปมาระหว่างบ้านเดิมที่อยู่ในเมืองมายังบ้านใหม่ที่อยู่ค่อนข้างไกลออกมา นี่ อาจไม่สะดวกบ้างแต่ยังขับรถเองได้อยู่ รอเวลาอีกเพียงไม่กี่ปี เส้นทางรถไฟฟ้าที่กำลังก่อสร้างก็จะเปิดดำเนินการให้บริการเกือบจะรอบประตูรั้วหน้าบ้าน ทำให้ต่อไปการเดินทางไปกลับเข้าเมืองได้ไม่เกิ่นครึ่งชั่วโมง แล้วจะเดือดร้อนไปใย อยู่ที่บ้านใหม่นานเข้า เมื่อใดที่เบื่อความสงบเงียบ (ที่เงียบสุดๆ) ก็ขับรถพาตัวเองเข้าไปหาความวุ่นวายในเมืองได้ตามใจอยาก ส่วนเรื่องอาหารการกินที่เคยมีมากมาย สารพัดให้เลือกซื้อตลอดเวลาเมื่ออยู่ในเมือง (ซึ่งทำให้เกิดภาวะกินเกินอยู่เสมอ) ต้องปรับตัวเองให้รู้จักเลือกสรรในการซื้อหา และในปริมาณที่เหมาะสมกับการกินซื้อเข้าบ้านในแต่ละอาทิตย์ ไม่ให้มากเกินไป ไม่ต้องเก็บนานและต้องเป็นประโยชน์จริงๆ (ยามยากอาจกินบะหมี่สำเร็จรูปเป็นบางครั้ง) ตัดขนมขบเคี้ยวออกไปได้อย่างสิ้นเชิงเพราะไม่มีร้านสะดวกซื้อให้เดินเข้าออกตามใจอยาก

การใช้เวลาในแต่ละวันที่บ้านใหม่แห่งนี้ก็เช่นกัน เคยมีคำถามว่า “อยู่ที่นั่น วันๆ ทำอะไร??? ไม่เห็นมีอะไรให้ทำ??” คำถามนี้ ตัวเองก็เคยคิดอย่างหวาดหวั่นเหมือนกันตามประสาคน ‘ไฮเปอร์’ ว่า เกษียณแล้วจะทำอะไรให้แต่ละวันหมดไปด้วยดี มีประโยชน์บ้างแก่ทั้งตัวเองและผู้อื่น ไม่นิ่งหายใจเข้าออกตั้งแต่เช้าเพื่อรอเวลาเข้านอนโดยไม่รู้สึกเบื่อหน่าย ครั้นเมื่อถึงเวลานั้นเข้าจริง ก็ต้องมาอยู่ในสภาวะที่ไม่ต้องวุ่นวายตั้งแต่เช้าจรดค่ำด้วยสารพัดงาน สารพัดเรื่องปวดหัว (บางครั้งปวดใจ) และต้องอยู่กับตัวเองเป็นส่วนใหญ่ในแต่ละวัน นานวันเข้า บ้านใหม่แห่งนี้เริ่มทำให้รู้สึกได้ว่า โอกาสที่จะแสวงหา “ความสงบเย็น” ที่เราจะมอบให้กับชีวิตตัวเองนั้นมีได้ไม่ยากและ แท้จริงแล้ว “ความสงบเย็น” ที่ว่านี้ได้ล้อมรอบตัวเราเสมอมา เพียงแต่ถูกมองข้ามไปอย่างน่าเสียดายในช่วงเวลาเกือบ 40 ปีที่เราใช้ให้หมดไป กับความวุ่นวายกับชีวิตการทำงาน

โปรดติดตามอ่าน “ชีวิตที่ดี” ตอนที่ 2 ในประชากรและการพัฒนา ฉบับหน้า



อคติต่อผู้สูงอายุ : ใคร??... เริ่มต้นเปลี่ยน

ปัจจุบันกระแสโลกาภิวัตน์กำลังหลั่งไหลเข้าสู่สังคมไทย ประกอบกับเทคโนโลยีที่พัฒนาไปอย่างรวดเร็ว คนรุ่นใหม่กำลังซึมซับความคิดและวิถีการดำเนินชีวิตทั้งทุนนิยมและบริโคนิยมจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตไปแล้ว วัฒนธรรมประเพณีอันดีงามที่ส่งเสริมคุณค่าของผู้สูงอายุของคนรุ่นใหม่อาจเปลี่ยนไป แต่ในช่วงเวลาเดียวกัน จำนวนและสัดส่วนผู้สูงอายุกำลังเพิ่มขึ้นอย่างมาก จนทุกวันนี้ คนไทยเริ่มรู้สึกแล้วว่าในสังคมมีผู้สูงอายุมากขึ้น ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางประชากรที่เกิดขึ้นจริง ขณะที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีความตื่นตัวและเตรียมการเพื่อรองรับและดูแลประชากรสูงอายุมากขึ้น ทำให้ประเด็นเรื่องผู้สูงอายุเป็นประเด็นสำคัญที่ได้รับความสนใจจากสังคมปัจจุบันเป็นอย่างมาก

ด้วยเหตุนี้การทำความเข้าใจเรื่องคุณค่าของผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญมาก เพราะเมื่อสังคมมองผู้สูงอายุมีคุณค่าผู้สูงวัยก็จะได้รับการปฏิบัติอย่างมีคุณค่าและมีศักดิ์ศรีเท่าเทียมกับประชากรวัยอื่นๆ แต่ในความเป็นจริงคนในสังคมส่วนหนึ่งยังคงมองผู้สูงอายุอย่างมีอคติหรือ “วัยาคติ” (Ageism) ซึ่งหมายถึงทัศนคติเชิงลบที่มีต่อคนวัยใดวัยหนึ่ง โดยทั่วไป “วัยาคติ” จะใช้กับผู้สูงวัย เนื่องจากสภาพร่างกายที่เสื่อมถอยตามวัย มีสุขภาพที่ไม่เอื้อต่อการทำงาน ทำให้ไม่ได้ทำงานเชิงเศรษฐกิจหรือถ้าทำงานก็ให้ผลผลิตต่ำ ยิ่งมีอายุสูงขึ้นก็ยิ่งมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคต่างๆ มากขึ้น จึงถูกมองว่าเป็นผู้ที่ต้องการช่วยเหลือจากสังคมและภาครัฐ ซึ่งแนวคิดอคติต่อผู้สูงวัยนี้เป็นมุมมองแบบเหมารวม นำไปสู่การเลือกปฏิบัติด้านอายุ ในขณะที่สถานการณ์อคติต่อผู้สูงวัยเช่นนี้ ยังคงมีปรากฏให้เห็นอยู่ในสังคมไทย นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้สูงวัยส่วนใหญ่ยังมีอคติต่อตัวเอง เช่น มองว่าเป็นภาระของบุตรหลานหรือครอบครัว เป็นคนน่าเบื่อ หัวดื้อ ไม่อดทน ขี้หงุดหงิด หรือคิดซ้ำเรียนรู้อะไรใหม่ๆ ได้ยาก ตามโลกไม่ทัน (กมลชนก ขำสุวรรณ, 2555) ซึ่งการที่ผู้สูงวัยมีอคติต่อตัวเองเช่นนี้ อาจเป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมที่จะทำให้ผู้สูงวัยมีคุณค่าได้

หากแนวโน้มจำนวนและสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้นกว่านี้ จึงเป็นเรื่องที่น่าเป็นกังวลว่า หากคนในสังคม และตัวผู้สูงวัยยังคงมีมุมมองที่เป็นอคติแบบเหมารวมเช่นนี้ ซึ่งอาจจะไม่เป็นจริงในภาพรวมก็ได้ แล้วผู้สูงวัยจะเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีสถานภาพเท่าเทียมกับประชากรวัยอื่นๆ ได้อย่างไร?

แล้วใคร?? จะเริ่มต้น เปลี่ยน.. คนในสังคม ผู้สูงวัย หรือทั้งสองอย่าง ผู้เขียนคิดว่าคงไม่ใช่ประเด็นสำคัญ เพราะไม่ว่าใครจะเริ่มต้น ผู้สูงวัยก็ได้รับประโยชน์ทั้งสิ้น แต่สิ่งที่เป็นประเด็นสำคัญในขณะนี้คือการนำเสนอผู้สูงวัยในลักษณะบวกให้มากขึ้น เช่น ผู้สูงวัยที่มีศักยภาพใช้ความสามารถและภูมิปัญญาให้เกิดประโยชน์ หรือการได้รับการยกย่องเชิดชูเกียรติหรือประกาศเกียรติคุณ ที่เป็นเครื่องหมายที่แสดงถึงศักยภาพเป็นที่ยอมรับของสังคม มีความภาคภูมิใจ มองเห็นคุณค่าของตัวเอง รวมทั้งการเผยแพร่ข้อค้นพบจากงานวิจัยที่ให้ความกับผู้สูงวัยเชิงบวกแพร่หลายมากยิ่งขึ้น

ชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุ เป็นอีกก้าวหนึ่งของการให้คุณค่าในมิติใหม่ๆ กับผู้สูงวัย โดยแต่ละจังหวัดจะเป็นสถานที่รวบรวมองค์ความรู้ของผู้สูงวัยที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งสำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ (สท.) มีการส่งเสริมการดำเนินงานของชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549 เพื่อยกย่องเชิดชูเกียรติในฐานะผู้สร้างคุณูปการให้แก่สังคม และถอดบทเรียนองค์ความรู้ภูมิปัญญาที่โดดเด่นที่มีอยู่ในตัวของผู้สูงวัยมาเผยแพร่ และนำไปใช้ประโยชน์ในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ตลอดจนการจัดกิจกรรมถ่ายทอดภูมิปัญญาตามที่สาธารณะต่าง ๆ ทั้งในระดับจังหวัดและส่วนกลาง



อย่างไรก็ตาม ผลการดำเนินงานที่ผ่านมามีลักษณะหลากหลายทั้งในจังหวัดที่ดำเนินการเข้มข้นและไม่เข้มข้นขึ้นอยู่กับบริบทของจังหวัด ทำให้ภาพรวมไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร สท.และสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จึงได้จัดทำ “มาตรฐานชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุจังหวัด” เพื่อเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อนการดำเนินงานชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุทุกจังหวัด ทั้งนี้ผู้ที่ได้รับประโยชน์จากการนำมาตรฐานไปปฏิบัติมีหลายฝ่าย ได้แก่ ผู้ปฏิบัติงานใช้เป็นกรอบแนวทางและเป้าหมายในการทำงาน สท.ใช้ประเมินความก้าวหน้าของผลการดำเนินงานในภาพรวมของประเทศ ผู้สูงวัยได้แสดงความสามารถและผลงานมากขึ้น คนในชุมชนและสังคมมีความพึงพอใจที่ผู้สูงวัยเป็นผู้ทำคุณประโยชน์ให้กับสังคม

ทั้งหมดที่กล่าวมาอาจมีประเด็นสำคัญอื่นๆ อีกมากมายที่ยังไม่ได้กล่าวถึง แต่คำถามสำคัญของเรื่องนี้ “อคติต่อผู้สูงวัย ใคร??...เริ่มต้นเปลี่ยน” จะเป็นอีกหนึ่งความพยายามของ “ชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุ” ในการนำเสนอคุณค่าของผู้สูงวัยที่เป็นรูปธรรมมากขึ้น เพราะมี “มาตรฐานชมรมคลังปัญญาผู้สูงอายุจังหวัด” กำกับ และยิ่งจะเป็นก้าวต่อไปอย่างมั่นใจที่จะพาผู้สูงวัยพ้นอคติมากยิ่งขึ้น

กมลชนก ขำสุวรรณ. (2555). ผู้สูงวัยที่ยังคุณประโยชน์ในจังหวัดกาญจนบุรี. ในวารสารสังคมศาสตร์ปริทัศน์ คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์และสวัสดิการสังคม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ปีที่ 3 ฉบับที่ 3 (กันยายน-ธันวาคม 2555)



เรื่องนี้ เขียนก่อนขึ้นปีใหม่

ตั้งชื่อเรื่องไว้ก่อนที่จะลงมือเขียนเรื่องนี้ว่า “เรื่องนี้ เขียนก่อนขึ้นปีใหม่” เพราะขณะนี้ยังเหลือเวลาอีกตั้งเดือนกว่าที่จะสิ้นปี 2557 เรากำลังย่างเข้าสู่ปีใหม่ พ.ศ. 2558 ปีมะเมียม้า กำลังควบจากไป มะแมแพะกำลังวิ่งไล่เข้ามาทุกที เพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกับผม ซึ่งอาจเรียกทุกคนว่าเป็น “ผู้สูงอายุ” ได้ อย่างเต็มปาก มักจะรำพึงรำพันด้วยความรู้สึกคล้ายๆ กันว่า “เดี๋ยวนี้ วันเวลาช่างผ่านไปเร็วเหลือเกิน”

และเมื่อถึงเวลานี้ กลางเดือนพฤศจิกายน ผมก็ต้องพูดกับตัวเองว่า “จะปีใหม่อีกแล้วหรือนี่ ... เร็วจัง”

งานชุมนุมรุ่นของผู้สูงอายุ

ผมมีงานชุมนุมเพื่อนร่วมรุ่นอยู่สองงาน งานหนึ่งเป็นของเพื่อนที่เรียนมาด้วยกันตั้งแต่ชั้นมัธยม เราเข้าเรียนชั้น ม.4 ที่โรงเรียนวัดเทพศิรินทร์พร้อมกันตั้งแต่ปีการศึกษา 2503 เท่ากับเราเป็นเพื่อนกันมานานถึง 54 ปีแล้ว อีกงานหนึ่งเป็นการชุมนุมเพื่อนที่เข้าเรียนในคณะรัฐศาสตร์ จุฬาฯ เป็นสิ่งที่ดำรง 19 พร้อมกันในปี 2509 ก็เท่ากับเพื่อนกลุ่มนี้รู้จักกันมา 48 ปีแล้ว ในปีที่ งานชุมนุมเพื่อนเทพศิรินทร์จัดไปแล้ว เมื่อกลางเดือนตุลาคม และงานเพื่อนสิงห์ดำ รุ่น 19 จะจัดชุมนุมรุ่นกลางเดือนธันวาคม มีเหตุบังเอิญว่างานชุมนุมรุ่นของเพื่อนทั้งสองกลุ่มไปหยิบเอาบทกลอนชื่อ “ถึงเพื่อน” ที่ไม่ปรากฏนามผู้ประพันธ์บทเดียวกันมากระตุ้นเชิญชวนเพื่อนๆ ให้ไปร่วมงาน ในช่วงหนึ่งเดือนที่ผ่านมา ผมเห็นกลอนบทนี้เผยแพร่อยู่ในเฟซบุ๊กด้วย แม้จะไม่รู้ว่าใครแต่ง แต่ผมก็มั่นใจว่าผู้แต่งต้องเป็นผู้สูงอายุ ลองอ่านดูนะครับ...

กลอน “ถึงเพื่อน”

เวลาผ่าน นานกว่า เวลาที่เหลือ
เพื่อนอย่าเบื่อ อย่าเกียจ เลี้ยงสังสรรค์
เวลาที่พบ เหลือน้อย คล้อยทุกวัน
อย่ารอวัน เติบไม่ไหว ใจอยากมา
นั่งถอยหลัง สังสรรค์ใหม่ จะไปแน่
ขอเพียงแค่นี้ ปีนี้ จะดีกว่า
สังขารเรา ร่วงโรย ทุกเวลา
อย่ารอรี มาไม่มา?? อาจช้าไป
นั่งถอยหลัง วังเวง เพลงใกล้จบ
รีบไปพบ กันสักครั้ง ยังไม่สาย
เพื่อนร่วมรุ่น รวมตัว ด้วยหัวใจ
ก่อนสุดท้าย ตายจากลา ค่อยมากัน.



ผมขอแสดงความชื่นชมผู้แต่งกลอนบทนี้ ผู้แต่งสะท้อนภาพความเป็นจริงของคนรุ่นผม ซึ่งนับว่าเป็นผู้สูงอายุวัยต้นๆ ผู้สูงอายุวัยต้นนี้ยังกระตือรือร้นที่จะจัดงานชุมนุมรุ่น โดยหวังจะเห็นเพื่อนมาร่วมงานกันมากที่สุด แต่พวกเราจะมีปัญหาคล้ายๆ กัน คือเพื่อนที่มาก็จะมาประจำ คนที่ไม่มาก็จะไม่มาเลย กลอน “ถึงเพื่อน” จัดตรงใจคนรุ่นผมว่าให้มาพบปะสังสรรค์กับเพื่อนๆ ในปีนี้กันเถอะ เวลาที่เพื่อนจะมาพบเพื่อนเหลือน้อยลงทุกทีแล้ว สังขารคนวัยเราก็อ่อนโรยลงทุกที ถ้าไม่มาวันนี้ วันหน้า เมื่ออยากพบเพื่อนแต่ก็อาจมาไม่ได้เพราะสังขารไม่อำนวยให้เสียแล้ว ฉะนั้น เพื่อนๆ จงตัดสินใจมางานชุมนุมรุ่นในปีนี้นะกันเถิด อย่ารีรอลงเลย

ความจริง ไม่ว่าจะเป็นเพื่อนที่เรียนด้วยกันมาในโรงเรียน มัธยมหรือมหาวิทยาลัย จะมีเพื่อนอยู่ส่วนหนึ่งไม่เห็นความสำคัญของการชุมนุมสังสรรค์ ตั้งแต่จบการศึกษามาแล้ว ก็อาจไม่เคยมางานชุมนุมพบปะเพื่อนร่วมรุ่นเลย เพื่อนเหล่านี้จะคุ้นชินกับการไม่มาร่วมงาน จนอาจนึกไม่ออกว่ามางานชุมนุมรุ่นแล้วจะวางตัวอย่างไร จะจำเพื่อนได้ไหม หรือเพื่อนๆ จะจำตัวเองได้หรือเปล่า เขาอาจดำเนินชีวิตไปได้โดยไม่จำเป็นต้องพบปะสัมพันธ์กับเพื่อนที่เรียนมาด้วยกัน หรืออาจรักษาความสัมพันธ์กับเพื่อนสนิทเพียงบางคน เขาอาจมีคำถามว่า ทำไมเขาจะต้องมาพบเพื่อนๆ ทั้งรุ่น ที่บางคนเมื่อตอนที่เรียนอยู่สถาบันการศึกษาเดียวกันก็ไม่เคยพูดกันเลย และเดี๋ยวนี้ถ้าพบกันก็ยังจำชื่อกันไม่ได้ด้วยซ้ำ

งานชุมนุมรุ่นเพื่อนที่เรียนชั้นมัธยมมาด้วยกัน

เรื่องจำชื่อเพื่อนไม่ได้เป็นปัญหาสำหรับผมมาก เวลาไปชุมนุมรุ่นนักเรียนชั้นมัธยม ต้องแอบถามเพื่อนสนิทบางคนว่า ไ้หมอนั้นชื่ออะไร ไ้คนโน้นชื่ออะไร ในขณะที่เดียวกันก็มีเพื่อนบางคนแอบมากระซิบถามผมว่าคนนั้น คนนี้ ชื่ออะไร รุ่นเพื่อนชั้นมัธยมของผมมีอายุระหว่าง 66-70 ปี ผมอยู่ในกลุ่มคนที่มียาอายุอยู่ในรุ่น เพื่อนที่อายุมากๆ เกิด พ.ศ. 2487 ตั้งแต่สงครามโลกครั้งที่ 2 ยังไม่เลิก

นอกจากอายุที่แตกต่างกันหลายปีแล้ว ความหนุ่มแก่ที่ดูจากสรีระร่างกายของเพื่อนๆ ก็ดูแตกต่างกันมากด้วยสมัยก่อน ตอนที่เรารเรียนอยู่ด้วยกัน พวกเราไม่อาจจะอายุห่างกันเท่าไร แต่เราก็ดูเหมือนเป็นเด็กในวัยเดียวกัน แม้บางคนจะหน้าตาทำทางแก่มากกว่าคนอื่น จนเพื่อนๆ ตั้งสมญานามว่า “ไ้แก่” ก็ตาม มาถึงวันนี้ เมื่อไปร่วมงานชุมนุมรุ่น ผมสังเกตว่าเพื่อนหลายคนยังดูเป็นหนุ่มอย่างไม่น่าเชื่อ หลายคนมีหน้าตาที่พวกเราเรียกว่า “หน้าเด็ก” แต่หลายคนก็ดูแก่อย่างไม่น่าเชื่อเช่นกัน สำหรับเพื่อนที่ดูแก่มากๆ ผมก็อดคิดถามอยู่ในใจไม่ได้ “ทำไมเพื่อนเรามันดูแก่ (หง่อม) กันถึงขนาดนี้ (วะ)” เพื่อนบางคนเริ่มเดินกระเຍ่งกระเแย่ง บางคนพันท้ายไปหลายซี บางคนศีรษะล้าน หลายคนผมหงอกขาวโพลน รวมทั้งผม (ข้าพเจ้า) ด้วย แต่สำหรับผม (ข้าพเจ้า) ที่ผมหงอกขาวมาหลายปีแล้วได้บอกกับเพื่อนๆ ไปว่า “ที่หัวขาวนี้ (ฉั่น) ตั้งใจยอมฆาวนะ ยอมฆาวนะเพื่อให้ดูอาวุโสสวย” ลองนึกดูนะครับ ชุมนุมเพื่อนที่อยู่ในวัยสูงอายุด้วยกัน เพื่อนๆ ล้วนแก่ตัวลง หลายคนจำชื่อกันไม่ได้ เรียกกันก็ไม่ค่อยจะถูก เอ๊ะจะมีมาพาไว้อีกไปตามประสาคนที่เคยมีประสบการณ์วัยเด็กร่วมกันมา ก็ได้บรรยากาศที่สนุกกันไปอีกแบบ

เพื่อนร่วมรุ่นในสังคมออนไลน์

สำหรับเพื่อนร่วมรุ่นมหาวิทยาลัยของผมมีทั้งเพื่อนหญิงเพื่อนชาย ต่างจากเพื่อนโรงเรียนมัธยมที่มีแต่ผู้ชายล้วนบรรยากาศงานชุมนุมจึงแตกต่างกันอยู่บ้าง เพื่อนร่วมรุ่นมหาวิทยาลัยหลายคนพบปะเจอะเจอกันอยู่เสมอในสังคมออนไลน์ เรามีเฟซบุ๊กหรือไลน์ที่จัดทำไว้สำหรับกลุ่มเพื่อน และขยายวงออกไปยังเพื่อนพี่น้องนอกกลุ่มด้วย หลายคนติดต่อกันด้วย “ไลน์” เทคโนโลยีการติดต่อสื่อสารกันทางอินเทอร์เน็ตก้าวหน้าไปมากจริงๆ เมื่อไม่ถึงสิบปีก่อน สิ่งที่เราไม่เคยคิด

ฝันว่าจะเกิดขึ้นได้ก็เกิดขึ้นแล้ว เดี๋ยวนี้ เราชุมนุมสังสรรค์กันได้ทุกวันเวลา ใครทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร ถ้าอยากให้เพื่อนรู้ก็นำเสนอผ่านทางเฟซบุ๊กหรือไลน์ ไปเที่ยวที่ไหน พบเห็นอะไร ก็นำมาแชร์ “แบ่งปัน” หรือไลน์ไปบอกกล่าวให้เพื่อนๆ ได้รู้

ผมเองชอบติดตามดูรูปและเรื่องที่เพื่อนไปเที่ยวมาแล้วเขียนเล่าในเฟซบุ๊ก เดี๋ยวนี้การถ่ายรูปทำได้ง่าย ใช้โทรศัพท์มือถือถ่ายรูปก็ได้ ไม่ต้องใช้ฟิล์ม ไม่ต้องไปล้างอัดรูป ถ่ายแล้วก็ส่งรูปพร้อมข้อความบรรยายเรื่องด้วยโทรศัพท์เครื่องเดียวกัน ผมต้องขอบคุณเพื่อนพ้องน้องพี่ที่ส่งเรื่องและรูปมาให้พวกเรา ได้รู้ได้เห็นเหมือนได้ไปเที่ยวด้วยกัน เราไม่ต้องเสียเวลา และเสียสตางค์เดินทางไปด้วยตนเอง

เพื่อนรุ่นผมเล่นเฟซบุ๊ก/ไลน์กันหลายสิบคน พวกเราพบกันทุกวัน ผมชักสงสัยว่าเฟซบุ๊ก/ไลน์นี้จะเรียกว่าเป็น “สิ่งเสพติด” ได้หรือไม่ ผมสังเกตว่าเพื่อนบางคนเหมือนจ้องอยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์หรือโน้ตบุ๊ก หรือคอยฟังสัญญาณจากโทรศัพท์อัจฉริยะ (สมาร์ทโฟน) ใครส่งข้อความอะไรไป ก็จะได้ตอบทันที ด้วยการกดไลค์หรือคอมเมนต์ส่วนมาทันทันที หลายคนเมื่อส่งข้อความหรือรูปผ่านไปทางเฟซบุ๊ก/ไลน์ ก็ใจจดใจจ่อรอว่าจะมีใครเข้ามาอ่านแล้วกดไลค์ หรือคอมเมนต์เรื่องของตนบ้าง ทราบว่าเพื่อนบางคนตื่นมาตอนเช้า สิ่งแรกที่ทำคือเช็คข้อความในอินเทอร์เน็ต และสิ่งสุดท้ายที่ทำก่อนนอนก็คือดูข้อความในอินเทอร์เน็ตเช่นกัน

เพื่อนรุ่นวัยเดียวกันกับผมจำนวนหลายสิบคนเล่นเฟซบุ๊ก/ไลน์เป็นงานอดิเรก หลายคนติดต่อกับเพื่อนหรือใครต่อใครทางไลน์ และหลายคนก็ติดเกมส์คอมพิวเตอร์จนงอมแงม ผมอยากจะบอกว่าการเข้าสังคมออนไลน์ด้วยการเล่นเฟซบุ๊ก/ไลน์ ติดตามการซุบซิบนินทาทั้งทางโซเชียลมีเดีย และการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ เหล่านี้ นับเป็นการฆ่าเวลาอย่างเลียดเย็นทีเดียว ใครจะว่าการฆ่าเวลาอย่างนี้เป็นบาปมากน้อยอย่างไรก็ตาม ในนามของผู้สูงอายุจำนวนมาก ผมขอแสดงความขอบคุณเทคโนโลยีอินเทอร์เน็ตที่ช่วยให้พวกเราเข้าไปอยู่ในสังคมออนไลน์ ได้อย่างมีความสุข พบปะสังสรรค์กันได้ทุกวันเวลาโดยไม่ต้องออกจากบ้าน

โทรศัพท์สมัยใหม่ในสังคมออนไลน์

เดี๋ยวนี้ โทรศัพท์มือถือกลายเป็นอวัยวะส่วนหนึ่งของเราไปเสียแล้ว การเข้าสังคมออนไลน์ต้องมีสมาร์ทโฟน (ซึ่งผมชอบเรียกว่าเป็นโทรศัพท์อัจฉริยะ) หรือไอแพด หรือโน้ตบุ๊ก เป็นเครื่องมือสำคัญ โทรศัพท์อัจฉริยะหรือสมาร์ทโฟนนี้ไม่น่าจะเรียกว่าโทรศัพท์ ที่จริงมันเป็นคอมพิวเตอร์ยออดอัจฉริยะขนาดพกพาที่สามารถทำอะไรได้สารพัด ผมมองดูโทรศัพท์ในมือแล้วก็ต้องรำพึงว่า “ทำไมเจ้าถึงได้เฉลียวฉลาดเก่งกาจขนาดนี้”

โทรศัพท์สมัยใหม่ก้าวหน้าไปเร็วเหลือเกิน จนบางครั้งผมรู้สึกกลัวว่าจะตามไม่ทัน โทรศัพท์สมัยนี้เป็นคนละเรื่องกับโทรศัพท์ที่ผมรู้จักเมื่อตอนเด็กๆ จำได้ว่าเคยพูดกันเล่นๆ ในวงสนทนาเมื่อ 20-30 ปีก่อนว่า น่าจะมีโทรศัพท์ที่พูดกันแล้วเห็นตัวกันด้วย ซึ่งเดี๋ยวนี้โทรศัพท์ก็เป็นเช่นนั้นแล้ว พูดกันทางโทรศัพท์และเห็นตัวกัน ประชุมพร้อมๆ กันทางโทรศัพท์หลายๆ คนก็ได้



ผมพูดถึงความก้าวหน้าของโทรศัพท์ขึ้นมา เพราะคิดว่าในอนาคต คนรุ่นใหม่เขาอาจไม่ต้องมีการชุมนุมรุ่น/เพื่อน ด้วยการเชิญชวนให้เพื่อนๆ มาสังสรรค์กันในสถานที่แห่งหนึ่ง ณ วันเวลาใดเวลาหนึ่ง สังคมเพื่อนจะกลายเป็นสังคมออนไลน์ คือ เพื่อนๆ สามารถติดต่อพูดคุย หยอกล้อ นินทากันได้ตลอดเวลา เพื่อนรุ่นเดียวกันก็ไม่จำเป็นต้องออกจากบ้าน เพียงมีโทรศัพท์อัจฉริยะคนละเครื่อง ก็ชุมนุมสังสรรค์เพื่อนร่วมรุ่นได้แล้ว

อ้อ ! ชุมนุมเพื่อนรุ่นผมเมื่อกลางเดือนธันวาคม มีรายการทำบุญเลี้ยงพระ อุทิศส่วนกุศลให้เพื่อนผู้ล่วงลับด้วย ในอนาคต จะทำบุญกวาดหน้าผ่านทางอินเทอร์เน็ตจะได้ไหมหนอ



สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

เปิดรับสมัครนักศึกษาใหม่ (รอบ 2)
ประจำปีการศึกษา 2558 พร้อมทุนการศึกษา
ตั้งแต่บัดนี้ – 30 เมษายน พ.ศ. 2558
www.ipsr.mahidol.ac.th

หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิจัยประชากรและสังคม (ไทย)
สาขาวิชาวิจัยประชากรและอนามัยการเจริญพันธุ์ (นานาชาติ)
สาขาวิชาพฤติกรรมวิทยาเชิงประชากรและสังคม (นานาชาติ)
หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชาประชากรศาสตร์ (นานาชาติ)

สมัครออนไลน์ทาง www.grad.mahidol.ac.th หรือติดต่องานบัณฑิตศึกษา 0-2441-0201-4 ต่อ 303, 306, 311

แมวและสุนัข

เราสามารถแบ่งสัตว์ออกเป็น 2 ประเภท คือ สัตว์ที่อาศัยอยู่ตามธรรมชาติหรือสัตว์ป่า และสัตว์ที่อาศัยอยู่กับมนุษย์หรือสัตว์เลี้ยง โดยสัตว์เลี้ยงอาจเป็นสัตว์ป่า ที่ถูกจับมาทำให้เชื่องหรือเป็นลูกหลานของสัตว์เลี้ยงก็ได้

สัตว์เลี้ยงยังแบ่งได้ตามจุดประสงค์ของการใช้สอย ได้แก่ สัตว์เลี้ยงเพื่อใช้เป็นอาหาร เช่น หมู ไก่ เป็ด เป็นต้น สัตว์เลี้ยงเพื่อใช้งาน เช่น ช้าง ม้า วัว ควาย เป็นต้น หรือสัตว์เลี้ยงเพื่อให้เป็นเพื่อนหรือเพื่อเล่น เช่น แมว หมา ปลาตู้ กระต่าย เป็นต้น

สัตว์ที่เลี้ยงเพื่อเป็นเพื่อนหรือเพื่อเล่นนี้ ภาษาอังกฤษเรียกว่า “pet” ซึ่งไม่มีคำแปลภาษาไทยโดยเฉพาะ ดังนั้น ต่อจากนี้ไปคำว่า “สัตว์เลี้ยง” จะหมายถึง “pet”

ผู้ที่เลี้ยงสัตว์เลี้ยงส่วนใหญ่มักจะรู้สึกว่า ตนเองมีความเพลินใจที่มีสัตว์เป็นเพื่อน แต่ส่วนมากจะไม่รู้ถึงคุณประโยชน์ ที่มีต่อร่างกายและจิตใจ อันเป็นผลมาจากการได้เล่นหรือสัมผัสกับสัตว์เลี้ยง

จากผลการศึกษาถึงประโยชน์ของความสัมพันธ์ ระหว่างมนุษย์กับสัตว์เลี้ยง พบว่า ระหว่างเจ้าของสัตว์เลี้ยงกับผูไม่มีสัตว์เลี้ยงนั้น เจ้าของสัตว์เลี้ยงมีแนวโน้มที่จะเป็นโรคเครียดน้อยกว่า มีความดันโลหิตต่ำกว่าเมื่อเกิดความเครียด และมีโอกาสรอดชีวิตจากหัวใจล้มเหลวมากกว่า ทั้งนี้เพราะสัตว์เลี้ยงจะช่วยให้เจ้าของรู้สึกผ่อนคลาย ด้วยการลดความเครียดของกล้ามเนื้อและการเต้นของหัวใจลง

นอกจากนี้ สัตว์เลี้ยงยังส่งผลทำให้เจ้าของหายเหงา มีความเครียดน้อยลง มีปฏิสัมพันธ์มากขึ้น รวมถึงได้ออกกำลังกาย และสนทนากันเพิ่มขึ้น ยิ่งกว่านั้น สัตว์เลี้ยงยังให้ทั้งความรักและบูชาต่อเจ้าของ อย่างไม่มีเงื่อนไข ซึ่งทำให้เจ้าของมีชีวิตยืนยาวขึ้น

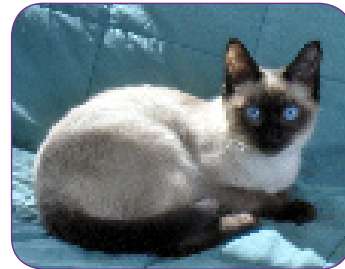
สัตว์เลี้ยงที่เป็นที่นิยมมากที่สุดในโลก คือ แมว รองลงไปคือสุนัข ปลาตู้ สัตว์ขนาดเล็ก (หนูตะเภา กระต่าย) และนกตามลำดับ

เหตุที่แมวได้รับความนิยมสูงสุด เพราะแมวเป็นสัตว์ที่ทั้งน่ารักและพึ่งตัวเอง แมวเกือบจะไม่ต้องสอนให้ถ่ายให้เป็น (โดยมีกระบะใส่ทรายไว้ให้ถ่าย) แมวจะทำความสะอาดตัวเอง และสามารถปล่อยให้อยู่ในบ้านได้ตามลำพัง ในขณะที่สุนัขต้องใช้เวลานานเพื่อสอนให้ถ่าย ต้องอาบน้ำให้เป็นครั่งคราว และต้องการออกไปวิ่งเล่นนอกบ้าน ทำให้เจ้าของต้องเป็นภาระคอยอยู่ดูแล ดังนั้น การเลี้ยงแมวจึงสะดวกกว่าการเลี้ยงสุนัข

อย่างไรก็ตาม การสอนให้แมวทำตามคำสั่ง จะทำได้ยากหรือทำไม่ได้เลย ในขณะที่สุนัขจะเรียนรู้ได้เร็ว โดยใช้เวลาเพียงไม่กี่นาที ก็สามารถเรียนรู้คำสั่ง เช่น นั่งลง มานี้ เป็นต้น แต่สุนัขกลับมีความจำสั้น เพียง 5 นาที เท่านั้น ส่วนแมวมีความจำที่นานถึง 16 ชั่วโมง

แมวชอบอยู่ตามลำพัง จึงมีบุคลิกที่ห่างเหินและลึกลับ ไม่เหมือนสุนัขที่เป็นสัตว์สังคม และชอบอยู่ร่วมกับฝูง จึงมีบุคลิกเปิดเผย ซื่อสัตย์ และเชื่อฟัง

แมวไทยที่รู้จักทั่วโลกมีชื่อว่า แมวสยาม (Siamese Cat) ซึ่งก็คือ แมววิเชียรมาศ ที่รัชกาลที่ 5 ได้พระราชทานคู่หนึ่งให้แก่กงสุลอังกฤษ โดยแมวไทยคู่นี้ชนะการประกวดแมวที่กรุงลอนดอน ทำให้ชาวอังกฤษนิยมเลี้ยงแมวไทย และในที่สุดก็แพร่หลายไปทั่วโลก



รูป 1

แมววิเชียรมาศ มีขนสั้นสีขาว และมีแต้มสีน้ำตาลไหม้ 9 แห่ง คือ ที่จมูก ครอบไปถึงปาก ที่ขาทั้งสอง ที่หูทั้งสอง ที่หางหนึ่ง และที่อวัยวะเพศ (ทั้งแมวตัวผู้และตัวเมีย) (ดูรูป 1)

สำหรับสุนัขไทยที่รู้จักทั่วไปคือ สุนัขไทยหลังอาน (Thai Ridgeback) ซึ่งเป็น

สุนัขพันธุ์พื้นเมือง มีขนาดกลาง ขนสั้นเรียบสีเดียวทั้งตัว หูตั้งเป็นรูปสามเหลี่ยม ปลายจมูกสีดำและปากรูปปลีมีหางยาวเป็นรูปดาบ ลักษณะเด่น คือ มีอานซึ่งเกิดจากขนขึ้นในแนวย้อนกับแนวขนปกติอยู่บนหลัง สีที่นิยมคือ สีน้ำตาลแดง สีแดง สีดำ และสีสวาด (ดูรูป 2)



รูป 2

เพราะแมวและสุนัขเป็นสัตว์เลี้ยงที่นิยมกันมาก รางวัลอิกโนเบล ปีล่าสุด (ค.ศ. 2014) จึงได้พิจารณาให้รางวัลแก่ผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับแมวและสุนัข คือ

สาขาสาธารณสุข มอบให้แก่นักวิจัยจากประเทศสาธารณรัฐเช็ก ญี่ปุ่น สหรัฐอเมริกา และอินเดีย (Jaroslav Flegr, Jan Havlicek, Jitka Hanusova-Lindova, David Hanauer, Naren Ramakrishnan และ Lisa Seyfried) ที่ได้ศึกษาวิจัยว่าการเลี้ยงแมวจะส่งผลทำให้คนเลี้ยงเป็นโรคจิตหรือไม่

สาขาชีววิทยา มอบให้แก่นักวิจัยจากประเทศสาธารณรัฐเช็ก เยอรมัน และแชมเบีย (Vlastimil Hart, Petra Novakova, Erich Pascal Malkemper, Sabine Begall, Vladimir Hanzal, Milos Jezek, Tomas Kusta, Veronika Nemcova, Jana Adamkova, Katerina Benediktova, Jaroslav Cerveny และ Hynek Burda) ในผลงานวิจัยที่สรุปว่า ก่อนที่สุนัขจะถ่ายหนักหรือถ่ายเบา สุนัขจะพยายามหันตัวให้ได้มุมกับสนามแม่เหล็กโลก

รางวัลอิกโนเบล: รางวัลสำหรับงานวิจัย “ที่ทำให้หัวเราะก่อนคิด”



บีเอ็มดับบลิวได้อะไร จากการปรับปรุงที่ทำงานให้พนักงานสูงวัย

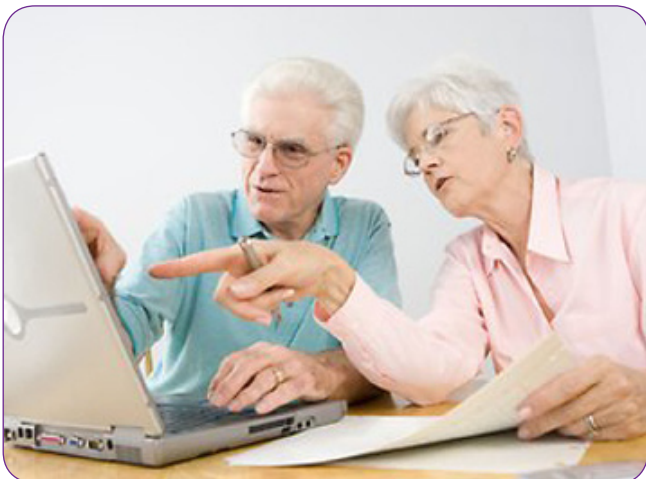
ตอนนี้สังคมไทยเริ่มต้นตัวกับการเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุกันบ้างแล้ว ผู้คนในหลากหลายแวดวงเริ่มพูดคุยถึงผลกระทบและแนวทางการรับมือกับปรากฏการณ์การเปลี่ยนแปลงทางประชากรครั้งสำคัญครั้งนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาคธุรกิจ ที่เริ่มเกิดความวิตกว่าการเพิ่มขึ้นของสัดส่วนผู้สูงอายุในที่ทำงาน อาจส่งผลต่อการเติบโตของธุรกิจ

ถึงแม้ว่าการสูงอายุของประชากรเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่นั่นไม่ได้หมายความว่าเราจะหลีกเลี่ยงผลลบที่อาจเกิดขึ้นจากการมีกำลังแรงงานสูงอายุไม่ได้ หากธุรกิจมีการปรับตัวให้เหมาะสมกับกำลังแรงงานที่สูงวัยขึ้น ผลที่ได้อาจดีเกินคาด ดังเช่นตัวอย่างธุรกิจที่จะนำมาเล่าในวันนี้

บริษัทบีเอ็มดับบลิว ผู้ผลิตรถยนต์หรูชั้นนำของโลก เป็นบริษัทที่ได้รับการกล่าวขานถึงการรับมือต่อการสูงวัยของพนักงานในบริษัทเป็นอย่างดี บริษัทเล็งเห็นว่าพนักงานของบริษัท นับวันจะมีอายุเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อบริษัท โดยเฉพาะในด้านการผลิตอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ บริษัทจึงวางแผนปรับปรุงโรงงานการผลิต เพื่อรองรับการสูงวัยของพนักงาน

การเปลี่ยนแปลงของบีเอ็มดับบลิวเริ่มต้นจากการพูดคุยกับพนักงานในสายการผลิตโดยตรง เพื่อเข้าใจปัญหาในการทำงานอย่างแท้จริง และให้พนักงานเป็นผู้เสนอแนะสิ่งที่บริษัทควรปรับปรุง ซึ่งปรากฏว่า ข้อเสนอแนะจากพนักงานแต่ละข้อทำได้ไม่ยากเลย บริษัทบีเอ็มดับบลิวจึงลงมือริเริ่มโครงการนำร่อง โดยเลือกสายการผลิตหนึ่งมาเพื่อปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของพนักงาน และชักชวนให้พนักงานสูงวัยมาทดลองทำงานที่สายการผลิตนี้เป็นเวลาหนึ่งปี

การเปลี่ยนแปลงของสายผลิตนำร่องนี้ เริ่มต้นจากการเปลี่ยนพื้นในบริเวณนั้นให้เป็นพื้นไม้ เพราะการเดินบนพื้นไม้ดีต่อข้อต่อมากกว่าการเดินบนพื้นกระเบื้องหรือพื้นคอนกรีต และเมื่อประกอบกับการให้สวมใส่รองเท้าแบบใหม่ ที่ออกแบบมาเพื่อช่วยในการรองรับน้ำหนักเป็นพิเศษ ก็ส่งผลให้พนักงานในสายการผลิตนี้มีปัญหาการปวดเข่าจากการเดินทั้งวันน้อยลง



นอกจากนี้ พนักงานต้องการทำงานในอริยาบถที่สบายขึ้น ไม่ต้องก้มหรือย่อมากเกินไป ทางบริษัทจึงเอาใจใส่กับโต๊ะและเก้าอี้ทำงานมากขึ้น โดยบริษัทจัดหาซื้อเก้าอี้ชุดใหม่ที่นั่งสบายขึ้น พร้อมกับโต๊ะทำงานที่สามารถปรับระดับความสูงให้เหมาะสมกับการทำงานได้ นอกจากนี้ ยังสนับสนุนให้มีการหมุนเวียนงานในสายการผลิต เพื่อลดการต้องทำงานในท่วงท่าซ้ำๆ เหมือนเดิมทุกวัน

ตัวอย่างการเปลี่ยนแปลงอื่นๆ ที่บริษัทบีเอ็มดับบลิวได้ลงทุนในสายการผลิตนี้ ได้แก่ การเพิ่มแว่นขยาย การเพิ่มขนาดตัวอักษรในจอคอมพิวเตอร์ ทั้งนี้เพื่อลดอาการปวดตาจากการต้องเพ่งและโอกาสการทำงานผิดพลาด ตลอดจนได้เพิ่มขนาดมือจับของเครื่องมือเครื่องมื่อต่างๆ เพื่อบรรเทาการเกร็งของมือในการใช้อุปกรณ์ในการผลิตชิ้นส่วนรถยนต์

รวมทั้งสิ้นแล้ว บริษัทบีเอ็มดับบลิวทำการเปลี่ยนแปลงไปประมาณ 70 รายการในสายการผลิตนำร่องนี้ โดยที่ค่าใช้จ่ายจากการเปลี่ยนแปลงอุปกรณ์ต่างๆ ในสายการผลิตดังกล่าวอยู่ที่ประมาณ 20,000 ยูโร หรือเกือบ 800,000 บาท ซึ่งถือเป็นการลงทุนเล็กน้อยมากสำหรับบริษัทขนาดใหญ่อย่างบีเอ็มดับบลิว

ผลจากการเปลี่ยนแปลงครั้งนี้ คือ พนักงานทำงานง่ายขึ้น มีอาการปวดเมื่อยน้อยลง และเกิดข้อผิดพลาดในการทำงานน้อยลง เมื่อครบหนึ่งปีของโครงการนำร่องนี้ ไม่มีใครอยากย้ายสายการผลิตเลย ทุกคนชอบที่จะอยู่สายการผลิตแห่งนี้ ทั้งๆ ที่ตอนแรกไม่มีใครอยากย้ายมาเลย

ที่สำคัญที่สุดคือ สายการผลิตนี้มีผลิตภาพเพิ่มขึ้นร้อยละ 7 ภายในหนึ่งปีแรกของการดำเนินงาน และการลาป่วยค่อยๆ ลดลงจนกระทั่งเหลือเพียงร้อยละ 2 ซึ่งต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของทั้งโรงงาน ทั้งๆ ที่พนักงานในสายการผลิตนี้มีอายุโดยเฉลี่ยสูงกว่าสายผลิตอื่นๆ ในโรงงานทั้งหมด

สายการผลิตนำร่องนี้ถือว่าประสบความสำเร็จเป็นอย่างสูง บีเอ็มดับบลิวจึงวางแผนการปรับเปลี่ยนสายการผลิตอื่นๆ ในโรงงานอีกหลายแห่งของบริษัทเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงของอายุพนักงานต่อไป

ประเทศไทยในฐานะที่กำลังก้าวสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้ได้จากประสบการณ์ของบีเอ็มดับบลิว ซึ่งบทเรียนหนึ่งที่สำคัญ คือ การปรับปรุงที่ทำงานให้เหมาะสมกับการทำงานของคนสูงวัยไม่ใช่เรื่องยุ่งยาก และไม่จำเป็นต้องลงทุนมากมาย และการเปลี่ยนแปลงเพียงเล็กน้อย สามารถส่งผลดีต่อการเติบโตของธุรกิจและคุณภาพชีวิตการทำงาน of พนักงานสูงวัย

อ้างอิง

Loch, C.H., Sting, S.J., Bauer, N. & Mauermann, H. (2010). How BMW is defusing the demographic time bomb. Harvard Business Review, 3.10, 99-102.



“การสร้างความสุขในผู้สูงอายุ” ตอน 1



เมื่อผู้เขียนได้อ่านบทความนี้ ทำให้นึกถึงสิ่งที่ผู้สูงอายุควรจะได้รับ การดูแลเอาใจใส่จากลูกหลานเป็นอย่างดี โดยเฉพาะเรื่องสุขภาพจิต ของผู้สูงอายุ วิธีการที่ผู้สูงอายุจะสร้างความสุขให้ตนเองนั้นเริ่มจาก ตัวเองก่อน ดังต่อไปนี้

1. การปรับตัวของผู้สูงอายุ เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ มากมายที่ผู้สูงอายุและครอบครัวต้องเผชิญ ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และ เศรษฐกิจของผู้สูงอายุ จึงเป็นที่มาของความเครียด อาการซึมเศร้า และการไม่มีความสุข สิ่งที่ผู้สูงอายุจะต้องทำ คือ การปรับตัวทั้งด้าน ร่างกาย จิตใจ ความคิด อารมณ์ และสภาพความเป็นอยู่ของตนเอง โดยเริ่มจากการปรับใจของตนเองให้ได้ ด้วยการเปิดใจยอมรับการ เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งของตนเองและสิ่งใหม่ๆ ในสังคม พยายาม เข้าไปมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่างๆ ของครอบครัว เพื่อนฝูง ชุมชนหรือสังคม ก็จะทำให้ผู้สูงอายุสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

2. การดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต ผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้อง หมั่นไปตรวจร่างกายประจำปีอย่างสม่ำเสมอ ระวังโรคเรื้อรังและป้องกัน ไม่ให้ตนเองเจ็บป่วย หรือเกิดอุบัติเหตุ หมั่นออกกำลังกายทุกวันหรือ สัปดาห์ละ 3 ครั้งๆ ละประมาณ 20-30 นาที รับประทานอาหารที่มี ประโยชน์ และอยู่ในที่ มีอากาศถ่ายเทได้ดี และต้องหมั่นดูแลสุขภาพ จิตของตนเอง โดยทำจิตใจให้เบิกบานอยู่เสมอ ไม่ให้เกิดความเครียด หงุดหงิด ฉุนเฉียว ด้วยการหากิจกรรมที่ทำให้ตนเองได้พักผ่อนหย่อน ใจ

3. การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การทำกิจกรรมต่างๆ การ ทำงานอดิเรกต่างๆ ที่เหมาะสมกับวัยและสภาพร่างกายของตนเอง เช่น การปลูกต้นไม้ การทำดอกไม้ประดิษฐ์ การเล่นดนตรี การฟัง เพลง การสวดมนต์ การเขียนหนังสือ การอ่านหนังสือ การเล่นเกม คอมพิวเตอร์ การช่วยทำงานบ้านเล็กๆ น้อยๆ เพื่อคลายเหงา เกิด ความเพลิดเพลิน ผ่อนคลายทั้งร่างกายและจิตใจ มีความสุข ได้รายได้ เพิ่มขึ้น แล้วยังเกิดประโยชน์ต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย ซึ่งขึ้น อยู่กับกิจกรรมที่ทำ

4. การใช้ชีวิตที่เรียบง่าย การดำเนินชีวิตประจำวันที่ยั่งยืน เป็นวิถีชีวิตที่จะพาไปสู่ความสุข ง่ายขึ้น อยู่สบาย ดำรงชีวิตอยู่บน ความพอเพียง ใช้ง่ายหรือทำกิจกรรมต่างๆ ตามแต่สถานการณ์ของแต่ละบุคคล และหาความสุขจากสิ่งใกล้ตัวที่มีอยู่ ก็จะทำให้ผู้สูงอายุ มีความสุข

5. การสร้างอารมณ์ขัน การสร้างอารมณ์ขันเป็นเรื่องที่ดี เพราะ การที่ผู้สูงอายุได้หัวเราะและยิ้มจากใจจริงๆ ในแต่ละครั้งเป็นสิ่งที่ บ่งบอกถึงความสุขที่เกิดขึ้น ทำให้จิตใจและอารมณ์ของผู้สูงอายุดีขึ้น ช่วยทำให้อายุยืนยาว มีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับลูกหลานและคนใกล้ชิด การหัวเราะจึงเป็นพลังหรือยาวิเศษที่ช่วยให้คนมีความสุขและมีกำลังใจ ในการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน เช่น ละครตลก อ่านหนังสือที่ทำให้ เกิดอารมณ์ขัน เข้าไปพูดคุยหรืออยู่ในกลุ่มหรือสภาพแวดล้อมที่มีคน ชอบพูดหรือเล่าเรื่องตลก เพื่อทำให้คนอื่นและตนเองได้หัวเราะและมีความสุข ตลอดจนฝึกยิ้มและหัวเราะทุกครั้งเมื่อมีโอกาส แต่ทั้งนี้ต้อง เหมาะสมตามสถานการณ์และอยู่บนความพอดี

ที่มา : พรทิพย์ เกษฐานนท์. “การสร้างความสุขในผู้สูงอายุ” [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา http://www.stou.ac.th/stoukc/elder/main1_9.html (9 มกราคม 2558)

เมื่อวันศุกร์ที่ 21 พฤศจิกายนที่ผ่านมา สมาคม นักประชากรไทย ได้จัดการประชุมวิชาการประจำปี ประชากรศาสตร์แห่งชาติ 2557 ณ โรงแรมเดอะ ทวินทาวเวอร์ กรุงเทพฯ และมีผู้เข้าร่วมการประชุมจำนวน 230 คนจากหน่วยงานการศึกษา สาธารณสุข และภาคการศึกษาจากทั่วประเทศ

การประชุมนี้มีหัวข้อการประชุมหลากหลายที่น่าสนใจ อาทิ ผู้สูงอายุ ประชากรสุขภาพ คุณภาพชีวิตประชากร การย้ายถิ่น และความเป็นเมือง อนามัยเจริญพันธุ์ เป็นต้น ในการประชุม ครั้งนี้ได้รับเกียรติจาก ศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.นิพนธ์ เทพวัลย์ ปาฐกถาเรื่อง “นโยบายประชากรของประเทศไทยจากอดีต สู่ปัจจุบัน” และ Jerry Huguet ปาฐกถา เรื่อง “Thailand and Post ICPO” ซึ่งการประชุมครั้งนี้เป็นการ นำเสนอบทความทั้ง ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ และมีการแลกเปลี่ยนความรู้ในเวทีนี้อย่างกว้างขวาง



เสวนาได้ข่าวประชากร

จัดเป็นประจำทุกวันพุธ เวลา 12.30-13.30 น. ณ สถาบันวิจัย ประชากรและสังคม สนใจกำหนดการเสวนาแต่ละเดือน ดูที่ www.ipsr.mahidol.ac.th

“ปลายปี 2558 ประเทศไทยจะมีแรงงานข้ามชาติอยู่เท่าไร?” โดย ศ.ดร. อภิชาติ จารัสถุทธีรงค์ รศ.ดร. สุรีย์พร พันพิง รศ.ดร. ปัทมา ว่าพัฒนางค์ ดร.อรรถัย หรุเจริญพรพานิช และ คุณกัญญา อภิพรชัยสกุล, 3 ธ.ค. 57

“WHO from the Late 1970s to Today: a Personal Viewpoint” โดย Jitendra Khanna, 24 ธ.ค.57

“A Mixed Method Study on the Correlates of Patient Adherence to Antiretroviral Therapy in the Democratic Republic of Congo: Implication of Food Insecurity” โดย Patou Musumari, MD, PhD, 14 ม.ค. 58

“Demographic and Migratory Questions in Russia” โดย Prof. Sergey V. Ryazantsev (Head, Centre for Social Demography and Economic Sociology Institute of Social-Politic Research (ISPR) The Russian Academy of Sciences (RAS) Moscow, Russia) 30 ม.ค. 58

ฉบับนี้ชวนอ่านขอแนะนำ
**สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ.
2556** บรรณาธิการ โดย ปราโมทย์
ประสาทกุล

รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2556 (SITUATION OF THAI ELDERLY 2013) เป็น รายงานประจำปี 2556 ดำเนินการ โดย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับ มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนา ผู้สูงอายุไทย ซึ่งได้รวบรวมสถิติ ข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ผู้สูงอายุไทยในปัจจุบัน และฉายภาพ สถานการณ์ผู้สูงอายุในอนาคต รวมทั้งประเด็นเรื่องหลักประกัน รายได้ผู้สูงอายุไทยที่กล่าวถึงสถานการณ์หลักประกันรายได้ ผู้สูงอายุ โอกาสการมีงานทำของผู้สูงอายุ กลไกในการสร้าง หลักประกันรายได้ของผู้สูงอายุ การดำเนินงานของหน่วยงาน ภาครัฐในปี 2556 และเส้นทางสู่การประกันรายได้ผู้สูงอายุ นอกจากนี้ยังมีสถานการณ์เด่นประจำปี และงานวิจัยเพื่อสังคม สูงอายุ

ท่านใดสนใจหาอ่านได้ที่: ห้องสมุดสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล หรือ download ทางเว็บไซต์ <http://www.thaigri.org/index.php/report/thai>



Blue Zones พื้นที่สีฟ้าแห่งที่ 1: ชาร์ดิเนีย ประเทศอิตาลี

ชาร์ดิเนีย เป็นเกาะขนาดใหญ่แถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียน ในประเทศ อิตาลี ซึ่งในพื้นที่สีฟ้าแห่งนี้ บาร์บาเกียเป็นภูมิภาคที่มีคนอายุยืนที่สุดอาศัยอยู่ โดยมีชื่อเสียงเรื่องที่มีผู้เฒ่าอายุเกินร้อยปีจำนวนมากเป็นพิเศษ ผู้เฒ่าชายเหล่านี้จะยังคงรักษาความกระฉับกระเฉงและกำลังวังชาไว้ได้ นานกว่าผู้ชายในพื้นที่อื่น โดยปกติประเทศที่พัฒนาแล้วจะมีสัดส่วนคน ร้อยปีที่เป็นผู้หญิงมากกว่าผู้ชายสี่ต่อหนึ่ง แต่ในพื้นที่สีฟ้าแห่งนี้จะมี สัดส่วนเท่ากันคือ หนึ่งต่อหนึ่ง

เคล็ดลับในการมีอายุยืนยาวของผู้เฒ่าในชาร์ดิเนียคือ 1) กินอาหาร ไขมันต่ำ และเน้นผักเป็นหลัก 2) ให้ความสำคัญกับครอบครัวมากที่สุด เพราะจะทำให้มั่นใจว่าทุกคนในครอบครัวได้รับการดูแล 3) ตื่นนอนเพราะช่วยป้องกันโรคความเสื่อมจากความชรา 4) การมีทัศนคติที่ดีต่อ ผู้สูงอายุ ซึ่งอาจมีส่วนร่วมทำให้มี สุขภาพดีขึ้น ปรับตัวได้ดีขึ้น และ มีอายุยืนยาวขึ้น 5) การเดิน หรือ ขยับร่างกายอยู่เสมอ 6) การดื่ม ไวน์แดงวันละหนึ่งถึงสองแก้ว เพื่อช่วยลดความเครียด และ 7) การหัวเราะกับเพื่อนๆ ซึ่งผู้ชาย ในพื้นที่สีฟ้าแห่งนี้มีชื่อเสียง เกี่ยวกับอารมณ์ขันถึงประชดประชัน การหัวเราะช่วยทำให้ลด ความเครียด และลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจ และหลอดเลือด



ลองนำเคล็ดลับการมีอายุยืนยาวของผู้เฒ่าในชาร์ดิเนียไปปฏิบัติ อาจจะทำให้ท่านมีอายุยืนยาวขึ้นก็ได้ ฉบับนี้รอตติดตามพื้นที่สีฟ้าแห่งที่ 2 นะคะ

ที่มา: แคน นูทเนอร์. 2556. ขอบฟ้าแห่งอายุร้อยปี: บทเรียนเพื่อชีวิตยืนยาว จากคนที่อายุยืนยาวที่สุด. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกลดคลิมทอง.

โรคอ้วนกับคนไทย

อ้วนหรือไม่อ้วน ประเมินได้จากค่าดัชนีมวลกาย หรือ BMI (Body Mass Index) คำนวณง่ายๆ จาก น้ำหนักตัว (กก.) หารด้วยส่ายสูงยกกำลังสอง (เมตร) ซึ่งถ้ามีค่าตั้งแต่ 25 ขึ้นไป คือ “น้ำหนักเกิน” และถ้า 30 ขึ้นไป คือ “อ้วน” และจาก ข้อมูล (ปี 2534 – 2552) พบว่า ในรอบ 18 ปี คนไทย มีอัตรา ของภาวะน้ำหนักเกินเพิ่มขึ้น 2 เท่า และภาวะอ้วนเพิ่มขึ้นราว 3 เท่า (จาก 3.2% เป็น 9.1%)

หากเปรียบเทียบในประเทศอาเซียน ก็จะพบว่า คนไทยอ้วน มากเป็นอันดับ 2 จาก 10 ประเทศ รองจากมาเลเซีย โดย ผู้ชายอยู่ในอันดับ 4 ส่วนผู้หญิงอยู่ในอันดับ 2 รวมทั้งข้อมูล การสำรวจในไทยเอง ก็พบแนวโน้มในทางเดียวกันว่า ร้อยละ ของชายและหญิงมีน้ำหนักเกินและอ้วนเพิ่มสูงขึ้น 2 เท่า

จากข้อมูลเหล่านี้ คนไทยคงต้องหันกลับมาให้ความสำคัญกับ โรคอ้วนกันอย่างจริงจัง เสียที เพราะโรคอ้วน เป็นมาของการเกิดโรค เรื้อรัง (NCDs) เช่น ความดันโลหิตสูง เบาหวาน หัวใจ ฯลฯ ที่เป็นปัญหาต่อสุขภาพ และเสียค่าใช้จ่ายสูง มากในขณะนี้



ข่าวสถาบันฯ

* 20-21 พ.ย. 57 รศ.ดร.ชื่นฤทัย กาญจนนะจิตรา ผอ.กลุ่มภารกิจสุขภาพโลกมหาวิทยาลัยมหิดล (Mahidol University Global Health: MUGH) ร่วมประชุม The Global Fund to Fight AIDS, Tuberculosis and Malaria ณ สมาพันธรัฐสวิส * 27 พ.ย. 57 รศ.ดร.กฤตยา อาชวนิจกุล นายกสมาคมนักวิจัยประชากรและสังคม พร้อมคณะ ร่วมกับภาคีเครือข่ายจัดประชุม “คืนผู้ต้องขังสู่ชุมชน คืนคน (ผู้ต้องขัง) ต่างชาติกลับบ้าน” สนับสนุนโดย สสส. ณ ห้องสานใจ ชั้น 6 อาคารสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข * 3 ธ.ค. 57 สถาบันฯ ร่วมพิธีถวายสัตย์ปฏิญาณ เพื่อเป็นข้าราชการที่ดี พนักงานที่ดี และพลเมืองที่ดี ณ บริเวณโถงพระราชานุสาวรีย์ สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก ชั้น 1 สำนักงานอธิการบดี ม.มหิดล ศาลายา **รูป 1** * 5 ธ.ค. 57 สถาบันฯ ร่วมพิธีเจตียนชัย ถวายราชสดุดีเฉลิมพระเกียรติ ถวายพระพรชัยมงคล เนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ครบรอบ 87 พรรษา ณ อุทยานธรรมชาตวิบูลย์รัชชชาติ ม.มหิดล ศาลายา * 8-9 ธ.ค. 57 รศ.ดร.ชื่นฤทัย กาญจนนะจิตรา ผอ.กลุ่มภารกิจสุขภาพโลกมหาวิทยาลัยมหิดล (Mahidol University Global Health: MUGH) ร่วมประชุม 1st Joint Secretariat Meeting for PMAC 2016 ณ อังกฤษ * 12 ธ.ค. 57 ผศ.ดร.กฤษณ์ สมุทรจักร นำเสนองานวิจัยและข้อค้นพบจากการศึกษาวิจัยเรื่อง “ไลฟ์สไตล์ แผนการดำเนินชีวิต กับแนวคิดการมีบุตรของคนเจนเนอเรชันวาย” ณ คอนเวนชันเซ็นเตอร์ เอ 1 ชั้น 22 โรงแรมเซ็นทารา แกรนด์ แอท เซ็นทรัลเวิลด์ * 14-16 ธ.ค. 57 สถาบันฯ จัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง การพัฒนาการบริหารงานประจำสำนักงานวิจัย (R2R: Routine to Research) เพื่อมุ่งพัฒนาศักยภาพบุคลากรสายสนับสนุน ณ เดอะเกรท อัมพวา รีสอร์ท จ.สมุทรสงคราม **รูป 2** * 18 ธ.ค. 57 รศ.ดร.อมรา สุนทรธาดา รับเชิญเป็นวิทยากรในการอภิปรายเรื่อง “การป้องกันและแก้ไขปัญหาเอชไอวีในกลุ่มวัยรุ่นและเยาวชนไทยในยุคประชาคมอาเซียน” งานสัมมนาระดับชาติเรื่องโรคเอดส์ ครั้งที่ 14 และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ครั้งที่ 1 ณ อิมแพ็คฟอรัม เมืองทองธานี จ.นนทบุรี * 18-21 ธ.ค. 57 อ.ดร.มาลี สันสุวรรณ และ น.ส.เสาวภา สุขสินชัย ร่วมประชุม Migration Processes: Issues of Adjustment and Integration โดย อ.ดร.มาลี สันสุวรรณ นำเสนอผลงานเรื่อง “The survey of Thai public opinions on Myanmar refugees and displaced persons” ณ สหพันธ์รัฐสวีสเซีย * 25 ธ.ค. 57 สถาบันฯ ร่วมพิธีทำบุญตักบาตรอาหารแห้งแด่พระสงฆ์และสามเณร (วัดมหาสวัสดิ์) จำนวน 120 รูป เนื่องในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ ประจำปีพุทธศักราช 2558 ณ ศูนย์การเรียนรู้มหิดล ม.มหิดล ศาลายา * 25 ธ.ค. 57 สถาบันฯ จัดงานส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ 2558 ในสไตล์ “การ์ตูนธรรมชาติ เฮฮาปีใหม่ [IPSR in the wonderland]” บรรยายภาคเติมไปด้วยความสนุกสนาน ณ บริเวณลานน้ำพุ สถาบันฯ * 8-9 ม.ค. 58 สถาบันฯ โดยกลุ่มคณะทำงานโครงการวิจัยเรื่อง “แรงงาน และทักษะของแรงงานในภาคอุตสาหกรรมที่สำคัญของภูมิภาคกลุ่มน้ำโขง” ร่วมกับ Education Development Center, Inc. (EDC) จัดอบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง In-country Data Coordinator Workshop ให้กับนักวิจัยในประเทศภูมิภาคกลุ่มแม่น้ำโขง (พม่า, ลาว, เวียดนาม, กัมพูชา) ณ ห้องสระบัว (109) สถาบันฯ **รูป 3** * 13-14 ม.ค. 58 รศ.ดร.สุริยพร พันพื้ง ร่วมประชุมเพื่อทำความร่วมมือด้านการแลกเปลี่ยนนักศึกษา การอบรม และงานวิจัยที่จะทำร่วมกันในอนาคต ณ ประเทศญี่ปุ่น * 15-31 ม.ค. 58 รศ.ดร.อมรา สุนทรธาดา พร้อมคณะ ต้อนรับ Trainees from the Commission of Women and Children, Bhutan ในการเข้าร่วมการอบรมระยะสั้นเรื่อง “Qualitative Research Management and Data Analysis” ณ สถาบันฯ **รูป 4**

วิสัยทัศน์: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
เป็นสถาบันชั้นนำในระดับนานาชาติ
ที่สร้างสรรค์วิทยาการด้านประชากรและสังคม
เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน



รูป 1



รูป 2



รูป 3



รูป 4

คำขวัญวันเด็ก ปี 2558
“ความรู้ คู่คุณธรรม
นำสู่อนาคต”

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตเลขที่ 17/2536
ปณจ.พุทธมณฑล

อาคารประชาสังคมอุดมพัฒน์
ของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม



QR code สำหรับเข้าเว็บไซต์
จดหมายข่าวประชากรและการพัฒนา

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170 โทรศัพท์ 0-2441-0201 0-2441-9666 โทรสาร 0-2441-9333 E-mail : directpr@mahidol.ac.th, Website: www.ipser.mahidol.ac.th ที่ปรึกษา รศ.ดร.สุริยพร พันพื้ง ผู้อำนวยการสถาบันฯ บรรณาธิการ กมลชนก ขำสุวรรณ กุศล สุนทรธาดา สุชาติ ทวีสิทธิ์ กองบรรณาธิการ ภรณก พงษ์ประดิษฐ์ กฤติญา ส่องกิจ กาญจนนา เทียนฉาย จงจิตต์ ฤทธิรงค์ จรรย์พร ให้อย่าง เกลิมพล แจ่มจันทร์ ธีรธ อยทอง วีระพงศ์ สันติภาพ ปราโมทย์ ประสาทกุล พอลดา บุญตรณะ เทียนพิมล คงมนต์ ภาสกร บุญคุ้ม มนสิการ กาญจนนะจิตรา โยนิธ แสงดี ศรีจันทร์ ภรณี รินา ต๊ะดี วรชัย ทองไทย ศิริพันธ์ กิตติสุขสถิต สุทธิดา ขวณวัน สักกรินทร์ นิยมศิลป์ เสาวภา สุขสินชัย อมรา สุนทรธาดา อภิชาติ จำรัสฤทธิรงค์ อารี จำปาลาย ฝ่ายศิลป์ สมชาย ทรัพย์ยอดแก้ว จุฬารัตน์ ทรัพย์ยอดแก้ว ฝ่ายสมาชิก จักรวรรด หงษ์ทอง ติดต่อบริการโครงการเผยแพร่ข่าวสารและการศึกษาด้านประชากร โทรศัพท์ 0-2441-0201 ต่อ 100 หรือ 0-2441-9666