

แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา  
ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน  
มหาวิทยาลัยแม่โจ้  
พ.ศ. 2564

แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา  
ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



การค้นคว้าอิสระนี้เป็นส่วนหนึ่งของความสมบูรณ์ของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน

สำนักบริหารและพัฒนาระบบบริหาร มหาวิทยาลัยแม่โจ้

พ.ศ. 2564

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยแม่โจ้

แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา  
ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

เสนาะจิต ชลาชน

การค้นคว้าอิสระนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้เป็นส่วนหนึ่งของความสมบูรณ์ของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน

พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ผานิตย์ นาขยัน)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

(อาจารย์ ดร.รัชชานนท์ สมบูรณ์ชัย)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

(อาจารย์ ดร.ปรมินทร์ นาระทะ)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ประธานอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร

(รองศาสตราจารย์ ดร.เกรียงศักดิ์ ศรีเงินยวง)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

สำนักบริหารและพัฒนาวิชาการรับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์ ดร.ญาณิน โอภาสพัฒนกิจ)

รองอธิการบดี ปฏิบัติการแทน

อธิการบดี มหาวิทยาลัยแม่โจ้

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ....

ชื่อเรื่อง	แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่
ชื่อผู้เขียน	นางเสนาะจิต ชलयน
ชื่อปริญญา	วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน
อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ผานิตย์ นาขยัน

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบริบทพื้นที่ ข้อมูลชนิดและการปลูกพืชผัก และศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างได้แก่ ผู้สูงอายุและผู้สนใจของบ้านเกษตรพัฒนาจำนวน 18 ราย เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้เครื่องมือคือ แบบสอบถาม การสัมภาษณ์ สทนากลุ่ม วิเคราะห์เนื้อหาด้วยข้อมูลเชิงสถิติแบบร้อยละและเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่าพื้นที่ชุมชนอยู่ในเขตที่ราบของตำบลป่าไผ่ เหมาะสมแก่การทำเกษตรกรรม ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีอาชีพ ทำนา ทำไร่ และทำสวนผักมาแต่เดิม ปัจจัยในการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุคือ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้งร่างกายและจิตใจ ร่วมกับนโยบายของผู้นำชุมชนและองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นภายใต้โครงการครอบครัวพอเพียง สรุปเป็นแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุคือ การนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลักการของเกษตรแบบผสมผสานมาประยุกต์ใช้ การพัฒนากิจกรรมการเกษตรแบบมีส่วนร่วมตามขั้นตอนของแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) และการทำตามแผนงานของผู้นำชุมชนและองค์การส่วนท้องถิ่น เพื่อสนับสนุนบุคลากรและงบประมาณให้สามารถดำเนินกิจกรรมทางการเกษตรของผู้สูงอายุเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ, กิจกรรมทางการเกษตร, พืชผักผสมผสาน, บ้านเกษตรพัฒนา

<b>Title</b>	THE GUIDLINE AN INTEGRATED VETGETABLE PLANTING OF ELDERLY GROUP BAN KASET PHATTANA, PAPHAI, SANSAI, CHIANG MAI, THAILAND
<b>Author</b>	Mrs. Snohjit Chalayon
<b>Degree</b>	Master of Science in Geosocial Based Sustainable Development
<b>Advisory Committee Chairperson</b>	Assistant Professor Dr. Phanit Nakayan

### ABSTRACT

This research aims to study the geographic context to understand the types of vegetables grown in the area, and to find the effective guidelines for diversified vegetable farming of the elderly group at Kaset Phattana Village, Pa Phai, San Sai, Chiang Mai. The samplings are the elderly and villagers from Kaset Phattana Village, total of 18 persons. The data collecting methods in this qualitative research are survey, interview, and focus group. The results of the research study will be analyzed and presented in percentage statistics with descriptive information.

The study shows that Pa Phai village location has an abundant plain land suitable for vegetable farming. Majority of the elderly has been doing rice farming, crops farming, and vegetable gardening to make a living. Then, the project called “Krob Krua Phor Phiang” or a Family-sufficient Living has been proposed with the support from community leaders and local authority to develop physical and mental wellness of the elderly in the village, and the elderly have formed a group to join.

The research study finds the guidelines for a diversified vegetable farming project as following; the theoretical framework of Sufficiency Economy Philosophy and Integrated Farming System, the development of planting activities and community participation based on Deming Cycle, and the execution of community leaders and

local authority. With the personnel and financial budget support on the diversified vegetable farming for the elderly, the project can be achieved effectively.

Keywords : elderly group, Ban Kaset Phattana, integrated vegetable, Agricultural activities



## กิตติกรรมประกาศ

การค้นคว้าอิสระ “แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุ บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่” ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยคำแนะนำที่เป็นประโยชน์จากคณาจารย์ในหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน มหาวิทยาลัยแม่โจ้ ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ นอกจากนี้ยังได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องทุกท่านในการทำวิจัยครั้งนี้ให้สำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ อันได้แก่ น.ส. กนกพร มาลัย น.ส. ฐิติพร รุ่งเรือง นายวีระวัฒน์ ชลายน นายกसानต์ ชลายน น.ส.พิรยา ชลายน นายสันติ เหลืองประเสริฐ และชาวบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ท้ายที่สุด ขอขอบพระคุณทุกท่านและบุคคลอื่นอีกจำนวนมากที่ไม่ได้กล่าวถึงในที่นี้ ที่ให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน และให้กำลังใจมาตลอด

เสนาะจิต ชลายน



## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ง
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 ความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	3
ขอบเขตในการวิจัย.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	5
บทที่ 2 ทฤษฎีและการตรวจเอกสาร .....	6
หลักการทรงงานในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร .....	6
ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง .....	10
แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ .....	13
แนวคิดเกษตรแบบผสมผสาน .....	15
แนวคิดการปลูกผักสวนครัว.....	17
วงจรเดมมิ่ง (PDCA Cycle/Deming Cycle) .....	20
แนวคิดการมีส่วนร่วม .....	23
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	25

กรอบแนวคิดในการศึกษา .....	27
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	28
พื้นที่ในการศึกษา .....	28
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	28
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา .....	30
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	30
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	31
บทที่ 4 ผลการวิจัยและวิจารณ์.....	32
ตอนที่ 1 บริบทพื้นที่ กลุ่มประชากรศึกษา และชนิดพันธุ์พืชผัก.....	33
ตอนที่ 2 ผลการศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุ บ้านเกษตร พัฒนา.....	70
บทที่ 5 สรุปและข้อเสนอแนะ.....	90
บรรณานุกรม.....	95
ภาคผนวก.....	99
ภาคผนวก ก: ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม.....	100
ภาคผนวก ข: แบบสอบถามประกอบการวิจัย.....	104
ภาคผนวก ค: แบบสัมภาษณ์.....	108
ประวัติผู้วิจัย.....	110

## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 รายชื่อกลุ่มประชากรศึกษา บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัด เชียงใหม่.....	29
ตารางที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา .....	64
ตารางที่ 3 รายการปลูกพืชผักชนิดต่าง ๆ .....	67
ตารางที่ 4 ปัจจัยในการรวมกลุ่มเพื่อการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้าน เกษตร พัฒนา.....	70
ตารางที่ 5 กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตามกรอบ แนวคิดวงจรเดมมิง (PDCA) .....	73
ตารางที่ 6 ตารางระยะเวลาดำเนินการ.....	76



## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษา.....	27
ภาพที่ 2 แผนที่แสดงพื้นที่เขตปกครองรายตำบลในอำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่.....	36
ภาพที่ 3 แผนที่แสดงอาณาเขตตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่.....	37
ภาพที่ 4 ภาพถ่ายทางอากาศอาณาเขตตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่.....	37
ภาพที่ 5 ภาพถ่ายทางอากาศทรัพยากรดินในพื้นที่ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่..	38
ภาพที่ 6 ร้อยละของทรัพยากรดินในพื้นที่ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่.....	38
ภาพที่ 7 (ก-จ) กิจกรรมในแปลงรวมแบบมีส่วนร่วม.....	79
ภาพที่ 8 บรรยากาศการปลูกพืชผักสวนครัวเฉพาะครัวเรือน.....	80
ภาพที่ 9 การปลูกพืชผักสวนครัวในวัสดุเหลือใช้ภายในครัวเรือน.....	80
ภาพที่ 10 กิจกรรมเยี่ยมชมสวนเพื่อการติดตามและประเมินผล.....	83
ภาพที่ 11 การประยุกต์หลักการทรงงานกับการบริหารจัดการแผนงาน/โครงการ.....	88
ภาพที่ 12 แผนภาพสรุปการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา.....	93

## บทที่ 1

### ความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเข้าสู่การเป็น “สังคมสูงอายุ” นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 เมื่อประชากรไทยมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงถึงร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด และในปี 2560 มีประชากรสูงอายุ 60 ปีขึ้นไป 11 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 17 ของประชากรทั้งหมด 65.5 ล้านคน คาดประมาณว่าอีกไม่เกิน 4 ปีข้างหน้า ประเทศไทยก็จะกลายเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ เมื่อมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงถึงร้อยละ 20 สถานการณ์ผู้สูงอายุไทยในปี พ.ศ. 2560 พบว่าประชากรสูงอายุไทยยังมีปัญหาเรื่องสุขภาพ โดยเฉพาะเรื่องของการเป็นโรคไม่ติดต่อ เช่น โรคเบาหวาน ความดันเลือดสูง โรคเหล่านี้อาจเป็นผลมาจากพฤติกรรมของคนไทยตั้งแต่ก่อนวัยสูงอายุจนเป็นผู้สูงอายุ เช่น การกินอาหาร การออกกำลังกาย การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้นส่วนในเรื่องเศรษฐกิจและสังคม จากรายงานผู้สูงอายุไทยได้แสดงว่า ผู้สูงอายุมีรายได้หลักจากบุตร จากการทำงาน และจากการรับเบี้ยยังชีพ โดยในปี 2560 มีผู้สูงอายุได้รับเบี้ยยังชีพจำนวน 8.2 ล้านคน ซึ่งเพิ่มขึ้นมากกว่าปี 2552 กว่า 1.5 เท่า (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2563)

การเตรียมความพร้อมของสังคมไทยที่จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ จึงมีแนวคิดที่ต้องการให้ประชากรผู้สูงอายุมีการสูงวัยอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งหมายถึงการที่ประชากรเจริญวัยขึ้นอย่างมีสุขภาพดี มีความมั่นคงทางรายได้และการอยู่อาศัย และมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม ผู้สูงอายุที่มีประสิทธิภาพจะเป็นทรัพยากรที่ทรงคุณค่า ช่วยนำสังคมไทยไปสู่ความอยู่ดีมีสุข จะช่วยพัฒนาประเทศไทยให้มีความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ยุทธศาสตร์ชาติที่มุ่งเน้นการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันการเจ็บป่วย และการดูแลตัวเองเบื้องต้น ส่งเสริมการรวมกลุ่มและการสร้างความเข้มแข็งให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมด้านการงานและหารายได้ของผู้สูงอายุ และสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ เพื่อจะได้นำศักยภาพที่มีในตัวเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนและสังคม ถือเป็น การเพิ่มคุณค่าในตัวเอง ซึ่งอาจจะเป็นไปได้ในลักษณะของการรวมกลุ่มทำกิจกรรมเพื่อประโยชน์ของชุมชนและสังคม

ปัจจุบันผู้สูงอายุในชุมชนส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือพึ่งพาตนเองได้พอสมควร มีรายได้จากเบี้ยยังชีพตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยหลักเกณฑ์การจ่ายเงินเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น พ.ศ. 2552 และมติของคณะกรรมการผู้สูงอายุแห่งชาติ ในปี พ.ศ. 2546 ศักยภาพของผู้สูงอายุในชุมชนยังสามารถที่จะช่วยเหลือผู้อื่นได้ หากได้รับการส่งเสริมให้มีการพัฒนาศักยภาพอย่างเหมาะสม การสร้างเสริมอาชีพและการมีงานทำของผู้สูงอายุ ทำให้เกิดเครือข่ายแรงงานและอาชีพผู้สูงอายุในระดับพื้นที่ กิจกรรมทางสังคมของผู้สูงอายุร่วมกับชุมชน เช่น กิจกรรม

ออกกำลังกาย กิจกรรมธรรมชาติ กิจกรรมปลูกผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อบริโภคเป็น การสานสัมพันธ์ผู้สูงอายุกับครอบครัวและชุมชน ให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมสังคมได้อย่างมีคุณภาพ จากการใช้สุขภาพที่ดี

แต่ที่ผ่านมาหากผู้สูงอายุขาดกิจกรรมที่เหมาะสมในการดำเนินชีวิตจะทำให้เกิดปัญหา สุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ ดังนั้นการหากิจกรรมที่เหมาะสมกับสภาพภูมิสังคมของแต่ละชุมชน จะก่อให้เกิดประโยชน์ได้ โดยตามพระราชบัญญัติกำหนดแผนและขั้นตอนการกระจายอำนาจ พ.ศ. 2542 กำหนดให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทุกประเภทมีอำนาจหน้าที่ในการจัดระบบการบริการ สาธารณะเพื่อประชาชนในท้องถิ่นของตน รวมทั้งสิ้นอย่างน้อย 30 ด้าน หนึ่งในจำนวนนั้น คือ “การสังคมสงเคราะห์และการพัฒนาคุณภาพ เด็ก สตรี คนชรา และผู้ด้อยโอกาส”

การส่งเสริมสุขภาพในประชากรผู้สูงอายุ คือการส่งเสริมให้เกิดความสมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิตใจและสังคม เชื่อมโยงกันอย่างสมดุล โดยการส่งเสริมอย่างเป็นรูปธรรมทางด้านร่างกาย จาก ข้อมูลด้านอาหารและโภชนาการสำหรับผู้สูงอายุ การบริโภคผักและผลไม้ต่าง ๆ เมื่อย่อยสลายจะให้ สารอาหารสำคัญ 2 ชนิด คือ เกลือแร่ และวิตามิน ร่างกายใช้เกลือแร่เป็นส่วนประกอบของร่างกาย บางอย่าง ส่วนวิตามินช่วยให้ระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ทำงานได้ตามปกติ และใยอาหารทำให้ การขับถ่ายอุจจาระดีขึ้น เมื่อผู้สูงอายุรับประทานอาหารประเภทพืชผัก และผลไม้เป็นประจำ จะช่วยให้ร่างกายแข็งแรง มีพลังงาน มีภูมิต้านทานโรค อีกทั้งพืชผักเพื่อการบริโภคส่วนใหญ่เป็นพืชมี อายุค่อนข้างสั้น มีระยะเวลาเก็บเกี่ยวเร็ว ปลูกหมุนเวียนได้ปีละหลายครั้ง การปลูกทำได้ง่ายไม่ ยุ่งยาก ฝึกให้ผู้สูงอายุได้ใช้ความคิดอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง เป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนา คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชีวิตประจำวัน โดยมีเป้าหมายหลักเพื่อการบริโภคก่อน ถ้ามีเหลือก็แบ่งปัน หรือจำหน่ายได้ เป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน เพิ่มรายได้เสริมเล็กๆ น้อยๆ และเกิดความสุข ทางจิตใจที่ได้ปลูกพืชผักด้วยตนเอง

ชุมชนบ้านเกษตรพัฒนาอยู่บนพื้นที่ราบของตำบลป่าไผ่ ชาวบ้านส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ เกษตรกรรม ทั้งการทำนา เลี้ยงสัตว์ และการทำสวนผักเพื่อจำหน่าย มีแหล่งดินและน้ำที่อุดมสมบูรณ์ แต่ปัญหาที่พบในปัจจุบันมาจากความต้องการเร่งผลผลิต ปัญหาจากการใช้ปุ๋ยเคมีรวมถึงยาปราบ ศัตรูพืชเพื่อให้ได้ปริมาณผลผลิตจำนวนมาก ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อสุขภาพร่างกายของคนใน ชุมชน โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุที่ถือเป็นกลุ่มเปราะบาง สอดคล้องกับผลการสำรวจข้อมูลผู้สูงอายุของ ชุมชนพบว่า ประสบปัญหาสุขภาพะด้านร่างกายมากที่สุด คือ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง รวมถึง สุขภาวะด้านจิตใจและความสัมพันธ์ทางสังคม คือการถูกทอดทิ้ง การขาดผู้ดูแลเลี้ยงดู การอยู่ใน ครอบครัวที่ยากจน และปัญหาช่องว่างระหว่างวัย (ภูมิสังคมรุ่นที่ 14, 2560)

การรวมกลุ่มของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาเพื่อปลูกพืชผักแบบผสมผสาน เป็นการปลูกแบบ ปลอดภัย มีเป้าหมายเพื่อการบริโภคและการแบ่งปัน ตามคำขวัญที่ว่า “ปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุก

อย่างที่ปลูก” “กินอาหารเป็นยา” จะเป็นการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกายที่จะได้บริโภคพืชผักปลอดสารพิษที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ ส่วนด้านจิตใจและความสัมพันธ์ทางสังคมกิจกรรมเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุร่วมกันตั้งแต่การวางแผน การลงมือทำกิจกรรมด้วยตนเอง การเห็นผลสำเร็จของงาน ข้อดี ข้อด้อย และข้อเสนอแนะที่จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนากิจกรรมอื่นๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อทั้งผู้สูงอายุและต่อชุมชนในอนาคต อีกทั้งการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุเพื่อการปลูกพืชผักแบบผสมผสานในครั้งนี้ ยังสอดคล้องกับนโยบายของเทศบาลตำบลป่าไผ่ที่ส่งเสริมการพัฒนาเศรษฐกิจตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างยั่งยืน และนโยบายของผู้นำชุมชนรุ่นใหม่ที่มีวิสัยทัศน์ต่อการพัฒนากลุ่มต่างๆ ในชุมชนให้เข้มแข็ง เพื่อเป็นฐานรากในการพัฒนากลุ่มอื่นๆ ของชุมชนได้ต่อไปในอนาคต

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสถานภาพของพื้นที่ ทั้งสภาพทางกายภาพ บรรยากาศ และข้อมูลการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

#### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ข้อมูลพื้นฐานบริบทของพื้นที่ สังคม ผู้สูงอายุที่เป็นประชากรศึกษา เพื่อเป็นข้อมูลทุติยภูมิในการหาแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุของบ้านเกษตรพัฒนา
2. กิจกรรมการรวมกลุ่มจะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้งทางด้านสุขภาพร่างกาย อารมณ์จิตใจ และความสัมพันธ์ทางสังคมในชุมชนบ้านเกษตรพัฒนา
3. ส่งเสริมนโยบายของผู้นำท้องถิ่นและองค์กรส่วนท้องถิ่นในยุทธศาสตร์การพัฒนาเศรษฐกิจตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอย่างยั่งยืน ด้านการส่งเสริมโครงการครอบครัวพอเพียง

## ขอบเขตในการวิจัย

### 1. ขอบเขตเชิงพื้นที่

บ้านเกษตรพัฒนา หมู่ 15 ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

### 2. ขอบเขตเชิงเนื้อหา

1. ศึกษาบริบทของพื้นที่บ้านเกษตรพัฒนา ทั้งทางด้านกายภาพ และทางด้านสังคม ข้อมูลทั่วไป รวมถึงข้อมูลการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นประชากรตัวอย่างของบ้านเกษตรพัฒนา

2. การดำเนินกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) โดยให้สมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุร่วมกันวางแผน ลงมือทำด้วยตนเอง ติดตามผล สรุปผล และนำเสนอข้อเสนอแนะ

3. แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

### 3. ขอบเขตประชากร

กลุ่มผู้สูงอายุของชุมชนบ้านเกษตรพัฒนา หมู่ที่ 15 ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป หรือผู้ที่ยังไม่ถึง 60 ปี แต่มีความสนใจในกิจกรรมการปลูกพืชผักผสมผสานแบบปลอดสารพิษ เพื่อการบริโภคและแบ่งปัน จำนวนทั้งสิ้น 18 คน

## นิยามศัพท์เฉพาะ

**พืชผัก** หมายถึง พืชที่สามารถนำส่วนใดส่วนหนึ่งมาประกอบอาหารทั้งผล ดอก ลำต้น ใบ ราก และหัว เป็นทั้งไม้ยืนต้น และไม้ล้มลุกที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศ และต่างประเทศ

**ผู้สูงอายุ** หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

**กลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา** การรวมกลุ่มของประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป ทั้งเพศชาย และเพศหญิง รวมถึงเกษตรกรที่มีอายุไม่ถึง 60 ปี แต่มีความสนใจในกิจกรรมการปลูกพืชผัก ผสมผสานเพื่อการบริโภคและแบ่งปันของชุมชนบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

**การปลูกพืชผักแบบผสมผสาน** หมายถึง กิจกรรมการปลูกพืชผักของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา เพื่อการบริโภคในครัวเรือนและการแบ่งปัน โดยแบ่งเป็น 3 กลุ่มที่สำคัญ คือ 1) พืชผักสวนครัว 2) พืชสมุนไพร เครื่องเทศ หรือผักขูรส 3) ผักพื้นบ้าน ทั้งที่ในแปลงปลูก หรือการปลูกพืชผักในภาชนะที่เป็นวัสดุเหลือใช้ภายในบ้าน เช่น วงซีเมนต์ ยางรถยนต์เก่า ถังสี กะละมังที่ผุพัง เป็นต้น

**พืชผักปลอดสารพิษ** หมายถึง พืชผักที่ไม่มีสารพิษหรือสารเคมีการป้องกันการปราบศัตรูพืช หรือการใช้ปุ๋ยเคมีทุกชนิด แต่จะใช้ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก ในการดูแล บำรุงรักษา และผลผลิตที่เก็บเกี่ยวแล้วไม่มีสารพิษตกค้างใด ๆ ทั้งสิ้น

## บทที่ 2

### ทฤษฎีและการตรวจเอกสาร

ทฤษฎีและการตรวจเอกสารประกอบการค้นคว้าอิสระในหัวข้อ “การปลูกพืชผักแบบผสมผสานของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ได้นำเสนอทฤษฎี แนวคิด ตลอดจนเอกสารที่เกี่ยวข้อง มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. หลักการทรงงานในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

2. ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง
3. แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
4. แนวคิดเกษตรแบบผสมผสาน
5. แนวคิดการปลูกพืชผักสวนครัว
6. วงจรเดมมิ่ง (PDCA Cycle/Deming Cycle)
7. แนวคิดการมีส่วนร่วม
8. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### หลักการทรงงานในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ที่นอกจากจะทรงด้วยทศพิธราชธรรมแล้ว ทรงเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตและการทำงานแก่พสกนิกรของพระองค์และนานาประเทศอีกด้วย ผู้คนต่างประจักษ์ถึงพระอัจฉริยภาพและมีความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณเป็นล้นพ้นอันหาที่สุดมิได้ ซึ่งแนวคิดหรือหลักการทรงงานของพระองค์ทรงยึดการดำเนินงานในลักษณะทางสายกลางที่สอดคล้องกับสิ่งที่อยู่รอบตัว และสามารถปฏิบัติได้จริง ทรงมีความละเอียดรอบคอบและทรงคิดค้นหาแนวทางการพัฒนาเพื่อมุ่งสู่ประโยชน์ต่อประชาชนสูงสุด มีคุณค่าและควรยึดเป็นแบบอย่างในการเจริญรอยตามเบื้องพระยุคลบาท นำมาปฏิบัติให้เกิดผลต่อตนเอง สังคม และประเทศชาติตลอดไป โดยหลักการทรงงาน 27 ข้อ ประกอบด้วย (สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานการโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ, 2562)

1. “ซื่อสัตย์ สุจริต จริงใจต่อกัน” หากคนไทยทุกคนได้ร่วมมือช่วยชาติ พัฒนาชาติด้วยความซื่อสัตย์ สุจริต จริงใจต่อกันแล้ว ประเทศไทยจะเจริญก้าวหน้าอย่างมาก “...คนที่ไม่มีความสุข

คนที่ไม่มี ความมั่นใจ ชอบแต่ มั่งง่าย ไม่มีวันจะสร้างสรรค์ประโยชน์ส่วนรวมที่สำคัญอันใดได้ ผู้ที่มีความสุจริตและความมุ่งมั่นเท่านั้น จึงจะทำงานสำคัญยิ่งใหญ่ที่เป็นคุณเป็นประโยชน์แท้จริง สำเร็จ...” (12 ก.ค. 2522)

2. “อ่อนน้อม ถ่อมตน” การอ่อนน้อม ถ่อมตน เป็นคุณสมบัติที่ทุกคนพึงมีพึงปฏิบัติให้เป็นปกติวิสัยซึ่งทำให้สังคมมีความสมานฉันท์

3. “ความเพียร” เป็นคุณสมบัติที่จะทำให้งานให้สำเร็จ ต้องมีความมุ่งมั่น โดยเฉพาะการทำงานเพื่อประโยชน์ส่วนรวม ในการริเริ่มดำเนินโครงการต่างๆ ในระยะแรกที่ไม่ได้มีความพร้อมในการดำเนินงาน พระองค์ทรงใช้พระราชทรัพย์ส่วนพระองค์ทั้งสิ้น พระองค์ไม่ได้ทอดทิ้งพระราชหฤทัย ทรงอดทน และมุ่งมั่นดำเนินงานนั้นๆ ให้สำเร็จลุล่วงไป เพื่อให้บังเกิดความร่มเย็นเป็นสุข

4. “รู้ รัก สามัคคี” เป็นพระราชดำรัสที่มีค่าและมีความหมายลึกซึ้ง พร้อมทั้งสามารถปรับใช้ให้กับทุกยุคทุกสมัย

“รู้” : การที่จะลงมือทำอะไร จะต้องรู้ถึงปัจจัย รู้ถึงปัญหา รู้ถึงวิธีแก้ปัญหา

“รัก” : เมื่อรู้ครบแล้วทั้งกระบวนการแล้ว จะต้องเห็นคุณค่า เกิดศรัทธา เกิดความรักที่จะเข้าไปลงมือปฏิบัติ แก้ปัญหานั้นๆ

“สามัคคี” : การลงมือปฏิบัติ ต้องคำนึงเสมอว่าเราจะทำคนเดียวไม่ได้ ต้องร่วมมือร่วมใจกันสามัคคีเป็นหมู่คณะ จึงจะเกิดพลังในการแก้ปัญหาให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

5. “ทำเรื่อย ๆ ทำแบบสังฆทาน” “หลักสังฆทาน” มีความหมายคือ “ให้เพื่อให้” เป็นการให้โดยไม่เลือก ไม่หวังผลตอบแทน และไม่เลือกปฏิบัติ การทำงานช่วยเหลือประชาชนจะไม่ทรงเลือก ไม่กำหนดว่าเป็นใคร มีเชื้อชาติศาสนาใด จึงเป็นการทำลักษณะคล้ายสังฆทานที่ให้โดยไม่ต้องระบุผู้รับ

6. “มีความสุขในการทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่น” ความสุขเป็นเรื่องของการทำประโยชน์ให้เกิดขึ้น ซึ่งความสุขที่แท้จริงคือการทำประโยชน์ให้ผู้อื่น มิใช่ทำให้ตนเองเพียงเท่านั้น ต้องสร้างประโยชน์กับคนอื่น เมื่อคนอื่นมีความสุขแล้วเราก็มีความสุขด้วย โดยความสุขของผู้อื่นคือความสุขส่วนรวมนั่นเอง เราต้องยึดประโยชน์ส่วนรวมมาก่อนประโยชน์ส่วนตน

7. “ศึกษาข้อมูลอย่างเป็นระบบ ทำงานอย่างผู้รู้จริง” การที่จะพระราชทานโครงการใด ๆ จะทรงศึกษาข้อมูลรายละเอียดอย่างเป็นระบบ ทั้งจากเอกสาร แผนที่ ตลอดจนสอบถามจากเจ้าหน้าที่ นักวิชาการ และราษฎรในพื้นที่ให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องครบถ้วน เพื่อที่จะพระราชทานความช่วยเหลือได้อย่างถูกต้อง รวดเร็ว ตรงกับความต้องการ

8. “ระเบิดจากข้างใน” พระองค์ทรงให้ความสำคัญในเรื่องการพัฒนาคน ต้องสร้างความเข้มแข็งให้คนในชุมชนมีความพร้อมเสียก่อน ก่อนที่จะรับการพัฒนาหรือการเปลี่ยนแปลงใด ๆ

9. “ทำตามลำดับขั้น” ทรงเริ่มต้นจากสิ่งที่จำเป็นที่สุดของประชาชนก่อน เช่น ด้านสาธารณสุข ต่อไปจึงเป็นเรื่องสาธารณูปโภคขั้นพื้นฐาน และสิ่งจำเป็นสำหรับการประกอบอาชีพ คือ

การพัฒนาประเทศต้องสร้างพื้นฐาน ความพอมมี พอกิน พอใช้ ของประชาชนส่วนใหญ่ก่อน แล้วจึงค่อยสร้างความเจริญและเศรษฐกิจขั้นสูงต่อไป

10. “ภูมิสังคม” การพัฒนาใดๆ ต้องคำนึงถึง 1) ภูมิประเทศของบริเวณนั้น (ดิน น้ำ ป่า เขา ฯลฯ) 2) สังคมวิทยา (นิสัยใจคอของผู้คน ตลอดจนวัฒนธรรมประเพณีของท้องถิ่น)

11. “องค์รวม” พระองค์ทรงมีวิธีคิดอย่างเป็นองค์รวม (holistic) หรือมองอย่างครบวงจร ทรงมองเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและหาแนวทางแก้ไขอย่างเชื่อมโยง

12. “ประหยัด เรียบง่าย ได้ประโยชน์สูงสุด” ทรงใช้หลักการแก้ไขปัญหาด้วยความเรียบง่าย และประหยัด ราษฎรสามารถทำได้ หาได้ในท้องถิ่น และประยุกต์ใช้สิ่งที่มีอยู่ในพื้นที่มาแก้ไขปัญหา ไม่ต้องลงทุนสูง หรือใช้เทคโนโลยีที่ยุ่งยากนัก

13. “ขาดทุน คือ กำไร (Our loss is our gain)” การพัฒนาเพื่อการอยู่ดีกินดีของประชาชนนั้น อย่าไปนึกหวังกำไรหรือผลตอบแทนแต่อย่างเดียว ทำอะไรต้องลงทุนลงแรงและปัจจัยบางอย่างเสียก่อนเพื่อสร้างผลกำไรในอนาคต คือ ความอยู่ดีมีสุขของประชาชน

14. “ปลูกป่าในใจคน” ป่าไม้เป็นปัจจัยสำคัญของชีวิตมนุษย์ หากไม่มีการปลูกจิตสำนึกในการรักษาป่าไม้ให้กับทุกคนแล้ว จะทำให้การดำรงชีวิตของมนุษย์เป็นไปด้วยความยากลำบาก เจ้าหน้าที่ของรัฐดูแลรักษาป่าไม้ด้วยหน้าที่พึงกระทำ แต่ชาวบ้านจะสามารถดูแลและหวงแหนป่าไม้ด้วยจิตสำนึกเพื่อรักษาปัจจัยแห่งชีวิตของตนเอง “...เจ้าหน้าที่ป่าไม้ควรจะปลูกต้นไม้ลงในใจคนเสียก่อน แล้วคนเหล่านั้นก็จะพากันปลูกต้นไม้ลงบนแผ่นดินและรักษาต้นไม้ด้วยตนเอง...”

15. “ใช้ธรรมชาติช่วยธรรมชาติ” พระองค์ทรงเข้าใจธรรมชาติ และต้องการให้ประชาชนใกล้ชิดกับธรรมชาติ มองปัญหาธรรมชาติอย่างละเอียด ซึ่งหากต้องการแก้ไขธรรมชาติ จะต้องใช้ธรรมชาติช่วยเหลือ เช่น การแก้ไขปัญหาพื้นที่เสื่อมโทรมด้วยการปลูกป่าโดยไม่ต้องปลูก โดยให้ธรรมชาติช่วยในการฟื้นฟูธรรมชาติ

16. “อธรรมปราบอธรรม” ทรงนำความจริงในเรื่องความเป็นไปแห่งธรรมชาติ และกฎเกณฑ์ของธรรมชาติมาเป็นหลักการ แนวปฏิบัติที่สำคัญในการแก้ปัญหาและปรับปรุงเปลี่ยนแปลงสภาพที่ไม่ปกติให้เข้าสู่ระบบที่เป็นปกติ

17. “ประโยชน์ส่วนรวม” ทรงเห็นว่าการทำงานทุกอย่างของเรานั้นมีผลเกี่ยวเนื่องถึงประโยชน์ส่วนรวมของบ้านเมืองและประชาชนทุกคน เพราะฉะนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องปฏิบัติหน้าที่ทุก ๆ ประการให้บริสุทธิ์ บริบูรณ์ โดยเต็มกำลังสติปัญญา ความรู้ ความสามารถ การปฏิบัติพระราชกรณียกิจและการพระราชทานพระราชดำริในการพัฒนาและช่วยเหลือพสกนิกรทรงระลึกถึงประโยชน์ของส่วนรวมเป็นสำคัญ

18. “การพึ่งตนเอง” ในการพัฒนาตามแนวพระราชดำริ พระองค์ทรงแก้ไขปัญหาเบื้องต้นด้วยการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า เพื่อให้มีความแข็งแรงพอที่จะดำรงชีวิตได้ และขั้นต่อไป คือการพัฒนาให้ประชาชนอยู่ในสังคมได้ตามสภาพแวดล้อม และสามารถ “พึ่งตนเอง” ได้ในที่สุด

19. “เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นแนวทางการดำเนินชีวิตเพื่อสร้างความเข้มแข็งหรือภูมิคุ้มกันในทุกด้าน ซึ่งจะสามารถทำให้อยู่ได้อย่างสมดุลในโลกแห่งการเปลี่ยนแปลง ซึ่งปรัชญานี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ทั้งในระดับบุคคล องค์กร ชุมชน ในทุกภาคส่วน

20. “เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา”

เข้าใจ : ทำอะไรต้องเข้าใจปัญหา เข้าใจหนทางแก้ไข เข้าใจกระบวนการจัดการ และปรับความเข้าใจระหว่างผู้ให้ ผู้รับเสียก่อนให้เข้าใจซึ่งกันและกัน

เข้าถึง : เมื่อเข้าใจระหว่างกันทุกประการครบถ้วนแล้ว ต้องเข้าถึงการกระทำ สร้างความร่วมมือจากผู้เกี่ยวข้อง เข้าถึงเครื่องมือเครื่องมือ และวัสดุอุปกรณ์ และความสามัคคี ร่วมจิต ร่วมใจของผู้ปฏิบัติ ร่วมมือร่วมไม้กันทำงาน

พัฒนา : เมื่อต่างฝ่ายเข้าใจกันแล้ว เข้าถึงกันแล้ว การพัฒนาจะดำเนินการไปอย่างไร ยั่งยืน ไม่ส่งผลกระทบต่อระบบเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อมและการเมือง หากแต่นำไปสู่ความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน

21. “แก้ปัญหาที่จุดเล็ก คิด Macro เริ่ม Micro” ทรงมองปัญหาในภาพรวม (Macro) ก่อนเสมอ แต่การแก้ปัญหาจะเริ่มจากจุดเล็ก ๆ (Micro) คือการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่คนมักมองข้ามก่อน

22. “ไม่ติดตำรา ทำให้ง่าย” การพัฒนาตามแนวพระราชดำรินี้มีลักษณะของการพัฒนาที่อนุโลมและกลมกลืนกับสภาพธรรมชาติสิ่งแวดล้อม และสภาพของสังคมจิตวิทยาแห่งชุมชน โดยไม่ผูกมัดกับวิชาการและเทคโนโลยีที่ไม่เหมาะสมกับสภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่แท้จริงของคนไทย

23. “การมีส่วนร่วม” ทรงเป็นนักประชาธิปไตย เปิดโอกาสให้สาธารณชน ประชาชน หรือเจ้าหน้าที่ทุกระดับร่วมแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องคำนึงถึงความคิดเห็น หรือความต้องการของสาธารณชน

24. “พออยู่พอกิน” ให้ประชาชนอยู่อย่าง “พออยู่พอกิน” ให้ได้เสียก่อน แล้วจึงค่อยขยายให้มีขีดสมรรถนะที่ก้าวหน้าต่อไป

25. “บริการรวมที่จุดเดียว” (one stop services) พระองค์ทรงใช้ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอันเนื่องมาจากพระราชดำริ เป็นต้นแบบในการบริการแบบรวมที่จุดเดียว เพื่อประโยชน์ต่อประชาชนที่มาขอใช้บริการจะประหยัดเวลาและค่าใช้จ่าย

26. “ร่าเริง รื่นเริง คึกคัก ครึกครื้น กระฉับกระเฉง มีพลัง เป็นปัจจัยของการทำงานที่มีประสิทธิภาพ” การทำงานให้สำเร็จและมีประสิทธิภาพต้องอาศัยจิตใจเป็นเรื่องสำคัญ ต้องสร้างบรรยากาศรอบตัวให้มีความสุข ไม่เครียด

27. “ชัยชนะของการพัฒนา” การแก้ไขปัญหาชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชน ปัญหาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นเหมือนการเข้าสู่สงครามที่ไม่ใช้อาวุธในการแก้ไขปัญหา แต่ใช้การพัฒนาเป็นเครื่องมือแก้ไขปัญหาต่างๆ และทุกครั้งที่สามารถแก้ไขปัญหาได้สำเร็จ จึงถือเป็นการได้รับชัยชนะโดยการพัฒนา

### ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

#### พระราชดำริว่าด้วยเศรษฐกิจพอเพียง

“...การพัฒนาประเทศจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐานคือ ความพอมี พอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและอุปกรณ์ที่ประหยัดแต่ถูกต้องตามหลักวิชาการ เมื่อได้พื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอสมควร และปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะทางเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้นโดยลำดับต่อไป...” (18 กรกฎาคม 2517)

“เศรษฐกิจพอเพียง” เป็นแนวพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 ที่พระราชทานมานานกว่า 30 ปี เป็นแนวคิดที่ตั้งอยู่บนรากฐานของวัฒนธรรมไทย เป็นแนวทางการพัฒนาที่ตั้งบนพื้นฐานทางสายกลาง และความไม่ประมาท คำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันในตัวเอง ตลอดจนใช้ความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต ที่สำคัญจะต้องมี “สติ ปัญญา และความเพียร” ซึ่งจะนำไปสู่ “ความสุข” ในการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริง ทรงเห็นว่าแนวทางการพัฒนาที่เน้นการขยายตัวทางเศรษฐกิจของประเทศเป็นหลักแต่เพียงอย่างเดียว อาจจะทำให้เกิดปัญหาได้ จึงทรงเน้นการมีพอกินพอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่ในเบื้องต้นก่อน เมื่อมีพื้นฐานความมั่นคงพร้อมพอสมควรแล้ว จึงสร้างความเจริญและฐานะทางเศรษฐกิจให้สูงขึ้น ซึ่งหมายถึง แทนที่จะเน้นการขยายตัวของภาคอุตสาหกรรมนำการพัฒนาประเทศ ควรที่จะสร้างความมั่นคงทางเศรษฐกิจพื้นฐานก่อน นั่นคือทำให้ประชาชนในชนบทส่วนใหญ่พอกินพอมีพอกิน เป็นแนวทางการพัฒนาที่เน้นการกระจายรายได้เพื่อสร้างพื้นฐานและความมั่นคงทางเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ ก่อนเน้นการพัฒนาในระดับสูงขึ้นไป (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2563)

### ความหมายของเศรษฐกิจพอเพียง จึงประกอบด้วยคุณสมบัติ ดังนี้

1. ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ
  2. ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอเพียงนั้นจะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ
  3. ภูมิคุ้มกัน หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต
- โดยมีเงื่อนไขของการตัดสินใจและดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียง 2 ประการ ดังนี้

1. เงื่อนไขความรู้ ประกอบด้วย ความรอบรู้เกี่ยวกับวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องรอบด้าน ความรอบคอบที่จะนำความรู้เหล่านั้นมาพิจารณาให้เชื่อมโยงกัน เพื่อประกอบการวางแผนและความระมัดระวังในการปฏิบัติ
  2. เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้าง ประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริตและมีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต (มูลนิธิชัยพัฒนา, 2563)
- สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานงานโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ได้กล่าวถึงการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับบุคคลทั่วไป โดยใช้หลักพึ่งตนเอง 5 ประการ ดังนี้ (สำนักงาน กปร., 2563)
1. ด้านจิตใจ ต้องทำตนให้เป็นที่พึ่งของตนเองมีจิตใจที่เข้มแข็ง มีจิตสำนึกที่ดี มีจิตใจเอื้ออาทรประนีประนอม ซื่อสัตย์สุจริต เห็นประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง ดังกระแสพระราชดำรัสเกี่ยวกับการพัฒนาคน ความว่า “...บุคคลต้องมีรากฐานทางจิตใจที่ดี คือความหนักแน่นมั่นคงในสุจริตธรรม และความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้จนสำเร็จ ทั้งต้องมีกุศโลบายหรือวิธีการอันแยบยลในการปฏิบัติงานประกอบพร้อมด้วย จึงจะสัมฤทธิ์ผลที่แน่นอนและบังเกิดประโยชน์อันยั่งยืนแก่ตนเองและแผ่นดิน...”
  2. ด้านสังคม ต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เชื่อมโยงกันเป็นเครือข่ายชุมชนที่แข็งแรง เป็นอิสระ ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า “...เพื่อให้งานรุดหน้าไปพร้อมเพรียงกัน ไม่ลดหลั่น จึงขอให้ทุกคนพยายามที่จะทำงานในหน้าที่อย่างเต็มที่และให้มีการประชาสัมพันธ์กันให้ดี เพื่อให้งานทั้งหมดเป็นงานที่เกื้อหนุนสนับสนุนกัน...”
  3. ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ให้ใช้และจัดการอย่างฉลาดพร้อมทั้งการเพิ่มมูลค่า โดยให้ยึดหลักการของความยั่งยืนและเกิดประโยชน์สูงสุด ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า

“...ถ้ารักษาสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมนี้กว่าอยู่ได้อีกหลายร้อยปี ถึงเวลานั้นลูกหลานของเราก็อาจหาวิธีแก้ปัญหาต่อไป เป็นเรื่องของเขา ไม่ใช่เรื่องของเรา แต่เราก็ทำได้ ได้รักษาสิ่งแวดล้อมไว้พอสมควร...”

4. ด้านเทคโนโลยี จากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงรวดเร็ว เทคโนโลยีที่เข้ามาใหม่มีทั้งดีและไม่ดี ต้องแยกแยะบนพื้นฐานของภูมิปัญญาชาวบ้าน เลือกใช้เฉพาะที่สอดคล้องกับความต้องการของสภาพแวดล้อม ภูมิประเทศ สังคมไทย และควรพัฒนาเทคโนโลยีจากภูมิปัญญาของเราเอง ดังกระแสพระราชดำรัสความว่า “...การเสริมสร้างสิ่งที่ชาวบ้านชนบทขาดแคลนและต้องการ คือ ความรู้ในด้านเกษตรกรรม โดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่เป็นสิ่งที่เหมาะสม...”

5. ด้านเศรษฐกิจ แต่เดิมนักพัฒนามุ่งมุ่งที่การเพิ่มรายได้ และไม่มี การมุ่งที่การลดรายจ่าย ในเวลาเช่นนี้จะต้องปรับทิศทางใหม่ คือจะต้องมุ่งลดรายจ่ายก่อนเป็นสำคัญ และยึดหลักพออยู่พอกินพอใช้ และสามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น ดังกระแสพระราชดำรัส ความว่า “...การที่ต้องการให้ทุกคนพยายามที่จะหาความรู้และสร้างตนเองให้มั่นคงนี้เพื่อตนเอง เพื่อที่จะให้ตัวเองมีความเป็นอยู่ที่ก้าวหน้าที่มีความสุข พอมีพอกินเป็นขั้นหนึ่ง และขั้นต่อไปก็คือให้มีเกียรติว่ายืนได้ด้วยตนเอง...” “...หากพวกเราร่วมมือร่วมใจกัน ทำสักเศษหนึ่งส่วนสี่ ประเทศชาติของเราก็สามารถรอดพ้นจากวิกฤตได้...”

### แนวคิดเรื่องพุทธธรรมกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้มองเศรษฐกิจพอเพียงในแง่วัตถุนิยมและจิตวิสัย กล่าวคือ มองอย่างวัตถุนิยม มองภายนอก คือต้องมีกินมีใช้ มีปัจจัยสี่พอเพียง ที่เราพูดว่าพอสมควรกับอัตภาพ ซึ่งใกล้เคียงกับคำว่าพึ่งตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ ส่วนด้านจิตวิสัยหรือด้านจิตใจภายใน คือคนจะมีความรู้สึกเพียงพอไม่เท่ากัน บางคนมีล้านก็ไม่พอ บางคนนิดเดียวก็พอ เป็นการพอเพียงทางจิตใจ ถ้าสรุปอย่างสั้น คำว่าเศรษฐกิจพอเพียงคือการมีชีวิตอยู่อย่างพอดีนั่นเอง เมื่อพอดีแล้วต่อไปจะขยับขยายให้มีมากขึ้นอีกก็ได้ ขอเพียงแต่ต้องหามาได้โดยถูกต้องชอบธรรมเป็นลำดับ พระพุทธศาสนาเป็นคำสอนสายกลาง หรือสอนความพอดี สอนตามแนวทางการประพฤติ ตามหลักศีลธรรม ว่าด้วยประโยชน์สุขที่พึงได้อันเกิดจากการอยู่ร่วมสัมพันธ์กัน โดยใช้ปัญญาด้วยเมตตา กรุณา และพร้อมกันนั้นก็มุ่งเน้นให้บรรลุถึงอิสรภาพทางจิตปัญญาที่เป็นจุดหมายถึงขั้นที่ทำให้อยู่ในโลกได้โดยไม่ติดโลก หรืออยู่เหนือโลก (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์, 2546)

พุทธธรรมที่กล่าวถึงคนรู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพก็เพราะปฏิบัติตามหลักธรรมที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ปัจจุบัน หรือหลักธรรมอำนวยความสะดวกขั้นต้นที่เรียกว่า ภูมิธรรมมีกัถถสังวัตตนิกรธรรม 4 ประการ (พระพรหมคุณาภรณ์, 2546)

1. อุฏฐานสัมปทา ถึงพร้อมด้วยความหมั่น คือขยันหมั่นเพียรในการปฏิบัติหน้าที่ การงานและการประกอบอาชีพที่สุจริต ฝึกฝนให้มีความชำนาญและรู้จริง รู้จักใช้ปัญญาสอดส่อง ตรวจสอบ หาวิธีการที่เหมาะสมที่จัดการและดำเนินการให้ผลดี
2. อารักขสัมปทา ถึงพร้อมด้วยการรักษา คือรู้จักคุ้มครอง เก็บรักษาโภคทรัพย์และผลงาน ที่ตนได้ทำไว้ด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรมด้วยกำลังงานของตน ไม่ให้อันตรายหรือเสื่อมเสีย
3. กัลยาณมิตตตา คบหาคนดีเป็นมิตร คือรู้จักเสวนาคบหาคน ไม่คบเอาอย่างผู้ที่ชกแจงไปในทางเสื่อมเสีย เลือกเสวนาศึกษาเยี่ยงอย่างท่านผู้รู้ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้มีความสามารถ ผู้นำเคารพ นับถือ และมีคุณสมบัติเกื้อกูลแก่อาชีพการงาน
4. สมชีวิตา เลี้ยงชีวิตแต่พอดี คือรู้จักกำหนดรายได้และรายจ่ายเป็นอยู่พอดีสมรายได้ มิให้ ผิดเคืองหรือฟุ่มเฟือย ให้รายได้เหนือรายจ่าย มีประหยัดเก็บไว้

ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นพื้นฐานการปฏิบัติธรรมสำหรับผู้มีภาระทางโลกที่ต้อง รับผิดชอบ ต้องทำมาหาเลี้ยงชีพ หากปฏิบัติตนจนเข้าใจในหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอย่าง ลึกซึ้งแล้ว ก็จะยกระดับตนเองไปสู่การปฏิบัติธรรมในขั้นสูงต่อไป

## แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

### ความหมายและความสำคัญของผู้สูงอายุ

องค์การสหประชาชาติได้นิยามว่า ประเทศใดมีประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เป็นสัดส่วนเกิน 10% หรืออายุ 65 ปีขึ้นไป เกิน 7% ของประชากรทั้งประเทศ ถือว่าประเทศนั้นได้ก้าวเข้าสู่สังคม ผู้สูงอายุ (Aging Society) และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ (Aged Society) เมื่อสัดส่วน ประชากร อายุ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มเป็น 20% และอายุ 65 ปีขึ้นไป เพิ่มเป็น 14% (ชมพูนุช พรหมภักดี, 2556) โดยประเทศไทยได้นิยามคำว่า “ผู้สูงอายุ” ไว้ใน พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 ว่า หมายถึง บุคคลซึ่งมีอายุเกิน 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย ซึ่งการกำหนดนิยามผู้สูงอายุไว้ อย่างเป็นทางการนั้น ใช้เป็นหลักเกณฑ์อายุที่เริ่มได้รับสิทธิต่างๆ จากทางราชการด้วย เช่น อายุ เกษียณของข้าราชการ หรืออายุที่เริ่มได้รับเบี้ยยังชีพ (กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของ มนุษย์, 2553)

ส่วนคำว่า “ชรา” ซึ่งหมายถึง ความแก่ด้วยอายุขารุดทรุดโทรม ซึ่งเป็นคำที่ไม่นิยมนัก โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุและกลุ่มนักวิชาการ เพราะทำให้เกิดความรู้สึกหดหู่ ถดถอยสิ้นหวัง ดังนั้น ที่ประชุมคณะผู้อาวุโส จึงกำหนดคำให้เรียกว่า “ผู้สูงอายุ” ขึ้นแทน ตั้งแต่วันที่ 1 ธันวาคม พ.ศ. 2512 เป็นต้นมา ซึ่งคำนี้ให้ความหมายที่ยกย่องให้เกียรติแก่ผู้ที่ ชราภาพ ว่าเป็นผู้ที่สูงอายุทั้งวัยวุฒิและ ประสบการณ์ (พจนานุกรมไทยฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2546 อ้างใน ชูศักดิ์ ตันวงศ์เลิศ, 2557: 9)

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้กล่าวไว้ในหนังสือเรื่อง “สูงอายุเป็น ก็น่าเป็นผู้สูงอายุ” กล่าวว่า “อายุ” เป็นภาษาบาลี หมายถึง “พลังส่งต่อหล่อเลี้ยงชีวิต” และ “วัย” หมายถึง “ความเสื่อม ความโทรม” จึงเสนอให้ใช้คำว่า “สังคมสูงอายุ” เพื่อหมายถึง “สังคมที่สูงด้วยพลังส่งต่อหล่อเลี้ยงชีวิต” ไม่ใช่คำว่า “สังคมสูงวัย” เพราะมีความหมายสื่อไปในทางลบว่าเป็นสังคมที่สูงด้วยความเสื่อมโทรม” (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์, 2560)

หากมองถึงปัจจัยร่วมอื่นๆ ถึงคำจำกัดความของคำว่า ผู้สูงอายุ นอกเหนือจากการมีอายุครบ 60 ปี ตามปฏิทินแล้ว การศึกษาของ สุรกุล เจนอบรม ได้กำหนดเกณฑ์การพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุไว้ 4 ลักษณะดังนี้ (สุรกุล เจนอบรม, 2541)

1. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากอายุจริงที่ปรากฏจากจำนวนปี หรืออายุที่ปรากฏจริงตามปฏิทินโดยไม่นำเอาปัจจัยอื่นมาร่วมพิจารณาด้วย
2. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย กระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้จะเพิ่มขึ้นตามอายุขัยในแต่ละปี
3. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจจากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สติปัญญาการรับรู้และการเรียนรู้ที่ถดถอยลง
4. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากบทบาททางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคล ตลอดจนความรับผิดชอบในการทำงานลดลง เช่น คนที่มีอายุ 60 ปี ขึ้นไปตามเกณฑ์ของกฎหมายการปลดเกษียณอายุราชการ

### บทบาทและปัญหาของผู้สูงอายุ

บทบาทที่สำคัญของผู้สูงอายุ คือสามารถช่วยอบรมสั่งสอนดูแลเด็กในเรื่องของศีลธรรม ประวัติศาสตร์ ประเพณีทางสังคมและวัฒนธรรม และสามารถปรับบทบาทตนเองให้มีความน่ายกย่องนับถือ หรือมีภาพพจน์ที่ดีได้ ผู้สูงอายุควรจะคิดว่าตนเองเป็นทรัพยากรของครอบครัวและชุมชน ในทางกลับกันครอบครัวและชุมชนควรคิดเช่นเดียวกัน ผู้สูงอายุสามารถเป็นผู้มีกิจกรรมทางเศรษฐกิจ โดยเป็นผู้ผลิตสินค้าและบริการ ซึ่งจะช่วยให้ประเทศชาติมีจำนวนผู้ผลิตเพิ่มขึ้นมากกว่าผู้เป็นภาระ อันนำมาซึ่งรายได้ เพิ่มคุณค่าตนเอง มองภาพตนเองในทางบวก (จิรันดร วิกสูงเนิน, 2553)

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ ได้สรุปบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุ ไว้ว่า

1. ผู้สูงอายุจะมีการลดบทบาทความสำคัญลง ถอยตัวออกจากสังคม
2. ผู้สูงอายุต้องมีส่วนร่วมในกิจกรรมและสังคมเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่สมบูรณ์ และรู้สึกว่ามีคุณค่าในตนเอง
3. ผู้สูงอายุจะพยายามดำรงหรือดำเนินกิจกรรมที่ชอบ ค่านิยม ความเชื่อ พฤติกรรมต่าง ๆ ที่เป็นส่วนตัวต่อเนื่องไป

4. เมื่อบุคคลอายุเพิ่มมากขึ้น สมรรถนะในตนเองเปลี่ยนแปลงหรือลดลง ทำให้ผู้สูงอายุ รู้สึกไม่มั่นคง ตามไม่ทันสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2552 อ้างใน ชูศักดิ์ ตันวงศ์เลิศ, 2557)

ปัจจุบันมีการให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ โดยการให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม และคุ้มครอง การดำเนินชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุในสังคม พร้อมทั้งการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุทั้ง ในปัจจุบัน และอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ที่มุ่งเน้นด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุที่ ประกอบด้วย การส่งเสริมสุขภาพป้องกันการเจ็บป่วย และการดูแลตัวเองเบื้องต้น ส่งเสริมการ รวมกลุ่ม และการสร้างความเข้มแข็งให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมด้านการทำงานและหารายได้ของผู้สูงอายุ และสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพในตัวเองให้นำออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม ก่อให้เกิดความ ภูมิใจ เป็นการเพิ่มคุณค่าในตัวเอง ซึ่งอาจจะนำไปในลักษณะของการรวมกลุ่มกิจกรรมเพื่อ ประโยชน์ของชุมชน และสังคม เป็นสังคมแห่งการสร้างคุณค่าของวัยสูงอายุด้วยความสามารถ ศักยภาพ และการพัฒนาของสังคม

#### แนวคิดเกษตรแบบผสมผสาน

ระบบเกษตรกรรมแบบผสมผสานเป็นแนวคิดหนึ่งของรูปแบบของระบบการทำเกษตรแบบ ยั่งยืน ซึ่งเป็นวิถีเกษตรกรรมที่ฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและดำรงรักษาไว้ซึ่งความสมดุลของระบบ นิเวศ สามารถผลิตอาหารที่มีคุณภาพและพอเพียงตามความจำเป็นพื้นฐานเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของ เกษตรกรและผู้บริโภค พึ่งพาตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ รวมทั้งเอื้ออำนวยให้เกษตรกรและชุมชน ท้องถิ่นสามารถพัฒนาได้อย่างเป็นอิสระ ทั้งนี้เพื่อความผาสุกและความอยู่รอดของมวลมนุษยชาติ โดยรวม (มูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน, 2547) สอดคล้องกับแนวพระราชดำรินโยบายพัฒนาด้าน การเกษตรของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9 แนวทางที่สำคัญประการหนึ่ง คือการที่ทรง พยายามเน้นมิให้เกษตรกรพึ่งพาอยู่กับพืชเกษตรแต่เพียงอย่างเดียว เพราะจะเกิดความเสียหายง่าย เนื่องจากความแปรปรวนของตลาดและความไม่แน่นอนของธรรมชาติ ทางออกคือทรงสนับสนุนให้ทำ การเกษตรผสมผสาน เพื่อลดความเสี่ยงและมีรายได้ตลอดปี

### ความหมายและความสำคัญ

เกษตรผสมผสาน (Integrated Farming System) เป็นแนวคิดที่หาระบบการผลิตที่สามารถใช้ประโยชน์จากพื้นที่ทำกินขนาดเล็ก เพื่อลดความเสี่ยงจากการผลิต ลดการพึ่งพิงเงินทุน ปัจจัยการผลิต และอาหารจากภายนอก (ผาณิต ชวชัยชลาพันธ์, 2555) เป็นระบบการเกษตรที่มีการปลูกพืชและการเลี้ยงสัตว์ในพื้นที่เดียวกัน โดยที่กิจกรรมการผลิตแต่ละชนิดจะต้องสามารถเกื้อกูลประโยชน์ต่อกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ภายในไร่อย่างเหมาะสมเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด มีความสมดุลของสภาพแวดล้อม และเพิ่มพูนความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติ โดยการทำการเกษตรหลากหลาย กิจกรรมนั้นต้องทำในพื้นที่และระยะเวลาเดียวกัน เกิดความหลากหลายของชนิดพันธุ์พืชและสัตว์ที่มีปฏิสัมพันธ์ในทางเกื้อกูลซึ่งกันและกันของกิจกรรมการผลิต โดยเฉพาะการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในไร่ เช่น ดิน น้ำ แสงแดด และอากาศอย่างเหมาะสม เกิดความสมดุลของสภาพแวดล้อมอย่างต่อเนื่องและยั่งยืน (กระทรวงเกษตรและสหกรณ์, 2563)

### รูปแบบของการเกษตรแบบผสมผสาน

รูปแบบการเกษตรผสมผสานช่วยสร้างภูมิคุ้มกันโดยลดความเสี่ยงและความไม่แน่นอนของรายได้ เนื่องจากมีความหลากหลายในกิจกรรมการผลิต ทั้งปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์ รายได้ครัวเรือนมาจากหลายกิจกรรมและสร้างรายได้อย่างสม่ำเสมอ ค่าใช้จ่ายลดลง รวมทั้งลดการพึ่งพิงปัจจัยการผลิตภายนอก เกษตรกรสั่งสมกระบวนการเรียนรู้จากกิจกรรมการผลิตที่หลากหลาย สามารถพึ่งพาตนเองได้ เกษตรกรจัดสรรพื้นที่ได้ตรงความต้องการของครัวเรือน มีการปลูกข้าว ไม้ผล พืชผักสวนครัว ขุดบ่อเลี้ยงปลา เลี้ยงไก่ไว้บริโภคในครัวเรือนและใช้ประโยชน์จากทรัพยากรของเหลือใช้ภายในพื้นที่ เช่น วัชพืชใช้ทำปุ๋ยชีวภาพ รากไม้และกิ่งไม้ไว้ทำถ่าน

จากกิจกรรมการเกษตรที่หลากหลาย จึงทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปันผลผลิตให้เพื่อนบ้าน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันและสามารถขยายเครือข่ายการทำงานเกษตรดังกล่าวให้แพร่หลายไปสู่ระดับชุมชนได้ (กระทรวงเกษตรและสหกรณ์, 2563)

### ประโยชน์ที่ได้รับของระบบเกษตรผสมผสาน

ระบบเกษตรแบบผสมผสานเป็นรูปแบบหนึ่งที่จะนำไปสู่เกษตรกรรมแบบยั่งยืน จึงก่อให้เกิดผลดีและประโยชน์ในด้านต่างๆ (ผาณิต ชวชัยชลาพันธ์, 2555) ดังต่อไปนี้

1. ลดความเสี่ยงจากความแปรปรวนของสภาพลม พายุ อากาศ
2. ลดความเสี่ยงจากความผันแปรของราคาผลผลิต
3. ลดความเสี่ยงจากการระบาดของศัตรูพืช
4. ช่วยเพิ่มรายได้และกระจายรายได้ตลอดปี

5. ช่วยเพิ่มความหลากหลายทางชีวพันธุ์
6. ช่วยกระจายการใช้แรงงานทำให้มีงานทำตลอดปี
8. ช่วยให้เกษตรกรมีอาหารเพียงพอต่อการบริโภคในครัวเรือน
9. ช่วยให้คุณภาพชีวิตของเกษตรกรดีขึ้น

### แนวคิดการปลูกผักสวนครัว

#### ความสำคัญของผักสวนครัว

ผักสวนครัว คือ ผักที่ปลูกไว้ในบริเวณบ้านหรือที่ว่างต่างๆ ในชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อปลูกไว้สำหรับรับประทานเองภายในครอบครัว หรือชุมชน การปลูกผักสวนครัวไว้รับประทานจะทำให้ผู้ปลูกได้รับประทานผักสดที่อุดมด้วยวิตามินและเกลือแร่ต่างๆ มีความปลอดภัยจากสารเคมีลดรายจ่ายในครัวเรือน และที่สำคัญทำให้สมาชิกในครอบครัวมีกิจกรรมร่วมกันในการปลูกผักเพื่อเกิดสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว (กรมส่งเสริมการเกษตร, 2551)

#### ประโยชน์ของการปลูกผักสวนครัว

1. ปลูกเป็นรั้วบ้าน (รั้วกินได้) ผักที่สามารถนำมาปลูกเป็นแนวรั้ว ได้แก่ กระถินบ้าน ชะอม ตำลึง ผักหวาน ผักปลั่ง ต้นแค ถั่วพลู ฯลฯ ซึ่งเป็นพืชผักที่ปลูกง่ายและให้ผลผลิตตลอดปี มีคุณค่าทางอาหารสูงและปลอดภัยจากสารเคมี
2. สามารถใช้ประดับตกแต่งบริเวณ เช่น จัดสวนผักสวนครัว การปลูกเป็นแนวรั้ว การปลูกในกระถางแบบแขวน
3. ใช้พื้นที่ว่างเปล่าให้เกิดประโยชน์
4. ลดค่าใช้จ่ายในการซื้อผักมาประกอบอาหารประจำวัน
5. ครอบครัวได้รับประทานผักที่มีคุณค่าและปลอดภัยจากสารเคมี
6. สร้างความสัมพันธ์ และสานสายใยรักที่ดีในครอบครัวและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

## ข้อพิจารณาในการปลูกผักสวนครัว

1. การเลือกสถานที่หรือทำเลปลูก ควรเลือกพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์ที่สุด อยู่ใกล้แหล่งน้ำ ไม่ไกลจากที่พักอาศัยมากนัก เพื่อความสะดวกในการปฏิบัติงานด้านการปลูก การดูแลรักษา และสะดวกในการเก็บมาประกอบอาหารได้ทันทีตามความต้องการ

2. การเลือกประเภทผักสำหรับปลูก ควรเลือกปลูกผักให้มากชนิดที่สุด เพื่อให้ได้คุณค่าทางอาหารที่หลากหลาย เป็นผักที่สมาชิกในครอบครัวชอบบริโภคและเลือกปลูกผักให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและปลูกให้ตรงกับฤดูกาล

3. สภาพแสงและร่มเงา มีความจำเป็นในการสังเคราะห์แสงของพืช เพื่อสร้างอาหาร ปริมาณแสงที่ได้รับในพื้นที่ปลูกแต่ละวันนั้น จะมีผลต่อชนิดของผักที่ปลูก แบ่งความต้องการแสงในการปลูกผัก ดังนี้

3.1 สภาพพื้นที่ไม่ได้รับแสงแดดตลอดทั้งวัน ควรปลูกพืชผักที่เจริญเติบโตในร่มได้ เช่น ชะพลู สะระแหน่ ตะไคร้ โหระพา ขิง ข่า และกะเพรา เป็นต้น

3.2 สภาพพื้นที่ได้รับแสงแดดตลอดทั้งวัน ควรเลือกผักที่สามารถเจริญเติบโตได้ในแสงปกติ เช่น ถั่วฝักยาว คะน้า ผักกาดเขียวกวาดตั่ง พริกต่างๆ ยกเว้น พริกชี้หูสวน

## 4. ความพร้อมของผู้ปลูก

4.1 ผู้ปลูกควรกำหนดว่าจะปลูกผักโดยมีวัตถุประสงค์อะไร เช่น ปลูกเพื่อต้องการได้ผักมาบริโภคประจำวัน ปลูกเพื่องานอดิเรก ปลูกเพื่อจัดสวนตกแต่งบริเวณบ้าน

4.2 ผู้ปลูกต้องมีความรู้ ความเข้าใจธรรมชาติของผัก วิธีการปลูกผักตลอดจนการดูแลรักษา

4.3 แรงงานในการปลูกผัก ควรมีแรงงานในการดูแลรักษาเฉลี่ยวันละประมาณ 2-3 ชั่วโมง เนื่องจากผักสวนครัวต้องการความพิถีพิถันในการดูแลรักษา

4.4 ความชำนาญในการปลูกผัก การปลูกให้ได้ผลผลิตดี ผู้ปลูกจำเป็นต้องมีความชำนาญ รู้จักสังเกตในการเจริญเติบโตของผัก และการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ

5. ชนิดของผักที่จะปลูก ผักแต่ละชนิดมีความแตกต่างกันในเรื่องอายุการเก็บเกี่ยว และฤดูกาลเพาะปลูก การวางแผนการปลูกที่เหมาะสมจะทำให้มีผลผลิตผักออกสม่ำเสมอและใช้พื้นที่ให้เกิดประโยชน์ได้เต็มที่ การจำแนกผักตามอายุการเก็บเกี่ยว ดังนี้

5.1 ผักอายุสั้น (น้อยกว่า 2 เดือน) ได้แก่ ผักชี ผักกาดหอม ผักกาดเขียว กวางตั่ง คะน้า ผักบุงจิ้น ผักกาดหัว ผักกาดขาว แตงกวา ข้าวโพดฝักอ่อน ปวยเล้ง ผักโขม

5.2 ผักอายุปานกลาง (2-5 เดือน) ได้แก่ กะหล่ำปลี ผักกาดขาวปลี บร็อคโคลี่ กะหล่ำดอก ถั่วฝักยาว ถั่วแขก หอมหัวใหญ่ มะเขือเทศ พริก แตงโม มะระ บวบ ฟักทอง ข้าวโพดหวาน มันฝรั่ง มันเทศ

5.3 ผักยืนต้น (มากกว่า 1 ปี) ได้แก่ กุยช่าย ผักหวาน มะเขือ ชะอม สะตอ ชะพลู โหระพา กะเพรา ถั่วพู ตะไคร้ แมงลัก กระชาย ชิง หน่อไม้ฝรั่ง ข่า ขมิ้น

6. ฤดูกาล ควรเลือกปลูกผักสวนครัวให้เหมาะสมกับฤดูกาล เพราะจะทำให้ดูแลรักษาง่าย ได้ผักที่มีคุณภาพ ผลผลิตดี มีโรคและแมลงรบกวนน้อย ฤดูกาลที่เหมาะสมในการปลูกพืชผักแต่ละชนิด ดังนี้

พฤศจิกายน - มกราคม หอมแบ่ง กุยช่าย คื่นฉ่าย กะหล่ำปลี ผักกาดขาวปลี กะหล่ำปม กะหล่ำดอก มะเขือเทศ ถั่วแระญี่ปุ่น หอมแดง หอมหัวใหญ่ กระเทียม

กุมภาพันธ์ - เมษายน ผักชี ผักบั้งจีน ผักกาดหัว ถั่วฝักยาว แตงกวา แตงไทย มะระ ผักกาดขาวปลี ผักคะน้า ผักกาดเขียววางตุ้ง ผักกาดขาว

พฤษภาคม - กรกฎาคม ผักคะน้า กุยช่าย บวบเหลี่ยม กวางตุ้งไต้หวัน ข้าวโพดหวาน หอมแดง

สิงหาคม - ตุลาคม ผักชีลาว ผักโขม กุยช่าย ผักกาดขาว ผักกาดเขียววางตุ้ง หอมแบ่ง มันแกว มันเทศ ผักกาดหอม ผักคะน้า ผักบั้งจีน พริกชี้ฟ้า พริกชี้หนู มะเขือเปราะ มะเขือยาว

### การแบ่งกลุ่มของพืชผักสวนครัว

1. **ผักสวนครัวที่ใช้บริโภคโดยทั่วไป** มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อการบริโภค เป็นกลุ่มของพืชผักล้มลุกที่มีอายุการเก็บเกี่ยวสั้น มักปลูกตามครัวเรือนหรือแปลงปลูกขนาดใหญ่เพื่อการค้า โดยมีการพัฒนาสายพันธุ์ให้มีผลผลิตตามต้องการ มักพบการผลิตเมล็ดพันธุ์ออกจำหน่ายในเชิงพาณิชย์ ทั้งนี้ ไม่รวมพืชผักท้องถิ่นหรือผักป่า พืชสมุนไพร และเครื่องเทศ รวมถึงไม้ผลบางชนิด ที่ปัจจุบันอาจพบการพัฒนา และปลูกเพื่อการค้า (พืชเกษตร, 2563)

2. **พืชผักสมุนไพร เครื่องเทศ และผักชูรส** “สมุนไพร” ความหมายตามสารานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน หมายถึง ยาที่ได้จากพืชสัตว์ หรือแร่ ซึ่งยังไม่ได้ผสมปรุง หรือเปลี่ยนแปลง เช่น พืชก็ยังคงเป็นส่วนของ ราก ลำต้น ใบ ดอก ผลฯลฯ ซึ่งยังไม่ได้ผ่านขั้นตอนการแปรรูปใด ๆ แต่ในทางการค้าสมุนไพรมักจะถูกดัดแปลงในรูปต่าง ๆ พืชสมุนไพร จึงหมายถึงพันธุ์ไม้ต่าง ๆ ที่สามารถนำมาใช้ปรุงหรือประกอบเป็นยารักษาโรคต่าง ๆ ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพร่างกายได้

ประเทศไทยเป็นแหล่งทรัพยากรธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์ มีพืชต่างๆ ที่ใช้เป็นสมุนไพรได้อย่างมากมายนับหมื่นชนิด ยิ่งขนาดก็แต่เพียงการค้นคว้าวิจัยในทางที่เป็นวิทยาศาสตร์มากขึ้นเท่านั้น ความตื่นตัวที่จะพัฒนาความรู้ด้านพืชสมุนไพร จึงเริ่มขึ้นอีกครั้งหนึ่ง มีการเริ่มต้นนโยบายสาธารณสุขขั้นมูลฐานอย่างเป็นทางการของประเทศไทยในปี พ.ศ. 2522 โดยเพิ่มโครงการสาธารณสุขขั้นมูลฐานเข้าในแผนพัฒนาการสาธารณสุขตามแผนพัฒนา การเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 4 (พ.ศ. 2520-2524) ต่อเนื่องจนถึงแผนพัฒนาการเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539)

3. **ผักพื้นบ้าน** คือ พรรณพืชพื้นบ้านในท้องถิ่น ชาวบ้านนำมาบริโภคเป็นอาหาร เป็นยา รักษาโรค หรือนำมาทำเป็นของใช้สอยในครัวเรือน ผักพื้นบ้านนอกจากจะมีคุณค่าทางโภชนาการแล้ว ส่วนใหญ่ยังมีสรรพคุณเป็นยาสมุนไพร เนื่องจากมีรสยาที่หลากหลายอยู่ในผักพื้นบ้าน ตามทฤษฎี การแพทย์แผนไทย ให้ความสำคัญกับรสอาหารพื้นบ้าน ดังนี้

รสฝาด มีสรรพคุณทางยา คือ ช่วยสมานแผล แก้ท้องร่วง บำรุงธาตุในร่างกาย เช่น ยอด มะม่วง ยอดมะกอก ยอดจิก ยอดกระโดน ขุนนอ่อน

รสหวาน มีสรรพคุณทางยา คือ ช่วยให้มีการดูดซึมได้ดีขึ้น ทำให้ชุ่มชื้น บำรุงกำลัง แก้อ่อนเพลีย เช่น เห็ด ผักหวานป่า ผักขี้หูด บวบ น้ำเต้า เชียงดา ผักหวานบ้าน

รสเผ็ดร้อน มีสรรพคุณทางยา คือ แก้ท้องอืด แก้ลมจุกเสียด ขับลม บำรุงธาตุ เช่น ดอก กระทือ กระเทียม ดอกกระเจียวแดง ดีปลี พริกไทย ใบชะพลู ขิง ข่า ขมิ้น กระชาย เร่ว

รสเปรี้ยว มีสรรพคุณทางยา คือ ขับเสมหะ ช่วยระบาย เช่น ยอดมะขามอ่อน มะนาว ยอด ชะมวง มะดัน ยอดมะกอก ยอดผักต้ว ส้มกุ่ม ผักกาดส้ม

รสหอมเย็น มีสรรพคุณทางยา คือ บำรุงหัวใจ ทำให้สดชื่น แก้อ่อนเพลีย เช่น เตยหอม โสน ดอกขจร บัว ผักบั้งไทย เป็นต้น

รสมัน มีสรรพคุณทางยา คือ บำรุงเส้นเอ็น เป็นยาอายุวัฒนะ เช่น สะตอ เนียง ถั่วพู ฟักทอง กระถิน ชะอม ต่างหลวง

รสขม มีสรรพคุณทางยา คือ บำรุงโลหิต เจริญอาหาร ช่วยระบาย เช่น มะระขี้นก มะแว้งต้น ลิงลาว ยอดหวาย ดอกขี้เหล็ก ใบยอ สะเดา เพกา มะขม (สถาบันวิจัยและพัฒนาพื้นที่สูง, 2558)

### วงจรเต็มมิ่ง (PDCA Cycle/Deming Cycle)

วงจรการควบคุมคุณภาพ (PDCA Cycle) หรือ วงจรเต็มมิ่ง (Deming Cycle) คือ แนวคิด การพัฒนาการทำงานเพื่อควบคุมคุณภาพงานให้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง พัฒนามาจากแนวคิดของ วอลท์เตอร์ ชิวฮาร์ต (Walter Shewhart) นักสถิติในงานอุตสาหกรรม ต่อมาแนวคิดนี้เริ่มเป็นที่รู้จัก กันมากขึ้นเมื่อ เอ็ดวาร์ด เดมมิ่ง (W. Edwards Deming) นักจัดการบริหารคุณภาพ ได้นำเสนอและ เผยแพร่ใช้เป็นเครื่องมือสำหรับการปรับปรุงกระบวนการทำงานของพนักงานภายในโรงงานให้ดีขึ้น ซึ่งจะใช้ในการค้นหาปัญหาอุปสรรคในขั้นตอนการทำงานโดยพนักงาน จนเป็นที่รู้จักกันในชื่อว่า วงจร เต็มมิ่ง หรือ วงจร PDCA แนวคิดวงจร PDCA เป็นแนวคิดที่ง่ายไม่ซับซ้อน สามารถนำไปใช้ได้ใ กเกือบจะทุกกิจกรรม ซึ่งมี 4 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนการวางแผน ขั้นตอนการปฏิบัติ ขั้นตอนการ ตรวจสอบ และขั้นตอนการดำเนินการให้เหมาะสม ต่อมามีการใช้ตัวอักษรย่อว่า P D C และ A ซึ่งมา จากคำว่า Plan, Do, Check และ Action อธิบายได้ดังนี้

P: Plan	คือ	การวางแผนในการดำเนินการ
D: Do	คือ	การลงมือทำตามแผนที่วางไว้
C: Check	คือ	การตรวจสอบผลการดำเนินการกับแผน
A: Action	คือ	การยึดถือปฏิบัติ หากการดำเนินการบรรลุตามแผน แต่หากไม่บรรลุตามแผน ให้หาสาเหตุ และวางแผนแก้ไขใหม่

วงจรเดมมิงเป็นแนวทางหนึ่งในการปรับเปลี่ยนและพัฒนากระบวนการทำงานให้ดีขึ้นเพราะการพัฒนาผลงานเป็นเรื่องที่องค์การต้องการให้เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา (เกียรติพงษ์ อุดมธนะธีระ, 2561) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

**1. การวางแผน (Plan)** คือ การวางแผนการดำเนินงาน เพื่อให้เกิดการทำงานที่ได้ผลงาน การปรับปรุงเปลี่ยนแปลง การพัฒนาสิ่งใหม่ การแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงาน มีส่วนที่สำคัญ เช่น การกำหนดเป้าหมาย วัตถุประสงค์ การจัดอันดับความสำคัญของเป้าหมาย กำหนดการดำเนินงาน กำหนดระยะเวลาการดำเนินงาน กำหนดผู้รับผิดชอบดำเนินการ และกำหนดงบประมาณที่จะใช้ การวางแผนที่ดีควรต้องเกิดจากการศึกษาที่ดี มีการวางแผนไว้รัดกุมรอบคอบ ปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสมของงานและเหตุการณ์ แผนที่ได้ต้องช่วยในการคาดการณ์สิ่งที่เกิดขึ้นและสามารถช่วยลดความสูญเสียที่อาจเกิดขึ้นได้ การวางแผนควรมีการกำหนด

- เป้าหมาย
- วัตถุประสงค์
- กำหนดผู้รับผิดชอบ
- ระยะเวลาดำเนินการ
- งบประมาณที่กำหนด
- มีการเสนอเพื่อขออนุมัติก่อนดำเนินการ เป็นต้น

**2. ปฏิบัติตามแผน (Do)** คือ การดำเนินการเพื่อให้ได้ตามแผนที่มีการกำหนดไว้ อาจมีการกำหนดโครงสร้างคณะทำงานรองรับการดำเนินการ เช่น คณะกรรมการ ฯลฯ กำหนดวิธีการดำเนินงาน ขั้นตอน ผู้ดูแลรับผิดชอบ ผู้ตรวจสอบและทำการประเมินผล การปฏิบัติการควรมี

- มีคณะทำงานคอยควบคุม กำหนดนโยบาย ติดตามตรวจสอบการทำงาน
- มีการกำหนดขั้นตอนที่ชัดเจน
- มีวิธีการดำเนินการที่สามารถดำเนินการได้จริง
- มีผู้รับผิดชอบดำเนินการที่ชัดเจน เพียงพอ
- มีระยะเวลาที่กำหนดที่เหมาะสม
- มีงบประมาณในการทำงาน เป็นต้น

**3. ตรวจสอบและประเมินผล (Check)** คือ ขั้นตอนที่เริ่มเมื่อมีการดำเนินโครงการตามข้อ 2 ควรจะต้องทำการประเมินผลการดำเนินงานว่าเป็นไปตามแผนงานที่กำหนดไว้หรือไม่ อาจประเมินในส่วนการประเมินผลงานการดำเนินการ การประเมินผลการดำเนินตามขั้นตอน และการประเมินผลงานตามเป้าหมายของแผนงานที่ได้มีการกำหนดไว้ ในการประเมินนี้เราอาจสามารถทำได้เองโดยใช้คณะกรรมการที่รับผิดชอบในแผนการดำเนินงานภายในเป็นการประเมินตนเอง แต่การใช้คนภายในอาจทำให้ขาดความน่าเชื่อถือหรือประเมินผลได้ไม่เต็มที่ จะดีหากมีการตั้งคณะประเมินจากภายนอกมาช่วย เพราะน่าจะได้ผลการประเมินที่ดีกว่าทีมงานภายใน เพราะอาจมีปัญหาคงช่วยกันประเมินผลให้ดีขึ้นจริง แนวทางที่จะใช้ในการประเมิน เช่น

- กำหนดวิธีการประเมินแยกให้ชัดเจนสามารถทำได้ง่าย
- มีรูปแบบการประเมินตรงกับเป้าหมายในงานที่ทำ
- มีคณะผู้ที่จะเข้าทำการประเมินที่มีความรู้เพียงพอ
- แนวคำตอบผลของการประเมิน ต้องสามารถตอบเจตย์และตรงกับวัตถุประสงค์ที่วางไว้
- เน้นการประเมินปัญหา / จุดอ่อน / ข้อดี / จุดแข็ง ที่มีในการดำเนินการ เป็นต้น

**4. ปรับปรุงแก้ไขพัฒนาต่อเนื่อง (Act)** คือ การนำผลประเมินที่ได้มาทำการวิเคราะห์ เพื่อพัฒนาแผนในการปรับปรุงต่อไป ในส่วนนี้ควรจะเสนอแนะปัญหาแนวทางการปรับปรุงแก้ไขปัญหา หรือการพัฒนาาระบบที่มีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้นไปอีกไม่มีที่สิ้นสุด

- ทำการระดมสมอง เพื่อหาทางแก้ไข ปัญหา / จุดอ่อน / ข้อดี / จุดแข็ง ที่พบ ปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้น
- นำผลที่ได้จากการระดมสมองเสนอผู้เกี่ยวข้องเพื่อพิจารณาใช้วางแผนต่อไป
- กำหนดกลยุทธ์ในการจัดทำแผนครั้งต่อไป
- กำหนดผู้รับผิดชอบดำเนินงานครั้งต่อไป

การดำเนินงานไม่ว่าจะเป็นการปรับปรุงผ่านเครื่องมือการเพิ่มผลิตภาพ หรือการปรับปรุงคุณภาพ หรือแม้แต่การบริหารกิจกรรมภายในองค์กร การวางแผนงานอย่างเหมาะสมจากการศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องรอบด้าน ถือเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี และการดำเนินการที่สอดคล้องกับแผนจะเป็นเส้นทางที่นำไปสู่ความสำเร็จและบรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้ แต่จะต้องมีการตรวจสอบความคืบหน้า หรือปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเป็นระยะ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สามารถนำมาใช้ในการปรับแผนให้สอดคล้องกับสถานการณ์ได้ และที่สำคัญเมื่อการดำเนินงานเสร็จสิ้นแต่ละครั้ง บทเรียนต่าง ๆ ที่ได้รับถือเป็นสิ่งสำคัญ หากได้มีการนำมาทบทวน และสรุปข้อดี ข้อด้อย หรือหาจุดปรับปรุง เพื่อให้การดำเนินงานในรอบต่อไปทำได้ง่ายขึ้น (สุธาสินี โพธิจันทร์, 2558)

## แนวคิดการมีส่วนร่วม

### ความหมายของการมีส่วนร่วม

การจัดการแบบมีส่วนร่วม (Participative management) หมายถึง กระบวนการที่บุคคลที่มีความรับผิดชอบร่วมกันในการดำเนินงานหรือกิจกรรมกลุ่ม ตัดสินใจร่วมกันเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายของกลุ่มนั้น ทำให้เกิดความรู้สึกมีส่วนร่วมรับผิดชอบกับกลุ่ม ซึ่งสำนักการพยาบาล กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข (2550) ได้ให้ความหมายการมีส่วนร่วมว่า กระบวนการในการทำให้กลุ่มเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินงาน รวมทั้งร่วมตัดสินใจ ร่วมปฏิบัติ ประเมินผล มีส่วนร่วมในผลประโยชน์ ทำให้เกิดความรู้สึกร่วมกันรับผิดชอบ

บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา (2548) กล่าวว่า การมีส่วนร่วมคือการที่ปัจเจกบุคคลหรือกลุ่มคนเข้ามามีส่วนร่วมเกี่ยวข้อง ร่วมมือ ร่วมรับผิดชอบในกิจกรรม การพัฒนาที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมในขั้นตอนต่าง ๆ ของการดำเนินกิจกรรมนั้น ๆ โดยมีกลุ่มหรือองค์กรรองรับ บุคคลที่เข้ามามีส่วนร่วม การพัฒนาภูมิปัญญา การรับรู้ สามารถ คิดวิเคราะห์ และตัดสินใจ เพื่อกำหนดการดำเนินชีวิตได้ด้วยตนเอง

ประพันธ์พงศ์ ชินพงษ์ (2551) กล่าวถึงการมีส่วนร่วมว่าเป็นผลมาจากการเห็นพ้องต้องกันในเรื่องของความต้องการและทิศทางของการเปลี่ยนแปลง ความเห็นพ้องต้องกันที่มีมากพอจนเกิดความคิดริเริ่มโครงการเพื่อการปฏิบัติการ และต้องเป็นการเห็นพ้องต้องกันของคนส่วนใหญ่ที่จะเข้าร่วมปฏิบัติการนั้น ๆ และเหตุผลที่คนมาร่วมปฏิบัติการได้จะต้องตระหนักว่าการปฏิบัติการทั้งหมด โดยกลุ่ม หรือในนามของกลุ่มหรือการกระทำผ่านองค์กร ดังนั้นองค์กรจะต้องเป็นเสมือนตัวที่ทำให้การปฏิบัติการบรรลุถึงความเปลี่ยนแปลงที่ต้องการ

ยุพาพร รุปราม (2545) การมีส่วนร่วม เป็นผลมาจากการเห็นพ้องกันในเรื่องของความ ต้องการและทิศทางของการเปลี่ยนแปลง จะต้องมีความคิดริเริ่มโครงการเพื่อการปฏิบัติ เหตุผลแรกของการที่มีคนมารวมกันได้ควรจะต้องมีการตระหนักว่าการกระทำทั้งหมด ที่ทำโดยกลุ่ม ผู้นำชุมชน หรือการกระทำผ่านองค์กร (organization) ดังนั้นผู้นำชุมชน องค์กรจะต้องเป็นเสมือนตัวนำ ให้บรรลุถึงความเปลี่ยนแปลงได้

## ลักษณะของการมีส่วนร่วม

ลักษณะแนวทางการมีส่วนร่วม มีดังนี้

1. การร่วมคิด หมายถึง การมีส่วนร่วมในการประชุมปรึกษาหารือการวางโครงการ วิธีการติดตามผล การตรวจสอบและการดูแลรักษา เพื่อให้กิจกรรม โครงการสำเร็จผลตามวัตถุประสงค์
2. การร่วมตัดสินใจ หมายถึง เมื่อมีการประชุมปรึกษาหารือเรียบร้อยแล้ว ต่อมาจะต้องร่วมกันตัดสินใจเลือกกิจกรรมหรือแนวทางที่เห็นว่าดีที่สุดหรือเหมาะสมที่สุด
3. การร่วมปฏิบัติตามโครงการ หมายถึง การเข้าร่วมในการดำเนินงานตามโครงการต่าง ๆ
4. การร่วมติดตามและประเมินผลโครงการ หมายถึง เมื่อโครงการเสร็จสิ้นแล้ว ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการตรวจตราดูแล รักษาและประเมินผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากโครงการ

การมีส่วนร่วมของบุคคลจะต้องมีและเกิดขึ้นมาโดยตลอด ทั้งนี้เริ่มตั้งแต่ขั้นตอนการมีส่วนร่วมในการวางแผนโครงการ การบริหารจัดการดำเนินงานตามแผน การเสียสละกำลังแรงงานของบุคคล ตลอดจนวัสดุอุปกรณ์ กำลังเงิน หรือทรัพยากรที่มีอยู่

ลักษณะเงื่อนไขพื้นฐานของการมีส่วนร่วมของบุคคล เกิดจากพื้นฐาน 4 ประการ คือ

1. เป็นบุคคลที่จะต้องมีความสามารถที่จะเข้าร่วม กล่าวคือ จะต้องเป็นผู้มีศักยภาพที่จะเข้าร่วมในการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ อาทิเช่น จะต้องมีความสามารถในการค้นหาความต้องการ วางแผนการบริหารจัดการ การบริการองค์กรตลอดจนการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า
2. เป็นบุคคลที่มีความพร้อมที่จะเข้ามามีส่วนร่วม กล่าวคือ ผู้นั้นจะต้องมีสภาพทางเศรษฐกิจวัฒนธรรม และกายภาพที่เปิดโอกาสให้เข้ามามีส่วนร่วมได้
3. เป็นบุคคลที่มีความประสงค์จะเข้าร่วม กล่าวคือ เป็นผู้ที่มีความเต็มใจ สมารถใจที่จะเข้าร่วมเล็งเห็นผลประโยชน์ของการเข้าร่วม จะต้องไม่เป็นการบังคับหรือผลักดันให้เข้าร่วม โดยที่ตนเองไม่ประสงค์จะเข้าร่วม
4. เป็นบุคคลที่ต้องมีความเป็นไปได้ที่จะเข้าร่วม กล่าวคือ เป็นผู้มีโอกาสที่จะเข้าร่วมซึ่งถือว่าเป็นการกระจายอำนาจให้กับบุคคลในการตัดสินใจ และกำหนดกิจกรรมที่ตนเองต้องการในระดับที่เหมาะสม บุคคลจะต้องมีโอกาสและมีความเป็นไปได้ที่จะจัดการด้วยตนเอง

## รูปแบบและขั้นตอนของการมีส่วนร่วม

มงคล จันท์ส่อง (2544) ได้กำหนดรูปแบบและขั้นตอนของการมีส่วนร่วมของบุคคลไว้ว่า องค์ประกอบรูปแบบของการมีส่วนร่วม มีอยู่ 3 ด้าน ดังนี้

1. การมีส่วนร่วมจะต้องมีวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน การให้บุคคลเข้าร่วมกิจกรรมจะต้องมีวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่ชัดเจนว่าจะทำกิจกรรมนั้น ๆ ไป เพื่ออะไร ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะได้ตัดสินใจถูกว่าควรจะเข้าร่วมหรือไม่

2. การมีส่วนร่วมจะต้องมีกิจกรรมเป้าหมาย การให้บุคคลเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมจะต้องระบุลักษณะของกิจกรรมว่ามีรูปแบบและลักษณะอย่างไร เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถตัดสินใจได้ว่าจะเข้าร่วมกิจกรรมหรือไม่

3. การเข้าร่วมจะต้องมีบุคคลหรือกลุ่มเป้าหมาย การที่จะให้บุคคลเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นจะต้องระบุกลุ่มเป้าหมายด้วย อย่างไรก็ตามโดยทั่วไปบุคคล กลุ่มเป้าหมายมักถูกจำกัดโดยกิจกรรมและวัตถุประสงค์ของการมีส่วนร่วมอยู่แล้วเป็นพื้นฐาน

ศิริชัย กาญจนวาสี (2547) ได้กำหนดรูปแบบและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมของบุคคลในองค์กร ดังนี้

1. การมีส่วนร่วมในการประชุม
2. การมีส่วนร่วมในการเสนอปัญหา .
3. การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ขององค์กร
4. การมีส่วนร่วมตัดสินใจในการเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหา
5. การมีส่วนร่วมในการประเมินผลในกิจกรรมต่างๆ
6. การมีส่วนร่วมในการได้รับประโยชน์

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วันชัย น้อยจันทร์ (2552) ได้ทำการศึกษาการพัฒนาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเองของผู้สูงอายุบ้านปงเหนือ อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่ โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PAR) โดยประยุกต์ใช้เทคนิค SWOT เพื่อวิเคราะห์ปัญหา จุดแข็ง จุดอ่อน และอุปสรรค โดยมีผู้สูงอายุเข้าร่วม 30 คน ใช้ระยะเวลาในการวิจัย 6 สัปดาห์ พบว่า ผู้สูงอายุมีการพัฒนาความสามารถในการดูแลสุขภาพตนเอง โดยกระบวนการทำงานแบบมีส่วนร่วมช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถร่วมคิด ร่วมวิเคราะห์ ร่วมวางแผน และร่วมกันตัดสินใจ จนได้โครงการพัฒนาด้านสุขภาพ 3 ได้แก่ โครงการสมุนไพร โครงการรำไม้พลอง และโครงการฟ้อนเจิง มีการจัดตั้งคณะกรรมการรับผิดชอบด้วย เป็นการแสดงให้เห็นถึงศักยภาพของผู้สูงอายุที่สามารถทำกิจกรรมได้ด้วยตนเอง เป็นการดึงศักยภาพที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและชุมชน ก่อให้เกิดความภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าในตนเอง และการที่ผู้สูงอายุมีการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ทำให้ผู้สูงอายุมีการรวมกลุ่มในการออกกำลังกายเพิ่มมากขึ้น และเป็นต้นแบบในการนำกลุ่มออกกำลังกาย ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุมีความตระหนักในการดูแลสุขภาพ และเห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพตนเองมากขึ้น

สุกัญญา สุขวรรณโน (2552) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี : กรณีศึกษาตำบลนครไทย จังหวัดพิษณุโลก มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการดูแลตนเองของผู้สูงอายุสุขภาพดีที่มีอายุเกิน 75 โดยทำการเก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุจำนวน 12 คน พบว่าผู้สูงอายุมีการปฏิบัติตนในการดูแลตนเอง 8 ประเด็น ดังนี้ 1) เคลื่อนไหวร่างกายสม่ำเสมอ 2) รับประทานอาหารที่บ้าน และสมุนไพร และปรุงอาหารแบบพื้นบ้าน รับประทานอาหารที่ถูกต้องหลัก 3) ยึดธรรมะเป็นหลักนำทางชีวิต 4) ครอบครัวสมบูรณ์ 5) วางแผนด้านการเงิน 6) เข้าสังคมพบปะผู้คนสร้างคุณค่าให้ตนเอง 7) การพักผ่อนเพียงพอและทำงานอดิเรก และ 8) เจ็บป่วยต้องรีบรักษาตัวให้หาย

ปัญญา ภู่วัฒน และ ประเทศ ดวงพัตรา (2553) ทำการวิจัยเรื่อง การจัดการความรู้ในการปลูกพืชผักอาหารตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชน จังหวัดอุทัยธานี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดการความรู้ของชุมชน จังหวัดอุทัยธานี 3 ประการ คือ 1) พัฒนาชุดการเรียนรู้หลักปฏิบัติในการปลูกพืชอาหาร 2) ความรู้ความเข้าใจของผู้เข้ารับการศึกษาส่งเสริมการจัดการความรู้ในการปลูกพืชอาหาร 3) ผลการปฏิบัติของผู้รับการส่งเสริมการจัดการความรู้ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 8 ชุมชนในจังหวัดอุทัยธานี ผลวิจัยสรุปได้ว่า 1) การพัฒนาชุดการเรียนรู้หลักปฏิบัติในการปลูกพืชผักอาหารมีคุณภาพอยู่ในระดับมากและมีประสิทธิภาพ 2) ความรู้เกี่ยวกับการปลูกพืชผักอาหารมีคะแนนหลังการเรียนรู้อยู่ในระดับปานกลาง 3) การปฏิบัติกรปลูกพืชอาหาร ส่วนใหญ่ปลูกแบบสวนครัว ปัญหาที่พบคือปัญหาด้านศัตรูพืช ดิน และน้ำ โดยแนวทางการแก้ปัญหาของชุมชนคือ ควรให้มีการส่งเสริมการจัดการความรู้และส่งเสริมปัจจัยในการปลูกพืชอาหารของชุมชน

สามารถ ใจเตี้ย (2559) ได้ทำการวิจัย การพัฒนาบทเรียนวิทยาศาสตร์ท้องถิ่นเรื่อง ภูมิปัญญาล้านนาด้านอาหารพื้นบ้านกับการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุ ได้ศึกษาการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุในตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ และพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่ได้สนใจภาวะสุขภาพของตนเองมากนัก ส่งผลให้มีการเจ็บป่วยเป็นโรคเรื้อรัง ทั้งความดันโลหิตสูง และอัมพาตไม่ค่อยใส่ใจสุขภาพ ต่อมสุรา ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุและครอบครัว ทั้งนี้มีการแก้ไขและพยายามพัฒนาการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น โดยกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลสุเทพได้ร่วมกับชมรมผู้สูงอายุตำบลสุเทพ พัฒนาระบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุในตำบลแบบบูรณาการ ผลการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุบริโภคอาหารพื้นบ้านในระดับปานกลาง และไม่ค่อยให้ความสนใจต่อการเลือกรับประทานอาหารมากนัก เนื่องจากสภาพร่างกายของบางคนไม่สามารถประกอบอาหารเองได้ ลูกหลานต้องเป็นผู้จัดหาอาหารให้ โดยส่วนใหญ่เป็นอาหารสำเร็จรูป ส่วนการเลือกรับประทานอาหารพื้นบ้าน ผู้สูงอายุจะเลือกรับประทานอาหารจากรสชาติที่อร่อย ถูก ขั้นตอนในการปรุงไม่ยุ่งยาก สามารถหาวัตถุดิบได้ในชุมชนหรือปลูกเอง แต่ยังมีบางคนที่ให้ความสำคัญกับประโยชน์ของอาหาร และการบริโภคเพื่อการอนุรักษ์วัฒนธรรมด้านอาหารของท้องถิ่นไม่ให้อู้อายุหายไป

### กรอบแนวคิดในการศึกษา



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการศึกษา

### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาแนวทางการปลูกพืชแบบผสมผสานให้กับกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ในครั้งนี้ ได้ใช้กรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) มาพัฒนา กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานให้กับกลุ่มผู้สูงอายุของบ้านเกษตรพัฒนา โดยมีรายละเอียดในการดำเนินการศึกษา ดังนี้

#### พื้นที่ในการศึกษา

บ้านเกษตรพัฒนา หมู่ที่ 15 ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาใช้วิธีคัดเลือกตามความสมัครใจของผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป หรือผู้ที่อายุยังไม่ถึง 60 ปี แต่มีความสนใจในกิจกรรมการปลูกพืชผักผสมผสานเพื่อการบริโภคและแบ่งปันของชุมชนบ้านเกษตรพัฒนา หมู่ที่ 15 ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวนทั้งสิ้น 18 คน ดังนี้รายชื่อดังต่อไปนี้

**ตารางที่ 1** รายชื่อกลุ่มประชากรศึกษา บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ลำดับที่	ชื่อ-นามสกุล	อายุ	บ้านเลขที่
1.	นางเกียง วิริยา	89	65
2.	นายประยูร แสงประกุล	88	63
3.	นายคำมูล มาแสง	80	5
4.	นางบัวลพ คำดวง	78	62
5.	นางอมรา สาคร	70	28
6.	นายถวิล สุทธิวิชา	69	61
7.	นางเครือวัลย์ ดวงคำ	67	83
8.	นางคำปวน ก้อนธิ	63	36
9.	นายประพันธ์ โพนิมา	63	54
10.	นางบังอร มาแสง	62	4
11.	นางศรี อินต๊ะ	62	14
12.	นายบุญส่ง ดวงคำ	61	10
13.	นายสุพัศ สมมิตร	60	3
14.	นางอุทร สีลาเม	59	11
15.	นางหล้า ชมชื่น	58	64
16.	นางบัวผัด มายัง	57	13
17.	นายสุพิน อินต๊ะ	55	57
18.	นายชลธวัช อินต๊ะ	47	45

## เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา และข้อเท็จจริงจากปรากฏการณ์ในชุมชน มีเครื่องมือที่ใช้ในการค้นคว้าอิสระดังนี้

1. แบบสอบถาม โดยได้กำหนดแบบสอบถามไว้ทั้งหมด 3 ตอน ประกอบด้วย
  - ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
  - ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการปลูกพืชผัก
  - ตอนที่ 3 แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา
2. การสนทนากลุ่ม
3. การประชุมกลุ่มย่อย
4. สมุดบันทึก
5. อุปกรณ์ถ่ายภาพ

### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### 1. ข้อมูลปฐมภูมิ

1.1 การสังเกตแบบมีส่วนร่วม โดยผู้วิจัยจะเข้าไปสังเกตและร่วมกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาในขั้นตอนต่างๆ ได้แก่ การวางแผน การเตรียมแปลง การเพาะปลูก การดูแลรักษา และการเก็บเกี่ยว

1.2 การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ เป็นการซักถาม พูดคุย ที่เป็นไปอย่างเรียบง่าย เป็นกันเอง และไม่เคร่งครัดกับขั้นตอนและการตอบคำถาม โดยใช้การบันทึกประเด็นที่สำคัญไว้

1.3 การสนทนากลุ่มย่อย เป็นการพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทักษะคติ หรือแนวคิด โดยเปิดโอกาสให้มีการพูดคุยและแสดงความคิดเห็นได้อย่างอิสระ

1.4 การประชุมกลุ่ม ในขั้นตอนการวางแผนงานของกิจกรรม และในขั้นตอนของการติดตามและประเมินผล สรุปผล และหาข้อเสนอแนะ

#### 2. ข้อมูลทุติยภูมิ

เป็นการศึกษาทบทวนเอกสาร ได้แก่ การค้นคว้าอิสระ วิทยานิพนธ์ รายงานการวิจัย บทความ เพื่อศึกษาสภาพแวดล้อมของสถานที่ สภาพทางกายภาพ รวมถึงบริบทโดยทั่วไปของบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้ศึกษาได้ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร (Documenary study) แบบสอบถาม การสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่มย่อย และ การประชุมกลุ่ม จากนั้นนำมาจัดระเบียบหมวดหมู่ตามขอบเขตเนื้อหา จัดเรียงให้เป็นระบบตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา หลังจากนั้นนำข้อมูลมาตรวจสอบความถูกต้อง ดูความสอดคล้องเชื่อมโยงในประเด็นต่างๆ ตามวัตถุประสงค์ที่ได้กำหนดไว้



## บทที่ 4

### ผลการวิจัยและวิจารณ์

การศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) ในการจัดกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานให้กับกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ผลการศึกษาแบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 บริบทพื้นที่ กลุ่มประชากรศึกษา และชนิดพันธุ์พืชผัก

1.1 ข้อมูลทั่วไปของตำบลป่าไผ่ และบ้านเกษตรพัฒนา อำเภอสันทราย

จังหวัดเชียงใหม่

1.2 ข้อมูลกลุ่มผู้สูงอายุ บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ ที่เข้าร่วมโครงการศึกษา

1.3 ข้อมูลชนิดพันธุ์พืชผัก

ตอนที่ 2 แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

2.1 ปัจจัยที่มีผลต่อการรวมของกลุ่มผู้สูงอายุของบ้านเกษตรพัฒนาในการปลูกแบบผสมผสาน

2.2 กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA)

2.3 แนวทางการพัฒนาการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

## ตอนที่ 1 บริบทพื้นที่ กลุ่มประชากรศึกษา และชนิดพันธุ์พืชผัก

### 1.1 ข้อมูลทั่วไปของตำบลป่าไผ่ อำเภอสนทราย จังหวัดเชียงใหม่

#### ข้อมูลทั่วไป

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสนทราย ตั้งอยู่ห่างจากที่ว่าการอำเภอสนทราย ประมาณ 13 กิโลเมตร ไปทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือ และห่างจากที่ว่าการอำเภอเมืองเชียงใหม่ ประมาณ 23 กิโลเมตร มีอาณาเขตติดกับพื้นที่ใกล้เคียงดังนี้

#### อาณาเขต

ทิศเหนือ	ติดกับตำบลหนองหาร ตำบลแม่แฝกใหม่ อำเภอสนทราย, ตำบลหลวงเหนือ อำเภอ ดอยสะเก็ด
ทิศใต้	ติดกับตำบลสนทรายหลวง
ทิศตะวันออก	ติดกับตำบลเมืองเส็น ตำบลหนองจ้อม
ทิศตะวันตก	ติดกับเทศบาลเมืองแม่โจ้ และตำบลหนองจ้อม

#### ประวัติความเป็นมา

เมื่อประมาณ 250 ปีมาแล้ว ได้มีราษฎรจำนวนหนึ่งอพยพจากเมืองเชียงตุง ทางตอนเหนือของพม่า มาตั้งหลักแหล่งบริเวณที่ราบเชิงเขาซึ่งมีต้นไผ่ขึ้นเป็นจำนวนมาก จึงได้ตั้งชื่อหมู่บ้านว่า “บ้านป่าไผ่” ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 5 มีการเปลี่ยนแปลงการปกครอง ได้เปลี่ยนเป็น “ตำบลป่าไผ่” ในปี พ.ศ. 2483 พื้นที่ตำบลป่าไผ่ถูกรวมกับตำบลเมืองเส็น จนกระทั่ง ปีพ.ศ. 2538 ตำบลป่าไผ่ได้รับการจัดตั้งการปกครองในรูปแบบของสภาตำบล และในปี พ.ศ. 2539 ได้ยกฐานะเป็นองค์การบริหารส่วนตำบลป่าไผ่ จากนั้นเปลี่ยนเป็นเทศบาลตำบลป่าไผ่จนกระทั่งถึงปัจจุบัน

ประชากรส่วนใหญ่เป็นคนเมือง (ไทยวน) ต่อมาประมาณปี พ.ศ. 2428 มีชาวไทเขิน ไทใหญ่ จากเมืองเชียงตุง อพยพเข้ามาตั้งหลักแหล่งและทำการเพาะปลูกบริเวณสองฝั่งลำน้ำแม่ตุ๋ ซึ่ง เป็นสาขาหนึ่งของลำน้ำแม่กอก (แม่กวง) รวมตัวเป็นชุมชนประกอบด้วย บ้านเวียง เจียงตอง (บ้านศรีวัง-ธาร) บ้านเมืองขอน บ้านหม้อ บ้านป่าไผ่ บ้านป่าเหมือด บ้านแม่แก้ดน้อย และบ้านโปง

พ.ศ. 2474 กรมชลประทานได้ขุดเหมืองแม่แฝก โดยแยกแม่น้ำปิงฝั่งตะวันออกที่ตำบลแม่แฝกใหม่มาทางทิศตะวันออก ผ่านพื้นที่ตอนเหนือของที่ราบตำบลป่าไผ่ ไหลมาลงแม่น้ำแม่กวงที่ บ้านเมืองวะ ตำบลเมืองเส็น ทำให้พื้นที่เกษตรกรรมมีการขยายตัวมากขึ้น มีประชาชนอพยพเข้ามา

สมทบมากขึ้น เมื่อแรกตั้งประกอบด้วย 6 หมู่บ้าน ได้แก่ บ้านเมืองซอน บ้านหม้อ บ้านป่าไผ่ บ้านป่าเหมือด บ้านแม่แก่น้อย บ้านโป่ง

พ.ศ. 2538 รัฐบาลประกาศใช้พระราชบัญญัติองค์การบริหารส่วนตำบล มีผลให้สภาตำบลป่าไผ่ เปลี่ยนแปลงสถานะไปเป็นองค์การบริหารส่วนตำบลป่าไผ่ มีเขตพื้นที่ความรับผิดชอบทั้งสิ้น 13 หมู่บ้าน ได้แก่ บ้านเมืองซอน บ้านหนองเต่าคำ บ้านป่าไผ่ บ้านโป่ง บ้านศรีบุญเรือง บ้านศรีวังธาร บ้านหนองเต่าคำใหม่ บ้านท่ายาว บ้านหม้อ บ้านหนองหลวงพัฒนา บ้านหนองป่าขาว บ้านแพะใต้พัฒนา และในปีพ.ศ. 2551 ยกฐานะขององค์กรขึ้นเป็นเทศบาลตำบลป่าไผ่

### ลักษณะภูมิประเทศ

ตำบลป่าไผ่มีพื้นที่ทั้งหมดประมาณ 44.90 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 28,065.62 ไร่ พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบ บางส่วนเป็นภูเขาที่มีความลาดชัน สองข้างทางเป็นป่าโปร่ง อยู่ในชั้นความสูงระดับน้ำทะเลปานกลางประมาณ 330–950 เมตร แหล่งน้ำที่สำคัญ คือ อ่างห้วยโจ้ อ่างเก็บน้ำห้วยสะแล้ง หนองสามขา และคลองชลประทาน (เทศบาลตำบลป่าไผ่, 2563)

การใช้ประโยชน์ของที่ดิน แบ่งเป็น

พื้นที่ราบ	14,883 ไร่	คิดเป็นร้อยละ	69.87
ภูเขา	6,138 ไร่	คิดเป็นร้อยละ	28.82
แหล่งน้ำ	280 ไร่	คิดเป็นร้อยละ	1.31

### ลักษณะภูมิอากาศ

สภาพภูมิอากาศโดยทั่วไป มี 3 ฤดู ตามลักษณะภูมิอากาศของประเทศไทย

1. ฤดูฝน ได้รับอิทธิพลจากลมมรสุมตะวันออกเฉียงใต้ ส่วนใหญ่จะมีฝนเล็กน้อยถึงปานกลาง ในเดือนพฤษภาคมจะมีปริมาณฝนเพิ่มมากขึ้นจนถึงกลางเดือนตุลาคม ปริมาณฝนเริ่มลดลง โดยมีฝนตกเป็นระยะๆ

2. ฤดูหนาว เริ่มตั้งแต่กลางเดือนตุลาคมถึงกลางเดือนกุมภาพันธ์ ได้รับอิทธิพลความกดอากาศสูงจากประเทศจีน ส่งผลให้มีอากาศหนาวเย็นตอนบนของภาครวมถึงบริเวณเทือกเขาและยอดดอย

3. ฤดูร้อน เริ่มตั้งแต่ปลายเดือนกุมภาพันธ์ ถึงเดือนเมษายน หย่อมความกดอากาศต่ำเนื่องจากความร้อนเริ่มปกคลุมประเทศไทยตอนบนส่งผลให้ประเทศไทยตอนบนมีอากาศร้อนเกือบทั่วไปกับมีอากาศร้อนจัดหลายพื้นที่ อุณหภูมิเฉลี่ยประมาณ 28–30 องศาเซลเซียส

### ลักษณะดิน

ลักษณะดินในเขตพื้นที่ตำบลป่าไผ่ มีลักษณะเป็นดินร่วนปนทราย โดยมีเนื้อละเอียดที่สุด ยึดหยุ่นเมื่อเปียกน้ำ เหนียวติดมือ ปั้นเป็นก้อนหรือคลึงเป็นเส้นยาวได้ พังทลายได้ยาก การอุ้มน้ำดี จับยึดหรือแลกเปลี่ยนอาหารพืชได้ค่อนข้างสูง จึงมีธาตุอาหารพืชอยู่มาก โดยสรุปคือเป็นดินที่มีทราย ประกอบอยู่ร้อยละ 40 และมีดินร่วนประกอบอยู่ร้อยละ 60 (ภาพที่ 5) (เทศบาลตำบลป่าไผ่, 2563)

### จำนวนประชากร

ประชากรในเขตเทศบาลจำนวน 13,042 คน และจำนวนหลังคาเรือน 5,628 หลังคาเรือน (เทศบาลตำบลป่าไผ่, 2563)

### สภาพทางเศรษฐกิจ

ประชากรประกอบอาชีพทางเกษตรกรรม อาชีพหลักคือ การทำนา ทำสวน ส่วนอาชีพนอกภาคเกษตรกรรม ได้แก่ อาชีพรับจ้าง ทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม และลูกจ้างหน่วยงานราชการ เป็นต้น

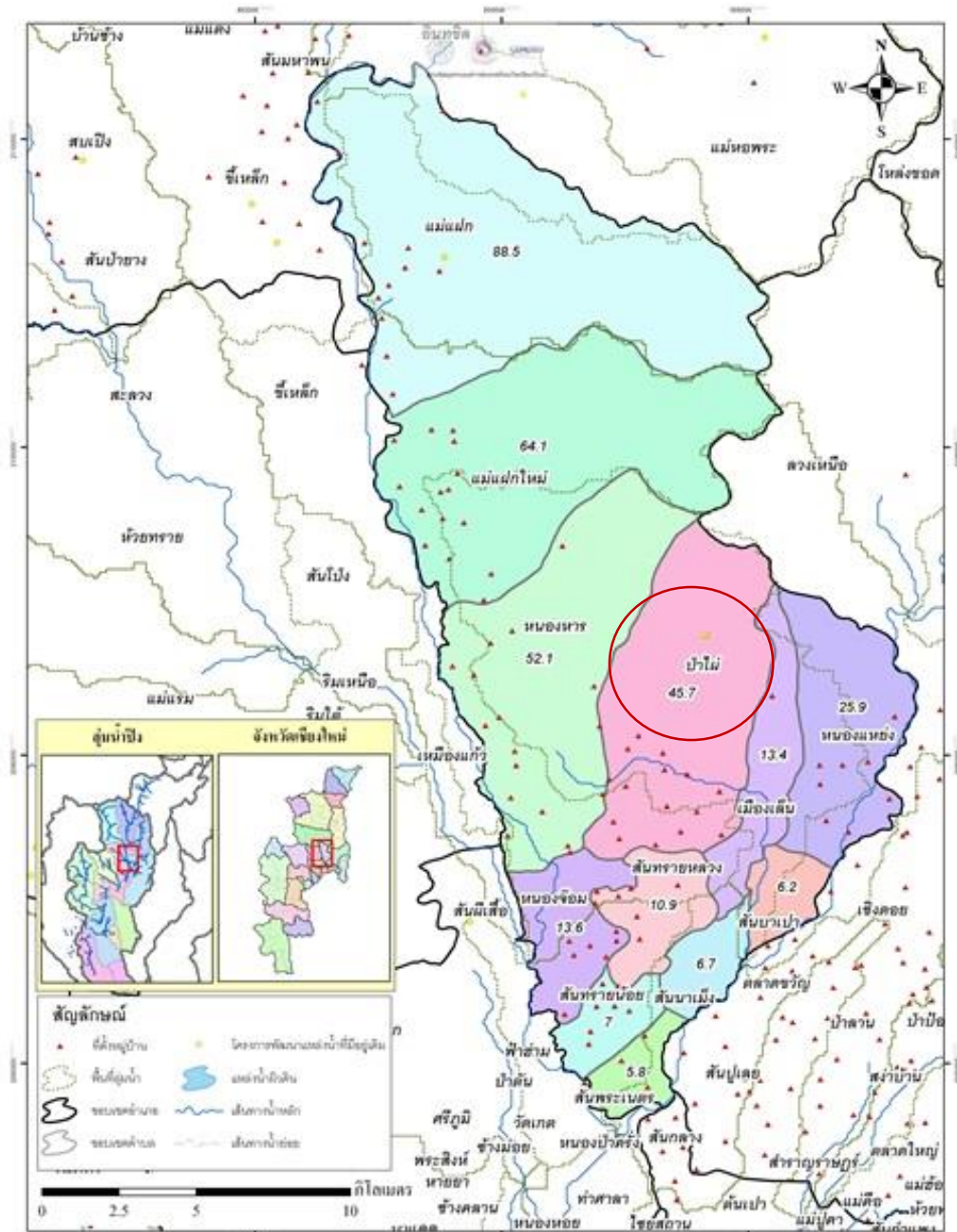
### การแบ่งเขตการปกครองส่วนท้องถิ่น

เทศบาลตำบลป่าไผ่ครอบคลุมพื้นที่ตำบลป่าไผ่ (เฉพาะนอกเขตเทศบาลเมืองแม่โจ้และเทศบาลตำบลสันทรายหลวง) แบ่งเขตการปกครอง เป็น 17 หมู่บ้าน

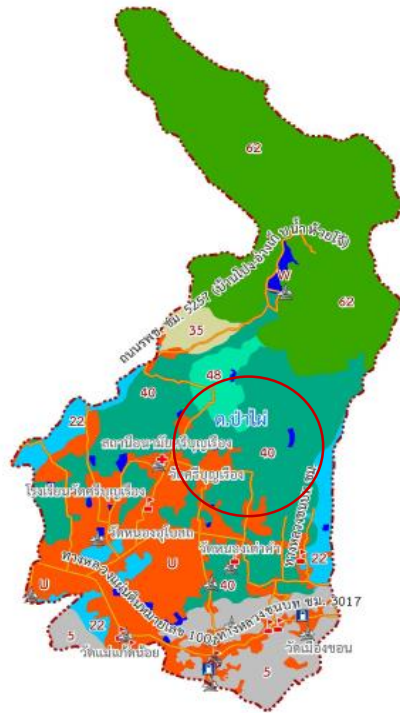
- |                         |                                     |
|-------------------------|-------------------------------------|
| หมู่ 1 บ้านเมืองซอน     | หมู่ 10 บ้านหนองโปลา**              |
| หมู่ 2 บ้านหนองเต่าคำ   | หมู่ 11 บ้านท่ายาว                  |
| หมู่ 3 บ้านป่าไผ่       | หมู่ 12 บ้านหม้อ                    |
| หมู่ 4 บ้านป่าเหมือด*   | หมู่ 13 บ้านสหกรณ์นิคมทรายแก้วพัฒนา |
| หมู่ 5 บ้านแม่แกดน้อย** | หมู่ 14 บ้านหนองหลวงพัฒนา           |
| หมู่ 6 บ้านโป่ง         | หมู่ 15 บ้านเกษตรพัฒนา              |
| หมู่ 7 บ้านศรีบุญเรือง  | หมู่ 16 บ้านหนองป่าข้าว             |
| หมู่ 8 บ้านศรีวังธาร    | หมู่ 17 บ้านแพะใต้พัฒนา             |
| หมู่ 9 บ้านห้วยสะแล่ง   |                                     |

\*ขึ้นกับเทศบาลตำบลสันทรายหลวง

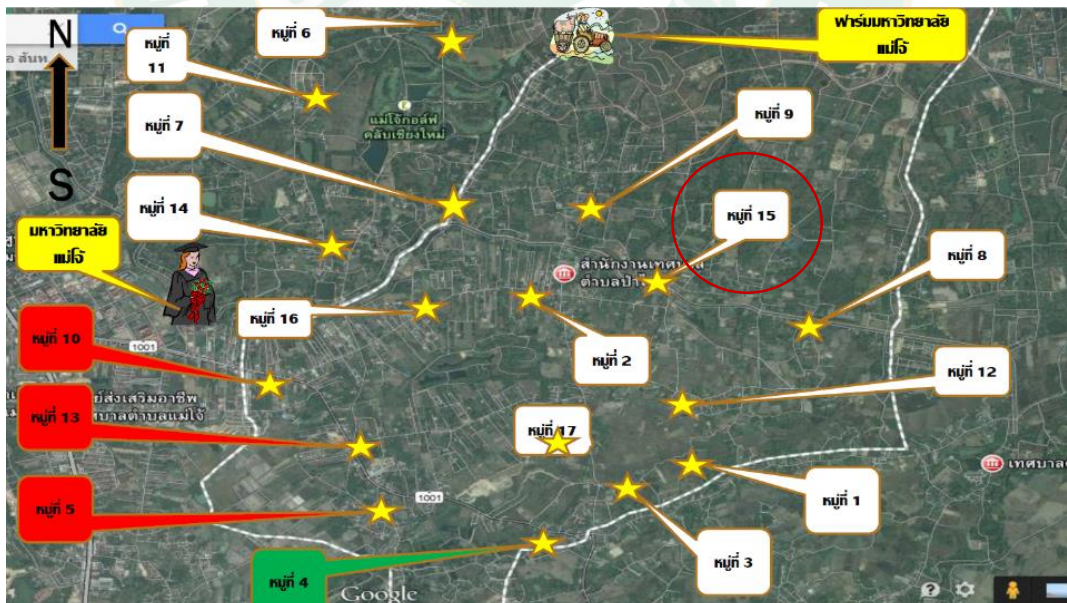
\*\*ขึ้นกับเทศบาลเมืองแม่โจ้



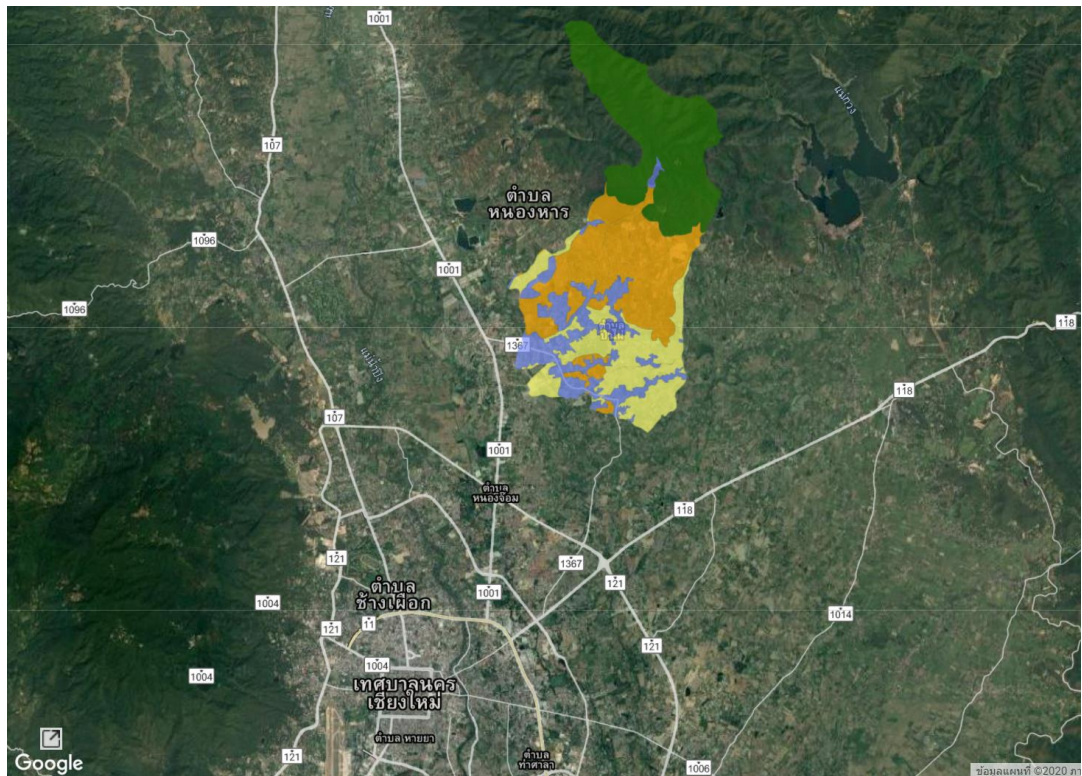
ภาพที่ 2 แผนที่แสดงพื้นที่เขตปกครองรายตำบลในอำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่  
ที่มา: ระบบสารสนเทศจังหวัดเชียงใหม่ (shorturl.at/eAQ02), (3 ตุลาคม 2563)



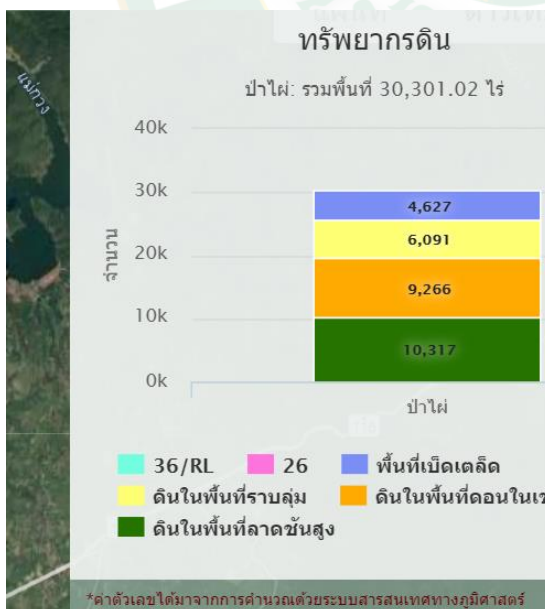
ภาพที่ 3 แผนที่แสดงอาณาเขตตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่  
ที่มา: กรมพัฒนาที่ดิน, <http://agri-map-online.moac.go.th/> (3 ตุลาคม 2563)



ภาพที่ 4 ภาพถ่ายทางอากาศอาณาเขตตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่  
ที่มา: สำนักงานเกษตรอำเภอสันทราย,  
<http://www.chiangmai.doae.go.th/KM/pdf/mrcf/mrcf2.pdf> (3 ตุลาคม 2563)



ภาพที่ 5 ภาพถ่ายทางอากาศทรัพยากรดินในพื้นที่ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่  
ที่มา: กรมพัฒนาที่ดิน, <http://agri-map-online.moac.go.th/> (3 ตุลาคม 2563)



ทรัพยากรดินในพื้นที่ตำบลป่าไผ่ รวมพื้นที่ 30,301 ไร่ (ภาพที่ 6)

- ดินในพื้นที่ลาดชันสูง ร้อยละ 34.94
- ดินในพื้นที่ตอนในเขตดินแห้ง ร้อยละ 30.57
- ดินในพื้นที่ราบลุ่ม ร้อยละ 20.10
- พื้นที่เบ็ดเตล็ด ร้อยละ 15.27

ภาพที่ 6 ร้อยละของทรัพยากรดินในพื้นที่ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่  
ที่มา: <http://agri-map-online.moac.go.th/> (3 ตุลาคม 2563)

เทศบาลตำบลป่าไผ่ได้จัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ. 2559–2561) โดยกำหนดยุทธศาสตร์

5 แนวทางการพัฒนา ประกอบด้วย

1. ยุทธศาสตร์การพัฒนาโครงสร้างพื้นฐาน (ประกอบด้วย 5 แนวทางการพัฒนา)
  - 1.1 การพัฒนาซ่อมแซมปรับปรุงเส้นทางคมนาคม
  - 1.2 การพัฒนาขยายเขตไฟฟ้าสาธารณะ
  - 1.3 การพัฒนาแหล่งน้ำเพื่อการเกษตรและการท่องเที่ยว
  - 1.4 การพัฒนาแหล่งน้ำเพื่อการอุปโภคและบริโภค
  - 1.5 การพัฒนาระบบระบายน้ำป้องกันอุทกภัย
2. ยุทธศาสตร์การพัฒนาเศรษฐกิจตามแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงอย่างยั่งยืน (ประกอบด้วย 3 แนวทางการพัฒนา)
  - 2.1 การส่งเสริมโครงการครอบครัวพอเพียง
    - 2.1.1 การผลิตอาหารสัตว์
    - 2.1.2 การผลิตปุ๋ยอินทรีย์ธรรมชาติ
    - 2.1.3 การส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ในครัวเรือน
    - 2.1.4 ส่งเสริมรณรงค์การคัดแยกขยะในครัวเรือน
    - 2.1.5 ส่งเสริมการปลูกพืชผักอินทรีย์
    - 2.1.6 สนับสนุนการทำบัญชีครัวเรือน เพื่อรู้รายรับ รายจ่าย
    - 2.1.7 การทำแก๊สชีวภาพในครัวเรือน
    - 2.1.8 การเผาถ่านทำน้ำส้มควันไม้
    - 2.1.9 สร้างจิตสำนึกให้กับประชาชนในหมู่บ้านให้หันมาพึ่งตนเอง เน้นคุณธรรม และจริยธรรมเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน
  - 2.2 ส่งเสริมการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงเกษตรในชุมชน
  - 2.3 ส่งเสริมกลุ่มอาชีพและกลุ่มหัตถกรรมในชุมชน
3. ยุทธศาสตร์การบริหารจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (ประกอบด้วย 4 แนวทางการพัฒนา)
  - 3.1 การทำฝายชะลอความชุ่มชื้นตามแหล่งน้ำธรรมชาติ
  - 3.2 งดการเผาขยะและเศษใบไม้เพื่อการทำปุ๋ยหมักอินทรีย์ธรรมชาติ
  - 3.3 ปลูกป่าและบวชป่าชุมชน
  - 3.4 ลดการใช้สารเคมีในไร่นา

4. ยุทธศาสตร์การอนุรักษ์สืบสานศิลปวัฒนธรรมภูมิปัญญาในท้องถิ่น (ประกอบด้วย 5 แนวทางการพัฒนา)
  - 4.1 อนุรักษ์งานหัตถกรรมในชุมชน
  - 4.2 อนุรักษ์และส่งเสริมศิลปปะนาฏศิลป์ดนตรีพื้นเมืองและดนตรีร่วมสมัย
  - 4.3 ส่งเสริมการเรียนรู้ภาษาถิ่น (ตัวเมือง)
  - 4.4 อนุรักษ์ภูมิปัญญาการต้มเหล้าชุมชน
  - 4.5 สืบสานงานบุญประเพณี 12 เดือน
5. ยุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน (ประกอบด้วย 5 แนวทางการพัฒนา)
  - 5.1 ส่งเสริมการศึกษาของบุตรหลานทุกระดับ
  - 5.2 ส่งเสริมอาชีพให้กับผู้ด้อยโอกาสและผู้ว่างงาน
  - 5.3 การพัฒนาระบบสาธารณสุขในชุมชน
  - 5.4 การป้องกันและเฝ้าระวังปัญหายาเสพติดและโรคติดต่อ
  - 5.5 การป้องกันความปลอดภัยในทรัพย์สินและความสงบเรียบร้อยในชุมชน
6. ยุทธศาสตร์การพัฒนาบริหารชุมชนและจัดระเบียบชุมชน (ประกอบด้วย 3 แนวทางการพัฒนา)
  - 6.1 พัฒนาโครงสร้างพื้นฐานในชุมชน
    - ถนน
    - น้ำประปา
    - ไฟฟ้า
    - ร้านค้าชุมชน
    - ที่ดินทำกิน
  - 6.2 ส่งเสริมกิจกรรมที่สร้างความเข้มแข็งและความสามัคคีในชุมชน
    - กีฬาประเพณี กิจกรรมนันทนาการ
    - กิจกรรมเยาวชนอาสาพัฒนาวัดและชุมชน
    - การประชุมและการมีส่วนร่วมในชุมชน

### ข้อมูลทั่วไปบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

บ้านเกษตรพัฒนา เดิมอยู่ในการปกครองของหมู่ที่ 2 บ้านหนองเต่าคำ ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย สภาพพื้นที่ของชุมชนยังเป็นวิถีเกษตรกรรม เนื่องจากเป็นเขตพื้นที่ราบของอำเภอสันทราย สภาพทรัพยากรยังมีป่าไม้ที่อุดมสมบูรณ์ ประชากรเป็นคนเมือง (ไทยวน) ที่อยู่อาศัยมาแต่ดั้งเดิม แต่เมื่อเวลาผ่านไปจำนวนประชากรและครัวเรือนที่เพิ่มมากขึ้น ประกอบกับการย้ายถิ่นฐานมาจากชุมชนอื่น ๆ ในปีพ.ศ. 2524 ทางราชการจึงได้แยกพื้นที่ออกเป็นบ้านหนองเต่าคำใหม่ หมู่ที่ 9 โดยมีนายบุญผาย สำราญ เป็นผู้ใหญ่บ้านคนแรก ช่วงเวลานั้นเส้นทางการคมนาคมยังเป็นดินลูกรัง ใช้น้ำจากแหล่งน้ำธรรมชาติ ลำห้วย หนอง บ่อน้ำ เพื่อการอุปโภคบริโภค มีไฟฟ้าใช้ในบางครัวเรือน

ในปีพ.ศ. 2533 ทางราชการเล็งเห็นว่าหมู่บ้านหนองเต่าคำใหม่มีพื้นที่การปกครองที่อยู่ห่างไกลกัน การติดต่อเป็นไปด้วยความยากลำบากลำบาก จึงอนุมัติแบ่งเขตการปกครองอย่างเป็นทางการโดยตั้งชื่อหมู่บ้านใหม่ว่า “บ้านเกษตรพัฒนา” หมู่ที่ 15 ในเดือนธันวาคม พ.ศ. 2533 โดยนายธนวัฒน์ (รัฐจวน) เคหา ได้รับการเลือกตั้งเป็นผู้ใหญ่บ้านคนแรก จนถึงปีพ.ศ. 2538 นายธนวัฒน์ ได้ลาออกเพื่อสมัครสมาชิกสภาจังหวัดเขตอำเภอสันทราย ชาวบ้านจึงแต่งตั้งให้นายอินพร หม่อมเป็นผู้ใหญ่บ้านแทน โดยอยู่ในตำแหน่งสองวาระ วาระละ 5 ปี จนถึงปีพ.ศ. 2548 เมื่อหมดวาระลงตามกำหนดพระราชบัญญัติส่วนราชการจึงได้คัดเลือกผู้ใหญ่บ้านในปี พ.ศ. 2549 นายบุญศรี วิริยาได้รับความไว้วางใจเข้ามาดำรงตำแหน่งแทน และในปีพ.ศ. 2560 มีการเลือกตั้งผู้ใหญ่บ้านคนใหม่ นายมนตรี หินมี ได้รับเลือกให้ดำรงตำแหน่งผู้ใหญ่บ้านเกษตรพัฒนาจนถึงปัจจุบัน

นายธนวัฒน์ (รัฐจวน) เคหา พ.ศ. 2533 - พ.ศ. 2538

นายอินพร หม่อม พ.ศ. 2538 - พ.ศ. 2548

นายบุญศรี วิริยา พ.ศ. 2549 - พ.ศ. 2560

นายมนตรี หินมี เมษายน พ.ศ. 2560 จนถึงปัจจุบัน

พัฒนาการของชุมชนหลังจากที่แยกการปกครองออกมาจากบ้านหนองเต่าคำใหม่หลังปีพ.ศ. 2534 เริ่มมีการปรับปรุงเส้นทางการคมนาคม การทำเกษตรมีทั้งแบบดั้งเดิมและการใช้เทคโนโลยีการเกษตรเข้ามาช่วยในการเพาะปลูก โดยการแนะนำของเจ้าหน้าที่ภาครัฐ ชีวิตความเป็นอยู่ของชาวบ้านก็เปลี่ยนแปลงตามสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป มีไฟฟ้า มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวกต่าง ๆ นอกเหนือจากการประกอบอาชีพทางการเกษตร มีการรับจ้างในหน่วยงานของภาครัฐ และเอกชน และค้าขายบ้าง

### สภาพภูมิประเทศ

บ้านเกษตรพัฒนามีภูมิประเทศเป็นที่ราบเชิงเขา ติดกับป่าสงวนแห่งชาติ ร้อยละ 40 เป็นพื้นที่ทางการเกษตร ร้อยละ 20 เป็นพื้นที่ที่สวนผลไม้ เช่น มะม่วง, ลำไย, ลิ้นจี่ เป็นต้น และร้อยละ 40 เป็นพื้นที่อาศัยของชาวบ้าน อยู่ในเขตรับผิดชอบของเทศบาลตำบลป่าไผ่ มีอาณาเขตดังนี้

ทิศเหนือ	ติดต่อกับป่าสงวนแห่งชาติ
ทิศตะวันออก	ติดต่อกับหมู่ที่ 2 บ้านหนองเต่าคำ และหมู่ที่ 8 บ้านศรีวังธาร
ทิศใต้	ติดต่อกับหมู่ที่ 8 บ้านศรีวังธาร
ทิศตะวันตก	ติดต่อกับหมู่ที่ 9 บ้านหนองเต่าคำใหม่

### ข้อมูลประชากร

- ประชากร 287 ครัวเรือน จำนวน 691 คน เป็นชาย 336 คน เป็นหญิง 355 คน
- ประชากรแฝง 30 ครัวเรือน (อาช้, ล่าหู่-ย้ายเข้ามาอยู่ในปี 2557, ไทใหญ่)

### การประกอบอาชีพ

- เกษตรกรรม (ทำไร่/ทำนา/ทำสวน/เลี้ยงสัตว์)
- ค้าขาย
- ทำงานประจำ/รับราชการ
- ทำงานประจำเอกชน/บริษัท/โรงงาน
- อื่น ๆ

### ทรัพยากรธรรมชาติ

- ลำคลอง 3 สาย (ห้วยสะแห่่ง, ห้วยดง, ห้วยส้ม)
- เป็นพื้นที่รับน้ำจากเขื่อนแม่กวง, เขื่อนแม่จืด
- ป่าชุมชน 72 ไร่

### ข้อมูลกลุ่มองค์กร

1. กลุ่มเกษตรกรทำนา
2. กลุ่มผู้สูงอายุ
3. กลุ่มเยาวชน
4. ร้านค้าชุมชน
5. วิสาหกิจชุมชนผู้ผลิตปุ๋ยอินทรีย์บ้านเกษตรพัฒนา

## ด้านศาสนา

ประชาชนในหมู่บ้านเกษตรพัฒนามีการนับถือศาสนาพุทธ และศาสนาคริสต์

## ด้านวัฒนธรรม

ประเพณีทางวัฒนธรรมที่สำคัญในรอบปี

มกราคม	ทำบุญวันขึ้นปีใหม่, ทำบุญข้าวใหม่
มีนาคม	วันมาฆบูชา, ประเพณีเดือน 6 เป็ง ขึ้นดอยแทนพระผาหลวง แข่งขันบ้องไฟ, สรงน้ำพระธาตุ
เมษายน	ประเพณีสงกรานต์ ประเพณีขนทรายเข้าวัด, พิธีรดน้ำดำหัว ผู้สูงอายุ, ประเพณีแห่ไม้ค้ำ
พฤษภาคม	วันวิสาขบูชา, ประเพณีเลี้ยงผีปู่ย่า
มิถุนายน	ประเพณีพ้อนผิมด, ถวายเทียนพรรษา
กรกฎาคม	ทำบุญวันเข้าพรรษา และ อาสาฬหบูชา
สิงหาคม	ประเพณีบวชป่า ปลุกป่า
กันยายน	ประเพณีเดือน 12 เป็ง
ตุลาคม	วันออกพรรษา, ทานสลากสลากภัต, ทอดกฐิน
พฤศจิกายน	ประเพณีเดือนยี่เป็ง
ธันวาคม	ประเพณีตานข้าวใหม่

## สถานที่สำคัญ

- วัดหนองเต่าคำ
- วัดดอยแทนพระผาหลวง
- โบสถ์คริสเตียน

## สถานที่ท่องเที่ยว

- อ่างเก็บน้ำห้วยโจ้
- แหล่งน้ำสาธารณะห้วยดง
- ป่าชุมชน

### วิสาหกิจชุมชนกลุ่มปุ๋ยเกษตรอินทรีย์บ้านเกษตรพัฒนา

เริ่มก่อตั้งเมื่อปี พ.ศ. 2555 และมีโครงการฝึกอบรมการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ปริมาณมากแบบไม่พลิกกลับกองวิธีวิศวกรรมแม่โจ้ 1 ตามโครงการพัฒนาอุตสาหกรรมอาหารอินทรีย์ จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อเป็นปัจจัยการผลิตพืชผักและข้าวอินทรีย์ สำหรับการบริโภคในชุมชนและเพิ่มศักยภาพการผลิตเพื่อการส่งออกที่มีราคาสูง และได้ปลูกพืชผักเพื่อเพิ่มรายได้ให้กับคนในชุมชน มีทั้งการทำนา ทำแปลงปลูกพืชหมุนเวียน เช่น ปลูกข้าวหอมมะลิ ปลูกพืชหมุนเวียน ได้แก่ ถั่วฝักยาว พริกหนุ่ม พริกชี้หนู พริกชี้ฟ้า มะเขือเจ้าพระยา หอม กระเทียม เป็นต้น

### รายได้ของกลุ่มวิสาหกิจ

1. รายได้จากปุ๋ยหมัก
  - 1.1 จำหน่ายปุ๋ยหมักให้สมาชิกในกลุ่มวิสาหกิจและในชุมชน
  - 1.2 จำหน่ายปุ๋ยหมักตามท้องตลาด
2. รายได้จากข้าวไรซ์เบอร์รี่
  - 2.1 บรรจุแพ็คเกจสุญญากาศส่งออกตามบูธ
  - 2.2 บรรจุแพ็คเกจสุญญากาศจำหน่ายทางออนไลน์
  - 2.3 ขายส่งไม่บรรจุแพ็คเกจ
  - 2.4 ส่งร้านค้าประชารัฐ ในชุมชน และ ส่งให้เครือข่ายผู้บริโภคข้าวอินทรีย์ในจังหวัดและต่างจังหวัด อีกทั้งออกบูธตามงานเกษตรต่างๆ
  - 2.5 กลุ่มมีมาตรการรองรับซื้อผลผลิตข้าวเปลือกคืนภายในกลุ่มเพื่อนำมาแปรรูปบรรจุแพ็คเกจสุญญากาศส่งออก

### เป้าประสงค์การผลิตปุ๋ยไม่พลิกกลับกอง

- ทำให้คนในชุมชนเกิดรายได้จากการทำปุ๋ยหมัก
- ทำให้ลดต้นทุนในการผลิตพืชผักโดยไม่ต้องไปซื้อปุ๋ยภายนอกชุมชน
- ทำให้คนในชุมชนมองเห็นความสำคัญของการใช้เวลาว่างให้เกิดรายได้

## 1.2 ข้อมูลกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ที่เข้าร่วมโครงการศึกษา

เป็นกลุ่มผู้สูงอายุของชุมชนบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ ที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป หรือผู้ที่อายุยังไม่ถึง 60 ปี แต่มีความสนใจในกิจกรรมการปลูกพืชผัก ผสมผสานเพื่อการบริโภคและแบ่งปัน จำนวนทั้งสิ้น 18 คน ดังนี้

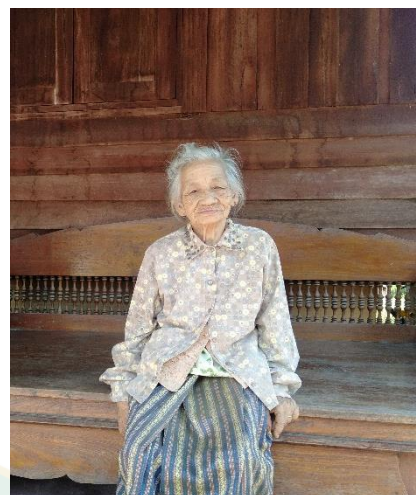
1. นางเกียง วิริยา
2. นายประยูร แสงประกูล
3. นายคำมูล มาแสง
4. นางบัวลพ คำดวง
5. นางอมรา สาคร
6. นายถวิล สุทธิวิชา
7. นางเครือวัลย์ ดวงคำ
8. นางคำปวน ก้อนธิ
9. นายประพันธ์ โปธิมา
10. นางบังอร มาแสง
11. นางศรี อินต๊ะ
12. นายบุญส่ง ดวงคำ
13. นายสุพัศ สมมิตร
14. นางอุทร สีลาเม
15. นางหล้า ชมชื่น
16. นางบัวผัด มายัง
17. นายสุพิน อินต๊ะ
18. นายชลธวัช อินต๊ะ

**สมาชิกกลุ่ม:** 1. นางเกียง วิริยา

อายุ: 89 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 65 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนอยู่ในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์ เนื้อที่ 2 งาน มีบุตรสาว 3 คน แต่งงานมีครอบครัว แยกบ้านอยู่ในหมู่บ้านใกล้เคียงกัน ในบริเวณบ้านนางเกียง วิริยา ปลูกไม้ผล มีต้นมะม่วง ลำไย มะละกอ พืชผักที่ปลูก เช่น พริก ข่า ตะไคร้ กะเพรา กุยช่าย คาวตอง เพื่อไว้ใช้ปรุงอาหารในครัวเรือน ไม่ต้องไปหาซื้อจากร้านค้า หรือตลาด โดยลูกหลานจะช่วยปลูกต้นไม้ ตัดหญ้า ตัดแต่งกิ่งไม้ให้เป็น บางครั้ง เนื่องจากมีอายุมาก ไม่สะดวกต่อกิจกรรมการเพาะปลูกแปลงรวม แต่ยินดีที่ได้ร่วมแบ่งปัน เมล็ดพันธุ์ต่างๆ ให้สมาชิกกลุ่ม

### กิจกรรมการปลูกพืชผัก

แปลงรวม	อนุเคราะห์เมล็ดพันธุ์ผักชี ผักกาด ฟักเขียว ถั่วฝักยาว
เฉพาะครัวเรือน	ให้ลูกหลานช่วยเตรียมกะละมังสำหรับหว่านเมล็ดผักชี, ปักชำผักแพวในหม้อดินเผาที่มีรูรั่ว, แยกหน่อตะไคร้ลงดิน

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะได้มีคนมาหา มาเยี่ยมเยียน ได้พูดคุย พบปะลูกหลาน ได้ร่วมแบ่งปันเมล็ดพันธุ์ผักที่ได้ตากแห้ง แล้วเก็บไว้

**สมาชิกกลุ่ม:** 2. ประยูร แสงประกูล

อายุ: 88 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 63 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนอยู่ในที่ดินตามเอกสารสิทธิ์จำนวน 2 งาน มีลูกสาว 2 คน คนโตเป็นแม่หม้าย มีลูกสาว 1 คน บ้านอยู่ในบริเวณเดียวกัน มีลูกสาวคนเล็กดูแลพ่อที่บ้าน นายประยูรเลี้ยงไก่บ้าน จึงมีไข่ไก่บริโภคตลอดปี เป็นการเลี้ยงแบบปล่อยตามธรรมชาติ นอนตามต้นไม้ แต่ทำที่วางไข่ให้สูงจากพื้นดิน มีหลังคากันแดดกันฝนให้ ส่วนการปลูกพืชผักภายในบ้าน จะให้ลูกหลานช่วยกันปลูกพืชที่กินได้ร่วมกับต้นไม้ใหญ่ที่มีอยู่ เช่น กะท้อน มะพร้าว เพกา มะม่วง มะเฟือง มะกรูด มะนาว ผักที่ปลูกมีเตย ชিং ข่า ตะไคร้ ชะอม ผักกาด ผักบุ้ง ตั้งโอ้ ต้องใช้ตาข่ายป้องกันไก่เข้าจิกแปลงผัก

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | ร่วมประชุมกลุ่ม, อนุเคราะห์ปุ๋ยหมักเพื่อใช้ในการเกษตรของกลุ่มจากมูลไก่ที่ตนเองเลี้ยง, แบ่งปันเมล็ดพันธุ์ผักชี พริกขี้หนู มะเขือ ถั่วฝักยาว |
| เฉพาะครัวเรือน | มีแปลงปลูกผักเดิมในพื้นที่ที่ล้อมด้วยตาข่ายพรางแสงไว้แล้ว จึงหว่านเมล็ด ผักกาด ผักชี และหอมแบ่ง  |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะได้ใช้พื้นที่ให้เกิดประโยชน์ ถือเป็นโอกาสที่จะยกเรื่อง พรวนดินแปลงที่มีอยู่เดิม เพื่อปลูกพืชผักสวนครัวไว้บริโภค และแบ่งปันให้เพื่อนสมาชิกในกลุ่มด้วย แต่การเข้าร่วมกิจกรรมแปลงรวมไม่สามารถทำได้อย่างเต็มที่ เพราะปัญหาสุขภาพ

**สมาชิกกลุ่ม:** 3. นายคำมูล มาแสง

อายุ: 80 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 5 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์จำนวนสามงาน มีลูกหลานหลายคน แยกย้ายกันมีครอบครัวอยู่ในชุมชนนี้ บริเวณหน้าบ้านปลูกพืชผักสวนครัว มีบ่อน้ำลึกแบบปิด พร้อมอุปกรณ์สูบน้ำขึ้นถึงเก็บน้ำเพื่อรดน้ำต้นไม้ โดยมีลูกสาวและลูกชายที่อยู่บ้านใกล้เคียงเป็นผู้ช่วยในการทำสวนผัก โดยชนิดผักที่ปลูกจะเป็นผักที่มีอายุเก็บเกี่ยวปานกลาง (3-6 เดือน) เช่น สารระแห่น ตะไคร้, ชิง, ข่า, ผักชี, ชะพลู, มะกรูด, มะนาว, ส่วนไม้ใหญ่จะมีพวก แคป่า, สะเดา, มะขาม ซึ่งมีต้นมะขามขนาดใหญ่หลายต้นปลูกเป็นรั้วบ้านด้านที่ติดกับถนน ยอดมะขาม ฝักอ่อน ฝักแก่ มีรสเปรี้ยว นำมาปรุงอาหาร และขายได้

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |   |
|----------------|---|
| แปลงรวม        | แบ่งปันปุ๋ยหมักที่ทำขึ้นใช้เองจากการใช้เศษกิ่งไม้ไปไม้ร่วมกับปุ๋ยคอกและฟางข้าว หมักไว้ในวงบ่อซีเมนต์  |
| เฉพาะครัวเรือน | ปลูกผักลงแปลงบริเวณใต้ต้นไม้ใหญ่ที่มีแสงรำไร และรอบบ่อน้ำหน้าบ้าน ได้แก่ ใบชะพลู คาวตอง ผักชีฝรั่ง และปักชำสาระแห่นในกะละมังสังกะสีที่ชำรุดแล้ว |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะชอบปลูกพืชผักต่าง ๆ เป็นประจำอยู่แล้ว และลูกหลานช่วยดูแลรักษาพืชผักด้วย สะดวกต่อการทำอาหาร บางอย่างเป็นผักชูรสที่ใช้ในปริมาณไม่มาก สามารถหาได้รอบ ๆ บ้าน ไม่ต้องเสียเงินซื้อ

**สมาชิกกลุ่ม:** 4. นางบัวลพ คำดวง

อายุ: 78 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 62 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์ จำนวน 1 ไร่ มีลูกชายคนเล็กและหลานปลูกบ้านในบริเวณเดียวกัน ส่วนใหญ่จะเป็นผู้ประกอบอาหารตอนเย็นสำหรับคนในครอบครัว จึงปลูกพืชผักสวนครัวหลากหลายชนิดไว้รอบบ้าน ทั้งการปลูกลงดินและปลูกในวงบ่อซีเมนต์ และพื้นที่หลังครัว เพื่อง่ายต่อการประกอบอาหาร หรือเป็นเครื่องเคียงของน้ำพริกต่าง ๆ ซึ่งเป็นอาหารที่ชื่นชอบประจำบ้าน

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |   |
|----------------|---|
| แปลงรวม        | ประชุมกลุ่ม, หวานเมล็ดในแปลงรวม   |
| เฉพาะครัวเรือน | ปลูกลงดินบนพื้นที่ว่างโดยรอบบ้าน, ปลูกในวงบ่อซีเมนต์ ทั้ง กะเพรา โหระพา สะระแหน่ ชะพลู ใบแมงลัก และใช้กะละมัง ถังน้ำเก่าที่มีรูรั่วมา ปลูกพืชผักที่ใช้ปรุงรส พริกต้นหอม ผักชีฝรั่ง คื่นช่าย หอมแบ่ง |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะโดยปกติจะทำอาหารทานเองเกือบทุกมื้อ การปลูกพืชผักภายในบ้าน สามารถเลือกผักที่ต้องการ ไม่ต้องเดินทางไปซื้อผักที่ตลาดบ่อย ๆ ผักที่ได้ไม่มีการใช้สารเคมี และช่วยลดค่าใช้จ่ายของลูกหลาน

**สมาชิกกลุ่ม:** 5. นางอมรา สาคร

อายุ: 70 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 31 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

อยู่ในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์ตามกฎหมายที่ดินจำนวน 2 งาน มีที่นาเช่าจากราชพัสดุ 3 ไร่ จำนวน 1 แปลง จ้างคนมาช่วยทำนา และมีสวนผลไม้อยู่ห่างจากบ้าน 1 กิโลเมตร มีบ้านให้เช่าอยู่ในสวน ให้ผู้เช่าเก็บกินผักผลไม้ได้ แต่ห้ามนำไปจำหน่าย ยังมีความคล่องแคล่วและไม่ชอบอยู่เฉย จึงทำสวนผลไม้หลากหลาย ทั้ง กะท้อน ขนุน มะม่วง บำรุงด้วยน้ำปุ๋ยหมักที่ทำขึ้นเองจากการอบรมของกลุ่มวิสาหกิจชุมชนการทำปุ๋ยหมักของหมู่บ้าน นำไปรดต้นไม้ พืชผักให้งาม ซึ่งน้ำปุ๋ยหมักยังสามารถนำไปรดกองใบไม้ใช้เวลาประมาณ 1 เดือน จะย่อยสลายเอง หรือนำไปใช้ทำปุ๋ยแห้งใส่ต้นไม้ได้ ส่วนการปลูกพืชผัก ปลูกเพื่อบริโภคเป็นหลักใช้วิธีหว่านในแปลงเพาะ แล้วแยกไปปลูกตามที่ต้องการ

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | ประชุมกลุ่ม, ร่วมเตรียมแปลงและวัสดุปลูก, อนุเคราะห์ปุ๋ยหมัก, น้ำหมัก สมุนไพรไล่แมลง, แกนนำกลุ่มที่ร่วมติดตามและประเมินผล   |
| เฉพาะครัวเรือน | ทำแปลงขนาดเล็กข้างบ้านสำหรับพืชผักสวนครัว ได้แก่ ผักกวางตุ้ง ผักชี ผักบุ้ง โดยดินปลูกจากปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพที่สร้างขึ้นไว้ใช้เองภายในบ้าน รวมถึงการทำน้ำหมักจากสมุนไพรต่างๆ |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะมีความสนใจเรื่องการทำปุ๋ยหมัก และได้เข้าร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องทางการเกษตรหลายครั้ง สามารถนำความรู้ที่ได้การอบรมแบ่งปันสมาชิกภายในกลุ่มได้

**สมาชิกกลุ่ม:** 6. นายถวิล สุทธิวิชา

อายุ: 69 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 61 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน พื้นที่อยู่อาศัยและการเกษตรอยู่ในที่ สปก. (สำนักงานปฏิรูปเพื่อการเกษตร) จำนวน 1 ไร่ ดินคลองชลประทานเล็กๆ ส่งน้ำจากเขื่อนแม่กวง เลี้ยงไก่พันธุ์พื้นเมืองเพื่อใช้บริโภคในครัวเรือนและจำหน่ายเป็นอาชีพเสริม มีไข่ไก่รับประทานตลอดปี เลี้ยงไก่แบบปล่อยให้หาอาหารกินตามธรรมชาติ และให้อาหารอื่น ๆ จำพวก ข้าวเปลือก ปลายข้าว ในบางโอกาส ชังคอกในเวลากลางคืน บางตัวกินนอนบนต้นไม้บ้าง มีคอกไก่อยู่แยกจากบ้าน มีอาชีพเสริม คือรับจ้างตักแต่งกิ่งไม้ ตัดหญ้า เกี่ยวข้าว รับจ้างทำสวนประจำหมู่บ้าน ส่วนการปลูกพืชผัก ส่วนใหญ่เพื่อบริโภค เช่น ผักบุ้ง สารแหน่ ตะไคร้ ต้นหอม ผักชี คาวตอง ชะพลู ชিং ข่า ผักไผ่ พริก แมงลัก กะเพรา บวบ ฟักเขียว มะกรูด มะนาว

### กิจกรรมการเกษตร

แปลงรวม	ร่วมเตรียมแปลงและวัสดุปลูก, กำจัดวัชพืช
เฉพาะครัวเรือน	ปลูกพืชผักสวนครัวในพื้นที่รอบบ้าน โดยทำแปลงเล็ก ๆ สำหรับพืชที่ใช้เมล็ดหวาน เช่น ผักกาด ผักชี ส่วนสมุนไพรและเครื่องเทศ ปลูกในพื้นที่ร่มไม้ใหญ่ที่มีแสงรำไร ส่วนใหญ่แยกมาปลูกจากพืชผักที่มีอยู่แล้ว

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะสามารถนำพืชผักที่ปลอดภัยมาประกอบอาหารเอง ลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน และถือว่ายังได้ออกกำลังกายเล็กๆ น้อยๆ ได้ใช้พื้นที่ว่างภายในบ้านให้เกิดประโยชน์สูงสุด และได้แบ่งปันเมล็ดพันธุ์พืชผักและมูลไก่ให้เพื่อนสมาชิก

**สมาชิกกลุ่ม:** 7. นางเครือวัลย์ ดวงคำ

อายุ: 67 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 83 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ปลูกบ้านอยู่ในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์ของตนเองเนื้อที่ประมาณ 3 งาน พักอาศัยกับบุตรสาว และลูกเขย เป็นพนักงานบริษัท มีหลานสาว 1 คน แต่งงานแล้วแยกครอบครัวไปอยู่ที่อื่น ในบริเวณบ้านมีต้นมะม่วง ขนุน ลำไย และพืชผักสวนครัวอื่น ได้แก่ พริก มะเขือ โหระพา ขิง ข่า ตะไคร้ คาวตอง ผักแพว กุยช่าย ตำลึง มะนาว มะกรูด กิจกรรมที่เข้าร่วมกับชุมชน ได้แก่ การถางหญ้า ปลูกป่า บวชป่า

### กิจกรรมการเกษตร

แปลงรวม	ร่วมเตรียมแปลงปลูก, หวานเมล็ดพันธุ์, กำจัดวัชพืช
เฉพาะครัวเรือน	แยกต้นกุยช่าย ผักแพว ลงปลูกในวงยางรถยนต์, ปลูกมะเขือ ชะพลู กะเพรา บริเวณใกล้บ่อน้ำหน้าบ้าน

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะได้พบปะพูดคุยกับสมาชิกภายในกลุ่ม ได้แบ่งปันพืชผักให้แก่กัน การดูแลพืชผักสวนครัวภายในบ้าน มีสมาชิกในบ้านร่วมกันดูแล

**สมาชิกกลุ่ม:** 8. นางคำปวน ก้อนธิ

อายุ: 63 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 36 หมู่ที่ 15 บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่  
อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนอยู่ในที่ดินของตนเองที่มีเอกสารสิทธิ์ จำนวน 2 งาน ทำนาร่วมกับสามี นายสิงห์คำ ก้อนธิ จำนวน 7 ไร่ เป็นนาเช่าอยู่ในหมู่ที่ 2 ในเขตชลประทาน ทำนาปีละ 2 ครั้ง หลังนาช่วงหน้าแล้งปลูกถั่วชนิดต่างๆ และแตงกวา มีลูกสาว 2 คน ออกไปทำงานนอกบ้านทุกวัน หลานสาว 4 คน คนโตเข้าเรียนมหาวิทยาลัย เรียนมัธยมปลาย และมัธยมต้นตามลำดับ โดยนายสิงห์คำใช้รถจักรยานยนต์พ่วงข้างรับ-ส่งหลานคนที่ 4 ที่โรงเรียนอนุบาลในหมู่ที่ 7

การปลูกพืชผักในบ้านเพื่อนำมาประกอบอาหารให้ลูกหลาน ปลูกผักหมุนเวียนตลอดปี มีทั้งผักบุ้ง ผักกาด ปวยเล้ง ผักโขม ผักชีหูด คื่นช่าย มะเขือพวง มะเขือเทศ พริก โหระพา กะเพรา พริกเขียวยขจร ตำบึง ผักหวาน หอมแบ่ง ชিং ข่า ขมิ้น ไพล สะพลู ผักไผ่ กุยช่าย ตะไคร้ คาวตอง ผักชี เชียงดา ชะอม กัลฉ่าย มะกรูด มะนาว มะม่วง มะขาม

### กิจกรรมการเกษตร

- |            |   |
|------------|---|
| แปลงรวม    | ประชุมกลุ่ม และให้สามีนายสิงห์คำช่วยในการยกแปลงรวม พรวนดิน และกำจัดวัชพืช เพราะมีปัญหาเรื่องการเก็บเข้า   |
| เฉพาะบุคคล | ปลูกพืชผักสวนครัวภายในบริเวณบ้านร่วมกับสามี และลูกหลาน มีการหมุนเวียนเปลี่ยนไปทั้งปี เพื่อบริโภคเป็นหลัก ส่วนสมุนไพรและเครื่องเทศจะปลูกโดยรอบบ่อน้ำ ในถังสีและกะละมังที่ไม่ได้ใช้แล้ว |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะอยู่กันแบบครอบครัวใหญ่ การปลูกพืชผักหลากหลายชนิดเพื่อปรุงอาหาร ช่วยให้ประหยัดค่าใช้จ่ายภายในบ้าน ไปตลาดนาน ๆ ครั้ง

**สมาชิกกลุ่ม:** 9. นายประพันธ์ โปธิมา

อายุ: 63 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 13 หมู่ที่ 15 บ้านเกษตรพัฒนา  
ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

จบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อาศัยในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์จำนวนสองไร่ครึ่ง ทำสวนไม้ผล ได้แก่ ลำไย มะม่วง และพวกไม้ยืนต้น เช่น มะกรูด มะยม แคน หลากหลายชนิด อาศัยอยู่ร่วมกับลูกสาวและลูกเขย มีรายได้จากเบี้ยบำนาญ และรายได้เสริมจากการทำสวนมะม่วง ลำไย ส่วนพืชผักสวนครัวมีหลายชนิด เช่น ต้นหอม พริก กระเจี๊ยบ ถั่ว บวบ แตง ชিং ข่า กระชาย เขียงดา และอื่นๆ กิจกรรมเกี่ยวกับชุมชนที่ได้เข้าร่วม คือการทำปุ๋ยหมักชุมชน ร่วมสร้างศาลาชุมชน และการพัฒนาหมู่บ้าน เช่น การตัดหญ้า เป็นต้น

### กิจกรรมการเกษตร

แปลงรวม	ร่วมเตรียมแปลง พรวนดิน, กำจัดวัชพืช, ร่วมกิจกรรมเยี่ยมชมสวน
เฉพาะครัวเรือน	ปลูกพืชผักสวนครัวโดยรอบบ้าน ปลูกถั่วฝักยาวริมรั้วและทำค้ำเป็นแนวยาว เพื่อความเป็นระเบียบและสวยงาม

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมาก เพราะเป็นการส่งเสริมให้เกิดการรวมกลุ่ม ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ได้บริโภค ได้แบ่งปัน และใช้ที่ดินว่างเปล่าให้เกิดประโยชน์ ทั้งยังเสนอแนะว่า ถ้ามีการปลูกให้เป็นระเบียบ สวยงาม ก็เหมือนกับเป็นการจัดสวนไปในตัว ได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และออกกำลังไปในตัว

**สมาชิกกลุ่ม:** 10. นางบังอร มาแสง

อายุ: 62 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 4 หมู่ที่ 15 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

อาชีพเกษตรกร ทำนาร่วมกับสามีบนพื้นที่ 6 ไร่ อยู่ห่างจากบ้านประมาณ 2 กิโลเมตร ปลูกข้าวเหนียว อยู่ในเขตชลประทาน มีน้ำเพียงพอตลอดฤดูกาลทำนา โดยจ้างรถไถพรวนดิน และเก็บเกี่ยว ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ที่ได้เข้าร่วมการฝึกอบรมของหมู่บ้าน รวมถึงการทำน้ำหมักจากธรรมชาติเพื่อช่วยปราบโรคและแมลง หลังฤดูกาลทำนาจะปลูกพืชผักเพื่อจำหน่าย เช่น ถั้วฝักยาว แตงกวา มะเขือเทศ โดยมีแม่ค้ามารับซื้อถึงสวน ส่วนการปลูกพืชผักภายในบ้าน เป็นพืชผักที่ใช้ปรุงอาหาร บริเวณรั้วริมถนนมีผักฮ้วน ผักเชียงดา และสำหรับทำเครื่องแกง ประกอบด้วย ตะไคร้ ขมิ้น ข่า พริก เป็นต้น

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | ร่วมเตรียมแปลง พรวนดิน, กำจัดวัชพืช, แขนน้ำกลุ่มในกิจกรรมเยี่ยมชมสวน, อนุเคราะห์ปุ๋ยหมัก น้ำหมักไล่แมลง  |
| เฉพาะครัวเรือน | ปลูกพืชผักที่ต้องอาศัยค้างบริเวณริ้วหน้าบ้าน พวกผักที่ใช้ปรุงรสอาหาร พวกผักชี โหระพา ผักไผ่ ปลูกในที่ว่างหลังครัว ถ้ายอดฝักยาว ก็จะเด็ดปักชำในกระถางเก่าๆ สะดวกต่อการปรุงอาหาร |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมาก เพราะปลูกพืชผักแบบอินทรีย์ตามโครงการของชุมชนอยู่แล้ว จึงมีความรู้พอที่จะแบ่งปันสมาชิกภายในกลุ่มได้ เป็นการส่งเสริมให้สมาชิกทำปุ๋ยอินทรีย์ไว้ใช้เองโดยใช้สมุนไพรที่มีอยู่ใกล้ตัว ช่วยลดค่าใช้จ่าย และพืชผักที่ได้ปลอดภัยต่อการรับประทาน

**สมาชิกกลุ่ม:** 11. นางศรี อินตะ (หัวหน้ากลุ่ม)

อายุ: 62 ปี

ที่อยู่: เลขที่ 14 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

อาศัยในที่ดินที่มีเอกสารสิทธิ์ จำนวน 4 ไร่ และมีที่นาอยู่ในหมู่ที่ 12 จำนวน 6 ไร่ ปลูกข้าวโดยใช้ปุ๋ยอินทรีย์ที่ได้ร่วมการอบรมของหมู่บ้าน นายมาลี อินตะ สามี เลี้ยงวัว 25 ตัว และทำสวนผัก มีสระเก็บน้ำในฤดูฝน มีลูกชาย 1 คน ทำงานบริษัทในกรุงเทพฯ ส่งเงินให้พ่อแม่เพื่อปลูกบ้านและใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น

เนื่องจากมีพื้นที่ว่างหน้าบ้านติดเส้นทางสัญจรหลักของหมู่บ้าน จึงเป็นสถานที่จัดทำโครงการต่าง ๆ ของหมู่บ้านที่เกี่ยวกับการเกษตร เช่น โครงการ 9101 ตามรอยเท้าพ่อ ภายใต้ร่มพระบารมี เพื่อการพัฒนาการเกษตรอย่างยั่งยืน เป็นการส่งเสริมการปลูกผักปลอดสารพิษ มีแปลงปลูกพืชที่ติดตั้งระบบสปริงเกอร์ไว้แล้ว จึงอนุเคราะห์ให้กลุ่มผู้สูงอายุให้เป็นสถานที่ดำเนินกิจกรรมแปลงรวมของการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน โดยรอบบ้านจึงปลูกพืชผักสวนครัวหลากหลายชนิด เพราะมีอาชีพเสริมคือการรับจ้างทำอาหารตามงานเลี้ยง หรืองานบุญต่าง ๆ ด้วย การปลูกพืชผักชนิดต่าง ๆ เพื่อทั้งการบริโภค และเป็นวัตถุดิบประกอบอาหาร

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | ให้สถานที่สำหรับการทำแปลงรวมการปลูกพืชผัก, ประชุมกลุ่ม, แกนนำกลุ่ม ในการติดตามความก้าวหน้าและประเมินผล ร่วมเตรียมแปลง พรวนดิน, กำจัดวัชพืช, เปิดสปริงเกอร์เพื่อรดน้ำแปลงผักช่วงเช้าและเย็น |
| เฉพาะครัวเรือน | เนื่องจากยังมีแปลงเก่าจากโครงการ 9101 จึงดัดแปลงทำเป็นแปลงขนาดเล็กขนาดสำหรับหวานเม็ดผักชี และผักชีลาว เพื่อเก็บเมล็ดพันธุ์สำหรับสมาชิกที่สนใจต่อไป   |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะสามารถรวมกลุ่มผู้สูงอายุให้ร่วมกัน ปลูกพืชผักที่ปลอดสารพิษ ได้ประโยชน์ต่อเนื่องจากโครงการเดิม เกิดกิจกรรมการปลูกผักปลอดสารพิษที่ต่อเนื่องและได้ใช้ประโยชน์จากอุปกรณ์เดิม เกิดการใช้ประโยชน์อย่างคุ้มค่า

**สมาชิกกลุ่ม:** 12. นายบุญส่ง ดวงคำ

อายุ: 61 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 10 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

มีอาชีพรับจ้าง และทำสวนปลูกพืชผักเพื่อจำหน่าย โดยปัจจุบันปลูกกล้วยฝักยาวในที่ดินของญาติที่เช่าจากที่ราชพัสดุจำนวน 2 ไร่ และรับผักจากคนในหมู่บ้านเพื่อให้ลูกชายนำไปจำหน่ายที่แผงขายผักในตลาดเมืองใหม่ ส่วนบริเวณบ้านปลูกพืชผักเพื่อบริโภค เช่น ผักแพว บวบ ตำลึง พริก ข่า ตะไคร้ ชะพลู อัญชัน และปลูกไม้ดอกใช้สำหรับการไปวัด หรือใช้ประกอบพิธีกรรมเมื่อมีงานพิธีกรรมต่างๆ เช่น เข็ม พุทธรักษา คล้า เป็นต้น กิจกรรมในหมู่บ้านที่ร่วม ได้แก่ การปลูกป่าชุมชน ตัดหญ้าข้างถนนกลางหมู่บ้านและศาลากลางบ้าน สร้างศาลาหมู่บ้าน และการปลูกป่าชุมชน

### กิจกรรมการเกษตร

แปลงรวม	ยกร่อง ทำแปลง กำจัดวัชพืช หว่านปุ๋ยหมัก
เฉพาะครัวเรือน	ใช้กล่องโฟมที่ลูกชายไม่ใช้แล้วจากการขายของที่ตลาด นำมาปลูกพืชผักในกิจกรรมของกลุ่ม โดยปลูก ผักชี หอมแบ่ง สะระแหน่ ผักชีฝรั่ง โดยการใช้การปักชำจากต้นที่มีอยู่เดิม

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะสามารถนำกล่องโฟมที่เป็นวัสดุเหลือใช้ และกำจัดลำบากมาใช้ให้เกิดประโยชน์ และแบ่งปันให้สมาชิกคนอื่น ๆ ที่ต้องการทดลองการปลูกผักในกล่องโฟมด้วย

**สมาชิกกลุ่ม:** 13. นายสุพัศ สมมิตร

อายุ: 60 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 3 บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่

อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

อาชีพรับจ้างทั่วไป บริเวณบ้านของนายสุพัศ ปลูกผักหลากหลายชนิดไว้รับประทานและจำหน่าย บริเวณกลางบ้านที่ได้รับแสงแดดทั้งวัน ทำค้ำปลูกผักเขียว โดยการเตรียมดินปลูก ถอนหญ้า ตากดินทิ้งไว้ประมาณสองอาทิตย์ คราดเก็บวัชพืชออกจากแปลง ก่อนทำการปลูก ทำค้ำไม้สูงประมาณ 2 เมตร พื้นที่บริเวณนี้สามารถปลูกลงดินได้ ใช้อบขุดหลุมลึกประมาณ 30 เซนติเมตร กว้าง 30 เซนติเมตร ยาว 40 เซนติเมตร ให้ระยะห่างระหว่างหลุม 1 เมตร ใส่ปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก นำเมล็ดพันธุ์ปลูก 3-4 เมล็ด ต่อหลุม แล้วกลบดินบางๆ ใช้ไม้ปักให้เถาผักเลื้อยขึ้นค้ำไม้ รดน้ำให้ชุ่มประมาณ 3 เดือน จะมีดอกผลให้เก็บเกี่ยว บริโภค เหลือเก็บขายได้ ส่วนบริเวณรอบ ๆ บ่อน้ำหน้าบ้านปลูกผักที่ชอบแสงรำไร หรือที่ชื้น พวกชะพลู คาวตอง ผักไผ่ และอื่น ๆ ก็มีผักเชียงดา ผักฮ้วน ทำค้ำให้เลื้อยไปตามแนวรั้วบ้าน

### กิจกรรมการเกษตร

แปลงรวม	ร่วมเตรียมแปลงปลูก, พรวนดิน, กำจัดวัชพืช, ร่วมกิจกรรมเยี่ยมชมสวน
เฉพาะครัวเรือน	ทำค้ำปลูกแตงกวา บริเวณเดิมของผักเขียว, หวานเมล็ดผักชีในกะละมัง สังกะสีเก่า, ขำผักแพวในกระป๋องสีเก่า

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และได้ร่วมพูดคุยกับสมาชิกคนอื่นๆ และได้แบ่งปันเมล็ดพันธุ์ผักให้แก่เพื่อนบ้าน และสมาชิกคนอื่นๆ

**สมาชิกกลุ่ม:** 14. นางอุทร สีลาเม

อายุ: 60 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 11 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ประกอบอาชีพเกษตรกร ร่วมกับสามีและบุตรชายในพื้นที่มีเอกสารสิทธิ 2 ไร่ 2 งาน ทำนาในพื้นที่เช่าจากราชพัสดุจำนวน 5 ไร่ และเลี้ยงสัตว์ ประกอบด้วย ควาย 10 ตัว วัว 35 ตัว บริเวณหน้าบ้านและข้างบ้าน ปลูกพืชผักสวนครัวประเภทผักประกอบอาหาร เช่น ตะไคร้ ผักแพว หอมแบ่ง ขิง ข่า มะกรูด มะนาว และปลูกผักเชิงดาเพื่อบริโภค และซำกึ่งในถุงเพาะชำเพื่อจำหน่ายเป็นรายได้เสริม ส่วนกิจกรรมในชุมชนที่ได้เข้าร่วม คือการทำความสะอาดหมู่บ้าน ปลูกป่า บวชป่า กิจกรรมงานบุญต่างๆ ของวัดและชุมชน

### กิจกรรมการเกษตร

แปลงรวม	ร่วมประชุมกลุ่ม, เตรียมแปลง, อนุเคราะห์มูลวัวและฟางข้าว และปุ๋ยอินทรีย์
เฉพาะครอบครัว	ปลูกพืชในวงยางรถยนต์ โดยใช้ดินผสมมูลสัตว์และฟางข้าว จากการทำนา ปลูกผักซีโดยการหว่าน, และซำกึ่งผักแพว หอมแบ่ง และตัดรากผักซีฝรั่งจากที่ซื้อมาทำอาหาร เพื่อปลูกต่อ

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะเป็นสมาชิกที่ได้เข้าอบรมการทำปุ๋ยหมักของหมู่บ้าน จึงอยากแบ่งปันความรู้ที่ได้การอบรมแบ่งปันสมาชิกภายในกลุ่ม และส่งเสริมการใช้ปุ๋ยอินทรีย์ของชุมชนด้วย

สมาชิกกลุ่ม: 15. นางหล้า ชมชื่น

อายุ: 58 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 64 บ้านเกษตรพัฒนา

อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ปลูกบ้านในที่ดินมีเอกสารสิทธิ์ตามกฎหมายที่ดินจำนวน 2 งาน มีอาชีพรับจ้างทั่วไป จึงไม่มีเวลาอยู่บ้านมากนัก มีพื้นที่นาปลูกข้าว 2 ไร่ เป็นที่เช่าจากราชพัสดุ ปลูกข้าวเหนียว อยู่ในเขตชลประทาน สามารถปล่อยน้ำเข้านา รักษาระดับน้ำในนาได้ แปลงนาอยู่ใกล้บ้าน ในหน้าแล้ง บางครั้งให้เพื่อนบ้านปลูกถั่วฝักยาว ผักกาด พริก ผักชี และกะหล่ำปลีในนา เนื่องจากลูกสาวทำร้านอาหารตามสั่งพืชผักที่ปลูกในบ้านจึงเป็นพวกผักที่ใช้ประกอบอาหาร เช่น กระเพรา ผักชี หอมแบ่ง โหระพา สะระแหน่ ตะไคร้ มะกรูด มะนาว แค เป็นต้น นอกจากนี้ยังเป็นกรรมการหมู่บ้าน ช่วยงานพัฒนาหมู่บ้าน และช่วยทำอาหารในงานบุญ

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | เป็นผู้ประสานงานระหว่างกลุ่มผู้สูงอายุกับผู้วิจัย, เตรียมแปลง, จัดหาวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็น, แคนน้ำกลุ่มเพื่อติดตามและประเมินผลในกิจกรรมเยี่ยม |
|                | ชมสวน  |
| เฉพาะครัวเรือน | ทำแปลงเล็กข้างบ้าน หวานเม็ดผักชี ผักบุง ผักชีฝรั่ง   |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะเป็นโครงการที่สอดคล้องกับการทำปุ๋ยอินทรีย์วิสาหกิจชุมชนของหมู่บ้าน ที่ต้องการให้ชาวบ้านทำปุ๋ยหมักและน้ำหมักไว้ใช้เองเพื่อลดต้นทุนการผลิต อีกทั้งปลอดภัยต่อการบริโภค และสิ่งแวดล้อมของชุมชน

**สมาชิกกลุ่ม:** 16. นางบัวผัด มายัง

อายุ: 57 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 13 บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่

อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

อาชีพรับจ้าง และปลูกผักเพื่อจำหน่าย โดยทำแปลงผักบริเวณสวนข้างบ้านที่มีคลองส่งน้ำไหลผ่าน ปลูกผักกวางตุ้ง ผักบุ้ง ผักชี แตง โดยลูกชายได้ติดตั้งระบบสปริงเกอร์ช่วยรดน้ำผักเข้าเย็น ทำให้ประหยัดเวลาและแรงงาน ผลผลิตจะมีแม่ค้ามารับซื้อถึงบ้าน เพื่อนำไปจำหน่ายที่ตลาดอีกทอดหนึ่ง นางบัวผัดได้สร้างบ้านพักอาศัยหลังใหม่ เป็นบ้านปูนชั้นเดียว จึงปลูกพืชผักในวงบ่อซีเมนต์ที่ตั้งเรียงโดยรอบตัวบ้าน ชนิดพันธุ์พืชผักที่ปลูก เป็นผักอายุปานกลาง (3-6 เดือน) หรือมากกว่า เช่น ชะพลู กระเพรา คาวตอง ผักชี ขิง ข่า ตะไคร้ กระชาย พริก ยี่หระ หน่อไม้ฝรั่ง มะกรูด มะนาว

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | สนับสนุนเมล็ดพันธุ์ยี่หระ, ต้นอ่อนโหระพา, ผักแพว, สะระแหน่<br>พรวนดิน, กำจัดวัชพืช   |
| เฉพาะครัวเรือน | แยกต้นอ่อนของยี่หระ, ต้นอ่อนโหระพา, ผักแพว, สะระแหน่ โดยการปักชำ<br>ในพื้นที่วางในวงบ่อซีเมนต์ โดยปลูกรวมในวงบ่อเดียวกัน เพราะผักแพวชอบ<br>ดินชื้นและแสงรำไร จะได้อายุร่มของพวกไม้ที่สูงกว่า |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะมีความสนใจในการใช้น้ำหมักจากธรรมชาติในการดูแลรักษาพืชผักสวนครัว ก็จะได้พูดคุยกับสมาชิกคนอื่นๆ ที่ได้ผ่านการอบรมการทำปุ๋ยหมัก น้ำหมัก เพื่อมาปรับใช้ต่อไป

**สมาชิกกลุ่ม:** 17. นายสุพิน อินตะ

อายุ: 55 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 57 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนอยู่ในที่ดินของตนเอง มีเอกสารสิทธิ์ตามกฎหมายที่ดิน จำนวน 3 งาน ประกอบอาชีพเป็นพนักงานขายในร้านค้าชุมชนที่อยู่ไม่ไกลจากบ้านมากนัก และยังเป็นคณะกรรมการหมู่บ้าน โดยใช้เวลาในวันหยุดปลูกพืชผัก รดน้ำ ก่อนไปทำงานและหลังเลิกงาน ปลูกพืชผักหลายชนิดเพื่อบริโภค และจำหน่ายเป็นอาชีพเสริม ชนิดพันธุ์พืชที่ปลูก ผักอายุสั้น (น้อยกว่า 3 เดือน) ผักชี ผักบุ้ง ผักกาด ผักชีหูด ปวยเล้ง ผักอายุปานกลาง (3-6 เดือน) พริก ถั่ว มะเขือ มะเขือเทศ บวบ ฟักทอง น้ำเต้า หอม มะระ ฟักเขียว มันเทศ ผักยี่ตัน (มากกว่า 1 ปี) ผักเชียงดา ตัดพุ่มเก็บยอดขายได้มาก กุยช่าย กระเพรา ชะพลู ตะไคร้ ชিং ข่า คาวตอง ชะอม มะละกอ ไม้ หนุ่ยนาง ผักจากต้นไม้ยืนต้น มะกรูด มะนาว มะม่วง

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |   |
|----------------|---|
| แปลงรวม        | แกนนำกลุ่มในการติดตามและประเมินผล, อนุเคราะห์ปุ๋ยอินทรีย์จากกองทุน<br>ปุ๋ยหมู่บ้าน, แกนนำกลุ่มในการประเมินและติดตามผล |
| เฉพาะครัวเรือน | ใช้การปลูกลงดินโดยการแยกหน่อ ได้แก่ ตะไคร้ ข่า และแยกต้นอ่อนของ<br>กระเพรา โหระพา ปลูกในวงยางรถยนต์                   |

### ความพึงพอใจ

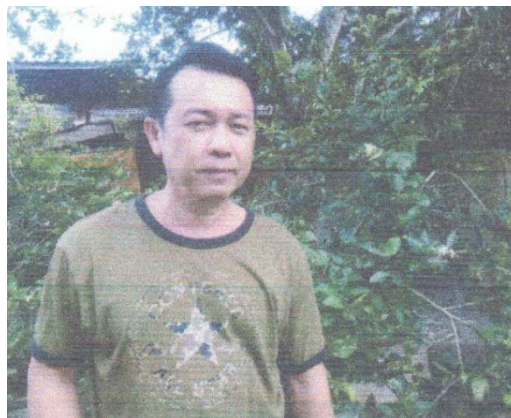
มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะต้องการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุปลูกพืชผักปลอดสารพิษเพื่อบริโภค เพราะในชุมชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทางการเกษตรเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว เป็นการกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมในการรวมกลุ่มร่วมกัน

**สมาชิกกลุ่ม:** 18. นายชลรัช อินดี๊ะ

อายุ: 47 ปี

ที่อยู่: บ้านเลขที่ 45 บ้านเกษตรพัฒนา

ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่



### ข้อมูลพื้นฐาน

ตั้งบ้านเรือนในสวนผลไม้ที่เอกสารสิทธิ์จำนวน 4 ไร่ ในสวนมีต้นไม้ใหญ่ ประกอบด้วย ลำไย มะม่วง กระท้อน ซึ่งมีการตัดแต่งกิ่งทำให้ทรงพุ่มสวยงาม โปรง โลง ให้แสงแดดส่องถึงพื้นดิน เพื่อให้ผลผลิตที่ดีในปีถัดไป เมื่อว่างจากการทำสวน รับจ้างตัดผมเป็นอาชีพเสริม โดยใช้พื้นที่ใต้ถุนยุงข้าว ยังไม่ถึงวัยที่เป็นผู้สูงอายุ แต่มีความต้องการใช้ชีวิตให้อิงกับสภาพแวดล้อม ให้ใกล้ชิดธรรมชาติมากที่สุด จึงปลูกพืชผักหลากหลายชนิด ดังที่กล่าวว่า “ปลูกทุกอย่างที่กินได้” เพื่อบริโภคภายในครัวเรือน ช่วยลดค่าใช้จ่าย ถ้ามีเหลือก็แบ่งปันเพื่อนบ้าน หรือจำหน่ายเป็นรายได้เสริม

### กิจกรรมการเกษตร

- |                |  |
|----------------|--|
| แปลงรวม        | ยกแปลง กำจัดวัชพืช, ใส่ปุ๋ยคอกบำรุงดิน, ประชุมกลุ่มย่อย  |
| เฉพาะครัวเรือน | ปลูกในวัสดุเหลือใช้ประเภท ถัง กะละมังเก่า กระเบื้องแตกที่นำมาทำเป็น กระบะสำหรับปลูกพืชผักที่ชอบที่ขึ้นและแสงรำไรรอบๆ บ่อน้ำ เช่น ชะพลู ผักแพว กระเพรา กระชาย ขมิ้น |

### ความพึงพอใจ

มีความพึงพอใจในระดับมากที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม เพราะถึงแม้จะยังไม่ใช่วัยที่เรียกว่าผู้สูงอายุ แต่ถือว่าการรวมกลุ่มเพื่อกิจกรรมทางการเกษตรเพื่อการบริโภค โดยพืชผักที่ปลูกต้องปลอดสารพิษ เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรม ทำให้ไม่เหงา ได้มีโอกาสพบปะ พูดคุย แลกเปลี่ยน ประสบการณ์กัน โดยเฉพาะเรื่องของสมุนไพรใกล้ตัว พืชผักหลายชนิดใช้เป็นยาเพื่อบรรเทา รักษาโรคต่างๆ มีความปลอดภัย การพูดคุยก็ทำให้เกิดการรื้อฟื้นประสบการณ์ของผู้สูงอายุได้

### ข้อมูลพื้นฐานกลุ่มประชากรศึกษา

ข้อมูลจากแบบสอบถามสมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุและผู้สนใจการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 18 ราย ได้ข้อมูลดังนี้

#### ตารางที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
- ชาย	9	50
- หญิง	9	50
2. อายุ		
- ตั้งแต่ 60 ปี	13	72
- น้อยกว่า 60 ปี	5	28
3. การศึกษา		
- ประถมศึกษาปีที่ 4	16	89
- ประถมศึกษาปีที่ 6	1	5.5
- ปริญญาตรี	1	5.5
4. จำนวนสมาชิกในครอบครัว		
- 1-2 คน	7	39
- 3-4 คน	8	44
- 5-6 คน	3	17
5. อาชีพหลัก		
- เกษตรกรรม	16	89
- รับจ้าง	1	5.5
- ค้าขาย	1	5.5
6. แหล่งที่มาของรายได้		
- เกษตรกรรม	13	72
- ลูกหลาน ญาติพี่น้อง	4	22.5
- อื่นๆ	1	5.5
7. กิจกรรมทางสังคม	1. งานบุญประเพณีต่างๆ	
	2. งานพัฒนาชุมชน	
	3. การปลูกป่า, บวชป่า	
	4. อื่นๆ	

จากตารางที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาที่เข้าร่วมกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน เป็นเพศชายร้อยละ 50 เป็นเพศหญิงร้อยละ 50 มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 72 อายุต่ำกว่า 60 ปี ร้อยละ 28 การศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 89 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และปริญญาตรีจำนวนเท่ากัน คือร้อยละ 5.5 จำนวนสมาชิกในครอบครัว 3-4 คน มีค่ามากที่สุด คือร้อยละ 44 ถัดมามีจำนวน 1-2 คน คิดเป็นร้อยละ 39 และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 1-2 คน ร้อยละ 39

สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทางการเกษตร ได้แก่ การทำนา ทำสวน ทำไร่ และบางรายร่วมกับการเลี้ยงสัตว์ ได้แก่ โค กระบือ ไก่ คิดเป็นร้อยละ 89 รองลงมาประกอบอาชีพรับจ้าง และค้าขาย มีจำนวนเท่ากัน คิดเป็นร้อยละ 5.5 รายได้ส่วนใหญ่จึงมาจากการเกษตรกรรมจำนวนสูงสุด คิดเป็นร้อยละ 72 แต่ในกรณีผู้สูงอายุที่มีอายุมาก หรือร่างกายไม่แข็งแรง ไม่สามารถไปทำการเกษตรได้ ก็จะเป็นรายได้จากลูกหลาน หรือญาติพี่น้อง คิดเป็นร้อยละ 22.5 และจากเงินบำนาญ ร้อยละ 5.5 นอกจากนี้ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ก็จะได้รับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุด้วย ซึ่งมีจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 72

ส่วนกิจกรรมทางสังคมนั้น สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน ในงานบุญของวัด หรือประเพณีของญาติพี่น้องในหมู่บ้าน ทั้งการร่วมบริจาคเงิน สิ่งของ หรือการร่วมแรงงาน นอกจากนี้ในกิจกรรมการพัฒนาชุมชน ถือเป็นกิจกรรมส่วนรวมที่สมาชิกส่วนใหญ่เข้าร่วม ทั้งการทำ ความสะอาดที่สาธารณะ การสร้างอาคาร ศาลา ของวัด หรือชุมชน และกิจกรรมการปลูกป่า บวชป่า และเข้าร่วมอบรมการทำปุ๋ยหมักอินทรีย์ซึ่งเป็นกลุ่มวิสาหกิจชุมชนของบ้านเกษตรพัฒนา

### 1.3 ข้อมูลชนิดพันธุ์พืชผัก (ตารางที่ 3)

ข้อมูลจากการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาในแต่ละครัวเรือน ได้ทำการสำรวจโดยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ตามประเภทของชนิดพืชผัก คือ 1) พืชผักสวนครัว 2) พืชสมุนไพร เครื่องเทศ และผักชีรสต่าง ๆ 3. ผักพื้นบ้าน ซึ่งจากการสำรวจดังรายการในตารางที่ 3 พบว่า ในกลุ่มที่ 1 ของพืชผักสวนครัว ที่นิยมปลูกมากที่สุด 5 ลำดับแรก ได้แก่ พริก มีค่าร้อยละ 94 รองลงมาได้แก่ ผักบุ้ง และมะเขือพวง มีค่าร้อยละ 72 ถัดมาเป็น ผักกาด และกะเพรา มีค่าร้อยละ 67

ส่วนพืชในกลุ่มที่ 2 ที่เป็นพืชผักสมุนไพร หรือเครื่องเทศที่ใช้ชुरสอาหาร ซึ่งส่วนใหญ่เป็นองค์ประกอบหลักของพริกแกงของทางภาคเหนือ ประกอบด้วย ขิง ข่า ตะไคร้ ขมิ้น และใบมะกรูด มีค่าร้อยละ 100 แสดงถึงความนิยมที่ปลูกไว้ทุกครัวเรือน โดยส่วนใหญ่ปลูกลงดินในบริเวณที่ชื้น หรือได้ต้นไม้ใหญ่ เพราะลักษณะจะแตกเป็นกอพุ่ม ปลูกครั้งเดียวสามารถใช้ประโยชน์ได้หลายปี นอกจากนี้ จะพบพวกพืชผักกลุ่ม กระชาย ใบยี่หระ่า ยอ ซึ่งในพริกแกงของทางภาคเหนือ ไม่นิยมนำกระชายมาทำเป็นเครื่องแกง แต่จะใช้กับพวกเครื่องแกงส้มของภาคกลาง หรือขนมจีนน้ำยา ส่วนใบยี่หระ่า นิยมใช้ในประเภทแกงป่า หรือแกงคั่วไก่บ้าน และใบยอใช้รองห่อหมกทางภาคเหนือ ที่เรียกว่า “ห่อนึ่ง”

ส่วนประเภทผักพื้นบ้านทางภาคเหนือ ที่นิยมปลูก 5 ลำดับแรก ได้แก่ ผักคาวตอง หรือทางภาคกลางเรียกว่า พลูดาว มีค่าถึงร้อยละ 78 เพราะถือเป็นสมุนไพรที่ใช้เป็นผักเครื่องเคียงของ ลาบ โดยเฉพาะ ลาบเนื้อดิบ รองลงมาคือ ใบแค หรือใบชะพลู มีค่าร้อยละ 72 ผักไผ่ หรือผักแพว มีค่าร้อยละ 61 และเชียงดา มีค่าร้อยละ 44 จะเห็นได้ว่าผักพืชบ้านที่นิยมปลูกถือเป็นพืชสมุนไพรที่ได้ยอมรับในปัจจุบันว่ามีสรรพคุณที่ช่วยป้องกัน รักษา โรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ช่วยส่งเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง อีกทั้งเป็นพืชผักที่ไม่ต้องใช้สารเคมีใด ๆ เจริญเติบโตตามธรรมชาติในแต่ละฤดูกาล จึงนิยมปลูกไว้ประจำในแต่ละครัวเรือน

ตารางที่ 3 รายการปลูกพืชผักชนิดต่าง ๆ

ชนิดพืชผัก	สมาชิกกลุ่ม																		รวม	*ประเภท การปลูก
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
1. พืชผักสวนครัว																				
- ผักกวางตุ้ง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	13	
- ผักกาดหอม	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	2	
- ผักโชน	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	6	
- ผักสลัด	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	1	
- ผักชี	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	
- ผักบุ้ง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	13	
- แตงกวา	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	6	
- ผักดอง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	1	
- ปวยเล้ง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	1	
- ผักชีฝรั่ง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	3	
- กะเพรา	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	5	
- โหระพา	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	12	
- ใบแมงลัก	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	9	
- สะระแหน่	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	4	
- ยี่หระ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	4	
- พริก	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	1	
- ทอมแบ่ง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	17	
	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	9	

ตารางที่ 3 (ต่อ)

สมาชิกกลุ่ม ชนิดพืชผัก	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	รวม	*ประเภท การปลูก
- กุยช่าย	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	8	1, 2
- ขะอม		/						/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	1
- บวบ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	9	6
- พริกเขียว	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	9	6
- พักทอง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	5	1
- มะเขือเทศ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	1, 6
- ถั่วฝักยาว	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	6
- มะนาว	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	11	1, 3
- ถั่วแปบ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	6
- อัญชัน	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	8	6
- ใบเตย	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	1
- มะเขือ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	13	1, 2, 5
2. สมุนไพร เครื่องเทศ ผักชูรส																				
- จิง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	18	1
- ข่า	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	18	1
- ขมิ้น	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	18	1, 2, 4
- ตะไคร้	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	18	1

ตารางที่ 3 (ต่อ)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	รวม	*ประเภท การปลูก
สมาชิกกลุ่ม ชนิดพืชผัก																				
2. สมุนไพร เครื่องเทศ ผักชีรส																				
- มะกรูด	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	18	1
- กระชาย	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	7	1, 2, 4
- ยอ											/								1	1
3. ผักพื้นบ้าน																				
- แคนนา		/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	5	1
- ผักคาวตอง	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	14	1, 2, 5
- ผักเชียงดา	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	8	1, 6
- ผักปลั่ง								/											1	1, 6
- ผักแพว	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	11	1, 2, 4, 5
- ชะพลู	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	13	1
- ผักฮ้วน	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	4	6
- ผักขี้หูด							/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	4	1
- กระเจียบเขียว	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	3	1
- มะกอก	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	2	1
- ผักเผ็ด							/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	2	1
- ใบย่านาง																	/	/	1	1, 6

หมายเหตุ \*ประเภทการปลูก: 1) ปลูกลงดินในพื้นที่ว่าง 2) ภาชนะเหลือใช้ 3) วงบ่อซีเมนต์ 4) ก่อแปลงใหม่ 5) ยางรถยนต์เก่า 6) ค้างผัก และอื่น ๆ

## ตอนที่ 2 ผลการศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุ บ้านเกษตรพัฒนา

การศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ได้ศึกษาโดยใช้เครื่องมือที่เป็นแบบสอบถาม การสัมภาษณ์ที่มีการกำหนดโครงสร้างไว้ การสนทนากลุ่มย่อยแบบไม่เป็นทางการ และใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมในกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานจากการศึกษามีข้อค้นพบ คือ

### 2.1 ปัจจัยในการรวมกลุ่มเพื่อการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

ในส่วนของปัจจัยที่ก่อให้เกิดการรวมกลุ่มมี 3 ด้าน คือ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ นโยบายของผู้นำชุมชน และนโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ดังแสดงไว้ในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ปัจจัยในการรวมกลุ่มเพื่อการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

ปัญหา/ปัจจัย	รายละเอียด	แนวทางการพัฒนา
1) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ	- มีสุขภาพอ่อนแอ - ถูกทอดทิ้ง, ขาดผู้อุปการะ - อยู่ในครอบครัวที่ยากจน - ไม่สามารถประกอบอาชีพได้ - ช่องว่างระหว่างวัย	การส่งเสริมสุขภาพทางร่างกายและจิตใจ และสังคมแบบมีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีร่างกายที่แข็งแรง มีความสุข และมีปฏิสัมพันธ์กับชุมชน
2) นโยบายของผู้นำชุมชน	การสร้างกลุ่มเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน	การสร้างกลุ่มผู้สูงอายุเป็นฐานเพื่อต่อยอดการพัฒนาชุมชนอื่นๆ
3) นโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น	ยุทธศาสตร์การพัฒนาตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงอย่างยั่งยืน	การส่งเสริมโครงการครอบครัวพอเพียง

### 1) คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

จากการวิเคราะห์ชุมชนของนักศึกษาการพัฒนากุมิสังคมอย่างยั่งยืนรุ่นที่ 14 ในปี พ.ศ. 2560 (กุมิสังคมรุ่นที่ 14, 2560) ได้วิเคราะห์สภาพปัญหาของชุมชนในด้านที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ และจากการสังเกต การสัมภาษณ์ พบปัญหาของผู้สูงอายุที่สำคัญสองด้าน คือ ทางด้านร่างกาย ทางด้านจิตใจและสังคม

- **ทางด้านร่างกาย** ปัญหาสุขภาพที่พบโดยส่วนใหญ่ อ้างอิงจากศูนย์สุขภาพประจำตำบลเทศบาลป่าไผ่พบว่า ผู้สูงอายุมีร่างกายอ่อนแอ มีโรคประจำตัวที่เกิดจากพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป โดยเฉพาะในเรื่องของการบริโภค โรคภัยที่พบมากคือโรคความดัน เบาหวาน ไขมันในเลือดสูง ซึ่งเป็นโรคเรื้อรังที่พบมากในผู้สูงอายุ เพราะปัจจุบันผู้สูงอายุที่ไม่สามารถประกอบอาหารได้เอง ลูกหลานต้องออกไปทำงานนอกบ้าน นิยมซื้ออาหารสำเร็จรูปปรุงสุก หรือที่เรียกว่า แกงถุญ เพื่อความสะดวก รวดเร็ว และประหยัดเวลา ซึ่งโดยทั่วไปมักมีวัตถุดิบปรุงแต่งรสชาติอาหารสูง มีผลต่อสุขภาพ โดยเฉพาะในวัยของผู้สูงอายุที่ต้องควบคุมปริมาณโซเดียม หรือปริมาณน้ำตาล หรือการนิยมนบริโภคผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ หรือขนมปัง ที่มีรสชาติอร่อย รูปลักษณะดูน่ารับประทาน แต่แฝงไปด้วยไขมันทรานส์ ซึ่งเป็นอันตรายอย่างยิ่งต่อสุขภาพของผู้สูงอายุ

นอกจากนี้ทางด้านสภาพแวดล้อม ถึงแม้ว่าชุมชนบ้านเกษตรพัฒนาส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพเกษตรกรรมและการปลูกพืชผักเพื่อการจำหน่าย แต่ยังประสบปัญหาการใช้ปุ๋ยและสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในอัตราสูง พืชผักที่นำมาบริโภคหลายชนิดหาซื้อได้จากตลาด หรือร้านค้า ซึ่งในปัจจุบันพบว่ามีการใช้สารเคมีหรือสารกำจัดศัตรูพืชในปริมาณมาก ทำให้เกิดการตกค้างของสารพิษในพืชผัก และผลไม้ต่างๆ เมื่อบริโภคเข้าไปเกิดการสะสมในร่างกาย นำมาซึ่งปัญหาสุขภาพต่าง ๆ

- **ทางด้านจิตใจและสังคม** ปัญหาที่พบในผู้สูงอายุของบ้านเกษตรพัฒนาคือ ค่านิยมของลูกหลานที่มีต่อผู้สูงอายุโดยส่วนใหญ่ คือต้องการให้อยู่กับบ้าน ไม่ต้องออกไปทำอะไร ทำสวน หรือทำงานหนัก กิจกรรมทางสังคมส่วนใหญ่ คือ การไปวัด งานบุญของญาติพี่น้อง หรืองานบุญใหญ่ของหมู่บ้าน แต่โดยส่วนใหญ่ผู้สูงอายุจะเฝ้าบ้าน ลูกหลานออกไปทำงานในไร่ ในสวน หรือรับจ้างทั่วไป หรือค้าขาย ยกเว้นในรายที่ยังคงแข็งแรงสามารถช่วยเหลือตัวเองได้ดี ยังคงไปทำอะไรทำสวนแบบที่เคยทำมา ในรายที่ไม่มีที่นาเป็นของตนเอง ยังต้องทำงานรับจ้างทั่วไป สำหรับค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ในกรณีของผู้สูงอายุที่ไม่มีลูกหลานจะขาดคนอุปการะดูแล และประสบปัญหาความยากจน มีรายได้จากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ นอกเหนือจากสุขภาพร่างกายที่อ่อนแอ จะเกิดความโดดเดี่ยว ช่วยเหลือตัวเองเท่าที่ได้ โดยไม่ยอมเป็นภาระใคร จึงเหมือนการตัดขาดออกจากสังคม เพราะชอบเก็บตัวอยู่กับบ้าน

## 2) นโยบายของผู้นำชุมชน

จากบริบทของบ้านเกษตรพัฒนาในช่วงปี พ.ศ. 2560 เป็นต้นมา เป็นช่วงการเปลี่ยนผ่านของผู้นำหมู่บ้านจากนายบุญศรี วิริยา ซึ่งอยู่ในตำแหน่งผู้ใหญ่บ้านนานถึง 11 ปี (พ.ศ. 2549- พ.ศ. 2560) จนถึงนายมนตรี หินมี ได้รับตำแหน่งผู้ใหญ่บ้านเกษตรพัฒนา ตั้งแต่เดือนเมษายน พ.ศ. 2560 เป็นตัวแทนของคนรุ่นใหม่ และเป็นผู้นำที่มีวิสัยทัศน์ในการพยายามที่แก้ไขปัญหาให้ครอบคลุมในหลาย ๆ ด้านอย่างเป็นองค์รวม ซึ่งต้องการแรงสนับสนุนจากลูกบ้านในทุก ๆ กลุ่ม เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนกิจกรรม หรือโครงการในอนาคตได้อย่างราบรื่น

จากการสัมภาษณ์นายมนตรี หินมี ผู้ใหญ่บ้านเกษตรพัฒนา พบว่าช่วงแรกที่เข้ารับตำแหน่งยังพบปัญหาการมีส่วนร่วมของคนในหมู่บ้านยังมีไม่มากพอ ต้องการหาแรงสนับสนุนเพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นและเป็นฐานของกลุ่มใหม่ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งปัจจุบันมีการรวมกลุ่มที่สำคัญ คือ กลุ่มเกษตรกรทำนา กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มเยาวชน ร้านค้าชุมชน วิสาหกิจชุมชนผู้ผลิตปุ๋ยอินทรีย์บ้านเกษตรพัฒนา และจากการที่ได้เข้าร่วมและคลุกคลีกับกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์ จึงมีความคุ้นเคยกับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความสนใจทางด้านนี้อยู่แล้ว จึงนำเสนอให้เกิดการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุที่สนใจการทำเกษตรเพื่อการบริโภคภายในครัวเรือน และเป็นเกษตรแบบอินทรีย์ ที่จะมีความปลอดภัยทั้งต่อผู้บริโภค และสิ่งแวดล้อมของชุมชน โดยบ้านเกษตรพัฒนามีวิสาหกิจชุมชนที่มีการผลิตปุ๋ยอินทรีย์อยู่แล้ว ถือเป็นการต่อยอดกิจกรรม

นอกจากนี้ จากปัญหาเรื่องขยะและสิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรม ซึ่งเกิดจากปัญหาการกำจัดขยะที่ไม่ถูกวิธี การใช้สารเคมีส่งผลกระทบต่อสัตว์ ดิน และแหล่งน้ำ ลำคลอง การใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างไม่คุ้มค่า จึงเสนอแนะให้มีการใช้ประโยชน์จากขยะที่เป็นวัสดุเหลือใช้จากการคัดแยกขยะในครัวเรือนมาทำให้เกิดประโยชน์ ลดปริมาณการทิ้งขยะของหมู่บ้าน ช่วยลดมลพิษสิ่งแวดล้อมของชุมชน

## 3) นโยบายขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

ในแผนยุทธศาสตร์และแนวทางการพัฒนาของเทศบาลตำบลป่าไผ่ ด้านยุทธศาสตร์การพัฒนาเศรษฐกิจตามแนวปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ในการส่งเสริมโครงการครอบครัวพอเพียงในด้านต่าง ๆ ได้แก่ 1) การผลิตอาหารสัตว์ 2) การผลิตปุ๋ยอินทรีย์ธรรมชาติ 3) การส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ในครัวเรือน 4) ส่งเสริมรณรงค์การคัดแยกขยะในครัวเรือน 5) ส่งเสริมการปลูกพืชผักอินทรีย์ 6) สนับสนุนการทำบัญชีครัวเรือน เพื่อรู้รายรับ รายจ่าย 7) การทำแก๊สชีวภาพในครัวเรือน 8) การเผาถ่านทำน้ำส้มควันไม้ 9) สร้างจิตสำนึกให้กับประชาชนในหมู่บ้านให้หันมาพึ่งตนเองเน้นคุณธรรมและจริยธรรมเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน เป็นการการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับบุคคลทั่วไป โดยใช้หลักพึ่งตนเองให้มากที่สุด และยึดหลักพออยู่พอกินพอใช้ มุ่งลดรายจ่ายเป็นสำคัญ และสามารถอยู่ได้ด้วยตนเองในระดับเบื้องต้น จากนั้นขยายสู่ชุมชน และสังคม

## 2.2 กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA)

จากปัจจัยการรวมกลุ่มเพื่อปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา จึงได้มีการพัฒนาให้เกิดรูปแบบกิจกรรมที่เป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพทางร่างกาย จิตใจและสังคมของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา โดยใช้แนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) เป็นกรอบการดำเนินงานกิจกรรมตามขั้นตอนต่างๆ ซึ่งมีรายละเอียดดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA)

ขั้นตอนตามแนวคิด PDCA	กิจกรรม	รายละเอียดขั้นตอน
1. ขั้นตอนเตรียมการ (Plan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ประชุมกลุ่มวางแผน</li> <li>- กำหนดผู้รับผิดชอบ</li> <li>- กำหนดกิจกรรม</li> <li>- งบประมาณ</li> <li>- ระยะเวลา</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กำหนดเป้าหมาย, วัตถุประสงค์</li> <li>- คัดเลือกพื้นที่</li> <li>- คัดเลือกพันธุ์พืชผัก</li> <li>- การแบ่งปัน, การอนุเคราะห์</li> <li>- เขียนตารางเวลาการดำเนินงาน</li> </ul>
2. ขั้นตอนการดำเนินงาน (Do)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- แปลงรวม</li> <li>- เฉพาะครัวเรือน</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กิจกรรมการทำแปลงแบบมีส่วนร่วม (ยกแปลง, กำจัดวัชพืช, บำรุงดิน, หวานเมล็ดพันธุ์, รดน้ำ ใส่ปุ๋ย ป้องกันศัตรูพืช)</li> <li>- กิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว</li> <li>- การปลูกในพื้นที่ว่าง</li> <li>- การปลูกในวัสดุเหลือใช้</li> <li>- การขยายพันธุ์เดิมที่มีอยู่ (แยกหน่อ กอ, ปักชำ)</li> <li>- การดูแลรักษา ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว</li> </ul>

## ตารางที่ 5 (ต่อ)

ขั้นตอนตามแนวคิด PDCA	กิจกรรม	รายละเอียดขั้นตอน
3. ขั้นติดตามและ ประเมินผล (Check)	- กิจกรรมเยี่ยมชมสวน โดยหัวหน้ากลุ่ม และ แกนนำกลุ่มร่วมกันติดตาม และประเมินผล	- ติดตามให้เป็นไปตามแผนงาน ของกิจกรรมแปลงรวม, ประเมินผลผลิตที่ได้รับ - ประเมินผลการเพาะปลูกของ แต่ละครัวเรือน และ - ประเมินความพึงพอใจใน 3 ด้าน (บริโภคอาหารปลอดภัย, พัฒนาสุขภาพกาย-ใจ, การมี ส่วนร่วมกับสมาชิก)
4. ขั้นปรับปรุงแก้ไข สรุปล ปัญหา อุปสรรค ข้อเสนอแนะ (Act)	- ข้อเสนอจากการ ประเมินผลของแกนนำ กลุ่ม และประชุมกลุ่มย่อย	- สรุปผลที่ได้ (ด้านการเพาะปลูก, ด้านความพึงพอใจต่อกิจกรรม) - สรุปปัญหา อุปสรรค - ข้อเสนอแนะเพื่อหาแนวทาง พัฒนาแนวทางการปลูกพืชผัก ของกลุ่มผู้สูงอายุ

จากตารางที่ 5 กิจกรรมที่เป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพทางร่างกาย  
จิตใจและสังคมของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา มีรายละเอียดดังนี้

### 1. ขั้นเตรียมการ (Plan)

#### กำหนดหมายเป้าหมาย

1. ผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาได้รวมกลุ่มเพื่อปลูกพืชผักสวนครัวที่ปลอดภัยเพื่อการ  
บริโภคและแบ่งปัน
2. ผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาได้พัฒนาทั้งทางร่างกายและจิตใจ ได้ใช้เวลาว่างให้เป็น  
ประโยชน์ สร้างความสัมพันธ์กับครอบครัว และสมาชิกกลุ่ม
3. สร้างความสัมพันธ์กับสมาชิกกลุ่ม ภายในครอบครัว และชุมชน

### กำหนดวัตถุประสงค์

1. การปลูกพืชผักแบบปลอดสารพิษเพื่อบริโภคและแบ่งปันแบบมีส่วนร่วม
2. การปลูกพืชผักสวนครัวในพื้นที่ว่างภายในบ้าน และนำวัสดุเหลือใช้มาเป็นวัสดุปลูก เพื่อลดปริมาณขยะ และประดับตกแต่งบ้านเรือน

### กำหนดกิจกรรม (ภาพที่ 7, 8)

1. **การปลูกพืชผักในแปลงรวม** โดยใช้การมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มทั้ง 18 คน โดยการปลูกพืชผักสวนครัวในแปลงรวมขนาด 1.50 x 4 เมตร จำนวน 3 แปลง ในพื้นที่ของนางศรี อินตะ หัวหน้ากลุ่ม เพราะเป็นพื้นที่เดิมที่ได้มีการทำแปลงปลูกพืชผักปลอดสารพิษ ในโครงการ 9101 ซึ่งมีการยกร่องทำแปลง และติดตั้งระบบสปริงเกอร์ไว้แล้ว (ภาพที่ 7 ก-ฉ)

2. **การปลูกพืชผักเฉพาะครัวเรือน** เป็นกิจกรรมให้สมาชิกในกลุ่มได้ทำกิจกรรมการปลูกพืชผักสวนครัวร่วมกับคนในครอบครัว โดยอาจจะทำเป็นแปลงเล็ก ๆ หรือปลูกลงดินในพื้นที่ว่างรอบ ๆ บ้าน หรือการนำภาชนะที่เป็นวัสดุเหลือใช้ภายในบ้านมาทำเป็นภาชนะปลูก เช่น วงยางรถยนต์ วงบ่อซีเมนต์ ก่อ่งโฟมขนาดใหญ่ ภาชนะในครัวที่ชำรุด หรือภาชนะพลาสติกที่ใช้งานไม่ได้ โดยให้ใช้วิธีขยายพันธุ์จากพืชผักที่มีอยู่ในบ้าน หรือได้จากการแบ่งปันภายในกลุ่ม โดยให้คำนึงเรื่องความสะดวกต่อการดูแลรักษา ความสวยงามเรื่องของการจัดวางเช่นเดียวกับการจัดสวน เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้มีความคิดสร้างสรรค์ตามแบบของตัวเอง (ภาพที่ 8, 9)

3. **กิจกรรมเยี่ยมชมสวน** โดยมีแกนนำกลุ่มจำนวน 5 คน ประกอบด้วย นางศรี อินตะ (หัวหน้ากลุ่ม), นางหล้า ชมชื่น (ผู้ประสานงานกลุ่ม) นางอมรา สาคร (สมาชิกกลุ่มปุ๋ยอินทรีย์), นางบังอร มาแสง (สมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุตำบลป่าไผ่), นายสุพิน อินตะ (คณะกรรมการหมู่บ้าน) เพื่อไปเยี่ยมและติดตามความคืบหน้าและประเมินผลของการปลูกพืชผักสวนครัวในแปลงรวมและการปลูกพืชผักในแต่ละครัวเรือน โดยการสังเกตและสอบถามความคิดเห็น และประชุมสรุปในประเด็นสำคัญ แบ่งเป็น ด้านการเพาะปลูก และด้านความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ใน 3 ด้าน คือการลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน ได้พืชผักที่เพียงพอต่อการบริโภค และช่วยพัฒนาสุขภาพร่างกายและจิตใจ (ภาพที่ 10 จ, ฉ)

### กำหนดผู้รับผิดชอบ

1. **แปลงรวม** ใช้การมีส่วนร่วมของสมาชิกกลุ่มตามความสมัครใจ และตามศักยภาพและความสะดวกของสมาชิก เพราะสมาชิกกลุ่มบางคนมีสุขภาพที่ไม่แข็งแรง ไม่สามารถทำการขึ้นแปลงหรือพรวนดินได้ ส่วนการดูแลรักษา เนื่องจากทำในพื้นที่บ้านหัวหน้ากลุ่ม ซึ่งมีการติดตั้งระบบให้น้ำ

รดแปลงผักอยู่แล้ว หัวหน้ากลุ่มจะช่วยควบคุมการให้น้ำทั้งตอนเช้าและตอนเย็น ส่วนการกำจัดวัชพืช และการใส่ปุ๋ย กำหนดไว้ทุกสองอาทิตย์ ช่วงกลางเดือนและปลายเดือน (ภาพที่ 7 ก-ง)

**2. การปลูกพืชผักเฉพาะครัวเรือน** การปลูกพืชผักในพื้นที่เฉพาะครัวเรือน ซึ่งเป็นพื้นที่ว่างภายในบ้าน หรือการปลูกในภาชนะ วัสดุเหลือใช้ต่างๆ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกกลุ่มหรือสมาชิกในครอบครัวสามารถร่วมกันปลูก ดูแลรักษาร่วมกัน รดน้ำ ใส่ปุ๋ย เป็นการสร้างกิจกรรมภายในครอบครัว (ภาพที่ 9 ก-ง)

### ระยะเวลาดำเนินการ

ใช้ระยะเวลาประมาณ 7 เดือน ตั้งแต่ เดือนมีนาคม – กันยายน พ.ศ. 2563 (ตารางที่ 6)

**ตารางที่ 6** ตารางระยะเวลาดำเนินการ

กิจกรรมแปลงรวม	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
- เตรียมแปลง	←→						
- กำจัดวัชพืช, พรวนดิน	←→						
- ใส่ปุ๋ยคอก	←→						
- หวานเมล็ด			←→				
- ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ (ทุก 2 อาทิตย์)			←→				
- เก็บผลผลิต					←→		
- ประชุมสรุปผล							←→

### งบประมาณ

ไม่ใช้งบประมาณสนับสนุนที่เป็นตัวเงิน แต่ใช้การแบ่งปัน การแลกเปลี่ยน การอนุเคราะห์จากผู้ใหญ่บ้าน คณะกรรมการหมู่บ้าน คนในชุมชน ได้แก่ เมล็ดพันธุ์พืชผัก, ดินจากวิสาหกิจการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ของหมู่บ้าน น้ำหมักชีวภาพเพื่อไล่แมลง และบำรุงพืชผัก

## 2. ขั้นตอนดำเนินงาน (Do)

### พื้นที่ปลูก

**2.1 พื้นที่ปลูกแปลงรวม** การปลูกพืชในแปลงรวมขนาด 1.50 x 4 เมตร จำนวน 3 แปลง โดยการประชุมครั้งแรกเมื่อวันที่ 6 ตุลาคม พ.ศ. 2561 ได้ตกลงร่วมกันใช้พื้นที่ภายในบริเวณบ้านของนางศรี อินตะ หัวหน้ากลุ่ม ซึ่งมีการทำแปลงปลูกพืชผักสวนครัวแบบปลอดสารพิษในโครงการ 9101 เดิม เป็นแปลงที่ได้ติดตั้งระบบสปริงเกอร์สำหรับการรดน้ำไว้แล้ว สะดวกต่อการดูแล อีกทั้งดินเดิมที่มีอยู่เป็นดินจากวิสาหกิจชุมชนปุ๋ยอินทรีย์ของหมู่บ้าน เป็นดินที่มีความอุดมสมบูรณ์ เหมาะสมต่อการปลูกพืชผัก จึงได้ร่วมกันกำจัดวัชพืช พรวนดิน และขึ้นแปลง โรยปูนขาวเพื่อปรับสภาพดิน และตากดินไว้ประมาณ 1 อาทิตย์ ต่อมาจึงนำปุ๋ยหมักจากมูลวัว ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์จากหัวหน้ากลุ่มโปรยหน้าดิน แล้วพรวนคลุกเคล้ากับดินเดิมให้เข้ากัน แล้วตากดินทิ้งไว้อีกประมาณ 1 อาทิตย์ (ภาพที่ 7)

**2.2 พื้นที่เฉพาะครัวเรือน** ในแต่บ้านของกลุ่มผู้สูงอายุ ให้กำหนดตามความเหมาะสมว่าต้องการปลูกในพื้นที่ว่าง หรือทำแปลงเล็กๆ ขึ้นมา และให้มีการปลูกในวัสดุที่เหลือใช้ภายในบ้าน โดยกำหนดให้มีการปลูกพืชผักใน 3 ประเภท คือ 1) พืชผักสวนครัว 2) พืชสมุนไพร เครื่องเทศ หรือผักชูรส 3) ผักพื้นบ้าน โดยให้คำนึงถึงความเหมาะสมกับภาชนะที่ใช้ปลูก ความสะดวกต่อการดูแลรักษา และการจัดวางเพื่อความสวยงาม (ภาพที่ 8, 9)

**การคัดเลือกพันธุ์พืช** แปลงรวมจำนวน 3 แปลง ปลูกพืชผักสวนครัว ที่ใช้การหว่านเมล็ด ได้แก่ ผักกวางตุ้ง ผักบุ้ง และผักชี อย่างละ 1 แปลง เนื่องจากมีเมล็ดพันธุ์จากหัวหน้ากลุ่มอยู่แล้ว ดูแลรักษาง่าย เป็นพืชผักที่ใช้บริโภคโดยทั่วไป และมีอายุการเก็บเกี่ยวสั้น ระยะ 45-60 วัน

ส่วนการปลูกพืชในภาชนะปลูกประเภทต่างๆ สามารถปลูกได้ทั้งพืชผักสวนครัว สมุนไพร เครื่องเทศ ผักชูรส หรือผักพื้นบ้าน ตามความชอบใจ โดยให้ใช้เมล็ดพันธุ์ที่มีอยู่ การแยกหน่อ แยกกอ หรือปักชำพืชที่มีอยู่เดิม หรือที่ได้จากการแบ่งปันจากในกลุ่ม ให้เหมาะสมกับภาชนะแต่ละประเภท ดังคำกล่าวที่ว่า “ปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก”

### การจัดการดินและปุ๋ย

- ในแปลงรวมและการเพาะปลูกพืชผักสวนครัว ใช้ดินจากวิสาหกิจชุมชนการทำปุ๋ยหมักแบบไม่พลิกกองของบ้านเกษตรพัฒนา

- การบำรุงพืช ใช้ปุ๋ยคอกจากมูลวัว กระป๋อง (อนุเคราะห์จากนางอมรา สาคร, นางศรี อินตะ และนางอุทร สีลาเม), และปุ๋ยคอกจากมูลไก่ (อนุเคราะห์จากนายถวิล สุวิชา)

- การกำจัดศัตรูพืช (อนุเคราะห์น้ำหมักไล่แมลงจากนางอมรา สาคร และนางบังอร มาแสง)

### การควบคุมวัชพืช

- แปลงรวม นางศรี อินต๊ะ ดูแลเรื่องการเปิดปิดน้ำสปริงเกอร์ในแต่ละวัน และกำจัดวัชพืชในตอนเย็น ร่วมกับสมาชิกกลุ่มที่สะดวก และมีเวลาว่างตอนเย็น หมุนเวียนกันมาช่วยกันลงแรง

**การป้องกันและกำจัดศัตรูพืช** ใช้น้ำหมักไล่แมลงจากธรรมชาติ (อนุเคราะห์จากนางอมรา สาคร) ที่ได้จากการอบรมความรู้จากชุมชน นำพืชจากธรรมชาติ เช่น สะเดา ขี้เหล็ก ยาสูบ เป็นต้น ที่ได้จากการหมักระยะเวลา 1 เดือนขึ้นไป นำมาเจือจางกับน้ำ ฉีดพ่นเพื่อไล่แมลงที่มารบกวนพืชผัก

### การเก็บเกี่ยว

- แปลงรวม : ผักชี ใช้วิธีหว่าน เมื่อเมล็ดงอก จนเป็นต้นอ่อน ใช้เวลาประมาณ 10 วัน ใช้การถอนแยกเพื่อไม่ให้ต้นอ่อนเบียดกันแน่นจนเกินไป ต้นอ่อนที่แยกออกมา ได้แจกจ่ายให้สมาชิกกลุ่มเพื่อนำไปปลูกของแต่ละครัวเรือนต่อไป จากนั้นอีก 30 วัน สามารถทยอยถอนนำมาประกอบอาหารได้ ผลผลิตที่ได้ก็แบ่งปันแจกจ่ายให้แก่สมาชิกที่ต้องการ และเหลือทิ้งไว้ 1 ส่วนของแปลง (ประมาณ 50 เซนติเมตร) เพื่อทิ้งไว้ให้แก่ จนมมีเมล็ด (ประมาณ 90 วัน) เพื่อนำมาตากแห้ง และเก็บเป็นเมล็ดพันธุ์ต่อไป

ผักกวางตุ้ง ใช้วิธีหว่านเมล็ด เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ 20 วัน จนเป็นต้นอ่อน “ผักกาดหน้อย” ได้ทยอยถอนต้นที่เบียดกันออก มัดรวมกันเป็นมัดเล็กๆ แจกจ่ายให้สมาชิกเพื่อนำไปประกอบอาหาร ส่วนที่เหลือในแปลง ใช้ระยะเวลา 45-60 ทยอยเก็บผลผลิตไปเรื่อยๆ

ผักบุ้งจีน ใช้วิธีหว่านเมล็ดจนเต็มแปลง รดน้ำ ใส่ปุ๋ยบำรุงดินที่เป็นปุ๋ยคอก ประมาณ 30-45 วัน ทยอยเก็บเกี่ยวต้นที่สูงตั้งแต่ 30-35 เซนติเมตร ขึ้นไป มัดเป็นกำๆ แจกจ่ายสมาชิกกลุ่มที่ต้องการ โดยทยอยเก็บเป็น 3 ครั้ง ช่วงกลางและปลายเดือนกันยายน และครั้งสุดท้ายต้นเดือนกรกฎาคม



(ก)



(ข)



(ค)



(ง)

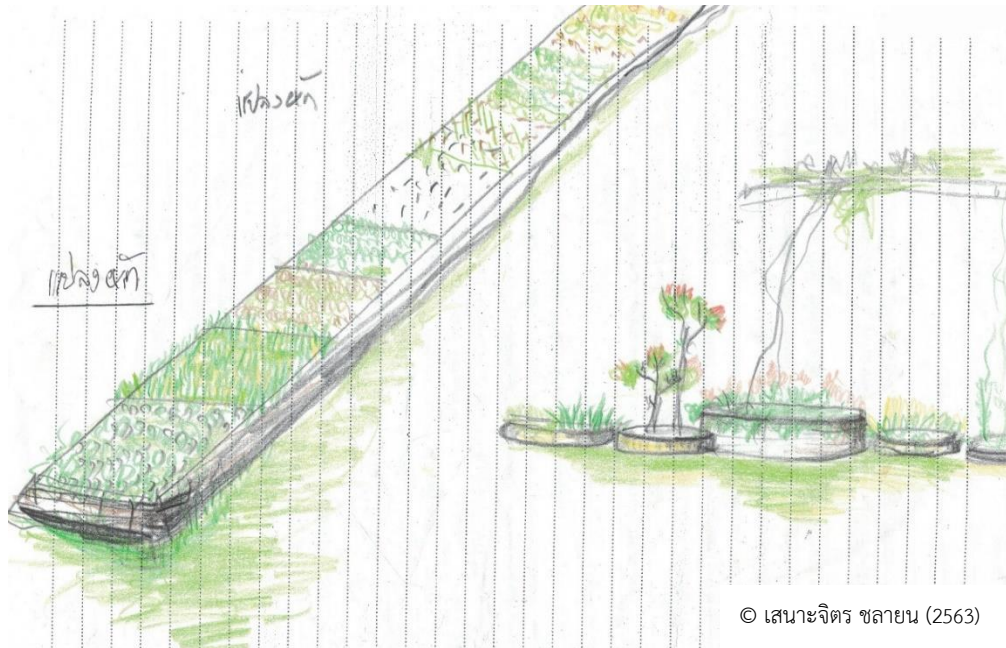


(จ)



(ฉ)

ภาพที่ 7 (ก-ฉ) กิจกรรมในแปลงรวมแบบมีส่วนร่วม



ภาพที่ 8 บรรยากาศการปลูกพืชผักสวนครัวเฉพาะครัวเรือน



(ค)

(ง)

ภาพที่ 9 การปลูกพืชผักสวนครัวในวัสดุเหลือใช้ภายในครัวเรือน

### 3. ขั้นติดตามและประเมินผล (Check) (ภาพที่ 10)

การติดตามและประเมินผลนี้ นางศรี อินตะ (หัวหน้ากลุ่ม), นางหล้า ชมชื่น (ผู้ประสานงานกลุ่ม) นางอมรา สาคร (สมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุอินทรีย์), นางบังอร มาแสง (สมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุตำบลป่าไผ่), นายสุพิน อินตะ (คณะกรรมการหมู่บ้าน) เป็นแกนนำหลัก ในการติดตามและประเมินผลความคืบหน้าของการปลูกพืชทั้งในแปลงรวม และกิจกรรมเยี่ยมชมสวนของสมาชิกแต่ละคน ในด้านต่างๆ ดังนี้

1. การเฝ้าติดตามการเจริญเติบโตของพืชผักในแปลงรวม และการให้น้ำ ให้อปุ๋ย และกำจัดวัชพืช ตามระยะเวลาที่กำหนดไว้ คือทุก ๆ สองอาทิตย์
2. การติดตามความคืบหน้าการปลูกพืชผักของสมาชิกแต่ละคน ที่ได้กำหนดตามแผนงาน คือ ปลูกในพื้นที่ว่าง ปลูกในวัสดุเหลือใช้ ทั้งพืชผักสวนครัว สมุนไพร และผักพื้นบ้าน
3. สอบถาม พูดคุย เพื่อประเมินความพึงพอใจของกิจกรรมใน 3 ด้าน ได้แก่ การลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน ได้พืชผักที่เพียงพอต่อการบริโภค และช่วยพัฒนาสุขภาพร่างกายและจิตใจ

#### การสรุปผล

จากการดำเนินกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ทั้งในแปลงรวม และเฉพาะครัวเรือนมีประเด็นสำคัญที่จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนี้

1. **ชนิดของพืชผัก** ควรเป็นพืชผักที่มีเมล็ดพันธุ์อยู่แล้ว ปลูกและดูแลรักษาง่าย ทนต่อโรคและแมลง การเจริญเติบโตของแปลงรวมทั้ง 3 แปลงที่ปลูก ผักกวางตุ้ง ผักบุ้ง และผักชี พืชผักเจริญเติบโตได้ดี เพราะมีการเตรียมดินที่มีอาหารบำรุงพืชตั้งแต่แรกปลูก รวมถึงการมีระบบให้น้ำเป็นประจำทุกวัน และมีตารางการให้อปุ๋ยทุก 2 สัปดาห์ ไม่ค่อยมีปัญหาเรื่องโรคและแมลง เพราะพื้นที่แปลงอยู่กลางแจ้ง ในที่โล่ง ส่วนการปลูกเฉพาะครัวเรือน พืชที่ขยายพันธุ์ด้วยการหว่านเมล็ด นิยมหว่านลงดินก่อน แล้วแยกมาปลูกในวางยางรถยนต์ หรือบ่อซีเมนต์ต่อไป
2. **การคัดเลือกพื้นที่** โดยเฉพาะที่เป็นแปลงรวม ควรกำหนดพื้นที่ที่สามารถอำนวยความสะดวกให้แก่สมาชิกที่เป็นผู้สูงอายุสามารถมาเข้าร่วมกิจกรรมได้ตลอดระยะเวลาของโครงการ เพราะสมาชิกที่ไม่สามารถเดินทางมาได้โดยลำพัง จะขาดโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม
3. **การปลูกในวัสดุเหลือใช้** ส่วนใหญ่เน้นหนักในเรื่องการใช้ประโยชน์เป็นสำคัญ แต่ผู้สูงอายุยังขาดทักษะในเรื่องความสวยงาม การจัดวาง เพื่อประดับตกแต่ง หรือร่วมกับความคิดสร้างสรรค์เล็ก ๆ น้อย ส่วนใหญ่จะใช้วิธีโปรยเมล็ดแก่ไปตามที่ว่าง ๆ ต่าง ๆ แล้วปล่อยให้ขึ้นเองตามธรรมชาติ

4. **สภาพร่างกายของสมาชิกผู้สูงอายุ** สมาชิกกลุ่มที่มีโรคประจำตัว และไม่แข็งแรงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้การเข้าร่วมกิจกรรมไม่ต่อเนื่อง หรือไม่สามารถดูแลการปลูกพืชของตนเองได้อย่างเต็มที่ หรือการเข้าร่วมกิจกรรมแปลงรวม ถ้าสมาชิกกลุ่มที่อยู่ไกลจากบ้านหัวหน้ากลุ่ม ไม่สามารถเดินทางด้วยตนเอง ต้องรอรถหลาน หรือเพื่อนสมาชิกที่ขี่รถมอเตอร์ไซด์ไปรับ

5. **งบประมาณสนับสนุน** การดำเนินกิจกรรมที่ไม่ได้ของงบประมาณสนับสนุน ใช้การแบ่งปัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกันเท่าที่จะทำได้ แต่ถ้ามีการสร้างแรงจูงใจด้วยการให้ของตอบแทนเล็กๆ น้อย ในการทำกิจกรรม หรือการสนับสนุนอาหารเครื่องดื่ม เมื่อร่วมกันทำกิจกรรม จะช่วยสร้างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมได้อีกทางหนึ่ง

6. **ค่านิยมของลูกหลาน** ยังมีหลายครอบครัวที่ลูกหลานไม่ต้องการให้ผู้สูงอายุภายในบ้านทำงานหรือทำกิจกรรมที่เคลื่อนไหวร่างกายมาก โดยเฉพาะรายที่มีปัญหาเกี่ยวกับหัวเข่า หรือการเดิน เพราะกังวลเรื่องอุบัติเหตุ หรือสุขภาพที่แย่ง จึงมักจะช่วยเหลือมากจนเกินความจำเป็น หรือลงมือทำให้เอง

#### 4. **ขั้นปรับปรุง แก้ไข และข้อเสนอแนะ (Act)**

จากการติดตามและประเมินผล พบที่จะสรุปแนวทางแก้ไขได้ ดังนี้ (ภาพที่ 10)

1. **ควรทำโครงการร่วมที่เป็นแผนดำเนินงานของเทศบาล หรือหมู่บ้าน** กำหนดไว้อยู่แล้ว เพื่อให้มีผู้รับผิดชอบหลัก ที่จะช่วยทั้งงบประมาณสนับสนุน และบุคลากร เพื่อให้การดำเนินกิจกรรมมีบุคคลภายนอกชุมชนที่เป็นหน่วยงาน หรือองค์กรเข้ามาให้ความรู้ และเป็นเสมือนพี่เลี้ยงกลุ่มผู้สูงอายุได้

2. **การทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มเยาวชน** เพื่อให้กลุ่มเยาวชนช่วยดูแลผู้สูงอายุในด้านที่ต้องใช้กำลัง แรงงาน ในขณะที่ผู้สูงอายุจะได้โอกาสถ่ายทอดความรู้ หรือประสบการณ์ ที่ถือเป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านให้แก่กลุ่มเยาวชน

3. **การสร้างแรงจูงใจ** เป็นการสร้างแรงจูงใจให้เกิดความกระตือรือร้น ให้ทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง จนสิ้นสุดโครงการ ด้วยการประกวด การให้รางวัล สนับสนุนอาหาร เครื่องดื่ม หรือแม้แต่การยกย่องให้คำชมเชย เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจในผลงานที่ได้ทำขึ้น และมีความสุขที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

4. **การฝึกอบรมความรู้ระยะสั้น ๆ หรือการดูงาน** เกี่ยวกับการประยุกต์สิ่งของเหลือใช้ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับรู้ความรู้ใหม่ ๆ นอกเหนือจากประสบการณ์ที่สั่งสมมา หรือได้แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์เพื่อให้เกิดความสวยงาม หรือการประดับตกแต่ง ให้คุณค่าทางจิตใจ มากกว่าประโยชน์ใช้สอยแต่เพียงอย่างเดียว



(ก)



(ข)



(ค)



(ง)



(จ)



(ฉ)

ภาพที่ 10 กิจกรรมเยี่ยมชมสวนเพื่อการติดตามและประเมินผล

### 2.3 แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

จากแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ และการประชุมกลุ่มย่อยในวันที่ 23 ตุลาคม พ.ศ. 2562 ที่ร้านค้าชุมชนประจำบ้านเกษตรพัฒนา มีสมาชิกเข้าร่วมจำนวน 14 คน ได้ทำข้อสรุปพร้อมสำหรับแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาได้ ดังต่อไปนี้

#### 1) แนวทางการใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้

แนวความคิดการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาที่ว่า “ปลูกทุกอย่างที่กิน กินทุกอย่างที่ปลูก” ควรนำปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ ดังนี้

- ความพอประมาณ ในกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุจะต้องเหมาะสมกับกำลังความสามารถ ศักยภาพของผู้สูงอายุ

- ความมีเหตุผล ไม่ต้องเน้นผลที่เป็นปริมาณของผลผลิต แต่สร้างเสริมให้เกิดการพัฒนาทางร่างกาย ให้ผู้สูงอายุได้เคลื่อนไหวร่างกายและออกกำลังกายเล็กๆ น้อย และได้พบปะ พูดคุยกัน ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

- การมีภูมิคุ้มกัน ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อผู้สูงอายุ สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทั้งจากสภาพร่างกาย หรือโอกาสในการกระทำที่ต่อเนื่อง ดังนั้นให้เป็นไปโดยสมัครใจ และใช้การมีส่วนร่วม การช่วยเหลือพึ่งพากันเป็นสำคัญ

ทั้งนี้ภายใต้เงื่อนไข ความรู้ และคุณธรรม โดยเฉพาะการสื่อสารให้เข้าใจเป้าหมายร่วมกัน การกระจายข่าวสารให้ได้รับรู้กันอย่างทั่วถึง ถึงแม้สมาชิกบางคนจะไม่ได้เข้าร่วมในทุกกิจกรรม แต่การมีส่วนร่วมในการรับรู้ข่าวสารต่างๆ ของกลุ่มอย่างสม่ำเสมอ หรือการแบ่งปันผลผลิตจะทำให้เกิดความรู้สึกถึงการมีส่วนร่วม และการเป็นสมาชิกของกลุ่ม อีกทั้งส่งเสริมคุณธรรมของการแบ่งปัน การมีน้ำใจที่ดีของคนในกลุ่ม และในชุมชน

#### 2) แนวทางการปลูกพืชผักโดยนำหลักการของเกษตรแบบผสมผสานมาประยุกต์ใช้

เกษตรแบบผสมผสานเป็นรูปแบบหนึ่งของเกษตรแบบยั่งยืน ถึงแม้จะเป็นกิจกรรมของกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มเล็ก ๆ แต่ควรนำหลักการที่สำคัญมาประยุกต์ใช้ ได้แก่

2.1) การปลูกพืชผักสวนครัวที่หลากหลายชนิดพันธุ์ เพื่อให้มีพืชผักบริโภคได้ตลอดทั้งปี และครอบครัวใน 3 กลุ่ม ที่ใช้ในการประกอบอาหารในชีวิตประจำวัน ได้แก่ พืชผักสวนครัวทั่วไป พืชผักสมุนไพรหรือพืชผักที่เป็นส่วนผสมของเครื่องแกง รวมถึงผักพื้นบ้าน ซึ่งจะมีตามฤดูกาล การเจริญเติบโตขึ้นอยู่กับอุณหภูมิและการให้น้ำ จึงถือเป็นพืชผักที่ปลอดภัย และมีคุณค่าทั้งทางโภชนาการ และการรักษาบรรเทาโรคร้ายต่าง ๆ

2.2) ใช้ประโยชน์จากพื้นที่ว่างเปล่าขนาดเล็กในชุมชน หรือภายในบ้านพักอาศัย มาใช้ให้เกิดประโยชน์ ถือเป็นจัดการปลูกพืชผักในพื้นที่ขนาดเล็ก ที่ผู้สูงอายุสามารถปลูก และดูแลรักษาด้วยตัวเอง หรือให้ลูกหลานภายในครอบครัวช่วยเหลือกัน

2.3) ให้พึ่งพาตนเอง ลดการใช้เงินทุน หรือปัจจัยการผลิตจากภายนอก แต่ใช้ประโยชน์จากสิ่งที่มีอยู่ในชุมชน รวมถึงการนำวัสดุเหลือใช้มาใช้ในการปลูก หรือตัดแปลงสิ่งเหลือใช้ภายในครอบครัวมาทำให้เกิดประโยชน์ เป็นการลดปริมาณขยะ และรักษาสิ่งแวดล้อมได้อีกทางหนึ่ง

2.4) ไม่ใช่ปุ๋ย สารเคมี ยาปราบศัตรูพืช แต่ให้ใช้ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ เพื่อให้ได้พืชผักที่ปลอดสารพิษ และปลอดภัยต่อการบริโภค และเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

### 3) แนวทางการพัฒนากิจกรรมการเกษตร ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิง (PDCA) เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

การใช้กระบวนการทำงานตามขั้นตอนของวงจรเดมมิง (PDCA) เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างมีขั้นตอน มีแผนงานและกิจกรรมที่ชัดเจน มีผู้รับผิดชอบ และการกำหนดระยะเวลา ทำให้สามารถติดตามและประเมินผลตามแผนงานที่วางไว้ได้ หากพบปัญหา อุปสรรค จะนำไปสู่ข้อสรุปเพื่อหาแนวทางแก้ไข หรือการพัฒนากิจการทางการเกษตรที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุต่อไป

### 4) แนวทางการพัฒนากิจการกรม/โครงการที่สอดคล้องกับแผนการดำเนินงานพัฒนาชุมชนของผู้นำ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

การจัดตั้งกิจกรรมหรือโครงการให้สอดคล้องกับแผนงาน หรือโครงการพัฒนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จากเทศบาลตำบลป่าไผ่ หรือหน่วยงานของทางภาครัฐ เช่น สำนักงานพัฒนาชุมชน หรือ การศึกษานอกโรงเรียนของตำบลป่าไผ่ ที่มีศูนย์เรียนรู้เพื่อส่งเสริมปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและเกษตรทฤษฎีใหม่ เพื่อจะมีโอกาสได้รับการสนับสนุนทั้งบุคลากร งบประมาณ และอุปกรณ์สนับสนุน รวมถึงหน่วยงานต่าง ๆ ที่รับผิดชอบ จะเข้ามาดูแลเป็นที่เลี้ยงให้กับกลุ่มผู้สูงอายุให้สามารถดำเนินกิจกรรมทางการเกษตรต่าง ๆ ได้อย่างสะดวกและมีศักยภาพมากยิ่งขึ้น

## การวิจารณ์ผล

จากผลการศึกษาสามารถวิจารณ์ผลได้ใน 2 ด้าน คือ 1) ด้านบริบทของพื้นที่ กลุ่มประชากรศึกษา และชนิดพันธุ์พืชผัก 2) แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา มีรายละเอียด ดังนี้

### 1) ด้านบริบทของพื้นที่ กลุ่มประชากรศึกษา และชนิดพันธุ์พืชผัก

จากผลการศึกษาในด้านบริบทของพื้นที่ จะเห็นได้ว่าที่ตั้งชุมชนบ้านเกษตรพัฒนาอยู่ในเขตพื้นที่ราบของตำบลป่าไผ่ ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ทำนา ทำสวน ทำไร่ เลี้ยงสัตว์ และการปลูกพืชผักเพื่อจำหน่าย วิถีชีวิตจึงผูกพันอยู่กับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับงานเกษตรกรรม ผู้สูงอายุในชุมชน ในปัจจุบันถ้าสภาพร่างกายยังคงแข็งแรง ไม่ได้กำหนดเวลาเกษียณอายุ แต่ยังคงทำงานในไร่ในสวนอยู่เป็นประจำ เป็นการปลูกพืชผักเพื่อบริโภคภายในครอบครัว หรือจำหน่ายเป็นอาชีพเสริม อีกทั้งการรวมกลุ่มวิสาหกิจการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ของบ้านเกษตรพัฒนา ที่เริ่มก่อตั้งมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2555 ถือเป็นต้นทุนทางการผลิตที่สำคัญต่อการทำเกษตร ทั้งการปลูกข้าวและพืชผักอินทรีย์ช่วยลดต้นทุนการผลิต และสามารถผลิตเกษตรแบบอินทรีย์ที่ส่งผลดีต่อสุขภาพของผู้บริโภคทั้งภายในและภายนอกชุมชน จึงถือว่าชาวบ้านในชุมชนมีพื้นฐานความรู้ทางด้านการปลูกพืชผักแบบปลอดสารพิษเป็นต้นทุนเดิมอยู่แล้ว ซึ่งสอดคล้องกับสำนักงานเกษตรอำเภอสนทราย ซึ่งสรุปข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้ในการทำงานตามระบบการส่งเสริมมิติใหม่ (MRCF) Smart office ระบุว่าการใช้ที่ดินประเภทเกษตรกรรมของอำเภอสนทราย เป็นพื้นที่เกษตรกรรม ร้อยละ 35.85 โดยสินค้าเกษตรที่สำคัญ ได้แก่ ข้าว มันฝรั่ง ลำไย และพืชผัก โดยมีพื้นที่ปลูกข้าว 3 ลำดับแรก ได้แก่ ตำบลแม่แฝก ตำบลหนองแหง และตำบลป่าไผ่ตามลำดับ ส่วนพื้นที่ปลูกผัก 3 ลำดับแรก ได้แก่ ตำบลแม่แฝก ตำบลแม่แฝกใหม่ และตำบลป่าไผ่ ส่วนสถาบันเกษตรมีวิสาหกิจชุมชนถึง 145 กลุ่ม โดยสรุปแนวทางการพัฒนาในพื้นที่ที่เหมาะสมด้วยวิธีลดต้นทุนการผลิต เพิ่มผลผลิต และพัฒนาคุณภาพ ส่วนในพื้นที่ที่ไม่เหมาะสม ใช้การปรับปรุงบำรุงดิน การปลูกพืชผักปลอดสารพิษ การทำไร่นาสวนผสม และการส่งเสริมด้านปศุสัตว์ (ข้อมูลพื้นฐานเพื่อใช้ในการทำงานตามระบบการส่งเสริมมิติใหม่, 2563)

### 2) แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

#### 2.1 ปัญหาและปัจจัยต่อการรวมกลุ่มของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

จากผลการศึกษา การหาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา เป็นการแก้ปัญหาจากปัจจัยภายในชุมชน คือ 1) ความต้องการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุทั้งทางร่างกาย จิตใจ และความสัมพันธ์ทางสังคม และ 2) ปัจจัยจากแนวคิดการสร้างกลุ่ม

ของผู้ใหญ่บ้าน เพื่อสร้างความเข้มแข็งของชุมชน สอดคล้องกับชมพูนุช พรหมศักดิ์ ที่กล่าวถึงกิจกรรมทางสังคมจะทำให้ผู้สูงอายุได้พบปะกับผู้อื่นในวัยใกล้เคียงกัน ไม่รู้สึกโดดเดี่ยว ปรับตัวและยอมรับตัวเองได้ง่ายขึ้น สนับสนุนให้พวกเขามีความนับถือในตัวเอง ป้องกันภาวะซึมเศร้า ซึ่งแนวทางการจัดกิจกรรมสังคมควรมีความหลากหลายและสามารถแก้ปัญหาของผู้สูงอายุได้ (ชมพูนุช พรหมศักดิ์, 2556)

ส่วนปัจจัยภายนอกเป็นนโยบายขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่น คือ นโยบายของเทศบาลป่าไม้ที่ต้องการส่งเสริมยุทธศาสตร์ด้านปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง รวมถึงนโยบายของหน่วยงานภาครัฐ เช่น สำนักงานกองทุนการสร้างเสริมสุขภาพ ที่ส่งเสริมการรวมกลุ่มของชาวบ้าน การปลูกพืชผักสวนครัวเพื่อสร้างเศรษฐกิจฐานรากและความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งสอดคล้องกับโครงการในระดับจังหวัด และระดับประเทศ ดังปรากฏตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 ได้นำอมนำหลัก “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มาเป็นปรัชญานำทางในการพัฒนาประเทศอย่างต่อเนื่องจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฉบับที่ 9-11 เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันและช่วยให้สังคมไทยสามารถยืดหยุ่นได้อย่างมั่นคง เกิดภูมิคุ้มกัน และมีการบริหารจัดการความเสี่ยงอย่างเหมาะสม ส่งผลให้การพัฒนาประเทศสู่ความสมดุลและยั่งยืน (สำนักงาน กปร., 2558)

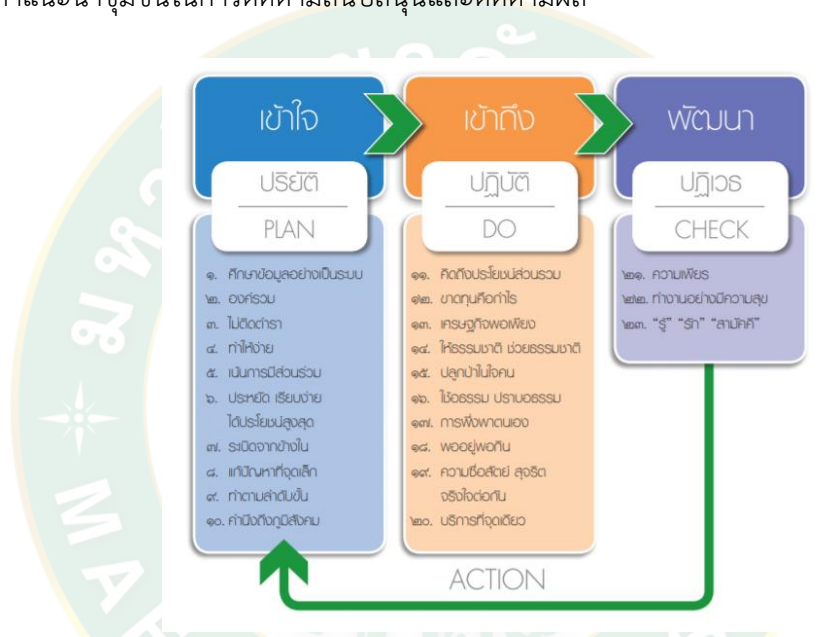
2.2 กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA)

การดำเนินกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยเน้นให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมตั้งแต่ขั้นตอนของการวางแผนว่าจะปลูกพืชอะไร อย่างไร ร่วมกันดูแลรักษา จนเก็บเกี่ยวผลผลิต ซึ่งสมาชิกกลุ่มมีความพึงพอใจ เพราะสามารถช่วยลดค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือน และได้รับประทานพืชผักที่ปลอดภัย อีกทั้งมีโอกาสได้พบปะพูดคุยกับเพื่อนสมาชิกกลุ่ม ถึงแม้จะเป็นกิจกรรมในกลุ่มเล็ก แต่การกำหนดเป้าหมายวัตถุประสงค์ ขั้นตอน และตัวชี้วัดของผลสำเร็จ ทำให้สามารถดำเนินงานร่วมกันจนประสบผลสำเร็จได้ จนนำไปสู่การพัฒนากิจกรรมอื่นๆ ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุให้เกิดความต่อเนื่องของกิจกรรมและความเข้มแข็งของกลุ่มได้ต่อไป ซึ่งเช่นเดียวกับกับการประยุกต์หลักการทรงงานกับการบริหารจัดการแผนงาน หรือโครงการในคู่มือการขับเคลื่อนการพัฒนาตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในภาคการเกษตรและชนบท และด้านความมั่นคง ที่คณะอนุกรรมการส่งเสริมการขับเคลื่อนการพัฒนาตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงในภาคการเกษตรและชนบท ได้สรุปหลักการพัฒนาตามแนวพระราชดำริ เรื่อง “เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา” โดยนำมาประยุกต์ใช้ในการบริหารจัดการแผนงาน/โครงการ ที่มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมให้ชุมชนมีความรู้สึกเป็นเจ้าของ ซึ่งจะนำไปสู่ความยั่งยืนของการพัฒนาในที่สุด (ภาพที่ 11) (สำนักงาน กปร., 2558) ดังนี้

การเข้าใจ เป็นการสร้างให้เกิดความเข้าใจในข้อมูลพื้นฐาน ด้วยการศึกษาข้อมูลทุกมิติของชุมชน ค้นหารากของปัญหา และรวบรวมองค์ความรู้มาใช้ในการทำความเข้าใจสภาพปัญหาาร่วมกัน

การเข้าถึง เป็นเรื่องของการสื่อสารและสร้างการมีส่วนร่วมโดยมุ่งสื่อสารสร้างความเข้าใจและความมั่นใจให้ชุมชนร่วมกันวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการของชุมชน รวมทั้งให้ชุมชนมีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนามากที่สุด

การพัฒนา เป็นการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพชุมชน สร้างทีมที่แข็งแกร่ง การออกแบบหลักสูตรการพัฒนา การศึกษาดูงาน แลกเปลี่ยนเรียนรู้ และฝึกปฏิบัติของชุมชน รวมทั้งการให้ทีมผู้ประสานงานให้คำแนะนำชุมชนในการติดตามสนับสนุนและติดตามผล



ภาพที่ 11 การประยุกต์หลักการทรงงานกับการบริหารจัดการแผนงาน/โครงการ  
ที่มา: คณะอนุกรรมการส่งเสริมการขับเคลื่อนการพัฒนาตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
ในภาคการเกษตรและชนบท, 2558

### 2.3 แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานที่มีการใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงและหลักการของเกษตรผสมผสานมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่นเดียวกับรายงานของสำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ (2560) ในการรวมกลุ่มของชาวบ้านนางแล เทศบาลตำบลนางแล จังหวัดเชียงราย ที่รวมกลุ่มกันผลิตปุ๋ยอินทรีย์เพื่อใช้เองในชุมชน ช่วยลดรายจ่าย ลดต้นทุนในการเกษตร และยังเกิดผลดีในแง่ระบบนิเวศของชุมชน เพราะช่วยลดการใช้สารเคมีในการทำเกษตร และลดสารพิษตกค้างในธรรมชาติ รวมถึงการรวมกลุ่มเพื่อปลูกพืชปลอดสารพิษของบ้าน

ปางัว องค์การบริหารส่วนตำบลรอบเวียง อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ช่วยให้สมาชิกมีพืชผักปลอดภัยไว้บริโภคในครัวเรือน และยังช่วยสร้างรายได้เสริมให้กับสมาชิก ช่วยให้สมาชิกกลุ่มสามารถพึ่งพาตนเองได้อย่างเข้มแข็ง (สำนักงานกองทุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2560)

ส่วนการพัฒนากิจกรรมการเกษตรตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) ที่ช่วยพัฒนาคุณภาพร่างกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ไพบุลย์ พงษ์แสงพันธ์ ยุวดี รอดจากรัก เรื่องการพัฒนาแบบการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุโดยใช้การมีส่วนร่วมของชุมชน (2557) ซึ่งได้สรุปประเด็นการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุจำแนกเป็น 7 องค์ประกอบ คือ 1) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม 2) การส่งเสริมสุขภาพทางจิตวิญญาณ 3) การส่งเสริมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย 4) การส่งเสริมด้านการปฏิบัติเพื่อความปลอดภัย 5) ด้านการจัดการความเครียด 6) ด้านสุขภาพที่อยู่อาศัย และ 7) ด้านโภชนาการ



## บทที่ 5

### สรุปและข้อเสนอแนะ

การค้นคว้าอิสระเรื่องการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสถานภาพของพื้นที่ ทั้งสภาพทางกายภาพ บรรยากาศ และข้อมูลการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ 2) ศึกษาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ โดยได้ผลการศึกษาดังนี้

#### ตอนที่ 1 บริบทท้องที่และกลุ่มประชากรศึกษา

บ้านเกษตรพัฒนา แยกออกมาจากบ้านหนองเต่าคำ เป็นหมู่ที่ 15 ของ ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ สภาพพื้นที่ของชุมชนยังเป็นวิถีเกษตรกรรม ร้อยละ 40 เป็นพื้นที่ทางการเกษตร เนื่องจากเป็นพื้นที่ราบของเขตอำเภอสันทราย สภาพทรัพยากรยังมีป่าไม้ที่อุดมสมบูรณ์ ประชากรเป็นคนเมือง (ไทยวน) ที่อยู่อาศัยมาแต่ดั้งเดิม มีนายมนตรี หินมี ดำรงตำแหน่งผู้ใหญ่บ้านเกษตรพัฒนาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2560 จนถึงปัจจุบัน มีกลุ่มองค์กรที่สำคัญ ได้แก่ 1) กลุ่มเกษตรกรทำนา 2) กลุ่มผู้สูงอายุ 3) กลุ่มเยาวชน 4) ร้านค้าชุมชน 5) วิสาหกิจชุมชนผู้ผลิตปุ๋ยอินทรีย์บ้านเกษตรพัฒนา ซึ่งวิสาหกิจชุมชนนี้ได้รับการอบรมจากโครงการฝึกอบรมการผลิตปุ๋ยอินทรีย์ปริมาณมากแบบไม่พลิกกลับกองวิธีวิศวกรรมแม่โจ้ 1 ตามโครงการพัฒนาอุตสาหกรรมอาหารอินทรีย์ จังหวัดเชียงใหม่ เพื่อเป็นปัจจัยการผลิตพืชผักและข้าวอินทรีย์ สำหรับการบริโภคในชุมชนและเพิ่มศักยภาพการผลิต

ที่ตั้งของชุมชนบ้านเกษตรพัฒนาอยู่ในเขตพื้นที่ราบของตำบลป่าไผ่ ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม ทำนา ทำสวน ทำไร่ เลี้ยงสัตว์ และการปลูกพืชผักเพื่อจำหน่าย วิถีชีวิตจึงผูกพันอยู่กับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับงานเกษตรกรรม ผู้สูงอายุในชุมชน ในปัจจุบันถ้าสภาพร่างกายยังคงแข็งแรง ก็ไม่ได้มีเวลาเกษียณอายุ แต่ยังคงทำงานในไร่นาสวนอยู่เป็นประจำ หรือการปลูกพืชผักเพื่อบริโภคภายในครอบครัว หรือจำหน่ายเป็นอาชีพเสริม ชาวบ้านในชุมชนจึงมีพื้นฐานความรู้ทางด้านการปลูกพืชผักแบบปลอดสารพิษเป็นต้นทุนเดิมอยู่แล้ว

#### บริบทกลุ่มประชากรศึกษา

กลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาที่เข้าร่วมกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน เป็นเพศชาย ร้อยละ 50 เป็นเพศหญิงร้อยละ 50 มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 72 อายุต่ำกว่า 60 ปี

ร้อยละ 28 การศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 3-4 คน มีค่ามากที่สุด ถัดมามีจำนวน 1-2 และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน 1-2 คน

สมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทางการเกษตร ได้แก่ การทำนา ทำสวน ทำไร่ และบางรายร่วมกับการเลี้ยงสัตว์ ได้แก่ โค กระบือ ไก่ รองลงมาประกอบอาชีพรับจ้าง และค้าขาย รายได้ส่วนใหญ่จึงมาจากการเกษตรกรรม แต่ในกรณีผู้สูงอายุที่มีอายุมาก หรือร่างกายไม่แข็งแรง ไม่สามารถไปทำการเกษตรได้ รายได้มาจากลูกหลานหรือญาติพี่น้อง และผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ได้รับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุ

ส่วนกิจกรรมทางสังคมนั้น สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมชุมชนในงานบุญของวัด หรืองานบุญประเพณีในหมู่บ้าน ทั้งการร่วมบริจาคเงิน สิ่งของ หรือการร่วมแรงงาน นอกจากนี้ยังมีการพัฒนาชุมชนซึ่งเป็นกิจกรรมส่วนรวมที่สมาชิกส่วนใหญ่เข้าร่วม ทั้งการทำความสะอาดที่สาธารณะ การสร้างอาคาร ศาลาของวัดหรือชุมชน และกิจกรรมการปลูกป่า บวชป่า และเข้าร่วมอบรมการทำปุ๋ยหมักอินทรีย์ซึ่งเป็นกลุ่มวิสาหกิจชุมชนของบ้านเกษตรพัฒนา

## ตอนที่ 2 แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา (ภาพที่ 12)

2.1 ปัจจัยในการรวมกลุ่มเพื่อการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา จากปัญหาของผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาที่มีสุขภาพอ่อนแอ บางรายมีโรคประจำตัวที่ไม่สามารถประกอบอาชีพได้ หรือมีฐานะยากจน ถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง จึงเกิดความต้องการที่จะส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ โดยการรวมกลุ่มผู้สูงอายุเพื่อทำปลูกพืชผักแบบผสมผสาน โดยเน้นที่พืชผักสวนครัวเพื่อการบริโภค ถ้ามีเหลือให้แบ่งปันภายในกลุ่มสมาชิก หรือเพื่อนบ้าน เป็นการส่งเสริมการพัฒนาทั้งทางร่างกายและจิตใจ ให้เกิดสุขภาพที่แข็งแรงและจิตใจที่แจ่มใส ทั้งยังสอดคล้องกับนโยบายของผู้นำชุมชน ที่ต้องการสร้างเสริมความเข้มแข็งของกลุ่มทางสังคมต่างๆ ของหมู่บ้าน และนโยบายของเทศบาลตำบลป่าไผ่ที่ต้องการพัฒนาเศรษฐกิจชุมชนตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง จึงได้เกิดการรวมกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนาเพื่อปลูกพืชผักแบบผสมผสาน ให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนของการดำเนินงานตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA)

2.2 กิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานโดยกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตามกรอบแนวคิดวงจรเดมมิ่ง (PDCA) เป็นลักษณะการดำเนินกิจกรรมการปลูกพืชผักของผู้สูงอายุตามขั้นตอน กล่าวคือ

1) ขั้นเตรียมการ (Plan) ตั้งประชุมกลุ่มวางแผน, กำหนดผู้รับผิดชอบ, กำหนดกิจกรรม, งบประมาณ, กำหนดตารางเวลา

2) ขั้นตอนการดำเนินงาน (Do) เป็นการทำตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ คือ การทำร่วมกันในแปลงรวมจำนวน 3 แปลง ปลูกผักชี ผักบุ้ง ผักกวางตุ้ง โดยใช้วิธีหว่านเมล็ด ในพื้นที่บ้าน

ของหัวหน้ากลุ่ม ซึ่งมีแปลงเกษตรเดิมที่ติดตั้งระบบให้น้ำไว้แล้ว ส่วนการปลูกเฉพาะครัวเรือน ให้ปลูกในพื้นที่ว่างที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์ หรือนำสิ่งของเหลือใช้มาทำเป็นวัสดุปลูก เช่น วงบ่อซีเมนต์ ก่อโพงม วงยางรถยนต์ ถังสี กะละมังเก่า เป็นต้น โดยเน้นการขยายพันธุ์จากที่มีอยู่เดิมทั้งการแยกหน่อ แยกกอ ปักชำ การนำต้นกล้าจากแปลงรวม หรือของสมาชิกกลุ่มมาปลูกในพืชผัก 3 กลุ่ม คือ พืชผักสวนครัวทั่วไป เครื่องเทศหรือผักที่เป็นเครื่องชูรส และสมุนไพร และผักพื้นบ้าน

3) ขั้นติดตามและประเมินผล (Check) กิจกรรมเยี่ยมชมสวนโดยแกนนำกลุ่ม เพื่อติดตามให้เป็นไปตามแผนงาน และประเมินผลของการเพาะปลูกและความพึงพอใจ ใน 3 ด้าน คือ ได้บริโภคอาหารปลอดภัย พัฒนาสุขภาพกายใจ และการมีส่วนร่วมกับสมาชิก

4) ขั้นสรุปผล ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ (Act) สำหรับกิจกรรมทางการเกษตรของผู้สูงอายุ ควรคัดเลือกพื้นที่ที่สามารถอำนวยความสะดวกแก่ผู้สูงอายุ ทั้งการเดินทาง และการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง ชนิดของพืชผัก ต้องเจริญเติบโตได้เร็ว ทนต่อโรคและแมลง และดูแลรักษาง่าย ส่วนการปลูกในวัสดุเหลือใช้ ยังขาดเรื่องความสวยงามและความคิดสร้างสรรค์ ปัญหาที่พบส่วนใหญ่ คือจากสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ ที่อาจมีโรคประจำตัว หรือการเดินทางมาทำกิจกรรมไม่ได้ด้วยตนเอง และการขาดงบประมาณสนับสนุน และค่านิยมของลูกหลานที่ไม่ต้องการให้ผู้สูงอายุทำงานอะไร จึงเสนอให้มีการทำโครงการภายใต้แผนงานที่มีงบประมาณและบุคลากรอยู่แล้ว หรือการทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มเยาวชน และการสร้างแรงจูงใจด้วยของรางวัล คำชมเชย หรือสนับสนุนด้านต่างๆ เพื่อให้เกิดความตื่นตัวในการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง

2.3 แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา จากการประชุมกลุ่มผู้สูงอายุของบ้านเกษตรพัฒนา ได้ร่วมกันหาแนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน ดังนี้

1) แนวทางการใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ คือการใช้หลักของความพอประมาณ มีเหตุผล การมีภูมิคุ้มกัน ภายใต้เงื่อนไข ความรู้และคุณธรรม

2) แนวทางการปลูกพืชผักโดยการนำหลักการของเกษตรแบบผสมผสานมาประยุกต์ใช้ ประกอบด้วย

- การปลูกพืชผักสวนครัวหลากชนิดพันธุ์ และครอบครัวใน 3 กลุ่มที่ใช้ประกอบอาหารในชีวิตประจำวัน ได้แก่ พืชผักสวนครัวทั่วไป พืชผักสมุนไพร หรือเครื่องชูรส และผักพื้นบ้าน เพื่อให้มีพืชผักบริโภคหมุนเวียนตลอดทั้งปี และเป็นพืชผักที่ปลอดภัย

- ใช้ประโยชน์จากพื้นที่ว่างเปล่าขนาดเล็กในชุมชน

- พึ่งพาตนเอง ลดการใช้เงินทุน หรือปัจจัยการผลิตจากภายนอก แต่ใช้ประโยชน์จาก

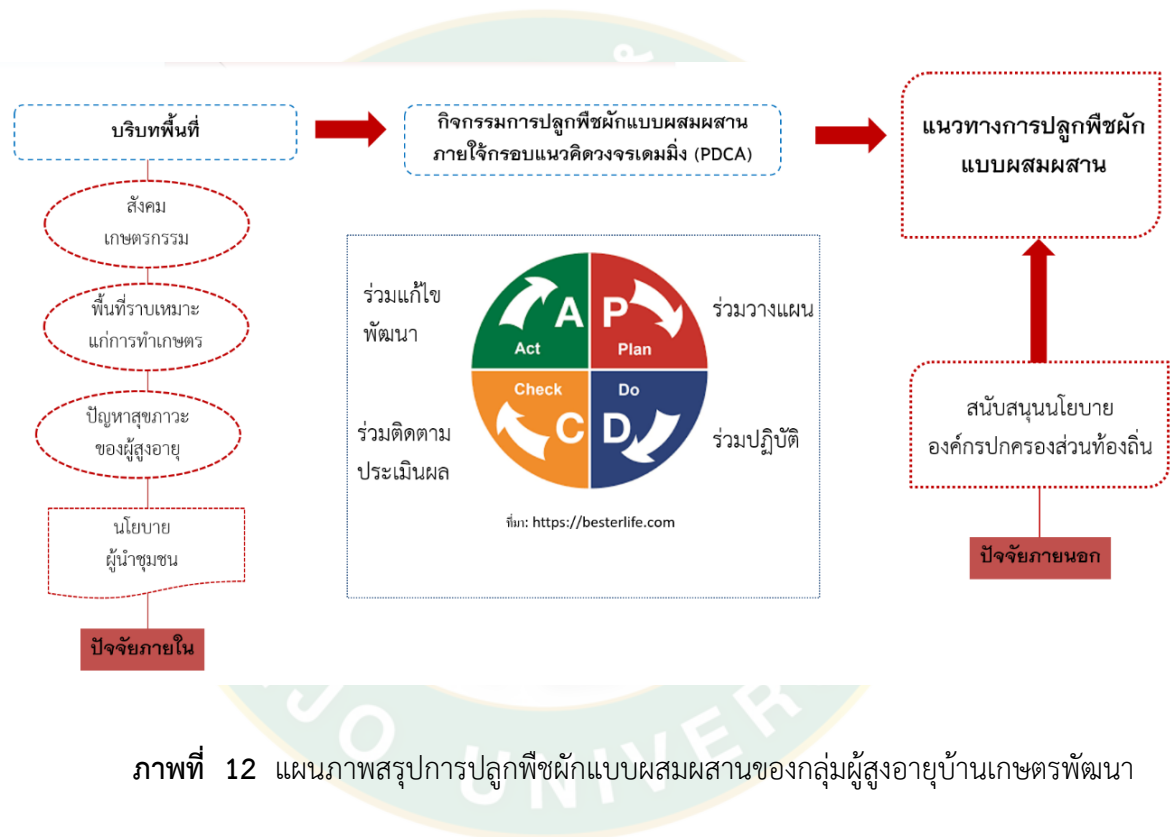
สิ่งที่มีอยู่ในชุมชน รวมถึงการนำวัสดุเหลือใช้มาใช้ในการปลูก

- ไม่ใช่ปุ๋ย สารเคมี ยาปราบศัตรูพืช แต่ให้ใช้ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ เพื่อให้ได้พืชผักที่ปลอดภัยและปลอดภัยต่อการบริโภค เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

3) แนวทางการพัฒนากิจกรรมการเกษตร ภายใต้กรอบแนวคิด PDCA เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

4) แนวทางการพัฒนากิจกรรม/โครงการที่สอดคล้องกับโครงการพัฒนาชุมชนของผู้นำชุมชน และแผนการดำเนินงานขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

5) แนวทางการประยุกต์หลักการทรงงานกับการบริหารกิจกรรม/โครงการ



ภาพที่ 12 แผนภาพสรุปการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

### ข้อเสนอแนะ

1. ให้มีการสนับสนุนงบประมาณจากเทศบาล และหมู่บ้าน เพราะกิจกรรมนี้ใช้การอนุเคราะห์และการแบ่งปันภายในกลุ่ม ทั้งสถานที่ ดินปลูก เมล็ดพันธุ์ ปุ๋ยหมักอินทรีย์ น้ำหมักชีวภาพ จึงเป็นการทำกิจกรรมเล็ก ๆ ที่อยู่ในวิสัยที่กลุ่มผู้สูงอายุทั้ง 18 สามารถกระทำได้ แต่ถ้าได้รับการสนับสนุนงบประมาณบางส่วน ก็จะทำให้เกิดกิจกรรมอื่น ๆ ที่ขยายวงกว้างต่อไป
2. ให้มีการดำเนินกิจกรรมด้านการปลูกผักอย่างต่อเนื่อง เพราะปัญหาผู้สูงอายุส่วนใหญ่มาจากสภาพร่างกายและการบริโภคอาหาร การดำเนินกิจกรรมที่ต่อเนื่องจะช่วยสร้างความตื่นตัวอยู่เสมอจากผู้สูงอายุ และถ้ามีจำนวนสมาชิกที่เพิ่มมากขึ้น จะเป็นผลดีต่อชุมชนต่อไป แต่อาจต่างในรูปแบบกิจกรรมที่แตกต่างกันออกไป
3. ให้มีความสัมพันธ์กับกลุ่มอื่น ๆ โดยเฉพาะกลุ่มเยาวชน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสถ่ายทอดประสบการณ์ หรือภูมิปัญญาพื้นบ้านต่าง ๆ แก่เยาวชนรุ่นหลัง ลดช่องว่างระหว่างวัย ขณะเดียวกันกลุ่มเยาวชนเอง ได้มีโอกาสดูแลผู้สูงอายุ ได้รับความรู้จากประสบการณ์โดยตรง เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างกลุ่มคนสองวัย

## บรรณานุกรม

- กรมส่งเสริมการเกษตร สำนักพัฒนาการถ่ายทอดเทคโนโลยี. 2551. **หลักปฏิบัติเบื้องต้นในการปลูกผักสวนครัว**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://goo.gl/iYPLTa> (15 ธันวาคม 2563).
- กระทรวงเกษตรและสหกรณ์, กองนโยบายเทคโนโลยีเพื่อการเกษตรและเกษตรกรรมยั่งยืน. 2563. **เกษตรผสมผสาน**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [https://www.moac.go.th/philosopher-sustainable\\_agri-preview-382891791795](https://www.moac.go.th/philosopher-sustainable_agri-preview-382891791795) (15 ธันวาคม 2563).
- กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2553. **พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เทพเพ็ญวานิสัย.
- กองการเจ้าหน้าที่ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยรามคำแหง. 2553. **การมีส่วนร่วมในการบริหารงานของบุคลากร กองการเจ้าหน้าที่ สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยรามคำแหง**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://hrm.ru.ac.th/index.php/2015-07-07-06-59-07/188-0005> (25 ธันวาคม 2563).
- การจำแนกผัก. 2542. ใน **สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน เล่มที่ 5 เรื่องที่ 1**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://saranukromthai.or.th/sub/book/book.php?book=5&chap=1&page=t5-1-infodetail02.htm> (25 ธันวาคม 2563).
- การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย. 2542. **ชีววิถีเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน กฝผ.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://goo.gl/hWf9nZ> (25 ธันวาคม 2563).
- เกริก ท่วมกลาง. 2547. **เทคนิคการปลูกผักสวนครัว ผักปลอดสารพิษ**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สถาพรบุ๊ค.
- เกียรติพงษ์ อุดมธนะธีระ. 2561. **PDCA Cycle/วงจรการควบคุมคุณภาพ หรือ วงจรเดมมิง (Deming Cycle)** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [shorturl.at/gjoO1](http://shorturl.at/gjoO1) (15 ธันวาคม 2563).
- จิรันดร วิกสูงเนิน. 2553. ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุขององค์การ บริหารส่วนตำบล ในเขตอำเภอโนนไทย จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี
- จุฑารัตน์ แสงทอง. 2560. สังคมผู้สูงอายุ (อย่างสมบูรณ์): ภาวะสูงวัย อย่างมีคุณภาพ. **วารสารรัฐมิแล** 38(1), มกราคม-เมษายน. แหล่งที่มา <https://www.tci-thaijo.org/index.php/rusamelae/issue/view/8332> (16 ธันวาคม 2563)

- ชมพูนุช พรหมภักดี. 2556. **บทความวิชาการ การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุของประเทศไทย.**  
 สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. 3(16) สิงหาคม. แหล่งที่มา  
[http://library.senate.go.th/document/Ext6078/6078440\\_0002.PDF](http://library.senate.go.th/document/Ext6078/6078440_0002.PDF)  
 (16 ธันวาคม 2563).
- ชูศักดิ์ ตันวงศ์เลิศ. 2557. **ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดสวัสดิการสังคมแก่ผู้สูงอายุขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตอำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี.**  
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.
- ธรรมศักดิ์ ทองเกตุ. 2544. **หลักการปลูกพืชผัก.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา  
<https://www.ku.ac.th/e-magazine/january44/agri/plant/> (3 ตุลาคม 2563)
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. 2548. **การพัฒนาการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน.** กรุงเทพฯ: เพรสแอนด์ ดีไซน์.
- ปัทมาศน์ เพชรสม. 2558. **พฤติกรรมสุขภาพผู้สูงอายุไทย.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา  
<https://goo.gl/GG6xms> (25 ตุลาคม 2563).
- ประพันธ์พงษ์ ชิมพงษ์. 2551. **อุตสาหกรรมการท่องเที่ยว.** ปทุมธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- ปัญญา ภู่วัฒน และ ประเทศ ดวงพัตรา. 2553. **การจัดการความรู้ในการปลูกพืชผักอาหารตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชน จังหวัดอุทัยธานี.** อุทัยธานี: วิทยาลัยเกษตรและเทคโนโลยีอุทัยธานี อาชีวศึกษาจังหวัดอุทัยธานี.
- ผาณิต ชวชัยชลาพันธ์. 2555. **การออกแบบตลาดสดชุมชนเมือง ภายใต้ภูมิปัญญาเกษตรแบบผสมผสาน.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- พืชเกษตร. **พืชผักสวนครัว.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://goo.gl/aFZejc> (27 ตุลาคม 2563).
- ภูมิสังคมรุ่นที่ 14. 2560. **“การวิเคราะห์ชุมชนบ้านเกษตรพัฒนา” รายงานวิชาทฤษฎีและแนวคิดในการพัฒนา** (พภ. 511) ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2560 สาขาการพัฒนากลุ่มสังคมอย่างยั่งยืน คณะผลิตกรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- มนัญญา ภูแก้ว. 2546. **พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. ๒๕๔๖.** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา  
[https://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/elaw\\_parcy/ewt\\_dl\\_link.php?nid=1536](https://www.parliament.go.th/ewtadmin/ewt/elaw_parcy/ewt_dl_link.php?nid=1536) (3 ตุลาคม 2563).
- มูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน (ประเทศไทย). 2547. **เกษตรกรรมยั่งยืน: วิถีเกษตรกรรมเพื่อความเป็นไท ความเรียงว่าด้วยความหมาย หลักการ และนโยบายเกษตรกรรมยั่งยืน.** [ระบบออนไลน์] แหล่งที่มา <http://www.nawachione.org/2012/10/29/sustainable-agriculture/> (15 ธันวาคม 2563).

- มูลนิธิชัยพัฒนา. 2563. **เศรษฐกิจพอเพียง**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [https://www.chaipat.or.th/site\\_content/item/1309-2010-06-03-09-50-07.html](https://www.chaipat.or.th/site_content/item/1309-2010-06-03-09-50-07.html) (13 ธันวาคม 2563).
- ยุพาพร รุ่งงาม. 2545. **การมีส่วนร่วมของข้าราชการสำนักงบประมาณในการปฏิรูประบบราชการ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- รสริน เกรย์ และคณะ. 2556. **มนต์ศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ : มุมมองเชิงจิตวิทยาสังคม และสุขภาพ**. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วันรักษ์ มิ่งมณีนาคิน. 2531. **การพัฒนาชนบทไทย**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิเชษฐ คำสุวรรณ. 2551. **การปลูกพืชผักสวนครัว**. กรุงเทพฯ: คลื่นอักษร.
- วิสาขา รามสมภพ. 2546 "ผักพื้นบ้าน ของดีที่ถูกลืม". **ข่าวรวมคำแหง**. 33 (21) 15-21 กันยายน. แหล่งที่มา <https://www.lib.ru.ac.th/miscell2/?p=2076> (25 ธันวาคม 2563).
- สถาบันวิจัยและพัฒนาพื้นที่สูง. 2558. **ผักพื้นบ้าน อาหารเป็นยา รักษาสุขภาพ** [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://www.hrdi.or.th/Articles/Detail/26> (16 ธันวาคม 2563)
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). 2546. **ธรรมบุญชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีงาม**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://goo.gl/J6YdkE> (16 ธันวาคม 2563).
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). 2560 . **ถ้าสูงอายุเป็น ก็น่าจะเป็นผู้สูงอายุ**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา [https://www.watnyanaves.net/th/book\\_detail/636](https://www.watnyanaves.net/th/book_detail/636) (16 ธันวาคม 2563).
- สาระ พรรณ. 2554. **ปลูกผักข้างครัวไม่ต้องกลัวสารพิษ**. กรุงเทพฯ: เอกดูเคชั่นไมนด์ ไลน์ มัลติมีเดียจำกัด.
- สามารถ ใจเตี้ย. 2559. การพัฒนาบทเรียนวิทยาศาสตร์ท้องถิ่นเรื่อง ภูมิปัญญาล้านนาด้านอาหารพื้นบ้านกับการเสริมสร้างสุขภาพผู้สูงอายุ. **วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี**, 27 (ฉบับเพิ่มเติม). แหล่งที่มา <https://www.tci-thaijo.org/index.php/pnc/article/download/117694/90316/> (16 ธันวาคม 2563).
- สำนักงานคณะกรรมการพิเศษเพื่อประสานการโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ (สำนักงาน กปร.). 2562. **หลักการทรงงานในพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร**. กรุงเทพฯ: หจก.อรุณการพิมพ์.
- สำนักงานปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ กองนโยบายเทคโนโลยีเพื่อการเกษตรและเกษตรกรรมยั่งยืน. 2555. **120 อาชีพเกษตรกรรมทางเลือก**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา

[https://www.opsmoac.go.th/sustainable\\_agri-dwl-files-391191791820](https://www.opsmoac.go.th/sustainable_agri-dwl-files-391191791820) (16 ธันวาคม 2563).

สำนักพัฒนาการถ่ายทอดเทคโนโลยี กรมส่งเสริมการเกษตร. 2551 **หลักปฏิบัติเบื้องต้นในการปลูกผักสวนครัว**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://goo.gl/iYPLTa>. (16 ธันวาคม 2563).

สุกัญญา สุวรรณโน. 2552. **การดูแลตนเองของผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี : กรณีศึกษาตำบลนครไทย จังหวัดพิษณุโลกมหาวิทยาลัยนเรศวร**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <http://dric.nrct.go.th/Search/SearchDetail/213524> (16 ธันวาคม 2563).

สุธาสินี โพธิจันทร์. 2558. **PDCA หัวใจสำคัญของการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://www.ftpi.or.th/2015/2125> (16 ธันวาคม 2563).

สุรกุล เจนอบรม. 2541. **วิสัยทัศน์ผู้สูงอายุและการศึกษานอกระบบสำหรับผู้สูงอายุไทย**. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษาออกโรงเรียน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำนักพัฒนาการถ่ายทอดเทคโนโลยี กรมส่งเสริมการเกษตร. 2551. **หลักการปฏิบัติเบื้องต้นในการปลูกผักสวนครัว**. [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://goo.gl/iYPLTa> (16 ธันวาคม 2563).

อภิชัย พันธเสน. 2560. **เศรษฐกิจพอเพียง : พระอัจฉริยภาพและพระกรุณาธิคุณของในหลวงรัชกาลที่ 9**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรังสิต.



ภาคผนวก

ภาคผนวก ก: ภาพการเก็บข้อมูลภาคสนาม



ศาลาอเนกประสงค์บ้านเกษตรพัฒนา



การทำปุ๋ยหมัก



ศูนย์จัดการดินและปุ๋ย



แปลงปลูกผักเพื่อจำหน่าย



การปลูกพืชผักสวนครัวในวัสดุเหลือใช้



การปลูกพืชผักสวนครัวในครัวเรือน



บรรยากาศการเก็บข้อมูลภาคสนาม

## ภาคผนวก ข: แบบสอบถามประกอบการวิจัย

แบบสอบถามประกอบการวิจัย

เรื่อง แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน ของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา  
ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

ผู้ดำเนินการวิจัย นางเสนาะจิต ชลาชน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการมีส่วนร่วมของกลุ่มผู้สูงอายุและผู้สนใจ ในการวางแผนการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน ให้เหมาะสมกับการบริโภคในครัวเรือนประจำวัน หรือการนำผลผลิตที่เหลือบริโภคจำหน่ายภายในชุมชน

แบบสอบถามฉบับนี้ แยกออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 สอบถามข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 สอบถามความรู้เกี่ยวกับการปลูกพืชผัก

ส่วนที่ 3 สอบถามปัญหาที่เกี่ยวข้อง ข้อเสนอแนะ การแก้ปัญหาต่างๆ ในการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ชื่อ (ผู้ตอบแบบสอบถาม)

นามสกุล

บ้านเลขที่

หมู่ที่

บ้านเกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

เพศ

หญิง

ชาย

อายุ

ปี

ระดับการศึกษา

อ่านออก เขียนได้ ศึกษาด้วยตัวเอง  ประถมศึกษาปีที่ 4

ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือ ม.ศ. 3  มัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือ ม.ศ. 5

ปวส. หรือ อนุปริญญา

ปริญญาตรี

อื่นๆ (ระบุ)

เคยประกอบอาชีพ / ประกอบอาชีพ

- เกษตรกรรม  ค้าขาย  ข้าราชการ  
 รับจ้าง (ทำงานบริษัท)  เลี้ยงสัตว์  อื่นๆ (ระบุ)

ศาสนา

- พุทธ  คริสต์  อื่นๆ (ระบุ)

จำนวนสมาชิกในครัวเรือน

- เพศชาย จำนวน      คน  เพศหญิง จำนวน      คน

สถานภาพในครอบครัว

- โสด  
 แต่งงาน  มีบุตรชาย      คน  มีบุตรสาว      คน  
 หม้าย  มีบุตรชาย      คน  มีบุตรสาว      คน  
 หย่าร้าง  มีบุตรชาย      คน  มีบุตรสาว      คน

สถานภาพทางสังคม

- ผู้ใหญ่บ้าน  เกษตรตำบล  ปราชญ์ชาวบ้าน  สมาชิกเทศบาล  
 กรรมการหมู่บ้าน  อื่นๆ (ระบุ)

รายได้

- เบี้ยยังชีพจากทางราชการ  รายได้จากการเกษตร ทำนา ทำสวน ทำไร่  
 ค่าเช่า บ้าน นา สวน  เลี้ยงสัตว์  
 จากลูก หลาน ญาติพี่น้อง  อื่นๆ (ระบุ)

บัญชีครัวเรือน เพื่อให้รู้รายรับรายจ่าย

- ทำบัญชีครัวเรือน  ไม่ทำ

เข้าร่วมทำกิจกรรมในชุมชน อะไรบ้าง

1.  2.   
 3.  4.   
 5.  6.

การถือครองที่ดินในรูปแบบต่างๆ (ที่ดินตั้งบ้านเรือน ที่ดินทำกิน)

- ที่ดินของตนเองจำนวน      แปลง รวมเนื้อที่      ไร่  
 เช่าผู้อื่น      จำนวน      แปลง รวมเนื้อที่      ไร่  
 อื่นๆ (ระบุ)

ประเภทของที่ดิน ที่ถือครอง

- ที่ดินมีเอกสารสิทธิ์ตามกฎหมายที่ดิน จำนวน ไร่
- ที่ สทก จำนวน ไร่
- ที่ สปก จำนวน ไร่
- อื่นๆ (ระบุ)

ระยะเวลาในการตั้งถิ่นฐานที่นี่ รวมระยะเวลา ปี

## ส่วนที่ 2 การปลูกพืชผัก

สนใจเรียนรู้ด้านการปลูกพืชผัก ด้วยวิธีการใด

- เรียนจากผู้รู้ในชุมชน  เกษตรตำบล  เรียนรู้จากครอบครัว
- เรียนรู้จากกลุ่มปลูกพืชผัก  เรียนรู้จากการศึกษาดูงาน มหาวิทยาลัยแม่โจ้
- อื่นๆ (ระบุ)

วัตถุประสงค์ในการปลูกพืชผัก

- บริโภคในครัวเรือน  แบ่งปันเพื่อน  ใช้ที่ดินให้เป็นประโยชน์
- เพิ่มรายได้ ลดค่าใช้จ่าย  เพื่อความสุข สนุกที่ลงมือทำเองได้  จำหน่าย
- อื่นๆ (ระบุ)

แหล่งที่มาของพันธุ์พืชผัก

- ของตนเอง  แบ่งปันจากเพื่อน
- แหล่งจำหน่ายพันธุ์ผัก มหาวิทยาลัยแม่โจ้  แหล่งจำหน่ายพันธุ์ผัก ร้านค้าเอกชน
- อื่นๆ (ระบุ)

การใช้ปุ๋ย

- ปุ๋ยหมักผลิตเอง  รวมกลุ่มผลิตปุ๋ย
- ปุ๋ยซื้อสำเร็จ  อื่นๆ (ระบุ)

ชนิดพันธุ์พืชผักที่ปลูก (ระบุชื่อ)

- ผักอายุสั้น (น้อยกว่า 3 เดือน)
- ผักอายุปานกลาง (3-6 เดือน)
- ผักไม้พุ่มยืนต้น (มากกว่า 1 ปี)
- ผักจากต้นไม้ยืนต้น

ส่วนที่ 3 ปัญหา ข้อเสนอแนะการแก้ปัญหาต่างๆในการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน ของกลุ่มผู้สูงอายุบ้าน  
เกษตรพัฒนา ตำบลป่าไผ่ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

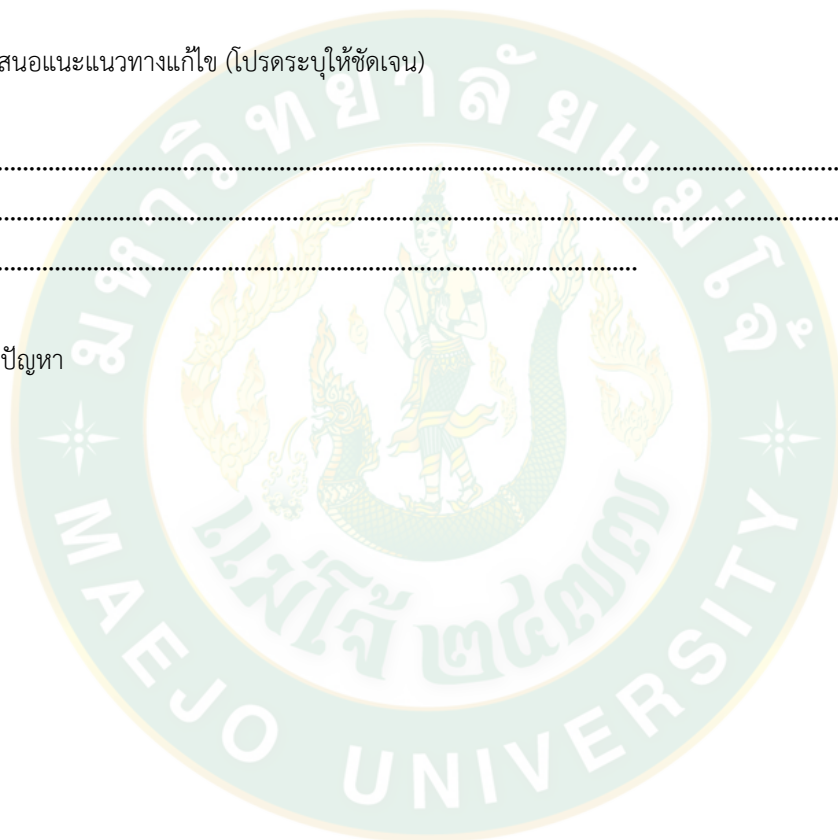
มีปัญหาหรือมีอุปสรรคที่เกี่ยวข้องกับการปลูกผัก อย่างไรบ้าง

.....  
.....  
.....

ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไข (โปรดระบุให้ชัดเจน)

.....  
.....  
.....

ไม่มีปัญหา



## ภาคผนวก ค: แบบสัมภาษณ์

เรื่อง แนวทางการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

วัน.....เดือน.....ปี.....

## 1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้สัมภาษณ์

ชื่อ-สกุล..... อายุ.....ปี

บ้านเลขที่.....

## 2. คำถามปลายเปิดการเข้าร่วมกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

2.1 กิจกรรมทางการเกษตรที่ท่านเคยเข้าร่วม (รายละเอียดกิจกรรม, ระยะเวลา, สถานที่, ความพึงพอใจ)

.....  
 .....

2.2 ความพึงพอใจการเข้าร่วมกิจกรรมการปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

- ความเหมาะสมของกิจกรรม การวางแผน ขั้นตอนของกิจกรรม ระยะเวลา สถานที่

.....  
 .....

- ด้านการลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือน

.....  
 .....

- ด้านการได้รับประทานอาหารที่ปลอดภัย และปลอดภัยสารพิษ

.....  
 .....

- การพัฒนาคุณภาพร่างกาย และจิตใจ และความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว สมาชิกกลุ่ม และคนใน

ชุมชน

.....  
 .....

- ปัญหา อุปสรรค ข้อเสนอแนะ

.....  
 .....

### 3. คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับแนวทางปลูกพืชผักแบบผสมผสานของกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

---

---

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปลูกพืชผักแบบผสมผสาน

---

---

ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแผนงานหรือโครงการของหมู่บ้าน เทศบาล

---

---

ปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมทางการเกษตร

---

---

ท่านอยากให้ผู้นำชุมชนหรือเทศบาลสนับสนุนกิจกรรมทางการเกษตรของผู้สูงอายุในด้านไหน อย่างไรบ้าง

---

---

ข้อเสนอแนะต่อการปลูกพืชผักแบบผสมผสานสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุบ้านเกษตรพัฒนา

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล	นางเสนาะจิต ชลาชน
เกิดเมื่อ	25 สิงหาคม พ.ศ. 2484
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. 2508 สถาปัตยกรรมศาสตรบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2508 - 2538 สถาปนิกการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย พ.ศ. 2538 - 2550 อาชีพอิสระ พ.ศ. 2550 - ปัจจุบัน ปลูกพืชท้องถิ่นที่เกาะลันตา ตำบลสมอโคน อำเภอบ้านตาก จังหวัดตาก

