

## รับมือสังคมสูงวัย วิจัยเสนอขยายเกษียณอายุ

**สังคมสูงวัย** เป็นประเด็นที่มีความท้าทาย ทั้งโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลง ทำให้ประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในไทย อีกทั้งผู้สูงวัยเผชิญปัญหาสุขภาพ ป่วยเรื้อรัง ติดเตียงเพิ่มขึ้น ไม่รวมปัญหาที่พักอาศัย เงินไม่พอใช้ ไร้เงินออม และก้าวตามเทคโนโลยีไม่ทัน ถูกหลอกลวงตามที่ปรากฏเป็นข่าวไม่เว้นวัน

เหตุนี้ มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.) จับมือสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) จัดงานเปิดตัวคลังความรู้ มส.ผส.2565 “การเตรียมความพร้อมรอบด้านในสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์สู่สังคมไทยที่มีสุขอย่างยั่งยืน” นำเสนอผลงานวิจัยและเผยแพร่ข้อมูลสู่สาธารณะ รองรับการเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ ภายใต้แผนงานวิจัย เรื่อง “สังคมสูงวัยที่ยั่งยืนภายใต้วิถีชีวิตใหม่” มาสู่ชุดงานวิจัยและกิจกรรมสร้างการมีส่วนร่วม 18 เรื่อง สามารถขยายผลต่อยอด ช่วยอุดช่องว่างแผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2

**ดร.นพ.ภูมิศ ปรคองสหาย** เลขาธิการมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย กล่าวว่า มส.ผส.ร่วมกับภาคีเครือข่ายศึกษา และวิจัยส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ และการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมสูงวัย และขับเคลื่อนให้ผู้สูงอายุไทยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเต็มศักยภาพ โดยมีเป้าหมาย 4 ประเด็น ได้แก่ การมีที่อยู่อาศัยและการได้รับบริการที่เหมาะสม โดยเฉพาะผู้สูงอายุฐานะยากจนและเป็นกลุ่มเปราะบาง, ความมั่นคงทางด้านเศรษฐกิจและการมีรายได้ที่เพียงพอดำรงชีพอย่างมีคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ, การพัฒนาโครงสร้างและนโยบายของภาครัฐเพื่อสนับสนุนการพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้สูงอายุในชุมชน และพัฒนาระบบข้อมูลและตัวชี้วัดสำหรับประเมินศักยภาพ ภาวะพลัดพราก และความต้องการด้านบริการสุขภาพ และบริการทางสังคม

“ผลวิจัยชี้ผู้สูงอายุที่ยากจนและเป็นกลุ่มเปราะ



ดร.นพ.ภูมิศ ปรคองสหาย



ผู้สูงอายุสนับสนุนการพัฒนาปรับสังคมสูงวัย



แต่งหน้าวัยเก๋าให้สง่า ทนุความมั่นใจ

บาง ควรมีการจัดบริการทางสังคมที่เหมาะสมเพื่อลดความเหลื่อมล้ำในการเข้าถึงบริการทางสังคม โดยเป็นภารกิจหลักของหน่วยงานในระดับพื้นที่ ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในแต่ละพื้นที่ ร่วมกับภาคเอกชน ภาคประชาสังคม NGOs วัด โรงเรียน โรงพยาบาล นอกจากนี้ควรจัดบริการให้ความรู้เรื่องสุขภาพ รวมทั้งการเตรียมพร้อมและการเข้าถึงบริการทางสังคมเพื่อการสูงวัยอย่างมีพลัง” ดร.นพ.ภูมิศกล่าว

1 ใน 18 งานวิจัยที่น่าสนใจคือ โครงการวิจัยการวิเคราะห์ช่องว่างทางการคลังแหล่งรายได้และความเป็นไปได้ทางเศรษฐศาสตร์การเมืองของการจัดตั้งระบบบำนาญแห่งชาติ โดยคำนึงถึงผลกระทบของ COVID-19 ที่มีต่อผู้สูงอายุ ของ ดร.ทิปร จิรัฐติกุลชัย และ ผศ.ดร.ดวงมณี เลาวกุล คณะเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

วิจัยชิ้นนี้ระบุว่า ควรปฏิรูประบบบำนาญและการจ่ายเบี้ยยังชีพที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุในไทย เสนอให้มีการปรับเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุแบบถ้วนหน้า ซึ่งมีความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ เดือนละ 3,000 บาท และออกแบบระบบบำนาญแห่งชาติ สามารถพัฒนาไปได้ถึงระดับมัธยฐานของการครองชีพสำหรับครัวเรือนไทยที่ 6,000 บาท/เดือน โดยให้ผู้ทำงานอยู่นอกระบบสามารถทำการออมและให้รัฐบาลร่วมสมทบการออมในสัดส่วนเดียวกัน ซึ่งจะใช้งบประมาณทั้งหมดไม่สูงกว่าระบบบำนาญภาครัฐ



### สูงวัยร่วมกิจกรรมโยคะกายซยับ

ทั้งนี้ คณะผู้วิจัยเสนอแก้ไขกฎหมายและระเบียบที่เป็นข้อจำกัด สร้างระบบฐานข้อมูล ส่งเสริมการจ้างงานผู้สูงอายุ และเสนอให้มีการทบทวนนิยาม “การเริ่มนับอายุของผู้สูงอายุ” ให้เพิ่มมากกว่า 60 ปี และขยายเวลาในการ “เกษียณอายุ” จากการทำงานทั้งภาครัฐและเอกชน

**นางสาวศิริรินทร์พร เดียวตระกูล** หัวหน้าภารกิจการวิจัยและนวัตกรรมของประเทศ ด้านการเตรียมรับสังคมสูงวัย (ววน.) สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ กล่าวว่า การขับเคลื่อนงานด้านผู้สูงอายุ วช. เน้นสนับสนุนให้ผู้สูงอายุคงอยู่ในที่อยู่อาศัยเดิมอย่างเหมาะสม, สนับสนุนคนในครอบครัวที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ, สนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยที่เอื้อต่อการดำรงชีวิต, ส่งเสริมให้ อปท. และชุมชนปรับปรุงสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อผู้สูงอายุ และจัดบริการสาธารณะที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตนอกบ้านของผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้ อปท. และเครือข่ายในชุมชนสร้างกลไกเฝ้าระวังและดูแลผู้สูงอายุ ตลอดจนให้ความสำคัญยกระดับมาตรฐานที่อยู่อาศัยและการดูแลผู้สูงอายุ

เปิดคลังความรู้ครั้งนี้ยังจัดกิจกรรมส่งเสริมพดพหลัง (Active and healthy aging) สำหรับผู้สูงอายุ เช่น “กินอย่างไรให้สมวัย สว.”, “สูงวัย (แต่ง) อย่างไรให้สง่า”, “สูงวัยก้าวทันเทคโนโลยี”, “หนุนน้ำใจ บรรยายธรรม : สูงวัยอย่างมีคุณค่า ชาวอย่างมีคุณภาพ”, “โยคะกายซยับ กระฉับกระเฉง” ซึ่งวัยเก๋วัยเกษียณสนใจร่วมกิจกรรมอย่างมีชีวิตชีวา เพิ่มพลังกายและใจ เป็นสูงวัยอย่างมีคุณภาพ.