



สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

ประชากร และการพัฒนา

ข่าวดี
เพิ่มหน้า เพิ่มเนื้อหา
ตั้งแต่ฉบับนี้เป็นต้นไป

Population and Development Newsletter ISSN: 2822-0404 (Online)
Website: www.newsletter.ipsr.mahidol.ac.th

โลกเย็นลงได้ด้วยมือเรา: อย่าปล่อยให้เสื้อผ้าทำร้ายโลก

อารี จำปากลาง
aree.uide@mahidol.ac.th

หลายปีมานี้ ผู้เขียนพยายามที่จะเป็น *minimalist*¹ ที่คิดมากขึ้น ก่อนตัดสินใจซื้ออะไรเพิ่มให้ตัวเอง ไม่ว่าจะเป็นเฟอร์นิเจอร์ ข้าวของเครื่องใช้อื่นๆ หรือเสื้อผ้า ตอนแรกเพียงหวังว่าการเป็นเจ้าของน้อยสิ่งลง จะมีเหลือเผื่อคนอื่นมากขึ้น แต่เมื่อคนพากันตื่นตัวเรื่องโลกร้อน หรือโลกรวน ผู้เขียนมีความหวังเพิ่มขึ้นอีกอย่างว่า นี่คือสิ่งเล็กๆ ที่อาจมีผลยิ่งใหญ่ต่อการมีส่วนช่วยให้โลกเย็นลง

เราต่างรู้ดีว่าการใช้ชีวิตในโลกปัจจุบัน หลายเรื่องไม่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม อย่างการใช้ผลิตภัณฑ์จากพลาสติกแบบครั้งเดียวทิ้ง การเดินทางระหว่างประเทศด้วยเครื่องบิน หรือการขับรถยนต์ส่วนตัวไปทำงาน แต่เมื่อมาถึงเรื่องเสื้อผ้า หลายคนลืมนึกไปว่าเสื้อผ้าธรรมดาๆ ก็ทำร้ายโลกได้เช่นเดียวกัน

อุตสาหกรรมแฟชั่นเป็นภาคการผลิตที่ใหญ่เป็นอันดับสองของโลก และเป็นอุตสาหกรรมที่ปล่อยก๊าซเรือนกระจกคิดเป็นร้อยละ 10 ของปริมาณก๊าซเรือนกระจกของทั้งโลก (World Economic Forum, 2020)

แม้จะห่างไกลจากความเป็นคนช่างแต่งตัวหลายปีแล้ว กระนั้น ทุกครั้งที่ผู้เขียนเปิดตู้เสื้อผ้า อุดรู้สึกไม่ได้ว่า ตู้เสื้อผ้าของเราเล็กไปไหม และแอบคิดต่อไปอีกว่า แล้วคนที่ให้ความสำคัญกับแฟชั่นแล้ว เสื้อผ้าเขาจะล้นตู้หรือเปล่า



รูป 1: ทะเลทรายในประเทศชิลี หนึ่งในที่ที่แห้งแล้งที่สุดในโลก กลายเป็นจุดทิ้งเสื้อผ้าขนาดยักษ์

ที่มา: <https://urbancreature.co/chile-fast-fashion-desert/>
สืบค้นเมื่อ 15 มกราคม 2567

มีใครเคยสงสัยกันไหมว่า เสื้อผ้าที่เราไม่ใช้แล้วไปอยู่ที่ไหน ว่ากันว่า ในแต่ละปี เสื้อผ้าที่ตกค้างหรือขายไม่ได้กว่า 60,000 ตัน ถูกขนไปทิ้งที่ทะเลทรายอาตากามา ประเทศชิลี หนึ่งในที่ที่แห้งแล้งที่สุดในโลก และกลายเป็นจุดทิ้งเสื้อผ้าขนาดยักษ์ (PPTV online, 2564)

เสื้อผ้าที่ถูกทิ้งเหล่านี้ส่วนใหญ่เป็นผลผลิตของอุตสาหกรรมที่เรียกกันว่า *fast fashion* หรือแฟชั่นวงจรสั้นๆ ที่ผลิตเสื้อผ้าในราคาไม่แพง เน้นการขายปริมาณมากในเวลาอันรวดเร็ว ใช้การตลาดเชิงจิตวิทยาให้ผู้บริโภครู้สึกว่าการซื้อเสื้อผ้าใหม่ตลอดเวลาเพื่อตามแฟชั่นให้ทัน เกิดพฤติกรรมการบริโภครวดเร็ว เมื่อเร็วเปลี่ยนแปลง ทั้งเร็ว *fast fashion* เริ่มต้นขึ้นในช่วงปี 1990 ซึ่งเป็นช่วงการเติบโตของชนชั้นกลางโดยเฉพาะในเอเชีย ก่อนหน้านี้การผลิตเสื้อผ้าเน้นตามฤดูกาล ซึ่งมี 2 รอบต่อปี คือ ฤดูใบไม้ผลิ-ฤดูร้อน และฤดูใบไม้ร่วง-ฤดูหนาว แต่ *fast fashion* ทำให้วงจรของแฟชั่นสั้นลง (Bick et al., 2018)

fast fashion มุ่งลดต้นทุน เน้นการผลิตและขายปริมาณมาก และเร็วที่สุด *fast fashion* จึงทำให้ผู้ซื้อรู้สึกคุ้มค่าในการจับจ่าย เพราะจ่ายน้อยแต่ได้สินค้าจำนวนมากที่ราคาไม่แพง หรือ *less (money) for more (clothes)*

นอกจากถูกตั้งคำถามในประเด็นของการใช้แรงงานราคาถูกอย่างไม่จริยธรรมแล้ว *fast fashion* ยังถูกวิจารณ์เรื่องการทำลายสิ่งแวดล้อม เพราะการผลิตเสื้อผ้าในปริมาณมากและอย่างรวดเร็ว หมายถึง การใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างเข้มข้น วัตถุประสงค์ที่นิยมใช้ในอุตสาหกรรมนี้คือ ฝ้าย ซึ่งเป็นพืชที่ใช้น้ำปริมาณมหาศาลในการเพาะปลูก

ผู้เขียนเพิ่งรู้ว่า เพื่อผลิตเสื้อผ้าฝ้าย 1 ตัว ต้องใช้น้ำเพื่อปลูกฝ้ายถึง 2,700 ลิตร และเพื่อผลิตกางเกงยีนส์ 1 ตัว ต้องใช้น้ำถึง 7,500 ลิตร ถ้าเราดื่มน้ำวันละ 2 ลิตร เท่ากับว่า เพื่อผลิตกางเกงยีนส์เพียง 1 ตัว ต้องใช้น้ำในปริมาณที่เราดื่มได้มานานมากกว่า 10 ปีเลยทีเดียว

แต่การใช้วัตถุดิบอื่นในการผลิตเสื้อผ้า เช่น โยลิ่งเคราะห์ พอลิเอสเตอร์ ก็ก่อให้เกิดปัญหาสิ่งแวดล้อมเช่นกัน เพราะวัตถุดิบในการผลิตโยลิ่งเคราะห์พอลิเอสเตอร์คือ น้ำมันปิโตรเลียม

ต้นเหตุหนึ่งของการก่อให้เกิดก๊าซเรือนกระจก และอื่นๆ ครึ่งที่เราซักเสื้อผ้า ไมโครพลาสติกที่หลุดจากเสื้อผ้าโยนลงเครื่องยังปนเปื้อนไปกับน้ำและดินอีกด้วย มีผลการศึกษาระบุว่าอุตสาหกรรม fast fashion ปล่อยน้ำเสียร้อยละ 20 ของปริมาณน้ำเสียทั้งโลก และน้ำเสียจำนวนมาก ถูกปล่อยสู่ธรรมชาติโดยยังไม่ผ่านการบำบัดน้ำเสียอย่างถูกต้อง (Mogavero, 2020)

ตรงข้ามกับอุตสาหกรรม fast fashion ก็คือ slow fashion ที่สอดคล้องกับแนวคิด less is more หรือแนวคิดน้อยแต่มาก ที่เน้นความเรียบง่าย และตัดทอนสิ่งไม่จำเป็นออกไป แนวคิดนี้เรียกร้องให้ผู้คนซื้อเสื้อผ้าให้น้อยลง ใช้เสื้อผ้านานๆ และเป็นเสื้อผ้าที่ผ่านกระบวนการผลิตที่ไม่ทำร้ายธรรมชาติ และเพื่อนร่วมโลก อุตสาหกรรม slow fashion ผลิตเสื้อผ้าให้ใช้งานได้คงทน ไม่จำเป็นต้องซักบ่อย ใช้เส้นใยที่เป็นมิตรต่อธรรมชาติ (เส้นใยที่ผลิตด้วยกระบวนการที่ไม่ทำลายสิ่งแวดล้อม) ไม่ใช่เส้นใยสังเคราะห์ที่ผ่านกระบวนการทำร้ายสิ่งแวดล้อมอย่างมาก เช่น พอลิเอสเตอร์ ไนลอน สแปนเด็กซ์ หรือเสื้อผ้าที่ผลิตจากขนสัตว์และหนังสัตว์

ทางเลือกหนึ่งของอุตสาหกรรม slow fashion คือ การสนับสนุนเสื้อผ้าที่มีกระบวนการผลิตแบบจบในท้องถิ่นเป็นหลัก หรือการผลิตในที่เดียวทุกขั้นตอน ซึ่งตรงข้ามกับอุตสาหกรรม fast fashion ที่การผลิตเสื้อผ้าในแต่ละขั้นตอน เช่น การผลิตวัตถุดิบ การทอผ้า การตัดเย็บ และการส่งขายไปยังผู้บริโภค มักเกิดขึ้นในประเทศต่างๆ กัน การผลิตแบบจบในท้องถิ่นจะสามารถตรวจสอบได้ง่ายกว่า เป็นมิตรต่อธรรมชาติ และไม่เอาเปรียบแรงงานหรือไม่ และยังลดกระบวนการขนส่งหลายทอด ซึ่งช่วยลดการปล่อยคาร์บอนไดออกไซด์และขยะจากบรรจุภัณฑ์ได้อีกด้วย

การผลิตเสื้อผ้าก่อให้เกิดความสิ้นเปลืองและมลพิษในทุกขั้นตอน ตั้งแต่การผลิต ขนส่ง และกำจัด แต่น่าเศร้าที่เสื้อผ้าส่วนใหญ่กลับถูกใช้งานน้อยครั้ง หรือไม่ได้ถูกใช้เลย การตลาดกระตุ้นให้คนซื้อเสื้อผ้าใหม่ๆ ตามสมัยอยู่ตลอดเวลา เพื่อตามกระแสแฟชั่นให้ทัน เสื้อผ้าเหล่านี้สุดท้ายต้องกลายเป็นขยะกลางทะเลทราย และก่อให้เกิดปัญหามลพิษอย่างต่อเนื่องไปอีก



รูป 2: เสื้อผ้ามือสอง

ที่มา: <https://www.lemon8-app.com/discover/ร้านเสื้อผ้าเชียงใหม่?region=th> สืบค้นเมื่อ 15 มกราคม 2567

เราแต่ละคนช่วยลดวิกฤตสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นจากการบริโภคแบบไม่ทันถุกคิดถึงที่มาที่ไปแบบนี้ได้

แต่จะอย่างไรเมื่อเสื้อผ้ารักษ์โลกที่ผลิตตามแนวทางอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ส่วนใหญ่ยังมีราคาที่ต้องจ่ายสำหรับคนทั่วไป การเรียกร้องให้คนรักษ์โลกโดยไม่สนใจเงินในกระเป๋าเป็นการทำร้ายผู้คนได้เช่นกัน

ถ้ายังไม่พร้อมซื้อเสื้อผ้า slow fashion ที่ราคาแพง เราสามารถช่วยลดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ได้เป็นจำนวนมากด้วยการอดทนเสื้อผ้ามือสอง และมีอีกทางออกหนึ่งที่ทำได้และง่ายกว่านั้นคือ การซื้อเสื้อผ้าให้น้อยลง และใส่เสื้อผ้าให้นานขึ้น รายงานจาก nbcnews² ระบุว่า การใส่เสื้อผ้าให้นานขึ้นอีก 9 เดือน ช่วยลดคาร์บอนฟุตพริ้นท์ (carbon footprint)³ จากการผลิตเสื้อผ้าลงถึงร้อยละ 30

เราอาจจะคิดว่า เสื้อผ้าไม่กี่ตัวของเรา คงไม่ถึงกับทำร้ายสิ่งแวดล้อม แต่เสื้อผ้าหลายตัวของอีกหลายคนในโลกนี้รวมกันอาจกลายเป็นภูเขาขยะ ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้อุณหภูมิโลกสูงขึ้น ก่อนซื้อเสื้อผ้าตัวใหม่ ะใจกันสักนิดดีไหมว่า เสื้อผ้าที่เราซื้ออยู่นั้น เราใช้คุ้มค่าแล้วหรือยัง เพราะราคาที่แท้จริงของเสื้อผ้าแต่ละตัวมีราคาของสิ่งแวดล้อมที่ถูกทำลายไปซ่อนอยู่ด้วย

ผู้เขียนเชื่อว่า การเปลี่ยนวิถีคิดในการบริโภคจาก less for more เป็น less is more เป็นหนทางหนึ่ง ที่จะช่วยให้โลกของเราเย็นลงได้อย่างยั่งยืน

¹ คนที่ใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย เน้นสิ่งจำเป็น และกำจัดสิ่งไม่จำเป็นออกไปได้กับหลายๆ ด้าน ตั้งแต่การตกแต่งบ้าน ตู้เสื้อผ้า ไปจนถึงกิจวัตรประจำวัน เป็นแนวคิดที่ได้รับความนิยมอย่างมากในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา (<https://theminimalists.co/> สืบค้นเมื่อ 26 ธันวาคม 2566)

² <https://www.nbcnews.com/nightly-news/video/driverless-cars-immune-from-traffic-tickets-when-breaking-rules-of-the-road-investigation-reveals-201024581722> สืบค้นเมื่อ 26 ธันวาคม 2566

³ ปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจกจากการทำกิจกรรมต่างๆ ของมนุษย์ ซึ่งทำให้เกิดโลกร้อน คือ คาร์บอนไดออกไซด์ มีเทน ไนตรัสออกไซด์ ไฮโดรฟลูออโรคาร์บอน เปอร์ฟลูออโรคาร์บอน ซัลเฟอร์เฮกซะฟลูออไรด์ และไนโตรเจนไดออกไซด์ (<https://www.bsigroup.com/th-TH/Standards/carbon-footprint/> สืบค้นเมื่อ 26 ธันวาคม 2566)

เอกสารอ้างอิง

- 1) Bick, R., Halsey, E., & Ekenga, C. C. (2018). The global environmental injustice of fast fashion. *Environ Health*, 17(1), 92. <https://doi.org/10.1186/s12940-018-0433-7>
- 2) Mogavero, T. (2020). *Clothes in conservation: Fashion and water*. <https://sustainablecampus.fsu.edu/blog/clothed-conservation-fashion-water> สืบค้นเมื่อ 26 ธันวาคม 2566
- 3) PPTV online. (2564). *Fast Fashion เมื่อเสื้อผ้าทำร้ายโลก ก่อขยะ-มลพิษ*. <https://www.pptvhd36.com/news/%E0%B8%95%E0%B9%88%E0%B8%B2%E0%B8%87%E0%B8%9B%E0%B8%A3%E0%B8%B0%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%A8/160568> สืบค้นเมื่อ 26 ธันวาคม 2566
- 4) World Economic Forum. (2020). *These facts show how unsustainable the fashion industry is*. <https://www.weforum.org/agenda/2020/01/fashion-industry-carbon-unsustainable-environment-pollution/> สืบค้นเมื่อ 26 ธันวาคม 2566



เที่ยวเมืองลั่วหยาง จะพาไปไหนดี เมื่อถ้าก็ตื่นตา หน้าผาก็ตื่นเต้น

ภาพของถ้ำหินหลงเหมิน (Longmen Grottoes) ที่เห็นในอินเทอร์เน็ต ดึงดูดผู้เขียนให้อยากไปดูด้วยตัวเองสักครั้ง ด้วยความยิ่งใหญ่ของพระพุทธรูปที่ถูกแกะสลักบนหน้าผาหินขนาดใหญ่ ชวนให้คิดว่าทำไมคนในอดีตช่างมีความสามารถในการออกแบบและการช่าง สร้างสรรค์เป็นสิ่งก่อสร้างที่น่าอัศจรรย์เช่นนี้ได้

ถัดจากถ้ำหินหลงเหมินไปไม่กี่กิโลยังมีวัดพุทธแห่งหนึ่งชื่อ วัดเส้าหลิน แสดงให้เห็นถึงการเผยแพร่ศาสนาพุทธในพื้นที่บริเวณนี้ ผู้เขียนยังอยากรู้ว่าวัดเส้าหลินจะเหมือนกับที่ดูหนังจีนกำลังภายในหรือไม่ คำว่ากังฟูเส้าหลินเป็นเรื่องจริงหรือไม่ ในการไปเที่ยวเมืองลั่วหยางครั้งนี้ จึงไม่พลาดที่จะไปเยือนวัดเส้าหลินด้วย

เมืองลั่วหยางอยู่ในมณฑลเหอหนาน เป็นเมืองหลวงเก่าของจีน มีประชากรประมาณ 7 ล้านคน พื้นที่ของเมืองลั่วหยางใหญ่กว่ากรุงเทพมหานคร 9.7 เท่า ความเจริญทางการคมนาคมมีความสะดวกสบายเลยทีเดียว แม้จะเป็นเพียงเมืองหนึ่งในมณฑลเหอหนาน แต่มีรถไฟความเร็วสูงผ่านระหว่างเมืองและระหว่างมณฑล ผู้เขียนแวะเที่ยวที่ซีอาน ซึ่งอยู่ในมณฑลติดกันก่อน แล้วเลือกนั่งรถไฟความเร็วสูงมาเมืองลั่วหยาง ทำให้การเดินทางจากซีอานมายังลั่วหยางที่มีระยะทางเกือบ 400 กิโลเมตร ใช้เวลาเพียง 1.30 ชั่วโมง ความเร็วแทบจะไม่ต่างกับรถไฟชินคันเซ็นของประเทศญี่ปุ่น จากเมืองลั่วหยางสามารถเที่ยวถ้ำหินหลงเหมิน และวัดเส้าหลินได้ใน 1 วัน

ถ้ำหินหลงเหมินเป็นมรดกโลกทางวัฒนธรรม มีอายุกว่า 1,500 ปี เพื่อให้เห็นองค์พระพุทธรูปที่แกะสลักได้ทั้งหมด ผู้เขียนต้องแหงนหน้าเกือบ 90 องศา เพราะพระพุทธรูปองค์ใหญ่ที่สุดสูงถึง 17 เมตร แกะสลักบนหน้าผาสูง 40 เมตร ไม่เพียงแค่องค์พระพุทธรูปที่แกะสลักบนหน้าผาเท่านั้นที่น่าตื่นตาตื่นใจ แต่โดยรอบปรากฏถ้ำเล็ก ถ้ำน้อย จำนวนมากที่ภายในมีการแกะสลักองค์พระพุทธรูปขนาดต่างๆ กัน และในบางถ้ำมีการแกะสลักเป็นตำรายาสูตารต่างๆ การก่อสร้างทั้งหมดนี้ใช้เวลาจนถึง 400 ปี ถ้ำหินหลงเหมินนี้มีระยะทางเพียงแค่ 1 กิโลเมตรกว่าๆ แต่หากรวมการเดินทางขึ้นและลงในทุกจุด ก็นับได้ประมาณ 2 กิโลเมตร ถ้ำหินแกะสลักลักษณะนี้พบได้เพียง 3 แห่งในประเทศจีน อีก 2 แห่ง คือ ถ้ำมั่วเกา เมืองตุนหวง และถ้ำอวิ้นกั้ง เมืองต้าถงจึงนับว่าคุ้มค่ากับการเดินทางมาเยี่ยมชม



รูป 1: ถ้ำหินหลงเหมิน
รูปโดย: สุภรต์ จรัสสิทธิ์

นอกจากถ้ำหินหลงเหมินก็แวะที่วัดเส้าหลิน อีกหนึ่งมรดกโลก บรรยากาศโดยรอบบริเวณวัดร่มรื่นไปด้วยต้นไม้ พื้นที่กว้างขวาง มีพระและเณรซ้อมกังฟูอยู่เต็มลานฝึกซ้อม และยังถือเป็นโอกาสที่ได้ชมการแสดงกังฟูจากเณรวัดเส้าหลิน ซึ่งแสดงได้อย่างประทับใจถึงขนาดที่เสียงปรบมือดังต่อเนื่องเป็นเวลานาน



รูป 2: การแสดงกังฟูของเณรวัดเส้าหลิน
รูปโดย: สุภรต์ จรัสสิทธิ์

ในบริเวณวัดเส้าหลินจะมีจุดชมวิวเขาชงชาน ซึ่งเป็นเส้นทางเดินเลียบบหน้าผาที่ดูเหมือนจะน่ากลัวแต่แข็งแรง มีราวกันกั้นตกให้จับตลอดทาง เส้นทางเดินนี้จะไปยังจุดหมายปลายทางบนยอดเขาที่เป็นที่ตั้งของเจดีย์สีแดง แต่ผู้เขียนไม่สามารถเดินไปถึงยอดเขาได้ เนื่องจากต้องใช้เวลาเดินขึ้นไปถึงยอดเขาประมาณ 3 ชั่วโมง คำนวณเวลาไปและกลับแล้วน่าจะตึกเกินไป แต่ก็ได้เดินไประยะทางไกลพอที่จะมองเห็นเจดีย์ได้จากสายตา แม้จะไม่ถึงยอดเขา แต่ความประทับใจคือการเดินเลียบบหน้าผาที่ได้เห็นวิวจากที่สูง และเป็นช่วงเย็นที่เดินขึ้นเขา อากาศกำลังเย็นสบาย



รูป 3: ทางเดินเลียบบเขาชงชาน
รูปโดย: สุภรต์ จรัสสิทธิ์

หลังจากเดือนมีนาคม 2567 จำนวนนักท่องเที่ยวไทยไปประเทศจีนน่าจะเพิ่มขึ้น เมื่อได้ยื่นชาวฟรีวีซ่าให้นักท่องเที่ยวไทยเดินทางไปประเทศจีน ไม่น่าว่าเมืองลั่วหยางอาจจะได้เป็นหนึ่งในเป้าหมายการเดินทางครั้งต่อไปของผู้่านสักคนก็เป็นได้



โลก ปี 2567 ยังวิกฤต เพราะเล่นผิดกติกา

ความขัดแย้งที่หยุดโลกในรอบปีที่ผ่านมาและอาจมีแนวโน้มรุนแรงต่อเนื่องของสงครามการสู้รบระหว่างปาเลสไตน์และอิสราเอลบริเวณฉนวนกาซา และการสู้รบระหว่างรัสเซีย-ยูเครน ที่มีรูปแบบเชิงภูมิรัฐศาสตร์โลกที่ต้องติดตามในช่วงปี 2567

สงครามอิสราเอล-ปาเลสไตน์ เปิดฉากเมื่อวันที่ 7 ตุลาคม 2566 อิสราเอลใช้ขีปนาวุธอัจฉริยะโจมตีเป้าหมายแบบไม่ยิงโดยไม่คำนึงถึงจำนวนผู้บาดเจ็บและเสียชีวิต ในขณะที่กองกำลังกลุ่มฮามาสในปาเลสไตน์รบแบบสงครามกองโจร ชุมนุมโจมตีผ่านอุโมงค์ใต้ดินซึ่งได้เปรียบกว่ากองทัพอิสราเอลที่รบแบบเปิดหน้าด้วยอาวุธที่ทันสมัยกว่า ตั้งแต่เริ่มเปิดศึกอิสราเอลทิ้งระเบิดฉนวนกาซากว่า 20,000 ลูก มีผู้บาดเจ็บ เสียชีวิต และย้ายเข้าสู่ค่ายผู้อพยพ จำนวนมาก สงครามครั้งนี้เข้าข่ายสงครามฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ที่ประชาคมโลกประณาม มีสงครามนอกรูปแบบที่มีกองกำลังติดอาวุธต่อต้านฝ่ายรัฐบาล ยากที่จะคาดเดาว่าจะมีจุดจบเมื่อไร ลินสุดลงเมื่อไร และความเสียหายหรือผลกระทบ เช่น ผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บมีจำนวนมากแค่ไหน สงครามครั้งนี้เป็นการละเมิดสิทธิและชีวิตพลเรือนนับแสนคน

การเปิดฉากสงคราม การสู้รบด้วยอาวุธทำลายล้างสูง มีผลให้พลเรือนจำนวนนับล้านต้องพลัดถิ่นเพื่อไปอาศัยชั่วคราวในค่ายผู้อพยพ มีผู้เสียชีวิต 21,978 คน และผู้บาดเจ็บ 56,697 คน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงและเด็ก และไม่มีข้อมูลยืนยันสำหรับจำนวนผู้ถูกจับเป็นตัวประกัน องค์การอนามัยโลกห่วงใยเรื่องการแพร่ระบาดของโรคติดต่อที่จะขยายตัวเร็วกว่าปกติในค่ายผู้ลี้ภัยที่มีสภาพความเป็นอยู่ที่แออัด ขาดน้ำดื่ม และอาหารไม่เพียงพอ

ความขัดแย้งไม่ได้จำกัดขอบเขตอยู่ที่ปาเลสไตน์กับอิสราเอลเท่านั้น การถูกตักชุมนุมโจมตีของประเทศที่ต้องใช้เส้นทางการค้าทางทะเลที่เชื่อมระหว่างยุโรปและเอเชียผ่านทะเลแดงที่มุ่งหน้าสู่อิสราเอล โดยกองกำลังฮูตีที่มีฐานปฏิบัติการที่เยเมน เนื่องจากระวางว่าจะมีการขนส่งอาวุธแทรกไปกับสินค้า ส่งผลให้เรือพาณิชย์อื่นๆ ที่ไม่ต้องการเสี่ยงภัยหรือไม่ต้องการจ่ายค่าประกันภัยที่สูงมากกว่าเดิมหลายเท่า ต้องเปลี่ยนไปใช้เส้นทางเดินเรือผ่านแหลม Good Hope ทวีปแอฟริกา ซึ่งจะต้องใช้เวลาเพิ่มขึ้นจากเดิม 15-30 วัน

คูร์ณิระหว่างรัสเซีย-ยูเครน สงครามเริ่มต้นเมื่อ 22 กุมภาพันธ์ 2565 จากประชากรราว 44 ล้านคนของยูเครน ประมาณ 7.7 ล้านคน



รูป 2: ผลกระทบจากการสู้รบทำให้เกิดการพลัดถิ่น ที่มา: https://www.reuters.com/pictures/pictures one-month-israel-gaza-2023-11-04/?user_email=a72d74bec6268841b93e53e22cb6085670a67b401ead6a4781c64ffec/ สืบค้นเมื่อ 6 มกราคม 2567

ลี้ภัยอพยพไปอยู่ตามประเทศต่างๆ ทั่วยุโรป และมีผู้พลัดถิ่นฐานภายในประเทศอีกเกือบ 7 ล้านคน

ยูเครนไม่ได้รับแบบโดดเดี่ยว นับตั้งแต่ความขัดแย้งเริ่มขึ้น ยูเครนได้รับการสนับสนุนอาวุธยุทโธปกรณ์จากมากกว่า 30 ประเทศ ยูเครนใช้ขีปนาวุธจากภาคพื้นดินสู่อากาศที่ผลิตขึ้นในโซเวียต มีการใช้อาวุธหลายชนิดจากชาติตะวันตกเพิ่มเข้ามา รวมถึงระบบขีปนาวุธภาคพื้นดินสู่อากาศ ขีปนาวุธโดรนมีประสิทธิภาพสูงสำหรับการสอดแนมและกำหนดเป้าหมายเพื่อทำลาย นับตั้งแต่สงครามความขัดแย้งเริ่มขึ้น บริษัทผลิตอาวุธชื่อ เบย์การ์ (Baykar) ของตุรกีได้ขายและบริจาคโดรนทีบี2 (TB2) ให้ยูเครน เช่นเดียวกัน กองกำลังรัสเซียใช้โดรนเพื่อโจมตีเมืองต่างๆ รวมทั้งจุดยุทธศาสตร์ที่สำคัญคือ โรงผลิตพลังงานไฟฟ้าของยูเครน

จำนวนพลเรือนของยูเครนเสียชีวิต ประมาณ 8,006 คน ตั้งแต่สงครามเริ่มต้น มีผู้บาดเจ็บ 13,287 ราย กองกำลังรัสเซียสูญเสียกำลังพลไม่น้อยเช่นกัน มีการคาดประมาณว่า กำลังพลฝ่ายรัสเซียที่เสียชีวิตและบาดเจ็บอาจมีมากถึง 200,000 ราย เปรียบเทียบกับยูเครน ที่มีจำนวน 100,000 ราย

สงครามรัสเซีย-ยูเครนมีแนวโน้มจะยืดเยื้อต่อไปแม้ว่าความช่วยเหลือจากสหรัฐอเมริกาจะน้อยลง ด้วยสถานการณ์ดังกล่าว บทบาทผู้นำประเทศของประธานาธิบดี Volodymyr Zelenskyy ลั่นลงทุกนาที่ด้วยปัจจัยทางภูมิรัฐศาสตร์ ผู้นำกองทัพยูเครนคงไม่ปล่อยให้ประเทศสูญเสียมากกว่านี้ และอาจจำเป็นต้องเลือกการปฏิวัติโค่นอำนาจเพื่อรักษาความเป็นเพื่อนที่ดีกับรัสเซียสักระยะหนึ่ง ที่สำคัญไปกว่านั้นคือ ลดความเสี่ยงต่อการล่มสลายของประเทศ เพราะความช่วยเหลือจากสหรัฐอเมริกาคงไม่เต็มเหมือนเดิม ด้วยปัจจัยทางการเมืองและเศรษฐกิจภายในประเทศ

โลกปี 2567 อยู่ยาก เพราะทุกฝ่ายต่างสร้างเงื่อนไขที่ไม่เป็นไปตามข้อตกลงระหว่างประเทศและกฎบัตรสหประชาชาติ ประกอบกับการหลีกเลี่ยงการเจรจาต่อรองและไม่เคยเคารพกติกา โดยเฉพาะประเทศที่มีอิทธิพลสงครามโลกครั้งที่ 3 จึงอยู่ใกล้กว่าที่คิด ผู้หญิงและเด็กจะเป็นเหยื่อความขัดแย้งและความรุนแรงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้



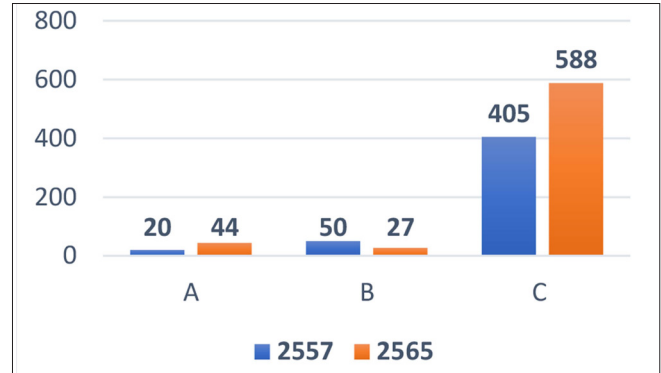
รูป 1: ความสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินจากการโจมตีทางอากาศที่ฉนวนกาซา ที่มา: https://www.reuters.com/pictures/pictures one-month-israel-gaza-2023-11-04/?user_email=a72d74bec6268841b93e53e22cb6085670a67b401ead6a4781c64ffec/ สืบค้นเมื่อ 6 มกราคม 2567

เอกสารค้นคว้า International Crisis Group. (2024). 10 Conflicts to watch in 2024. <https://www.crisisgroup.org/global/10-conflicts-watch-2024> สืบค้นเมื่อ 6 มกราคม 2567

แนวโน้มการโฆษณาอาหารและเครื่องดื่มที่ไม่ดีต่อสุขภาพทางโทรทัศน์ของประเทศไทยในช่วงเกือบสิบปีที่ผ่านมา

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอการเปลี่ยนแปลงโฆษณาอาหารและเครื่องดื่มที่ไม่ดีต่อสุขภาพทางโทรทัศน์ของประเทศไทย ระหว่างปี 2557 และปี 2565 ซึ่งเป็นงานวิจัยของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม ที่เปรียบเทียบและประเมินความถี่ของการโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพทางโทรทัศน์ โดยบันทึกรายการโทรทัศน์ของสถานีโทรทัศน์สองแห่งที่มีเรตติ้งสูงสุดในเดือนมีนาคม ปี 2557 และเดือนพฤษภาคม ปี 2565 โดยในแต่ละเดือนเก็บข้อมูลเป็นระยะเวลา 1 สัปดาห์ วันเสาร์และวันอาทิตย์ตั้งแต่เวลา 7.00-9.00 น. และเวลา 15.00-19.00 น. และวันจันทร์ถึงวันศุกร์บันทึกรายการโทรทัศน์ตั้งแต่ 15.00-19.00 น. และวิเคราะห์โฆษณาที่ปรากฏในช่วงเวลาดังกล่าว แบ่งโฆษณาออกเป็น 2 ประเภท คือ โฆษณาที่ไม่ใช่อาหาร และโฆษณาอาหาร จากนั้นแบ่งโฆษณาอาหารออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ อาหารที่ดีต่อสุขภาพ (เกรด A) อาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพปานกลาง (เกรด B) และอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพมาก (เกรด C)

ผลการศึกษาพบว่า ในปี 2557 จากโฆษณา 1,128 เรื่อง มีโฆษณาอาหาร จำนวน 475 เรื่อง ซึ่งเป็นโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพมาก (เกรด C) จำนวนมากถึง 405 เรื่อง เฉลี่ยการโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพมาก (เกรด C) จำนวน 6 เรื่องต่อชั่วโมง ขณะที่โฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพปานกลาง (เกรด B) เฉลี่ย 0.2 เรื่องต่อชั่วโมง และโฆษณาอาหารที่ดีต่อสุขภาพ (เกรด A) เฉลี่ย 0.8 เรื่องต่อชั่วโมง ในขณะที่ปี 2565 มีโฆษณาทั้งหมด 2,529 เรื่อง เป็นโฆษณาอาหาร 659 เรื่อง โดยเป็นโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพมาก จำนวน 588 เรื่อง (เกรด C) เฉลี่ย 9 เรื่องต่อชั่วโมง โฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพปานกลาง (เกรด B) เฉลี่ย 0.7 เรื่องต่อชั่วโมง ขณะที่โฆษณาอาหารที่ดีต่อสุขภาพ (เกรด A) เฉลี่ย 0.4 เรื่องต่อชั่วโมง¹ (แผนภูมิ 1-2)



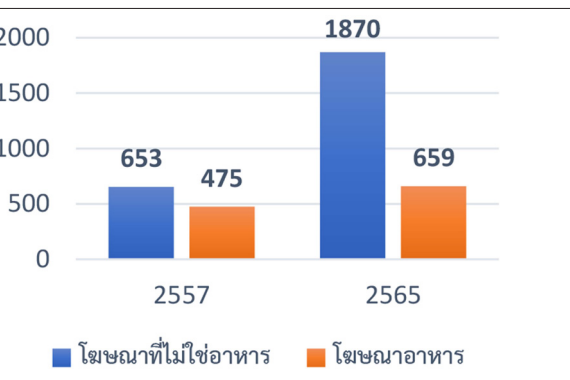
แผนภูมิ 2: จำนวนโฆษณาอาหาร 3 กลุ่ม ปี 2557 และ 2565

จากการศึกษา พบว่า โฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพมาก (เกรด C) ออกอากาศเฉลี่ยต่อชั่วโมงสูงกว่าโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพปานกลาง (เกรด B) และโฆษณาอาหารที่ดีต่อสุขภาพ (เกรด A) เป็นอย่างมาก และจำนวนโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพในปี 2565 ยังสูงกว่า ปี 2557 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ โฆษณาอาหารและเครื่องดื่มที่ไม่ดีต่อสุขภาพของทั้ง 2 สถานี ทั้งสองช่วงเวลาของการสำรวจ มีการโฆษณาที่สูงสุดในวันหยุดสุดสัปดาห์ตั้งแต่เวลา 7.00-9.00 น. และวันจันทร์ถึงศุกร์ตั้งแต่เวลา 15.00-19.00 น. ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ผู้ชมเป็นเด็กอายุ 6-14 ปี มากที่สุดอีกด้วย

ผ่านมาเกือบ 10 ปี การโฆษณาอาหารและเครื่องดื่มทางโทรทัศน์ของไทยส่วนใหญ่ยังคงเป็นอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพและมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลสูง ซึ่งมีการโฆษณาที่สูงสุดในทั้งสองปีของการสำรวจ โฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพมีความถี่ในการออกอากาศสูง และยังปรากฏในช่วงเวลาที่เด็กดูโทรทัศน์มากที่สุด ถึงแม้ว่า พฤติกรรมการเปิดรับสื่อของเด็กในปัจจุบันจะเปลี่ยนแปลงไป แต่ผลการศึกษาดังกล่าว ก็สะท้อนให้เห็นว่า ผู้ผลิตอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพยังคงนำเสนอสินค้าดังกล่าว ด้วยความถี่ที่สูงขึ้น และตรงกับสื่อที่เด็กเลือกเปิดรับสารมากที่สุด ดังนั้น เพื่อปกป้องสุขภาพของเด็กไทย กระทรวงสาธารณสุข จึงควรเร่งรัดการออกกฎหมายควบคุมความถี่ของโฆษณาอาหารที่ไม่ดีต่อสุขภาพ ให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงกับการเปิดรับสื่อในปัจจุบันอย่างรวดเร็วที่สุด

เอกสารอ้างอิง

¹ Jindaratnapanorn, N., Kelly, B., & Phulkerd, S. (2023). A comparative analysis of unhealthy food and beverage television advertising to children in Thailand, between 2014 and 2022. *Globalization and Health*, in press. doi:https://doi.org/10.1186/s12992-023-01007-7



แผนภูมิ 1: จำนวนประเภทโฆษณา ปี 2557 และ 2565

ความเปราะบางด้านเศรษฐกิจและการรับมือของครัวเรือนไทย-มุสลิม ที่มีแรงงานกลับจากประเทศมาเลเซียช่วงวิกฤตโควิด-19

ปัญหาฐานทรัพยากรในท้องถิ่นที่เสื่อมโทรมและไม่ได้รับการฟื้นฟู ทำให้การดำรงชีพวิถีเดิม เช่น ประมง ทำสวนยางพารา สวนผลไม้ ทำนา สร้างรายได้ไม่เพียงพอต่อการยังชีพ อีกทั้งสถานการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในพื้นที่ทำให้ประชาชนทำมาหากินลำบาก ในช่วงยี่สิบกว่าปีที่ผ่านมา ผู้คนใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ คือ ปัตตานี ยะลา และนราธิวาส ไปทำงานทำในมาเลเซียเพิ่มขึ้น แต่เมื่อเกิดการระบาดของโควิด-19 ตามมาด้วยมาตรการปิดพรมแดนระหว่างไทยและมาเลเซียถึงสองรอบ ทำให้แรงงานไทยที่ทำงานอยู่ในมาเลเซียต้องเดินทางกลับบ้าน เมื่อปลายปี 2564 เลขาธิการศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ (ศอ.บต.) รายงานว่า มีแรงงานไทยในมาเลเซียที่เดินทางกลับบ้านมากกว่าสามหมื่นคน ส่วนใหญ่เป็นแรงงานไทย-มุสลิม ที่มีภูมิลำเนาใน 3 จังหวัดชายแดนใต้¹

สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมีโอกาสทำการศึกษาถึงความเปราะบาง ผลกระทบ ตลอดจนวิธีการรับมือ และโอกาสการฟื้นตัวด้านเศรษฐกิจของครัวเรือนไทย-มุสลิมในสามจังหวัดภาคใต้ ที่มีแรงงานย้ายถิ่นกลับจากมาเลเซียในช่วงดังกล่าว² โดยเก็บข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ระหว่างเดือนมกราคม ถึงมิถุนายน 2565 ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบง่ายจากฐานข้อมูลแรงงานไทย-มุสลิมที่ขึ้นทะเบียนไว้กับ ศอ.บต. ผลสมผสานกับการค้นหาครัวเรือนที่เข้าเกณฑ์ในพื้นที่ ได้ครัวเรือนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 649 ครัวเรือน การเก็บข้อมูลเชิงปริมาณใช้การสัมภาษณ์หัวหน้าครัวเรือน และสมาชิกในครัวเรือนที่เป็นแรงงานกลับบ้านครัวเรือนละ 1 คน ด้วยแบบสอบถาม ส่วนการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกแรงงานหรือหัวหน้าครัวเรือน จังหวัดละ 20 คน รวมทั้งหมด 60 คน

ผลการศึกษาในภาพรวม พบว่า ปัจจัยทางประชากร ได้แก่ จำนวนปีการเข้าเรียนในระบบการศึกษาสายสามัญที่ไม่ใช่โรงเรียนปอเนาะของหัวหน้าครัวเรือน จำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่มีอายุระหว่าง 0-17 ปี จำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่มีอายุ 61 ปีขึ้นไป จำนวนสมาชิกที่หารายได้เข้ามาในครัวเรือน การไม่มีการทำงานทำของแรงงานกลับจากมาเลเซีย การพึ่งพารายได้

จากเงินส่งกลับของแรงงานไปมาเลเซีย และการมีงานทำนอกภูมิลำเนาของแรงงานกลับบ้าน มีความสัมพันธ์กับภาวะความยากจนของครัวเรือน

จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ครัวเรือนกลุ่มตัวอย่างมากกว่าร้อยละ 80 พึ่งพาเงินที่แรงงานไปมาเลเซียส่งกลับบ้าน เมื่อแรงงานกลับมาช่วงโควิด-19 รายได้ของครัวเรือนก็ลดลงอย่างน้อยครึ่งหนึ่ง จาก 22,659 บาท เหลือ 11,242 บาท ต่อเดือนโดยเฉลี่ย บางครัวเรือนพบว่า รายได้ที่เคยมีหายไปทั้งหมด ขณะที่มีการจ่ายเพิ่มขึ้น หลังการระบาดของโควิด-19 ครัวเรือนที่มีรายจ่ายสูงกว่ารายรับเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 27 เป็นร้อยละ 77

เกือบหนึ่งในสามของครัวเรือนมีรายได้ไม่เพียงพอสำหรับซื้ออาหาร เพิ่มขึ้นประมาณ 6 เท่า เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนหน้านั้น ครัวเรือนที่มีหัวหน้าครัวเรือนเป็นผู้หญิงมีเงินไม่เพียงพอสำหรับซื้ออาหารในสัดส่วนที่สูงกว่าหัวหน้าครัวเรือนที่เป็นผู้ชาย ส่วนครัวเรือนที่ไม่มีเงินชำระหนี้ก็เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 16 เป็นร้อยละ 50 โดยครัวเรือนในเขตชนบทไม่มีเงินใช้หนี้ในสัดส่วนที่มากกว่าเขตเมือง

ในระดับบุคคล พบว่า มากกว่า 1 ใน 4 ของแรงงานที่กลับบ้านว่างงานไม่มีงานทำ เหตุผลหลักมาจากต้องการกลับไปทำงานในมาเลเซีย แรงงานกลับบ้านเพศหญิงว่างงานในสัดส่วนที่สูงกว่าเพศชาย

ครัวเรือนรับมือกับรายได้ที่หายไปหลากหลายวิธี ที่พบมากที่สุดคือการลดค่าใช้จ่ายต่างๆ ลง รองมาคือการนำเงินออมมาใช้ ครัวเรือนที่มีหัวหน้าครัวเรือนเป็นผู้ชายนำเงินออมมาใช้จ่ายในสัดส่วนที่มากกว่าครัวเรือนที่มีหัวหน้าครัวเรือนเป็นผู้หญิง

ผลการวิจัยสะท้อนว่า วิกฤตที่เกิดขึ้นข้ามพรมแดนส่งผลต่อเศรษฐกิจครัวเรือนอย่างมาก ครัวเรือนที่พึ่งพารายได้จากแรงงานข้ามพรมแดนเป็นหลักมีความเปราะบางต่อผลกระทบของภาวะวิกฤตลักษณะนี้มากทีเดียว การให้ความช่วยเหลือเฉพาะหน้า เช่น โครงการให้เงินชดเชยรายได้จึงมีความจำเป็น แต่ควรปรับปรุงระบบให้ครัวเรือนของแรงงานไทยมุสลิมใน 3 จังหวัดชายแดนใต้ สามารถเข้าถึงสวัสดิการและโครงการเงินชดเชยรายได้อย่างทั่วถึง ส่วนในระยะยาวจำเป็นต้องฟื้นฟูฐานทรัพยากรในท้องถิ่น สร้างทางเลือกใหม่ด้านอาชีพให้หลากหลายและขึ้นอัตราค่าจ้างแรงงานให้สอดคล้องกับค่าครองชีพ ที่สำคัญควรทำให้ท้องถิ่นเป็นโครงข่ายทางเศรษฐกิจและสังคมที่แข็งแรงสามารถรองรับภาวะวิกฤตใหม่ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นอีกในอนาคตได้



รูป: พนักงานสัมภาษณ์กำลังสอบถามข้อมูลจากแรงงานย้ายถิ่นกลับ
รูปโดย: พนักงานสัมภาษณ์ของโครงการฯ

¹ เป็นสถิติของแรงงานที่ขึ้นทะเบียนไว้กับ ศอ.บต. เพื่อขอรับความช่วยเหลือ ยังไม่รวมแรงงานไทย-มุสลิม ที่เดินทางกลับบ้านโดยไม่ผ่านด่านถาวร และไม่ได้ไปขึ้นทะเบียนไว้กับ ศอ.บต.

² โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานนโยบายการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรมแห่งชาติ (สอวช.) หน่วยบริหารและจัดการทุนด้านการพัฒนากำลังคน และทุนด้านการพัฒนาสถาบันอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (บพค.)

ลิ้น

ลิ้นเป็นกล้ามเนื้อในปากที่เต็มไปด้วยเซลล์รูสและเซลล์สัมผัส ลิ้นเป็นกล้ามเนื้อที่แข็งแรง มีความยืดหยุ่นสูง และเป็นอวัยวะรับรู้สัมผัสที่ไวที่สุด จึงช่วยในการพูด การกลืน และการกิน นอกจากนี้ ลิ้นยังมีบทบาทสำคัญในภาษากายและการแสดงอารมณ์ของคนเรอีกด้วย

ลิ้นประกอบด้วยกล้ามเนื้อแปดมัด มีรูปร่างสีเหลืองนูนผิวและยาวเฉลี่ยประมาณ 10 เซนติเมตร พื้นผิวด้านบนของลิ้นประกอบด้วยต่อมรับรสและต่อมรับสัมผัส

ต่อมรับรสทำหน้าที่ทดสอบอาหารที่เรากินและดื่ม เพราะรสชาติจะบอกความแตกต่างระหว่างอาหารที่ดี กับอาหารที่ไม่ดีหรือมีพิษ การรับรู้รสชาติเคยมีความสำคัญต่อการอยู่รอดของมนุษย์ในสมัยโบราณ นอกจากนี้รสชาติยังกระตุ้นการผลิตน้ำลายในปากและกรดในกระเพาะอาหาร เพื่อช่วยบดเคี้ยวและย่อยอาหาร

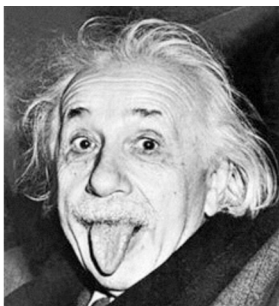
ลิ้นรับรู้รสชาติที่แตกต่างกัน 5 รส คือ เค็ม เปรี้ยว หวาน ขม และเผ็ด ลิ้นรับรู้รสชาติได้หลังจากที่อาหารผสมกับน้ำลายแล้ว เราจึงรับรู้รสเค็มก่อนรสอื่น เพราะเกลือละลายได้เร็วกว่าสารอาหารอื่นๆ เมื่อได้รับความชื้น

ต่อมรับสัมผัสที่ปลายลิ้นมีความไวต่อการสัมผัสมาก จึงรับรู้ขนาด รูปร่าง และเนื้อสัมผัส (texture) ของอาหารได้อย่างรวดเร็ว อันจะช่วยให้เราสามารถแยกแยะเศษหิน กระดุก และก้างปลาออกจากอาหาร ก่อนที่จะกลืน

ความแข็งแรงและยืดหยุ่นของลิ้น ทำให้ลิ้นสามารถบดขยี้อาหารกับเพดานปาก และคลุกเคล้าอาหารกับน้ำลาย เพื่อให้ให้อาหารอ่อนลงก่อนที่จะกลืน

มนุษย์พูดได้ด้วยการทำงานร่วมกันระหว่างลิ้น ริมฝีปาก และฟัน ทำให้เสียงที่เปล่งออกมาจากลำคอ กลายเป็นคำพูดที่ออกจากปากเป็นที่เข้าใจกันได้ ลิ้นเคลื่อนไหวด้วยการเปลี่ยนรูปร่างขนาด และตำแหน่งในปาก โดยที่ลิ้นสามารถเคลื่อนไหวได้อย่างรวดเร็ว เราจึงอาจพูดได้มากกว่า 90 คำต่อนาที

มนุษย์นอกจากจะสื่อสารกันด้วยการพูดแล้ว ยังใช้กิริยาท่าทางหรือภาษากายในการสื่อสารอีกด้วย ลิ้นจึงเป็นอวัยวะเดียวที่สามารถสื่อสารได้ทั้งภาษาพูดและภาษากาย



รูป: อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ แลบลิ้น

ที่มา: Fair use, <https://en.wikipedia.org/w/index.php?curid=8970653>
สืบค้นเมื่อ 6 มกราคม 2567

การแลบลิ้น (ดูรูป) โดยทั่วไปถือว่าเป็นกิริยาที่หยาบคาย แต่ในทิเบตกลับถือว่าเป็นการทักทาย

ลิ้นไม่เพียงแต่เป็นกลไกของการกินอาหารเท่านั้น แต่ยังมีบทบาทสำคัญในการเลือกอาหารที่จะกินด้วย เนื่องจากลิ้นรับรู้รสชาติของอาหาร เราจึงเลือกกินแต่อาหารที่มีรสอร่อย แต่อาจไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย หรือกินอาหารมากเกินไป จนเป็นผลเสียต่อร่างกาย เช่น ทำให้เกิด “โรคอ้วน”

ในหนังสือ “การศึกษาเริ่มต้นเมื่อคนกินอยู่เป็น” ของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้กล่าวว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตคือ กินเป็นอยู่เป็น โดยกินเป็นคือ กินอย่างมีปัญญา

กินด้วยปัญญาคือ ความรู้จักประมาณในการบริโภค หรือกินพอดี ได้แก่ จำกัดปริมาณอาหารให้พอดีกับความต้องการของร่างกาย และจำกัดประเภทอาหารให้พอดีที่จะได้สารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

แต่ถ้าเราอยากกินอาหารอร่อยๆ บ้าง ก็ควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้คือ อย่าเบียดเบียนตนเอง (ไม่กินมาก ไม่กินอาหารเป็นพิษ) อย่าเบียดเบียนผู้อื่น (ไม่ทำให้สังคมเดือดร้อน เพราะแย่งชิงเอาเปรียบกัน) และอย่าทำลายทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (ไม่กินทิ้งกินขว้าง)

ชาวอิสลามและชาวคริสต์ก่อนรับประทานอาหาร จะสวดมนต์ขอบคุณพระเจ้าก่อน ชาวพุทธจึงควรที่จะนำบทสวดพิจารณาอาหารของพระสงฆ์ (วัตถุประสงค์ของการรับประทานอาหาร) คือ บทสวดปฏิสังขา-โย มาประยุกต์ใช้ เพื่อเราจะได้อินอย่างมีปัญญา โดยอาจสวดเป็นภาษาบาลีหรือภาษาไทยก็ได้

คำแปลของบทสวดปฏิสังขา-โย มีดังนี้

ข้าพเจ้าพิจารณาโดยแยบคายแล้ว จึงรับประทานอาหารมิใช่เพื่อจะสนุกสนาน เห็นแก่เอร็ดอร่อย สบายงามโก้ๆ ที่รับประทานนี้ เพื่อให้ร่างกายดำรงอยู่ ให้ชีวิตดำเนินไปได้ เพื่อระงับความหิวกระหาย เพื่ออนุเคราะห์พรหมจริยะ (แก้หุนหันชีวิตที่ประเสริฐ) โดยการรับประทานด้วยปัญญาอย่างนี้ ข้าพเจ้าจะระงับเวทนาเก่า คือ ความหิว กับทิ้งจะไม่ให้เกิดเวทนาใหม่ เช่น อึดอัด จุกเสียด ท้องเสีย แล้วเราก็จะมีชีวิตดำเนินไปได้ พร้อมทั้งจะเป็นการบริโภคที่บริสุทธิ์ ไม่มีโทษ ปราศจากข้อเสียหาย แล้วก็เป็นอย่างผาสุกด้วย

สำหรับรางวัลอิกโนเบลที่เกี่ยวกับลิ้นคือ รางวัลในสาขาเคมีและภูมิศาสตร์ปีล่าสุด (2566) ที่มอบให้กับนักวิจัยจากโปแลนด์ (Jan Zalasiewicz) ที่อธิบายว่า ทำไมนักวิทยาศาสตร์จำนวนมากชอบใช้ลิ้นเลียหิน

รางวัลอิกโนเบล: รางวัลสำหรับผลงานที่ทำให้ “หัวเราะ” แล้วจึงได้ “คิด”

หมายเหตุ: ผู้สนใจที่ต้องการ “บทสวดปฏิสังขา-โย” ภาษาบาลีและคำอธิบายโดยละเอียด สามารถดาวน์โหลดหนังสือเรื่อง การศึกษาเริ่มต้นเมื่อคนกินอยู่เป็น ได้ที่ https://www.watnyanaves.net/th/book_detail/47 สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม 2567

มองโลกในแง่ดีในปีใหม่

ผมเขียนบทความเรื่องนี้เมื่อวันศุกร์ที่ 29 ธันวาคม 2566 ซึ่งรัฐบาลประกาศให้เป็นวันหยุดราชการในโอกาสขึ้นปีใหม่ เหลือเวลาอีกไม่ถึง 3 วัน ปี 2566 ก็ใกล้สิ้นสุดลง จากนั้นก็เป็นเวลาขึ้นศักราชใหม่ พุทธศักราช 2567 คริสตศักราช 2024 ผมหลับตาเห็นภาพการเฉลิมฉลองช่วงเวลาของการเปลี่ยนปีที่เต็มไปด้วยความรื่นเริงสนุกสนาน ได้ยินเสียงเพลง เสียงดนตรี ได้เห็นแสงสีจากไฟประดับ เห็นประกายไฟจากพลุและดอกไม้ไฟ ระยิบระยับตระการตา คงได้ดูการถ่ายทอดสดงานฉลองปีใหม่จากทั่วโลก ได้ร่วมกับผู้คนในประเทศอื่นๆ นับถอยหลัง (เคาท์ดาวน์) 30 วินาทีสุดท้ายของศักราชเก่า ไปถึงวินาทีแรกของปีใหม่ตามเวลาของแต่ละพื้นที่ ขอบคุณอินเทอร์เน็ตที่จะทำให้ผู้คนทั่วโลกได้ร่วมฉลองปีใหม่ไปพร้อมๆ กัน

ส.ค.ส. 2567

เมื่อวานนี้ผมส่ง ส.ค.ส. 2567 ให้ญาติสนิทมิตรสหายผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ส.ค.ส. ย่อมาจากคำว่า “ส่งความสุข” ในอดีต เมื่อผมยังไม่เป็นผู้สูงอายุ ในช่วงเทศกาลปีใหม่เราจะส่งการ์ด ส.ค.ส. ให้แก่กัน การ์ด ส.ค.ส. นั้นถ้าเราไม่ประดิษฐ์ขึ้นเอง เราก็หาซื้อได้จากร้านขายหนังสือทั่วไป ในการ์ด ส.ค.ส. จะมีข้อความเป็นร้อยแถ้วหรือร้อยกรองอวยพรให้ผู้รับการ์ด มีความสุขความเจริญ โชคดีมีทรัพย์ ไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ ฯลฯ เราส่ง ส.ค.ส. ให้ผู้รับที่อยู่ห่างไกลกันทางไปรษณีย์ ดังนั้น บุรุษไปรษณีย์ต้องทำงานหนักหน่อยในช่วงเทศกาลขึ้นปีใหม่ ต้องขอบคุณอินเทอร์เน็ตที่ช่วยให้ผู้คนที่อยู่ในพื้นที่ต่างๆ ทั่วทั้งโลกส่งความสุขถึงกันและกันในช่วงเวลาแค่อดีต

จะปีเก่าหรือปีใหม่อีกไม่สำคัญ

ในความคิดส่วนตัวของผม วันขึ้นปีใหม่เป็นเพียงวันสมมุติวันหนึ่งซึ่งก็เหมือนกับวันอื่นๆ พระอาทิตย์ขึ้นทางทิศตะวันออก

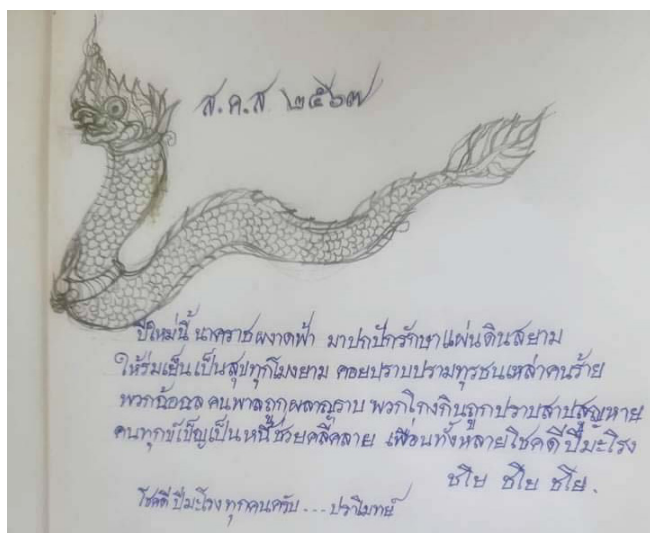
ในตอนเช้า แล้วพระอาทิตย์ดวงนั้นก็เคลื่อนไปลับหายจากขอบฟ้าทางทิศตะวันตกในยามเย็นเหมือนกับวันอื่นๆ “ปีใหม่... ไข่จะมีชีวิตใหม่ เพียงชีพเก่าสิ้นไปอีกปีหนึ่ง” แต่เมื่อถึงวันขึ้นปีใหม่ของแต่ละปี ผมก็มักจะถือเป็นโอกาสคิดทบทวนชีวิตของตัวเอง วันปีใหม่อีกเหมือนวันเกิดของเรา ที่นับเป็นหมุดหมายแสดงว่าชีวิตของเราใกล้ถึงจุดสุดท้ายเข้าไปอีกปีหนึ่งแล้ว ถึงวันขึ้นปีใหม่หรือครบรอบวันเกิดแต่ละครั้ง ชีวิตของเราทั้งหมดไปอีกปีหนึ่ง สังขารของเราย่อมร่วงโรยลงและสมรรถนะของอวัยวะต่างๆ ที่ประกอบรวมเป็นร่างกายของเราย่อมเสื่อมโทรมถดถอยลงไปตามอายุที่สูงขึ้น เรามีอายุสูงขึ้นก็เหมือนพระอาทิตย์ที่กำลังเคลื่อนคล้อยต่ำลงแล้วก็จะลับขอบฟ้าไปในที่สุด ธรรมชาติของมนุษย์คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย “ผมคิดว่าตัวเองไม่กลัวที่จะถึงจุดนั้น”

“สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” น่ากังวล

ทุกวันนี้ประเทศไทยของเราโชคดีที่มีการเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์การสูงวัยของประชากรไทยอย่างต่อเนื่อง เราได้รับรู้ว่าประชากรไทยกำลังมีอายุสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ถ้าเรานิยามว่าคนที่อายุ 60 ปีขึ้นไปคือ “ผู้สูงอายุ” ประเทศไทยได้กลายเป็น “สังคมสูงวัย” มาตั้งแต่ปี 2548 แล้ว เมื่อสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มสูงขึ้นถึงร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด เมื่อดูแนวโน้มจำนวนราษฎรตามประกาศสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทยของ 2-3 ปีล่าสุด ก็พอจะคาดประมาณได้ว่าปีใหม่ 2567 นี้ ประเทศไทยน่าจะมีผู้สูงอายุมากถึง 13 ล้านคน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด เรียกได้ว่าประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” ในปีใหม่นี้ทุกวันนี้ ในขณะที่ประชากรไทยมีอัตราเพิ่มติดลบ โดยที่จำนวนประชากรรวมกำลังลดลง (เพราะจำนวนเด็กเกิดน้อยกว่าจำนวนคนตาย) แต่จำนวนผู้สูงอายุกลับเพิ่มขึ้นด้วยอัตราประมาณร้อยละ 4 ต่อปี อีกเพียงไม่ถึง 10 ปีข้างหน้า คาดประมาณได้ว่าประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุเกือบ 20 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 30 ของประชากรทั้งหมด

ผมกังวลแทนผู้สูงอายุรุ่นต่อไป วิตกแทนครอบครัว สังคม และรัฐ ที่จะต้องมีภาระหนักมากในการดูแลผู้สูงอายุ ขบประมาณค่าใช้จ่ายของรัฐในการให้สวัสดิการ การสงเคราะห์ และการรักษาพยาบาลผู้สูงอายุที่จะเพิ่มมากขึ้นอย่างมากในอนาคต ภาระค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพ การรักษาพยาบาลและการดูแลที่จะเกิดขึ้นกับตัวผู้สูงอายุเอง ครอบครัว ชุมชน และรัฐ ล้วนเป็นเรื่องที่น่ากังวลทั้งสิ้น

ผมไม่ได้มองโลกในแง่ร้ายหรือวิตกกังวลจนเกินเหตุ ข้อมูลที่ได้จากการฉายภาพประชากรยืนยันว่าประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” อย่างแน่นอนในอนาคตอันใกล้นี้ และถ้าคนไทยรุ่นต่อไปไม่มีมาตรการที่เหมาะสมที่จะรองรับสังคมผู้สูงอายุเช่นนั้น ประเทศไทยก็อาจกลายเป็นสังคมที่ยากจนเหลือมล้ำเศร้าหมอง และน่าเวทนา



รูป: ส.ค.ส. 2567 โดย ปราโมทย์ ประสาทกุล

ขอมองโลกในแง่ดีในปีใหม่

ประเทศไทยกำลังมีอายุสูงขึ้นเรื่อยๆ พร้อมๆ กันกับปัจจัยแวดล้อมต่างๆ ทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองที่เปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา รวมทั้งเทคโนโลยีก็ก้าวหน้าไปอย่างไม่หยุดยั้ง ผมอยากให้พวกเราลองจินตนาการภาพประเทศไทยที่ประชากร ปัจจัยแวดล้อมต่างๆ รวมทั้งเทคโนโลยี ต่างมีพลวัตปรับตัวเข้าหากันเพื่อความอยู่รอดของสังคม ผมมีความเชื่อลึกๆ ว่าสังคมสูงวัยไทยจะยังคงพออยู่กันได้ แม้จะกลายเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอดแล้วก็ตาม

ผมเชื่อว่าคนไทยกำลังปรับตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์การสูงวัยของประชากร เราจะเห็นว่าประเทศไทยมีการพัฒนาทางเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และเทคโนโลยี ก้าวหน้าไปเรื่อยๆ ทุกวันนี้เราจะเห็นคนที่มีอายุมากขึ้น ยังมีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง กระฉับกระเฉง ผู้สูงอายุจำนวนมากปรากฏตัวในที่สาธารณะอย่างไม่แปลกแยกกับคนวัยหนุ่มสาว ผู้สูงอายุจำนวนมากยังคงทำงานและยังมีส่วนร่วมในสังคม

ทุกวันนี้ และวันต่อๆ ไปในอนาคต อินเทอร์เน็ตจะมีบทบาทสำคัญในการดำรงชีวิตของคนไทยโดยเฉพาะผู้สูงอายุ เราได้เห็นแนวโน้มที่ชัดเจนแล้วว่า โทรศัพท์มือถือที่ใช้สัญญาณอินเทอร์เน็ตได้กลายเป็นเสมือนอวัยวะส่วนหนึ่งของคนไทยแต่ละคน สำหรับผู้สูงอายุ โทรศัพท์มือถือจะเป็นอุปกรณ์สำคัญในการใช้ชีวิต โดยเป็นทั้งแหล่งข้อมูลข่าวสารความรู้ เป็นเวทีให้ญาติพี่น้องหรือมิตรสหายได้พบปะสนทนากัน เป็นตลาดสินค้าให้ซื้อขายผลิตภัณฑ์และบริการต่างๆ เป็นเครื่องมือในการประกอบธุรกรรมทางการเงิน เป็นเครือข่ายบริการทางการแพทย์และสาธารณสุขเพื่อการดูแลและรักษาพยาบาลผู้ป่วย ฯลฯ ยิ่งไปกว่านั้น ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีจะทำให้เกิดนวัตกรรมสิ่งประดิษฐ์ และปัญญาประดิษฐ์อีกมากมายที่จะช่วยในการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุและบุคคลทั่วไป

อย่างไรก็ตาม มีสองเรื่องที่น่าเป็นห่วงสำหรับผู้สูงอายุระดับสุดยอดคือ เรื่องการดูแลสุขภาพและการมีรายได้ที่เพียงพอต่อการยังชีพของผู้คน ผมพยายามมองโลกในแง่ดีในเรื่องสุขภาพของคนไทย เท่าที่ผ่านมา สวัสดิการบริการรักษาพยาบาลที่รัฐจัดให้คนไทยทุกคนได้รับ ไม่ว่าจะเป็โครงการ 30 บาทรักษาทุกโรค สิทธิบัตรทอง สิทธิการรักษาพยาบาลจากกองทุนประกันสังคม หรือสิทธิของข้าราชการบำนาญ ได้ช่วยบรรเทาความกังวลของผู้คนในเรื่องนี้ ในอนาคตรัฐจะต้องมีรายจ่ายในการดูแลรักษาสำหรับผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างมาก แต่ผมก็เชื่อว่ารัฐจะมีรายได้เพิ่มขึ้นเพียงพอที่จะจ่ายเป็นสวัสดิการให้ประชาชนในเรื่องนี้ โดยตัวคนไทยก็ต้องดูแลตนเองให้เป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีและมีพลังให้นานที่สุด เพื่อแบ่งเบาภาระของตัวเอง ครอบครัว และสังคม

การมีรายได้ที่เพียงพอต่อการยังชีพของผู้สูงอายุ เป็นเรื่องสำคัญอีกเรื่องหนึ่งที่น่าเป็นห่วง ปัจจุบันคนไทยมีหนี้สินกันมาก และมีการออมน้อย ผมอยากจมองโลกในแง่ดีว่า เมื่อคนไทยรุ่นใหม่ตระหนักว่าตนเองจะต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปอีกนานมาก พวกเขาจะต้องเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่ายและการออม พวกเขาจะรู้จักการวางแผนการเงินตั้งแต่อายุน้อย รัฐและเอกชนก็ต้องร่วมมือกันหามาตรการให้ผู้สูงอายุยังอยู่ในกำลังแรงงานให้นานขึ้น ทุกวันนี้ สวัสดิการของรัฐที่จ่ายเบี้ยยังชีพ

ให้ผู้สูงอายุและบำนาญชราภาพจากกองทุนประกันสังคมช่วยผู้สูงอายุได้มาก ระบบสวัสดิการอย่างนี้คงต้องมีอยู่ต่อไป โดยจัดสรรให้ผู้สูงอายุอย่างทั่วถึงมากขึ้น แหล่งทุนเพื่อเป็นรายได้ให้ผู้สูงอายุยามเกษียณ เช่น กองทุนการออมแห่งชาติ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ ควรได้รับการส่งเสริมให้เข้มแข็งมากขึ้น และอาจต้องมีระบบการให้เงินสงเคราะห์เป็นพิเศษสำหรับผู้สูงอายุที่มีรายได้ไม่เพียงพอต่อการยังชีพ

คนเราแต่ละคนต้องปรับตัว

ในขณะที่สังคมไทยกำลังปรับตัวเพื่อจะกลายเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอดนั้น คนไทยแต่ละคนก็จะต้องปรับตัวตามไปด้วย แต่ก่อนหลายคนอาจคิดว่า “อยากทำอะไรก็ทำไปเถิด คนเรามีชีวิตอยู่อีกไม่นาน” เดียวนี้อายุคาดเฉลี่ยของคนไทยยืนยาวขึ้น คนรุ่นใหม่จะเห็นตัวอย่างแล้วว่า เดียวนี้คนไทยอายุยืน คนสมัยก่อนอาจคิดว่า “หวังพึ่งลูกหลานให้ดูแลยามแก่เฒ่า” เดียวนี้หลายคนไม่มีลูกหลาน หรือมี แต่ก็จะไปหวังพึ่งเขาไม่ได้ ผู้สูงอายุสมัยนี้ และผู้ที่ยังไม่เป็นผู้สูงอายุจะต้องคิดถึงการพึ่งตัวเอง ดังนั้น จึงต้องเตรียมดูแลตัวเองให้มีสุขภาพดี มีการออมทั้งด้วยตนเองหรือด้วยการเข้าสู่ระบบการออมที่รัฐหรือเอกชนจัดสร้างขึ้น มีการเตรียมตัวสำหรับการเจ็บป่วยระยะสุดท้าย และเตรียมที่จะตายอย่างมีคุณภาพ

“พวกเราทุกคนดูแลตัวเอง รักษาสุขภาพ โชคดีปีมะโรงครับ”



ศัพท์านุกรมการวิจัยทางประชากรและสังคม

www.popterms.mahidol.ac.th

aged population ประชากรสูงวัย

ประชากรที่มีอายุสูง คือประกอบด้วยประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเกินกว่าร้อยละ 10 หรือประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปเกินกว่าร้อยละ 7 ของประชากรทั้งหมด

baby bust เบบี้บัสต์

ปรากฏการณ์ที่มีเด็กเกิดน้อยอย่างผิดปกติในช่วงเวลาสั้นๆ ตัวอย่างของเบบี้บัสต์ ที่เห็นได้ชัดเจนคือ ในช่วงที่ผู้ชายถูกเกณฑ์ทหารไปสงคราม ทำให้ไม่มีโอกาสได้แต่งงาน หรืออยู่กับคู่สมรส จึงทำให้เด็กเกิดน้อย

birth control การคุมกำเนิด

การที่คู่หญิงชายป้องกันมิให้มีการตั้งครรภ์เมื่อมีเพศสัมพันธ์ การคุมกำเนิด เป็นเครื่องมืออย่างหนึ่งของ “การวางแผนครอบครัว”

childbearing age วัยมีบุตร

ช่วงอายุที่บุคคลสามารถมีบุตรได้ วัยมีบุตร สำหรับผู้หญิงนับตั้งแต่เมื่อเริ่มมีประจำเดือนไปจนหมดประจำเดือน โดยทั่วไปจะนับตั้งแต่อายุ 15-49 ปี สำหรับผู้ชาย วัยมีบุตร เริ่มเมื่อร่างกายผลิตอสุจิ หรือประมาณอายุ 10 ปีขึ้นไป

การส่งเสริมการเกิด ไม่ใช่ทางแก้สังคมสูงอายุ

การเป็นสังคมสูงอายุเป็นปรากฏการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นรอบโลกแทบทุกประเทศในขณะนี้กำลังประสบกับการเพิ่มขึ้นของทั้งจำนวนและสัดส่วนของผู้สูงอายุ การเป็นสังคมสูงอายุนำมาสู่ความกังวลเกี่ยวกับแนวทางในการดูแลประชากรสูงวัย ทั้งในเรื่องระบบสาธารณสุข การจัดสวัสดิการ และการเป็นภาระของครอบครัว ชุมชน และสังคม

ด้วยเหตุนี้ รัฐบาลทั่วโลกจึงพยายามค้นหาแนวทางนโยบายต่างๆ ในการรับมือกับการสูงวัยของประชากร นโยบายที่เกี่ยวข้องกับสังคมสูงอายุอาจแบ่งได้เป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ กลุ่มแรกคือ กลุ่มนโยบายที่มุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอายุประชากร เช่น การส่งเสริมการเกิดให้มีประชากรรุ่นใหม่เพิ่มขึ้นหรือการดึงดูดแรงงานจากต่างประเทศเพื่อให้มีกำลังแรงงานเพิ่มขึ้น

กลุ่มที่สองคือ กลุ่มที่มุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น การสนับสนุนการสูงวัยอย่างมีพลัง การส่งเสริมความมั่นคงทางการเงินของผู้สูงอายุ การออกแบบรองรับที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ การขยายอายุเกษียณ และการส่งเสริมการเข้าถึงบริการสาธารณสุข

การออกแบบนโยบายและคัดเลือกชุดนโยบายเพื่อตอบสนองการเป็นสังคมสูงอายุให้เหมาะสมสำหรับแต่ละบริบทของประเทศจำเป็นต้องเข้าใจถึงสาเหตุของการเป็นสังคมสูงอายุของประเทศนั้นๆ โดยสาเหตุของการเป็นสังคมสูงอายุ อาจแบ่งได้เป็น 4 ปัจจัยหลักๆ ดังนี้

◆ ปัจจัยแรก คือ การที่ประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น ในทุกประเทศเมื่อระบบสาธารณสุขพัฒนา ผลที่ตามมาคือ ประชากรจะมีอายุยืนยาวขึ้น ซึ่งทำให้สัดส่วนผู้ที่มีชีวิตจนถึงวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นและทำให้สัดส่วนผู้สูงอายุในสังคมเพิ่มขึ้นตามไปด้วย

◆ ปัจจัยที่สอง คือ การเกิดที่ลดลง ปัจจัยนี้มักถูกพูดถึงว่าเป็นปัญหาหลักและมักถูกนำไปเชื่อมโยงกับการเป็นสังคมสูงอายุในสื่อต่างๆ การเกิดที่น้อยลงส่งผลให้ขนาดของประชากรวัยเด็กลดลง ดังนั้น เมื่อคำนวณสัดส่วนผู้สูงอายุจึงเพิ่มขึ้น เนื่องจากขนาดฐานของประชากรเล็กลง

◆ ปัจจัยที่สาม คือ การสูงวัยของรุ่นประชากร หมายถึงการมีรุ่นประชากรรุ่นใดรุ่นหนึ่งที่มีขนาดใหญ่เมื่อเปรียบเทียบกับประชากรทั้งหมด กลุ่มประชากรรุ่นนี้มีอิทธิพลต่อโครงสร้างอายุประชากรโดยตรงเพราะเป็นกลุ่มที่มีขนาดใหญ่พอ หากประชากรกลุ่มนี้อยู่ในวัยเด็ก ก็จะทำให้ประเทศนั้นมีสัดส่วนวัยเด็กที่สูง เมื่อประชากรกลุ่มนี้เติบโตไปเป็นวัยทำงาน ก็จะทำให้ประเทศนั้นมีสัดส่วนวัยทำงานที่สูงขึ้น และเมื่อประชากรกลุ่มนี้มีอายุมากขึ้นก็จะทำให้ประเทศนั้นมีสัดส่วนผู้สูงอายุสูงตามไปด้วย

◆ ปัจจัยสุดท้าย คือ การย้ายถิ่นข้ามชาติ ที่เป็นตัวแปรในการเพิ่มหรือลดสัดส่วนผู้สูงอายุได้ ขึ้นอยู่กับอายุของผู้ย้ายถิ่น หากมีวัยแรงงานย้ายถิ่นเข้ามาในประเทศมาก ก็สามารถเพิ่มสัดส่วน

วัยทำงานและลดสัดส่วนผู้สูงอายุของประเทศได้ แต่ในทางกลับกัน หากวัยแรงงานย้ายถิ่นออกนอกประเทศมาก ก็จะทำให้สัดส่วนวัยแรงงานลดลงและสัดส่วนผู้สูงอายุของประเทศเพิ่มขึ้น

จากทั้ง 4 ปัจจัยข้างต้นนี้ พบว่า ปัจจัยสำคัญที่สุดที่นำไปสู่การเป็นสังคมสูงอายุตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันของประเทศส่วนใหญ่ทั่วโลก คือ การสูงวัยของรุ่นประชากร ในภูมิภาคเอเชีย การเป็นสังคมสูงอายุมีสาเหตุมาจากการสูงวัยของรุ่นประชากรราวร้อยละ 73 และจะเป็นสาเหตุของการเป็นสังคมสูงอายุในอนาคตถึงร้อยละ 94 ในขณะที่การเกิดน้อยแทบจะไม่ได้ส่งผลต่อการเป็นสังคมสูงอายุเลย¹

สำหรับประเทศไทย ในช่วงปี 2506-2526 เป็นช่วงที่มีการเกิดสูงมาก คือ เกิน 1 ล้านคนต่อปี ประชากรรุ่นเกิดล้านกลุ่มนี้คือ รุ่นประชากรที่มีขนาดใหญ่ จึงมีอิทธิพลต่อโครงสร้างอายุประชากรของประเทศไทย ตั้งแต่ปี 2566 เป็นต้นไป ประชากรกลุ่มนี้จะเริ่มมีอายุครบ 60 ปี ดังนั้น เราสามารถคาดการณ์ได้ว่า สัดส่วนผู้สูงอายุของประเทศไทยจะยิ่งสูงขึ้นไปอีก เพราะการสูงวัยของกลุ่มประชากรรุ่นนี้

ดังนั้น นโยบายเพื่อรองรับการเป็นสังคมสูงอายุในประเทศไทยจึงไม่ควรเน้นนโยบายเพื่อปรับเปลี่ยนโครงสร้างอายุประชากร เช่น นโยบายการส่งเสริมการเกิด เพราะการเกิดน้อยไม่ใช่ต้นเหตุของการเป็นสังคมสูงอายุในประเทศไทย การมีเด็กเกิดเพิ่มขึ้นในวันนี้จะไม่ทำให้เราสามารถหลีกเลี่ยงความจริงว่า เรากำลังจะมีจำนวนผู้สูงอายุที่กำลังเพิ่มขนาดขึ้นเรื่อยๆ ดังนั้น การวางแผนนโยบายควรมุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุที่นับวันจะมีแต่เพิ่มขึ้น จะเป็นวิธีการรับมือกับปัญหาที่ตรงจุดมากยิ่งขึ้น



รูป: คุณยายหนู หินเหล็ก และน้องจวิน
รูปโดย: จุฑารัตน์ ทรัพย์ยอดแก้ว

เอกสารอ้างอิง

¹ Sudharsanan, N., Bloom, D. E., & Sudharsanan, N. (2018). The demography of aging in low-and middle-income countries: Chronological versus functional perspectives. In M. K. Majumdar & M. D. Hayward (Eds.), *Future directions for the demography of aging: Proceedings of a workshop* (pp. 309-338). Washington (DC): National Academies Press (US). <https://doi.org/10.17226/25064>



แนะนำหนังสือ เด็กและครอบครัวไทยในสามวิกฤต: รายงานสถานการณ์เด็กและครอบครัว ประจำปี 2022



หนังสือ “เด็กและครอบครัวไทยในสามวิกฤต: รายงานสถานการณ์เด็กและครอบครัวประจำปี 2022” เขียนโดย ธีระ คำแสง, วรธร เลิศรัตน์ และเจณิศา จันทวงษา ของศูนย์ความรู้นโยบายเด็กและครอบครัว (คิด for คิดส์) ได้รับความร่วมมือจาก สำนัก ส.น.บ. สน. สุขภาวะเด็ก เยาวชน และครอบครัว สำนักงานกองทุนสนับสนุนการ

รัฐบาลจึงสั่งปิดสถานศึกษาทุกระดับ ทำให้ภาวะการณ์การเรียนรู้ถดถอย เสียโอกาสพัฒนาทักษะใหม่ตามช่วงวัยที่เหมาะสม เด็กบางกลุ่มต้องหยุดเรียนกลางคัน ประสิทธิภาพการเรียนรู้ลดลง เมื่อต้องปรับเปลี่ยนเป็นการเรียนรูปแบบออนไลน์

◆ เด็กและครอบครัวเข้าถึงบริการของรัฐได้ยากขึ้นในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด จากการทุ่มเทพัฒนาการเพื่อแก้ไขปัญหาการระบาดของโควิด-19 ส่งผลให้บริการสาธารณสุขจากรัฐบาลที่จัดให้กับประชาชนลดลง ซึ่งกลุ่มที่ได้รับผลกระทบมากที่สุดคือ หญิงตั้งครรภ์และเด็กในครรภ์

◆ เด็กและเยาวชนถูกผลักเข้าสู่โลกออนไลน์โดยขาดความรู้ที่จำเป็น กิจกรรมในชีวิตประจำวันของเด็กและเยาวชนส่วนใหญ่ต้องเข้าสู่โลกออนไลน์โดยขาดอุปกรณ์ รวมทั้งทักษะความรู้เท่าทันสื่อดิจิทัลที่จำเป็นและเท่าเทียม ซึ่งมีความจำเป็นต่อการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างปลอดภัย และอาจส่งผลกระทบต่อพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจ

◆ เด็กและเยาวชนเครียดและมีปัญหาสุขภาพจิตมากขึ้น

◆ เด็กและเยาวชนมีส่วนร่วมทางการเมืองแต่ภาครัฐสกัดกั้นด้วยความรุนแรงมากขึ้น

◆ โครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมสูงวัยสมบูรณ์ ครอบครัวมีขนาดเล็ก และเปราะบางยิ่งขึ้น

◆ ความไม่ลงรอยระหว่างรุ่นรุนแรงขึ้น บั่นทอนความสัมพันธ์ภายในครอบครัว เยาวชนในครอบครัวข้ามรุ่นมีแนวโน้มทางความคิดขัดแย้งกับผู้ใหญ่ในครอบครัว ทั้งเรื่องชีวิตประจำวัน ความสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อน คนรัก การศึกษาและการทำงาน

แนวโน้มสำคัญของสถานการณ์เด็ก เยาวชน และครอบครัวไทยทั้ง 7 ข้อ เป็นปัญหาสำคัญเร่งด่วนที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาเด็ก เยาวชน และครอบครัวอย่างมีนัยสำคัญ ที่มีผลกระทบทั้งในปัจจุบันและมีความรุนแรงมากพอที่จะส่งผลกระทบต่อประชากรวัยผู้ใหญ่ หากไม่ได้รับการจัดการอย่างถูกต้อง

เราไม่สามารถคาดการณ์อนาคตได้ว่า จะมีโรคระบาดอุบัติใหม่กลับมาสร้างวิกฤตในประเทศไทยอีกหรือไม่ รายงานสถานการณ์เด็กและครอบครัวเล่มนี้ จึงเสนอให้รัฐบาลปรับแนวคิดและวิธีการดำเนินนโยบายในทุกมิติอย่างเต็มศักยภาพและต่อเนื่อง บนพื้นฐานของการสร้างสังคมเสมอภาค พัฒนาแหล่งเรียนรู้ทั่วประเทศให้มีคุณภาพและกระจายตัวครอบคลุมทุกพื้นที่ เร่งเยียวยาช่วยเหลือกลุ่มเด็ก เยาวชน และครอบครัวเปราะบาง จัดให้มีบริการของรัฐอย่างทั่วถึง ต่อเนื่อง ยืดหยุ่น และพร้อมรับมือในยามวิกฤต รวมทั้งเตรียมความพร้อมรับมือกับความท้าทายในอนาคต

สร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และศูนย์ความรู้นโยบายสาธารณะเพื่อการเปลี่ยนแปลง (101 PUB) นำเสนอชุดข้อมูลเกี่ยวกับเด็กและเยาวชน โดยมุ่งมองนิเวศรอบตัวของเด็กและเยาวชนอย่างรอบด้าน เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งถึงวิกฤตที่เด็กและเยาวชนกำลังเผชิญ

นอกจากนี้ หนังสือเล่มนี้ยังรวบรวมเสียงของเด็กและเยาวชนผ่านการสำรวจในระดับประเทศ เพื่อจัดทำชุดข้อมูลอันนำไปสู่การออกแบบนโยบายสาธารณะ บนฐานความรู้ โดยยึดสวัสดิภาพของเด็ก เยาวชน และครอบครัวเป็นศูนย์กลาง ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญในการเยียวยาและฟื้นฟูคุณภาพชีวิตที่ได้รับผลกระทบจากวิกฤตต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว ตลอดจนได้รับการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะกลุ่มเปราะบางที่ได้รับผลกระทบรุนแรงกว่ากลุ่มอื่น และให้ความสำคัญกับการดำเนินนโยบายบนเสาหลัก 3 ประการ ได้แก่ 1) การจัดหาทรัพยากรให้เพียงพอและทั่วถึงสำหรับการดูแลพัฒนาเด็ก เยาวชน และครอบครัว 2) การเพิ่มทางเลือกบริการสาธารณสุขด้านสุขภาพให้มีคุณภาพและเข้าถึงได้จริง และ 3) การส่งเสริมสิทธิเด็กและการมีส่วนร่วมของเด็กตลอดกระบวนการดำเนินนโยบาย

“วิกฤตสามด้าน” ที่เด็ก เยาวชน และครอบครัวไทยต้องเผชิญคืออะไร หากย้อนกลับไปเมื่อปี 2021-2022 เป็นปีที่เด็ก เยาวชน และครอบครัวไทยพบกับวิกฤตดังกล่าว ทั้งวิกฤตด้านการระบาดของโควิด-19 (COVID-19) วิกฤตด้านความเหลื่อมล้ำและการพัฒนา และวิกฤตด้านสังคมและการเมือง ประกอบกับบริบทโลกที่ผันผวนเกิดความไม่แน่นอน ความก้าวหน้าของเทคโนโลยีที่รวดเร็ว ส่งผลต่อแนวโน้มสำคัญของสถานการณ์เด็ก เยาวชน และครอบครัวไทย 7 ประการ ได้แก่

◆ เด็กและเยาวชนเผชิญภาวะการเรียนรู้ถดถอย พัฒนาการหยุดชะงัก ตลอดระยะเวลา 2 ปีที่ประเทศไทยเผชิญกับวิกฤตการระบาดของโควิด-19 เพื่อเป็นการป้องกันและยับยั้งการแพร่ระบาด

หนังสือ “เด็กและครอบครัวไทยในสามวิกฤต: รายงานสถานการณ์เด็กและครอบครัวประจำปี 2022”



การประชุมของชาวประชากรฉบับนี้ ขอเล่าการประชุม 2 เรื่อง ดังนี้

◆ การประชุมสภากาแฟ ถอดบทเรียนโครงการการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุไทยอย่างรอบด้านโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นฯ ในวันที่ 7 พฤศจิกายน 2566 นำโดย รศ.ดร.สุรียพร พันธุ์ รศ.ดร.ศุภธิดา ชวนวัน และทีมวิจัยจากสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล และได้รับเกียรติจาก ศ.เกียรติคุณ ดร.ปราโมทย์ ประสาทกุล ที่ปรึกษาโครงการฯ กล่าวต้อนรับ มีผู้เข้าร่วมประชุม 45 คน การประชุมครั้งนี้ จัดขึ้นเพื่อสรุปผลการดำเนินการวิจัยใน 3 พื้นที่ ได้แก่ เทศบาลเมืองกาญจนบุรี องค์การบริหารส่วนตำบลมหาสวัสดิ์ และองค์การบริหารส่วนตำบลจิ้วราย จังหวัดนครปฐม โดยมีผู้บริหาร ตัวแทนผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ ชมรมผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุ ขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นทั้ง 3 พื้นที่ เข้าร่วมการประชุม ณ โรงแรมไมด้า แกรนด์ ทวารวดี นครปฐม



รูป: การประชุมสภากาแฟ

◆ การประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาฐานข้อมูลเชิงบูรณาการระดับจังหวัด ของโครงการจัดการศึกษาเชิงพื้นที่เพื่อลดความเหลื่อมล้ำจังหวัดสงขลาปี 2565 โดย รศ.ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา นำทีมหนุนเสริม (ทีมส่งยิ้ม) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ทีมส่งยิ้มมหาวิทยาลัยทักษิณ สมาคมอาสาสร้างสุข และกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) จัดกระบวนการชวนคิดชวนคุย และทดสอบการใช้งานระบบฐานข้อมูลกลางของจังหวัด ระหว่างวันที่ 15-16 พฤศจิกายน 2566 ณ ห้องประชุมณรรค โรงแรมเดอะเบด เวเคชั่น ราชมิ่งคลา สงขลา โดยมี นางสาวภักชญา เสรีรัตน์ รักษาการศึกษานิเทศก์ภาค 5 เป็นประธานเปิดการประชุม มีภาคีเครือข่ายหน่วยงานทั้งภาครัฐ เอกชน และภาคประชาสังคม ที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ในพื้นที่จังหวัดสงขลาเข้าร่วมการประชุม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาฐานข้อมูลยุทธศาสตร์เชิงบูรณาการระดับจังหวัด สนับสนุนการขับเคลื่อนงานด้านการลดความเหลื่อมล้ำด้านการศึกษา โดยมุ่งเน้นพัฒนา “รายการตัวชี้วัดกลาง และรายการทรัพยากร” รูปแบบฐานข้อมูลกลางของจังหวัด เพื่อพัฒนาตัวแบบแดชบอร์ดข้อมูลกลางในการแจ้งเตือนสถานการณ์ที่อาจนำไปสู่ความเหลื่อมล้ำด้านการศึกษาของเด็กและเยาวชนในจังหวัด จากประเด็นปัญหา 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านคุณภาพชีวิต 2) ด้านการศึกษา สุขภาพ และ 3) ด้านประเด็นเฉพาะ



รายงาน การพัฒนาเด็กและเยาวชน ประจำปี 2565

รายงานการพัฒนาเด็กและเยาวชน ประจำปี 2565 เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นจากการศึกษา ค้นคว้า รวบรวมและวิเคราะห์ ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนไทยในมิติต่างๆ เพื่อสะท้อนสถานการณ์และบริบทที่เกี่ยวข้องกับสภาพการณ์และแนวโน้มของปัญหาเด็กและเยาวชน รวมถึงการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน ภาคส่วนต่างๆ ในสังคมไทย

โดย :
เฉลิมพล แจ่มจันทร์
วาทินี บุญชะลิกษ์
กัญญา อภิพรชัยสกุล
ณัฐนิชา ลอยฟ้า



SCAN ME

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ : www.ipsr.mahidol.ac.th

Highlight ศตวรรษิกชนปี 2024

ปรากฏการณ์การสูงวัยของประชากรกำลังเกิดขึ้นทั่วโลก ประชากรกำลังมีอายุสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะอย่างยิ่งประเทศในแถบยุโรป อเมริกา หรือแม้กระทั่งในทวีปเอเชียหลายประเทศ รวมถึงประเทศไทยด้วย การมีอายุที่ยืนยาวขึ้นของประชากร ทำให้มีคนไทยวัยเพิ่มมากขึ้น โอกาสที่คนอายุ 80 ปี ไปได้จนถึงอายุ 100 ปีนั้น เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลทำให้จำนวนคนไทยวัยเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ศตวรรษิกชนจึงเป็นกลุ่มคนที่น่าสนใจเป็นพิเศษ มีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับความยืนยาวของชีวิตมนุษย์ คนวัยเพิ่มเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า และเป็นตัวอย่างของการสูงวัยอย่างประสบความสำเร็จ (successful aging)

สหประชาชาติได้คาดการณ์ว่า ในปี 2024 จำนวนคนไทยวัยเพิ่มในโลกรวมอยู่ประมาณ 7 แสน 2 หมื่นคน หรือคิดเป็นร้อยละ 0.0089 ของประชากรทั้งหมด เป็นชาย 1 แสน 4 หมื่นคน และหญิง 5 แสน 8 หมื่นคน คิดเป็นอัตราส่วนเพศชาย 24 คน ต่อหญิง 100 คน โดยประเทศญี่ปุ่น มีจำนวนคนไทยวัยเพิ่มมากที่สุดในโลก ซึ่งตอนนี้มีมากกว่าหนึ่งแสนคนไปแล้ว รองลงมาคือ ประเทศสหรัฐอเมริกา จีน อินเดีย และไทยตามลำดับ

ตาราง: จำนวนและสัดส่วนศตวรรษิกชนของโลก ของ 5 อันดับที่สูงที่สุดในปี 2024

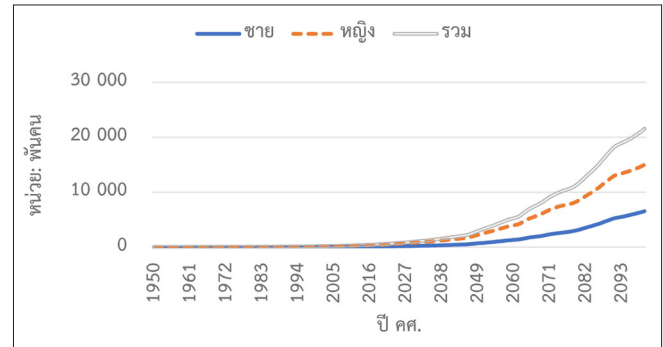
ประเทศ	จำนวนศตวรรษิกชน (คน)	ร้อยละ (ต่อประชากรทั้งหมด)
โลก	722,075	0.0089
ญี่ปุ่น	145,521	0.1154
สหรัฐอเมริกา	107,706	0.0278
จีน	59,523	0.0042
อินเดีย	48,085	0.0031
ไทย	37,997	0.0529

ที่มา: United Nations World Population Prospects, 2022 (<https://population.un.org/wpp/Download/> สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567)

สำหรับประเทศไทย แหล่งข้อมูลจำนวนคนไทยวัยเพิ่มแหล่งเดียวที่มีการนำตัวเลขมาใช้คือ ทะเบียนราษฎร ของสำนักงานบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ที่รายงานว่า ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2565 มีจำนวนคนไทยวัยเพิ่มในประเทศไทยอยู่ 36,845 คน (ร้อยละ 0.0557 ของประชากรทั้งหมด) ซึ่งเมื่อนำมาเปรียบเทียบกับข้อมูลคาดการณ์ของ UN ข้างต้น พบว่า มีจำนวนคนไทยวัยเพิ่มใกล้เคียงกัน อย่างไรก็ตาม ยังมีคำถามเกิดขึ้นอยู่เสมอว่า ข้อมูลจำนวนคนไทยวัยเพิ่มตามหลักฐานการทะเบียนราษฎรถูกต้องเพียงไร และแท้ที่จริงแล้ว ประชากรอายุวัยเพิ่มขึ้นไปในประเทศไทยมีอยู่ประมาณเท่าไร

การรอดชีพที่มีผลต่อความยืนยาวของชีวิตมนุษย์คือการรอดชีพของคนวัยเพิ่มที่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในประเทศที่พัฒนาแล้ว การรอดชีพที่เพิ่มขึ้นของคนอายุ 80 ปี ไปเป็น 100 ปีนั้น เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลทำให้จำนวนคนไทยวัยเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว ทั้งนี้เพราะการพัฒนาทางด้านการแพทย์ การสาธารณสุขที่อยู่อาศัย ความเป็นอยู่ และอาหารการกินที่ดีขึ้น นอกจากนี้ การรอดชีพที่เพิ่มขึ้นมีความแตกต่างระหว่างเพศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย โดยพบว่า คนวัยเพิ่มหญิงจะมีแนวโน้มรอดชีพมากกว่าคนวัยเพิ่มชาย

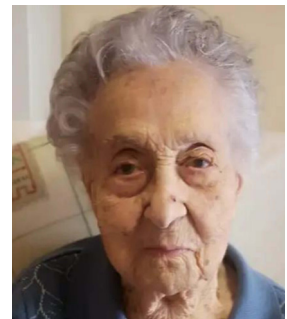
แนวโน้มของสัดส่วนศตวรรษิกชนโลก จากข้อมูลการคาดประมาณของสหประชาชาติ (2022) พบว่า คนวัยเพิ่มมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจนเกือบแตะ 1 ล้านคนในปี 2030 โดยเฉพาะสัดส่วนคนวัยเพิ่มหญิงที่พบว่า มีมากกว่าคนวัยเพิ่มชายมาโดยตลอด นอกจากนี้ยังสังเกตเห็นความห่างของเส้นอัตราส่วนคนวัยเพิ่มระหว่างเพศที่พบว่า แนวโน้มมีความห่างมากขึ้น



แผนภูมิ: จำนวนคนไทยวัยเพิ่มของโลก ปี 1950-2100
ที่มา: United Nations World Population Prospects, 2022
สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567

เมื่อคนมีอายุยืนยาวขึ้น ทุกคนคงมีคำถามอยู่ในใจว่า แล้วคนเราจะมียาวยืนยาวได้จนถึงกี่ปี กินเนสบุ๊คได้มีการบันทึกไว้ว่า คนที่เคยมีชีวิตอยู่ยาวนานที่สุดของโลก และมีหลักฐานยืนยันได้มีอายุสูงถึง 122 ปี ได้แก่ Jeanne Louise Calment เป็นชาวฝรั่งเศส ซึ่งได้เสียชีวิตในปี 1997 ในวัย 122 ปี (รูปซ้าย) สำหรับบุคคลที่มีอายุยืนยาวที่สุดในโลกในปัจจุบันที่ยังมีชีวิตอยู่ คือ Maria Branyas Morera ชาวสเปน เกิดวันที่ 4 มีนาคม 1907 และปัจจุบันในปี 2024 มีอายุ 116 ปี (รูปขวา)

จะเห็นได้ว่า การมีอายุที่ยืนยาวขึ้น รวมถึงการตายที่มีแนวโน้มลดลง เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้จำนวนศตวรรษิกชนมีมากขึ้นในปัจจุบัน และมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ศตวรรษิกชนถือว่าเป็นกลุ่มบุคคลที่มีอายุเกินกว่าอายุคาดเฉลี่ยของโลกที่มีอายุยืนยาวเป็นพิเศษ และอาจมีชีวิตอยู่ได้จนถึงอายุสูงสุดเท่าที่มนุษย์จะสามารถมีชีวิตอยู่ได้



รูป: ซ้าย: บุคคลที่มีอายุยืนยาวที่สุดในโลกที่เคยมีมาในอดีต ที่มีหลักฐานยืนยันได้

ขวา: บุคคลที่มีอายุยืนยาวที่สุดในโลกในปัจจุบันที่มีหลักฐานยืนยันได้
ที่มา: <https://www.guinnessworldrecords.com/world-records/oldest-person>,
<https://www.guinnessworldrecords.com/world-records/84549-oldest-person-living> สืบค้นเมื่อ 9 มกราคม 2567



สถิติประชากร: ผู้สูงอายุไทย

คนไทยมีอายุยืนยาวกว่าในอดีต จากอายุคาดเฉลี่ย (เมื่อแรกเกิด) อยู่ที่ 75 ปี ในขณะที่อายุคาดเฉลี่ยเมื่ออายุ 60 ปี อยู่ที่ 21 ปี การมีอายุยืนยาวขึ้นส่งผลให้ประเทศไทยเป็นสังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์แล้ว อีก 1-2 ปีจากนี้ มองไปทางไหนก็จะเห็นผู้สูงอายุกันมากขึ้น จากข้อมูลในปี 2565¹ พบว่า ในจำนวนประชากรไทย 66.1 ล้านคน เป็นผู้สูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) 12.5 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 19 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งในจำนวนนี้ เป็นผู้สูงอายุวัยต้น (60-69 ปี) 7 ล้านคน ผู้สูงอายุวัยกลาง (70-79 ปี) 3.6 ล้านคน และผู้สูงอายุวัยปลาย (80 ปีขึ้นไป) 1.9 ล้านคน

บางคนอาจจะสงสัยว่า เหตุใดจึงต้องสนใจและให้ความสำคัญกับการเปลี่ยนแปลงที่ประเทศไทยมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นและมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นในอนาคตเช่นนี้

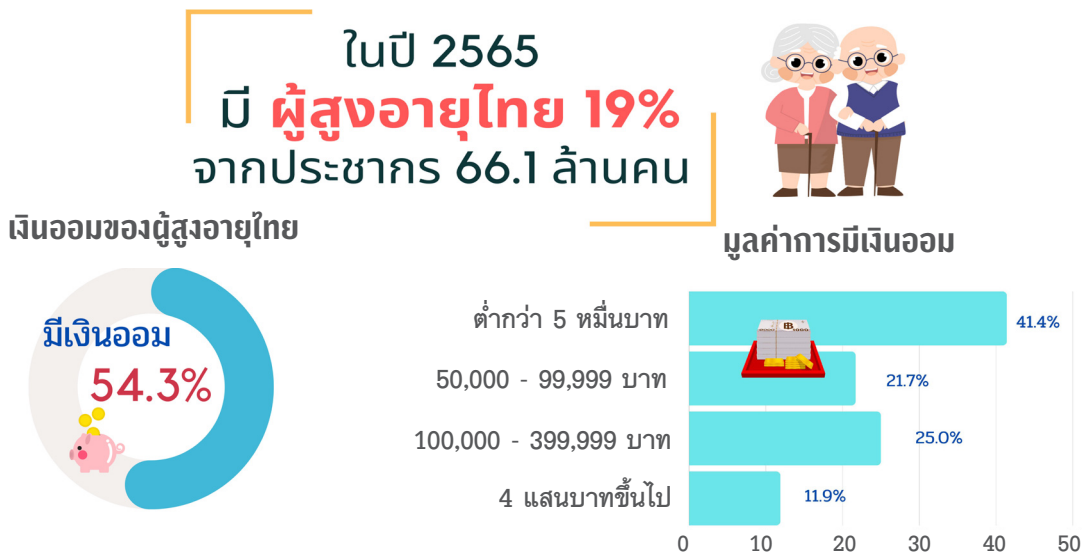
การที่คนครองตัวเป็นโสดกันมากขึ้น แต่งงานกันช้าลง มีลูกกันน้อยลง บ้างก็ไม่มีลูกเลย รวมทั้งการที่คนไทยมีอายุยืนยาวขึ้นหรือการที่ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวมากขึ้น ปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลให้จำนวนประชากรวัยแรงงานลดน้อยลงอย่างแน่นอน คนวัยแรงงานจึงต้องแบกรับภาระในการดูแลผู้สูงอายุมากกว่าในอดีต ขณะที่ตนเองก็กำลังก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุด้วย สถานการณ์เหล่านี้ย่อมส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางการเงินของผู้สูงอายุไทยตามไปด้วย

ข้อมูลจากรายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ปี 2565² ระบุว่า เกือบ 20 ปีที่ผ่านมา สัดส่วนของผู้สูงอายุที่ยังคงทำงานมีแนวโน้มลดลง จากร้อยละ 38.9 ในปี 2547 เป็นร้อยละ 36.1 ในปี 2565 โดยผู้สูงอายุที่ยังคงทำงาน ส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุวัยต้น (60-69 ปี) และสัดส่วนการทำงานของผู้สูงอายุจะลดลงเมื่ออายุมากขึ้น

สัดส่วนของผู้สูงอายุชายยังคงทำงานมากกว่าผู้สูงอายุหญิง ทั้งนี้การทำงานของผู้สูงอายุส่วนใหญ่เป็นการทำงานส่วนตัวโดยไม่มีลูกจ้าง (64.5%) หรือเป็นผู้ช่วยธุรกิจในครัวเรือน (19.7%) อาจกล่าวได้ว่า “ผู้สูงอายุไทยที่ยังคงทำงาน ส่วนใหญ่เป็นการทำงานนอกระบบที่อาจไม่ได้รับการคุ้มครองด้านแรงงานที่เหมาะสม”

นอกจากนี้ ข้อมูลการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564³ พบว่า ผู้สูงอายุไทยเพียงครึ่งหนึ่งเท่านั้น (54.3%) ที่มีเงินออม (ซึ่งในที่นี้ หมายถึง การสะสมเงิน ทรัพย์สินและการลงทุนในรูปแบบต่างๆ ไม่รวม บ้าน ที่ดิน และยานพาหนะ) โดยในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีเงินออมนี้ มีมากถึงร้อยละ 41.4 ที่มีเงินออมต่ำกว่า 5 หมื่นบาท (ดูแผนภูมิ) นอกจากนี้ ผู้สูงอายุประมาณ 3 ใน 4 มีทรัพย์สินที่เป็นบ้าน ที่ดิน และยานพาหนะ

จากข้อมูลสถานการณ์การสูงวัยของสังคมไทย สถานะการทำงาน และเงินออมของผู้สูงอายุไทยที่ได้กล่าวมาในข้างต้น ตลอดจนผลกระทบอื่นๆ ที่เห็นได้บ่อยขึ้นตามข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์และโซเชียลมีเดียต่างๆ อาทิ ผู้สูงอายุถูกทิ้ง ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวโดดเดี่ยว และยากจน ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังและเกิดอุบัติเหตุ ไม่ได้รับการช่วยเหลือขณะที่ภาครัฐเองต้องแบกรับกับปัญหาความแออัดของการให้บริการด้านสาธารณสุข ปัญหาการเงินการคลังในการดูแลผู้สูงอายุที่เพิ่มขึ้น เหล่านี้เป็นสถานการณ์ที่ช่วยสะท้อนให้หน่วยงานภาครัฐ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องเร่งหามาตรการเพื่อรองรับกับจำนวนผู้สูงอายุที่จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ปฏิรูประบบบริการสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ รวมทั้งสนับสนุนการทำงานและการคุ้มครองแรงงาน เพื่อสร้างหลักประกันทางการเงินเพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุดำรงชีวิตได้อย่างดีต่อไป



แผนภูมิ: สัดส่วนผู้สูงอายุไทย เงินออม และมูลค่าการมีเงินออม
ที่มา: สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2565.

เอกสารอ้างอิง

- ข้อมูลจากสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2566). สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2565. กรุงเทพฯ: บริษัท ออมรินทร์ คอร์เปอร์เรชั่นส์ จำกัด.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2565). การสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. 2564. นนทบุรี: สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ข่าวสาร

23 พ.ย. 66 - 22 ม.ค. 67

* 21-22 พ.ย. 66 Dr. Sergey Ryazantsev เสนองงานวิจัย “Demographic Sustainability in Eurasia” และ “Analysis and ways to overcome negative demographic consequences in the context of socio-economic crises and geopolitical risks” ในการประชุมนานาชาติของสหประชาชาติ ณ ประเทศเดนมาร์ก

* 23-24 พ.ย. 66 โครงการ Happy University โดย รศ.ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต อ.ดร.บุษราภรณ์ เลี้ยงวีรัมย์ รศ.ดร.จรัมพร ไช้ล้ายอง จัดอบรมหลักสูตรความก้าวหน้าการบริหารจัดการองค์ความรู้สู่ความสุขในการทำงาน: Advanced Routine to Happiness (AR2H) โครงการศูนย์วิชาการมหาวิทยาลัยแห่งความสุขกับการสร้างเสริมสุขภาพอย่างยั่งยืน ให้กับมหาวิทยาลัยขอนแก่น และในวันที่ 6 ธ.ค. 66 รศ.ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต ได้ลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือทางวิชาการในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์การขับเคลื่อนระบบปัญญาเอนิเมตเพื่อสร้างเสริม “มหาวิทยาลัยแห่งความสุขสู่องค์กรสุขภาวะที่ยั่งยืน” กับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย **รูป 1**

* 24 พ.ย. 66 สถาบันฯ เป็นเจ้าภาพทำบุญเดือนเกิด (พฤศจิกายน) รศ.ดร.มนสิการ กาญจนะจิตรา เป็นประธาน ณ วิทยาลัยศาสนศึกษา ม.มหิดล

* 27-28 พ.ย. 66 ทีมหนุนเสริมการขับเคลื่อนการจัดการศึกษาเชิงพื้นที่เพื่อลดความเหลื่อมล้ำ โดย รศ.ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และคณะ จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้หัวข้อ “Lesson Learned and Knowledge Management Advocacy” ณ โรงแรมอมารี แอร์พอร์ต ดอนเมือง

* 28 พ.ย. 66 รศ.ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต นำเสนอ “ความร่วมมือการพัฒนาและสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะเพื่อเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน” รศ.ดร.จรัมพร ไช้ล้ายอง นำเสนอ “มหาวิทยาลัยต้นแบบกับการพัฒนาคุณภาพการศึกษา (EdPEX)” ในการประชุมความร่วมมือการพัฒนาและสร้างเสริมองค์กรสุขภาวะ เพื่อเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน สู่นโยบายกระทรวง อว. ณ สถาบันฯ

* 28 พ.ย. 66 รศ.ดร.สุชาดา ทวีสิทธิ์ รศ.ดร.สุดารัตน์ มูลิกะวงศ์ อ.ดร.นงนุช จินดารัตนาภรณ์ และคณะ เข้าร่วมกิจกรรม Kick-off “Forum วิจัยข้ามศาสตร์ By MU-SSHA #Season2” ณ มหิตลลิตธาตาคาร

* 28-30 พ.ย. 66 รศ.ดร.อารี จำปากล้า ผู้อำนวยการสถาบันฯ รศ.ดร. จงจิตต์ ฤทธิรงค์ นำเสนองานวิจัยในการประชุม Extending Benefits across the Life Course Connecting Healthy Development and Healthy Ageing ณ ประเทศสวิตเซอร์แลนด์

* 28 พ.ย.-27 ธ.ค. 66 กิจกรรมการติดตามการตลาดอาหารและเครื่องดื่มในเด็กของประเทศไทย โดย รศ.ดร.สุรีย์พร พันพิงที่ปรึกษากิจกรรมฯ อ.ดร.นงนุช จินดารัตนาภรณ์ และพนักงานสัมพันธ์ ลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามของโครงการฯ ใน 5 จังหวัดของประเทศไทย

* 1 ธ.ค. 66 รศ.ดร.สุดารัตน์ มูลิกะวงศ์ และคณะ ร่วมพิธีทำบุญตักบาตรถวายเป็นพระราชกุศล และพิธีถวายราชสดุดีน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ วันชาติและวันพ่อแห่งชาติ ณ สำนักงานอธิการบดี ม.มหิดล

* 4 ธ.ค. 66 สถาบันฯ โดย รศ.ดร.อารี จำปากล้า มอบทุนการศึกษาและอุปกรณ์การศึกษาให้นักเรียนและโรงเรียนในอำเภอพุทธมณฑล จำนวน 7 โรงเรียน เนื่องในวาระครบรอบ 52 ปี สถาบันวิจัยประชากรและสังคม ม.มหิดล วันที่ 14 พฤศจิกายน **รูป 2**

* 6 ธ.ค. 66 รศ.ดร.เฉลิมพล แจ่มจันทร์ นำเสนอ “Overview of the Regional Picture of the NTA” ในประชุมการนำเสนอผลการจัดทำข้อมูลบัญชีกระแสการโอนประชาชาติ ณ ประเทศเวียดนาม **รูป 3**

และในวันที่ 13 ธ.ค. 66 ได้ร่วมพูดคุยหัวข้อ “การนำข้อมูลบัญชีกระแสการโอนประชาชาติไปใช้ประโยชน์เชิงนโยบายในประเทศไทย” ในงานประชุมเผยแพร่บัญชีกระแสการโอนประชาชาติ (NTA) เครื่องมือเชิงนโยบายสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน ณ โรงแรมคอร์ทาร์ค บาย แมริออท กรุงเทพฯ

* 7-8 ธ.ค. 66 รศ.ดร.สิรินทรียา พูลเกิด รศ.ดร.ธีรณรงค์ สกฤตศรี น.ส.ณัฐจิรา ทองเจริญชูพงศ์ และคณะ จัดประชุม South East Asia Obesogenic Food Environment (SEAOFF) Study Team Meeting ณ โรงแรมโนโวเทล กรุงเทพฯ สยามสแควร์ **รูป 4**

* 12 ธ.ค. 66 รศ.ดร.ศุทธิดา ชวนวัน เป็นประธานในพิธีเปิดการแข่งขันเปิดทองประลองยูทอร์ ครั้งที่ 2 ภายใต้โครงการ Healthy Workplace โดยมีอาจารย์ บุคลากร นักวิจัยโครงการ และนักศึกษา เข้าร่วมแข่งขัน ณ สถาบันฯ

* 12-14 ธ.ค. 66 สถาบันฯ โดย รศ.ดร.สุดารัตน์ มูลิกะวงศ์ ร่วมกับ Asia Center มหาวิทยาลัยยูทาห์ สหรัฐอเมริกา ภายใต้ The Mekong Region Development Research Group (MRDRG) จัดอบรมระดับนานาชาติ Research in Progress Symposium: Population

พันธกิจ: ผลิตและเผยแพร่ความรู้ข่าวสารด้านประชากรศาสตร์ และสังคมศาสตร์แก่สาธารณชนโดยใช้สื่อทุกแขนงอย่างทันสมัย และในเวลาที่เหมาะสม



รูป 1



รูป 2



รูป 3



รูป 4

& Health in Contexts of Conflict & Climate Change ณ สถาบันฯ **รูป 5**
*** 12-16** ธ.ค. 66 *ผศ.ดร.กนกวรรณ ธีรวารวณ ผศ.ดร.ดุสิตา พึ่งสำราญ อ.ดร.นรา ชำคม และคณะ* นำนักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา ประชากรและสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ (หลักสูตรนานาชาติ) เข้าร่วม การศึกษาดูงานประจำปี ณ จ.เชียงใหม่ *** 15** ธ.ค. 66 *รศ.ดร.อารี จำปากลายเป็น รศ.ดร.ศิริรัตน์ กิตติสุขสถิต รศ.ดร.จรัมพร ให้อย่าง* ร่วมเป็นสักขีพยานใน พิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือทางวิชาการ (MoU) ระหว่าง ม.มหิดล กับสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม ในการดำเนินโครงการเฝ้าระวังสถานการณ์ การสร้างเสริมสุขภาวะและความยุติธรรมของกำลังพลและครอบครัว *** 15** ธ.ค. 66 คณะนักวิจัยศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (ทีแพค) นำผลงานจากโครงการโรงเรียนฉลาดเล่น และคู่มือ ไปจัดแสดงและแจกจ่าย ในงานมหกรรม Play Day ครั้งที่ 5 “เล่นไป เล่นไป” ณ จ.นนทบุรี และในวันที่ 18 ธ.ค. 66 *นายคนสรณ์ ไพธารินทร์ และคณะ* จัดประชุมแนะนำการใช้งาน เครื่องวัดการเคลื่อนไหวร่างกาย (ActiGraph) ณ สถาบันฯ *** 17** ธ.ค. 66 *รศ.ดร.สุดาวรัตน์ มุสิกวงค์* ร่วมกิจกรรมและสัมมนาเนื่องในงานวันผู้ย้ายถิ่นสากล International Migrant Day 2023 โดย ศ.เกียรติคุณ *ดร.อภิชาติ จำรัสฤทธิ์วงศ์* ร่วมปาฐกถาหัวข้อ “นโยบายทดแทนแรงงานข้ามชาติในสังคมผู้สูงอายุ” *รศ.ดร.ธีรพงศ์ สุกุลศรี* ร่วมเสวนาหัวข้อ “แรงงานข้ามชาติกับสังคมผู้สูงอายุ: การจ้างงาน สิทธิ สวัสดิการ” ณ หอศิลปวัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร **รูป 6 * 19** ธ.ค. 66 *รศ.ดร.เฉลิมพล แจ่มจันทร์ รศ.ดร.มนสิการ กายูจนะจิตรา และคณะ* ร่วมกับคณะ ผู้บริหาร สสส. ผู้ทรงคุณวุฒิ และคณะนักวิจัยโครงการพัฒนาระบบสารสนเทศ สำหรับการกำกับติดตามและประเมินผลฯ เข้าร่วมประชุมเรื่อง “การพัฒนา ดัชนีชี้วัดกลางตามทิศทางเป้าหมายยุทธศาสตร์ระยะ 10 ปี (พ.ศ.2565-2574) ของ สสส. ระยะที่ 2” ณ เดอะควอเตอร์ อารีย์ และออนไลน์ *** 19-20** ธ.ค. 66 ศูนย์วิจัยความสุขคนทำงานแห่งประเทศไทย (TCHS) โดย *รศ.ดร.ศิริรัตน์ กิตติสุขสถิต รศ.ดร.จรัมพร ให้อย่าง และคณะ* จัดอบรมหลักสูตรความก้าวหน้า การบริหารจัดการองค์ความรู้สู่ความสุขในการทำงาน: Advanced Routine to Happiness (AR2H) เพื่อสร้างนักสร้างสุของค์กรให้กับบริษัทการบินกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) ณ อาคารสำนักงานใหญ่ *** 20** ธ.ค. 66 สถาบันฯ จัดบรรยาย หัวข้อ “หลักการคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคลสำหรับนักศึกษาและบุคลากร มหาวิทยาลัยมหิดล” โดย *ผศ.ดร.ไพฑูริรัตน์ ธีรรมชุต* คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.มหิดล เป็นวิทยากร ณ สถาบันฯ **รูป 7 * 22** ธ.ค. 66 สถาบันฯ จัดกิจกรรม ส่งท้ายปีเก่า-ต้อนรับปีใหม่ 2567 “ปาร์ตี้ๆ ปลายๆ” โดย *รศ.ดร.อารี จำปากลายเป็น* กล่าวเปิดงาน ณ สถาบันฯ *** 24** ธ.ค. 66 *ศ.ดร.ปัทมา วาพัฒน์วงศ์* ได้รับรางวัล ลำดับที่ 2 ประเภทอายุ 60 ปีขึ้นไป ระยะ 10 กม. จากการเข้าร่วมกิจกรรม โครงการ “เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพ” เนื่องในโอกาสครบรอบ 60 ปี วันคล้าย วันสถาปนาบัณฑิตวิทยาลัย ม.มหิดล *** 28** ธ.ค. 66 *รศ.ดร.จรัมพร ให้อย่าง รศ.ดร.ธีรพงศ์ สุกุลศรี และคณะ* เข้าร่วมพิธีทำบุญตักบาตร เนื่องในศุภมงคลสมัย ขึ้นปีใหม่ ปี 2567 ณ สำนักงานอธิการบดี ม.มหิดล *** 11** ม.ค. 67 คณะกรรมการ จริยธรรมการวิจัย จัดกิจกรรม IRB TALK ครั้งที่ 11 หัวข้อ “ประเด็นด้าน ระเบียบวิธีกับจริยธรรมในการวิจัยทางสังคมศาสตร์” รูปแบบออนไลน์ โดยมี *รศ.ดร.ชาย ไพธิลิตา ผศ.ดร.ลักขรินทร์ นิยมศิลป์* เป็นวิทยากร ดำเนินรายการโดย *รศ.ดร.จรัมพร ให้อย่าง * 11-13* ม.ค. 67 *ศ.ดร.ปัทมา วาพัฒน์วงศ์* นำเสนอ การวิเคราะห์ในหัวข้อ Households and Living Arrangements in Thailand during 1990-2021 ในการประชุม International Conference and Training Workshop on Household and Living Arrangements in Six ASEAN Countries (HOUSEHOLD-ASEAN) ณ สาธารณรัฐสิงคโปร์ *** 12** ม.ค. 67 *รศ.ดร.ศุทธิดา ชวนวัน และ อ.ดร.นุชราภรณ์ เลี้ยงรื่นรมย์* ได้รับประกาศนียบัตร ผู้ผ่านการประเมินระดับคุณภาพการจัดการเรียนการสอนตามเกณฑ์มาตรฐาน คุณภาพอาจารย์ของมหาวิทยาลัยมหิดล จาก *ศ.นพ.บวรจง มไหสวริยะ* อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ณ มหิดลสิทธาคาร *** 13** ม.ค. 67 *รศ.ดร.ศุทธิดา ชวนวัน รศ.ดร.ธีรพงศ์ สุกุลศรี และคณะ* ร่วมจัดกิจกรรมวันเด็ก ประจำปี 2567 ณ อบต. จักราย จ.นครปฐม โดยชาวสถาบันฯ ร่วมสมทบทุนและบริจาคสิ่งของ **รูป 8**



รูป 5



รูป 6



รูป 7



รูป 8

(สามารถติดตามรายละเอียดและข่าวสารเพิ่มเติมได้ที่ <https://ipsr.mahidol.ac.th/category/news-and-events/>)

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170 โทรศัพท์ 0-2441-0201 0-2441-9666 โทรสาร 0-2441-9333 E-mail: directpr@mahidol.ac.th Website: www.ipsr.mahidol.ac.th ที่ปรึกษา อารี จำปากลายเป็น ผู้อำนวยการสถาบันฯ บรรณธิการ กายูจนะจิตรา ตั้งชลทิพย์ นนทวัชร แสงลือ นงนุช จินดารัตนาภรณ์ นงเยาว์ บุญเจริญ อารี จำปากลายเป็น กองบรรณาธิการ กตัญญา สาอังกิจ กัญญา อภิพรชัยสกุล กัญญาพัชร สุทธิเกษม กายูจนะจิตรา เทียนฉาย เกียรตินิยม ชันดี จงจิตต์ ฤทธิรงค์ จรัมพร ให้อย่าง เฉลิมพล แจ่มจันทร์ พอลตา บุญยรัตนะ นรา ชำคม นิพนธ์ ดาราวดีมาประภรณ์ นุชราภรณ์ เลี้ยงรื่นรมย์ บุรเทพ โชคธนาบุญกุล ปราโมทย์ ประสาทกุล ปิยะวัฒน์ สวัสดิ์จัฐ ปัทมา วาพัฒน์วงศ์ ภาสกร บุญคุ้ม มนสิการ กายูจนะจิตรา วรชัย ทองไทย วรัญญา อาศัยศาสตร์ วิภากร จารุเรืองไพศาล ศิริรัตน์ กิตติสุขสถิต ศุทธิดา ชวนวัน สิรินทร์ยา หลงเกิด สุกรัต จรัสสิทธ์ สุภาณี ปลื้มเจริญ สุรีย์พร พันทีง สักกรินทร์ นิยมศิลป์ อภิชาติ จำรัสฤทธิ์วงศ์ อมรา สุนทรธาดา ฝ่ายศิลป์ จุฬารัตน์ ทรัพย์ยอดแก้ว ฝ่ายสมาชิก จีวรรณ หงษ์ทอง ติดต่อสอบถามโครงการเผยแพร่ข่าวสารและการศึกษาด้านประชากร โทรศัพท์ 0-2441-0201 ต่อ 100 หรือ 0-2441-9666